



## ÍNDICE

---

<b>AÇORES.....</b>	<b>8</b>
decoreção / artesanato.....	8
Hotelaria.....	8
Papelarias.....	8
Saúde.....	9
<b>AVEIRO .....</b>	<b>9</b>
Beleza e bem-estar .....	9
Chocolateria .....	10
Ensino Superior.....	10
Formação.....	10
Geriatría .....	10
Ginásios .....	11
Hotelaria.....	11
Informática .....	12
Lazer .....	12
Medicina Chinesa.....	12
Optometria.....	12
Pastelaria e produtos regionais.....	14
Saúde.....	14
Turismo .....	15
Yoga.....	15
<b>BEJA .....</b>	<b>16</b>
Optometria.....	16
<b>BRAGA.....</b>	<b>17</b>
Automóvel.....	17
Beleza e Bem-Estar .....	17

Florista.....	17
Formação.....	17
Fotografia .....	18
Geriatría .....	18
Ginásios .....	18
Hotelaria.....	19
Loja de Utilidades/Decoração .....	19
Optometria .....	19
Saúde.....	20
Turismo e lazer .....	20
Diversos .....	21
<b>BRAGANÇA .....</b>	<b>21</b>
Decoração.....	21
Geriatría .....	21
Hotelaria.....	21
Optometria.....	21
Papelarias .....	22
Pronto-a-Vestir .....	22
Restaurante .....	22
<b>CASTELO BRANCO .....</b>	<b>22</b>
Geriatría .....	23
Optometria.....	23
<b>COIMBRA .....</b>	<b>23</b>
Automóvel.....	23
Formação.....	23
Geriatría .....	23
Hotelaria.....	24

Optometria .....	24
Saúde.....	24
<b>ÉVORA.....</b>	<b>25</b>
Optometria .....	25
<b>FARO.....</b>	<b>25</b>
Automóvel .....	25
Ervanárias .....	26
Formação.....	26
Ginásios .....	26
Hotelaria .....	27
Optometria .....	28
Papelarias .....	30
Relojoaria .....	30
Restaurantes.....	30
Saúde.....	30
Termas.....	31
Turismo .....	31
<b>GUARDA .....</b>	<b>31</b>
Automóvel .....	31
Cultura.....	32
Eletrodomésticos .....	32
Floristas .....	32
Ginásios .....	32
Optometria .....	33
Retrosaria .....	33
<b>LEIRIA .....</b>	<b>33</b>
Optometria .....	33

<b>LISBOA .....</b>	<b>34</b>
Casa e Decoração .....	34
Educação / Formação.....	34
Ensino Superior .....	35
Estética .....	35
Geriatrica .....	35
Ginásios .....	36
Hotelaria .....	36
Optometria .....	37
Psicologia .....	40
Saúde.....	41
Optometria .....	41
<b>MADEIRA .....</b>	<b>44</b>
Educação .....	44
Hotelaria .....	44
Joalharia .....	45
Lazer .....	45
Optometria .....	45
Saúde.....	45
Veterinários .....	46
<b>PORTALEGRE .....</b>	<b>46</b>
Optometria .....	46
<b>PORTO .....</b>	<b>46</b>
Beleza e Bem-Estar .....	46
Cabeleireiros.....	47
Chocolateria .....	47
Ensino Superior.....	47

Formação .....	48
Geriatría .....	48
Hotelaria .....	49
Lazer .....	50
Optometria .....	50
Psicologia .....	52
Saúde.....	52
<b>SANTARÉM .....</b>	<b>53</b>
Optometria .....	53
<b>SETÚBAL .....</b>	<b>53</b>
Educação .....	54
Ginásios .....	54
Hotelaria .....	55
Optometria .....	55
Psicologia .....	58
saúde .....	58
<b>VIANA DO CASTELO.....</b>	<b>58</b>
Automóvel .....	59
Hotelaria .....	59
Loja de Artigos de Desporto.....	59
Móveis .....	59
Optometria .....	59
Viagens e Turismo.....	60
<b>VILA REAL.....</b>	<b>60</b>
Cabeleireiros.....	60
Floristas .....	60
Hotelaria .....	61

Lojas de Roupas e Acessórios .....	61
Ourivesarias .....	61
<b>VISEU .....</b>	<b>61</b>
Escolas de condução .....	61
Hotelaria .....	61
Optometria .....	62
Vestuário .....	63
<b>NACIONAIS .....</b>	<b>63</b>
Bancos .....	63
Educação / Formação.....	63
Ensino Superior .....	64
Ginásios .....	65
Hotelaria .....	66
Medicina Chinesa.....	67
Optometria .....	69
Saúde.....	70
Seguros .....	71
Vários .....	72
Yoga.....	72

## AÇORES

---

### DECORAÇÃO / ARTESANATO

---

#### **Jomare**

R. Hintze Ribeiro 72, 9500 Ponta Delgada

Tel.: 296 285 360

Desconto: 15%

#### **Renato Paulo B.M. Oliveira**

R. Direita 66

9700 Angra do Heroísmo

Tel.: 295 217 291

Desconto: 10%

### HOTELARIA

---

#### **Pestana Bahia Praia, Nature & Beach Resort\*\*\*\***

(ilha de São Miguel)

Desconto: 15% sobre melhor tarifa disponível no site [www.pestana.com](http://www.pestana.com). Os pedidos de reserva deverão ser enviados para [corporate@pestana.com](mailto:corporate@pestana.com) ou 808 20 00 20

#### **Bensaude Hotels Collection – Azorean Hospitality**

Grand Hotel Açores Atlântico\*\*\*\*\*

Terra Nostra Garden Hotel\*\*\*\*\*

Hotel Marina Atlântico\*\*\*\*\*

São Miguel Park Hotel\*\*\*\*\*

NEAT Hotel Avenida\*\*\*

Terceira Mar Hotel\*\*\*\*\*

Hotel do Canal\*\*\*\*\*

Desconto: 10% no alojamento sobre o valor da BAR (Best Available Rate ou melhor Tarifa disponível)

### PAPELARIAS

---

#### **Papelaria 96**

R. Cidade de Artesia 6-B

9760-438 Praia da Vitória

Tel./Fax: 295 513 400

Desconto: 5%

#### **Adriano G. Figueiredo**

R. Direita 143-147

9700 Angra do Heroísmo

Tel.: 295 214 324

Desconto: 10%, excluindo manuais escolares



## SAÚDE

---

### **Consultório Medicina Dentária de Dr. Pedro Almeida**

R Machado dos Santos, 96 1º, 9500-083 Ponta Delgada

Tel.: 919 212 440

Desconto: 10%

### **Consultório Medicina Dentária Dr. José Manuel Barbosa Melo**

Rua Dr. Luís Bettencourt nº 118

9580 Vila do Porto - Santa Maria

Telf: 296883109

Telem: 961659887

Desconto: 10%

### **Marlene Gouveia Gonçalves**

Médica Dentista

Rua Dr. Luís Bettencourt 114

9580-529 Vila do Porto

Tel.: 296 882 950

Desconto: 10% em todos os tratamentos e 15% nas próteses

---

## AVEIRO

---

## BELEZA E BEM-ESTAR

---

### **Camy Saúde e Bem-Estar**

Centro Comercial Carramona, Esgueira

**Telm.:** 917 878 064 / 937 342 740

**Serviços:** Massagens de relaxamento, pedras quentes, pré e pós parto, geriátrica, desportiva, quiromassagem, shiatsu, tailandesa e drenagem linfática e reflexologia podal.

**Desconto:** 20% em todos os serviços, beneficiando associados e respetivos descendentes.

### **Nynpharmonya, Lda**

Rua de Ovar, Edf. Vila Jovem, nº41 3810-145 Aveiro

**Tel.:** 234420285

**Desconto:** 10% em todos os produtos/serviços (Saúde, estética e formação)

### **Reflexus K**

Rua 14, nº 437 R/C, 4500-234 Espinho

**Tlm.:** 936 006 601

**Email:** reflexusk@gmail.com

**Desconto:** 20% em todas consultas e consequentes tratamento, com a exceção das consultas de audiologia/centro de aprendizagem (até 10%)

## CHOCOLATERIA

---

### **Arcádia Casa do Chocolate**

Rua Dr. Alberto Souto, 45, 3800-149 Aveiro

**Tel.:** 234 922 930 / 966 530 928

**Email:** [questaodiscreta@gmail.com](mailto:questaodiscreta@gmail.com)

**Desconto:** 10% (compras iguais ou superiores a 20€ e de 5% (compras inferiores a 20€)

## ENSINO SUPERIOR

---

### **ISCIA – Instituto Superior de Ciências da Informação e da Administração Aveiro**

**Desconto:** redução de 5% sobre a tabela de preços. Este protocolo beneficia todos os associados e funcionários da ASPL, bem como seus familiares diretos.

## FORMAÇÃO

---

### **Royal School of Languages**

**Sede:** Rua José Rabumba, 2, 3810-125 Aveiro

**Tel.:** 234 429 156

**Email:** [rsl@royalschooloflanguages.pt](mailto:rsl@royalschooloflanguages.pt)

#### **Desconto:**

- Formação em Portugal: 10% na aquisição de todos os produtos/serviços (matrículas, formações em classes normais, cursos em regime individual e/ou em grupo fechado, cursos intensivos de verão, formações modulares, testes de avaliação e certificação de conhecimentos e testes de diagnóstico prestados pela RSL –

- Formação em Inglaterra: 4% sobre o preço do pack (exclui avião e seguro), nos cursos de verão na Inglaterra para jovens; 4% sobre o valor de formação, nos cursos de formação intensiva para adultos em Inglaterra –

- Serviços de tradução/interpretação: 5% de desconto.

Este protocolo abrange associados e colaboradores da ASPL e respetivos familiares (cônjuges/unidos de facto, ascendentes e descendentes diretos).

## GERIATRIA

---

### **Habicuidados**

Rua Capitão Sousa Pizarro, 21 3810-076 Aveiro

**Tel.:** 234 098 310

**Email:** [aveiro@habicuidados.pt](mailto:aveiro@habicuidados.pt)

**Desconto:** 10% no Aluguer de equipamentos e venda de artigos e nas Atividades de saúde humana (1ª consulta) e de 15% nas Atividades de saúde humana (sessões seguintes)

### **Zelar – serviço de apoio domiciliário, Lda**

Rua Cega nº 372 3810-232 Aveiro

**Tel.:** 234 098 353

**Email:** [geral@zelar.pt](mailto:geral@zelar.pt)

**Descontos:** 20% nos serviços de apoio domiciliário, 15% nos serviços especializados e 10% nos serviços técnicos.

### **ACTIVA – Serviço de apoio domiciliário**

Rua D. José Cordeiro, nº 52 Forca 3800-003 Aveiro

**Tlm.:** 919 027 605 / 918 508 453

**Descontos:** 5% a 20% nos serviços de apoio domiciliário, venda e aluguer de material ortopédico, serviços de fisioterapia/enfermagem, serviços de babysitting e consultas de tratamentos no âmbito da medicina natural.

## **GINÁSIOS**

---

### **Knock-Out Health and Fitness Centers**

Rua Direita de Aradas, nº 22, 3810-001 Aveiro

**Tlm.:** 932 401 320

**Email:** [geral@ko-healthclub.com](mailto:geral@ko-healthclub.com)

**Descontos:** Condições especiais para associados da ASPL:

- Taxa de inscrição: 35€ (Seguro, Avaliações Físicas e Nutricionais Trimestrais, Avaliação Postural

Inicial com fisioterapeuta)

- Gold Premium Week: 8.99€/semana (Acesso livre ao Knock-Out Health Club ou Knock-Out

Power Center/Box3810)

## **HOTELARIA**

---

### **Hotel Apartamento Solverde**

Rua 21, nº 85, 4500 Espinho

**Tel.:** 227 313 144

**Fax:** 227 313 153

**Email:** [hotelapartamento@solveverde.pt](mailto:hotelapartamento@solveverde.pt)

**Desconto:** 10% na tarifa BAR e nas refeições do restaurante do hotel

### **Hotel das Termas da Curia**

3780-541 Curia

**Tel.:** 231 519 800

**Desconto:** 10%

### **Hotel As Américas\*\*\*\***

R. Eng. Von Hafe 20 3800-176 Aveiro

**Tel.:** 234 384 640

**Desconto:** condições especiais

### **Hotel Moliceiro**

R. Barbosa Magalhães 15/17 3800-154 Aveiro

**Tel.:** 234 377 400

**Desconto:** Condições especiais.

### **Montebelo Vista Alegre Ílhavo Hotel**

Lugar da Vista Alegre

3830-292 Ílhavo

**Tel:** 234 241 630

**Email:** [montebelovistaalegre@montebelohotels.com](mailto:montebelovistaalegre@montebelohotels.com)

**Desconto: 10%** no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.

## INFORMÁTICA

---

### **Inforlândia**

Rua Nova Vilar, A3, Aveiro

**Tel.:** 234 340 800

**Descontos:** Condições especiais na aquisição de equipamentos informáticos. Para beneficiar destas condições, o sócio deverá contactar a ASPL a fim de obter a password de acesso aos produtos e serviços disponíveis no site da Inforlândia.

## LAZER

---

### **Feijão Verde e João Brincalhão**

Desconto: 40% no playground e 10% em festas de aniversário

## MEDICINA CHINESA

---

### **Clínica Pedro Choy de Aveiro**

Rua Conselheiro Luís Magalhães, nº 64 – 5º A/N

Edifício Corticeiro, 3800-137 Aveiro

Desconto: Condições especiais

## OPTOMETRIA

---

### **Óptica Nascimento**

**Sede:** Rua Combatentes Grande Guerra, 18/24 3810-087 Aveiro

**Tel.:** 234 424 252

**Loja:** Rua Dr. Alberto Souto nº 18 3800-148 Aveiro

**Tel.:** 351 234 043 525

**Desconto:** Oferta da consulta de optometria, oferta do primeiro par de lentes de contacto descartáveis, 20% de desconto no receituário (lentes oftálmicas), de 15% no receituário (armação), nos óculos de sol, lentes de contacto, produtos para lentes contacto (exceto promoções) e em aparelhos de medida e outros artigos afins.

### **Grupo Institutóptico**

#### **Óptica Arromba**

Praça da República, 5 3750 - 110 Águeda

**Tel.:** 234 603 755

#### **Óptica Arromba**

Av. Dr. Eugénio Ribeiro, nº 11 3750 - 146 Águeda

**Tel.:** 234 698 219

#### **Óptica de Espinho**

Rua 23, nº 850 (Junto à PSP) 4500 - 276 Espinho  
**Tel.:** 22 734 67 17

**Retina Óptica Médica**

Praça do Choupal, nº 7 3050 - 330 Mealhada  
**Tlf.:** 231 202 041

**Ótica A Menina do Olho**

Rua do Cruzeiro, 76 3720-001 Oliveira de Azeméis  
**Tlf.:** 256 668 808

**Óptica Arromba**

R. Cândido dos Reis, nº 57 3770 - 209 Oliveira do Bairro  
**Tlf.:** 234 738 660

**Óptica de Esmoriz**

Av. 29 de Março, 1090 (Junto à Policlínica) 3885 - 518 Esmoriz  
**Tlf.:** 256 751 070

**Óptica Prestígio**

Rua Gomes Freire, nº 1 B 3880 - 229 Ovar  
**Tlf.:** 256 583 336

**Bridge – Óptica de Fiães**

Rua dos Valos, nº 776-A 4505 - 257 Fiães (S.M. Feira)  
**Tlf.:** 220 822 727

**Pérola – Ótica e Ourivesaria**

Rua Largo da Igreja, 47 r/c A 3860-133 Avanca  
**Tlf.:** 234 858 093

**Pérola – Ótica e Ourivesaria**

Edifício Intermarché, loja 4 3860-378 Beduido  
**Tlf.:** 234 848 011

**Desconto:** condições especiais

**Grupo ERGOVISÃO**

**Aveiro – Rua Coimbra**

Rua de Coimbra, 1  
T. 234426240

**Aveiro – Universidade**

Campus Universitário de Santiago  
T. 234029016

**Cacia**

Av. Fernando Augusto de Oliveira n.º 21  
T. 234914333

**Espinho**

Rua 16 n.º 666

T. 227326093

**Estarreja**

Av. Visconde Valdemouro, Ed. Galerias Santo António - Fração EA

T. 234028019

**Lourosa**

Rua do Aldeiro, nº429

T. 220827126

**Mealhada**

Rua Padre Dr. António Antunes Breda, nº 17/19, R/C

T. 231094009

**Oliveira de Azeméis**

Rua António Alegria nº 244

T. 256688389

**São João da Madeira 1**

Av. Dr. Renato Araújo, 259

T. 256838721

**São João da Madeira 2**

C. Com. 8º Avenida, Piso 1 loja 1004

T. 256818058

**Desconto:** condições especiais

## **PASTELARIA E PRODUTOS REGIONAIS**

---

**Pastelaria Latina**

Rua Dr. Alberto Souto, 24-A 3800-148 Aveiro

**Tel.:** 234 425 030

**Desconto:** 10%

**Loja da Rua Larga (Chocolateria)**

Rua José Estevão 77 3800-202 Aveiro

**Tel.:** 234 429 710

**Desconto:** 5% em compras iguais ou superiores a 20€

## **SAÚDE**

---

**Clínica S. Bernardo**

Rua do Aires n.º 41/45 3810-205 Aveiro

**Tel.:** 234 347 846 ou 915 198 280

**Email:** consulta.csb@clis.pt

**Desconto:** 5€ de desconto nas consultas de especialidade

**Hiclinic**

Rua Dr. Mário Sacramento nº 177 1º L 3810-106 Aveiro

**Tel.:** 234 421 000

**Tlm.:** 962 010 855

**Email:** geral@hiclinic.pt

**Especialidades Médicas:** Medicina Dentária, Medicina Interna, Neurologia, Cirurgia Vascular, Ortopedia, Fisioterapia, Nutrição, Podologia, Terapia da Fala, Psicologia e Psicoterapia, Acupuntura e Osteopatia.

**Desconto:** até 20% sobre preços de tabela

**Adriano Carreira – Medicina Dentária\***

Rua José Afonso, nº2 e 4, Bloco B, Piso 0 - 3800-438 Aveiro

**Tel.:** 234 423 042

**Tlm.:** 967 310 970

**Adriano Carreira – Medicina Dentária\***

Rua da Fonte Nova, nº518, 3750-726 Recardães

968 430 173

234 384 992

\*Estes protocolos beneficiam os associados e colaboradores, bem como cônjuges, ascendentes e descendentes, com um desconto de 5% em tratamentos de ortodontia e próteses fixas e removíveis e de 10% nos restantes serviços/tratamentos. Brevemente, abrirá uma nova clínica em Recardães, Águeda.

## **TURISMO**

---

**Learning School Trips – Agência de Viagens**

Praça do Choupal, 24 3050-330 Mealhada

**Tlm.:** 915768801

**Email:** learningschooltrips@gmail.com

**Serviços:** Venda de pacotes de férias; Reserva de hotéis, voos e espetáculos; Venda de bilhetes de autocarro e comboio (nacional e internacional).

**Descontos:** 50€ de desconto num pacote de férias e 10% de desconto em todos os outros serviços da agência.

**Roquetur – Viagens e Turismo, Lda.**

Av. Benjamim Araújo nº79, 3700-060 São João da Madeira

**Email:** roquetur@roquetur.pt

**Desconto:** 5% em todos os produtos, exceto taxas de aeroporto, incremento de combustível, taxas de emissão, despesas de reserva, bilhetes de avião, promoções especiais e pagamento com cartão de crédito.

## **YOGA**

---

**Confederação Portuguesa do Yoga**

**Centro do Yoga - Ás. Aveiro**

Av. Dr. Lourenço Peixinho, 97 - 1º 3800-165 AVEIRO

T. 234 482 084 / 964 365 305

**Centro do Yoga - Ás. Águeda**

Rua José Maria Veloso, nº 15, 1ºEsq. 3750-156 ÁGUEDA  
T. 910545543

Desconto: redução de 20€ na taxa de inscrição e redução de um escalão na mensalidade.

## BEJA

---

### OPTOMETRIA

---

#### **Grupo Institutoptico**

Óptica dos Centenários  
Av. da Liberdade, nº 58 7600 - 014 Aljustrel  
**Tlf.:** 284 602 726

#### **Centro Óptico**

R. da Cruz, nº 12 7920 - 035 Alvito  
**Tlf.:** 284 485 588

#### **Centro Focal Castro Verde**

R. Morais Sarmento, nº 17 7780 - 216 Castro Verde  
**Tlf.:** 286 322 315

#### **Centro Óptico de Cuba**

Rua Serpa Pinto, nº 24 7940 - 170 Cuba  
**Tlf.:** 284 414 047

#### **Centro Óptico de Mértola**

Rua de Beja, 21 7750-345 Mértola  
**Tlf.:** 286 612 510

#### **Óptica Machado**

Rua Coronel Galhardo, 7 7630 - 153 Odemira  
**Tlf.:** 283 322 306

#### **Óptica dos Centenários**

Rua Custódio Brás Pacheco, nº 36 7645 - 254 Vila Nova de Milfontes  
**Tlf.:** 283 998 343

#### **Óptica Sousa Santos**

Av. da Paz, nº 2, r/c esq. 7830 - 320 Serpa  
**Tlf.:** 284 544 507

#### **Óptica Sousa Santos**

Largo dos Madalenos, nº 11, 7830 - 056 Vila Nova de S. Bento  
**Tlf.:** 284 588 018

#### **Centro Óptico da Vidigueira**

Rua Dr. José Valentim Fialho de Almeida, nº 25, R/C Dtº 7960 - 280 VIDIGUEIRA  
**Tlf.:** 284 434 446



**Desconto:** Condições especiais

## **Grupo ERGOVISÃO**

### **Vidigueira**

Rua Dr Fialho de Almeida nº 41

T. 284434427

**Desconto:** Condições especiais

---

## **BRAGA**

---

### **AUTOMÓVEL**

---

#### **JustoDesafio – Unipessoal Lda**

NogueiraCar – A Oficina

Av. Barros Soares n.º 607, 4715-214 Braga

**Tlf.:** 253 274 436

**Tlm.:** 967 351 260

**Email:** nogueiracar@sapo.pt

**Desconto:** 10% em peças (diretamente na fatura), ofertas de lavagens nas revisões, oferta do alinhamento de direção na compra de 4 pneus, recolha e entrega (gratuita) de viatura em casa do cliente a uma distância até 15 km.

#### **Império Centro Auto**

Av. João XXI, 701 – 4715-035 Braga

**Tlf.:** 253 270 000

**Email:** geral@imperiocentroauto.pt

**Desconto:** 15% em todos os serviços (exceto serviços sub-contratados) e até 50% em peças e pneus.

### **BELEZA E BEM-ESTAR**

---

#### **Poliskorpus - Clínica estética e beleza**

Rua Maria Sousa nº5 4710 Braga

**Tlf.:** 253 067 679

**Tlm.:** 924 380 935

**Email:** geral@poliskorpus.pt

**Desconto:** 30% exceto campanhas

### **FLORISTA**

---

#### **Camila Flores**

C.C. Rechicho Lj. 37, Braga

**Tlm.:** 963 986 376

**Descontos:** 5%

### **FORMAÇÃO**

---

**Sabichão Saltitão – Centro de Estudo e Parque de Diversão, Lda.**

Rua da Quintã, Frossos 4700-023 Braga

**Tlf.:** 253 673 352

**Tlm.:** 933 511 550

**Email:** sabichaosaltitao@gmail.com

**Desconto:** 10% na mensalidade do Estudo Acompanhado e das Explicações;

15% na 1ª hora do Parque de Diversão;

Festa: 20% no preço dos menus ou 50% para os inscritos no Centro de Estudo;

Campo de Férias: 5% para 1 semana, 10% na aquisição de 2 a 3 semanas, 15% na aquisição de 4 ou mais semanas.

**Editora Nova Educação, Lda.**

Rua Quinta da Goja, nº 20 Frossos 4700-155 Braga

**Tlf.:** 253 623 445

**Email:** ene@editoranovaeducacao.pt

**Desconto:** 30%

**Super Lição, SA. (Ginásios da Educação da Vinci)**

**Email:** ginasios@davinci.com.pt

**Serviços:** Apoio Escolar Extracurricular/Formação/Psicopedagogia **Desconto:** 25% sobre preço base nas mensalidades apoio escolar/explicações ou oferta vale de 50€ nas mensalidades de apoio escolar.

## FOTOGRAFIA

---

**Fotolândia**

Rua D. Pedro V, 87-A 4710 Braga

**Tlf.:** 253 217 716

**Desconto:** 10% em trabalhos

## GERIATRIA

---

**Apoio Ativo**

Avenida Imaculada Conceição Nº 114

Vieira do Minho

**T.:** 927 162 174

**Desconto de 10%** (sobre a tabela de preços em vigor) na prestação dos serviços de Apoio Domiciliário (no mínimo duas horas diárias); **Desconto de 5%** em Material Hospitalar, Ajudas Técnicas e Artigos para Incontinência.

## GINÁSIOS

---

**Gym Tónico**

Rua Nascente 210 4715-038 S.Vítor Braga

**Tlf.:** 253 263 004

**Descontos:** 30% sobre o valor tabela cartão total regime geral;

Oferta da taxa de inscrição no valor de 75€

**Máximo Gym**

Urbanização das Calçadas, Edf. Galo Traseiras, 4750-123 Barcelos

**Tel.:** 929 264 791

**Email:** [maximogym@gmail.com](mailto:maximogym@gmail.com)

**Desconto:** 10% sobre os preços dos Planos Regular, Off Peak, Twice e Weekend – com contrato anual; Oferta do Pack de inscrição (50€) que inclui uma avaliação física, uma orientação nutricional, plano de treino e chip de acesso.

## **HOTELARIA**

---

**Axis Hotéis Basic**

Braga by Axis\*\*\*

Largo da Estação - Maximinos

4700-223 Braga

**Tlf.:** 253 148 000

**Fax:** 253 148 001

**Email:** [reserve@basichotelbraga.com](mailto:reserve@basichotelbraga.com)

**Desconto:** 5% sobre preço balcão Válido para associados da ASPL, cônjuges e filhos.

## **LOJA DE UTILIDADES/DECORAÇÃO**

---

**Casa Jardim**

Rua do Raio, 298 4710-294 Braga

**Tlf.:** 253 610 475

**Desconto:** 10% em todos os artigos

**Make a Smile**

Rua do Raio, C. C. Rechicho, loja 52 4710-920 Braga

**Tlf.:** 253 164 400

**Desconto:** 10% em todos os artigos

**Loja das Surpresas**

Rua do Raio, C. C. Rechicho, Lj 53 4710-923 Braga

**Tlf.:** 253 615 986

**Desconto:** 10% (exceto perfumes)

## **OPTOMETRIA**

---

**Grupo Instituóptico****Ópticas Mello**

Rua Marquês Rego, nº 37 4720 - 349 Ferreiros - Amares

**Tlf.:** 253 991 986

**Óptica Franco**

Av. João XXI, 823/835 4715 - 035 Braga

**Tlf.:** 253 217 438

**Institutoptico de Fafe**

R. Monsenhor Vieira de Castro, 49 4820 - 279 Fafe

**Tlf.:** 253 590 248

**Optical +**

Rua Nova dos Bombeiros, Loja 33 4805 - 096 Caldas das Taipas - Guimarães

**Tlf.:** 253 571 017

**Matos Oculista**

Largo Padre Martins Capela, nº 347 Moimenta 4840 - 100 Terras de Bouro

**Tlf.:** 253 356 087

**Ópticas Mello**

Avenida Professor Dr. Machado Vilela, nº 21 4730 - 721 Vila Verde

**Tlf.:** 253 321 590

**Desconto:** Condições especiais

**Grupo ERGOVISÃO**

**Braga**

R. Dr. Gonçalo Sampaio, Liberdade St. Fashion, Lj.17

T. 253273062

**Lage (Vila Verde)**

Avenida da Republica nº 5 B - Loja 4

T. 253784516

**Nogueira – Braga**

Rua Artur Garibaldi, nº7 R/C Esq.

T. 253268079

**Desconto:** Condições especiais

---

**SAÚDE**

**Farmácia de Gualtar**

Rua da Lameira nº 74 4710-093 Braga

**Tlf.:** 253 675 422

**Email:** geral@farmaciadegualtar.pt

**Descontos:** Medicamentos com PVP inferior a 50€ - 12%; Medicamentos com PVP superior a 50€ - 6%; Outros produtos - 12% (Ficam excluídos deste protocolo Leites e papas infantis e quaisquer fraldas.)

---

**TURISMO E LAZER**

**Diverlanhoso Parque Aventura**

Lugar de Porto de Bois – Oliveira 4830-602 Póvoa de Lanhoso

**Tlf.:** 253 635 763

**Desconto:** 10%

## DIVERSOS

---

### **Spaldin Portugal – Sistemas de Descanso, Lda.**

Centro Comercial Minho Center Av. Robert Smith, Lj 8-A 4715-249 Braga

**Tlf.:** 253 265 238

**Email:** geral@spaldin.com

**Serviços:** Venda de colchões, estrados elétricos e fixos, camas e almofadas

**Desconto:** 10% sobre a tabela de PVP

## BRAGANÇA

---

## DECORAÇÃO

---

### **Beleza do Lar**

Rua do Tanque, 23 5370-415 Mirandela

**Tlf.:** 278 265 423

**Desconto:** 10%

## GERIATRIA

---

### **Casa da Eira – Lar de Idosos**

Largo da eira, 3 Faílde

**Tlf.:** 273 107 672

**Tlm.:** 962 329 096 / 963 336 525

**Email:** geral@casadaeira-lar.pt

**Desconto:** 10%

## HOTELARIA

---

### **Hotel A Vileira**

Avenida da Alcanices, 1 e 2 5230-308 Vimioso

**Tlf.:** 273 518 200

**Email:** reservas@vileira.com

**Desconto:** 10% restaurante e 15% no hotel

## OPTOMETRIA

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Santos Óptica Médica**

R. Dr. Ricardo Almeida 5350 - 004 Alfândega da Fé

**Tlf.:** 279 462 152

#### **Santos Óptica Médica**

Av. Sá Carneiro, 121 5300 - xxx Bragança

**Tlf.:** 273 332 679

**Santos Óptica Médica**

Praça Agostinho Valente, 5 5340 - xxx Macedo de Cavaleiros  
**Tlf.:** 278 428 281

**Santos Óptica Médica**

Av. Nossa Senhora do Caminho, 46 5200 - xxx Mogadouro  
**Tlf.:** 279 342 291

**Desconto:** Condições especiais

**PAPELARIAS**

---

**Cultura**

Av. Sá Carneiro, 268 5300 Bragança  
**Tlf./Fax:** 273 332 290  
**Descontos:** 10% (exceto fotocópias e promoções)

**Livraria Popular**

R. Almirante Reis, 14 5300 Bragança  
**Tlf.:** 273 331 125  
**Desconto:** 10%

**Livraria Lusitana**

Rua da República, 72 5370 Mirandela  
**Tlf.:** 278 262 595  
**Desconto:** 10% a 15% (exceto promoções, livros escolares, calculadoras e selos)

**PRONTO-A-VESTIR**

---

**Richard's 1 e 2**

Rua República 102 5370 Mirandela  
**Tlf.:** 278 248 349 / 278 262 486  
**Desconto:** 10%

**O Bambino – Santos e Silva, Lda.**

R. república 84 5370-347 Mirandela  
**Tlf.:** 278 263 360  
**Desconto:** 10%

**RESTAURANTE**

---

**Restaurante Regional “O Loureiro”**

Av. Amoreiras, Edf. Belo 5370-204 Mirandela  
**Tlf.:** 278 263 593  
**Desconto:** 15%

---

**CASTELO BRANCO**

---

## GERIATRIA

---

### **Criafectos, apoio domiciliário Lda.**

Rua Mateus Fernandes, 39, 6200-142 Covilhã

Tel.: 275 341 712 Tlm.: 925 152 832

Email: [criafectos@gmail.com](mailto:criafectos@gmail.com)

Desconto: 10% em tarefas domésticas e acompanhamento.

## OPTOMETRIA

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Óptica Lucas**

R. João Carlos Abrunhosa, 35 6000 - 239 Castelo Branco

Tlf.: 272 344 115

#### **Oculista Bonina**

Rua Comendador Campos Melo, 41 6200 - 066 Covilhã

Tlf.: 273 322 664

#### **Oculista Bonina**

Av. Viriato, 155 - loja 1 6200 - 725 Covilhã

Tlf.: 275 951 664

#### **Óptica Lucas**

Praceta Dr. Francisco Sá Carneiro, nº 69A (antiga Praceta do Pinhal) 6100 - 741 Sertã

Tlf.: 274 809 051

**Desconto:** Condições especiais

## COIMBRA

---

## AUTOMÓVEL

---

### **Auto Reparadora do Calhabé, Lda**

Estrada da Beira 475 3030-173 Coimbra

Tlf./Fax: 239 714 414

**Desconto:** 5% ou 10%

## FORMAÇÃO

---

### **EdKid Club – Coimbra**

R. Augusto Marques Bom, Lt 12 Lj 4 3030-218 Coimbra

Tlf.: 239 703 735

**Desconto:** 10%

## GERIATRIA

---

### **Lado a Lado**

Av. Calouste Gulbenkian Lote 7, 1º Sala 3 Celas 3000-092 Coimbra

Tlf.: 239 483 637

Email: [geral@ladoalado.pt](mailto:geral@ladoalado.pt)

**Serviços:** Serviços ao domicílio, que se traduzem em Cuidados de Apoio, nomeadamente cuidados de higiene e conforto pessoal, alimentação e acompanhamento noturno/diurno e Cuidados de Saúde, tais como enfermagem, fisioterapia, administração de medicamentos, entre outros.

**Desconto:** de 10% em todos os serviços de apoio domiciliário e de 5% sobre a venda de produtos e ajudas técnicas.

## HOTELARIA

---

### Montebelo Aguieira Lake Resort & Spa

Vale da Aguieira, 3450-010 Mortágua

Tel: 231 927 060

Email: [montebeloaguieira@montebelohotels.com](mailto:montebeloaguieira@montebelohotels.com)

**Desconto:** 10% no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.

## OPTOMETRIA

---

### Grupo Institutoptico

#### Lunette Óptica

Praça do Comércio, nº 12 3000 - 116 Coimbra

Tlf.: 239 042 533

#### Óptica Estádio

Rua D. João III, nº 13 - Edifício Estádio Cidade de Coimbra 3030-329 Coimbra

Tlf.: 239 792 480

#### Retina Óptica Médica

Rua do Lagar, Lote 6 - Loja B Santa Clara 3040 - 022 Coimbra

Tlf.: 239 442 195

#### Institutoptico da Gala

Rua do Hospital (Hospital) 3094-001 Gala – Figueira da Foz

Tlf.: 233 438 219

#### Só Óptica

Praceta Sá Carneiro, lote 3, loja A 3200 - 212 Lousã

Tlf.: 239 994 786

#### Poiaróptica

Largo Dr. Daniel de Matos, Galerias JCL 3350 - 153 Vila Nova de Poiares

Tlf.: 239 426 969

## SAÚDE

---

### Clínica Mais Dental

R. Henrique de Barros Lote 3 R/c, 3020-266 Coimbra

T.: 239 430 400 / 926 550 696



Email: clinicamaisdental@gmail.com

**Desconto: 10%** sobre tabela de preços em Dentisteria e **de 5%** sobre a tabela de preços nas restantes especialidades dentárias (Ex. Ortodontia, Implantologia); rastreio de diversas patologias orais; prioridade na marcação de consultas para tratamento e prevenção de problemas orais.

## ÉVORA

---

### OPTOMETRIA

---

#### Grupo Institutoptico

##### **Institutoptico de Reguengos de Monsaraz**

Rua Alberto Monsaraz, nº 2 7200-000 Reguengos de Monsaraz

**Tlf.:** 266 502 170

##### **Institutoptico de Viana do Alentejo**

Rua Cândido dos Reis, 15 7090 - 238 Viana do Alentejo

**Tlf.:** 266 953 342

##### **Arnaldo Óptica**

R. da Ponte, 4 7170 - 018 Redondo

**Tlf.:** 266 909 251

**Desconto:** Condições especiais

#### Grupo ERGOVISÃO

##### **Évora**

Rua Serpa Pinto n.º 51

T. 266706088

##### **Redondo**

Rua 5 de Outubro, n.º 8

T. 266999467

**Desconto:** Condições especiais

## FARO

---

### AUTOMÓVEL

---

#### **Fernando Marcos Oficina Geral**

Vale da Arrancada, Lote 64 8500 Portimão

**Tlf./Fax:** 282 416 657

**Desconto:** 10%

#### **Oficina Auto de Manuel Conceição Jesus**

EN 125 – Cabeço Mocho Lote 2 R/C 8500 Portimão

**Tlf.:** 282 475 414

**Desconto:** 5%

**Monchipneus**

EN 125 Aldeia do Carrasco 8500-313 Portimão

**Tlf.:** 282 475 211 / 961 514 990

**Email:** geral@monchipneus.com

**Desconto:** 20 a 30%

## ERVANÁRIAS

---

**Ervanária Casa Universo**

Rua Vasco da Gama, 26 A 8500-739 Portimão

**Tlf:** 282 475 430

Rua da Igreja, 15 e 29 B 8500-597 Portimão

**Tlf:** 282 423 492

**Desconto:** 10% (Produtos e medicamentos)

## FORMAÇÃO

---

**Valor Por Medida Formação Profissional**

Rua Gonçalo de Loulé LoteA1 R/C Dt. 8100-626 Loulé

**Tlm.:** 917440056

**Fax:** 289 422 370

**Email:** geral@valorpormedida.pt

**Desconto:** 10%

**Super Lição, SA. (Ginásios da Educação da Vinci)**

Largo do Carmo, nº 51 8000-148 Faro

**Tlf.:** 808 203 547

**Email:** ginasios@davinci.com.pt

**Serviços:** Apoio Escolar Extracurricular/Formação/Psicopedagogia

**Desconto:** 25% sobre preço base nas mensalidades apoio escolar/explicações ou oferta vale de 50€ nas mensalidades de apoio escolar nas unidades aderentes: Alcochete, Almada, Amora, Armação de Pera, Beja, Benavente, Braga, Caldas da Rainha, Coimbra, Castelo Branco, Famalicão, Faro, Figueira da Foz, Guarda, Guimarães, Leiria, Lisboa, Mafra, Montijo, Olhão Palmela, Ponta Delgada, Porto, Póvoa do Varzim, Quarteira, Sacavém, Setúbal, Tavira, Tomar, Torres Novas, Vila Franca de Xira e Vila do Conde.

## GINÁSIOS

---

**My Center - Sports & Wellness (Singular Conceito, Lda.)**

Rua Matias Fernandes de Oliva, nº 7, Urb. Quinta das Marinhas, 8005-264 Faro

**Tlf:** 289 892 070

**Email:** mycenter@mycenter.pt

**Desconto:** Oferta de consulta de avaliação física e criação de treino personalizado; Desconto inicial de 50% na jóia de inscrição; Desconto inicial de 10% no cartão livre trânsito total desde que se façam acompanhar do respetivo meio de prova, extensível ao

cônjuge; Desconto cumulativo de 2% caso atinja as 50 inscrições e Desconto nos eventos de Team Building.

Válido para associados, colaboradores e respetivos cônjuges.

#### **Olimpic Fit – Health and Fitness Club –**

Rua Prof. Egas Moniz, nº 73 e 75 Montenegro 8005-274 Faro

**Email:** ruicova@netcabo.pt

**Desconto:** Jóia de inscrição e Seguro grátis; Off Peak (7h às 17H): máquinas – 25€, aulas e máquinas – 30€, Horário normal (7h-22h): máquinas – 29€, aulas e máquinas – 35€.

Este protocolo é válido para associados, cônjuges e filhos.

#### **Evolve Fitness Concept**

Rua da Comunidade Lusíada N.º 2, 8000-253 Faro

T. (+351) 289 001 059

T. (+351) 913 598 634

Email: geral@evolve.com.pt

**Desconto:** 20€ na adesão ao plano anual (39,90€ em vez de 59, 90€) e 1 semana grátis de utilização (ginásio, aulas de grupo, sauna e banho turco)

### **HOTELARIA**

---

#### **Hotel Alnacir \*\***

R Estrada Senhora da Saúde nº 24 8000-500 Faro

**Tlf.:** 289 803 678

**Email:** hotel.alnacir@mail.telepac.pt

**Desconto:** 10% sobre tarifas de balcão

#### **Aquashow Park Hotel E.N. 396 Semino – Quarteira**

**Tlf.:** 289 317 550

**Email:** hotel@aquashowpark.

**Parque Aquático e Temático:** 10% de desconto (Desconto aplicado ao sócio da ASPL e a mais três acompanhantes. Não acumulável com outras promoções)

**Hotel:** 20% desconto (de maio a setembro) 15% desconto (de outubro a abril) Os descontos são efetuados na receção do Hotel, mediante apresentação do cartão de associado e aplica-se nas reservas em nome do titular.

É necessária reserva prévia por email ou telefone com a indicação do acordo de associado por email ou telefone.

Os descontos não são acumuláveis com outras promoções em vigor

#### **Hotel Algarve Casino\*\*\*\*\***

(Solverde Casinos & Hotéis)

Av. Tomás Cabreira – Praia da Rocha, 8500-802 Portimão

Tel.: 282 402 000

Email: [hotelalgarve@solverde.pt](mailto:hotelalgarve@solverde.pt)

**Desconto:** 10% na tarifa BAR e nas refeições do restaurante do hotel

#### **Aqualuz Lagos Hotel & Apartments**

Rua Sacadura Cabral, 8, 8600-619 Lagos

T.: 282 770 620

Desconto: 10% sobre Tarifa Flexível, disponível em [Shotels.pt](http://Shotels.pt).

*(OS SÓCIOS INTERESSADOS EM BENEFICIAR DESTE DESCONTO DEVERÃO CONTACTAR A ASPL (marketing@aspl.pt) A FIM DE OBTEREM O CÓDIGO PROMOCIONAL)*

O desconto não é aplicável a tarifas não reembolsáveis.

## **OPTOMETRIA**

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Centro Óptico de Martinlongo**

Rua Dr. Antero Cabral, 56 8970-278 Martinlongo

**Tlf.:** 281 498 092

#### **Centro Óptico de Aljezur**

Rua 25 de Abril, 87 8670 - 088 Aljezur

**Tlf.:** 282 991 082/ 282 991 082

#### **Óptica J. Fonseca**

Rua Major Olival – Edf. Charlot, Loja B 8100 - 601 Loulé

**Tlf.:** 289 462 420

#### **Kupervisão**

Rua Bartolomeu Dias – Edf. Gaveto - Loja B 8125-178 Quarteira

**Tlf.:** 289 315 582

#### **Óptica Algarve**

Largo 5 de Outubro, 14 D (Largo dos Chorões) 8550 - 429 Monchique

**Tlf.:** 282 912 917

#### **Óptica Algarve**

R. do Comércio, 60 8500 - 633 Portimão

**Tlf.:** 282 485 086

#### **Óptica Algarve**

R. 5 de Outubro, 4 8300 - 127 Silves

**Tlf.:** 282 442 754

#### **Brunóptica**

Rua Baptista Lopes, nº 58 - R/C 8000 - 225 FARO

**Tlf.:** 289 095 193 / 915 005 603

**Desconto:** Condições especiais

### **Alberto Oculista:**

#### **Alvor**

Rua Dr. António José De Almeida, 17 R/C [(+351) 282 110 568]

#### **Armação de Pêra**

Rua D. Afonso III, Edf. Miramar, R/C Dtº [(+351) 282 110 629]

### **Faro**

Av. Calouste Gulbenkian, Edf. Hazenberg, lote A, loja A

União de Freguesias Sé e São Pedro [(+351) 282 070 336]

Tech Store - C. C. Fórum Algarve, piso 0, loja 0.76A [(+351) 289 107 133]

### **Lagoa**

Rua 25 de Abril, 26 [(+351) 282 110 598]

### **Lagos**

Rua Infante Sagres, 33A [(+351) 282 110 592]

Rua Garrett, 19 [(+351) 282 101 707]

### **Loulé**

Centro Comercial Mar Shopping, piso 0, loja 0.17 - Av. Algarve Complexo Industrial  
IKEA [T.289 071 092]

### **Monchique**

Largo 5 de Outubro, 14 [(+351) 282 110 570]

### **Portimão**

Centro Comercial Aqua Portimão, piso 0, loja 0.06 - Rua de São Pedro, 72 [(+351) 282 101 397]

Centro Comercial Continente Portimão, piso 0, loja 119B - Avenida V6 1 - Quinta  
Malata, lote 1 [(+351) 282 110 618]

Rua do Comércio, 7 [(+351) 282 103 418]

Rua do Comércio, 43 [(+351) 282 107 439]

Rua de São Tomé e Príncipe, lote 30, R/C Esq. [(+351) 282 110 599]

Edifício Marina CC, loja 5 - Praia da Rocha [(+351) 282 110 610]

### **Silves**

Rua João de Deus, 20 Loja C [(+351) 282 110 591]

### **Tavira**

Centro Comercial Gran Plaza, loja 2.11 - Rua Almirante Cândido dos Reis [(+351) 281 404 477]

**Descontos** proporcionados pelas *lojas do Grupo Alberto Oculista* aos associados e colaboradores da ASPL, bem como respetivos cônjuges e descendentes diretos:

- **50%** na compra de armações + Lentes graduadas. Oferta válida para uma utilização durante os primeiros 12 meses, a contar da data do protocolo;
- **30%** nas lentes de contacto, nas lentes oftálmicas, nos produtos de manutenção das lentes de contacto, nas armações e óculos de sol (exceto Cartier)
- **15%** nos serviços de audiologia
- **120€ de desconto** na compra de armações + lentes com anti-reflexo
- **consultas grátis** de optometria/contactologia
- realização de **rastreios visuais**

- oferta de vouchers
- facilidades de pagamento de 12x s/juros (sujeito a aprovação)

## **PAPELARIAS**

---

### **Algarve, Lda. (Papelaria)**

R. da Igreja, 25/27 8500 Portimão

**Tlf.:** 282 422 655

**Desconto:** 10% em livros e material

## **RELOJOARIA**

---

### **Relojoaria Fareense**

R. Santo António 14 8000-283 Faro

**Tlf.:** 289 807 917

**Email:** relojoariafareense@relojoariafareense.pt

**Desconto:** 10%, excepto services

## **RESTAURANTES**

---

### **Hamburgueria MEET.ME**

Av. São João de Deus, 60 8500-508 Portimão

**Tlm.:** 961 944 278

**Email:** tino\_sad@outlook.pt

**Desconto:** Na compra do Menu, oferta da sobremesa

## **SAÚDE**

---

### **Clínica Dr. Pedro Choy – Medicina Tradicional Chinesa**

Rua Veríssimo de Almeida, N° 14 e 16 8000 – 444 Faro

**Tlf:** 289 894 090

**Tlm:** 961 406 529

**Email:** faro@clnicaspedrochoy.com

### **Vip-Clinic Portimão**

Rua Mouzinho de Albuquerque 33 8500-710 Portimão

**Tlf/Fax:** 282 413 774

**Tlm.:** 962 728 087

**Email:** vipclinicportimao@gmail.com

**Web site:** www.vipclinicportimao.com

**Área/Serviços:** Nutrição, Saúde e Estética (Ex.: Psicologia, Emagrecimentos, Massagens, etc.)

**Desconto:** 20% em todos os sócios e familiares diretos, exceto nas consultas.

### **Fisio Miguel Arez**

Av. Miguel Bombarda, 23 – 2º 8500-299 Portimão

**Tlf.:** 282 482 319

**Tlm.:** 919 333 838

**Email:** fisioarez@gmail.com

**Serviços:** Fisioterapia e Par Biomagnético médico

**Desconto:** em atualização Habiclinic Urbanização

### **Habijovem**

Bloco C, Lote D, Loja Cj 8200 Albufeira

**Tlf.:** 289 516 938

**Tlm.:** 964 615 524 (Hugo Arez)

**Desconto:** 40% nos serviços de fisioterapia (consulta = 20€), de 10% nos serviços de psicologia e desconto até 20% na área da medicina dentária

### **ECLAT Day Spa Espaço de Saúde e Bem-estar**

Rua Veríssimo de Almeida, 18 R/C Esq 8000-444 Faro

**Tlf.:** 289 803 075

**Email:** marketing@eclat.pt

**Desconto:** 10% sobre a tabela de preços, a partir de um valor mínimo de 20€, com a exceção da venda de produtos e quando esses serviços forem prestados por entidades exteriores à empresa.

## **TERMAS**

---

### **Sociedade das Termas de Monchique**

Caldas de Monchique 8550-232 Monchique

**Tlf.:** 282 910 910

**Email:** reservas@monchiquetermas.com

**Desconto:** 10% (no alojamento e tratamentos)

## **TURISMO**

---

### **Parque de Campismo de Canelas**

(Turismóvel – Soc. Turismo do Algarve, Lda.)

8365-908 Armação de Pera

**Tlf.:** 282 312 612/3

**Tlm.:** 962 542 216

**Email:** turismovel@mail.telepac.pt

**Área/serviços:** Campismo e apartamentos T1 (4 pessoas) e T2 (6 pessoas)

Descontos: condições especiais

## **GUARDA**

---

## **AUTOMÓVEL**

---

### **Covipneus, Lda.**

Quinta do Frade – Gare, 6300 Guarda

**Tel.:** 271 237 992

**Desconto:** 10% a 40%

## CULTURA

---

### **Museu da Guarda**

Rua Alves Roçadas nº 30,

6300-863 Guarda

Tel.: 271 213 460

Email: [mguarda@imc-ip.pt](mailto:mguarda@imc-ip.pt)

Desconto: Entrada livre 1º domingo de cada mês; 50% para pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, portadores de deficiência e portadores do cartão jovem;

### **Museu Nacional do Pão**

Quinta Fonte do Marrão, Apart. 184, 6270-909 Seia

Tel.: 238 310 760

Email: [info@museudopao.pt](mailto:info@museudopao.pt)

Desconto: 20% na aquisição do bilhete adulto

## ELETRODOMÉSTICOS

---

### **Irmãos Mendonça**

Pç República 39, 6270-496 Seia

Tel.: 238 312 559

Email: [iml@netvisao.pt](mailto:iml@netvisao.pt)

Serviço: Reparação e venda de eletrodomésticos

Desconto: 5%

### **Seitécnica**

Av. 1º maio 24, 3270-479 Seia

Tel.: 238 320 031

Desconto: 12%

## FLORISTAS

---

### **Pétala da Torre**

Rua Camilo Castelo Branco, nº40 e 48, 6300-671 Guarda

Tel. 271212217

Email: [florista.torre@gmail.com](mailto:florista.torre@gmail.com)

Descontos: 10% em todos os artigos

### **Flori Estrela**

Av. Bombeiros Voluntários 22 R/C esq., 6270-436 Seia

Tel.: 238 321 024

Desconto: 10%

## GINÁSIOS

---

### **Seifitness – Health Club Lda**

Urb. Joaquim C. Carvalho, Ed. Solar II, 6270-482 Seia

Tel.: 238 085 625

Desconto: 10% a 15%



### **Aerobicenter**

Ginásio de Artes Marciais e Defesa Pessoal  
Rua da Liberdade nº 38 Tras., 6270-469 Seia  
Tlm.: 918 595 544  
Email: odiliocosta66@gmail.com  
Desconto: Isenção do pagamento da joia

### **CBE GYM - Clube Bem-Estar – Atividades Desportivas, Lda.**

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, Lote 41 R/Ch Dto, 6300-559 Guarda  
T.: 271 221 186  
Desconto: 10% nos serviços Economic Fit (Cardio-Fitness e musculação até às 15h) e Total Fit, sem fidelização, 2x ou livre.

## **OPTOMETRIA**

---

### **Grupo Ergovisão**

#### **Aguiar da Beira**

Av. de Liberdade, 36 A  
T. 232687087  
**Desconto:** Condições especiais

## **RETROSARIA**

---

### **Retrosaria Dulce**

Rua Afonso Costa, nº 35 R/C, 6270-481 Seia  
Tlm: 961 807 420  
Serviços: Retrosaria, arranjos de costura, malha por medida, restauro de arraiolos  
Desconto: 5% em compras superiores a 10€

## **LEIRIA**

---

---

## **OPTOMETRIA**

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Óptica Martinho**

Largo 5 de Outubro, 32 2460 - 019 Alcobaça  
Tlf.: 262 581 095

#### **Óticas - OCT**

Praça da Republica, 24 e 25 2500-798 Caldas da Rainha  
Tlf.: 262 098 408

#### **Óptica Cunha Fonseca (sede)**

Rua da Graça, 4 Apartado 24 2401 - 970 Leiria

**Tlf.:** 244 870 500

**Puro Olhar**

Rua Central, nº 10 - r/c A Boavista - Leiria 2420 - 415 Machados

**Tlf.:** 244 724 342

**Óptica Real Olhar**

Rua Engenheiro Duarte Pacheco, 2 Loja D 2425 - 031 Monte Real

**Tlf.:** 244 616 688

**Óptica Cadisan**

Av. 1º de Maio, 23 2430 - 210 Marinha Grande

**Tlf.:** 244 504 068

**Óptica Cardina Monteiro**

Rua Mouzinho de Albuquerque, 33 2450-254 Nazaré

**Tlf.:** 262 187 540

**Desconto:** Condições especiais

**Grupo ERGOVISÃO**

**Caldas da Rainha**

Rua Raúl Proença, n.º 69 Lojas 9 e 10

T. 262141624

**Leiria**

Av. Heróis de Angola, 74

T. 244837837

**Desconto:** Condições especiais

## LISBOA

---

### CASA E DECORAÇÃO

---

**Pollux**

R. Fanqueiros 276, 1149-031 Lisboa

Tel.: 218 811 200

Desconto: 5%

### EDUCAÇÃO / FORMAÇÃO

---

**Cambridge School**

Localização: Lisboa (Av. Liberdade, Guerra Junqueiro, Benfica e Campo Grande),  
Porto, Coimbra, Almada e Funchal.

Tel.: 213 124 637

Email: [info@cambridge.pt](mailto:info@cambridge.pt)

Desconto: 10% sobre o valor das mensalidades dos cursos de Inglês, Francês e Alemão

### **Atelier da Vida – Centro de Apoio Escolar e de Psicologia**

Praceta Ferreira de Mira nº 7B, 2820-273 Charneca da Caparica

Tel./Tlm.: 966 502 105

Email: [atelierdavidasapo.pt](mailto:atelierdavidasapo.pt)

Desconto: 20% nos serviços de psicologia e de 15 % no apoio escolar.

### **Avalforma – Formação e Consultoria**

Rua Álvaro Benamor, N.º 1 A, 1600-894

Serviços: Formação Modular para Empregados e Desempregados – UFCD (Unidades de Formação de Curta Duração) – nas áreas da Formação / Educação.

### **Colégio Europeu Astoria**

Av. Almirante Gago Coutinho N.º 88-88ª, 1700-031 Lisboa

Tel.: 211 583 551

Email: [info@colegioeuropeu-astoria.com](mailto:info@colegioeuropeu-astoria.com)

Serviços: Berçário, Creche, Jardim de Infância, 1º Ciclo, OTL, Atividades Extracurriculares.

Sistema bilingue (português/inglês) até ao 2º ano do 1º ciclo e trilingue

(português/inglês/alemão) no 3º e 4º anos do 1º ciclo.

Desconto: condições especiais

## **ENSINO SUPERIOR**

---

### **Escola Superior de Educação João de Deus**

Localidade: Lisboa

Descontos: redução de 10% sobre o valor das mensalidades.

Este protocolo beneficia associados e colaboradores da ASPL, bem como os seus cônjuges e descendentes. [Protocolo site da ESEJD](#)

## **ESTÉTICA**

---

### **Corpus Slim – Clínica Médica e Estética**

Amoreiras - Av. Engº Duarte Pacheco - Torre 2 Piso 5 Sala 1, 1070 Lisboa

Tel.: 213 860 346

Desconto: 20%

## **GERIATRIA**

---

### **Habitudados**

Estrada Nacional 10, nº 34, 2615-140 Alverca do Ribatejo

Tel: 211 955 668

Email: [alverca@habicuidados.pt](mailto:alverca@habicuidados.pt)

Serviços: Prestação de serviços de apoio domiciliário. Cuidados de saúde, limpeza, higiene e pequenas reparações domésticas. Comércio de artigos/ produtos de geriatria, ortopédicos. Prestação de serviços de fisioterapia, enfermagem, terapia da fala, nutricionista, terapia ocupacional e outras atividades de saúde humana.

Descontos: Serviços de apoio domiciliário permanente/esporádico:15%; Aluguer de equipamento/venda de artigos:10%; Atividades de saúde humana 1ª consulta:10%; Atividades de saúde humana(sessões seguintes):15%

### **AMETIC - Cuidados Continuados integrados e Cuidados Paliativos**

- Av. João II, Edf Marvi, Lote 2 Loja 11, 1950-152 Lisboa

- Unidade Residencial – Complexo Santa Bárbara

Rua Santa Bárbara N.º 93 Marquiteira, 2530-740 Lourinhã

Telf. 218 394 373

Email: [ametic.lisboa@gmail.com](mailto:ametic.lisboa@gmail.com)

Serviços: Cuidados Continuados, Cuidados Paliativos e Residências Assistidas.

Programa da Lombalgia e Programas de Lazer. Consultas.

Desconto para Associados da ASPL: 10% de desconto (Consultas e Internamento em longa duração, reabilitação, convalescença e cuidados paliativos)

## **GINÁSIOS**

---

### **Clube L – Lagoas**

Lagoas Park, Lt 6 (Ed. Health Club), 2740 - 245 Porto Salvo

Tel: 211 111 600

Email: [joana.vieira@clubel.pt](mailto:joana.vieira@clubel.pt)

Desconto: Valor de 13.75€ por semana a cada duas 27.50€

Fidelização de 1 ano

## **HOTELARIA**

---

### **Amazónia Hotéis**

#### **Amazónia Lisboa Hotel**

Tv. Fábrica dos Pentes 12, 1250-106 Lisboa

Tel.: 21 387 7006

#### **Amazónia Jamor Hotel**

Av. Tomás Ribeiro 129, 2790-446 Queijas

Tel.: 21 417 5638

**Amazónia Estoril Hotel**

R. Eng. Álvaro Pedro de Sousa 175, 2765-191 Estoril

Tel.: 21 468 0424

**Amazónia Palmela Apartamentos Turísticos**

Estrada Nacional, 379-2, Sítio de Poços-Vale de Touros, 2950-425 Palmela

Tel.: 21 087 8520

Email: reservas@amazoniahoteis.com

Desconto: 10% sobre tarifa do dia (BAR – Best Available Rate), mediante apresentação de cartão de sócio. Condições válidas apenas para reservas efetuadas diretamente com o hotel por email. Não se aplica a reservas efetuadas por outro canal.

## **OPTOMETRIA**

---

**Grupo Institutoptico**

**Da Vinci**

Av. Santos Matos, 19-A 2700 - 747 Amadora

Tlf.: 214 936 061

**Oculista Mirabela**

Largo Alexandre Gusmão, 20-C 2720 - 008 Damaia

Tlf.: 214 970 624

**Óptica 13**

R. 31 de Janeiro, 8-B 2775 - 295 Parede

Tlf.: 214 578 119

**Óptica 13 Sport**

R. José Relvas, 105-B 2775 - 222 Parede

Tlf.: 214 578 119

**Centro Óptico de Santos**

Rua da Boavista, 162 1200 - 109 Lisboa

Tlf.: 213 470 226

**Centro Óptico de Sta Luzia**

R. D. Estefânia, 22-D 1150 - 134 Lisboa

Tlf.: 213 530 612

**Ilustrevisão**

Rua Aquiles Machado, nº 4-A 1900-077 Lisboa

Tlf.: 218 489 531

**Lux-Óptica Ocular**

R. Almeida & Sousa, 22-C 1350 - 011 Lisboa

**Tlf.:** 213 858 538

**Oculista Central Cruz de Pedra**

Estrada de Benfica, 315-B/C 1500 - 074 Lisboa

**Tlf.:** 21 778 18 43

**Óptica 2000**

Rua de Belém, 106-B Belém 1300 - 085 LISBOA

**Tlf.:** 213 637 420

**Óptica Mendes Monteiro**

Pç. Paiva Couceiro, 2-B 1170 - 284 Lisboa

**Tlf.:** 218 138 774

**Óptica Sul América**

Estrada de Benfica, 698 Benfica 1500 - 111 Lisboa

**Tlf.:** 218 258 965

**Oculista de Camarate**

R. Avelino Salgado Oliveira, 8-Loja B 2680 - 104 Camarate

**Tlf.:** 219 472 523

**Oculista de Sacavém**

R. José Luís de Moraes, Lt.19-B 2685 - 075 Sacavém

**Tlf.:** 219 413 769

**Óptica Médica Coutinho**

R. João Luís de Moura, 39 2530 - 158 Lourinhã

**Tlf.:** 261 413 696

**Óticas - OCT**

Largo da Igreja, nº 9 C 2640 - 232 Encarnação (Mafra)

**Tlf.:** 261 858 768

**Institutoptico de Mafra**

Rua Cidade Frehel, 1 - R/C 2640 - 469 Mafra

**Tlf.:** 261 813 100

**Lookoptica** Av. D. Dinis, nº 22, r/c Dtº 2675 - 327 Odivelas

**Tlf.:** 219 325 435

**Óptica 2000**

R. Damião de Góis, 39-B 1495 - 044 Algés

**Tlf.:** 214 112 608

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 5-A Moinho das Antas 2780 - 241 Oeiras

**Tlf.:** 214 427 944

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

R. João Teixeira Simões, 1-3 2780 - 254 Oeiras

**Tlf.:** 214 425 100

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

Rua Dr. José da Cunha, 33-B Fórum Oeiras 2780-187 Oeiras

**Tlf.:** 214 415 916

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

R. Costa Pinto, 95-97 2770 - 213 Paço D'Arcos

**Tlf.:** 214 422 717

**Óptica de São Marcos**

Rua João XXI, Nº28, Loja 2790 - 369 Queijas

**Tlf.:** 214 173 451

**Institutoptico de Belas**

Av. Alexandre Herculano, nº 54 B 2605 - 015 Belas

**Tlf.:** 214 326 567

**Óptica Avenida do Cacém**

Av. dos Bons Amigos, 8-A 2735 - 073 Cacém

**Tlf.:** 219 147 021

**Óptica D. Maria II**

Rua D. Maria II, Loja A/B 2735 - xxx Cacém

**Tlf.:** 219 147 167

**Vistissom**

R. Ant. Nunes Sequeira, 32 Lj.1 2735 - 056 Cacém

**Tlf.:** 219 147 835

**Vive Óptica**

Largo D. Maria II, Parcela 5, Loja 1 2735-269 Cacém

**Tlf.:** 215 947 155

**Oculista Central de Mem Martins**

R. de Fanares, 14-A 2725 - 306 Mem Martins

**Tlf.:** 219 211 428

**Institutoptico de Monte Abraão**

Av. Luis de Camões, 15-B 2745 - 302 Monte Abraão

**Tlf.:** 214 376 484

**Institutoptico de Queluz**

Av. António Ennes, 41-43 2745 - 069 Queluz

**Tlf.:** 214 343 800

**Real Óptica**

Av. António Ennes, 14-B 2745 - 067 Queluz

**Tlf.:** 214 343 801

**Óticas - OCT**

Av. Marquês de Pombal, nº 5 2590 - 041 Sobral de Monte Agraço

**Tlf.:** 261 943 344

**Óticas - OCT**

Rua 1º de Dezembro  
Edifício Perdigão, nº 1-A 2560 - 300 Torres Vedras  
**Tlf.:** 261 324 569

**Óticas - OCT**

Av. 5 de Outubro, 28-A 2560 - 270 Torres Vedras  
**Tlf.:** 261 332 806

**Visão Plena**

Av. José Régio, nº 2 A 2745-807 Massamá  
**Tlf.:** 214 370 610

**Desconto:** Condições especiais

**Grupo ERGOVISÃO****Algés**

Avenida dos Bombeiros Voluntários, n.º 72C  
T. 214102203

**Lisboa – Ótica SAMS Quadros**

Av. António Augusto de Aguiar, nº 142A  
T. 215825128

**Pontinha**

Rua de Santo Eloy, 8-A  
T. 214795803

**Desconto:** Condições especiais

## **PSICOLOGIA**

---

**Atelier da Vida – Centro de Apoio Escolar e de Psicologia**

Praceta Ferreira de Mira nº 7B, 2820-273 Charneca da Caparica  
Tel./Tlm.: 966 502 105  
Email: atelierdavid@sapo.pt

**Desconto:** 20% nos serviços de psicologia e de 15 % no apoio escolar.

**Maria Costa Neves – Psicologia Clínica/Neuropsicologia**

(Clínica Médica Central)  
Av. De Moscavide, 37, 1º andar, 1885-065 Moscavide  
Tel.: 219 446 005 / 219 444 132  
Email: mariacostaneves@icloud.com  
**Desconto:** 20% sobre os Preços de tabela



## SAÚDE

---

### **Fitoclinic – Medicina Natural, Lda**

Campo Pequeno n.º 21 – 1º esq/dir, 1000-079 Lisboa

**Tel.:** 211 531 582 / 966 405 845

**Email:** info@fitoclinic.pt

**Desconto:** 20% nas consultas de Osteopatia, Naturopatia, Acupuntura, Consulta de Medicina Ayurvédica e Nutrição e de 10% em terapias manuais (Massagens, Drenagem Linfática, Tui-Na e Reflexologia)

### **Instituto 4 Life**

#### **(Gravidez e Pós-Parto)**

- Rua Manuel da Fonseca 5 E – 1600-001 Lisboa

- Passeio do Adamastor n.º 3 A (instalações Helen Doren) 1990-185 Lisboa

- Rua Capitão Leitão, n.º84 – CC Andorinhas, loja 9 2800-133 Almada

- Av. Marginal – Hotel Cascais Miragem (Instalações do Holmes Place) 2754-536 Cascais

Email: geral@instituto4life.com | [instituto4life@gmail.com](mailto:instituto4life@gmail.com)

Desconto: 10% no curso de preparação para o nascimento e parentalidade 4 Life Team; 1 workshop gratuito da lista de workshops do curso LowCost.

## OPTOMETRIA

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Da Vinci**

Av. Santos Matos, 19-A 2700 - 747 Amadora

**Tlf.:** 214 936 061

#### **Oculista Mirabela**

Largo Alexandre Gusmão, 20-C 2720 - 008 Damaia

**Tlf.:** 214 970 624

#### **Óptica 13**

R. 31 de Janeiro, 8-B 2775 - 295 Parede

**Tlf.:** 214 578 119

#### **Óptica 13 Sport**

R. José Relvas, 105-B 2775 - 222 Parede

**Tlf.:** 214 578 119

#### **Centro Óptico de Santos**

Rua da Boavista, 162 1200 - 109 Lisboa

**Tlf.:** 213 470 226

#### **Centro Óptico de Sta Luzia**

R. D. Estefânia, 22-D 1150 - 134 Lisboa

**Tlf.:** 213 530 612

#### **Ilustrevisão**

Rua Aquiles Machado, n.º 4-A 1900-077 Lisboa

**Tlf.:** 218 489 531

**Lux-Óptica Ocular**

R. Almeida & Sousa, 22-C 1350 - 011 Lisboa

**Tlf.:** 213 858 538

**Oculista Central Cruz de Pedra**

Estrada de Benfica, 315-B/C 1500 - 074 Lisboa

**Tlf.:** 21 778 18 43

**Óptica 2000**

Rua de Belém, 106-B Belém 1300 - 085 LISBOA

**Tlf.:** 213 637 420

**Óptica Mendes Monteiro**

Pç. Paiva Couceiro, 2-B 1170 - 284 Lisboa

**Tlf.:** 218 138 774

**Óptica Sul América**

Estrada de Benfica, 698 Benfica 1500 - 111 Lisboa

**Tlf.:** 218 258 965

**Oculista de Camarate**

R. Avelino Salgado Oliveira, 8-Loja B 2680 - 104 Camarate

**Tlf.:** 219 472 523

**Oculista de Sacavém**

R. José Luís de Moraes, Lt.19-B 2685 - 075 Sacavém

**Tlf.:** 219 413 769

**Óptica Médica Coutinho**

R. João Luís de Moura, 39 2530 - 158 Lourinhã

**Tlf.:** 261 413 696

**Óticas - OCT**

Largo da Igreja, nº 9 C 2640 - 232 Encarnação (Mafra)

**Tlf.:** 261 858 768

**Institutoptico de Mafra**

Rua Cidade Frehel, 1 - R/C 2640 - 469 Mafra

**Tlf.:** 261 813 100

**Lookoptica** Av. D. Dinis, nº 22, r/c Dtº 2675 - 327 Odivelas

**Tlf.:** 219 325 435

**Óptica 2000**

R. Damião de Góis, 39-B 1495 - 044 Algés

**Tlf.:** 214 112 608

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 5-A Moinho das Antas 2780 - 241 Oeiras

**Tlf.:** 214 427 944

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

R. João Teixeira Simões, 1-3 2780 - 254 Oeiras

**Tlf.:** 214 425 100

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

Rua Dr. José da Cunha, 33-B Fórum Oeiras 2780-187 Oeiras

**Tlf.:** 214 415 916

**Ofetal Óptica Nova Oeiras**

R. Costa Pinto, 95-97 2770 - 213 Paço D'Arcos

**Tlf.:** 214 422 717

**Óptica de São Marcos**

Rua João XXI, N°28, Loja 2790 - 369 Queijas

**Tlf.:** 214 173 451

**Institutoptico de Belas**

Av. Alexandre Herculano, nº 54 B 2605 - 015 Belas

**Tlf.:** 214 326 567

**Óptica Avenida do Cacém**

Av. dos Bons Amigos, 8-A 2735 - 073 Cacém

**Tlf.:** 219 147 021

**Óptica D. Maria II**

Rua D. Maria II, Loja A/B 2735 - xxx Cacém

**Tlf.:** 219 147 167

**Vistissom**

R. Ant. Nunes Sequeira, 32 Lj.1 2735 - 056 Cacém

**Tlf.:** 219 147 835

**Vive Óptica**

Largo D. Maria II, Parcela 5, Loja 1 2735-269 Cacém

**Tlf.:** 215 947 155

**Oculista Central de Mem Martins**

R. de Fanares, 14-A 2725 - 306 Mem Martins

**Tlf.:** 219 211 428

**Institutoptico de Monte Abraão**

Av. Luis de Camões, 15-B 2745 - 302 Monte Abraão

**Tlf.:** 214 376 484

**Institutoptico de Queluz**

Av. António Ennes, 41-43 2745 - 069 Queluz

**Tlf.:** 214 343 800

**Real Óptica**

Av. António Ennes, 14-B 2745 - 067 Queluz

**Tlf.:** 214 343 801

**Óticas - OCT**

Av. Marquês de Pombal, nº 5 2590 - 041 Sobral de Monte Agraço

**Tlf.:** 261 943 344

**Óticas - OCT**

Rua 1º de Dezembro

Edifício Perdigão, nº 1-A 2560 - 300 Torres Vedras

**Tlf.:** 261 324 569

**Óticas - OCT**

Av. 5 de Outubro, 28-A 2560 - 270 Torres Vedras

**Tlf.:** 261 332 806

**Visão Plena**

Av. José Régio, nº 2 A 2745-807 Massamá

**Tlf.:** 214 370 610

**Desconto:** Condições especiais

---

## MADEIRA

---

### EDUCAÇÃO

---

**Academia de Línguas da Madeira**

Rua do Ribeirinho de Baixo, 33B - 2º

9050-447 Funchal

Tel.: 291 231 069

Fax: 291 230 211

Email: [alm@netmadeira.com](mailto:alm@netmadeira.com)

Desconto: 5% na frequência de turmas existentes; condições especiais em pacotes de aulas individuais ou grupos pequenos.

### HOTELARIA

---

**Aparthotel Imperatriz**

Rua Imperatriz D. Amélia, 72

9000-018 Funchal

Tel.: 291 233 456/7/8

Email: [info@hotel-imperatriz.com](mailto:info@hotel-imperatriz.com)

Desconto: 25% sobre tarifa de balcão

**Estalagem do Vale**

Feiteiras de Baixo

9240-206 São Vicente

Tel.: 291 233 458

Email: [info@estalagemdovale.com](mailto:info@estalagemdovale.com)

Desconto: 25% sobre tarifa de balcão

**Pestana Quinta do Arco**

Sítio da Lagoa

9230-018 Arco S. Jorge

Tel.: 291 570 250

Email: [fo.quintadoarco@pestana.com](mailto:fo.quintadoarco@pestana.com); [sales.madeira@pestana.com](mailto:sales.madeira@pestana.com)

Serviços: A Quinta do Arco, situada na Costa Norte da Ilha da Madeira, é um imenso jardim botânico, com vilas independentes, em harmonia com o ambiente rural. Os milhares de rosas da vasta coleção do Roseiral, surpreendem colecionadores e todos os que o visitam.

Descontos: **de 10% a 15% na estadia (preços site Pestana)**. Entradas no roseiral (abril a dezembro) – 4€/pessoa. Reservas obrigatoriamente marcadas por email.

## **JOALHARIA**

---

### **Joalharia São Pedro**

Rua das Pretas, n.º 59

9000-049 Funchal

Tel.: 291 222 202

Email: [joalharia.s.pedro@gmail.com](mailto:joalharia.s.pedro@gmail.com)

Desconto: 15% na compra de qualquer artigo a pronto pagamento, à exceção dos serviços prestados. Pagamento com cartão – desconto de 10%.

## **LAZER**

---

### **Porto Santo Sub**

*Centro de Mergulho, Lda.*

Clube Naval do Porto Santo

9400-080 Porto Santo

Tlm.: 916 033 997

Fax: 291 983 259

Email: [geral@portosantosub.com](mailto:geral@portosantosub.com)

Serviços: Centro e Escola de Mergulho

Descontos: 10% nos cursos de mergulho e de 5% nas saídas organizadas de mergulho.

## **OPTOMETRIA**

---

### **Grupo ERGOVISÃO**

#### **Funchal**

Rua dos Aranhas, 25 A

T. 291634938

Desconto: Condições especiais

## **SAÚDE**

---

### **Smile Up**

Rede de Clínicas Dentárias

Localização: Viana do Castelo, Braga, Barcelos, Guimarães, Espaço Guimarães, Famalicão, Vila Real, Póvoa de Varzim, Santo Tirso, Paredes, Paços de Ferreira, Matosinhos, Areosa,

Campo Alegre, Trindade, V.N. Gaia, Aveiro, Espinho, São João da Madeira, Ílhavo, Viseu, Cantanhede, Coimbra, Figueira da Foz, Covilhã, Caldas da Rainha, Benedita, Torres Vedras, V.F. Xira, Alcântara, Alegro Alfragide, Alvalade, Arroios, Benfica, Campo Pequeno, Campo de Ourique, Lumiar, Barreiro, Évora, Almodôvar, Portimão, Lagoa, Faro, Albufeira, Loulé e **Funchal**.

Desconto: até 20%. Extensível a cônjuges e filhos.

## VETERINÁRIOS

---

**VetFunchal** – Centro Médico Veterinário, Lda.

Calçada da Cabouqueira, 61

9000-171 Funchal

Tel.: 291 743 883

Email: [vetfunchal@mail.telepac.pt](mailto:vetfunchal@mail.telepac.pt)

Serviços: Medicina Veterinária – consultas, vacinas, tratamentos, hospitalização, exames complementares de diagnóstico e cirurgias.

Desconto: 10%

## PORTALEGRE

---

### OPTOMETRIA

---

**Grupo Institutoptico**

**Futuróptica**

Rua Combatentes da Grande Guerra, 24 B - R/C 7370 - 050 Campo Maior

**Tlf.:** 268 680 413

**Elióptica**

Rua da Carreira, 27 C 7350 - 069 Elvas

**Tlf.:** 268 626 584

**Óptica Barreto**

Rua 5 de Outubro, 7 7300 - 133 Portalegre

**Tlf.:** 245 204 224

**Desconto:** Condições especiais

## PORTO

---

### BELEZA E BEM-ESTAR

---

**SPASO ZEN – Wellness & Beauty**

**Porto:** Rua do Campo Alegre, n.º 1256

T. 226 099 723

Email: [info@spasozen.pt](mailto:info@spasozen.pt)

**Paredes:** Trav. Conde Ferreira N.º 46

Telefone: 968 025 175

Email: [infoparedes@spasozen.com](mailto:infoparedes@spasozen.com)

Desconto: 50% numa massagem definida mensalmente pelo Spaso Zen; 50% numa massagem à escola (valor superior a 40€); 20% em terapias; de 30% a 40% em circuitos e packs; 20% em Consultoria de Imagem Pessoal; 10 em mensalidades das aulas e workshops e isenção de jóia de inscrição.

## **CABELEIREIROS**

---

### **Inês Pereira Cabeleireiros, Lda**

(Lojas no Porto, Matosinhos, V.N. Gaia e Maia)

IP – Firmeza (Baixa) - Rua da Firmeza, 509-511, 4000-230 Porto

IP – Antas - Rua Oliveira Martins, 155, 4200-429 Porto

IP – Boavista - Av. da Boavista, nº 4143, 4100 Porto

IP – Norteshopping - Rua Sara Afonso, n.º 105 Piso 0, Loja 150, 4460-841 Senhora da Hora

IP-El Corte Inglés - Av. da República, nº 1435 Piso -1 | 4430-999 V. N. de Gaia

IP-Barbearia Tinoco - R. de Sá da Bandeira, nº13, 4000-433 Porto

IP – Maia - Rua Dr. Augusto Martins, nº 118, 4470-145 Maia

Desconto: 20% nos serviços de cabeleireiro e 10% em produtos do Grupo Inês Pereira (não cumulável com promoções e excluindo brushing e serviço de extensões e alisamento)

## **CHOCOLATERIA**

---

### **Maria Chocolate\*\*\*\*\* Chocolates Finos Artesanais**

FÁBRICA (venda ao público)

Travessa Monte Grande nº 7

4430-432 · Vilar de Andorinho - Vila Nova de Gaia

Centro Comercial La Vie - loja 1

Rua Fernandes Tomás, 506

4000-211 · Porto

T.: 227 849 324 / 916 567 192

Email: [info@mariachocolate.pt](mailto:info@mariachocolate.pt)

Desconto: 5% PVP (não acumulável com outras promoções)

## **ENSINO SUPERIOR**

---

### **ISAG - Instituto Superior de Administração e Gestão**

Rua de Salazar, 842 - 4100-442 Porto

Telef: 220 303 200

Email: [isag@isag.pt](mailto:isag@isag.pt)

Descontos:

- Licenciaturas: Oferta da Matrícula

- Mestrados: Oferta da Matrícula

- Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP): Oferta da Matrícula

- Programas Executivos: 10% de desconto nas propinas de frequência

- Formação à Medida: Condições especiais  
Beneficia associados da ASPL e familiares de 1º grau.

#### **Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti**

R. de Gil Vicente 138-142, 4000-225 Porto

Tel.: 225 573 420

Descontos: Licenciaturas e Pós-Graduações/Mestrados – 5% na inscrição, mensalidade e anuidade.

Este protocolo beneficia todos os associados da ASPL, bem como respetivos cônjuges e filhos.

#### **ISMAI – Instituto Universitário da Maia**

Av. Carlos de Oliveira Campos, 4475-690 Maia

Tlf.: 229 866 00 | Email: [info@ismai.pt](mailto:info@ismai.pt)

Descontos: redução de 10% no valor das prestações da propina anual.

Este protocolo é válido para sócios e funcionários da ASPL, bem como respetivos cônjuges e filhos.

#### **Universidade Portucalense**

R. Dr. António Bernardino de Almeida 541, 4200-072 Porto

Tlf.: 225 572 000 | Email: [upt@upt.pt](mailto:upt@upt.pt)

Descontos: redução de 5% na inscrição e de 5% nas propinas. Este protocolo beneficia sócios da ASPL, bem como respetivos cônjuges e filhos.

### **FORMAÇÃO**

---

#### **Formaconde – Formação Profissional Lda**

Campo 24 de Agosto, 129 Es. 411

4300-504 Porto

Tel.: 225 372 080

Email: [geral@formaconde.com](mailto:geral@formaconde.com)

Desconto: 6% no custo total das ações de formação não-financiadas, podendo igualmente frequentar as ações de formação financiadas realizadas pela Formaconde.

#### **Cognos, Formação e Desenvolvimento Pessoal**

Edifício Gran Vila

Rua Engenheiro Adelino Amaro da Costa, nº15 - 9º andar – sala 9.2

4400-134 Vila Nova de Gaia

Tel: 220 965 669

Tlm: 916 036 011

Email: [geral@cognos.pt](mailto:geral@cognos.pt)

Área/serviços: Formação

Desconto: 15% em cursos e FAPS (Formações avançadas pós-universitárias)

### **GERIATRIA**

---

#### **Venerável Ordem Terceira de N. Srª do Carmo – Residência Sénior**

Pç Carlos Alberto n.º ¼, 4050-157 Porto

Tel.: 222 078 400 / 936776167



Email: [fm@ordemdocarmo.pt](mailto:fm@ordemdocarmo.pt)

Desconto: dispensa da prestação de caução (valor equivalente a uma mensalidade) aquando da admissão de residente na Residência Sénior da Ordem do Carmo e 0.50€ de desconto na entrada no Circuito Turístico da Ordem do Carmo

## **HOTELARIA**

---

### **Hotel Solverde SPA & Wellness Center\*\*\*\*\* (Solverde Hotéis)**

Av. da Liberdade, 4405-362 S.Félix da Marinha

Tel.: 227 338 030

Email: [hotelsolverde@solverde.pt](mailto:hotelsolverde@solverde.pt)

Desconto: 10% na tarifa BAR, nas refeições do restaurante do hotel e em tratamentos e produtos.

### **Penafiel Park Hotel & Spa**

Quinta das Lajes, 4560-232 Penafiel

Tel.: 255 710 100

Email: [reservas@penafielparkhotel.com](mailto:reservas@penafielparkhotel.com)

Desconto: 15% sobre a Tarifa do dia pretendido. Exceto datas temáticas.

### **Hotel Dom Henrique Downtown**

Rua do Bolhão, 223, 4000-112 Porto

Tel.: 223 401 616

Desconto: 10% sobre a melhor tarifa disponível no dia, no site do hotel, mediante identificação como associado da ASPL

### **S. Hotels Collection:**

#### **Porto Palácio Congress Hotel & SPA**

Av. Boavista, 1269, 4100-130 Porto

T.: 226 086 600

#### **The Artist Porto Hotel & Bistrô**

Rua da Firmeza, nº49, 4000-228 Porto

T.: 220 132 700

#### **The House Ribeira Porto Hotel**

Rua Infante Dom Henrique, 26, 4050-296 Porto

T.: 220 119 006

Desconto: Tarifas com 10% de desconto sobre Tarifa Flexível, disponível em [Shotels.pt](http://Shotels.pt). (Os sócios interessados em beneficiar deste desconto deverão contactar a ASPL – [marketing@aspl.pt](mailto:marketing@aspl.pt) – a fim de obterem o código promocional). O desconto não é aplicável a tarifas não reembolsáveis.

## **LAZER**

---

### **Venerável Ordem Terceira de N. Sr<sup>a</sup> do Carmo – Circuito Turístico**

Pç Carlos Alberto n.º ¼, 4050-157 Porto

Tel.: 222 078 400 / 936776167

Email: fm@ordemdocarmo.pt

Desconto: 0.50€ de desconto na entrada no Circuito Turístico da Ordem do Carmo e dispensa da prestação de caução (valor equivalente a uma mensalidade) aquando da admissão de residente na Residência Sénior da Ordem do Carmo

### **Zoo Santo Inácio Gaia-Porto**

Rua 5 de Outubro, 4503, 4430-809 Avintes - Vila Nova de Gaia

Tel.: 227 878 500/13

Email: info@zoosantoinacio.com

Desconto: 10% ao titular do cartão

## **OPTOMETRIA**

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Óptica Parente**

Rua 20 de Junho-Edif. Central Zezerence, K, Lj r/c 4640 - 470 Santa Marinha do Zêzere

Tlf.: 254 882 396

#### **Institutoptico de Felgueiras**

Av. Dr. Leonardo Coimbra, 594 Edifício Palmeira 4610 - 105 Felgueiras

Tlf.: 255 311 010

#### **Teorema Óptica**

Rua D. Afonso Henriques, 474 4435 - 006 Rio Tinto

Tlf.: 229 724 588

#### **Era Actual**

Rua Trindade Coelho, 214 - Loja 5 4425-411 Águas Santas

Tlf.: 229 750 465

#### **Era Actual**

Rua Nova dos Moutidos, 53 4425-156 Águas Santas

Tlf.: 223 187 446

#### **Institutoptico do Conde**

Av. do Conde, 6160 4465 - 095 S. Mamede Infesta

Tlf.: 229 020 703

#### **Ótica Médica de Baltar**

Av. Bombeiros Voluntários, 1452 4585-015 Baltar

Tlf.: 224 155 424

#### **Guedes Ópticas**

Rua da Cedofeita, 236 4050 - 174 Porto

Tlf.: 222 057 085

**Oculista de Campanhã**

R. da Estação, 108-110 4300 - 171 Porto  
Tlf.: 225 367 914

**Desconto:** Condições especiais

**Grupo ERGOVISÃO****Ermesinde**

Rua Rodrigues de Freitas, 1358  
T. 224103536

**Gondomar – Hospital**

HE-UFP, Avenida Fernando Pessoa, nº150  
T. 222455465

**Leça da Palmeira**

Avenida dos Combatentes da Grande Guerra, nº 659  
T. 220969121

**Maia – Águas Santas**

R. Dom Afonso Henriques n.º 2902  
T. 229722842

**Matosinhos**

Avenida da República nº 618  
T. 223191216

**Penafiel**

Praça Municipal nº 19  
T. 255160414

**Porto – Hospital S. João**

Alameda Prof. Hernâni Monteiro, Atrium Hospitalidade Piso 1  
T. 223239512

**Porto – Ótica SAMS Quadros**

Rua Júlio Dinis, Nº 935 R/C Dto  
T. 221119739

**Porto – Rua Constituição**

Rua da Constituição nº 135  
T. 220992040

**Porto – Passos Manuel**

Rua Passos Manuel 22  
T. 222073300

**Porto – Shopp. Cidade Porto**

Rua Gonçalo Sampaio, Shopping Cidade Porto, p1,Lj. 228  
T. 226095760

**V. N. Gaia**

Avenida da Republica nº 1368

T. 223753134

**Desconto:** Condições especiais

## **PSICOLOGIA**

---

**Clínica da Mente**

Rua Costa Cabral N.º 799 - 4200-224 Porto

Tlf. 222 081 328

Email: [geral@clinicadamente.com](mailto:geral@clinicadamente.com)

Desconto: 15% na Consulta de Avaliação e Diagnóstico e nos Planos de Tratamento.

**MDC Psicologia e Formação**

Av. França 256 – Lj 17 - 4050-276 Porto

Tel.: 226 171 257 Tlm.: 966 171 257

Email: [mdcpsicologia@outlook.com](mailto:mdcpsicologia@outlook.com)

Desconto: 20% nas consultas de Orientação Vocacional e Profissional, e de 15% nas consultas de Psicologia, Avaliação psicológica, Acompanhamento Psicopedagógico e em cursos e Workshops.

## **SAÚDE**

---

**Grupo Esfera Saúde**

(Medicina Dentária)

Av. António Santos Leite, 285

4470-142 Maia

Tlf.: 220 169 121

Desconto: 20% nas consultas e 10% em tratamentos (ortodôntico, nomeadamente)

**Clínica Dr. João Neto**

Av. Boavista, 834 – 1º e 2º, 4200-112 Porto

Tel.: 226 067 379 / 929 190 013

Email: [clnicadrjoaoneto.porto@gmail.com](mailto:clnicadrjoaoneto.porto@gmail.com)

Serviços: Medicina Dentária, Anestesiologia, Cirurgia Vascular, Cirurgia Geral, Clínica Geral, Medicina Física e Reabilitação, Neurologia, Oftalmologia, Psiquiatria, Radioterapia, Cirurgia Maxilo-Facial, Ortodôntia, Gastrenterologia, Genética Médica, Otorrinolaringologia, Pediatria, Neurofisiologia, Nutrição, Podologia, Homeopatia/Osteopatia, Acupuntura, Terapia da Fala, Enfermagem, Patologia Clínica e Análises Clínicas.

Desconto: 20% em tratamento

## SANTARÉM

---

### OPTOMETRIA

---

#### Grupo Institutoptico

##### **Óptica Isabel**

Rua Gago Coutinho, 1, 2380 - 073 Alcanena

**Tlf.:** 249 891 863

##### **Óptica Barreto**

R. Luís Falcão Sommer, 78, 330 - 176 Entroncamento

**Tlf.:** 249 719 096

##### **Condóptica**

Av. D. José Alves Correia da Silva, 333, 2495 - 402 Fátima

**Tlf.:** 249 521 945

##### **Condóptica**

Av. D. Nuno Álvares Pereira, 253 A, 2490 - 486 Ourém

**Tlf.:** 249 545 514

##### **Condóptica**

Rua Marquês Pombal, 35-37, 2300 - 510 Tomar

**Tlf.:** 249 323 091

##### **Filmóptica**

R. Everard, 41 Apartado 93, 2304 - 909 Tomar

**Tlf.:** 249 322 375

##### **Óptica Isabel**

Av. dos Bombeiros Voluntários, Lote 2 - R/C - Dtº Apartado 172, 2350 - 679 Torres Novas

**Tlf.:** 249 812 169

##### **Óptica Isabel**

Av. Sá Carneiro, Lote 7 - Loja 2 2350 - 536 Torres Novas

**Tlf.:** 249 823 001

**Desconto:** Condições especiais

#### Grupo ERGOVISÃO

##### **Fátima**

Av. Beato Nuno, Lote 7, 406, R/c Dtº

T. 249148766

**Desconto:** Condições especiais

## SETÚBAL

---

## EDUCAÇÃO

---

### **Academia Núcleo do Saber – Centro de Apoio ao Estudo**

Pça. D. Sebastião, 104-97, 2870-087 Montijo

Email: [nucleodosaber.mtj@gmail.com](mailto:nucleodosaber.mtj@gmail.com)

Tel.: 960 075 337

Desconto: 10% sobre mensalidade

### **Vértice do Saber, Lda**

Atividades Lúdicas, Pedagógicas e Psicologia

Praceta José M<sup>a</sup> Vieira n<sup>o</sup> 6 E 6<sup>a</sup>, 2845-478 Amora

Tlm.: 961 010 640

Email: [verticedosaber@gmail.com](mailto:verticedosaber@gmail.com)

Desconto: 15%

### **Atelier da Vida – Centro de Apoio Escolar e de Psicologia**

Praceta Ferreira de Mira n<sup>o</sup> 7B

2820-273 Charneca da Caparica

T. 966 502 105

Email: [atelierdavidasapo.pt](mailto:atelierdavidasapo.pt)

Desconto: 20% nos serviços de psicologia e no apoio escolar.

## GINÁSIOS

---

### **Evolution Wellness e Fitness Center**

Av. Olivença 436, 2870-108 Montijo

T.: 918 581 045

Descontos: Isenção da taxa de inscrição e condições especiais sobre mensalidades.

Descontos também na Clínica de Estética Por Ti, na Dom da Forma, na Athlete's Foot e na Decathlon (Fórum Montijo) e no Centro Médico Marfim.

Desconto: 50% da taxa de inscrição e 30% de desconto no valor mensal desde que o mesmo não acumule com campanhas em vigor

### **Sunset Fitness Club**

Av. D. Manuel I, Clube Náutico, 2890-014 Alcochete

T. 927 621 425

Email: [beatriz.anjos@sunsetfitnessclub.com](mailto:beatriz.anjos@sunsetfitnessclub.com)

Desconto: Plano “Sun Partner” – mensalidade de 27,90€/mês – Livre-Trânsito com acesso à sala de exercício e aulas de grupo no horário das 7h às 22h (2<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup> f), das 9h às 19h (sábados) e das 9h às 14h (domingos e feriados); contrato SDD (Sist. Débito Direto) de 6 meses renovável conforme as condições em contrato; oferta da taxa de inscrição no valor de 50€; seguro anual 10€ (a pagar no ato de inscrição)

### **PumpAddicted Health & Fitness**

Cais do Seixalinho, 2870-491 Montijo

T. [212 311 317](tel:212311317) / 914 934 481

Email: [geral@pumpaddicted.pt](mailto:geral@pumpaddicted.pt)

Descontos:

- Oferta da inscrição (no valor de 60€), mediante a referência de 7 contactos de possíveis sócios

- Redução de 30€ no valor da mensalidade (39,90€ em vez dos 69,90€), sendo que este valor deverá ser sempre por débito direto e com um compromisso de 12 meses.  
Este protocolo beneficia sócios e colaboradores da ASPL e seus descendentes, desde que devidamente identificados

## HOTELARIA

---

### **Aqualuz Suite Hotel Apartamentos**

Tróia - Carvalhal GDL 7570-789 Tróia

T.: 265 499 000

### **Troiaresidence**

Tróia - Carvalhal GDL 7570-789 Tróia

T.: 265 499 000

Desconto: 10% sobre Tarifa Flexível, disponível em [Shotels.pt](http://Shotels.pt).

*(OS SÓCIOS INTERESSADOS EM BENEFICIAR DESTE DESCONTO DEVERÃO CONTACTAR A ASPL ([marketing@aspl.pt](mailto:marketing@aspl.pt)) A FIM DE OBTEREM O CÓDIGO PROMOCIONAL)*

O desconto não é aplicável a tarifas não reembolsáveis.

### **Hotel do Mar\*\*\*\***

Rua General Humberto Delgado, 10, 2970-628 Sesimbra

Tel.: 212 288 300

Email: [hoteldomar@hoteldomar.pt](mailto:hoteldomar@hoteldomar.pt)

Desconto: Condições especiais, válidas para reservas individuais (através do email [d.reservas@hoteldomar.pt](mailto:d.reservas@hoteldomar.pt) ou do fax: 351 212 233 888). Durante a estadia poderá beneficiar de um desconto de 10% sobre a Carta de Bar e no serviço à carta, do restaurante panorâmico.

## OPTOMETRIA

---

### **Grupo Institutoptico**

#### **Óptica Kapa Rica**

Rua dos Pescadores, nº 35 C, 2825 – 388 Costa da Caparica

Tlf.: 212 911 391

#### **Hit Ótica**

Rua Artur Garrett, nº 2 A, 2890 - 010 Alcochete

Tlf.: 212 342 656

#### **Institutoptico de Alcochete**

Largo Coronel Ramos da Costa, 34, 2890 - 023 Alcochete

Tlf.: 212 341 796

#### **Centro Diagnóstico da Visão**

R. Sociedade Incrível Almadense, 3-B, 2800 - 208 Almada

Tlf.: 212 745 729

**Óptica Manarte**

Av. D. Nuno Álvares Pereira, 19 - A 2800 - 174 Almada

**Tlf.:** 212 747 467

**Óptica Manarte**

Rua Cooperativa Piedense, 71-D Cova da Piedade 2800 - 239 Almada

**Tlf.:** 212 767 344

**Ópticas Bastos - Hipervisual**

R. Sociedade Incrível Almadense, 3-A 2800 - 208 Almada

**Tlf.:** 212 766 307

**Optovisual – Ópticas Bastos**

Av. Heliodoro Salgado, nº 12 2800 - 099 Almada

**Tlf.:** 210 135 570

**Óptica Cândido**

Rua Antonio de Andrade, 1157, Bloco C, Loja 1 Marco Cabaço 2820 - 287 Charneca da Caparica

**Tlf.:** 212 970 441

**Óptica Cândido**

Rua Ary dos Santos, Lote 12-A. Lj 3 2810 - 433 Feijó

**Tlf.:** 212 582 752

**Óptica Cândido**

Av. 23 de Julho, 390-B 2810 - xxx Laranjeiro

**Tlf.:** 212 502 035

**Visualis Óptica**

R. Miguel Bombarda, 252 2830 - 289 Barreiro

**Tlf.:** 212 148 194

**Visualis Óptica**

Av. Alfredo da Silva, 68 2830 - 340 Barreiro

**Tlf.:** 212 073 308

**Óptica Milheiro**

Av. J.J. Fernandes, 35 2830 - xxx Lavradio (Barreiro)

**Tlf.:** 212 028 048

**Óptica Milheiro**

Estrada Nacional 11, nº 55 2835 - 172 Baixa da Banheira

**Tlf.:** 212 040 917

**Valente Oculista**

Praça Municipal da Baixa da Banheira, Loja 41 2835 - xxx Baixa da Banheira

**Tlf.:** 212 046 325

**Óptica Milheiro**

Rua Bento Jesus Caracas, nº 21 A 2860 - 483 Moita

**Tlf.:** 212 897 039



**Institutoptico do Montijo**

Av. dos Pescadores, 36-36 A 2870 - 114 Montijo

**Tlf.:** 212 309 620

**Óptica Central do Pinhal Novo**

Av. Alexandre Herculano, nº 18 2955 - 112 Pinhal Novo

**Tlf.:** 212 380 665

**Óptica dos Centenários**

Rua dos Centenários da Independência, 13 Apartado 33 7555 - 101 Cercal do Alentejo

**Tlf.:** 269 904 224

**Tudóptica**

R. Combatentes da Grande Guerra, 7 7540 - 177 Santiago do Cacém

**Tlf.:** 269 829 770

**Tudóptica**

Loteamento das Panteras, Edifício Canoas - Lote 1, loja 8 7500 - 140 Vila Nova de Santo André

**Tlf.:** 269 751 278

**Óptica Maia**

Av. 25 de Abril, nº 300 A Cruz de Pau 2845 - 547 Amora

**Tlf.:** 212 260 860

**Oculista de Corroios / Óptica Castanheira**

R. Cidade de Aveiro, 1, R/C 2855 - 117 Corroios

**Tlf.:** 212 537 454

**Centro Óptico Moderno**

Av. Padre António Pereira de Almeida, Loja 4 2970 - 590 Santana

**Tlf.:** 212 680 314

**Centro Óptico Moderno**

R. Virgílio Mesquita Lopes, Loja 1-A 2970 - 783 Sesimbra

**Tlf.:** 212 288 130/31

**Óptica Modelo**

Av. Dr. António Rodrigues Manito, 105-B 2900 - 068 Setúbal

**Tlf.:** 265 547 188

**Óptica Modelo**

Av. 5 de Outubro, nº 67/73 2900 - 311 Setúbal

**Tlf.:** 265 229 888

**Tudóptica**

R. Poeta António Aleixo, Bloco 1 E 7520 - 171 Sines

**Tlf.:** 269 862 283

**Desconto:** Condições especiais

**Alberto Oculista**

Centro Comercial Almada Fórum,  
Piso 0, Loja 1.35 - Rua Sérgio Malpique, nº2 Feijó  
T. 216 049 242

**Descontos** para associados e colaboradores da ASPL, bem como respetivos cônjuges e descendentes diretos:

- **50%** na compra de armações + Lentes graduadas. Oferta válida para uma utilização durante os primeiros 12 meses, a contar da data do protocolo;
- **30%** nas lentes de contacto, nas lentes oftálmicas, nos produtos de manutenção das lentes de contacto, nas armações e óculos de sol (exceto Cartier)
- **15%** nos serviços de audiologia
- **120€ de desconto** na compra de armações + lentes com antirreflexo
- **consultas grátis** de optometria/contactologia
- realização de **rastreios visuais**
- **oferta de vouchers**
- facilidades de pagamento de 12x s/juros (sujeito a aprovação)

## PSICOLOGIA

---

**Telma Barreto Madeira**  
***Psicologia Clínica e Educacional***  
Rua Armindo Almeida, 18 Lote L, 1.B  
2830-275 Barreiro  
Tlm.: 962 329 806  
Email: geral@telma-madeira.net  
Desconto: Consultas – 30,00€

## SAÚDE

---

**Instituto 4 Life**  
**(Gravidez e Pós-Parto)**  
- Rua Capitão Leitão, nº84 – CC Andorinhas, loja 9 2800-133 Almada  
Email: geral@instituto4life.com | [instituto4life@gmail.com](mailto:instituto4life@gmail.com)  
Desconto: 10% no curso de preparação para o nascimento e parentalidade 4 Life Team; 1 workshop gratuito da lista de workshops do curso LowCost.

**Clínica Médica e Dentária dos Combatentes**  
Av. Comb. Grande Guerra, 6 - 1º G e H  
2900-328 Setúbal  
Tel.: 265 530 210  
Desconto: 20%

---

## VIANA DO CASTELO

---

## AUTOMÓVEL

---

### **Calçada & Costa - Reparação de Automóveis, Lda.**

Antepaço – Arcozelo 4990-231 Ponte de Lima

**Tlf.:** 258 942 394

**Fax:** 258 943 614

**Desconto:** 5%

## HOTELARIA

---

### **Grupo Axis Hotéis**

#### **Axis Viana Business and SPA Hotel\*\*\*\***

Av. Capitão Gaspar de Castro 4900 Viana do Castelo

**Tlf.:** 258 802 000

#### **Axis Ponte de Lima Golf Resort Hotel\*\*\***

Quinta de Pias - Fornelos 4990-620 Ponte de Lima

**Tlf.:** 258 900 250

**Desconto:** 15% sobre Preço Balcão

## LOJA DE ARTIGOS DE DESPORTO

---

### **Sax**

Pç da Erva 11 Sta M<sup>a</sup> Maior 4900 Viana do Castelo

**Tlf.:** 258 813 537

**Desconto:** 10%

### **Amorosasport – Artigos de Desporto**

Rua da Alegria, Lt 232 R/C Dto 4935-580 Amorosa

**Tlf.:** 258 331 761

**Email:** amorosasport@sapo.pt

**Desconto:** 15%, exceto promoções/saldos

## MÓVEIS

---

### **Móveis Carla**

EN 13 – Darque 4900 Viana do Castelo

**Tlf.:** 258 322 342

**Desconto:** 15%

## OPTOMETRIA

---

### **Centro Ótico de Viana**

Rua de Aveiro, 101 4900-495 Viana do Castelo

**Tlf.:** 258 827 630

**Email:** geral@centroopticodeviana.com

**Desconto:** até 20% para associados da ASPL, cônjuge e ascendentes e descendentes diretos

## **Grupo Institutóptico**

### **Matos Oculista**

Lg. Hintz Ribeiro, 32 4940 - 524 Paredes de Coura

**Tlf.:** 251 782 259

### **Matos Oculista**

Largo de Camões, 14 4990 - 048 Ponte de Lima

**Tlf.:** 258 942 706

### **Óptica Coimbra II**

Av. dos Bombeiros, Hotel Lara Shopping Center 4930 - 741 Valença do Minho

**Tlf.:** 251 822 422

### **Óptica Coimbra I**

Largo do Terreiro, nº 25 4920 - 296 Vila Nova de Cerveira

**Tlf.:** 251 794 142

**Desconto:** condições especiais

## **VIAGENS E TURISMO**

---

### **OVNITUR – Viagens e Turismo, Lda.**

Av. António Feijó – Prédio Avenida Loja 3, 4990-029 Ponte de Lima

**Tlf.:** 258 942 920 (Ponte de Lima)

**Email:** pontelima@ovnitur.pt

**Desconto:** 3% e 5%

### **OVNITUR – Viagens e Turismo, Lda.**

Largo Instituto Histórico Minho 36 4900-522 Viana do Castelo

**Tlf.:** 258 820 323 (Viana do Castelo)

**Email:** vianacastelo@ovnitur.pt

**Desconto:** 3% e 5%

## **VILA REAL**

---

---

## **CABELEIREIROS**

---

### **Fernanda & Sandra Cabeleireiros**

Ed. Campilho, Loja 16 5425-323 Vidago

**Tlf.:** 967 845 683

**Desconto:** 5%

## **FLORISTAS**

---

### **Florista Rendeira**

Lg. Anjo, 8, 5400-018 Chaves

**Tlf.:** 276 331 329

**Desconto:** 5%

## HOTELARIA

---

### **Hotel Casino Chaves**

Lugar Extremo – Valdanta, 5400-581 Chaves

**Tlf.:** 276 309 600

**Email:** hotelchaves@solverde.pt

**Desconto:** 20%

### **Forte de S. Francisco Hotel**

Alto da Pedisqueira 5400-435 Chaves

**Tlf.:** 276 333 700

**Desconto:** Condições especiais

### **Residencial “O Resineiro”**

Estrada Nacional nº2 5425-323 Vidago

**Tlf.:** 276 907 312

**Desconto:** 15%

## LOJAS DE ROUPA E ACESSÓRIOS

---

### **Fábio Boutique**

Ed. Campilho, Loja 3 5425-323 Vidago

**Tlf.:** 276 999 351

**Desconto:** 10%

## OURIVESARIAS

---

### **Ourivesaria J. Brás**

Sociedade Unipessoal, Lda.

R. Combatentes da Grande Guerra, 19, 5000-635 Vila Real

**Tlf.:** 259 322 815

**Desconto:** 10%

## VISEU

---

## ESCOLAS DE CONDUÇÃO

---

### **Escola de Condução Viseense**

Av. Cidade de Aveiro, lote 12 R/C, 3810-720 Viseu

Email: viseense@viseense.pt

### **Escola de Condução Armando Cruz**

Av. Alberto Sampaio n.º 54/56, 3810-027 Viseu

Desconto: 10% na formação para obtenção de qualquer uma das categorias de veículos (A, B, C e C+E); 10% de desconto nos restantes serviços disponíveis: aulas de treino a encartados, revalidação ou troca de carta de condução, aluguer de veículos para exame, material didático, etc...

## HOTELARIA

---

**Montebelo Viseu Congress Hotel**

Urbanização Quinta do Bosque, 3510-020 Viseu

Tel: 232 420 000

Email: [montebeloviseu@montebelohotels.com](mailto:montebeloviseu@montebelohotels.com)

**Desconto: 10%** no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.

**Hotel Palácio dos Melos**

Rua Chão Mestre nº 4, 3500-103 Viseu

Tel: 232 439 290

Email: [palaciodosmelos@montebelohotels.com](mailto:palaciodosmelos@montebelohotels.com)

**Desconto: 10%** no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.

**Hotel Príncipe Perfeito**

Urb. da Misericórdia, Ranhados, 3500-322 Viseu

Tel: 232 469 200

Email: [hotelprincipeperfeito@montebelohotels.com](mailto:hotelprincipeperfeito@montebelohotels.com)

**Desconto: 10%** no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.

**Parador Casa da Ínsua**

3550-126 Penalva do Castelo - Portugal

T. +351 232 640 110

E. [casadainsua@parador.es](mailto:casadainsua@parador.es)

**Desconto: 10%** no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.

**OPTOMETRIA**

---

**Grupo Institutoptico****Institutoptico de Lamego**

Av. 5 de Outubro, nº 6 5100 - xxx Lamego

Tlf.: 254 619 517

**Óptica Parente**

Rua Almacave, 100 5100 - 109 Lamego

Tlf.: 254 615 176 / 254 615 176

**Óptica Parente E.Leclerc**

Rina Shopping, Lote 11 5100 - 196 Lamego

Tlf.: 254 656 572

**Óptica Arromba**

Av. Dr. Armindo Maia, 46 3680 - 115 Oliveira de Frades

Tlf.: 232 763 248

**Óptica Parente**

Rua Caetano de Moura, nº 224 4660 - 245 Resende

Tlf.: 254 878 118

**Óptica Parente**

Urbanização Expansão Oeste, lote 76, nº 3 3610 - xxx Tarouca  
Tlf.: 254 677 343

**Óptica Parente**

Lugar da Tapadinha, Bl. 3 - R/C Dto. Castanheiro do Ouro 3610 - 119 Tarouca  
Tlf.: 254 678 441

**Institutoptico de Viseu**

R. da Vitória, 12 3500 - 222 Viseu  
Tlf.: 232 105 294

**Desconto:** Condições especiais

## VESTUÁRIO

---

**Camisaria Paris**

Rua Alexandre Lobo, n.º 4, Viseu  
Tlf.: 232 423 871  
Serviços: Vestuário de homem e acessórios  
Desconto: 10%

## NACIONAIS

---

## BANCOS

---

**Caixa Geral de Depósitos**

[Condições especiais](#)

**BBVA**

Condições especiais, que poderão ser consultadas [aqui](#).

**BPI**

Condições preferenciais para clientes com ordenado domiciliado na rede de balcões BPI

**Santander Totta**

Condições especiais

## EDUCAÇÃO / FORMAÇÃO

---

**StudyTours Portugal**

Serviços: Organização de programas e cursos personalizados em várias línguas e destinos. Sempre no país onde a língua é falada, para aprender mais rápido e praticar o mais possível, dentro e fora da sala de aula, com visitas e atividades para aproveitar a experiência ao máximo! Combinação de aprendizagem da língua com um intercâmbio cultural.

**Desconto:** 50% desconto da matrícula. Este protocolo beneficia todos os associados e colaboradores da ASPL, bem como respetivo agregado familiar, desde que devidamente identificados.

### **VidaEdu**

Empresa portuguesa especializada em experiências educativas no estrangeiro. Organizamos estágios profissionais e remunerados, cursos de línguas em vários destinos, passando pela organização de programas au pair, voluntariado, viagens educativas e anos sabáticos, oferecemos experiências de vida, profissionais e pessoais, mais Profundas e inteligentes.

**Desconto:** Este protocolo beneficia todos os associados e colaboradores da ASPL, bem como respetivo agregado familiar, desde que devidamente identificados.

### **Do It Better**

A missão da **Do It Better** visa desenvolver formações de excelência e orientadas para o mercado de trabalho de forma a otimizar o crescimento e o sucesso dos seus clientes.

**Localização:** Braga - Porto - VN Gaia- São João da Madeira-Viseu - Coimbra - Leiria- Alverca- Amadora - Lisboa - Almada- Setúbal – Faro

#### **Desconto:**

- A) 5% de desconto para inscrições individuais;
- B) 10% de desconto para turmas entre 6 a 10 formandos
- C) 15% de desconto para turmas com mais de 10 formandos

**Contacto:** 800 20 99 93

Consulte [site](#)

### **Cambridge School**

Localização: Lisboa (Av. Liberdade, Guerra Junqueiro, Benfica e Campo Grande), Porto, Coimbra, Almada e Funchal.

Tel.: 213 124 637

Email: [info@cambridge.pt](mailto:info@cambridge.pt)

Desconto: 10% sobre o valor das mensalidades dos cursos de Inglês, Francês e Alemão

## **ENSINO SUPERIOR**

---

### **Universidade Aberta**

Desconto de 10% sobre o valor das taxas de inscrição, de matrícula e de propinas de frequência relativamente aos cursos ministrados. Este protocolo abrange associados e colaboradores da ASPL e respetivos cônjuges, ascendentes e descendentes.

### **Grupo Lusófona**

Todos os estabelecimentos de Ensino Superior e Não Superior do Grupo Lusófona  
Descontos: redução de 15% sobre o valor da propina mensal relativa a todos os cursos ministrados nos seus estabelecimentos de ensino (salvo algumas exceções). Este protocolo contempla sócios da ASPL, respetivos cônjuges e filhos.

### **Universidade Portucalense**

Descontos: redução de 5 % na inscrição e na anuidade dos cursos de licenciatura, pós-graduação, mestrados e doutoramentos. Nos cursos não curriculares é feito um desconto



de 5% na inscrição ou matrícula e de 10% nos seguintes encargos. Este protocolo beneficia sócios da ASPL, bem como respetivos cônjuges e filhos.

#### **ISAG – European Business School**

(Instituto Superior de Administração e Gestão do Porto)

Os associados da ASPL e respetivos familiares de 1º grau, beneficiam das seguintes condições:

- Licenciaturas, Mestrados e Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP): Oferta da Matrícula
- Programas Executivos: 10% de desconto nas propinas de frequência
- Formação à Medida: Condições especiais

#### **Universidade Lusíada**

Vila Nova de Famalicão, Lisboa e Porto

Descontos: redução de 10% do valor das propinas mensais relativas a qualquer dos cursos de licenciatura, mestrado, doutoramento, pós-graduação, especialização e similares ministrados e ainda um desconto de 5% em todos os demais atos sujeitos ao pagamento de um emolumento, excetuando-se as candidaturas.

Este protocolo beneficia todos os sócios da ASPL, seus cônjuges e filhos que com eles vivam em economia comum.

#### **Instituto Piaget**

Almada, Gaia, Viseu e Silves.

Descontos: redução de 15% na inscrição e de 10% sobre as propinas mensais nos cursos de Licenciatura e de Pós-Graduação ministrados. O protocolo é válido para sócios e colaboradores da ASPL, bem como respetivos cônjuges e filhos dependentes.

#### **ISCIA – Instituto Superior de Ciências da Informação e da Administração**

Aveiro

Desconto: redução de 5% sobre a tabela de preços. Este protocolo beneficia todos os associados e funcionários da ASPL, bem como seus familiares diretos.

#### **ISCE – Instituto Superior de Ciências Educativas**

Odivelas

Descontos: redução de 15% sobre o valor das propinas mensais. Este protocolo beneficia todos os associados da ASPL.

#### **Escola Superior de Educação João de Deus**

Localidade: Lisboa

Descontos: redução de 10% sobre o valor das mensalidades.

Este protocolo beneficia associados e colaboradores da ASPL, bem como os seus cônjuges e descendentes. Protocolo site da ESEJD

### **GINÁSIOS**

---

#### **Fitness UP**

No âmbito do protocolo com os ginásios Fitness UP, os nossos associados beneficiam das seguintes

condições especiais:

- Oferta da taxa de inscrição;
- Oferta de aulas de grupo: aulas x-press(15min), aulas FIIT(30min), aulas virtuais(50min) e aulas Prestige (50min);

- Oferta de Parque de estacionamento;
  - Acesso a todos os clubes, 7 dias por semana.
  - Familiares diretos, oferta da taxa de inscrição e 12 semanas de aulas Prestige (50min).
- Saiba mais sobre a rede de ginásios Fitness UP, bem como informações mais detalhadas deste protocolo, [aqui](#).

### **Lux Health Club**

Localização: S. Félix da Marinha | S. João da Madeira | Leça da Palmeira | Ovar | S. João da Madeira | Grijó

**Descontos** para associados e colaboradores da ASPL e respetivo agregados familiar:

- 50% desconto sobre o valor da inscrição
- 10% desconto nas mensalidades
- Avaliações físicas/avaliação fisioterapia/avaliação nutrição – gratuitas

Site Lux Health Club

### **Solinca Health Clubs**

Condições especiais para associados da ASPL.

## **HOTELARIA**

---

### **Solverde Casinos & Hotéis**

Hotel Soverde Spa & Wellness Center \*\*\*\*\* (S. Félix Marinha – VN Gaia)

Hotel Algarve Casino \*\*\*\*\* (Portimão)

Hotel Casino Chaves \*\*\*\*\* (Chaves)

Hotel Apartamento Solverde \*\*\*\*\* (Espinho)

- Alojamento nos 4 hotéis Solverde: 10% desconto na Best Available Rate. Exclui-se tarifas com condições especiais.
- Restaurante nos 4 hotéis Solverde: 10% desconto nas refeições
- Spa & Wellness Center: 10% desconto em tratamentos e produtos no Hotel Casino Chaves e Hotel Solverde Spa & Wellness Center

### **Vila Galé Hotéis**

Benefícios:

- Anuidade gratuita
- Acesso a promoções exclusivas
- Desconto direto de 12% em alojamento, serviços e nos spas e clubes de saúde
- Early check-in a partir das 11h (mediante disponibilidade)
- Late check-out até às 15h (mediante disponibilidade)
- Prioridade de reserva

*Obtenha o link de adesão junto da ASPL*

Conheça os [hotéis do Grupo Vila Galé](#)

### **Grupo S. Collection Hotels**

### **Porto Palácio Congress Hotel & SPA**

Av. Boavista, 1269, 4100-130 Porto  
T.: [226 086 600](tel:226086600)

**The Artist Porto Hotel & Bistrô**

Rua da Firmeza, nº49, 4000-228 Porto  
T.: [220 132 700](tel:220132700)

**The House Ribeira Porto Hotel**

Rua Infante Dom Henrique, 26, 4050-296 Porto  
T.: [220 119 006](tel:220119006)

**Aqualuz Suite Hotel Apartamentos**

Tróia - Carvalhal GDL 7570-789 Tróia  
T.: [265 499 000](tel:265499000)

**Troiaresidence**

Tróia - Carvalhal GDL 7570-789 Tróia  
T.: [265 499 000](tel:265499000)

**Aqualuz Lagos Hotel & Apartments**

Rua Sacadura Cabral, 8, 8600-619 Lagos  
T.: [282 770 620](tel:282770620)

Desconto: 10% sobre Tarifa Flexível, disponível em [Shotels.pt](http://Shotels.pt).  
(Os sócios interessados em beneficiar deste desconto deverão contactar a ASPL – [marketing@aspl.pt](mailto:marketing@aspl.pt) – a fim de obterem o código promocional). O desconto não é aplicável a tarifas não reembolsáveis.

**Pestana Hotel Group** – Pestana Hotels&Resorts | Pestana Collection Hotels | Pestana CR7 Lifestyle Hotels  
(Portugal & África)

Desconto: 15% sobre melhor tarifa disponível no site [www.pestana.com](http://www.pestana.com). Os pedidos de reserva deverão ser enviados para [corporate@pestana.com](mailto:corporate@pestana.com) ou 808 20 00 20

**Continental Hotels Group**

**Condições especiais** para associados e colaboradores da ASPL

Aceda aqui aos termos do protocolo, que lhe dá vantagens nas seguintes unidades hoteleiras:

Legendary Lisboa Suites  
Holiday Inn Express Oeiras - Lisboa  
Holiday Inn Lisboa  
Holiday Inn Lisbon - Continental  
Hotel Florida  
Lezíria Parque Hotel  
Radisson Blu Hotel Lisboa  
Legendary Porto Hotel

---

**MEDICINA CHINESA**

**Clínicas Dr. Pedro Choy**

Inúmeras Clínicas espalhadas por todo o país:

**Centro de Tratamentos de Almeirim**

**Clínica Pedro Choy de Santarém**

Local: Centro Clínico Medial

Praça da República, n.º 11 – 1º

2080-044 Almeirim

**Centro de Tratamentos de Almeirim**

**Clínica Pedro Choy de Santarém**

Local: Centro Clínico Medial

Praça da República, n.º 11 – 1º

2080-044 Almeirim

**Clínica Pedro Choy de Aveiro**

Rua Conselheiro Luís Magalhães, n.º 64 – 5º A/N

Edifício Corticeiro, 3800-137 Aveiro

**Clínica Pedro Choy de Cacém**

Avenida dos Bons Amigos, n.º 5 – 1º A

2735-076 Cacém

**Clínica Pedro Choy de Carcavelos**

Rua Sacadura Cabral, Lote 4 – Loja 3

2775-626 Carcavelos

**Clínica Pedro Choy de Cascais**

Av. Ultramar, n.º 193 - R/C Loja F

2750-506 Cascais

**Clínica Pedro Choy de Coimbra**

Rua João Machado, n.º 100 - Sala 502

3000-226 Coimbra

**Clínica Pedro Choy de Évora**

Rua Jaime Cortesão, Lote 7 - R/c

7000-907 Évora

**Clínica Pedro Choy de Faro**

Rua Veríssimo de Almeida, n.º 16 - 1º

8000-444 Faro

**Clínica Pedro Choy de Leiria**

Rua do Bombarral, Lote 50 – Loja E

Urbanização Nova Leiria

2415-778 Leiria

**Clínica Pedro Choy de Lisboa (Av. Roma)**

Avenida de Roma, n.º 12 – 3º Dto.

1000-265 Lisboa

**Clínica Pedro Choy de Lisboa (Picoas)**

Avenida Fontes Pereira de Melo, n.º 35 – 1º A

1050-118 Lisboa

**Clínica Pedro Choy de Lisboa (Marquês de Pombal)**

Rua Eça de Queirós, nº 16 B - R/c

1050-096 Lisboa

**Clínica Pedro Choy de Mafra**

Avenida 1º de Maio, nº 2 - A

2640-455 Mafra

**Clínica Pedro Choy de Matosinhos**

Avenida Comendador Ferreira Matos, nº 63

4450-122 Matosinhos

**Clínica Pedro Choy de Odivelas**

Rua Alfredo da Costa, nº 12 - Loja 12 D

Urbanização Colinas do Cruzeiro

2675-634 Odivelas

**Clínica Pedro Choy de Portimão**

Rua Mouzinho de Albuquerque

Loja 2, R/C, 8500-710 Portimão

**Clínica Pedro Choy de Porto**

Praça do Bom Sucesso, nº 127 a 131 - 2º, Sala 209

Edifício Península

4150-146 Porto

**Clínica Pedro Choy de Salvaterra de Magos**

Rua José Henriques Lino, nº 20

2120-092 Salvaterra de Magos

**Clínica Pedro Choy de Santarém**

Av. General Marquês Sá da Bandeira nº 4 - R/c D

Edifício Atrium, 2000-180 Santarém

**Clínica Pedro Choy de Sintra**

Av. Heliodoro Salgado, nº19,

2710-575 Sintra

**Clínica Pedro Choy de Tomar**

Rua de Coimbra, nº 81 - Loja R/c Esq.

2300-471 Tomar

Desconto: Condições especiais

**OPTOMETRIA**

---

## **Institutóptico**

Desconto: condições especiais

## **Ergovisão**

Desconto: condições especiais em todas as [lojas Ergovisão](#) e Ótica SAMS Quadros.

## **Alberto Oculista**

Rede de lojas localizadas nos Açores, Algarve, Castelo Branco, Coimbra, Lisboa, Madeira, Santarém, Viseu, Braga, Porto e Madrid

**Descontos** proporcionados pelas **lojas do Grupo Alberto Oculista** aos associados e colaboradores da ASPL, bem como respetivos cônjuges e descendentes diretos:

- **50%** na compra de armações + Lentes graduadas. Oferta válida para uma utilização durante os primeiros 12 meses, a contar da data do protocolo;
- **30%** nas lentes de contacto, nas lentes oftálmicas, nos produtos de manutenção das lentes de contacto, nas armações e óculos de sol (exceto Cartier)
- **15%** nos serviços de audiologia
- **120€ de desconto** na compra de armações + lentes com anti-reflexo
- **consultas grátis** de optometria/contactologia
- realização de **rastreios visuais**
- **oferta de vouchers**
- facilidades de pagamento de 12x s/juros (sujeito a aprovação)

## **SAÚDE**

---

### **Smile Up**

Rede de Clínicas Dentárias

Localização: Viana do Castelo, Braga, Barcelos, Guimarães, Espaço Guimarães, Famalicão, Vila Real, Póvoa de Varzim, Santo Tirso, Paredes, Paços de Ferreira, Matosinhos, Areosa, Campo Alegre, Trindade, V.N. Gaia, Aveiro, Espinho, São João da Madeira, Ílhavo, Viseu, Cantanhede, Coimbra, Figueira da Foz, Covilhã, Caldas da Rainha, Benedita, Torres Vedras, V.F. Xira, Alcântara, Alegro Alfragide, Alvalade, Arroios, Benfica, Campo Pequeno, Campo de Ourique, Lumiar, Barreiro, Évora, Almodôvar, Portimão, Lagoa, Faro, Albufeira, Loulé e Funchal.

Desconto: até 20%. Extensível a cônjuges e filhos.

### **Malo Clinic**

Localização: Lisboa (duas unidades), Funchal, Évora, Almada, Porto, V. N. Gaia, Coimbra, Aveiro, Leiria, Cascais, Portimão e Faro.

Desconto: Ofertas da consulta de avaliação no valor de 100€; 15% de desconto em tratamentos de Cirurgia e em Odontopediatria; 10% de desconto nos restantes tratamentos de Medicina Dentária; Campanhas exclusivas durante o ano.

### **Lisbon Care**

#### **Dentária & Estética**

Av. Fontes Pereira de Melo, 31 Galeria B,  
1050-117 Lisboa  
T. 213 571 194 / 916 607 353

Email: [geral@lisboncare.pt](mailto:geral@lisboncare.pt)

Desconto: 10% a 20% de desconto nos tratamentos; primeira consulta de medicina dentária sem custos e possibilidade de pagamento fracionado para as várias especialidades.

## SEGUROS

---

### MGEN

Rua Castilho, nº 39, 12º A 1250-068 Lisboa

Tel.: 21 388 93 75

Condições especiais no âmbito do Seguro de Saúde Mutualista. Este protocolo beneficia associados e respetivo agregado familiar.

### N Seguros, S.A.

(Do grupo Lusitania, Companhia de Seguros, S.A.)

Linha Exclusiva Protocolos: 220 401 255

Email Protocolos: [protocolos@nseguros.pt](mailto:protocolos@nseguros.pt)

Área/Serviços: Seguro Automóvel, Saúde, Acidentes Pessoais, Bicicleta e Animais de estimação

Desconto: os associados da ASPL e seus familiares podem usufruir de **descontos de 10 a 40%:**

Automóvel: N Auto e N Moto \* 40%

Acidentes Pessoais: N Proteção \*\* 25%

Saúde: N Saúde \*\* 25%

Bicicleta N Bike\*\* 10%

Animais de estimação: N Pet\*\*10%\*\*\*

\* Pagamento anual ou semestral;

\*\* Pagamento anual, semestral, trimestral ou mensal;

\*\*\* Desconto extra à Campanha em vigor no site da N Seguros.

(Para usufruir dos descontos associados ao protocolo, no momento de adesão aos seus seguros, deverá solicitar os códigos de campanha à ASPL.)

Mais informações sobre este Protocolo, [aqui](#).

### DS Seguros Matosinhos Sul (APRIL Seguros)

Av. da República, n.º 521, 4450-242 Matosinhos

T: 223 170 991 / 910 554 822

Serviços: Os Seguros de Vida, Vida Crédito Habitação, Acidentes Pessoais e Saúde são as áreas com maior especialização.

Descontos:

- Oferta de uma mensalidade (12ª) no seguro de Vida APRIL associado ao Crédito Habitação com fracionamento mensal;

- Oferta de uma mensalidade (1ª) no seguro de Acidentes APRIL pessoais com fracionamento mensal;

Este protocolo beneficia colaboradores e associados da ASPL e respetivo agregado familiar (ascendentes e descendentes)

## VÁRIOS

---

### Vista Alegre Atlantis

(Grupo Visabeira)

A Vista Alegre produz porcelana de mesa, decorativa, GIFTWARE e HOTELWARE, vidro e cristal de alta qualidade, e ainda cutelaria em aço inoxidável 18/10.

Condições especiais (através da adesão ao cartão VAA Private: Aos titulares deste cartão é concedido **um desconto de 10% na aquisição dos artigos comercializados nas Lojas VAA**, sem obrigação de um mínimo de compras (salvo algumas exceções, a verificar junto da ASPL ou diretamente na VAA).

Tendo em conta as atuais valências existentes no grupo empresarial do qual a VAA faz parte (Grupo Visabeira), são ainda atribuídos os seguintes descontos, não acumuláveis com outras promoções:

- **10% de desconto adicional no dia do aniversário** do titular do cartão VAA,
- **10% nas lojas próprias** Bordallo Pinheiro e em cozinhas Mob, sobre compras efetuadas diretamente à fábrica ou na loja de Lisboa, sita no Atrium Saldanha.
- **10%** nos restaurantes explorados pelas sociedades participadas pela Visabeira Turismo SPGS SA (exclusivamente aplicável em consumos “à la carte” no valor superior a 4€)
- **10%** no preço por noite nos hotéis da cadeia Montebelo Hotels & Resorts (para reservas online, excluindo promoções), sendo 20% sobre o preço de balcão.
- **35%** em GREEN FEES do Montebelo Golfe

## YOGA

---

### Confederação Portuguesa do Yoga

Desconto: redução de 20€ na taxa de inscrição e redução de um escalão na mensalidade.

Localização dos Centros de Yoga (Áshrama)

Confederação Portuguesa do Yoga / Yoga Sámkhya Instituto

Sede Nacional: Shiva Áshrama - Mahá Shakti Temple

Av. da República, 18 - 1º 1050-191 LISBOA

T. 217 802 810

Centro do Yoga - Ás. Benfica

R. Prof. Reinaldo dos Santos, 3B – 1º Dto. 1500-501 LISBOA

T. 217 710 691

Centro do Yoga - Ás. do Rato

Lg. do Rato, 4 - 1º 1250-186 LISBOA

T. 213 866 090 / 910 569 163

Centro do Yoga - Ás. Vasco da Gama

Alameda dos Oceanos nº 65 0.2 1990-203 LISBOA

T. 210 966 681 / 936 001 377

Centro do Yoga - Ás. Telheiras

R. Abel Salazar, 42 - A 1600 - 089 LISBOA



T. 965 177 874

Centro do Yoga - Ás. Alvalade  
R. José Duro, 25 - 1º Drt. 1700 - 259 LISBOA  
T. 919 992 495

Centro do Yoga - Ás. Almirante Reis  
Av. Almirante Reis, nº 104 -1º andar 1150 - 022 LISBOA  
T. 215 994 865 / 917 988 383

Centro do Yoga - Ás. Olivais  
R. Cidade de Cabinda, Nº4 - B 1800-080 LISBOA  
T. 214 020 50

Centro do Yoga - Ás. Porto / Bhárata  
Rua Alexandre Braga, 124, 2º andar 4000-049 PORTO  
T. 220 130 750 / 968 849 043

Centro do Yoga - Ás. Santa Maria da Feira  
Rua São Nicolau, nº 2, 1º, loja 108 4520-248 STª Mª FEIRA  
T. 968 849 043 / 967 556 443

Centro do Yoga - Ás. Vila do Conde  
Lg. Antero de Quental, 21 4480-701 VILA CONDE  
T. 252 685 215 / 932 029 785

Centro do Yoga - Ás. Póvoa de Varzim  
R. Alberto Pinheiro Torres, 291, 4490-603 PÓVOA VARZIM  
T. 934 890 005

Centro do Yoga - Ás. Viana do Castelo  
Rua dos Manjovos, 92, 4900-326 VIANA do CASTELO  
T. 931 309 455

Centro do Yoga - Ás. Braga  
Rua do Fujacal, nº 80 D 4705-097 BRAGA  
T. 936 532 124

Centro do Yoga - Ás. Guimarães  
R. Dr. João Afonso de Almeida, 518 - Azurém 4800 - 045 GUIMARÃES  
T. 968 618 194

Centro do Yoga - Ás. Vila Real  
Rua de Macau nº 12, Loja 2 5000-413 VILA REAL  
T. 935 063 481

Ás. Gaya - Centro do Yoga  
Rua Marquês Sá da Bandeira, n.º 418 4400-217 VILA NOVA GAIA  
T. 220 159 208 / 914 244 792 / 913 603 141

Ás. Viseu - Centro do Yoga  
Rua Serpa Pinto 65 A 3510-999 VISEU  
T. 964588103

Centro do Yoga - Ás. Aveiro

Av. Dr. Lourenço Peixinho, 97 - 1º 3800-165 AVEIRO  
T. 234 482 084 / 964 365 305

Centro do Yoga - Ás. Águeda  
Rua José Maria Veloso, nº 15, 1ºEsq. 3750-156 ÁGUEDA  
T. 910545543

Centro do Yoga - Ás. Leiria  
Av. Heróis de Angola, 71 - 2º 2400 – 154 LEIRIA  
244 837 788 / 919 166 510

Centro do Yoga - Ás. Caldas da Rainha  
Rua Almirante Cândido dos Reis, 83 - 2º esq, 2500 - 125 CALDAS RAINHA  
T. 262 382 479 / 919 166 510

Centro do Yoga - Ás. Tomar  
Rua João dos Santos Simões, nº 72 2300-500 TOMAR  
T. 915 663 632

Centro do Yoga - Ás. Fátima  
R. Francisco Marto, 197 - 2º Esq. 2495 - 448 FÁTIMA  
T. 919 992 495

Centro do Yoga - Ás. Peniche  
R. Ramiro de Matos Bilhau nº 8/10 - 1º Frt. 2520 - 486 PENICHE  
T. 911 063 213

Centro do Yoga - Ás. Bombarral  
Praça José Pereira Carvalho, 28, 2º andar 2540-044 BOMBARRAL  
T. 912 947 410 29

Centro do Yoga - Ás. Santarém  
Av. General Marques Sá da Bandeira, n 4 - 2º P , Edifício Atrium 2000-180 SANTARÉM  
T. 918 416 468

Centro do Yoga - Ás. Vila Franca  
Rua do Curado, Edifício Planície, loja 3 2600-133 VILA FRANCA DE XIRA  
T. 919 835 344

Centro do Yoga - Ás. Alverca  
Praça Sociedade Filarmónica Recreativa Alverquense, nº 10 Loja 2 2615-213 ALVERCA do RIBATEJO  
T. 919 835 344

Centro do Yoga - Ás. Sintra / Chakra  
Av. Movimento das Forças Armadas, 14 – 3º Esq. 2710-431 SINTRA  
T. 219 244 952 / 913 259 051

Centro do Yoga - Ás. Cacém  
Av. dos Bons Amigos, a seguir ao nº 14 (Millenium) 2735-061 AGUALVACACÉM  
T. 219 244 952 / 913 259 051

Centro do Yoga - Ás. Sto António Cavaleiros  
Urbanização Vilas do Solar Lt. 217 / 218 LJ.2 2660-321 STº. ANTÓNIO CAVALEIROS  
219 881 612 / 917 014 933

Centro do Yoga - Ás. Odivelas  
Av. Prof. Dr. Augusto Abreu Lopes, 6 - R/ch Esq. 2675 - 299 ODIVELAS  
T. 210 966 791 / 913 261 262

Centro do Yoga - Ás. Amadora  
R. 1º de Dezembro, 32 A 2700 - 669 AMADORA  
T. 912 211 041

Centro do Yoga - Ás. Miraflres / Algés  
Eng.º Luís Vicente Avenida das Tulipas, nº 14 - Loja B - Miraflres 1495-161 ALGÉS  
T. 218 084 488

Centro do Yoga - Ás. Oeiras  
Rua 7 de Junho de 1759, n.º 32 2780-298 OEIRAS  
T. 214 407 206

Centro do Yoga - Ás. Cascais  
Avenida 25 de Abril, Nº 890 - 1º Loja B 2750 - 512 CASCAIS  
T. 214 866 048

Centro do Yoga - Ás. Estoril  
Av. de Nice, nº142 - 1º andar 2765-259 ESTORIL  
T. 214 649 032 / 917 846 374

Ás. Almada - Centro do Yoga  
Av. João I, 41 A – Loja Esq. 2800-112 ALMADA  
T. 212 741 110 / 913 600 303

Centro do Yoga - Ás. Feijó  
Rua Vale Flores nº105 2810-016 FEIJÓ  
T. 212 741 110 / 917 858 440

Centro do Yoga - Ás. Barreiro  
R. Miguel Bombarda, 20A - 1º 2830 - 355 BARREIRO  
T. 212 071 357

Centro do Yoga - Ás. Seixal  
R. José de Castro, 28 Urb. Bacelos de Gaio 2840-612 PAIO PIRES  
T. 212 227 131

Centro do Yoga - Ás. Alcochete  
R. do Vilarinho, 5 - 1º 2890 - 068 ALCOCHETE  
T. 210 996 258

Centro do Yoga da Quinta do Anjo - Shánti Deva Ás. Palmela  
Est. Nac. 379, 31113 Cantos, Quinta do Anjo 2950 - 701 PALMELA  
T. 212 880 445 / 967 253 848

Ás. Súrja Setúbal - Centro do Yoga Setúbal  
Rua Alferes Pinto Vidigal, nº 10A, 1ªA, 2900-557 SETÚBAL  
T. 265 551 072 / 967 253 819

Centro do Yoga - Ás. Sesimbra  
Av. 25 de Abril, 9 V - Edf. Âncora 2970-634 SESIMBRA  
T. 210 886 239 / 965 245 257

Centro do Yoga - Ás. Évora Dhyána Évora  
Rua Serpa Pinto, nº 40 - 1º esquerdo 7000-537 ÉVORA  
T. 266 702 396 / 916 722 996

Centro do Yoga - Ás. Beja  
Rua Dr. Brito Camacho nº22A 7800-416 BEJA  
T. 967537694 / 961 075 142

Centro do Yoga - Ás. Faro  
Rua Sport Faro e Benfica 1 A R/ch Dt.º 8000-544 FARO  
T. 289 813 136 / 931 375 380

Centro do Yoga - Ás. Tavira  
Rua dos Pelames, n.3 8800-411 TAVIRA  
T. 281 324 415 / 927 673 439

Centro do Yoga - Ás. Quarteira  
Av. Francisco Sá Carneiro, Edf. Varandas do Mar, Bloco C, Loja B, 8125-153 QUARTEIRA  
T. 912 328 339

Centro do Yoga - Ás. Albufeira  
Rua do Movimento das Forças Armadas, Nº66 Loja A, 8200-157 ALBUFEIRA  
T. 963 330 858

Centro do Yoga - Ás. Lagos  
R. D. Vasco da Gama, nº 51 - r/c Esq (Loja A) 8600-722 LAGOS  
T. 939649342