



GUIA DE VANTAGENS

ASSOCIADOS INATEL

NORTE | CENTRO | SUL | ILHAS



GUIA DE VANTAGENS

ASSOCIADOS INATEL

FUNDAÇÃO INATEL

INTERVENÇÃO SOCIAL ←

TURISMO ←

DESPORTO ←

CULTURA ←

HOTÉIS INATEL | DELEGAÇÕES INATEL PORTUGAL

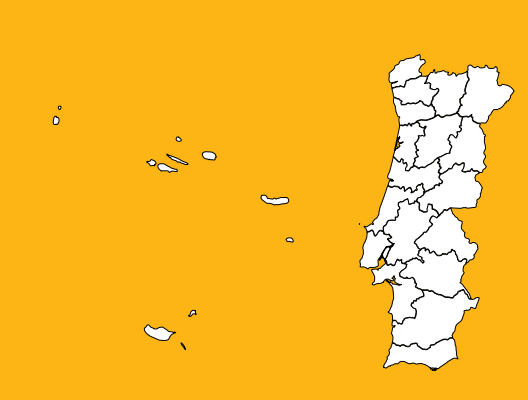
A Fundação INATEL, pela sua história e natureza institucional, é uma organização singular na sociedade portuguesa, que se afirma por uma missão, visão e valores organizacionais distintivos, que pretendem contribuir para o bem-estar integral e o desenvolvimento pessoal de cada um, bem como para a inclusão social de todos os cidadãos.

Criada em 1935 como Fundação Nacional para a Alegria no Trabalho (FNAT), a Fundação INATEL, hoje tutelada pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, desenvolve atividades de valorização dos tempos livres nas áreas do turismo social, da cultura popular e do desporto amador, com profundas preocupações de humanismo e elevados padrões de qualidade.

Está presente em todo o país com uma rede de 21 Delegações INATEL, 15 Unidades Hoteleiras INATEL, um Parque de Jogos INATEL, vários pavilhões desportivos e o Teatro da Trindade INATEL, em Lisboa.

A ação da Fundação INATEL envolve uma massa associativa que ronda os 250 mil associados individuais e os 3500 associados coletivos (Centros de Cultura e Desporto).

A Fundação INATEL é a organizadora de referência, em todo o território nacional, das atividades de ocupação dos tempos livres e de lazer dos jovens, dos trabalhadores, dos seniores, das famílias e das comunidades, através de propostas sustentáveis em todos os domínios da sua intervenção.

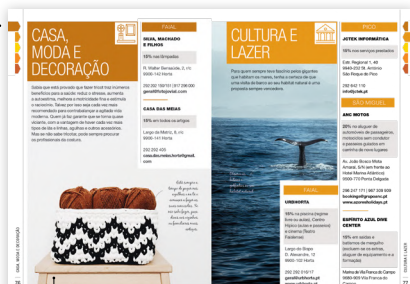


ÍNDICE GERAL

REGIÃO NORTE	04
REGIÃO CENTRO	20
REGIÃO SUL + ILHAS	63
PARCEIROS COM COBERTURA DE REDE NACIONAL	88
ONLINE	99

COMO CONSULTAR ESTE GUIA?

A linha de separadores coloridos, colocados na lateral, ajuda a encontrar a secção que lhe interessa.



São feitos alguns destaques a produtos e serviços, mas confirme sempre com os parceiros as vantagens envolvidas.

Desenhámos este guia de forma a ser intuitivo e acessível para quem o consulta. Aqui, encontra a lista de parceiros INATEL que, nas várias regiões do país, disponibilizam os seus serviços com diversos descontos para os Associados INATEL.

Aproveite todas as vantagens!

IDENTIFICAÇÃO DAS ÁREAS DE SERVIÇOS

CASA, MODA E DECORAÇÃO	CULTURA E LAZER	EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO	OUTROS SERVIÇOS	SAÚDE E BEM-ESTAR

O PEFC é a maior organização mundial para a certificação florestal. O papel provém de florestas sustentáveis, configurando a política de sustentabilidade da Fundação INATEL.

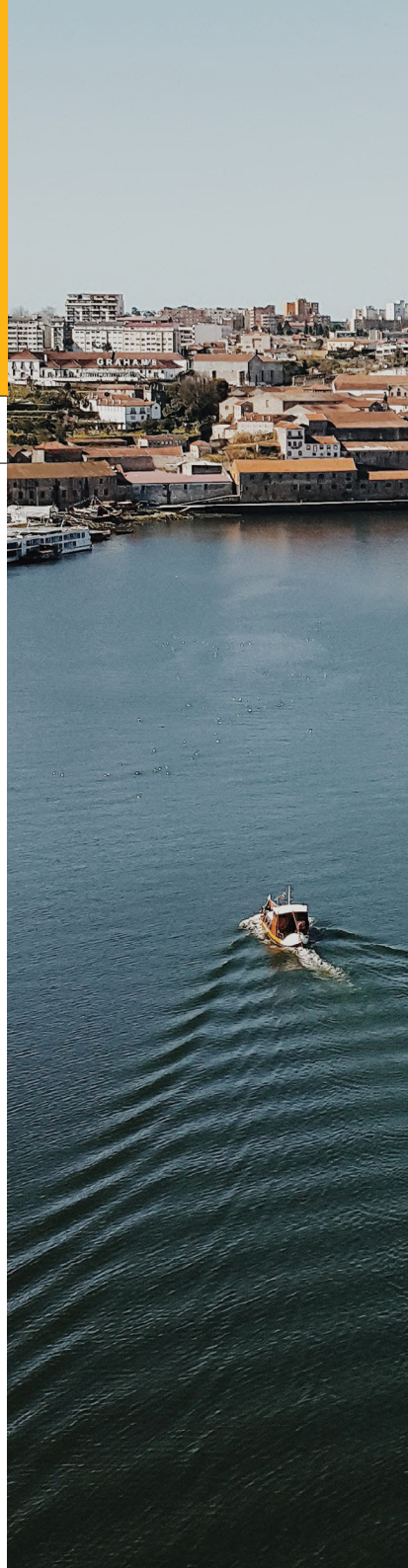


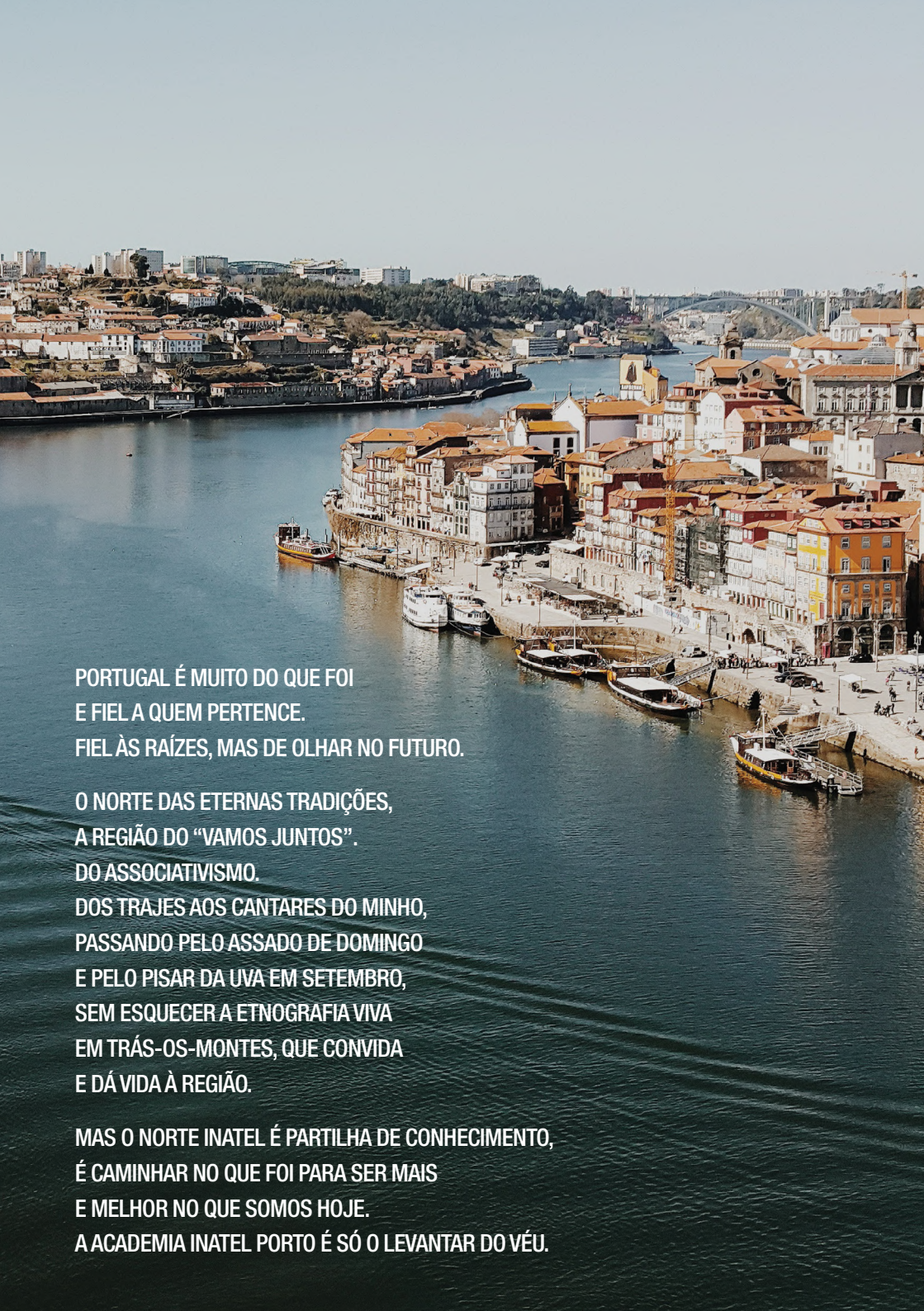
GUIA DE VANTAGENS

REGIÃO NORTE

VER ÍNDICE

- 06 — CASA, MODA E DECORAÇÃO
- 07 — CULTURA E LAZER
- 09 — EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO
- 10 — OUTROS SERVIÇOS
- 12 — SAÚDE E BEM-ESTAR





PORTUGAL É MUITO DO QUE FOI
E FIEL A QUEM PERTENCE.
FIEL ÀS RAÍZES, MAS DE OLHAR NO FUTURO.

O NORTE DAS ETERNAS TRADIÇÕES,
A REGIÃO DO “VAMOS JUNTOS”.
DO ASSOCIATIVISMO.
DOS TRAJES AOS CANTARES DO MINHO,
PASSANDO PELO ASSADO DE DOMINGO
E PELO PISAR DA UVA EM SETEMBRO,
SEM ESQUECER A ETNOGRAFIA VIVA
EM TRÁS-OS-MONTES, QUE CONVIDA
E DÁ VIDA À REGIÃO.

MAS O NORTE INATEL É PARTILHA DE CONHECIMENTO,
É CAMINHAR NO QUE FOI PARA SER MAIS
E MELHOR NO QUE SOMOS HOJE.
A ACADEMIA INATEL PORTO É SÓ O LEVANTAR DO VÉU.

CASA, MODA E DECORAÇÃO



Há vantagens em ser Associado INATEL, sobretudo se gosta de andar na moda. Veja onde encontra os melhores descontos em roupa, sapatos e acessórios, nas cidades do Porto, Braga e Chaves.

VER ÍNDICE

CASA, MODA E DECORAÇÃO

6



*A indústria têxtil
portuguesa é
um exemplo na
criação de emprego
nacional.*

PORTO

COTTON WOMAN

10% em sapatos
e acessórios

15% em roupa

R. Sá da Bandeira, 663
Lj. r/c
4000-437 Porto

222 085 442

Rua Eça de Queirós, 58
4700-315 Braga

276 328 075

cottonwoman@gmail.com
www.cottonwoman.pt

CULTURA E LAZER



São inúmeras as opções de diversão para os Associados INATEL na região norte. De salas de espetáculo ao Sea Life, as propostas são diversificadas e dirigidas a todas as idades. Além disso, em muitos casos, vai poder oferecer um bilhete e convidar quem quiser.

*Assista aos
melhores e
mais variados
espetáculos ao
longo do ano.*



BRAGA

ALFENA - MUSEU DO OURO DE TRAVASSOS

Oferta do 2.º bilhete

R. de Aldeia de Baixo, 263
4830-771 Póvoa de Lanhoso

253 943 790
info@museudoouro.com
www.museudoouro.com

LIVRARIA ALTAMIRA - CASTRO & FERNANDES, LDA.

10% em livros de literatura
(novidades)
20% em todo o material de
papelaria
20% a 50% em campanhas
de livros literatura em vigor
na altura

R. Montenegro, 198
4820-280 Fafe

253 599 557
livrariaaltamira@hotmail.com

PORTO

**MUSEU DAS
MARIONETAS DO PORTO**

Bilhete 2€ / pessoa

R. de Belmonte, 61
4050-097 Porto

220 108 224
museu@marionetasdoporto.pt
www.marionetasdoporto.pt

**PLANETÁRIO DO PORTO
– CENTRO DE CIÊNCIA VIVA**

Oferta do 2.º bilhete individual de adulto ou criança (mediante a aquisição de um bilhete individual de adulto)

R. das Estrelas
4150-762 Porto

226 089 800
geral@planetario.up.pt
www.planetario.up.pt

PAVILHÃO DA ÁGUA

15% em bilhete de entrada de público geral

R. Barão de Nova Sintra, 285
4300 – 367 Porto

934 440 072
geral@pavilhaodaagua.pt
<https://pavilhaodaagua.pt>

SEA LIFE PORTO

20% nas entradas de adultos e crianças (2-12 anos)

1.ª Rua Particular
do Castelo do Queijo
4100-379 Porto

226 190 400
slcporto@merlinentertainment.biz
www.visitsealife.com/porto

**TEATRO
DO BOLHÃO**

60% no preço dos bilhetes dos espetáculos, produzidos e realizados pelo Teatro

Palácio do Bolhão
R. Formosa, 342/346
4000-249 Porto

222 089 007
g.pocas@ace-tb.com
www.ace-tb.com/teatrobolhao/

**TEATRO HELENA
SÁ E COSTA**

Oferta do 2.º bilhete (mediante a compra de um bilhete normal de 10€) com o valor de 10€

R. da Alegria, 503
4000-045 Porto

225 193 765
thsc@esmae.ipp.pt
www.esmae.ipp.pt/esmae/thsc

**MUSEU INTERATIVO
DA FÁBRICA DO
CHOCOLATE**

4,50€ - bilhete individual
16€ - bilhete família (4 pessoas)
10% em compras na Loja e Chocolateria

R. do Gontim, 70-76
4900-474 Viana do Castelo
258 244 001

museu@fabricadochocolate.com
www.fabricadochocolate.com



EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



Aprender uma nova língua ou saber gerir uma empresa fazem parte da lista de desejos de muita gente. Se é um Associado INATEL, conheça a lista de parceiros que o podem ajudar.

PORTO

COGNOS FORMAÇÃO E DESENVOLVIMENTO PESSOAL

15% em todos os cursos

R. Eng. Adelino Amaro da
Costa, Edf. Gran Via, 15
9.º – sala 9.2
4400-134 Vila Nova de Gaia

220 965 669 | 910 415 337
geral@cognos.pt
www.cognos.pt

ISAG – INST. SUPERIOR DE ADMINISTRAÇÃO E GESTÃO

10% na formação executiva

Campus de Salazares
R. de Salazares, 842
4100-442 Porto

220 303 200
programas.executivos@isag.pt
www.programasexecutivos.isag.pt

ISCET – INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS EMPRESARIAIS E TURISMO

10% nas propinas dos
cursos e ações promovidas
pelo ISCET

R. da Cedofeita, 285
4050-180 Porto

222 053 685
iscet@iscet.pt
www.iscet.pt

UNIVERSIDADE PORTUCALENSE

5% na inscrição e
anuidade

R. Dr. António Bernardino
de Almeida, 541/619
4200-072 Porto

225 572 000
upt@upt.pt
www.upt.pt

LOCI – LOCHFORMAÇÃO E IMAGEM

15% em todos os serviços

Rua da Saudade
Edf. Vila Gualdina,
Bloco F - Loj. CC/CB
4560-531 Penafiel

255 096 922
geral@loci.pt
www.loci.pt

*Conheça todos
os cursos
disponíveis.*

OUTROS SERVIÇOS



Se procura informação e ferramentas para começar a sua horta na varanda, o melhor sítio para levar o seu animal de estimação para o check-up de rotina ou, ainda, onde reparar o seu computador, esta é a lista de parceiros INATEL que lhe interessa.

Os animais de estimação dos Associados INATEL têm a sorte de serem tratados pelos melhores especialistas aos melhores preços.

BRAGA

CENTROINFORMATICA.PT

Assistência ao domicílio **gratuita** (não inclui empresas), que atinja o valor de 15€
Zona de Braga (raio de +/- 20 km)

R. Cardoso Avelino, 42
4700-212 Braga

253 217 897
apoio@centroinformatica.pt
www.centroinformatica.pt

CHIP7

20% nos serviços de formação, instalação S.O., limpeza de vírus e backup de dados

R. Nova de Santa Cruz, 21
São Victor
4710-409 Braga

253 678 244
lojabraga-uminho@chip7.pt
www.chip7.pt

NOGUINFOR - NOGUEIRA INFORMÁTICA UNIPESSOAL

15% nos serviços de reparação eletrónica de equipamentos

Av. Sociedade Musical de Pevidém, Lj. 504
4835-297 Guimarães

253 513 132
geral@nogueifor.com
www.nogueifor.com

OFF - SISTEMAS INFORMÁTICOS, LDA.

Diagnóstico **gratuito**

R. Eng. Custódio Vilas Boas
Edif. Sudeste, Lj. 2
4740-274 Esposende

253 963 378
geral@offsystems.com
www.offsystems.com

PEREIRAUTO

20% na mão de obra (hora)

Rua do Couto,
4700-860 Braga

253 111 131
pereirauto@autocrew.pt

PORTO

ACH BRITO

15% em todos os produtos (não acumulável com outras campanhas em vigor)

R. Castelões Sul, 346
4485-103 Fajozes
Vila do Conde

229 289 821/2
info@achbrito.com
www.achbrito.com/pt

CANTINHO DAS AROMÁTICAS

15% nas visitas guiadas

R. do Meiral, 508
4400-501 Canidelo - Vila
Nova de Gaia

227 710 301
geral@cantinhodasaromaticas.pt
www.cantinhodasaromaticas.pt

CLÍNICA VETERINÁRIA MONTE DOS BURGOS

15% em todos os serviços
veterinários, (exceto TAC,
cirurgia ortopédica e
consultas de especialidade)

R. Monte dos Burgos, 259
4250-316 Porto

220 441 780 | 220 406 340 (Urg.)
geral@clivetmontesburgos.com
www.clinica-montes-burgos.com

FUNERÁRIA DA PRELADA

25% nos serviços
de agência

15% no valor base do km,
aplicável nos serviços para
fora dos distritos do Porto
ou Braga

5% em todos os serviços
funerários internacionais
Tratamento de toda a
documentação para
obtenção de todas as
regalias sociais a que os
familiares tenham direito.

Rua Sarmento de Beires, 328
4825-448 Porto

911 841 319

FUNERÁRIA UNIVERSO

10% no funeral de animais

15% no funeral (exceto
valores cobrados pelas
instituições externas)

R. Pinto Aguiar, 28
4400-252 Vila Nova de Gaia

227 121 433 | 961 919 171
apoio@funerariauniverso.pt
www.funerariauniverso.pt

GOOD4LIFE - SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO

10% em todos os serviços:
doméstico, limpeza, apoio
a pessoas idosas e crianças
(*babysitting*)

R. do Seixal, 76
4000-521 Porto

225 093 042
geral@good4life.pt
www.good4life.pt

V.A. - VINCULUM ANIMAL

15% em todos os serviços

R. Manuel Marques 38, r/c dto.
4100-319 Porto

912 358 033
vinculumanimalporto@gmail.com
www.vinculumanimal.com

VIANA DO CASTELO

MADALENA OLIVEIRA GONÇALVES – ADVOGADA

30% nos serviços prestados

R. S. Pedro, 25, 1.º Ft.
4900-538 Viana do Castelo

258 847 187 | 965 262 310
madalena.o.goncalves@adv.oa.pt
46257p@adv.oa.pt

QUINTA DAS PEREIRINHAS

15% em todos os vinhos

Av. Prof. Doutor Pacheco
de Amorim, 725
Vila Nova Troviscoso
4950-821 Monção

965 262 310 | 251 653 628
geral@quintadaspereirinhas.com

ACADEMIA BODYLAB

Oferta da Taxa de inscrição
15% em várias modalidades

R. São João, Bloco 1
r/c – Repeses 3500-727 Viseu

232 479 303 | 963 140 394
geral@academiabodylab.com
www.academiabodylab.com

SAÚDE E BEM-ESTAR



A prevenção é a melhor forma de manter a sua saúde. Uma rede de parceiros INATEL ajuda-o a garantir que se mantém de mente sã e corpo são.

*Beba água,
a hidratação
é essencial
à saúde.*



BRAGA

BIOPARADIGMA

20% nas atividades de ginásio, yoga, pilates e treino funcional

Tv. de São Bento, 15
4750-268 Barcelos

253 894 597
geral@bioparadigma.pt
www.bioparadigma.pt

CENTRAL ÓPTICAS

30% em todos os produtos

R. D. Pedro V, 127 A, r/c
São Victor
4710-374 Braga

253 274 110

Av. Central, 46
São Lázaro
4710-229 Braga

253 254 047

C.C. Via Nova - E.Leclerc
Ferreiros
4705-265 Braga

253 287 101

Av. do Entroncamento, 236
Tabuaças
4850-422 Vieira do Minho

253 741 289
geral@centralopticas.pt
www.centralopticas.pt

CENTRO DE YOGA DE BRAGA

Inscrição anual **gratuita**

R. dos Chãos, 77, 2.º
4715-230 Braga

253 215 818
geral@cybraga.com
www.cybraga.com

CENTRO ÓPTICO OLHART

Consultas **gratuitas** de
optometria e contactologia

R. Sto. António, 84
4800-162 Guimarães

253 416 579 | 968 740 382
olhart2@hotmail.com

CLÍNICA DA SAÚDE DRA. CLÁUDIA RIBEIRO

15% em várias consultas de especialidade e nos tratamentos dentários (excluindo prótese fixa, removível e ortodontia)

Recta do Feital, 2
4700-272 Real – Braga

253 283 050 | 965 855 123
clinicadasaudereal@gmail.com
www.clinicadasaude.com.pt

CLINICÉS

15% em tratamentos de

medicina dentária

R. de Santiago, 12, Cidade
4700-039 Braga

253 221 253
clinicesgeral@gmail.com

CLÍNICA SANTA BÁRBARA

10% nos serviços
de medicina dentária
30% no serviço
de implantologia oral

Av. Imaculada Conceição, 213
4700-034 Braga

253 216 220
geral@clnicasantabarbara.pt
www.clinicasantabarbara.pt

FARMÁCIA MARQUES RÊGO

10% em transações

R. Padre Vitorino Sousa
Alves, 40
4715-398 Braga

253 993 124
marques.rego.amr@farmalink.pt

ÓTICA OLIVEIRA

10% em lentes de
contacto e produtos
de manutenção

20% nas armações para
óculos, lentes graduadas e
óculos de sol
Consultas **gratuitas** de
optometria e contactologia

R. Misericórdia, 4/6
4700-319 Braga

253 205 170
aleixo.ferreira@sapo.pt

VIZELA FITNESS CLUB

85% na inscrição

R. Dr. Abílio Torres, 315
4815-552 Vizela

253 481 417
info@vizelafitness.com
www.vizelafitness.com

BRAGANÇA

FARMÁCIA SOEIRO

10% em transações

R. 5 de Outubro, 100/102
5300-112 Bragança

273 325 345
farmaciasoeiro@sapo.pt

PORTO

AJUDA & COMPANHIA

10% nos serviços
ao domicílio (apoio,
fisioterapia, enfermagem,
podologia, psicologia, etc.)

R. Parque da República, 93
4430-164 Vila Nova de Gaia

223 779 494 | 917 571 300
geral@ajudaecompanhia.pt
www.ajudaecompanhia.pt

AVÓS E NETOS

15% nos serviços de
apoio domiciliário

R. da Boavista, 844, sala 5.3
4050-106 Porto

226 054 969/70
Apoio domiciliário: 912 547 185
info@avosenetos.pt
www.avosenetos.pt

CASADOSPAIS - RESIDÊNCIAS GERIÁTRICAS

20% em todos os serviços

Av. da Boavista, 3179
4100-137 Porto

916 750 346
geral@casadospais.pt
www.casadospais.pt

CENTRO DE ESTÉTICA BODY CARE - SOFIA PINTO

20% nos serviços prestados

Tv. Campinas, 41
4100-146 Porto

966 136 650
geral@sofiapinto.com
www.sofiapinto.com

CLIMAIA

15% nas especialidades
e atos médicos

Av. Visconde Barreiros, 71, 1.º
4470-151 Maia

229 412 864 | 914 917 367
info@climaia.com
www.climaia.com

CLÍNICA DA BOCA

15 % desconto em
branqueamentos dentários,
extrações Simples e em
Ortodontia Convencional
20% desconto em
destarizações

Oferta das
Ortopantomografias

R. de Camões, 216
4000-138 Porto

222 405 122
clinica@daboca.pt
www.daboca.pt

CLÍNICA DENTÁRIA PREMIER DENTALCENTER

15% nos tratamentos
dentários (incluindo
implantologia, cirurgia
oral, ortodontia e próteses)

R. Dr. Carlos Pires
Felgueiras, 98 – Sobreloja A
4470-157 Maia

229 424 620 | 913 042 262
geral@premierdentalcenter.pt
www.premierdentalcenter.pt

CLÍNICA DO MOVIMENTO

Oferta da 1.ª anuidade
do “Cartão +Movimento”
(desc. até **45%** em serviços
da Clínica)

Arrábida Shopping - R.
Manuel Moreira Barros 618-B2
4400-346 Vila Nova de Gaia
220 424 079 | 929115 389
geral@clinicadomovimento.pt
www.clinicadomovimento.pt

CLÍNICA DR. JOÃO NETO

10% desconto em todos
os serviços de saúde

Av. da Boavista 834
2º e 1º andar
4100-112 Porto

226 067 379
clidenteporto@gmail.com
www.clinicadrjoaoneto.pt

CLÍNICA MÉDICA DE CUIDADOS REGULARES

15% nas consultas
de medicina geral e

especialidades médicas,
nutrição, terapia da fala,
psicologia, podologia
e fisioterapia

R. Raimundo de Carvalho, 110
4430-184 Vila Nova de Gaia

965 055 955
geral@clinicacmr.com
www.clinicacmr.com

CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA DE PARANHOS

20% nos serviços
da clínica dentária

R. Augusto Lessa, 197
4200-099 Porto

224 958 242 | 937 550 355
geral@cl clinicadeparanhos.pt
www.clinicadentariadeparanhos.pt

CLÍNICA RENAISSANCE

15% em todos os serviços
prestados (exceto consultas
e tratamentos médicos, não
acumulável com campanhas
e promoções em vigor, nem
preços de manutenção)

Av. da Boavista
Ed. Oceanus, 3211
3.º andar – sala 3.1
4100-121 Porto

226 188 525 | 917 216 972
geral@renaissance.pt
www.renaissance.pt

CLÍNICA SORRISOS DA MAIA

20% nos tratamentos
generalistas, próteses
dentárias e branqueamentos

R. Ângela Adelaide Calheiros
Carvalho Menezes, 260
4470-135 Maia

223 247 129 | 918 706 697
cl clinicassorrisosdamaia@gmail.com

CUIDAR - SOLUÇÕES NO APOIO DOMICILIÁRIO

15% nos serviços de
“Higiene e Conforto diurno”
e “Apoio e Companhia
diurno”

R. do Bonfim, 463 e 467
4300-072 Porto

919 454 925
geral@cuidar.com.pt
www.cuidar.com.pt

FARMÁCIA FONTE DA MOURA

10% em transações (PVP
superior a 69, 13€, desconto
10% até ao limite de 8€),
e produtos de saúde

Av. da Boavista, 2895
4100-136 Porto

226 181 444
farmaciafontedamoura@hotmail.com

FARMÁCIA HOLON BAGUIM DO MONTE

10% em transações
sujeitos a receita médica
(exceto PVP superior a 69€)

R. Dom António Castro
Meireles, 745
4435-668 Baguim do Monte

224 802 122
farmacia.holon.baguimdo monte@grupo-holon.pt
www.farmaciasholon.pt

FARMÁCIA HOLON RIO TINTO – CHÃO VERDE

10% nos medicamentos
sujeitos a receita médica
(exceto PVP superior a 69€)

R. Pedro Álvares Cabral, 208
4435-386 Rio Tinto

224 800 312 | 918 986 375
farmacia.holon.riotinto@ grupo-holon.pt
www.grupo-holon.pt/

FARMÁCIA PORTO

10% em transações
sujeitos a receita médica,
(exceto PVP superior a 69€)

Estr. Interior da
Circunvalação, 14075
4100-179 Porto

222 001 782
**encomendas@farmacia
porto.com**

FARMÁCIA SOUSA REIS

10% em transações
sujeitos a receita médica
(exceto PVP superior a 69€)

R. da Restauração, 686
4435-056 Rio Tinto

229 738 063
farmaciasousareis@gmail.com
www.farmaciariotinto.pt

FARMÁCIA DO FLUVIAL

15% desconto no valor
a pagar nos medicamentos*
(*+ vantagens nas
condições protocoladas)

R. de Diogo Botelho, 544
4150-255, Porto

226 172 601
farmaciadofluvial@gmail.com

LASER PLACE

10% desconto em todas
as sessões de depilação
a laser (exceto em packs)

R. Professor Joaquim
Teixeira, 107 Lj A
4445-668 Ermesinde

938 611 400 | 924 065 701
ermesinde@laserplace.pt
www.laserplace.pt

MAIS FAMÍLIA

20% em formação profissional

Av. Serpa Pinto, 479, Lj. C
4450-282 Matosinhos

918 600 329 | 229 385 593
geral@maisfamilia.com
www.maisfamilia.pt

MEDIPOVOA

15% em medicina dentária

R. Tenente Valadim 11, r/c
4490-585 Póvoa de Varzim

939 704 081
medipovoa.geral@gmail.com

MORADIA SÉNIOR MARIA ANTONIETA SOUSA

20% na inscrição
na moradia sénior

R. Bonjardim, 971
4000-132 Porto

225 507 699 | 964 179 538
geral@moradiasenior.pt
facebook.com/people/

**Moradia-Sénior-Maria-
Antonieta-Sousa-
LDA/100081025070768/**

MULTIAPOIO

40% no apoio domiciliário

Av. da República, 676,
sala 3.1
4430-196 Vila Nova de Gaia

935 662 027
**multiapoio.apoiodomiliario@
gmail.com**

NOVA CLÍNICA LEÇA DA PALMEIRA

20% em medicina estética

Pct. Helena Vieira da Silva, 151
4450-329 Matosinhos

222 438 377 | 913 215 433
geral@novaclinicadeleca.pt

OUTRA VISÃO – ÓTICAS

20% de desconto em
óculos graduados e Lentes
Oftálmicas

15% de desconto em
armações e óculos de sol

10% de desconto em
Lentes de contacto e
Produtos

Oferta exame de
Optometria e Contactologia
(oferta da receita na compra
de óculos ou lentes).

R. António Ferreira Braga
Júnior 580, Canidelo
4400-364 Vila Nova de Gaia

915 284 559
geral@outravisao.pt
www.outravisao.pt

OUVIRSOM+

Assistência **gratuita**
aos aparelhos auditivos
OuvirSom+, nomeadamente
programações e lavagens

Av. José Rego, 26/28
4480-671 Vila do Conde

geral@ouvirsom.pt

PONTE SAÚDE - CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA

15% nas especialidades
de medicina dentária

Calçada do Calvário, 508
4600-205 Amarante

917 501 695
pontesaude@pontesaude.pt
www.pontesaude.pt

PURAFISIO - FISIOTERAPIA E TERAPIAS MANUAIS

15% nos serviços de
fisioterapia ao domicílio
e outras unidades

R. Oliveira Gaio, 25
4465-219
S. Mamede de Infesta

964 016 635
purafisio@purafisio.pt
www.purafisio.pt

TÂNIA DANIELA CARVALHO - PSICOLOGIA

15% em serviços de
Psicologia Clínica
Psicoterapia, Sexologia
Clínica, Terapia de Casal,
Coaching (consulta
individual ou packs),
avaliativos de orientação,
Grupos de meditação
Mindfulness (online ou
natureza)

Rua da Paz, 66, 5º
4050-461 Porto

939 532 690
info@taniadanielacarvalho.pt
taniadanielacarvalho@gmail.com
www.taniadanielacarvalho.pt

TERRA MATER

20% nos serviços de
terapias naturais

R. do Viso, 100
4470-220 Maia

919 854 102
luisv61@gmail.com

VIANA DO CASTELO

CENTRO ÓPTICO DE VIANA

20% em óculos (óculos
de sol com ou sem
graduação certificados,
lentes oftálmicas
certificadas e ótica
desportiva)

R. de Aveiro, 101
4900-495 Viana do Castelo

258 827 630
geral@centroopticodeviana.pt

CURA AQUAE - TERMAS DE MELGAÇO

20% nas termas e
massagens em época baixa
(exceto consultas e terapias
médicas)

Parque Termal do Peso
4960-207 Paderne
Melgaço

251 404 404 | 910 506 579
geral@termasdemelgaco.pt

DENTAL CLÍNICA - FÁBIO COSTA CLÍNICA DENTÁRIA

20% sobre a tabela de preços

Av. Rocha Páris, 53
4900-494 Viana do Castelo

258 813 074 | 936 565 729
geral@dentalclinica.pt
www.dentalclinica.pt

MOTRIVIANA – CLÍNICA DE MOTRICIDADE, SAÚDE E BEM-ESTAR

50% na inscrição
em cursos de formação
profissional

R. António Correia de
Oliveira, 241 D
4900-388 Abelheira

258 843 065 | 961 495 509
clinica@motriviana.com
www.motriviana.com

+ SAÚDE ORTOPEdia E BEM-ESTAR

10% em consumíveis,
ajudas técnicas, nutrição,
ortopedia, calçado, anti
escaras, enfermagem,
diagnóstico, equipamentos
técnicos e fisioterapia

Av. da Boavista, 218
4950-851 Cortes Monção

251 652 159
saudemoncao@gmail.com

VILA REAL

CLIDENT DRA. MARIA DO CÉU

15% em implantodontia,

prótese fixa / removível,
Ortodontia, branqueamento
e cirurgias extensas
25% em endodontia,
profilaxia, cirurgia oral
simples e consulta com
raio x

Pç. Nossa Senhora
da Conceição, Lote 8, Lj.1
1050-061 Vila Real

259 373 148
clidentmariadoceu@gmail.com

CLÍNICA MÉDICA DOS DESCOBRIMENTOS

10% em todos os serviços

Av. 1.º de Maio, 52, 2.º Cv.
5000-651 Vila Real

259 098 058
geral@descobrimentosau-de.pt
www.descobrimentosau-de.pt

CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA DAS BOXES

15% nas consultas

de medicina dentária
e psicologia

Av. Aureliano Barrigas,
Lt. 4 r/c dto.
5000-413 Vila Real

259 342 321 | 932 745 455
geral@clinicadasboxes.com
www.clinicadasboxes.com

CLÍNICA DENTAMEDI

15% nos tratamentos
dentários (exceto próteses,
implantes e ortodontia)

Av. da Noruega
Torre Sul, 314
5000-508 Vila Real

259 348 915
dentamedi@portugalmail.pt

GIMNO – CLÍNICA FISIOLINE

Oferta da inscrição
5% nas atividades
do ginásio

Av. João Paulo II, Lt. 7
5000-198 Vila Real

969 282 480
gcfisioline@gmail.com

QUORUM SAÚDE

25% nas consultas médicas de especialidade

R. de Santa Iria, Lt. 8, Lj. 3
5000-607 Vila Real

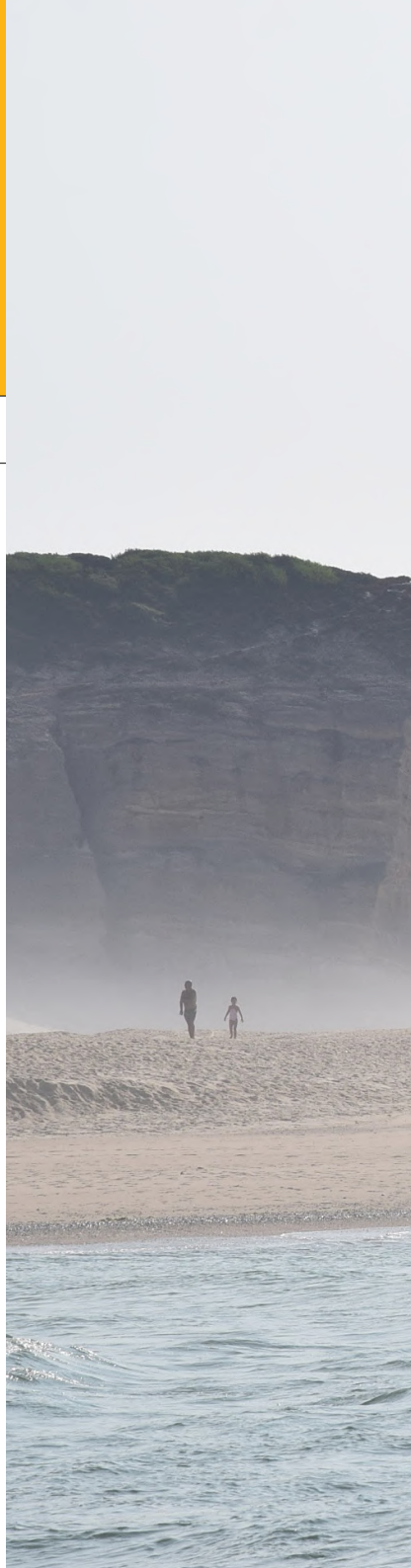
259 348 069 | 925 453 817
infoquorum@quorumsaude.pt
www.quorumsaude.pt

GUIA DE VANTAGENS

REGIÃO CENTRO

☞ VER ÍNDICE

- 22 — CASA, MODA E DECORAÇÃO
- 24 — CULTURA E LAZER
- 28 — EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO
- 32 — OUTROS SERVIÇOS
- 37 — SAÚDE E BEM-ESTAR



O CENTRO TEM O CORAÇÃO DO PAÍS.
É MAR, É TERRA, É ÁVIDO DE MAIS
E A INATEL RESPONDE
A CADA BATIDA MAIS ACELERADA.

CHEGA AO CENTRO NA CULTURA, NA MÚSICA POPULAR
E TRADICIONAL DE PORTUGAL E DO MUNDO,
CHEGA COM O PONTAPÉ MAIS FORTE NA LIGA INATEL,
E ABRANDA NUMA NOITE COM MARCA INATEL.



CASA, MODA E DECORAÇÃO



“Para a nossa casinha, nem que seja uma pedrinha”, diz o ditado popular. O facto é que queremos que este seja o nosso espaço de eleição, onde relaxamos e nos encontramos com os nossos amigos e família. A decoração da casa é não só o reflexo de quem somos, como indispensável para garantir o conforto de todos. E a escolha dos elementos decorativos pode ir da sofisticação, a uma vertente mais rústica: de sofás de pele ou candeeiros de metal, a um toque de madeira e até de produtos artesanais, como bancos ou sabonetes. A sua imaginação é o limite.



Qualquer ocasião
é boa para oferecer
um original
sabonete aromático
personalizado.

AVEIRO

COBERMASTER CONCEPT – MOBILIÁRIO DE LUXO

15% no mobiliário premium em gradil 3D Cobermaster Concept e em todas as categorias do catálogo Cobermaster

R. António Gomes Correia
Júnior, Fração E, 371
3700-606 Cesar
Oliveira de Azeméis

256 858 025
geral@cobermaster.com
www.cobermaster.com

CASTELO BRANCO

O ARGADILHO/NELA ATELIER

15% em todos os produtos

R. José Germano da Cunha, 70
6230-366 Fundão

275 753 036 | 969 003 250
oargadilho@hotmail.com

LISBOA

CASTELBEL NA EMBAIXADA

15% na compra de
sabonetes

Pç. do Príncipe Real, 26
pisso 0
1250-184 Lisboa

965 309 154
castelbelnaembaixada@
gmail.com
www.castelbel.com

FONSECA & PADEIRO MÓVEIS E ELECTRODOMÉSTICOS

15% no mobiliário,
cortinados, colchões e
móveis por medida

Alameda Mahatma Gandhi
16 A
1600-502 Lisboa

217 581 946 | 969 707 904
geral@fonseca-e-padeiro.pt
www.fonseca-e-padeiro.pt

INTLUX DESIGN

Projetos 3D, transporte
e montagem **gratuitos**
(área da Grande Lisboa)

Av. Almirante Reis, 89, D/G
1150-013 Lisboa

214 015 959
info@intlux.pt
www.intlux.pt

MÓVEIS UNIVERSAL II

20% em colchões
(não acumulável
com outras promoções)

R. dos Soeiros, 311 B
1500-580 Lisboa

217 981 800 | 912 968 840
info@moveisuniversal.com
www.colchoesuniversal.pt

POLIMÓVEL DECORAÇÕES

20% no preço de PVP dos
artigos da Molaflex

R. Ângela Pinto, 28 A
1900-068 Lisboa

218 149 644 | 969 107 304
geral@polimovel.pt
www.polimovel.pt

VISOCREA REMODELAÇÃO E DESIGN

Deslocação gratuita

R. de Xabregas, Lt. D, 10 B
1900-440 Lisboa

932 319 526
vl.remodelacao.design@
gmail.com
www.vlsocrea.com

SANTARÉM

OFICINA E CASA DE ARTESANATO “O POÇO”

15% em todos os artigos

Estr. Principal, 60-58
2040-133 Rio Maior

919 897 197
candosopaulo@gmail.com

CULTURA E LAZER



Toda a costa portuguesa oferece inúmeras oportunidades de experimentar diversas atividades aquáticas, sendo o bodyboard ou surf duas delas. As escolas da modalidade ajudam a dar os primeiros passos, mas é a prática que leva à perfeição. A par da atividade física, têm a vantagem de se realizarem no mar, assim como promover o equilíbrio emocional. Quem o faz regularmente garante que se experimentar nunca mais vai querer largar. Aceita o desafio?



A costa Oeste do Centro de Portugal é o lugar perfeito para a prática de surf. Com ondas de nível mundial, é na praia de Supertubos em Peniche que se realiza anualmente o Rip Curl Pro Portugal, uma etapa da World Surf League.

AVEIRO

TRILHOS DA TERRA

20% em STEPOuts e em workshops (exceto de fotografia de viagem)

R. 31 de Janeiro, 19, Lj. R e S (Cv.)

3810-192 Aveiro

919 633 178

info@trilhosdaterra.com

www.trilhosdaterra.com

COIMBRA

CATRAPUM CATRAPEIA

20% em bilhetes para os espetáculos e oficinas

smARTES

Casa das Industrias Criativas
Rua da Misericórdia, 7
3230-250 Penela

913 389 647

geral@catrapumcatrapeia.pt
<http://catrapumcatrapeia.pt/>
<https://www.facebook.com/catrapum.catrapeia/>

GUARDA

MUSEU DO PÃO

20% no bilhete de adulto

R. de Santa Ana
Quinta Fonte do Marrão
6270-199 Seia

238 310 760
museu@museudopao.pt
www.museudopao.pt

LEIRIA

TEATRO JOSÉ LÚCIO SILVA

20% nos espetáculos
realizados no recinto

R. Dr. Américo Cortez Pinto
2400-093 Leiria

244 834 117
bilheteira@teatrojsilva.pt
www.teatrojsilva.pt

LISBOA

ADVENTURE PARK

20% na entrada

Estádio Nacional do Jamor
- Complexo Desportivo
R. da Carreira de Tiro
1495-751 Cruz Quebrada

935 635 411 | 211 519 400
reservas.jamor@adventurepark.pt
www.adventurepark.pt

AGIRDIN - ALENQUER CAMPING

20% na utilização das
instalações de 1 outubro
a 31 maio

Casal das Pedras
E.N. 9, km 94
2580-330 Alenquer

263 710 375 | 934 289 375
alenquer.camping@dosdin.pt
www.dosdin.pt/camping/
alenquer

BIESTER

15% na aquisição de
bilhetes de entrada nas
bilheteiras físicas

Av. Almeida Garret, 1 A
2710-567 Sintra

218 708 800
Info@biester.pt
www.biester.pt

BYX - BEST YACHT XPERIENCE

15% nos passeios de barco
no Rio Tejo

Doca de Santo Amaro de
Alcântara, Lisboa

966 290 239 | 963 919 016
info@byx.pt
www.byx.pt

CARAVEL ON WHEELS - PASSEIO HISTÓRICO INTERATIVO EM LISBOA

20% nos bilhetes
de adulto e criança

Calçada Nova de S. Francisco
10, 2 D
1200-300 Lisboa

215 955 155
contact@caravelonwheels.com
www.caravelonwheels.com

CINETEKA - MOVIES AT HOME

15% nos bónus dos
carregamentos de crédito

R. Fernando Palha, 50-52
sala 230 - 2.º piso
1950-132 Lisboa

218 947 025
info@cineteka.com
www.cineteka.com

COMUNA TEATRO DE PESQUISA, CRL

50% nos bilhetes
de sexta a domingo,
em espetáculos de
produção própria

Pç. de Espanha, S/N
1070-024 Lisboa

217 221 770
geral@comunateatropes-quisa.pt
www.comunateatropes-quisa.pt

DS ACADEMY

20% em apoio escolar
no ato de inscrição

Calçada dos Sete Moinhos,
135, 1º dto.
1070-223 Lisboa

964 961 633
dsacademy@gmail.com
www.dsacademy.pt

EMBOSCADA – ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

15% no valor dos packs
anunciados no site

R. Marquês de Angeja
Quinta do Marquês
2645-026 Alcáideche

214 120 144 | 910 060 595
parque@emboscada.pt
www.emboscadapaintball.com

FUNDAÇÃO ORIENTE MUSEU ORIENTE

10% na entrada do museu
20% na aquisição do
“bilhete família” no museu
10% nas inscrições em
oficinas para adultos
20% nos espetáculos
organizados pelo museu

Av. Brasília
Doca de Alcântara (norte)
1350-352 Lisboa

213 585 200
info@foriente.pt
www.foriente.pt

HIPPOTRIP – TURISMO ANFÍBIO

15% na compra de um
bilhete (do próprio) e três
acompanhantes

Doca de Santo Amaro Alcântara
Edf. Hippotrip
1350-353 Lisboa

211 922 030
info@hippotrip.com
www.hippotrip.com

MUSEU DAS COMUNICAÇÕES

Oferta do bilhete do
acompanhante mediante
a aquisição de um bilhete
para o Museu

R. do Instituto Industrial, 16
1200-225 Lisboa

213 935 177
info@fpc.pt
www.fpc.pt

MAGNAMATRIZ TOURS – TUK TUK ON ME

15% nos passeios

Pç. dos Restauradores
1000-002 Lisboa

919 302 617
info@tukonme.pt
www.tukonme.pt

MEDEIA FILMES

28% no cinema Medeia
Monumental e Nimas

Tv. das Pedras Negras, 1, 5.º
1100-404 Lisboa

213 255 800
info@medeiafilmes.com
www.medeiafilmes.com

MEGACAMPO – PAINTBALL & ADVENTURE PARK

20% em serviços/
experiências para o
Associado e até nove
acompanhantes (não
acumulável com outros
descontos e promoções)

Av. do Megacampo
Lugar da Romã
Sobral da Abelheira
2640-615 Mafra

214 876 088 | 913 402 013
info@megacampo.com
www.megacampo.com

NÁUTICO CLUBE BOA ESPERANÇA

25% nas atividades

Cais do Gás, Armazém 1

1275-145 Lisboa

211 929 778 | 919 834 390

contacto@ncbe.pt

www.ncbe.pt

NOAH

SURF & SKATE

17% em todos em todos
serviços de surf, bodyboard
e skate

Carcavelos

910 903 319

noahsurfskate@gmail.com

www.noahsurfskate.com

PALMAYACHTS

20% em passeio no Tejo
de 2h de veleiro ou 1h de
speedboat

Av. Brasília (junto ao Padrão
dos Descobrimentos)
1400-038 Lisboa

937 065 280

info@palmayachts.com

www.palmayachts.com

PARTY IT

- ANIMAÇÃO E EVENTOS

15% nos serviços de:
animação infantil em
eventos, Babysitting e em
formações promovida pela
Party It

Av. António José de Almeida
Nº. 12 A, 2º Esq.

2530-113 Lourinhã

920 331 915

geral@partyit.pt

animacao.partyit.pt

SUNSETCHAPTER

- CARCAVELOS

SURF SCHOOL

20% nas aulas de surf
ou bodyboard

Av. Marginal

Praia de Carcavelos

2775-604 Carcavelos

966 131 203 | 962 850 497

info@carcavelossurfschool.com

www.carcavelossurfschool.com

TEATRO ABERTO

30% no bilhete individual
(aplicável até dois bilhetes)

Pç. de Espanha

1050-107 Lisboa

213 880 086

bilheteira@teatroaberto.com

www.teatroaberto.com

TEATRO POLITEAMA

15% nos lugares de plateias
e tribunas nas sessões de
5º feira - 21h

10% nos lugares de plateias

e tribunas nas sessões de
6º feira - 21h

213 405 700

teatro.politeama@gmail.com

[reservas.politeama@](mailto:reservas.politeama@filipelaferia.pt)

[filipelaferia.pt](http://www.filipelaferia.pt)

www.filipelaferia.pt

TUKGUIDEPORTUGAL, LDA. - ECO TUK GUIDE

15% nos serviços

R. do Instituto Industrial, 18 D
1200-225 Lisboa

919 920 000

info@tukguideportugal.pt

www.ecotukguide.pt

VISEU

CINECLUBE VISEU

15% nas oficinas e
workshops em programa
e no DVD editado pelo
Cineclube, que reúne filmes
da década de 1930 de Viseu

R. Escura, 62

Apartado 2102

3500-130 Viseu

232 432 760

geral@cineclubeviseu.pt

www.cineclubeviseu.pt

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



A aprendizagem ao longo da vida permite-nos estar a par do avanço do mundo, mas é igualmente uma forma de nos mantermos mentalmente sãos. Se não tem vontade de aprender uma língua ou um novo programa de computador, aprenda a tocar um instrumento musical. Já pensou nisso?

A música promove o equilíbrio, a concentração e o desenvolvimento do raciocínio, especialmente em questões relacionadas com o pensamento.

AVEIRO

A.M.A.R. – ACADEMIA DE MÚSICA E ARTES DE RIO MEÃO

15% nos serviços dos Departamentos de Música e Artes

R. das Comendas, 28
4520-460 Rio Meão

256 385 752 | 962 746 725
geral@amariomeao.com

ENGLISH4U

50% na inscrição

Av. das Cruzes, 718
4535-011 Lourosa

932 269 719
chaves@english4u.pt
gaia@english4u.pt
lourosa@english4u.pt
www.english4u.pt

VISEU

ENÉRGICA – ASSOCIAÇÃO JUVENIL DE VISEU

Oferta da inscrição

R. 21 de Agosto, 179
3510-120 Viseu

232 428 238 | 969 849 075
geral@energicaviseu.pt
www.energicaviseu.pt

SALA DE SER

15% nas consultas de psicologia clínica, nas sessões de snoezelen e estimulação cognitiva

R. Mestre António Nelas
Lt. 188, r/c dto.
3510-596 Viseu

919 284 049
entre@saladeser.com
www.saladeser.com

LISBOA

AGILE TRAINING

15% nas aulas de inglês

R. Padre António Vieira, 2
1070-196 Lisboa

214 102 910
connect@agile-training.pt
www.imagineacademies.com

ACADEMIA DO PARQUE

50% no valor da inscrição*
15% no valor da mensalidade*

* exceto nos Cursos de Inglês de
Preparação para os Exames Certificados,
Sala de Estudo Acompanhado
e Explicações ao domicílio e online.

R. Dr. António Patrício Gouveia, 14 Porta 11D
(Urbanização Moinho das Antas – Junto à Figueirinha)
2780-125 Oeiras

214 101 342
geral@academiadoparque.pt
www.academiadoparque.pt

AMERICAN SCHOOL OF LANGUAGES

32% no “Inglês Low Cost”, para turmas entre as 14h30 e as 17h30 (out e jun)

Av. Duque de Loulé, 22, 1.º
1050-090 Lisboa

213 146 000 | 967 907 035
secretaria.asl@mail.telepac.pt
www.americanschooloflanguages.com
CENTRO EUROPEU DE LÍNGUAS

15% na inscrição

Av. Padre Manuel da Nóbrega, 3 A
1000-222 Lisboa

218 407 425
infocel@cel.pt

R. Joaquim António de Aguiar, 43 B
1070-150 Lisboa

213 827 130
infoempresas@cel.pt
www.cel.pt

CLAVE & SOM, ESCOLA DE MÚSICA

50% na inscrição

Lg. Sta. Bárbara, 3 B
1150-287 Lisboa

213 150 886 | 965 610 183
info@clavesom.com
www.clavesom.com

FROUCO & HENRIQUES ASSOCIADOS

20% nos cursos

Azinhaga Torre do Fato, 33 B
Escritório B
1600-774 Lisboa

217 156 428/29/30
fha_depformacao@netcabo.pt
www.fhassociados.com

IDEFE

10% nos cursos ministrados pelo IDEFE (filiados como Associados INATEL há mais de 1 ano)

R. do Quelhas, 6, 4.º
1200-781 Lisboa

213 922 891 | 213 922 789
info@isegexecutive.education
www.idefe.pt

IMAGINE GO ARTS & OUTDOOR

15% na inscrição

R. Cais das Naus, 12
1990-304 Lisboa

219 434 410 | 914 067 806
geral@imaginego.pt
www.imaginego.pt

INSTITUTO SUPERIOR DE TECNOLOGIAS AVANÇADAS

Oferta da candidatura e
inscrição

Alameda das Linhas de
Torres, 179
1750-142 Lisboa
218 436 670
secretaria@istec.pt
www.istec.pt

KEEP IT SIMPLE – CENTRO DE EXPLICAÇÕES E FORMAÇÕES

Oferta da inscrição (25€)

R. do Cabo, 29 A
1250-053 Lisboa

215 881 822
geral@keepitsimple.com.pt
www.keepitsimple.com.pt

MATHNIVERSITY

15% nas lições de matemática
para universitários

Av. de Portugal, 24

Lt. 7, piso 1 Lj. 19
2790-129 Carnaxide

914 333 927 | 967 425 152
rui.pires@mathniversity.com
www.mathniversity.pt

MULTIWAY

50% na inscrição em
cursos ou programas

Av. EUA, 100, 13 Ft.
1700-179 Lisboa

218 132 535
multiway@multiway.org
www.multiway.org
O VALE AZUL – CRECHE

30% na inscrição

Pct. António Gedeão, 14
r/c esq.
2635-002 Rio de Mouro

219 162 475
ovaleazul@gmail.com

OXFORD SCHOOL – INSTITUTO DE LÍNGUAS

10% nos cursos regulares

Av. Marquês Tomar, 104
4.º dto.
1050-157 Lisboa

217 966 660

R. D. Estefânia, 165, 1.º
1000-154 Lisboa

213 546 586

Av. Bons Amigos, 37, 1.º D
2735-077 Cacém

219 146 343

info2@oxford-school.pt
www.oxford-school.pt

QUÍMICA DOS SABERES

25% na inscrição

R. Amélia Rey Colaço, 34 B
2790-017 Carnaxide
214 101 072 | 969 555 913
quimicadosaberes@gmail.com
www.quimicadosaberes.com

RITMOS DO MUNDO

50% na inscrição

Av. Florinda Leal, 8
2765-223 S. João do Estoril

214 687 405 | 917 177 732
geral@interartes.pt
www.interartes.pt

SABE ONLINE

15% nos cursos
(promocode INATEL)

R. D. Luís I, 3, 3.º
1200-149 Lisboa

213 900 903
cliente@sabe-online.com
www.sabe-online.com

SEI QUE SEI

50% na inscrição
na modalidade
Salas de
Estudo

Av. João XXI, 47, r/c dto.
1000-299 Lisboa

218 490 335 | 915 151 501
geral@seiquesei.pt
www.seiquesei.pt

SISEP - SINDICATO DOS PROFISSIONAIS DE SEGUROS DE PORTUGAL

15% na inscrição nos
cursos do plano de
formação

R. Professor Fernando
da Fonseca, 16
1600-618 Lisboa

213 103 630
formacao@sisep.pt
www.sisep.pt

SOCIEDADE NACIONAL DE BELAS ARTES

15% na matrícula
do curso de
formação artística
e nas propinas
do curso de
formação artística

R. Barata Salgueiro, 36
1250-044 Lisboa

213 138 510
inscricoes.cfa@snba.pt
www.snba.pt

TABUADA DE LETRAS

50% na inscrição

R. Pires Jorge, 1 A
Qta. dos Inglesinhos
1600-577 Lisboa

R. Eiffel, 13 C
Campo Pequeno
1000-144 Lisboa

210 122 883
geral@tabuadadeletras.pt
www.tabuadadeletras.pt

UNITED SCHOOL

15% nos serviços de tradução

R. Gago Coutinho, 112
2870-330 Montijo

212 309 363 | 918 238 117
info@unitedschool.org

www.unitedschool.org

UNIVERSIDADE ATLÂNTICA

10% na consulta na Clínica
Universitária Atlântica
Oferta da matrícula para
1.ª inscrição num ciclo de
estudos da Atlântica

Fábrica da Pólvora de Barcarena
2730-036 Barcarena

214 398 224 /25 /43
info@uatlantica.pt
www.uatlantica.pt

UNIVERSIDADE LUSÓFONA DE HUMANIDADES E TECNOLOGIAS

10% na propina mensal
para três Associados

indicados pela
INATEL (por curso)

Campo Grande, 376
1749-024 Lisboa

217 515 500
info@ulusofona.pt
www.ulusofona.pt

OUTROS SERVIÇOS



Quer se trate de lições de condução, de cuidar dos seus animais ou de resolver problemas informáticos, os parceiros INATEL estão sempre disponíveis para ajudar. Consulte a lista e escolha o que mais se adequa às suas necessidades. Depois, já sabe, é só contactar e dizer que é Associado INATEL: há muitos descontos e vantagens à sua espera.

O carro é o meio de transporte mais usado pelos europeus nas suas deslocações, portugueses incluídos (estamos em segundo lugar, atrás da Lituânia).

AVEIRO

ANADITEL

20% em todo o tipo de serviços prestados (não inclui artigos)

R. dos Colégios
Edf. Camélias, 32
3370-221 Oliveira do Bairro

234 737 106
geral@anaditel.pt
www.anaditel.pt

ESCOLA DE CONDUÇÃO RPM32

15% em todos os serviços

R. 32, 798
4500-309 Espinho

224 018 220 | 936 222 270
escoladeconducaorpm32@gmail.com

CASTELO BRANCO

ABADE E PEREIRA - SERVIÇOS AGRO-FLORESTAIS

15% na limpeza e manutenção de terrenos, espaços verdes e serviços agro-florestais

R. Principal, 165
6150-111 Montes da
Senhora – Castelo Branco

916 215 181
geral@abadepereira.pt

MEDICALVET

15% nos serviços veterinários

R. Cidade da Covilhã
Lt. 1, Lj. dta.
(junto à Segurança Social)
6230-346 Fundão

275 776 495 | 968 578 814
geral@medicalvet.pt
www.medicalvet.pt

COIMBRA

TECNISIGN

20% nos serviços de reparação e manutenção informática, nos cursos de formação profissional e nos serviços de plastificação e encadernações

R. Vale das Flores, Lj. 23
3030-486 Coimbra

239 165 330 | 936 262 278
geral@tecnisign.pt
www.tecnisign.pt

LEIRIA

AMERICANA PAPELARIA S.A.

10% no centro de cópias, papelaria, escrita, belas artes, brindes, livros não escolares e material de escritório

5% nos livros escolares e equipamentos;
Exceções - promoções, produtos com etiqueta de Preço Baixo (consumíveis de informática, papel fotocopia), jogos Santa Casa, tabaco, jornais e revistas e lista afixada em cada loja.

R. Imaculada Conceição, 129
2410-338 Telheiro

244 240 110 | 916 612 894
geral@americana.pt
www.quem.americana.pt

LISBOA

2LIGHT – HEALTHCARE SOLUTIONS

20% no transporte de doentes, formação profissional e proteção de eventos

R. José Régio, Lt. 1/2
Bloco B, Lj. dta.
2650-212 Encosta do Sol
Lisboa

214 740 432 | 962 055 703
geral@2light.pt
www.2light.pt

AGÊNCIA FUNERÁRIA TEMPUS

50% nos serviços técnicos (excluindo funerais sociais)

Pç. Viscondessa dos Olivais, 35
1800-379 Lisboa

218 510 724
agenciafunerariatempus@gmail.com
www.funerariatempus.pt

ALÉM FUNEBRE

15% sobre a prestação de serviço fúnebre
7,5% Plano de Funeral em Vida*
(*exclui pagamentos e taxas externas)

Av. do Brasil, 53 B
2735 – 521 São Marcos

923 125 929
alemfunebre@gmail.com
www.alemfunebre.com

AUTO PLENO

15% na manutenção, reparação, diagnóstico, chapa e pintura, pneus, vidros e lavagens

R. Ponta Delgada, 33

1000-239 Lisboa
213 544 302 | 937 530 586

R. Dr. Nicolau Bettencourt
43 - 43 A
1050-078 Lisboa
214 018 415 | 964 211 270

geral@auto-pleno.pt
www.auto-pleno.pt

AVENTURAS NO BOSQUE

15% nas festas
de aniversário privadas
(buffet e decoração)

R. Alferes Barrilero Ruas, 7
Lj. 1 A-B
1800-008 Lisboa

211 313 690
geral@aventurasnobosque.pt
www.aventurasnobosque.pt

BEELECTRIC E-BIKES SHOP

20% nos serviços de
aluguer de uma E-Bike

Av. 25 de Abril, 1011
Galerias "O Navegador"
Lj. 84, 1.º
2750-515 Cascais

211 367 536 | 962 057 334
beelectric.bikes@gmail.com
www.beelectric.pt

CONSULTORAS DE BELEZA INDEPENDENTES

MARY KAY

Oferta de workshops
de pele e maquilhagem
(mediante marcação
prévia e vagas disponíveis)

C. C. Belavista
R. Correia Garção, 41
2675-520 Odivelas

919 719 555 | 962 787 233
ritagcruz@hotmail.com
leonor.glamour@sapo.pt

EASYPARKING

15% nos serviços da
easyParking

R. Salgado Zenha, 8
2685-332 Prior Velho

218 488 305 | 919 697 421
reservas@easyparking.pt
www.easyparking.pt

EDUARDO ALMEIDA

15% nos serviços
de elaboração de
biografias personalizadas,
serviços de apoio à
realização de trabalhos
académicos, traduções,
redação e revisão
de texto

R. Padre Alfredo Fernandes
de Brito, 9, 3.º D
2665-527 Venda do Pinheiro

933 190 548 | 960 194 398

geral@megatalentos.pt

I RACIONAL - PET STORE

20% em acessórios para
animais

Av. das Descobertas, 59
2780-053 Oeiras

214 437 032
savana@sapo.pt
www.galeriasaltodabarra.eu

EUROFISCONTA - CONTABILIDADE E FISCALIDADE

20% sobre os preços
de tabela

R. Laureano de Oliveira,
39 r/c dto.
1885-052 Moscavide

219 457 044
ana-eurof@netcabo.pt

FADAS FRENÉTICAS - APOIO DOMICILIÁRIO

15% em todos os serviços
de apoio domiciliário

Praça Dr. Nuno Pinheiro
Torres, 1 - 9º Esq.
1500-500 Lisboa

925 170 992
geralfadas@gmail.com
**www.instagram.com/fa-
dasapoio/**

FAMILY FIRST

15% nos processos permanentes de recrutamento e seleção

R. Domingos Sequeira, 27, 6.º B
1350-119 Lisboa

213 967 636 | 925 993 271
geral@familyfirst.pt
www.familyfirst.pt

FUNERÁRIA ANJOS DE DEUS

20% nos serviços funerários (exceto cemitérios e serviços religiosos)

R. Maestro Frederico de Freitas, 11 A
1500-399 Lisboa

217 784 731 | 917 346 534
comercial@anjosdedeus.pt
www.anjosdedeus.pt

FUNERÁRIA CLÁSSICA

50% nos serviços técnicos de agência (ex: pessoal, viaturas documentação, etc.)

R. Bartolomeu Dias, 63 A
1400-027 Lisboa

213 013 272 | 966 017 681
geral@funerariaclassica.com
www.funerariaclassica.com

HD RESCUE

- RECUPERAÇÃO DE DADOS INFORMÁTICOS

15% nos serviços de recuperação de dados informáticos

Lg. do Paço, 14
2795-116 Linda-a-Velha

218 299 290
info@hd-rescue.com
www.hd-rescue.com

INFOR OK - CLÍNICA DE COMPUTADORES

15% nos serviços gerais e recuperação de dados

R. Dr. Manuel de Arriaga C. C. Carcavelos, Lj. 56
2775-602 Carcavelos

214 411 363 | 963 955 331
carcavelos@infor-ok.com

R. do Telhal, 89 C
1150-345 Lisboa

214 099 645 | 961 121 659
lisboa@infor-ok.com
www.infor-ok.com

KIDS HAIR CLINIC

15% nos tratamentos da pediculose (piolhos)
20% nos tratamentos preventivos

Av. D. João II, Edf. Infante

Parque das Nações 35 C, 5 D
1990-085 Lisboa
215 895 048
info@khc.pt
www.khc.pt

LET'S COPY

15% nos serviços

Amoreiras Shopping Center
Piso 2, Lj. 1006/7
1070-103 Lisboa

213 885 086
amoreiras@letscopy.pt

Atrium Saldanha, Piso 2, Lj. 65
1050-094 Lisboa

213 551 619
saldanha@letscopy.pt

letscopy@letscopy.pt
www.letscopy.pt

LOUVOR - SERVIÇOS FUNERÁRIOS

10% nas vendas
10% na prestação de serviços

R. da Guiné, 47 B
2620 - 044 Olival Basto

939 380 383
louvorfuneraria@gmail.com
www.louvorfuneraria.pt

MARINA MARÇAL CONSULTÓRIO

DE PSICOLOGIA

15% nas consultas de psicologia

Av. de Roma, 44, r/c, esq.
1700-348 Lisboa

962 408 925
www.marinamarcal.com

MEDICLINICA PORTUGAL - FISIOTERAPIA E REABILITAÇÃO

15% em todos os serviços

Av. São José, 20, r/c
2685-108 Sacavém

925 813 568
geral@mediclinica.pt
www.mediclinica.pt

MHD - SERVIÇOS E SISTEMAS INFORMÁTICOS

Orçamentos **gratuitos**

R. Eça de Queirós, 5 A
2675-340 Odivelas

213 153 454
mdh@mhd.pt
www.mhd.pt

QUINTA DA PATADA

15% em serviços de Creche e Hotel

R. do Murtal Quinta da Patada 2660-499
Santo Antão do Tojal

962 902 142 | 962 807 210
geral@quintadapatada.com
www.quintadapatada.com

S9 COMÉRCIO DE AUTOMÓVEIS

15% nas peças novas a aplicar em veículos

R. de S. Bartolomeu, 36
Adroana
2645-017 Alcabideche

214 608 518
s9.saab@mail.telepac.pt
www.s9.com.pt

SANTARÉM

CHAMY- LIMPEZA DE CHAMINÉS E ASSISTÊNCIA

20% na limpeza de chaminés e em detetor de fumos

Estrada Nacional N.º 3
R. Manuel Silva Vieira, Lt. 3
2000-495 Pernes

707 450 244 | 918 785 823 |
914 500 833
geral@chamy.pt
www.chamy.pt

MEIO

15% nos workshops organizados pelo Meio

Quinta da Ponte
R. da Ponte Romana, 2-6
Alcanede
2025-036 Santarém

962 601 725
meio.center@gmail.com
www.meio.center.pt

SCAPE HEALTH & MEDICAL SPA

Oferta da Jóia
5% nas mensalidades Scape Off-Peack e Scape
10% nas mensalidades Scape Premium, Platina, Spa e Spa Platina

Av. António dos Santos, 34 B
2000-074 Santarém

243 377 805
scape@enfis.pt
www.scapebyenfis.com

VALLE DOS REIS - RESIDÊNCIAS SENIOR

10% no valor da jóia e restantes mensalidades
3% na mensalidade Modalidade Base

Av. António dos Santos, 36
2000-074 Santarém

243 377 803
valledosreis@enfis.pt
www.valledosreis.com

SAÚDE E BEM-ESTAR



Para a INATEL, o bem-estar dos Associados e das suas famílias é um dos vetores mais importantes da sua ação. Daí que tenha estabelecido importantes parcerias, ao longo dos anos, com farmácias, dentistas, ginásios, entre outros.

*Se é um
Associado
INATEL, não
deixe de recorrer
à nossa rede de
parcerias de
qualidade.*



AVEIRO

AGE & LIVING - VITALIVING SERVIÇOS DE APOIO AO DOMICÍLIO

NOVO!

40% (Planos de 24 horas
e de Pernoita)
30% (Planos de 1 hora)
25% (Planos de 9 a 12 horas)
15% (Planos de 4 a 8 horas)

R. do Senhor dos Milagres, 24
3800-261 Aveiro

R. João de Ruão, 12,
Escritório 164
3000-229 Coimbra

Av. da Boavista, 267, 5.º
4050-113 Porto

926 338 773
geral@vitaliving.pt
www.vitaliving.pt

CLINIDOR CONSULTÓRIOS MÉDICOS

15% sobre o valor das
consultas de medicina da
dor e de tratamentos da dor
crónica

Av. Dr. Francisco Sá
Carneiro, 57, r/c dto.
4520-164 Sta. Maria da Feira

256 044 484 | 917 543 152
geral@clinidor.pt
www.clinidor.freehostia.com

CLINIFEIRA – CLÍNICA DE MEDICINA FÍSICA E REABILITAÇÃO

15% nos serviços de saúde (exceto fisioterapia)

R. Santa Maria da Feira, 121
4520-294 Santa Maria da Feira

256 333 067 | 932 273 170
clinifeira@gmail.com
www.clinifeira.com

DENTAL SPA

15% em todos os tratamentos

Av. Dr. Lourenço Peixinho
175 F, Lj. 6
3800-167 Aveiro

234 480 589
geral@dentalspa.pt
www.dentalspa.pt

DR. CARLOS ALMEIDA E CASTRO

20% nas consultas de ortopedia e podologia

Av. Dr. Lourenço Peixinho
175 F, 1.º
3800-176 Aveiro

234 241 912 | 936 409 587
carlosalmeida2324@gmail.com
www.ortopediadrcarlosalmeida.pt

FARMÁCIA MODERNA

10% em todos os produtos (exceto protocolo de diabetes, leites e fórmulas infantis e medicamentos sujeitos a receita médica com PVP superior a 60€)

R. dos Combatentes da Grande Guerra, 103/105
3810-087 Aveiro

234 481 050
moderna.farm@gmail.com

LABORATÓRIO ESMORIZ

15% nos serviços, conforme tabela específica

Av. 29 de Março, 820, 1.º
3885-518 Esmoriz

256 752 864 | 917 536 010
lab.analises.esmoriz@gmail.com

MAXIMIZA SORRISO – CLÍNICA DE SAÚDE E BEM-ESTAR

Check-up **gratuito** em medicina dentária incluindo ortodontia e implantes
10% nos tratamentos

R. da Liberdade, 112
3700-168 S. João da Madeira

256 394 162 | 932 563 087

Av. Sacadura Cabral, 183
4560-480 Penafiel

maximizasorriso@gmail.com
www.maximizasorriso.wixsite.com/maximizasorriso

ÓPTICA GLAMOUR

10% em lentes de contacto
25% em lentes oftálmicas (progressivas, monofocais e bifocais), aros e óculos de sol
Exames de optometria e de contactologia gratuitos

R. São Nicolau, 11
4520-248 Sta. Maria da Feira

256 360 028
opticadafeira@hotmail.com
www.facebook.com/opticadafeira
www.opticadafeira.pt

CASTELO BRANCO

ALBIGEC

50% nas entradas das piscinas de Castelo Branco e Alcains na época estival

Complexo de Piscinas de Castelo Branco
Parque Urbano da Cidade
6000-458 Castelo Branco

272 348 320
geral@albigece.com

AQUADRENALINA FITNESS CENTER

22,2% em cartão Acqua
Livre Total, com acesso livre
a aulas de grupo, sala de
cardio, musculação e piscina

R. 5 de Outubro, 11
6000-159 Castelo Branco

272 346 061 | 966 413 176
geral@aquadrenalina.com
www.aquadrenalina.com

COIMBRA

ESTETIC GYM

50% na inscrição

R. dos Covões, 69 scv
São Martinho do Bispo
3045-049 Coimbra

239 091 706 | 911 906 096
estheticgym.info@gmail.com
www.esteticgym.com

ÓTICA MAXIVISÃO

até **30%** em lentes
oftálmicas

Prç. Luís de Camões, 8A
3350-157 Vila Nova de
Poaires

239 428 427
info@maxivisao.com
www.maxivisao.com

SIGMUND - CENTRO DE PSICOLOGIA E DESEN-

VOLVIMENTO HUMANO

15% em todos os serviços

Av. Calouste Gulbenkian, 9
1º porta 35
3000-092 Coimbra

924 005 040
info@sigmund.pt
www.sigmund.pt

GUARDA

CLÍNICA SOARES

15% nas consultas
de especialidade

R. 31 de Janeiro, 75 B/C
6300-769 Guarda

271 213 653 | 969 429 975
geral@clinicadentaria
soares.pt
www.clinicadentaria
soares.pt

LEIRIA

CLÍNICA DAS OLHALVAS

15% na área de estética,
incluindo massagens e
bem-estar, mesoterapia,
acupuntura e podologia

R. das Olhalvas
Olhalvas Park, 1.º
2410-198 Leiria

244 843 720 | 967 386 480
geral@clinicadasolhalvas.com
www.grupoh.pt

FARMÁCIA BAPTISTA

9% em transações
(desconto em cartão
farmácia)

Lg. 5 de Outubro 1910, 33/36
2400-120 Leiria

244 832 320
farmacia.baptista@gmail.com
www.farmacia.baptista.com

FARMÁCIA MAGALHÃES

10% em transações, fraldas,
papas, leites e produtos
cosméticos

R. Dr. Brilhante, 18
2460-040 Alcobça

262 582 455 | 926 908 814
farmaciamagalhaeslda@gmail.com
www.farmaciamagalhaes.pt

GABINETE DE PSICOLOGIA RITA DE CARVALHO

Oferta de check-up
de saúde mental

Rua José Cônego Galamba
de Oliveira, 7
2410-362 Leiria

928 043 949
ritadecarvalho.psi@gmail.com
www.psicologaridadecarvalho.com

LISBOA

A POSITIVIDADE

20% nos serviços de higiene pessoal (preçário anual)

Beloura Office Park
R. do Centro Empresarial
EE02 1.º, Escrit. 15
2710-693 Quinta da Beloura

211 389 200
geral@positividade.pt
www.positividade.pt

AJUDAR A CAMINHAR

20% em todos os serviços de apoio domiciliário

R. Silva Carvalho, 52 B
1250-254 Lisboa

213 471 399 | 967 992 121
968 685 422
geral@ajudaracaminhar.pt
www.ajudaracaminhar.pt

ANA EDUARDO RIBEIRO – PSICOLOGIA CLÍNICA E PSICOTERAPIA

20% sobre o valor da consulta

R. Domingos Sequeira 27, 5.º B
1350-119 Lisboa
914 724 169
anaeduardoribeiro@sapo.pt

ANA GONÇALVES – ASSISTÊNCIA GERIÁTRICA DOMICILIÁRIA

15% nos serviços de cariz normal (exceto em casos de doenças de grau grave)

R. Oliver Guerra, Lj. 4 B, Faiões
2725-575 Mem Martins

214 428 334 | 916 626 380
agdana8@gmail.com

ANA ISABEL MARCOS

50% sobre o preço da consulta/psicoterapia individual

R. Alexandre Herculano, 19
2.º (sala 210)
1250-008 Lisboa

916 429 151
info@anaisabelmarcos.pt
www.anaisabelmarcos.pt

ANA PAULA RAMALHO – PSICÓLOGA CLÍNICA E DA SAÚDE PSICOTERAPEUTA

20% sobre o preço das consultas de psicologia

Campo Grande, 30, 2.º E
1700-093 Lisboa

965 200 764
anapramalho2015@gmail.com
www.anapramalho.weebly.com

ANA RITA TAVARES MARQUES RUIVO

15% sobre o preço das consultas de psicologia Espaço Psi

Av. Maria da Conceição
49, r/c B
2775-605 Carcavelos

966 576 123
psicologia@rvj.pt
www.espacopsi.com

ANJOS CUIDADORES - APOIO DOMICILIÁRIO

15% em todos os serviços prestados referente à tabela particular

Rua Manuel Teixeira Gomes,
22, 1.º dto
2790-103 Carnaxide

935 332 150
anjoscuidadores.ap@gmail.com
www.anjoscuidadores.pt

ANJOS DO LAR

15% em todos os serviços prestados

R. Alto do Carvalhão, 37 B
1070-048 Lisboa

211 306 259 | 960 334 843
anjosdolar.lida@gmail.com
www.anjosdolar.net

ARAGENS D'EMPATIA

20% no valor da primeira consulta, em qualquer um das modalidades, presencial ou online

Av. de Portugal 33
2790-130 Carnaxide

912 646 617
geral@aragensdempatia.pt
www.aragensdempatia.pt

AS CLÍNICAS

15% desconto em todos os seus tratamentos da tabela de PVP

Pç. de Alvalade, 6, 1ºdto
1700-036 Lisboa
T. 300 600 763

R. Dr. Gama Barros, 27 A
1700-143 Lisboa
T. 300 600 531

info@asclinicas.pt
www.asclinicas.pt

BEST MEDICAL OPINION - PERITAGENS MÉDICAS E PSICOLÓGICAS E MÉDICO-DENTÁRIAS

Tabela Associado INATEL -
informar diretamente pelo
parceiro

Rua Castilho, 39 - 10 H
1250-068 Lisboa

210 542 295 | 969 217 414
info@bmop.pt
www.bmop.pt

BETTER LIFE

15% nos serviços de higiene e conforto pessoal no domicílio

R. das Azenhas, 30 C
2730-270 Barcarena

210 999 321
geral@better-life.pt
www.better-life.pt

BRAHMI WELLNESS

10% no livre trânsito em aulas, Brahmi Free, presencial ou online, e em massagens terapêuticas (60 e 90 min.)

Av. dos Plátanos, 51, Lj. C
2775-352 Jardins da Parede

927 986 616
info@brahmi.pt
www.brahmi.pt

BRAHMI ORIENTAL WELLNESS

Oferta da inscrição

Av. dos Plátanos, 51, Lj. C
2775-352 Jardins da Parede

214 675 478 | 927 986 616
info@brahmi.pt
www.brahmi.pt

BRILLIANT CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA

20% nos tratamentos de medicina dentária

R. das Musas, Lt. 9 D
1990-165 Lisboa

218 278 208 | 934 306 242
geral@clinicabrilliant.com
www.clinicabrilliant.com

BYND SENIOR RESIDENCES

10% em estadias (de curta, média ou longa duração) nas residências com jardim, que incluem alojamento, alimentação e lavandaria
5% no valor cobrado em quartos (de qualquer tipologia) das residências sénior do grupo

LIBERVITA
R. das Camélias, 179
Bicesse
2645-411 Alcabideche

MARIA ISABEL SARDINHA
R. Orfanato Escola Santa Isabel
Albarraque
2635-048 Rio de Mouro

SANTO ANTÓNIO
Av. General Carmona, 8

2765-207 Estoril
SÃO BARTOLOMEU
R. Dr. António Martins, 154
2765-194 Estoril

211 329 206 | 913 068 066
**www.byndsenior.pt/
residencias-senior/**

CARDOSOPTIC

**30% em lentes oftálmicas
e aros (sob preços de venda
a retalho)**

C. C. Carcavelos, Lj. 42 e 43
2775-602 Carcavelos

218 239 612
cardosoptic@gmail.com

CAREDENT ALVALADE

**20% em todos
os tratamentos**

Av. da Igreja, 44, r/c B
1700-239 Lisboa
218 024 336
**alvalade.rececao@care-
dent.pt**
www.caredent.pt/alvalade

CARE & PHARMA CENTRO TERAPÊUTICO

**15% em todos os serviços
constantes os serviços,
exceto produtos e serviços**

prestados por parceiros -
Naturopatia e Hipnoterapia

R. Dr. Ilídio Sardoeira, n.º 27
4400-107 Santa Marinha,
Vila Nova de Gaia

965 670 234 | 221 123 635
**mcareandpharma@gmail.
com**
**www.careandpharma.pt/
www.facebook.com/
careandpharma**
**www.instagram.com/
care_and_pharma/**

CARLOS SALVADOR - CLÍNICAS DENTÁRIAS

**20% sobre o valor da tabela
particular**

Av. de Moscavide, 81 A
1885-066 Moscavide

219 456 665
getsmile.clinica@gmail.com

CENTRO CLÍNICO BELASSISTIL

15% nos serviços prestados

Pç. 5 de Outubro, 16 A
2605-021 Belas

214 310 733 | 966 629 643
geral@belassistil.pt
www.belassistil.pt

CENTRO DE ENFERMAGEM DA GRAÇA

**15% nos serviços
prestados**

Lg. da Graça, 40, 1.º
1170-165 Lisboa

218 871 359 | 968 888 770
**info@centrodeenferma-
gemdagraca.pt**
**www.centrodeenferma-
gemdagraca.pt**

CENTRO DE FISIOTERAPIA DR. RASGADO RODRIGUES

**15% em consultas
de Fisiatria e tratamentos
de fisioterapia**
**exclui drenagem linfática
manual*

R. Conde de Rio Maior, 14 c/v
1495-154 Algés

214 115 864 | 937 717 611
centro.rasgado@gmail.com
**https://www.rasgadorodri-
gues.pt**

CENTRO DE MEDICINA FÍSICA E DE REABILITAÇÃO VIMARLIS

**20% nas Consultas e
Tratamentos de Fisioterapia**

R. de Arroios, 9 A/B
1150-053 Lisboa

213 543 380 | 910 601 885

NOVO!

vimarlis@gmail.com
www.clinicavimarlis.pt

CENTRO DE OSTEOPATIA - MAÇÃS PLACE

20% na 1.ª consulta osteopatia

R. Estrada de Mafra, 4 B
2710-374 Sintra
962 384 649 | 925 678 553
cpdhc@hotmail.com
www.osteopatiaclinica.pt

CENTRO DE OZONOTERAPIA

15% nos serviços e
tratamentos prestados
Av. António Augusto de
Aguiar, 58 B
1050-010 Lisboa

210 455 310 | 967 191 479

Estr. da Luz, 124 A
1600-162 Lisboa

215 994 881 | 918 745 902

info@ozonoterapia.pt
www.ozonoterapia.pt

CENTRO DO YOGA DO LUMIAR

Oferta da inscrição

R. Professor João Cândido
de Oliveira, 7, Lj. D
1750-230 Lisboa

917 223 848
chintamani@centroyoga

lumiar.com
www.centroyogalumiar.com

CENTRO NEUROFTALMOLÓGICO DE LISBOA

20% em meios
complementares
de diagnóstico

Pç. José Fontana, 11, 1.º
1050-129 Lisboa

213 146 594
acordos@cno-lx.com

CENTRO PSIVERDE

30% nos serviços de apoio
psicológico

Av. Miguel Bombarda, 133, 4 C
1050-164 Lisboa

215 970 164
geral@psiverde.pt
www.psiverde.pt

CIDADE AFÁVEL

15% em serviços
de apoio domiciliário

R. Passos Manuel, 89 A
1150-258 Lisboa
218 016 345 | 929 262 459
geral@cidadeafavel.pt
www.cidadeafavel.pt

CLINIALBA

20% nas consultas

Av. João XXI, 15, r/c dto.
1000-298 Lisboa

218 436 000 | 966 317 422
consultorio@clinialba.
com
www.clinialba.com

CLÍNICA A MINHA DENTISTA

15% em todos os
tratamentos clínicos,
incluindo tratamentos
protéticos

R. Moinho de Fanares,
10 B
2725-394 Sintra

214 050 968
info@aminhadentista.pt

CLÍNICA ALTO DOS MOINHOS

15% em todos os serviços.
(Exceção em Pediatria,
Pedopsiquiatria e Análises
Clínica.)

R. Major Neutel de Abreu, 3/B
1500-409 Lisboa

217 714 080
clinica@moinhos.com.pt
https://moinhos.com.pt/

CLÍNICA DA CHARNECA

20% desconto sobre
tabela de preços
particulares

R. da Brieira, 4 - piso 1
2820-292 Charneca da
Caparica

212 961 522

geral@clinicadacharneca.pt
www.clinicadacharneca.pt

CLÍNICA DE CIRURGIA PLÁSTICA DR. VINÍCIO ALBA

15% nos exames e
cirurgias

Av. João XXI, 15, r/c dto.
1000-298 Lisboa

218 436 000 | 966 317 422
geral@albacirurgiaplastica.com
www.vinicialba.net

CLÍNICA DE FISIOTERAPIA PHYSIOMOVE

15% em serviços

Alameda Aristides Sousa
Mendes, 5, r/c E
2625-265 Póvoa de Santa Iria

218 075 635 | 965 874 244
geral@physiomove.pt
www.physiomove.pt

CLÍNICA

DE FITARES

15% sobre o valor das
consultas e tratamentos
de otorrinolaringologia,
cirurgia, clínica geral,
oftalmologia, ortopedia,
nutrição, dietética, urologia,
dermatologia e psicologia

Estr. Marquês de Pombal
51, Lj. A
2635-304 Rio de Mouro
219 176 523 | 963 406 002
geral@clinicadefitares.pt
www.clinicadefitares.pt

CLÍNICA DE MASSAMÁ

15% sobre o valor das
consultas e tratamentos
de estomatologia,
otorrinolaringologia, cirurgia,
clínica geral, oftalmologia,
ortopedia, nutrição
e dietética, urologia,
pediatria, dermatologia,
psicologia e ginecologia

Av. 25 de Abril, 61, 1.º Ft.
2745-865 Massamá

214 377 051 | 963 406 000
geral@clinicademassama.pt
www.clinicademassama.pt

CLÍNICA DENTÁRIA ARTILHARIA 1

15% em tratamentos
dentários, próteses
dentárias, ortodontia

e implantes

R. Artilharia 1, 67, r/c dto.
1250-038 Lisboa
213 879 359 | 960 209 683
clinicadentaria@artilharia1.pt
www.artilharia1.pt

CLÍNICA DENTÁRIA QUINTA SÃO GONÇALO

25% em consultas de
medicina dentária e consultoria
de imagem

Av. Portugal, 86, Lj. B
Urb. Quinta São Gonçalo
2775-396 Carcavelos

214 570 622 | 916 246 314
clinica.saogoncalo@gmail.com
[www.clinicaquintasao
goncalo.weebly.com](http://www.clinicaquintasao
goncalo.weebly.com)

CLÍNICA DENTÁRIA SÃO PAULO

25% sobre os valores
dos tratamentos dentários
em geral

Av. D. João II, Lt. 1.02.2.1 D
 piso 1 – Escritório 4
1990-091 Lisboa

218 076 720 | 918 162 699

Pç. de São Paulo, 19, 1.º eq.
1200-425 Lisboa

213 421 761 | 917 290 734

geral@clinicadentariasao

paulo.pt
www.clinicaspaulo.pt

CLÍNICA DO SENTIR

20% em consultas
de Psicologia Clínica
e Educacional, Psicoterapia,
Terapia da Fala e Nutrição

(Adultos, adolescentes
e crianças)

Av. Duque D'Ávila, 28
2º andar - Consultório 206
1000-141 Lisboa

910 909 569
geral@clinicadosentir.pt
www.clinicadosentir.pt

CLÍNICA DR. JOÃO BRANCO - MEDICINA DENTÁRIA

20% em implantologia,
prostodontia fixa,
prostodontia removível
e ortodontia

Av. Infante D. Henrique, 598 D
2750-168 Cascais

218 099 504
geral@clinicajoaobranco.com
www.clinicajoaobranco.
strikingly.com

CLÍNICA FLOWCARE

25% em tratamentos de

destartarização, restauração
simples e desvitalizações

R. Gonçalo Braga, 13, r/c D
1885-041 Moscavide
219 441 473
clinica.flowcare@gmail.com
www.clinicaflowcare.com

CLÍNICA MAIS SAÚDE - MEMORIABUNDANTE

15% em todas as consultas
de Psicologia Clínica/
Psicoterapia, Nutrição
Clínica, Terapia da Fala;
Clínica Geral e Podologia
(com os especialistas
aderentes)

Rua Eng. João Manuel Belo
Rodeia, lote 10 A
Urbanização Vale da Fonte
2415-792 Leiria

928 043 949
clinica.mais.saude.leiria@
gmail.com
memoriabundante@gmail.
com
www.clinicamaissaude.pt
www.facebook.com/clinica.
mais.saude.leiria

CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA DA PRAÇA DE ESPANHA

20% em medicina
dentária, estomatologia,
cirurgia maxilo-facial,
tratamentos dentários, RX
oral panorâmico e
telerradiografia

R. Dom Luís de Noronha
32, 1.º eq. e dto.
1050-072 Lisboa

217 967 457
geral@clinicaespanha.pt
www.clinicaespanha.pt

CLÍNICA MEDICINA DENTÁRIA - INFINIT SMILE

30% em dentisteria,
endodontia, cirurgia,
imagiologia, implantologia,
MD preventiva, oclusão,
periodontologia e
prostodontia fixa/removível

Av. da República, 101, 5.º D
1050-190 Lisboa

215 865 263 | 919 966 160
infinet.smile.md@gmail.com

CLÍNICA OSTEOFISIO LAB

10% em serviços de fisio-
terapia, osteopatia, consultas
de especialidade e treino
personalizado

Pr. de Alvalade, 7, 11º eq.
1700-036 Lisboa
960 369 032
geral@osteofisiolab.pt
www.osteofisiolab.pt

CLÍNICA RIVIERA

20% sobre o preço de tabela em todos os tratamentos de corpo e rosto

R. Egas Moniz, 262, Lj. B
2765-477 S. João do Estoril

214 575 690 | 961 385 423
geral@clinariviera.com
www.clinicaspariviera.com

CLUBE O'HARA - GINÁSIO

Oferta da taxa de inscrição

R. Ana Maria Passos
Edif. Fonte Nova
2560-306 Torres Vedras

261 100 069 | 915 071 941
info@clubeohara.com
www.clubeohara.com

CMIL - CLÍNICA MÉDICA INTERNACIONAL DE LISBOA

15% em consultas médicas

Av. Sidónio Pais, 14, r/c esq.
1050-214 Lisboa

213 513 310 | 925 700 826
lisboa@cmil.pt
www.cmil.pt

COMPANHIA FELIZ

15% em serviços de apoio domiciliário mensal, no

serviço de fisioterapia e na consulta médica ao domicílio

R. Marcos Portugal, 6 B
1495-091 Algés

214 107 231 | 918 250 016
info.companhiafeliz@sapo.pt
www.companhiafeliz.pt

CONSOLAR - SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO

15% em cuidados pessoais (higiene pessoal, transferências, posicionamentos), cuidados e acompanhamento a pessoas com demência, cuidados continuados e em acompanhamento permanente, diurno, noturno (24 horas/dia, 7 dias/semana, 365 dias/ano)

R. Professor Sousa da Câmara, 190 A/B
1070-219 Lisboa

211 924 678 | 966 128 136 |
914 695 630
info@consolar.pt
www.consolar.pt

CORE CLINIC

15% em todos os serviços

Av. da República, 43
1050-187 Lisboa

El Corte Inglés
Av. Ant. Augusto de Aguiar, 31

1069-413 Lisboa

218 244 801 | 930 506 689
geral@coreclinic.pt
www.coreclinic.pt

DANCE FACTORY STUDIOS, ESCOLA DE DANÇA

60% na inscrição e seguro

R. Soares dos Reis, 11 A
1070-138 Lisboa
966 755 725 | 960 110 642
anita@dancefactory.com.pt
www.dancefactory.com.pt

DIRECLIN CLÍNICAS DENTÁRIAS

**Oferta da consulta de avaliação (1ª consulta)
50% na primeira higiene oral
10% em todos os tratamentos (não acumulável com os 50% iniciais)**

Alvalade
Av. Rio de Janeiro, 39
1700-075 Lisboa

Roma
Largo Machado de Assis, 9G
1700-116 Lisboa

210 148 366 | 210 995 838
clinica.alvalade@direclin.com
www.direclin.com

DOMUS ÓPTICAS

Oferta de rastreio visual,
limpeza de lentes de

contacto e consulta para
prescrição de lentes

Av. Duque de Loulé, 103
1050-089 Lisboa

213 150 599

Pç. José Fontana, 10 E
1050-129 Lisboa

213 152 609

mail@domusoptica.pt
www.domusoptica.pt

DR. JOAQUIM CHAVES

20% sobre a tabela privada

Av. General Norton de Matos
71, r/c
1495-148 Algés

214 124 300
luis.nascimento@gjc.pt
www.joaquimchaves.pt

DRA. LISETE GONÇALVES – PSICOLOGIA CLÍNICA

25% nas consultas de
psicologia, psicoterapia,
apoio, avaliação psicológica e
neuropsicológica

Av. Duque d'Ávila, 28
sala 206
1000-141 Lisboa

910 909 569
lisetefigueiras@icloud.com
[www.portaldasaudemental.
pt/item/lisete-goncalves](http://www.portaldasaudemental.pt/item/lisete-goncalves)

ELLEGANTIA – CENTRO DE BELEZA E BEM-ESTAR

60% em tratamentos
corporais e faciais

Av. Ilha da Madeira, 45 D
1400-203 Lisboa

213 017 194 | 910 835 912
restelo@ellegantia.pt
www.ellegantia.pt

ELOHIM TERAPIAS ALTERNATIVAS E BEM-ESTAR

20% em massagens,
tratamentos faciais e
corporais e reflexologia
(exceto pacotes)

Lg. do Rato, 3, 1.º
1250-186 Lisboa

213 860 708 | 925 411 852
contacto@elohim.pt
www.elohim.pt

EM BRANCO – ESPAÇO SAÚDE

Oferta da avaliação
terapêutica e inscrição nas
classes de yoga e pilates

Av. Elias Garcia, 55 A
2745-148 Queluz
210 992 630 | 916 193 200
saude@embranco.pt
www.embranco.pt

ENCONTRO TERAPÊUTICO – CONSULTÓRIO DE PSICOLOGIA

25% sobre o preço
de tabela nas consultas
de psicologia e psicoterapia

Av. Duque de Ávila, 28
5.º piso, sala 504
1000-141 Lisboa

918 230 399
[encontro.terapeutico@
gmail.com](mailto:encontro.terapeutico@gmail.com)
[www.encontroterapeutico.
com.pt](http://www.encontroterapeutico.com.pt)

ÉOS – CLÍNICA DE PSICOLOGIA DE LISBOA

15% sobre preço de tabela

Pç. da Figueira, 12, 2.º dto.
1100-241 Lisboa

218 863 886 | 936 423 922
eosclinica@gmail.com
[www.eos-psicologia-
clinica.com](http://www.eos-psicologia-clinica.com)
EXUBERSORRISO

20% nos tratamentos

Av. Cidade de Luanda, 3 A
1800-094 Lisboa

218 522 057 | 910 778 377
info@exubersorriso.com
www.exubersorriso.com

FARMÁCIA BAIÃO SANTOS

10% em transações
(exceto fraldas e protocolo
da diabetes)

Av. Capitão António Gomes
Rocha, Bloco 21, Ljs. 3 e 4
2745-245 Monte Abraão

214 375 566
farmacia.baiaosantos@gmail.com
www.farmacibaiaosantos.com

FARMÁCIA BARRAL

5% desconto em
medicamentos sujeitos
a receita médica exceto
os não participados
com PVP superiores a 50€
e artigos de protocolo
da diabetes

10% desconto em
medicamentos não sujeitos
a receita médica e restantes
produtos de saúde
(tais como cosmética,
puericultura, produtos
de perfumaria, excetuando
leites infantis)

R. Augusta, 225
1100-051 Lisboa
213 476 141 | 961 884 205
farmacibarral@gmail.com

[Instagram.com/farmacia-barral](https://www.instagram.com/farmacia-barral)

FARMÁCIA CAMPOS

10% em todos os produtos
(exceto medicamentos
com PVP superior a 50€,
nutrição infantil e protocolo
da diabetes)

R. Elias Garcia, 187
2700-317 Amadora

214 987 900
camposfarmacia@mail.telepac.pt
www.farmaciacampos.net

FARMÁCIA DA BARRADA

5% das compras em cartão
cliente da farmácia

R. Pedro Sintra, Lt. 86
2580-495 Carregado

263 852 411
geral@farmaciabarrada.pt
www.farmaciabarrada.pt

FARMÁCIA GASPAR

10% em cosméticas,
acessórios e produtos
venda livre
5% nos medicamentos

sujeitos receita médica,
a descontar num período
6 meses

R. Mouzinho de Albuquerque
Lote 204, Lj. B
2685 – 221 Loures
219 441 099
gaspar.farma.portela@gmail.com

FARMÁCIA IBÉRIA

10% em todos os produtos
(exceto medicamentos
com PVP superior a 50€,
nutrição infantil e protocolo
da diabetes)

R. Cristóvão Falcão, 7 B
1900-182 Lisboa

218 488 277 | 963 824 712
iberiafarmacia@gmail.com

FARMÁCIA FLAMMA

10% em transações,
exceção valor exceda
50 euros

Rua Brigadeiro Lino Dias
Valente, 19 r/c dt
2005-172 Santarém
243 322 195 | 243 306 299
flamnavitae@gmail.com

FARMÁCIA LÍBIA

5% em transações

Av. da Igreja, 4 B-C
1700-236 Lisboa

218 410 976
encomendaslibia@gmail.com

com
www.farmacialibia.pt

FARMÁCIA LINAIDA

5% em alimentação infantil e fraldas
8% em medicamentos participados e não participados
10% em produtos cosmética

R. Ferreira Borges, 42-48
1350-133 Lisboa

213 952 641
geral@farmacialinaida.com
**FARMÁCIA
MATOS VIEGAS**

7% em transações

Av. Rainha D. Amélia, 34 B
1600-679 Lisboa

217 574 476
farmaciamatosviegas@gmail.com
www.farmaciabarral.com

FARMÁCIA MELO

12% em medicamentos

participados e medicamentos manipulados*
8% em medicamentos não participados, homeopatia, suplementos, dermocosmética

e acessórios de farmácia

*sobre preço de venda público

Praça D. João I, 98
2700-248 Amadora

214 932 756 | 917 257 333
farmaciamelohomeopatia@gmail.com

FARMÁCIA NOBRE RITO

5% em transações

R. Francisco José Lopes, 25
2580-393 Alenquer

263 732 385
farmacianobrerito@gmail.com
www.farmacianobrerito.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – BRISÁLIA

10% em transações (exceto medicamentos cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

Av. Rio de Janeiro, 66
1700-075 Lisboa
218 482 368
fprogressoalvalade@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – BENFICA

10% em transações (exceto medicamentos cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

Estr. A-Da-Maia, 64 C
1500-004 Lisboa

217 602 226
farmaciaprogresso.comercial@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – FARMÁCIA ALMEIDA DIAS

10% em transações (exceto medicamentos cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

Lg. da Graça, 38, 39 A
1170-165 Lisboa

218 862 909
falmeidadiaslx@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – FARMÁCIA IMPERIAL

10% em transações (exceto medicamentos cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

Av. Guerra Junqueiro, 30 B
1000-167 Lisboa

218 486 860
farmaciaimperial.lx@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – FARMÁCIA JARDIM REAL

10% em transações exceto medicamentos cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

R. D. Pedro V, 123-125
1250-093 Lisboa

213 240 419
farmaciaprogresso.principe.real@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – RIO DE JANEIRO

10% em transações
(exceto medicamentos

cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

Av. Rio de Janeiro, 4 C
1700-334 Lisboa

218 400 198

fprogressoriodejaneiro@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – TAGUS PARK

10% em transações (exceto medicamentos cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

Tagus Park, Av. Prof.
Dr. Aníbal Cavaco Silva, 5
Edif. A2, Lj. B
2740-296 Oeiras

218 878 289
farmaciaprogressotaguspark@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA PROGRESSO – TELHEIRAS

10% em transações
(exceto medicamentos

cujo PVP é superior a 50€ e protocolo da diabetes) e outros produtos de saúde (exceto alimentação infantil e fraldas)

R. Prof. Francisco Gentil, 36
1600-613 Lisboa

217 584 144
fprogressotelheiras@gmail.com
www.grupoprogrossosaude.pt

FARMÁCIA ROLIM

10% em transações*
(*exceções em alguns produtos)

R. Almirante Gago Coutinho
5 B
2640-487 Mafra

261 815 315
geral@farmaciariolim.com

FARMÁCIA TEJO

5% nas compras em cartão
cliente da farmácia

R. D. António de Ataíde, 14
2600-606 Castanheira
do Ribatejo
263 273 347
geral@farmaciatejo.pt

FARMÁCIA VARELA

5% nas compras em cartão
cliente da farmácia

R. D. Pedro V, 60, Lj. 1
2580-496 Carregado

263 852 411
geral@farmaciavarela.pt
www.farmaciavarela.pt

FARMODISSEIA

10% em transações, exceto nos medicamentos que têm um PVP acima de 50€ (máximo de 3€)
*receita médica IVA 6%

Lisboa - Farmácia do Lago
Farmácia Fernandes Borges
Farmácia Padre Cruz

geral@chemiststore.pt
www.facebook.com/ChemistStorePortugal
www.chemiststore.pt
FEM.MR

20% nos programas terapêuticos completos de tratamentos de corpo e rosto (prescritos pela fisioterapeuta e a pronto pagamento)

Terreiro D. João V, 35, 1.º
2640-525 Mafra

261 812 198 | 963 655 055
clinica@femmr.pt
www.femmr.pt

FISIOCHRONOS

15% nos serviços de RPG, Fisioterapia Oncológica, Respiratória e Pélvica, Drenagem Linfática Manual, Pressoterapia e TMPI

Av. Edmundo Lima Bastos, 19D
2790-485 Carnaxide

965 039 320

fisiochronos@gmail.com
www.fisiochronos.pt

FISIONASCE SERVIÇOS CLÍNICOS

15% nas consultas de medicina física e reabilitação (fisiatria), ortopedia e fisioterapia

Urb. da Quinta Nova
Bloco 11, Lj. 1
2580-649 Alenquer
263 092 940 | 936 012 764
clinicafisionasce@gmail.com

FISIO7 - GABINETE DE FISIOTERAPIA

15% nas consultas de fisioterapia, ortopedia, fisiatria, psicologia e nutrição

Passeio R. de Itália
Estr. da Torre, 25, Lj. E
2775-629 Carcavelos

214 583 250 | 938 222 028
analucia.gerencia@fisioseven.pt
www.fisioseven.pt

FITNESS PREMIUM CLUBE DE QUEIJAS

Oferta da inscrição e 13.º mês

R. Cesário Verde, 41 Ljs. B-C-D
2790-491 Queijas

214 018 707 | 926 814 910
fitnesspremium.queijas@gmail.com
www.fitnesspremium.pt

FITOCLINIC - MEDICINA NATURAL

20% em terapias manuais (massagens, shiatsu, drenagem linfática, tui-na e reflexologia)

Campo Pequeno, 21, 1.º
1000-079 Lisboa

211 531 582 | 933 553 388
info@fitoclinic.pt
www.fitoclinic.pt

FIVE CLINIC

50% na consulta de diagnóstico

Av. Duque de Loulé, 47, 3º dto
1050-086 Lisboa

217 576 038 | 937 894 736
info@fiveclinic.pt
www.fiveclinic.pt

FUTURA VISÃO - ÓPTICA

30% em aros e lentes oftálmicas

Av. 25 de Abril, 92, Lj. 3
Arcadas Shopping Center
2745-862 Massamá

214 391 366
geral@futuravisaooptica.pt

R. Dr. Álvaro Vasconcelos
6 A, Portela de Sintra
2710-421 Sintra

214 391 366
sintra@futuravisaooptica.pt

GABINETE DE SAÚDE COMPROMISSO CERTO

25% na 1.^a consulta das
terapias complementares
de acupunctura, osteopatia,
medicina quântica,
naturopatia e homeopatia

Estr. da Luz, 124 A
1600-162 Lisboa

215 994 881 | 918 680 137
benfica@gabinetedesaude.pt
www.gabinetedesaude.pt

GAYATRI – CENTRO DE YOGA

15% na massagem zen
shiatsu – individual

R. Anchieta, 5, 4.º dto.
1200-023 Lisboa
967 428 854
gayatriyoga2@gmail.com
www.gayatri-yoga.com

GIL OCULISTA

20% em armações e lentes

graduadas

R. da Prata, 138
1100-420 Lisboa

218 879 829 | 913 103 765
geral@giloculista.pt
www.giloculista.pt

GRUPO A FARMÁCIA – FARMÁCIA DOMUS

10% em transações
com PVP até 69€
Rotunda Laura Aires 3, Lj. C
2745-998 Queluz

219 259 323
**encomendas@afarmacia
online.pt**
www.afarmaciaonline.pt

GRUPO A FARMÁCIA – FARMÁCIA DUQUE D'ÁVILA

10% em transações
com PVP até 69€

Av. Duque de Ávila,
32 C-D
1000-141 Lisboa

213 543 495
**encomendas@afarmacia
online.pt**
www.afarmaciaonline.pt

GRUPO A FARMÁCIA FARMÁCIA PALMA

10% em transações

com PVP até 69€

R. D. Estefânia, 197 B/C
1000-155 Lisboa

213 547 088
**farmaciapalma@afarmacia
online.pt**
www.afarmaciaonline.pt

GRUPO A FARMÁCIA FARMÁCIA PINTO LEAL

10% em transações
com PVP até 69€

Shopping Center de Massamá
Av. Américo Ferrer Lopes, 1 A
2745-862 Massamá

214 387 580
**farmaciapintoleal@
afarmaciaonline.pt**
www.afarmaciaonline.pt

GRUPO A FARMÁCIA FARMÁCIA SALUTAR

10% em transações
com PVP até 69€

R. Conde Redondo, 9 A
1150-101 Lisboa
213 558 122
**farmaciasalutar@afarmacia
online.pt**

GRUPO A FARMÁCIA FARMÁCIA SOUSA MOURÃO

10% em transações
com PVP até 69€

Estr. de Benfica, 429 A
1500-078 Lisboa

217 780 027
**farmaciasousa.benfica@
gmail.com**
www.afarmaciaonline.pt

**GRUPO A FARMÁCIA
– FARMÁCIA UNIÃO
– BENFICA**

10% em transações
com PVP até 69€

Estr. de Benfica, 592
1500-107 Lisboa

217 111 072
**farmaciauniao.benfica@
gmail.com**
www.afarmaciaonline.pt

**GRUPO A FARMÁCIA
– FARMÁCIA UNIÃO
– CAMPO DE OURIQUE**

10% em transações
com PVP até 69€

R. Saraiva de Carvalho, 145 F
1350-300 Lisboa
213 902 278
**farmaciauniao.campode
ourique@afarmaciaonline.pt**
www.afarmaciaonline.pt

HALOCARE

20% nas massagens
terapêuticas e de
relaxamento, drenagem
linfática manual, reflexologia
podal, osteopatia e terapia
sacro craniana

Trav. Henrique Cardoso, 69 A
1700-227 Lisboa

217 580 693 | 926 344 625
geral@halocare.pt
www.halocare.pt

**INSTITUTO
DE NEUROPSICOLOGIA
DE LISBOA**

20% nas consultas de
psicologia e dietética

R. Padre Luís Aparício, 11, 1.º A
1150-248 Lisboa

211 931 825 | 916 476 775
geral@inepsi.pt

**INSTITUTO DENTÁRIO
ALTO DAS AMOREIRAS**

15% sobre a tabela
de preço ao público

Av. Eng. Duarte Pacheco
Edf. Amoreiras, Torre 2
7.º, sala 7
1070-102 Lisboa

213 827 625 | 916 103 199
geral@idaa.pt
www.idaa.pt

**INSTITUTO
DO CORAÇÃO**

20% nas consultas
de especialidade

Av. Prof. Dr. Reinaldo dos
Santos, 27
2794-136 Carnaxide

210 447 352
**carnaxide@institutocora-
cao.com**
www.institutocoracao.pt

**INSTITUTO
PORTUGUÊS
DE REUMATOLOGIA**

50% nas consultas de
reumatologia

R. da Beneficência, 7
1050-034 Lisboa

217 980 200
consulta.beneficencia@ipr.pt
www.ipr.pt

**INTERDOMICÍLIO
PORTUGAL – SERVIÇOS
DOMÉSTICOS
E CUIDADOS
ASSISTENCIAIS**

15% em todos os serviços
R. Prof. Manuel Valadares, 7 Lj.
1750-232 Lisboa

217 571 560
info@interdomicilio.pt

www.interdomicilio.pt

**IRINA TSOY –
FISIOTERAPEUTA/
/ESPECIALISTA DA
DOR LOCALIZADA**

15% na compra de 15
ou mais vouchers para
tratamentos efetuados
de forma contínua

R. dos Anjos, 53
1150-034 Lisboa

968 364 333
tsoy1965@gmail.com

**JOANA JESUS
– PSICÓLOGA CLÍNICA**

30% nas consultas
de psicologia clínica

Av. 5 de Outubro, 114, 2.º dto.
1050-060 Lisboa

938 338 105
joana.rita.jesus@gmail.com

**JOANA BERGANO
DANCE BALANCE
– EXERCÍCIO FÍSICO
CONSCIENTE**

Oferta da inscrição
15% nas mensalidades
25% em pack de 10 aulas
particulares

R. da Cruz da Carreira, 4 A
1150-119 Lisboa

915 091 073
olarcircular@gmail.com

**JOANA SOVERAL
GONÇALVES
– PSICÓLOGA**

20% nas avaliações
psicológicas

Tv. Henrique Cardoso, 17 A
1700-227 Lisboa
938 593 801
gabinetepsicologia.jsg@gmail.com

**JOÃO MOURATO
– PSICOLOGIA
CLÍNICA**

37.5% em consultas
Psicologia Presencial,
Psicologia Online, Avaliação
Psicológica e em Orientação
Vocacional

R. Rainha Santa Isabel, 4, 1D
2675-439 Odivelas

joaomouratopsi@gmail.com
joao-mourato-psicologia-clinica.webnode.pt

**JOSÉ DUARTE
GONÇALVES COIMBRA
– MEDICINA
TRADICIONAL CHINESA
SAÚDE E BEM-ESTAR**

15% sobre o preço das
consultas

REDELAB Saúde - Areeiro
Pç. Francisco Sá Carneiro, 1 A
1000-159 Areeiro, Lisboa

218 428 765 | 965 254 249
areeiro@redelabsaude.pt
www.redelab.pt

**L.A. FISIO BODY
RELAX UNIPESSOAL**

15%
– em consultas de medicina
quântica, psicologia e
podologia (no consultório)
– em consultas de
fisioterapia, calcificações,
tratamento do túnel cárpico,
tendinites, cotovelo de
tenista, dor nas virilhas,
nos joelhos e na inserção
do tendão no esporão
calcâneo, pontos de gatilho,
aquilodinia e pressoterapia
glocalizada (ao domicílio
e lares de 3.º idade)

C. C. Riyadh, Av. Gaspar
Corte Real, 198, Ljs. 2 e 3
2750-164 Cascais
214 069 712 | 965 678 492 |
934 976 515
l.a.fisiobodyrelaxlda@gmail.com

**LABORATÓRIO DE
ANÁLISES CLÍNICAS
DR. J. LEITÃO SANTOS**

15% nas análises efetuadas
com requisições médicas
particulares

R. do Trabalhador, 8, r/c Ft.
2615-213 Alverca do Ribatejo

219 577 457 | 925 772 040
**alverca.diagnostico@leिताo
santos.pt**

R. Amílcar Cabral, 34, 1.º
2695-018 Bobadela

925 772 077
**lab.teresamorais@leिताo
santos.pt**

Av. D. Vicente Afonso
Valente, 5 A
2625-215 Póvoa de Sta. Iria

219 535 480

R. Luís de Camões, 5 A, r/c
2695-053 Bobadela

219 552 039 | 925 772 077

R. da Liberdade, 10
2590-430 Sobral de Monte
Agraço

261 786 360

Lg. José Vaz Monteiro, 10
2630-248 Arruda dos Vinhos

263 977 120

R. Projectada à Alves Redol, 1
2600-099 Vila Franca de Xira

263 280 890

R. Alves Redol, Lt. 2 r/c dto.
2600-100 Vila Franca de Xira

263 278 646

Estr. Nacional 10, 8
Edf. Cinema, sala 103
2615-999 Alverca do Ribatejo

219 574 475

Av. de Moscavide, 19, r/c dto.
1885-064 Moscavide

925 772 077
Caminho do Marquês, 8, r/c
2625-177 Póvoa de Sta. Iria

219 590 114

R. Almirante Cândido dos
Reis, 129, 1.º eq.
2600-123 Vila Franca de Xira

263 281 277

Pç. Cova do Bicho 9, r/c
2615-065 Alverca do Ribatejo

219 587 630

R. Pedro Jacques
Magalhães Lote 1 A, Lj. eq.
2615-743 Sobralinho

219 502 278

R. Projectada à 28 de
Setembro, Lt. 2, r/c
2625-684 Vialonga
219 522 263

R. Dr. Miguel Bombarda
117, r/c
2600-195 Vila Franca de Xira

263 273 668

labodiag@leिताosantos.pt
**lab.leिताosantos@leिताo
santos.pt**
www.leिताosantos.pt

LISBOAPOIA - SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO

10% apoio entre 6 a 8 horas
15% apoio 12 e 24 horas

R. Dr. João de Barros, 7, r/c eqs.

217 162 101 | 926 602 904
geral@lisboapoio.pt
www.lisboapoio.pt

LISCLINIC – CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA

20% sobre os preços de tabela

Av. António Serpa, 36 - 1º
1050-027 Lisboa

218 267 943
geral@lisclinic.pt
www.lisclinic.pt

M.A. HEALTHCARE OSTEOPATIA E FISIOTERAPIA

10% em todos os serviços
avulso da clínica
*exceto pacotes de
mensalidades de serviços

Largo Comandante Augusto
Madureira, 6, 1º Esq.

1495-012 Algés

910 853 662

atendimento@mahealthcare.pt
www.mahealthcare.pt

MAE CLINIC

20% sobre o valor
da tabela privada

Av. Conde Valbom, 18 B
Galeria D
1050-068 Lisboa

211 359 111 | 914 308 080
geral@maeclinic.pt
www.maeclinic.pt

MEDAVANTIS

25% no serviço
de apoio domiciliário

R. Amílcar Cabral, 1
2695-056 Bobadela

219 553 151 | 938 537 988
info@medavantis.pt
www.clinica-avantis.pt

MEDCLINIC CARNAXIDE

20% em consultas
de medicina dentária
e outras especialidades

Av. de Portugal, 24, Lt. 7
Lj. 23
2790-129 Carnaxide

214 174 939 | 937 725 537
medclinic@sapo.pt
www.facebook.com/med-cliniccarnaxide

MEDICLINIA - MEDICINA NATURAL

20% sobre a tabela de preços

Estr. do Desvio, 18 B
2790-054 Carnaxide

914 098 005 | 966 980 001
geral@medicina-natural.pt
www.medicina-natural.pt
www.facebook.com/medicina-natural.pt

MÉDICOS DO MIRANTE

20% nas análises
clínicas particulares

R. de Santo Eloy, 5 - 1.º D
1675-150 Pontinha

214 794 748 | 934 794 748
geral@medicosmirante.com
www.medicosmirante.com

MENTALCLINIC

10% nas primeiras
consultas

Av. Estados Unidos
da América, 57, S/Loja DRT
1700-177 Lisboa
218 491 111
info@mentalclinic.pt

waw.mentalclinic.pt

MORDOMIAS & COMPANHIA - SERVIÇOS AO DOMICÍLIO

10% em limpeza e serviços
domésticos, recrutamento
& seleção de empregadas
domésticas, organização
de eventos, house sitting e
property management.

Av. da República 120 A
2780-158 Oeiras

210 367 349 | 937 327 725
geral@mordomias-companhia.pt
mordomias-companhia.com
[www.facebook.com](https://www.facebook.com/mordomiascompanhia)
[www.instagram.com](https://www.instagram.com/mordomias_e_companhia)
[/mordomias_e_companhia](https://www.instagram.com/mordomias_e_companhia)

NGPO CLINIC - CLÍNICA CAPITALIS

15% a 60% nas consultas
de especialidade, exames
e tratamentos

R. Manuel Teixeira Gomes
103, Lj. B
1950-189 Lisboa
213 528 197
geral@clinicacapitalis.pt
www.clinicacapitalis.pt

NOVA MEDICAL SCHOOL - SERVIÇO CLÍNICO

40% em consultas

de nutrição e **30%** em exames complementares relacionados
30% nos exames complementares prestados no Laboratório de Exploração Funcional | Fisiopatologia

R. Instituto Bacteriológico, 3
1169-056 Lisboa

915 680 923 | 210 529 763
Laboratório: 218 803 003
nutriconsulta@nms.unl.pt
afuncional@nms.unl.pt
www.nms.unl.pt

OCEAN THERAPY - UNIDADE MÓVEL

16% nem tratamentos e massagens

910 850 072
roomspamovel@oceantherapy.com
www.facebook.com/vroomspabyoceantheraoy

OLÁ MAMÃ – CENTRO DE PREPARAÇÃO E EDUCAÇÃO PARA O NASCIMENTO

15% nos serviços de pré e pós-parto

Clínica Dasein - Alto dos Moinhos

Rua Cidade de Rabat 54B
1500-672 Lisboa

Espaço Sentires
R. do Campo de Futebol
286 Loja B
2785-609 São Domingos de Rana

917 242 432
geral@olamama.com
www.olamama.com

OPTIKA ALVERCA

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

R. Brigadeiro Fernando Alberto de Oliveira 5, r/c dto.
2615-079 Alverca
215 893 353
alverca@optika.pt

OPTIKA AMADORA

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

R. Elias Garcia, 186 A
2700-332 Amadora

211 923 453
amadora@optika.pt

OPTIKA ARRUDA DOS VINHOS

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR
Av. Eng. Adriano Brito da Conceição, 16 A

2630-299 Arruda dos Vinhos
263 098 993
arruda@optika.pt

OPTIKA BELA VISTA

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

C. C. Pingo Doce da Bela Vista, Lj. 13
Av. Santo Condestável
1900-806 Lisboa

218 590 986
belavista@optika.pt

OPTIKA FLAMENGA

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

R. do Sol Nascente, 13 B
2660-349 Santo António dos Cavaleiros

219 882 396
flamenga@optika.pt

OPTIKA PÓVOA SANTO ADRIÃO

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

R. Aquilino Ribeiro
Edf. Girassol, Lj. 3 B
2620-182 Póvoa de Santo Adrião

219 385 063
povoa@optika.pt

OPTIKA RAMADA

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

R. João Villaret, 36, Lj. 2
2620-280 Ramada

219 311 144
ramada@optika.pt

OPTIKA TORRES VEDRAS

50% em óculos completos para lentes de fabricação AIR

Av. General Humberto Delgado, 14, r/c esq.
2560-272 Torres Vedras

261 094 857
tvedras3@optika.pt

ORTHOHELP

10% em produtos de ortope dia e produtos de incontinên cia e higiene pessoal

15% em ajudas técnicas (cadeira de rodas, camas articuladas...)

5% nas meias de compres são e de descanso

Alameda dos Oceanos,
2525 Lj. 6
Parque das nações
1990 -196 Lisboa
912 049 169
info@orthohelp.pt

OSTEOPATA JOSÉ TALEFE

15% em consulta e tratamentos em osteopatia

Av. das Forças Armadas, 43.º C
1600-082 Lisboa

914 735 729
osteopata.talefe@gmail.com

OSTEOSTRONG PORTUGAL

50% sobre a tabela de preços em vigor

R. Dr. José da Cunha, 27 A
2780-187 Oeiras

214 421 169
info@osteostrong.pt
<https://osteostrong.pt>

PATRÍCIA VALENÇA RODRIGUES - FISIOTERAPEUTA

20% sobre a tabela em vigor

Av. Conde Valbom, 102, r/c
1050-070 Lisboa

914 874 963 | 933 096 319
ft.valenca@gmail.com
www.patriciarodriguesfisioterapia.com

PEOPLE IN SHAPE - PEOPLE FAMILY CLUB

Oferta da inscrição

Estr. Nacional, 9, km 18
2705-906 Terrugem

219 614 530 | 938 949 761
correio@peoplefamilyclub.com
www.peoplefamilyclub.com

PGMP SAÚDE EM CASA

15% em serviços de bem -estar e saúde e de apoio ao domicílio

DNA Cascais, Ninho de empresas
Rua Cruz da Popa
2645-449 Alcabideche

914 469 781
info@pgmpsaude.pt
<https://pgmpsaude.pt/>

POR CASA 24 - APOIO DOMICILIÁRIO

20% sobre a tabela de preços (por higiene / por refeição)

Av. Maestro Manuel Maria Baltazar, Bloco 3 - Loja D
2530-921 Lourinhã

261 094 231
910 689 400 | 910 689 424
por.casa.24@gmail.com
www.porcasa.pt

PURO CUIDADO

15% nos serviços de apoio domiciliário

Av. D. João II, 50, 6.º Piso
Edif. Mar Vermelho
Parque das Nações
1990-095 Lisboa

211 621 981 | 933 287 646
info@purocuidado.pt
www.purocuidado.pt

PUROAFECTO – APOIO DOMICILIÁRIO

15%
– nas mensalidades para contrato com permanência mínima de seis meses de cuidados domiciliários e serviços de higiene pessoal
– em cada sessão de serviços de fisioterapia, enfermagem e psicologia ao domicílio – em cada fatura para compras mínimas de 50€ (produtos de saúde e bem-estar e de incontinência para adultos)

R. Prof. Dr. José Pinto
Peixoto, 21 C
2740-124 Porto Salvo

214 213 033 | 913 627 311
info@puroafecto.pt
www.puroafecto.pt

RECUPERTEJO – CLÍNICA MÉDICA

E FISIOTERAPIA

15% nos tratamentos de fisioterapia

Av. dos Combatentes da Grande Guerra, 3
2600-634 Castanheira do Ribatejo

263 290 511 | 927 162 742
geral@recupertejo.pt
www.recupertejo.pt

ROSICLÍNICA – CENTRO MÉDICO E ENFERMAGEM

30% nas consultas de especialidade

Av. Dr. Fernando Ricardo
Ribeiro Leitão, Lt. 125, Lj. C
2745-773 Queluz

214 389 253 | 967 714 199
geral.rosiclinica@gmail.com

SÁBIAPREVENÇÃO, SERVIÇOS MÉDICOS E DE SAÚDE

30% sobre preço base da consulta

R. Barão Sabrosa, 239, r/c eqs.
1900-090 Lisboa
218 463 116 | 918 239 091
paulocoelhoreumatologia@gmail.com

SAFE PLACE PORTUGAL

31% nas sessões seguintes à 1.ª consulta

R. Andrade Corvo, 50 - 3.º D
1050-009 Lisboa
911 017 374
safeplaceportugal@gmail.com

SAPP – SERVIÇOS DE APOIO PSICOLÓGICO

15% nas consultas de psicologia e psicoterapia individual

Av. 5 de Outubro, 172, 1.º
1050-063 Lisboa

214 835 441
sapp@sapp.pt

SATÉLITE FAMILIAR

15% nos cuidados de enfermagem, acompanhamento de doentes crónicos e serviços especializados

Rua Dos Soeiros 332B
1500-584 Lisboa
210 131 290 / 91/ 92
geral@satelitetfamiliar.pt
www.satelitetfamiliar.pt

SEM IDADE – APOIO DOMICILIÁRIO

20% sobre o valor de tabela em todos os serviços

R. Jaime Lopes, Lt. 1668
Lj. r/c A
1750-121 Lisboa

210 137 757 | 965 551 607
sem-idade@sapo.pt
www.sem-idade.com

SERENIDADE - BY E-SYCARE

10% a 25% em serviços de apoio domiciliário e apoio às famílias

Rua Soeiro Pereira Gomes,
10 a 1058, Loja 8
Jardins de S. Lourenço
1600-198 Lisboa

914 332 962
serenidade@e-sycare.com
www.facebook.com/e.sycare

SOCIEDADE PORTUGUESA DE PSICOTERAPIAS BREVES

25% nas sessões de psicoterapia aconselhamento e workshops

R. Rodrigues Sampaio, 138, 2.º
1150-282 Lisboa

213 538 050 | 914 411 349
sppb@sapo.pt
www.sppb.pt

SOERAD – SOCIEDADE DE ESTUDOS RADIOLÓGICOS

15% nas consultas de especialidade e exames complementares de diagnóstico

R. Cândido dos Reis, 30
2560-312 Torres Vedras

261 339 650
info@soerad.com
www.soerad.com

SOFIA CORREIA ALEGRIA – PSICOLOGIA CLÍNICA E PSICOTERAPIA

20% em psicoterapia individual, psicologia infantil, psicologia do adulto, psicoterapia de apoio, psicoterapia de grupo e avaliação psicológica

Centro de Escritórios de Negócios
Av. 5 de Outubro, 10
1050-056 Lisboa

962 641 496
sofiaalegria@hotmail.com
www.sofiacorreiaalegria.
strikingly.com

SMP - SERVIÇO MÉDICO PERMANENTE

10% no serviço

de apoio domiciliário

Rua Manuel Ferreira de
Andrade, 10D
1500-417 Lisboa

210 056 700
geral@smpsau.de.pt
www.facebook.com/
servicomedicopermanente
www.smpsau.de.pt

VALORIDADE - APOIO DOMICILIÁRIO

15% nos serviços de apoio domiciliário

R. Professor Veiga Ferreira 23
1600-802 Lisboa

217 572 386 | 914 023 556
info@valoridade.pt
www.valoridade.pt

VIKTORIYA SAÚDE

20% em tratamentos de corpo e rosto depilação a laser, medicina alternativa, todas as categorias de massagem

Azinha Fonte do Louro 20-B
1900-234 Lisboa

215 981 577
geral@viktoriyamd.pt
www.viktoriyamd.pt

SANTARÉM

CLÍNICA EGAS MONIZ

20% em consultas de estomatologia, medicina dentária e acupuntura

Trv. da Igreja, 3, porta 6, 1.º
2490-572 Ourém

249 545 070
clinicaegasmoniz@hotmail.com

CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA TORREJANA

15% em tratamentos gerais de medicina dentária (endodontia, dentisteria, cirurgia)

30% na primeira consulta com destartarização, polimento e aplicação tópica de flúor e check-up dentário

Av. Manuel Figueiredo
5, 1.º eq.
2350-771 Torres Novas
249 824 375 | 910 943 864
cmdtorrejana@gmail.com

FARMÁCIA BAPTISTA

10% em transações (sujeitos e não sujeitos a receita médica)

R. Serpa Pinto, 101-103
2000-046 Santarém
243 329 244

farmacia_batista@iol.pt

FARMÁCIA DUARTE FERREIRA

10% em transações (sujeitos e não sujeitos a receita médica)

R. Tenente-Coronel José
Barbosa Camejo, 13
Rossio ao Sul do Tejo
2205-054 Abrantes
241 333 222
farmaciaduarterferreira@gmail.com

RIBAMÉDICA

20% em exames de cardiologia e audiologia

R. Dr. Queiroz Vaz Guedes
6 A, r/c eq.
2090-077 Alpiarça

243 040 230

Pct. Cónego Dr. Manuel
Nunes Formigão, 1 r/c eq.
2005-258 Santarém
243 092 883

912 722 206
geral.ribamedica@gmail.com
www.ribamedica.pt

UISEU

ÓPTICA DA FEIRA

25% nas lentes oftálmicas, aros e óculos de sol

R. São Nicolau, 11
4520-248 Santa Maria da Feira

256 360 028
info@opticafeira.pt
www.opticafeira.pt



TEATRO DA
TRINDADE
INATEL

O SEU TEATRO EM LISBOA

O Teatro da Trindade, inaugurado em 1867, esteve desde sempre ligado a alguns dos acontecimentos culturais mais marcantes de Lisboa e foi no seu palco que se estrearam muitos dos grandes atores portugueses.

Em dezembro de 2017, Diogo Infante assume a Direção Artística do Teatro da Trindade INATEL com um projeto artístico de oferta diversificada e abrangente, de forma a chegar ao grande público, tirando, naturalmente, partido do talento e carisma dos artistas nacionais.

TEATROTRINDADE.INATEL.PT

GUIA DE VANTAGENS

REGIÃO SUL E ILHAS

VER ÍNDICE

63 — **REGIÃO SUL**

65 — CULTURA E LAZER

67 — EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

68 — OUTROS SERVIÇOS

70 — SAÚDE E BEM-ESTAR

76 — **REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**

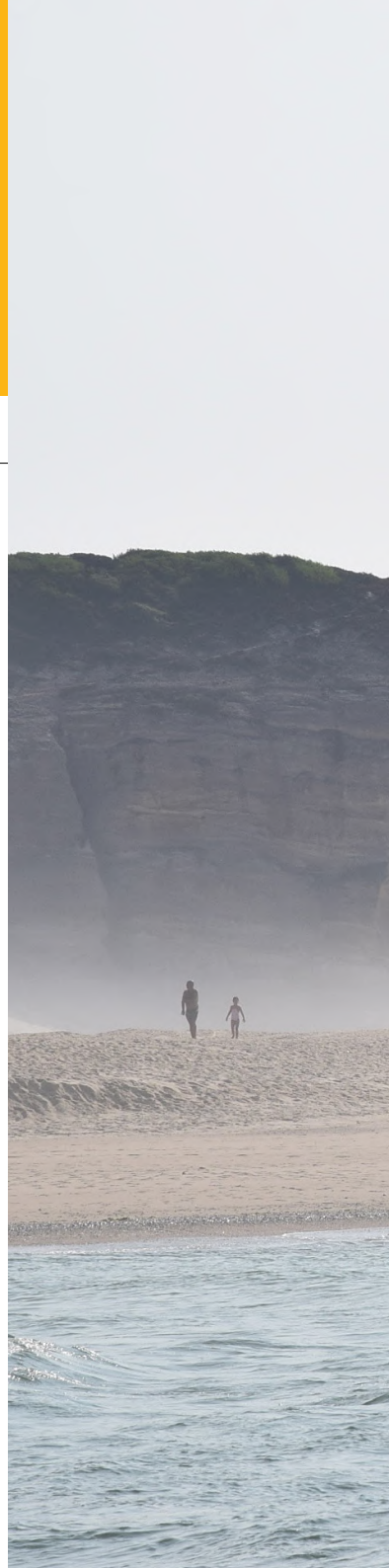
77 — CASA, MODA E DECORAÇÃO

78 — CULTURA E LAZER

80 — OUTROS SERVIÇOS

82 — SAÚDE E BEM-ESTAR

86 — **REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA**



AMADO POR TODOS,
POR QUEM VEM DE FORA E POR QUEM É PORTUGUÊS.
O SUL DE PORTUGAL É SOL, CALOR E MAR.

É INATEL NO “PROPORCIONAR LAZER PARA TODOS”,
ENTRE AS GASTRONOMIAS PORTUGUESAS, O ESTAR E O SABER RECEBER.
NÃO HÁ NADA MAIS PORTUGUÊS DO QUE O NOSSO
“SENTE-SE, FIQUE À VONTADE. COMA MAIS UM BOCADINHO”.
SOMOS HOSPITALEIROS, QUEREMOS ESTAR COM
QUEM ESTÁ SEMPRE CONNOSCO.

ESTAMOS CONSIGO.



CULTURA E LAZER



Aproveitar um fabuloso dia de sol, num passeio de barco, rodeado de amigos e família, faz parte do nosso imaginário. Mas facilmente pode passar a ser parte das nossas memórias de verão. São inúmeras as opções por todo o litoral, onde pode escolher passear meio dia, um dia inteiro, almoçar durante a viagem, visitar grutas ou observar espécies animais, do mar e do ar.

Nada como sentir o vento na cara, misturado com água salgada, para imediatamente se sentir em férias. Não deixe de experimentar e leve consigo a família e os amigos para uns dias de sonho.



ÉVORA

CENTRO CIÊNCIA VIVA ESTREMOZ

20% sobre o valor de tabela

Espaço Ciência
Convento das Maltezas
7100-513 Estremoz

268 334 285 | 968 312 768 |
912 165 111
ccvestremoz@uevora.pt
www.estremoz.cienciaviva.pt

MONTE SELVAGEM – RESERVA ANIMAL

15% nos bilhetes
(adulto, sénior e criança)

Monte do Azinhal
7050-467 Lavre

265 894 377
geral@monteselvagem.pt
www.monteselvagem.pt

FARO

AMIEIRA MARINA

15% em passeios de cruzeiro (1h30 ou no pacote “Passeio e Almoço”)

Amieira Marina
7220-999 Amieira

266 611 173
geral@amieiramarina.com
www.amieiramarina.com

DOLPHINS DRIVEN

15% em todas as atividades marítimas

Várzea da Orada, 707 H
8200-394 Albufeira

913 113 094
info@dolphins.pt
www.dolphins.pt

KRAZYWORLD – ZOO

20% no preço de bilheteira

Estr. Algoz – Messines
8365-907 Algoz

282 574 134
geral@krazyworld.com
www.krazyworld.com

RIA FORMOSA BOAT TOURS

15% nos passeios e experiências

R. Cor. Ant. Santos Fonseca
Lt.7, 8º esq.
8000 – 257 Faro

927 487 748
info@riaformasaboatours.com
www.riaformasaboatours.com/pt

TUK TUK TAVIRA

15% sobre o valor de tabela

R. Almirante Cândido dos Reis, 43
8800-318 Tavira

913 352 830
geral@tuktuktavira.com
www.tuktuktavira.com

VILAMOURA BOAT TRIPS

20% nos bilhetes adquiridos nos escritórios da marina de Vilamoura, em todos os produtos disponíveis (1 abril a 30 junho e 15 setembro a 30 outubro)

Marina de Vilamoura
Cais Q, Escritório 9/10
8125-305 Quarteira

966 513 525
info@vilamoura-boat-trips.com
www.vilamoura-boat-trips.com

SETÚBAL

AROEIRA GOLF RESORT

27% nas sessões de batismo de golfe (30m/ dias úteis)

R. das Anémonas
Herdade da Aroeira
2820-553 Charneca da Caparica

212 979 110
aroeira@orizontegolf.com
www.aroeira.com

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



Estamos sempre a tempo de apostar na nossa educação, como aprender novas línguas ou tirar aquele curso ou workshop que tanto o fascina. Estas são algumas das opções sempre em aberto para os Associados INATEL. Basta procurar o que mais se adequa aos seus interesses pessoais e dar o primeiro passo.



Todos os dias são bons para aprender coisas novas: pode ser uma língua diferente ou um workshop, o importante é que nos faça crescer.

ÉVORA

ENGLISH SCHOOL ÉVORA

15% na taxa de inscrição

Pç. da Muralha, 12, 1.º eq.
7005-248 Évora

266 743 231 | 938 512 574
geral@eseenglish.pt
www.eseenglishvevora.com

FUSION TAO – TERAPIAS, ARTES MARCIAIS E FORMAÇÃO

20% sobre o preço de tabela nos serviços de consultas de Psicologia, Terapia da Fala, Psicomotricidade, Terapia Ocupacional, Pediatria, Pediatria de Desenvolvimento, Nutrição, Osteopatia

R. Sebastião da Silva, lote 6
Urbanização do Moinho
7005-406 Évora

266 701 048 | 961 471 478

geral@fusiontao.pt

www.fusiontao.pt

SETÚBAL

SUGGESTUS – INOVAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO

15% nas taxas de inscrição nos cursos

R. Sociedade Musical
5 de Outubro, 40, 3.º E
2840-117 Aldeia de Paio Pires

916 532 826 | 966 200 007
suggestus@suggestus.pt
www.suggestus.pt

TESES + | ANA SOFIA CARDOSO

15% em todos os serviços (apoio na elaboração de teses, formatação e correção de trabalhos, apresentações, workshops e orientações profissionais)

R. Miguel Torga, n.º 2, Lj. 9
Santo António da Caparica
2825-441 Costa de Caparica

919 809 450
tesesmais@gmail.com
www.tesesmais.com

OUTROS SERVIÇOS



Saber onde encontrar os melhores descontos quando precisa de comprar material de escritório, tirar fotocópias ou arranjar o computador, tem um valor inestimável. Nesta lista até pode descobrir os melhores especialistas em hortas na varanda...e não só.

*Uma horta em casa
não só nos traz
boas energias,
como pode encher
a despensa.*

BEJA

AGÊNCIA FUNERÁRIA PAX-JÚLIA

20% na prestação de
serviços em território
nacional

R. da Cadeia Velha, 16-22
7800-143 Beja

284 311 300
geral@funerariapax-julia.pt
www.funerariapaxjulia.pt

BITMÁTICA

15% em todos os serviços
prestados

R. Vereador António
das Dores Ferro, 14, r/c dto.
7800-850 Beja

284 328 424 | 927 049 218
comercial1@bitmatica.pt
www.bitmatica.pt

FARO

ABRAÇOS & MIMOS APOIO DOMICILIÁRIO

15% em todos os serviços

REGUS
Av. do Algarve,
Lt. 4, Fração D, Sala 344
8100-298 Loulé

911 105 793

geral@abracosemimos.pt
www.abracosemimos.pt
Instagram
@abracosemimos.22

BITREPAIR

15% em todos os serviços de reparação de computadores

Intermarché Olhão
8700-221 Olhão

937 104 439
geral@bitrepair.pt
www.bitrepair.pt

ONOFF INFORMÁTICA

15% nos serviços da loja (não estão abrangidas peças e serviços ao domicílio)

R. Aboim Ascensão, 38
8000-198 Faro

289 822 238 | 911 900 888
info@onoffinformatica.pt
www.onoffinformatica.pt

PAPELARIA MARTINEL

20% em todos os produtos (exceto consumíveis informáticos)

R. Vale Formoso, 320
8135-148 Almancil

289 397 975

martinel@mail.telepac.pt
www.martinel.pt

POLO SUL INFORMÁTICA

15% em todos os serviços informáticos

Av. Bombeiros Municipais de Olhão, 17
8700-312 Olhão

289 715 219
polosul@polosul.com.pt
www.polosul.com.pt

TERTÚLIA ALGARVIA

15% em experiência culinária "Cataplana com todos", bebidas e sobremesas

Pç. Afonso III, 13-15
8000-167 Faro

289 821 044 | 963 636 567
info@tertulia-algarvia.pt
www.tertulia-algarvia.pt

SETÚBAL

BITREPAIR

15% em todos os serviços de reparação de computadores

R. do Moinho, 18 A
2845-539 Amora

212 410 323 | 937 104 439
amora@bitrepair.pt

www.bitrepair.pt

PATAS E PENAS - CLÍNICA VETERINÁRIA

20% nas consultas e esterilizações de machos e fêmeas

Estr. da Algodeia, 17 A
2900-209 Setúbal

265 537 602
patasepenas.clinvet@gmail.com

SAÚDE E BEM-ESTAR



Mais do que prevenir as doenças, devemos promover a nossa saúde. Comer de forma equilibrada, beber água e fazer exercício. Não descuidar a saúde mental, saber ver e saborear sempre o melhor que a vida nos traz.

É Associado
INATEL?
Conheça a nossa
rede de parcerias
de qualidade.



BEJA

CENTRO ÓPTICO DE BEJA

30% em tratamentos
de ortóptica

R. da Liberdade, 10 A
7800-462 Beja

284 324 458
geral@co-beja.com

CLIREFIS – CLÍNICA DE REABILITAÇÃO FÍSICA DE ODEMIRA

15% no valor das
sessões de tratamento
de fisioterapia e
osteopatia

R. Serpa Pinto, 88, r/c
7630-174 Odemira

283 322 806 | 962 886 749
[clinicafisioterapiaclicrefis@
gmail.com](mailto:clinicafisioterapiaclicrefis@gmail.com)

FARMÁCIA PROGRESSO – FARMÁCIA PANCADA

10% em transações
(exceto medicamentos
cujo PVP é superior a 50€
e protocolo da diabetes)
e outros produtos de saúde
(exceto alimentação infantil
e fraldas)

R. Dr. Afonso Costa, 60
7750-352 Mértola

286 612 507
fprogressomertola@gmail.com
[www.grupoprogresso
saude.pt](http://www.grupoprogressosaude.pt)

HALOVIDA – CENTRO DE HALOTERAPIA E TRATAMENTO DA DOR

15% nos tratamentos
respiratórios e haloterapia,

massagens de relaxamento/
/recuperação física,
serviços de estética e
osteopatia

R. Sousa Porto, 7
7800-071 Beja

284 327 762 | 968 777 222
geral@halovida.pt
www.halovida.pt

LACLIBE – LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS DE BEJA

20% sobre a tabela de preços particular

R. Sousa Porto, 35 B
7800-071 Beja

R. de Mértola, 86, 1.º
7800-475 Beja

R. 28 de Setembro
12, Anexo
7600-052 Aljustrel

Tv. das Lajes, 12
7700-016 Almodôvar

R. da Parreira, 2 A
7920-039 Alvito

R. Campo de Ourique, 20
7780-147 Castro Verde
R. Capitão Mouzinho, 51 C
7900-595 Ferreira do Alentejo

R. Dr. Serrão Martins, 13
7750-355 Mértola

R. José Godinho Cunha, 25
7860-059 Moura

Av. 25 de Abril, 6, Fração D
7670-250 Ourique

R. João Tiago Coelho, 101 B
7830-257 Serpa

Pç. Zeca Afonso, Lt. A, r/c esq.
7960-224 Vidigueira

284 325 175
laclibe@sapo.pt
www.laclibe.pt

NOVA CLÍNICA

15% em todas as especialidades (exceção de próteses fixas e removíveis e implantologia)

R. Manuel António de Brito
6, 1.º Ft.
7800-522 Beja

284 328 100
geral@novaclinica.pt

ELVAS

FARMÁCIA ELVAS UNIPESSOAL

10% na aquisição de produtos farmacêuticos, incluindo medicamentos sujeitos e não sujeitos a receita médica e produtos cosméticos

R. General Conde Jorge
Avilez, 18
7300-185 Portalegre

245 330 388
elvas.ptg@farmalink.pt

FARMÁCIA MOUTTA

10% na aquisição de produtos farmacêuticos e produtos cosméticos

R. da Cadeia, 9
7350-146 Assunção – Elvas

268 622 150
farmoutta@gmail.com

ÉVORA

CENTRO ÓPTICO CASA BRANCA

15% em lentes de contacto, produtos e óculos de sol
20% em armações e lentes oftálmicas

Av. da República, 106
7080-100 Vendas Novas

265 890 659
geral@casa-branca.pt
www.casa-branca.pt

FARMÁCIA DOS ÁLAMOS

10% em transações
Entregas diárias gratuitas
com horário a definir

Praça dos Álamos, 18A
705-242 Évora

266 735 065 | 939 009 393
farmacia@
farmaciadosalamos.pt
www.farmaciadosalamos.pt

FARMÁCIA ÉVORA

5% em transações, produtos de dermatologia, cosmética, ortopedia, veterinária, higiene, criança, consulta de nutrição,

podologia e serviços
farmacêuticos

R. Luís Adelino Fonseca, 4
Lj. 20 C
7005-345 Évora

266 706 482
**farmaciaevora@
gruporeisbarata.com**

FARMÁCIA FERRO

10% na aquisição
de medicamentos sujeitos
e não sujeitos a receita
médica, produtos de
saúde e bem-estar
e veterinários

R. João de Deus 31-35
7000-534 Évora

266 706 480
farmaciaferro@gmail.com

JM ÓPTICA

20% nas armações
e lentes

R. Serpa Pinto, 51
7000-537 Évora

969 258 804
**gertrudes.madeira@
hotmail.com**

NUTRIDENTE - MEDICINA DENTÁRIA

15% em consultas

e tratamentos de medicina
dentária e psicologia,
exceto implantologia

R. Hermes da Fonseca
Vermelho, 14, r/c
7005-401 Évora

266 700 088 | 963 287 663
nutridente@gmail.com
www.nutridente.pt

ÓPTICA DAS FIGUEIRAS

15% em óculos de sol
20% em armações
e lentes oftálmicas

Pct. Horta do Bispo, 8C
7005-259 Évora

266 706 027
geral@opticadasfigueiras.pt
www.opticadasfigueiras.pt

ÓPTICA HAVANEZA

15% em óculos de sol
20% em armações e lentes
oftálmicas

R. da República, 27
7000-656 Évora

266 757 500
R. de Chartres, 4 B
(Horta da Porta)
7000-930 Évora

266 748 610

R. 5 de Outubro, 4
7050-355 Montemor-o-Novo

266 898 450

R. 1.º de Maio, 10
7200-363 Reguengos
de Monsaraz

266 509 500
geral@opticahavaneza.pt
www.opticahavaneza.pt

ÓPTICA REIS

15% em óculos de sol
20% em armações e lentes
oftálmicas

Rossio Marquês de Pombal 10
7100-513 Estremoz

268 333 501 | 918 214 825
estremoz@opticareis.com
www.opticareis.com

FARO

AUDIÇÃO ATIVA

20% no 1.º aparelho e **50%**
no 2.º - pagamento a pronto
10% no 1.º aparelho e **50%**
no 2.º - pagamento até 24
prestações
Avaliação auditiva gratuita
Assistência vitalícia
gratuita aos aparelhos
adquiridos

Descontos não acumuláveis
com outras campanhas em
vigor

NOVO!

Estr. Senhora da Saúde, 41A
8005-147 Faro

808 913 205
info@audicaoactiva.pt
www.audicaoactiva.pt

BRUNÓPTICA

15% em óculos de sol
e lentes de contacto
20% em armações
e lentes oftálmicas

R. Baptista Lopes, 58
8000-225 Faro

289 095 193 | 915 005 607
geral.brunoptica@gmail.com
www.brunoptica.com

CLÍNICA DE FISIOTERAPIA E FISIATRIA DR. JOSÉ MANUEL BARBOSA

20% em todos os serviços
prestados

Cerro Alagoa
R. do Mediterrâneo, Lt. 7
Lj. J/L
8200-156 Albufeira

289 586 070
josebarbosa.albufeira@gmail.com

Pct. Quinta do Amparo
Lt. 33, r/c
8500-547 Portimão

282 413 067

josebarbosa.portimao@gmail.com

www.fisioterapia-portimao.com

CLÍNICA PROJECTO SAÚDE

15% nas consultas de
psicologia e terapia da fala

Av. de Ceuta
Edif. D. Manuel I, Bloco B
Lj. E, r/c
8125-116 Quarteira

289 057 919 | 969 719 090
info@projectosaude.com.pt
www.clinicaprojectosaude.medipedia.pt

FARMÁCIA ALMEIDA

10% na aquisição de
produtos farmacêuticos,
incluindo medicamentos
sujeitos e não sujeitos a
receita médica, produtos
cosméticos e fraldas

Estrada Sr. da Saúde, 39
8005-147 Faro

289 822 437
geral@farmacia.almeida.com
<https://farmacia-almeida.com>

FARMÁCIA HOLON PINTO

10% na aquisição
de produtos farmacêuticos,

incluindo medicamentos
sujeitos e não sujeitos
a receita médica,
produtos cosméticos,
fraldas, papas e leites

Av. 25 de Abril, 2
8100-508 Loulé

289 420 240
farmacia.pinto@farmaciasholon.pt
www.farmaciasholon.pt

FARMÁCIA NOBRE SOUSA

5% em transição
Entrega gratuita ao
domicílio num raio de
5 km para compras
superiores a 5€

R. João Augusto Saias, 4
r/c esq.
8700-254 Quelfes – Olhão

289 715 297
farmanobresousa@sapo.pt
www.farmacianobresousa.pt

FARMÁCIA ROCHA

10% do valor final a pagar
pelo utente, após
comparticipação
(medicamentos sujeitos
a receita médica, num
valor máximo de 5€
por unidade, e nos
medicamentos não sujeitos
a receita médica)

R. do Comércio, 120
8700-427 Olhão

289 703 085 | 963 333 202
farmaciarocha2014@gmail.com

PORTALEGRE

CERPROS - CENTRO DE RECUPERAÇÃO DE PORTALEGRE

30% nos serviços
enfermagem e de
fisioterapia

Bairro de São Bernardo, 6
7300-074 Portalegre

245 339 020 | 939 415 098
geral@cerpros.pt
www.cerpros.pt
**CLÍNICA
SANTA BEATRIZ**

25% em consultas de
pediatria

R. Poeta José Régio, 3 B
7300-204 Portalegre

245 207 673 | 916 893 200
[portalegre@clinicasanta
beatriz.pt](mailto:portalegre@clinicasanta
beatriz.pt)
www.clinicasantabeatriz.pt

JM ÓPTICA

20% nas armações e
lentes de todas as
marcas

R. 1.º de Maio, 6

7300-205 Portalegre

245 399 276 | 961 155 239
gertrudes.madeira@hotmail.com
ÓPTICA REIS

15% em óculos sol
20% nos aros e de lentes
graduadas

Av. Liberdade, 32
7400-216 Ponte de Sor

242 206 346 | 919 434 676
pontedesor@opticareis.com

C. C. Fontedeira, Ljs. 6 e 65
7300-072 Portalegre

245 207 328 | 918 618 678
fontedeira@opticareis.com

Lg. António José Lourinho 10
7300-088 Portalegre

245 202 475 | 918 214 639
rossio@opticareis.com

www.opticareis.com

SETÚBAL

CENTRO ÓPTICO CASA BRANCA

15% em lentes de
contacto, produtos e
óculos de sol
20% em armações e lentes
oftálmicas

Av. Alexandre Herculano, 53
2955-112 Pinhal Novo

212 382 250

geral@casa-branca.pt
www.casa-branca.pt

CLÍNICA DENTÁRIA BOCAGE

20% nos tratamentos
dentários

Av. 5 de Outubro, 148, 2.º C
Edif. Bocage
2900-309 Setúbal

265 534 787 | 916 182 193
clinica.bocage@netcabo.pt
[www.clinicadentaria
bocage.pt](http://www.clinicadentaria
bocage.pt)

CLÍNICA DENTÁRIA DA COSTA VICENTINA

15% em todos os serviços

Pç. da Concórdia, 6, 1.º dto.
7500-200 Santo André
- Setúbal

269 744 635 | 937 192 216
geralclinicadentariacv@gmail.com

CLÍNICA DENTÁRIA SEM STRESS

20% na consulta, dentisteria,
endodontia, cirurgia oral,
periodontologia, imagiologia
e M.D preventiva

Pct. Loios, 7 C
2835-342 Lavradio - Barreiro

216 894 416 | 910 251 880
cdsemstress@gmail.com

CLÍNICA DOS LOIOS

15% nas consultas
médicas de especialidade e
tratamentos de fisioterapia

Quinta dos Loios
Pct. José Domingos dos
Santos, 2-A
2835-343 Lavrado

212 023 266
consultas@clinicadosloios.pt
www.clinicadosloios.pt

CLÍNICA MÉDICA DOS COMBATENTES

20% em medicina dentária,
estomatologia, alergologia,
clínica geral, dermatologia,
gastroenterologia, ginecologia,
urologia, nutrição,
otorrinolaringologia,
oftalmologia, tratamentos
dentários, RX oral
panorâmico, e exames de
audição e visão

Av. dos Combatentes da
Grande Guerra, 6, 1.º G-H-I
2900-328 Setúbal

265 530 210
geral@cpeclinicas.pt
www.cpeclinicas.pt

CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA ANDREA BALBINO

20% sobre o valor da tabela
de preços

Pç. de Portugal, 6, 1.º D
2910-640 Setúbal

265 228 646 | 965 306 766
[geral@clinicamedicadentaria
andreabalbino.pt](mailto:geral@clinicamedicadentariaandreabalbino.pt)
[www.clinicamedicadentaria
andreabalbino.pt](http://www.clinicamedicadentaria
andreabalbino.pt)

CLÍNICA SAÚDE E DESPORTO

15% sobre o preço de
tabela geral

Av. João de Deus, 22
2870-234 Montijo

212 302 710 | 914 835 776
clisaude.ida@gmail.com
www.clinicasaudeedesporto.com

CRISTINA MARTINS - TERAPIAS ALTERNATIVAS E MASSAGENS

10% em terapias
15% em massagens

Av. D João I, 39 A
2800-112 Almada

215 943 783 | 918 496 999
corpus.mente@gmail.com
[www.corpusment3.wix.com/
cristinamartins](http://www.corpusment3.wix.com/cristinamartins)

ESPAÇO CRESCER

Rastreios **gratuitos** em
terapia da fala e em sessões

de esclarecimento no
âmbito dos serviços
protocolados

R. da Igreja, 29 B
2865-061 Fernão Ferro

212 128 968 | 933 600 388
geral@espaco-crescer.com
www.espaco-crescer.com

FISIOCUIDAR

15% na prestação de
serviços de saúde no
domicílio e aquisição
de artigos ortopédicos
selecionados

R. Eugénio Salvador, 26 A
2820-307 Charneca de Caparica

211 379 066
geral@fisiocuidar.pt

RISORAL CLÍNICA MÉDICA E DENTÁRIA

15% em medicina dentária,
próteses e implantes

Av. Vasco da Gama, 11
2840-745 Seixal

212 215 306 | 913 080 555
clinarisoral@gmail.com
www.risoral.pt

THALASSO CAPARICA

15% em talassoterapia,

tratamentos avulsos,
massagens de relaxamento,
estética de corpo e rosto

Av. 1.º de Maio, 25 A
2825-397 Costa de Caparica
212 905 655 | 916 189 585

**geral@thalassocaparica.
com**
**www.thalassocaparica.
com**

WELLDONE CLINIC
15% nos serviços
prestados

R. Dr. António Manuel
Gamito, 2, Cv. E
2900-056 Setúbal

265 532 196
geral@welldoneclinic.com
www.welldoneclinic.com

GUIA DE VANTAGENS

REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES

A INATEL NO SEU ESTADO MAIS PURO.
O VERDE DOS AÇORES. O PRIVILÉGIO DE
ASSISTIR, DA VARANDA INATEL FLORES HOTEL,
À EXIBIÇÃO DOS GOLFINHOS E BALEIAS EM
DIREÇÃO À ILHA DO CORVO. A NATUREZA ENVOLVE
QUEM SE AVENTURA PELOS TRILHOS E CASCATAS,
E PROVOCA OS QUE DELA NÃO ESPERAVAM NADA,
E QUE ALI SE RENDEM COM A PROMESSA
DE REGRESSAREM.

CASA, MODA E DECORAÇÃO



FAIAL

**SILVA, MACHADO
E FILHOS**

15% nas lâmpadas

R. Walter Bensaúde, 2, r/c
9900-142 Horta

292 202 150/151
917 296 000
geral@fotojovial.com

Sabia que está provado que fazer tricot traz inúmeros benefícios para a saúde: reduz o stresse, aumenta a autoestima, melhora a motricidade fina e estimula o raciocínio. Talvez por isso seja cada vez mais recomendado para contrabalançar a agitada vida moderna. Quem já faz garante que se torna quase viciante, com a vantagem de haver cada vez mais tipos de lãs e linhas, agulhas e outros acessórios. Mas se não sabe tricotar, pode sempre procurar os profissionais da costura.



Está sempre a tempo de pegar nas agulhas e na lã e começar a fazer as suas camisolas. Se não sabe fazer, peça dicas aos vizinhos ou familiares mais antigos.

CULTURA E LAZER



Para quem sempre teve fascínio pelos gigantes que habitam os mares, tenha a certeza de que uma visita de barco ao seu habitat natural é uma proposta sempre vencedora.



Observe as baleias e golfinhos no seu habitat natural.

FAIAL

URBHORTA

15% na piscina (regime livre ou aulas), Centro Hípico (aulas e passeios) e cinema (Teatro Faialense)

Largo do Bispo
D. Alexandre, 12
9900-102 Horta

292 292 016/17
geral@urbhorta.pt
www.urbhorta.pt

PICO

JCTEK INFORMÁTICA

15% nos serviços prestados

Estr. Regional 1, 40
9940-232 St. António
São Roque do Pico

292 642 110
info@jctek.pt

SÃO MIGUEL

ANC MOTOS

20% no aluguer de automóveis de passageiros, motociclos sem condutor e passeios guiados em carrinha de nove lugares

Av. João Bosco Mota
Amaral, S/N (em frente
ao Hotel Marina Atlântico)
9500-770 Ponta Delgada

296 247 171 | 967 309 909
bookings@grupoanc.pt
www.azoresolidays.pt

ESPÍRITO AZUL DIVE CENTER

15% em saídas e batismos de mergulho (excluem-se os extras, aluguer de equipamento e a formação)

Marina de Vila Franca do
Campo
9680-909 Vila Franca
do Campo

914 898 253 | 914 898 352
info@espiritoazul.com
www.espiritoazul.com

FUTURISMO AZORES ADVENTURES

20% na atividade
de observação de baleias
e golfinhos em catamaran

Portas do Mar, Lj. 24
9500-771 Ponta Delgada

296 628 522 | 967 805 109
reservations@futurismo.pt
www.futurismo.pt

PCBEM GAMING

15% em todos os serviços

R. Nova da Misericórdia
411, r/c
9500-336 Ponta Delgada

296 654 500 | 960 317 911
geral@pcbem.pt
www.pcbem.pt

R. Bento José Morais 7, r/c
9500-772 Ponta Delgada

296 652 150 | 917 865 971
loja2@pcbem.pt
www.pcbem.pt

RF RENT-A-CAR

10% em aluguer de viaturas
nas ilhas de São Miguel e

Flores
Reservas efetuadas em
www.rfrentacar.com

Código #INATEL

R. Manuel Ferreira, 11
9500-224 Ponta Delgada

927 204 357
booking@rfrentacar.com
www.rfrentacar.com

SALBAT - EMPREENDIMENTOS TURÍSTICOS

15% em alojamento
sobre a tarifa de balcão

R. José do Canto, 9
9500-076 Ponta Delgada

296 650 310 | 967 611 890
jardimjosedocanto@gmail.com
www.josedocanto.com

SPORT CONFORTO

20% em todos os
produtos desportivos

R. da Misericórdia, 9
9500-093 Ponta Delgada

R. Mercadores 8
9500-093 Ponta Delgada

296 205 000 | 966 809 175
geral@lojasconforto.com
www.lojasconforto.com

A TERRAZUL, ANIMAÇÃO TURÍSTICA

15% na atividade de
Observação de Baleias
e Golfinho

Marina Vila Franca
do Campo, 4
9680-187 São Miguel | Açores

913 453 030
info@azoreswhalewatch.com
www.azoreswhalewatch.com/pt-pt/

TERCEIRA

ATLANTIANGRA

15% na atividade de
observação de cetáceos

Marina de Angra
do Heroísmo, Lj. 7
9700-154 Angra
do Heroísmo

295 090 196 | 911 855 090
info@atlantiangra.com

PRO ISLAND TOUR

15% em tours em Jipes
Land Rover Defender 4x4

Canada do Moinho, 10
9760-051 Praia da Vitória

920 581 523
info@proislandtour.pt
www.proislandtour.pt

OUTROS SERVIÇOS



A saúde dos nossos animais de estimação não deve ser descurada. Desparasite e vacine os seus animais. Afinal, são os nossos melhores amigos.



Os gatos podem viver até aos 20 anos, o equivalente a 90 anos.

FAIAL

AUTO PEÇAS ILHA AZUL

15% em todos os produtos

Zona Industrial Santa Bárbara
9900-408 Horta

292 392 434

autopecas@ilhaazul.pt

ESCOLA DE CONDUÇÃO ATLÂNTIDA

15% sobre o valor da carta de condução de automóveis ligeiros

Av. Gago Coutinho e
Sacadura Cabral, 4 A
9900-062 Angústias

292 292 869

ecatlantida@sapo.pt

INFORBYTE INFORMÁTICA E TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO

15% em serviços técnicos prestados na loja

R. 8 de Setembro, 2
Flamengos
9900-401 Horta

292 948 064

inforbyte@sapo.pt

www.loja.inforbyte.pt

LIVE OUR STYLE, LDA.

40% nas tintas Dyrup

R. Serpa Pinto, 41, r/c
9900-089 Matriz – Horta

292 391 990

faial.bricolage@grupolos.pt

<https://www.facebook.com/Los-Live-Our-Style-Lda-1394112970906869>

Lda-1394112970906869

SÃO MIGUEL

ARQUIPEÇAS – NOVAS E USADAS

20% em peças, acessórios, lubrificantes e pneus multimarca
25% em peças usadas

R. Eng. João Faria e Maia
Armz. 14

9500-682 Ponta Delgada

296 929 056

arquipecas.geral@gmail.com
www.arquipecas.com

AUTO CENTRAL

15% na mão-de-obra
de serviços de frotista

Estrada dos Portões
Vermelhos N°20
9560-450 Lagoa

296 960 170 | 962 504 065
autoccentral@hotmail.com
www.autoccentral.com

CARLOS VIEIRA - SALA DE CÓPIAS E IMPRESSÃO

15% nos trabalhos
prestados nas
salas de cópias e
impressão

R. José do Canto, 29
9500-076 Ponta Delgada

296 652 710 | 910 529 790
centro.copia@sapo.pt
www.centrocopiacy.com

CC BIKE RENTAL

15% em aluguer
de bicicletas e
passeios turísticos
em bicicleta

R. do Mercado, 17
9500-326 Ponta Delgada
296 240 870/1

ccbikerental@carreiro.pt

CLÍNICA VETERINÁRIA DE SANTANA

10% em todos os
serviços

Estrada Regional s/n
9800-102 Ribeira Grande

296 491 440 | 968 122 436
clnicasantanacomercial@
hotmail.com

CLÍNICA VETERINÁRIA SÃO GONÇALO

15% em desparasitantes
para cães e gatos

Caminho Pico do Funcho, 1
Fajã de Baixo
9500-435 Ponta Delgada

296 385 081 | 925 998 098
cvetsg@gmail.com
www.cvsq.pt

RBM MULTIMARCA

Oferta do *check-up* sem
marcação

15% em mão-de-obra
(mecânica/bate-chapas/
serviços de serralharia)

R. Dr. Faria e Maia, Armz.15
Zona Industrial Valados
9500-682 Ponta Delgada

296 209 220 | 969 893 098
geral@oficinarb.com
www.oficinarb.com

WELCOME HOME AZORES

20% em serviços
massagem Ayurveda

R. Manuel Inácio Correia 73,
1º esq
9500- 068 Ponta Delgada

918 719 400
geral@welcomehome.pt
www.welcomehome.pt

TERCEIRA

ESCRITÓRIO DIGITAL REPRESENTAÇÕES

15% em mobiliário
de escritório e material
papelaria

Atalaia, 9
9700-416 Angra do Heroísmo

295 215 808
terceira@escritorioidigital.pt
www.escriitoriodigital.pt

SAÚDE E BEM-ESTAR



Os elixires, as escovas e as pastas de dentes têm evoluído muito nos últimos anos, a par da medicina dentária. Já não há desculpas para não termos uma boa saúde oral. Visite regularmente o dentista e siga as suas indicações.



FAIAL

CLÍNICA MÉDICO DENTÁRIA CATARINA SEGADÃES FRAGA

15% nos tratamentos
dentários

Trav. Almeida Garrett, 1, r/c
9000-074 Horta

292 392 540
fraga.catarina@gmail.com

CONSULTÓRIO MÉDICO DENTÁRIO PICOENSE

15% em todos os
tratamentos

Lg. 5 de Outubro
12 A
9950-323 Madalena
do Pico

292 623 299
filipegomes68@gmail.com

FARMÁCIA AYRES PINHEIRO

6% nos medicamentos
sujeitos receita médica,
comparticipados
6% nos produtos venda livre
Sem desconto produtos em
campanha

R. Serpa Pinto, 26
9900-095 Horta

292 292 749
farmacia.ayres.pinheiro
@gmail.com

PEDRO MIGUEL AGUIAR CHAVES – PRÓTESES DENTÁRIAS E APARELHOS ORTODONTIA

15% a 20% sobre a
tabela em vigor

Caminho dos Moinhos, 34
9900-451 Praia Almoxafre

926 599 950
pedrochaves001@gmail.com

SÃO MIGUEL

CENTRO DENTÁRIO MENDES

15% sobre a tabela de
preços em vigor, em todos
os tratamentos
(exceto implantologia e
próteses)

R. Professor Machado
Macedo, 23 r/c
9500- 700 Ponta Delgada

296 284 919
**centropdl@centromendes.
com**

AZOROPTICA

**Consulta de Optometria
e contactologia gratuitas**
30% em armação, lentes

oftálmicas (selecionadas
da tabela AzorOptica),
lentes de fabrico acrílicas
(unifocais / progressivas),
lentes de índice superior
ou igual a 1,6, tratamentos
superiores ou igual a HMC
e óculos de sol

R. de São Gonçalves, 223
9500-110 Ponta Delgada

296 384 382
azoroptica.pdl@gmail.com
**[https://azoroptica.wixsite.
com/azoroptica](https://azoroptica.wixsite.com/azoroptica)**
**[https://www.facebook.
com/people/AzorOptica-P-
dl/100077206160739/](https://www.facebook.com/people/AzorOptica-Pdl/100077206160739/)**

CASA DOS ÓCULOS

**15% nas armações e lentes
oftálmicas**

Lg. Vasco Bensaúde, 8
9500-103 Ponta Delgada

296 282 169

geral@vieira.pt
oculistadomingosvieira.pt

CENTRÓPTICO

**20% nas vendas a pronto
pagamento**

Lg. Bento Góis, 2
9680-111 Vila Franca do
Campo
296 305 770
centroptico@gmail.com

CENTRO CLÍNICO VITAE

**20% em medicina dentária,
medicina geral e familiar,
nutrição, pediatria e psicologia,
cardiologia e psiquiatria,
exames da especialidade de
cardiologia (Mapa, Holter e
ECG) e ortopedia**

R. Dr. Hugo Moreira, 44, r/c
São Pedro
9500-792 Ponta Delgada

296 654 801
geral@centroclinicovitae.com
www.centroclinicovitae.com

CENTRÓPTICO

**20% nas vendas
a pronto pagamento**

R. Manuel Inácio Correia
21, 24, 26
9500-000 Ponta Delgada

296 305 770

centroptico@gmail.com

CLÍNICA DA SÉ

**20% em tratamentos
dentários, próteses, ortodontia
e branqueamento e em
exames complementares
de imagiologia**

R. dos Remédios, 12 A, r/c
9760-521 Praia da Vitória

295 206 050 | 927 162 730
geral@clinica-se.com

FARMÁCIA CORRÊA

**5% em todos os produtos,
exceto promocionais**

Rua D. Pedro IV, nº31
9900 - 111 Horta

292 292 968
correia.farmacia@gmail.com

FARMÁCIA NOSSA SENHORA DOS ANJOS

**5% para Associados até
65 anos**

**10% para Associados
com +65 anos**

R. José Barbosa, 21 B
9500-453 Ponta Delgada

296 636 890
farmaciasanjos@gmail.com

LOJA DOS ÓCULOS - RINE ÓPTICAS

20% em armações
e lentes oftálmicas
15% em óculos de Sol
e lentes oftálmicas da
marca Essilor

Rua Machado dos Santos,
105
9500-083 Ponta Delgada

296 629 388
lojadosoculospdll@gmail.com

OCULISTA CABRAL

20% nas armações e lentes

R. Jesus, 52
9760-478 Praia da Vitória

295 543 610
oculista.cabral@gmail.com
www.oculistacabral.pt
www.facebook.com/Oculista.Cabral/

OPTIMED ESPECIALISTAS DA VISÃO

20% em lentes oftálmicas,
armações, óculos de sol
e lentes de contacto

Lg. São João, 20
9500-106 Ponta Delgada

296 285 649 | 922 173 581

R. Dr. José Bruno
Tavares Carreiro, 14
9500-150 Ponta Delgada

296 098 863
geral@optimed.pt
www.optimed.pt

REFÚGIO DE HARMONIA - ESTÉTICA E BEM-ESTAR

15% em serviços
de cabelo e estética

R. Bento José Morais, 23
1.º sul
9500-681 Ponta Delgada

296 098 402
geral.esteticaebemestar@hotmail.com

TERCEIRA

BEST OF HEALTH CLUB II

50% em todas as avaliações

R. Tomé Belo de Castro
Pavilhão Multiusos Luís Bretão
9700-200 Angra do Heroísmo

924 426 171
bestofhealthclub@gmail.com
www.best-of.pt

CLÍNICA DA SÉ

20% nos tratamentos
dentários, próteses,
ortodontia, branqueamento

e exames complementares
de imagiologia

R. Salinas, 48
9700-172 Angra do Heroísmo

295 206 050 | 962 489 921
geral@clinica-se.com
www.clinica-se.com

FARMÁCIA PIMENTEL

10% nos produtos
farmacêuticos e
produtos cosméticos

R. da Sé, 70-72
9700-191 Angra do Heroísmo

295 213 338
farmaciapimentel@gmail.com

GASPAR ÓTICAS

20% em todos os artigos

R. Palha, 63
9700-144 Angra do Heroísmo

295 214 980
gasparopticas.angra@gmail.com

INFINITY - HAIR SALON & SPA

15% em todos os serviços
(exceto escova progressiva
e madeixas)

R. do Rego, 68
9700-162 Angra do Heroísmo

295 213 296 | 925 806 424
**infinitynicolesousa@
hotmail.com**

SUMMARIA JS – GIVING CARE

40% nos serviços
de apoio domiciliário
(mais de 40h semanais)

R. de Santo Espírito, 64-66
9700-178 Angra do Heroísmo

295 217 694 | 910 442 462
geral@givingcare.pt
www.givingcare.pt



VER ÍNDICE

GUIA DE VANTAGENS

REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

UMA PÉROLA NO ATLÂNTICO ONDE A INATEL SE (RE)INVENTA.
AS CORES DA MADEIRA REVELAM UMA CULTURA NOS SEUS
TRAJES E MERCADOS, ALIADA A UMA GASTRONOMIA SÓ DELA.
O MAR, ESSE AZUL, É DOS QUE ESCOLHEM A INATEL PORTO
SANTO.

É DOS QUE ESCOLHEM UM PARAÍSO PARA DESCANSAR,
ONDE O INVERNO NÃO TEM LUGAR E ONDE SE FALA PORTUGUÊS.
É NOSSA. A MADEIRA.



**DÁRIO MANUEL
COELHO RODRIGUES
- SERVIÇO TÁXI**

20% sobre o valor de
taxímetro superior a 20€ e
sobre o valor de tabela à hora

R. do Panamá, 13
9000-126 Funchal

933 701 965
taxinmadeira@hotmail.com



**SAÚDE
E BEM-ESTAR**

CANIÇO

**LOTUSAUDE WELLNESS
& HEALTHCARE**

20% em todos os
serviços de saúde e
bem-estar, nomeadamente
fisioterapia, massagens,
nutrição, terapia da
fala, drenagem linfática,
pressoterapia,
mesoterapia, massagem
anticelulite e vacuoterapia

Estr. Ponta da Oliveira, 20
Edif. Canicentrogolden, 7, r/c
9125-035 Caniço

291 601 911 | 912 627 047
geral@lotusaude.pt



**EDUCAÇÃO
E FORMAÇÃO**

FUNCHAL

**ACADEMIA DE LÍNGUAS
DA MADEIRA**

5% sobre o valor dos
cursos intensivos

R. do Ribeirinho de Baixo
33 B, 2.º
9050-447 Funchal

291 231 069 | 966 912 424
alm@alm-madeira.com
www.alm-madeira.com



**OUTROS
SERVIÇOS**

FUNCHAL

NTINTAS

40% em toda a gama de
tintas decorativas da Sotincto

Av. Luís de Camões
Edif. Henrique III E, r/c
9000-168 Funchal

291 098 515 | 966 494 489
geral@ntintas.pt
[www.facebook.com/
NTintasSotinctoFunchal](https://www.facebook.com/NTintasSotinctoFunchal)

PARCEIROS COM COBERTURA DE REDE NACIONAL

A FUNDAÇÃO INATEL PROCURA FAZER AS MELHORES PARCERIAS COM VISTA A ESTABELECER AS MAIS VANTAJOSAS E VASTAS OFERTAS PARA OS SEUS ASSOCIADOS.

COLCHÕES E COMPANHIA

CASA, MODA E DECOR

COLCHÕES Companhia
dedicados ao seu conforto

colchoesecompanhia.pt

Aveiro, Barcelos, Barreiro, Braga, Coimbra, Espinho, Guimarães, Lisboa, Maia, Monção, Ovar, Porto, Seixal, Sintra, Viana do Castelo, Vila do Conde, Vila Nova de Gaia, Viseu e Loja online

15% em todos os produtos disponíveis em loja

CHAVIARTE

CASA, MODA E DECOR

CHAVIARTE
Tudo por si, tudo pela sua segurança!

chaviarte.pt

Aveiro, Braga, Faro, Leiria, Lisboa, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal, Viseu, Viana do Castelo | Ilha: Terceira

15% em serviço completo de capas e ½ solas em sapatos

COLUNEX

CASA, MODA E DECOR

COLUNEX®

colunex.pt

Lisboa e Porto

5% em qualquer modelo de almofada

TEMPUR

CASA, MODA E DECOR

TEMPUR®

pt.tempur.com

Lisboa, Porto, Setúbal

15% nos artigos Tempur e Sealy

CASCAIS CHRISTMAS VILLAGE

UNISPORTS

CULTURA E LAZER

UNISPORTS
No Heart Beige Reggae

unisports.pt

Portugal continental e Ilhas

214 102 701

15% em todos os eventos de bilheteira

**CPS – CENTRO
PORTUGUÊS DE
SERIGRAFIA**

CULTURA E LAZER



cps.pt

Lisboa e Porto

**15% nas obras de subscrição
e editadas pelo CPS**

ALLIANCE FRANÇAISE

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



Alliance Française

alliancefr.pt

Beja, Braga, Coimbra, Faro, Leiria, Lisboa,
Porto, Setúbal, Viseu

10% sobre o preço dos cursos

DO IT BETTER

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



doitbetter.pt

Aveiro, Braga, Coimbra, Lisboa, Porto, Setúbal

15% sobre o preço das formações

GALILEU

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



galileu.pt

Lisboa e Porto

**15% nas ações de calendário do Grupo
Rumos (Rumos, GALILEU e FLAG)
5% nas formações Oracle, VMWare,
Amazon, Red Hat ou EC-Council**

**GYMBOREE
EDUCAÇÃO**

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



gymboreeclases.pt

Cascais, Carnaxide, Funchal, Leiria, Lisboa,
Montijo, Restelo, Porto

Oferta da inscrição

**INSTITUTO
PORTUENSE DE LÍNGUAS**

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



institutoportuense.com

Aveiro, Porto

50% sobre o valor de inscrição

**SUPER LIÇÃO – GINÁSIOS
DA EDUCAÇÃO DA VINCI**

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO



ginasiosdavinci.com

Aveiro, Braga, Castelo Branco, Coimbra,
Faro, Guarda, Leiria, Lisboa, Porto,
Santarém, Setúbal, Viana do Castelo,
Évora| Ilhas: São Miguel, Terceira, Madeira

**Oferta da aula experimental para apoio
escolar**

Oferta da taxa de inscrição

BALVERA
PERFUMARIAS
OUTROS SERVIÇOS



balvera.pt

Castelo Branco, Coimbra, Leiria, Lisboa,
Santarém, Setúbal, Vila Real, Viseu

20% em todos os produtos

CARGLASS
- ESPECIALISTAS
EM VIDRO AUTOMÓVEL
OUTROS SERVIÇOS



carglass.pt

Aveiro, Beja, Braga, Bragança, Castelo
Branco, Coimbra, Évora, Faro, Guarda, Leiria,
Lisboa, Portalegre, Porto

15% nos serviços de vidro colado
(exceto reparações)

EUROPCAR
OUTROS SERVIÇOS



europcar.pt

Portugal continental e Ilhas

20% no aluguer de viaturas
15% no aluguer de Scooters e
bicicletas elétricas
10% no aluguer de viaturas fora do
território nacional

partner.europcar.com/inatel/pt/home/

GALP
OUTROS SERVIÇOS



galpenergia.com

Descontos válidos nos postos aderentes

0,09€/litro em combustível simples,
aditivado e GPL Auto, todas
as quartas-feiras
0,08€/litro em combustível aditivado, toda
a semana
0,06€/litro em combustível simples
e GPL Auto, toda a semana

oferta até 2 quotas INATEL
por cada energia contratada
150€ de desconto na instalação de painéis
Solares (Cod. INATELC)

Linha de Apoio ao Cliente
210 058 800*
*custo de chamada para rede fixa (9h - 21h)

GLASSDRIVE
OUTROS SERVIÇOS



glassdrive.pt

Aveiro, Beja, Braga, Bragança, Castelo
Branco, Coimbra, Évora, Faro, Guarda, Leiria,
Lisboa, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal,
Viana do Castelo, Vila Real, Viseu | Ilhas: Faial,
Flores, Pico, Santa Maria, São Jorge, São
Miguel, Terceira, Madeira

20% em todos os serviços de reparação
ou substituição de para-brisas sempre que
o segurado não tenha contratado a Quebra
Isolada de Vidros.
10% na linha de produtos de conservação e
manutenção automóvel "Drive Care" Oferta de
higienização de viatura em todos os serviços
de reparação ou substituição de vidro automóvel

ISERVICES
- REPARAR É CUIDAR

iServices
Reparar é cuidar

OUTROS SERVIÇOS

iservices.pt

Braga, Coimbra, Faro, Lisboa, Porto, Setúbal

15% nos serviços de reparações – com garantia vitalícia em todas as peças substituídas em equipamentos Apple (exceto baterias e peças de outras marcas: 2 anos)

MIDAS

OUTROS SERVIÇOS



midasportugal.com

Coimbra, Évora, Faro, Lisboa, Porto, Santarém, Setúbal, Viseu

Serviços de diagnósticos gratuitos

PRECISION

OUTROS SERVIÇOS



precision.pt

Coimbra, Lisboa, Porto, Santarém, Setúbal

15% em todos os serviços (exceto pneus, peças de origem e packs promocionais)
Oferta da inspeção Precision

SERVIÇOS
DESENTOP AMBIENTE

OUTROS SERVIÇOS



desentop.com

Lisboa e Porto

15% nos serviços de desentupimentos domésticos

SERVILUSA
OUTROS SERVIÇOS



servilusa.pt

Aveiro, Coimbra, Faro, Lisboa, Portalegre, Porto, Setúbal

15% nos artigos religiosos

TELEPIZZA

OUTROS SERVIÇOS

telepizza

telepizza.com

Aveiro, Beja, Braga, Castelo Branco, Coimbra, Évora, Faro, Guarda, Leiria, Lisboa, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal, Viseu | Ilha: São Miguel

30% na entrega ao domicílio, em pizzas pequenas, médias e familiares, com preço mínimo de 7,05€

ALAIN AFFLELOU
PORTUGAL

SAÚDE E BEM-ESTAR

ALAIN
AFFLELOU
Óptico

afflelou.pt

Braga, Faro, Guarda, Leiria, Lisboa, Portalegre, Porto, Santarém, Viseu

50% nas armações óticas
Oferta do 2.º par de óculos de sol, do 1.º par de lentes de contacto descartáveis e sua adaptação

ALBERTO OCULISTA

SAÚDE E BEM-ESTAR

Alberto OCULISTA**albertooculista.com**

Castelo Branco, Coimbra, Faro, Lisboa,
Setúbal, Santarém, Setúbal, Viseu | Ilhas:
São Miguel, Terceira, Madeira

**25% em armações (exceto Cartier),
lentes oftálmicas, óculos de sol
(exceto Cartier), lentes de contacto
e respetivos produtos de manutenção**

BODYCONCEPT

SAÚDE E BEM-ESTAR

**bodyconcept.pt**

Consulte a localização das clínicas em
www.bodyconcept.pt/contactos

**Ofertas de Experiências e descontos
até 25%
parcerias.bodyconcept.pt/**

CLÍNICAS MASTER DENTAL

SAÚDE E BEM-ESTAR

**masterdental.pt**

Faro, Lisboa, Setúbal

**Oferta do 1.º RX panorâmico,
consulta de avaliação médica e um
piercing dentário**

**CLÍNICAS MÉDICAS
AMATUS LUSITANUS**

SAÚDE E BEM-ESTAR

**amatuslusitanus.com**

Castelo Branco, Lisboa, Setúbal

**20% sobre o preço da consulta
de medicina dentária**

CLÍNICAS PERSONA

SAÚDE E BEM-ESTAR

**clinicaspersona.com**

Aveiro, Coimbra, Lisboa, Porto, Setúbal,
Vila Real

**20% em todas as séries de tratamentos
de rosto e corpo (pagamentos a
pronto e exceto Pershape e Depilação
Permanente)**

**CONSELHEIROS
DA VISÃO**

SAÚDE E BEM-ESTAR

**conselheirosdavisao.pt**

Beja, Braga, Castelo Branco, Coimbra, Faro,
Guarda, Leiria, Lisboa, Portalegre, Porto,
Santarém, Setúbal, Viana do Castelo, Viseu

**Oferta dos exames de diagnóstico à visão
e de controlo para as lentes de contacto**

DEPILCONCEPT
SAÚDE E BEM-ESTAR



depilconcept.pt

Consulte a localização das clínicas em
www.depilconcept.pt/onde-estamos/

Ofertas de Experiências e descontos até 25%
parcerias.depilconcept.pt/

ERGOVISÃO
SAÚDE E BEM-ESTAR



ergovisao.pt

Aveiro, Braga, Faro, Guarda, Leiria, Lisboa,
Porto, Santarém, Viana do Castelo, Vila Real,
Viseu | Ilha: Madeira

30% em óculos (armação e lentes)

FITNESSUP
SAÚDE E BEM-ESTAR



fitnessup.pt

Braga, Castelo Branco, Porto, Viana do Castelo,
Vila Real, Viseu

Oferta da inscrição

**FUTURO FELIZ
EM FAMÍLIA**
SAÚDE E BEM-ESTAR



Futuro Feliz em Família
apoio domiciliário

fff.pt

Lisboa e Setúbal

**20% na mensalidade do Serviço
de Apoio Domiciliário**

**GAES CENTROS
AUDITIVOS**
SAÚDE E BEM-ESTAR



gaes.pt

Aveiro, Braga, Bragança, Coimbra, Évora,
Faro, Leiria, Lisboa, Porto, Santarém, Setúbal,
Viana do Castelo, Vila Real, Viseu

**20% em aparelhos auditivos
e complementos auditivos**

GRUPÓTICO
SAÚDE E BEM-ESTAR



grupotico.pt

Aveiro, Braga, Faro, Guarda, Leiria, Lisboa,
Porto, Santarém, Setúbal, Viana do Castelo,
Vila Real, Viseu

**15% em óculos completos (incluindo os
de sol graduados e as lentes oftálmicas
certificadas, de todas as marcas)**

INSTITUTOPTICO
SAÚDE E BEM-ESTAR



centroptico.com.pt

Aveiro, Beja, Braga, Bragança, Castelo
Branco, Coimbra, Évora, Faro, Leiria, Lisboa,
Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal,
Viana do Castelo, Vila Real, Viseu

**Oferta da limpeza e regeneração de
lentes de contacto**

LENTEDECONTACTO.PT

SAÚDE E BEM-ESTAR

lentesdecontacto.pt®
ÓPTICA

lentesdecontacto.pt

Lisboa, Portalegre, Santarém

Consultas gratuitas de contactologia**MALO CLINIC**

SAÚDE E BEM-ESTAR

MALOCLINIC
THE ART OF CREATING SMILES

maloclinics.com

Coimbra, Faro, Leiria, Lisboa, Porto | Ilha: Madeira

Oferta da consulta de avaliação medicina dentária (inclui plano de tratamento e status radiográfico*) e 1.ª higiene oral (após início do plano de tratamentos)

*exceto TAC dental e orçamento

MINISOM

SAÚDE E BEM-ESTAR

Ora tudo com...
MiniSom

minisom.com

Aveiro, Beja, Braga, Bragança, Castelo Branco, Coimbra, Évora, Faro, Guarda, Leiria, Lisboa, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal, Viana do Castelo, Vila Real, Viseu | Ilhas: São Miguel, Terceira, Madeira

Na compra de um aparelho auditivo e na quantidade estimada para o consumo anual de cada aparelho, oferta de teste auditivo, assistência pós-venda e pilhas da marca Rayovac, por 1 ano**OLD CARE**

SAÚDE E BEM-ESTAR

OldCare®
mais cuidado
mais pela sua Saúde

oldcare.pt

Aveiro, Braga, Bragança, Lisboa, Porto

30% nos cuidados domiciliários, cuidados técnicos de enfermagem e gerontologia, apoio no pós-alta hospitalar, fisioterapia e terapia da fala**OPTIPLUS – VISION BUSINESS, LDA.**

SAÚDE E BEM-ESTAR

OPTIplus®

optiser.com

Aveiro e Porto

**25% em armações e óculos de sol Opticália
50% em armações exclusivas Opticália****RELIEF – TERAPIAS ANTITABÁGICAS**

SAÚDE E BEM-ESTAR

relief®
Podamos Ajudar

relief.pt

Aveiro, Braga, Lisboa, Porto

20% na terapia antitabágica

SAÚDE PRIME

SAÚDE E BEM-ESTAR



saudeprime.pt

Portugal Continental e Ilhas

PLANOS DE SAÚDE

Inatel Saúde+

7€ /por pessoa, 2ª pessoa 5.8€

Inatel Platina

11€/ por pessoa, 2ª pessoa 9€

Rede médica com 42.600 prestadores em todo o país

- Para todas as idades
- Sem exclusão de doenças
- Sem período de carência
- Acesso a consultas de especialidades, exames e tratamentos
- Médico em casa 24h, 365 dias/ano
- Acesso a vídeo-consultas programadas e de atendimento permanente

+info. inatel.saude@inatel.pt

SMILE.UP

SAÚDE E BEM-ESTAR



smileup.pt

Aveiro, Braga, Castelo Branco, Coimbra, Évora, Faro, Leiria, Lisboa, Setúbal, Porto, Setúbal, Viana do Castelo, Vila Real, Viseu | Ilha: Madeira

Avaliação oral grátis (inclui RX, avaliação oral e plano de tratamento)

TEMPLO DA MENTE INSTITUTE

SAÚDE E BEM-ESTAR



templodamente.com

Aveiro, Lisboa, Porto

20% nas consultas, formações ou pack de serviços

VITA CENTRO

SAÚDE E BEM-ESTAR



vitacentro.com

Lisboa, Porto, Setúbal

50% nos tratamentos de branqueamento

VIVAFIT

SAÚDE E BEM-ESTAR



vivafit.pt

Braga, Lisboa, Porto, Setúbal | Ilha: Madeira

Oferta da inscrição
5% da mensalidade aulas
10% da mensalidade Gold

WIDEX
CENTROS AUDITIVOS
SAÚDE E BEM-ESTAR



widex.pt

Aveiro, Beja, Braga, Castelo Branco, Coimbra, Évora, Faro, Guarda, Leiria, Lisboa, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal, Viana do Castelo, Viseu | Ilhas: Faial, Pico, São Miguel, Terceira, Madeira

15% nos aparelhos auditivos, conforme vantagens em vigor, ou oferta de pilhas até 5 anos e seguro até 4 anos

CLÍNICA MÉDIS
SAÚDE E BEM-ESTAR

clínicamédís

clinicamedis.pt

Aveiro | Lisboa | Porto

15% sobre a tabela de preços particulares*

* não se aplica aos valores praticados na tabela Médís ou Médís Dental

SMILE2IMPRESS
SAÚDE E BEM-ESTAR

Impress
Expertos em Ortodontia Invisível

smile2impress.com

Amadora | Aveiro | Braga | Coimbra
Guimarães | Leiria | Lisboa | Portimão | Porto
Setúbal | Vila Nova de Gaia

Oferta de Limpeza e Contenções
Tratamento Impress – 1.675€ em vez de 1.995€
Tratamento Impress Plus – 2.675€ em vez de 2.995€

TINTAS ROBBIALAC
SAÚDE E BEM-ESTAR



tintasrobbialac.pt

Portugal continental e Ilhas

45% em tintas e não tintas, com exceção de artigos com preço líquido especial (PLE)

DOMUSVI PORTUGAL
SAÚDE E BEM-ESTAR



domusvi.pt

Aveiro | Gaia | Lisboa | Porto | Seixezelo | Viana do Castelo

15% sobre os Módulos de Alojamento e Conforto

LOJAS BIOFORMA
SAÚDE ALIMENTAR



bioforma.pt

Lisboa | Ilhas: Caniço, Funchal, Machico, Porto Santo, Ribeira Brava e São Miguel

10% (+ 5% desconto adicional em cartão Bioforma) nas marcas Bioforma e linha Omega Way
5% alimentação Bioforma e Restaurante

AUDITIV
SAÚDE E BEM-ESTAR



auditiv.pt

Portugal continental e Ilhas

808 917 282 | 211 940 935

25% na compra de Aparelhos Auditivos

OUVIR BEM - SOLUÇÕES AUDITIVAS

SAÚDE E BEM-ESTAR

ouvirbem.net

Portugal continental e Ilhas

10% em todos os nossos aparelhos auditivos

Avaliação e rastreios gratuitos

Condições especiais de pagamento, garantia, orçamentos e assistência

*ofertas não acumulável com outras campanhas em vigor

211 976 014

philips@audio2saude.pt

audio2saude.pt

O CUBO - IMMERSIVUS

CULTURA E LAZER

**PORTUGAL
AGENDA**

portugalagenda.com

Portugal continental e Ilhas

Lisboa: 910 658 479 | Porto: 910 120 128
8€ por bilhete em todo os nossos espetáculos (exceto concertos e Lisbon Under Stars)

COMFORT KEEPERS

SAÚDE E BEM-ESTAR



comfortkeepers.pt

Portugal continental e Ilhas

15% em cuidados domésticos e serviços de companhia e assistência pessoal

808 203 095 | 214 210 182

info@comfortkeepers.pt

facebook.com/comfortkeepers.pt

MEO - SERVIÇOS DE COMUNICAÇÕES E MULTIMÉDIA

OUTROS SERVIÇOS



LIGUE GRÁTIS 800 207 918

Portugal continental e Ilhas

OFERTAS EXCLUSIVAS DE PARCERIA

Até 50€ em equipamento na adesão a um pacote MEO

Acumula com restantes ofertas de adesão

50% de desconto na Internet Móvel

**<https://www.meo.pt/parceriasmeo/>
contacto**

NOS COMUNICAÇÕES

OUTROS SERVIÇOS



LIGUE GRÁTIS 800 990 099

Portugal continental e Ilhas

OFERTAS EXCLUSIVAS DE PARCERIA

Até 10€ de desconto Pacotes NOS

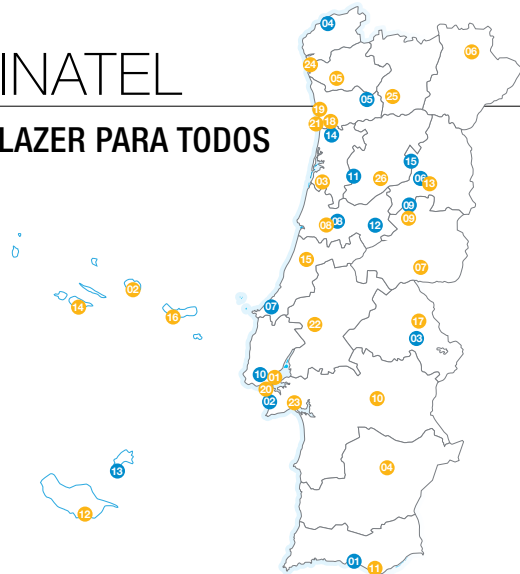
5€ de desconto Alarmes NOS

Oferta TVCine (24 meses)

Acompanhamento personalizado

www.nos.pt/parcerias/pacotes/parceiros

LAZER PARA TODOS



Hotéis INATEL

- 01 INATEL Albufeira Hotel *****
+351 289 599 300/1 | inatel.albufeira@inatel.pt
- 02 INATEL Caparica**
+351 211 155 490 | inatel.caparica@inatel.pt
- 03 INATEL Castelo de Vide Hotel São Paulo ** & Jardim *****
+351 245 900 200 | inatel.cvide@inatel.pt
- 04 INATEL Cerveira Hotel ******
+351 251 002 080 | inatel.cerveira@inatel.pt
- 05 INATEL Entre-os-Rios**
+351 255 616 059 | inatel.erios@inatel.pt
- 06 INATEL Foz do Arelho Hotel *****
+351 262 975 100 | inatel.foz@inatel.pt
- 07 INATEL Linhares da Beira Hotel Rural *****
+351 271 776 081 | inatel.linhares@inatel.pt
- 08 INATEL Luso**
+351 231 930 358/68/78 | inatel.luso@inatel.pt
- 09 INATEL Manteigas Hotel *** & Casa da Roda AL**
+351 275 980 300 | inatel.manteigas@inatel.pt
- 10 INATEL Oeiras**
+351 210 029 800 | inatel.oeiras@inatel.pt
- 11 INATEL Palace S. Pedro do Sul Hotel ******
+351 232 720 200 | inatel.spsul@inatel.pt
- 12 INATEL Piódão Hotel ******
+351 235 730 100/1 | inatel.piodao@inatel.pt
- 13 INATEL Porto Santo Hotel *****
+351 291 980 300 | inatel.psanto@inatel.pt
- 14 INATEL Santa Maria da Feira**
+351 256 372 048/9 | inatel.smfeira@inatel.pt
- 15 INATEL Vila Ruiva Hotel ******
+351 271 776 015/6 | inatel.vilaruiva@inatel.pt

Delegações INATEL

- 01 INATEL Lisboa - Alvalade**
211 156 023 | inatel.alvalade@inatel.pt
- 02 INATEL Angra do Heroísmo**
295 215 038 | inatel.aheroismo@inatel.pt
- 03 INATEL Aveiro**
234 405 200 | inatel.aveiro@inatel.pt
- 04 INATEL Beja**
284 318 070 | inatel.beja@inatel.pt
- 05 INATEL Braga**
253 613 320 | inatel.braga@inatel.pt
- 06 INATEL Bragança**
273 001 100 | inatel.braganca@inatel.pt
- 07 INATEL Castelo Branco**
272 001 090 | inatel.cbranco@inatel.pt
- 08 INATEL Coimbra**
239 853 380 | inatel.coimbra@inatel.pt
- 09 INATEL Covilhã**
275 335 893 | inatel.covilha@inatel.pt
- 10 INATEL Évora**
266 730 520 | inatel.evora@inatel.pt
- 11 INATEL Faro**
289 898 940 | inatel.faro@inatel.pt
- 12 INATEL Funchal**
291 221 614 | inatel.funchal@inatel.pt
- 13 INATEL Guarda**
271 212 730 | inatel.guarda@inatel.pt
- 14 INATEL Horta**
292 292 812 | inatel.horta@inatel.pt
- 15 INATEL Leiria**
244 832 319 | inatel.leiria@inatel.pt
- 16 INATEL Ponta Delgada**
296 284 684 | inatel.pdelgada@inatel.pt
- 17 INATEL Portalegre**
245 337 016 | inatel.portalegre@inatel.pt
- 18 INATEL Porto - Ramalde**
220 007 950 | inatel.porto@inatel.pt
- 19 INATEL Ramalde**
220 007 985 | inatel.ramalde@inatel.pt
- 20 INATEL Lisboa - Rossio**
211 146 821 | inatel.rossio@inatel.pt
- 21 INATEL Porto - Santa Catarina**
220 007 990 | inatel.santacatarina@inatel.pt
- 22 INATEL Santarém**
243 309 010 | inatel.santarem@inatel.pt
- 23 INATEL Setúbal**
265 009 780 | inatel.setubal@inatel.pt
- 24 INATEL Viana do Castelo**
258 823 357 | inatel.vcastelo@inatel.pt
- 25 INATEL Vila Real**
259 324 117 | inatel.vreal@inatel.pt
- 26 INATEL Viseu**
232 423 762 | inatel.viseu@inatel.pt

GUIA DE VANTAGENS

ONLINE

- OS NOSSOS PARCEIROS 100% ONLINE

Beneficie das vantagens de Associado INATEL apenas com um clique. Os nossos parceiros INATEL não estão apenas em lojas físicas. Conheça aqueles com quem pode contar na internet e quais os serviços de que pode beneficiar na WEB como Associado INATEL.

ALTISECUR

28% em sistema de segurança

214 195 727
www.altisecur.pt

COGNOS - FORMAÇÃO E DESENVOLVIMENTO PESSOAL

15% em todos os cursos

220 965 669
geral@cognos.pt
www.cognos.pt

DRIVU

31% nos serviços Drivu Oficina (transporte da viatura dos Associados à inspeção)

915 099 904
geral@drivu.pt
www.drivu.pt

ECOESCOLHAS LOJA ONLINE

15% nos produtos de rosto e maquilhagem

220 992 696
info@ecoescolhas.pt
www.ecoescolhas.pt

4PAPER

15% nas compras online de eletrodomésticos e mobiliário

253 621 071
geral@4paper.pt
www.4paper.pt

GABINETE SÉNIOR DA DANTAS RODRIGUES & ASSOCIADOS E DROLES

15% a 20% nos serviços de apoio jurídico e não jurídico a seniores e cuidadores

Lisboa:
217 995 050 | 931 196 769
Porto:
222 017 286

geral@dantasrodrigues.com
www.dantasrodrigues.com

HORTA À MEDIDA

15% na participação nos workshops

10% em consultadoria, serviços de instalação e manutenção de hortas

5% nas compras na loja online

965 445 533
geral@hortaamedida.pt
www.hortaamedida.pt

HOW – HOSTEL ON WHEELS

20% sobre o valor de aluguer de equipamento de campismo

967 572 400
info@howcampers.com
www.howcampers.com

JUICE AT HOME PRESENTES GOURMET

10% nos restantes produtos e em cabazes gourmet (cupon: INATEL-Juice)

936 774 515
info@juiceathome.com
www.juiceathome.com

LENTESECONTACTO.PT

Consultas gratuitas de contactologia

213 104 100
clientes@lentesdecontacto.pt
www.lentesdecontacto.pt

N SEGUROS

10% N Bike e N Pet
30% N Proteção (Acidentes Pessoais)
Até 45% N Auto e N Moto

210 401 252
protocolos@nseguros.pt
www.nseguros.pt

PEDAÇOS DE CACAU

15% em compras superiores a 20€

938 459 711
info@pedacosdecacau.pt
www.pedacosdecacau.pt

SKYBAGS – SERVIÇO DE HOME CHECK-IN

15% no serviço de Home Check-In Skybags

808 202 003
geral@skybags.net
www.skybags.net

STUDY TOURS PORTUGAL

50% no valor da matrícula

218 493 552
info@studytours.pt
www.studytours.pt

VIDAEDU

50% na inscrição para qualquer uma das escolas

218 404 656
info@vidaedu.com
www.vidaedu.com

WECAREON – PSICOLOGIA

5% até completar 10 sessões
15% na primeira sessão*

*aplicáveis para as consultas de psicologia online

937 153 336
info@wecareon.com
www.wecareon.com

ECOLIFE

20% sobre o PVP dos produtos a encomendar + 5% sobre os preços especiais dos produtos que se encontrem em exposição para entrega imediata

www.ecobestbed.com

LETRAS ERRANTES

10% nos livros sujeitos à Lei do Preço Fixo
30% nos demais

CODPROM INATEL2021
www.e-primatur.com

**NOVA SABORES
SANTA CLARA**

15% em compras na
loja on-line

CODPROM INATEL
**www.saboressantaclara.
com**

**TERRA SABOARIA
ARTESANAL**

15% sobre todos os
produtos

CODPROM INATEL
**www.terrasaboaria
artesanal.pt
@terrahandmadecosmetics**



CONDIÇÕES GERAIS DE UTILIZAÇÃO DAS VANTAGENS DO CARTÃO DE ASSOCIADO INATEL

1. As vantagens indicadas neste guia são válidas durante o período de vigência dos protocolos, podendo ser alteradas a qualquer momento, sem que dessa alteração advenham responsabilidades para a Fundação INATEL ou para as entidades parceiras;
2. O presente guia apresenta um resumo dos descontos em entidades parceiras, podendo ser consultadas as restantes vantagens em **INATEL.pt**;
3. Salvo indicação em contrário, os descontos indicados incidem sobre o preço de venda ao público e não são cumulativos com outros descontos e/ou campanhas a decorrer;
4. O Cartão de Associado INATEL é pessoal e intransmissível.