



Associação Sindical  
de Professores Licenciados

# Protocolos Setúbal



**[www.aspl.pt](http://www.aspl.pt)**  
[marketing@aspl.pt](mailto:marketing@aspl.pt)

# ÍNDICE

|                  |   |
|------------------|---|
| Educação .....   | 3 |
| Ginásios.....    | 3 |
| Hotelaria.....   | 4 |
| Optometria ..... | 4 |
| Psicologia ..... | 7 |
| Saúde.....       | 7 |

## 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 nº 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 nº 7B

2820-273 Charneca da Caparica

T. 966 502 105

Email: [atelierdavidavid@sapo.pt](mailto:atelierdavidavid@sapo.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

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: [geral@sunsetfitnessclub.com](mailto:geral@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 annual 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

### **Troiareidence**

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@hotmail.com](mailto:hoteldomar@hotmail.com)

Desconto: Condições especiais, válidas para reservas individuais (através do email [d.reservas@hotmail.com](mailto:d.reservas@hotmail.com) 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](mailto:geral@telma-madeira.net)

Desconto: Consultas – 30,00€

## Saúde

---

**Instituto 4 Life**

*(Gravidez e Pós-Parto)*

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

- Passeio do Adamastor nº 3 A (instalações Helen Doren) 1990-185 Lisboa

- Rua Capitão Leitão, nº84 – CC Andorinhas, loja 9 2800-133 Almada

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

Email: [geral@instituto4life.com](mailto: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%

**Malo Clinic Almada**

Almada Fórum, Piso 0, Loja 1.11

Rua Sérgio Malpique, 2, Feijó, 2810-500 Almada

T. 217228 196

Email: [almada@maloclinics.com](mailto:almada@maloclinics.com)

Desconto: Oferta 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. Beneficia associados e respetivos descendentes.



**Página em atualização,**  
em breve novidades.