Associação Sindical
de Professores Licenciados

Protocolos

Porto

www.aspl.pt

marketing@aspl.pt

ÍNDICE

Beleza e Bem-Estar 3
Cabeleireiros 4
Chocolateria 4
Ensino Superior 4
Formação / Educação 6
Geriatria 7
Ginásios 7
Hotelaria 8
Lazer 9
Optometria 9
Psicologia 12
Saúde 13
Seguros 14
Yoga 15

Porto

Beleza e Bem-Estar

Ana Pinto – Terapeuta
Rua António José da Silva, 114, 4200-081 Porto
T. 919 140 625
Email: terapeutaanapinto@gmail.com
Serviços:
- Tratamento de Rosto: Limpeza de pele; hidratação e revitalização facial
- Tratamento de Corpo: Drenagem linfática; massagens modeladoras e esfoliações corporais
- Sessões de Massoterapia: Drenagem linfática; massagem terapêutica localizada e massagem anti-stress
Desconto: 20% para Sócios da ASPL e agregado familiar
(exceto tratamentos realizados com produtos da marca *Ovaco*)

SPASO ZEN – Wellness & Beauty
Porto: Rua do Campo Alegre, n.º 1256
T. 226 099 723
Email: info@spasozen.pt
Paredes: Trav. Conde Ferreira N.º 46
Telefone: 968 025 175
Email: infoparedes@spasozen.com
Desconto: 50% numa massagem definida mensalmente pelo Spaso Zen; 50% numa massagem à escola (valor superior a 40€); 20% em terapias; de 30% a 40% em circuitos e packs; 20% em Consultoria de Imagem Pessoal; 10 em mensalidades das aulas e workshops e isenção de jóia de inscrição.

Clínicas Persona
Condições especiais para todos os colaboradores e associados e seus familiares de 1º grau.
Localização:
Avenida da Boavista 117, 3º Andar, Salas 309/310
4050-115 **Porto**
Tlm.: +351 915 915 900
Tel.: +351 226 093 040

Rua Luciano da Silva Barros, 14
4470-193 **Maia**
Tlm.: +351 961 301 003
Tel.: +351 229 471 814

Rua Abílio Miranda, Lugar dos 33, Edifício Estádio S/N, r/c, Loja, G
4560-501 **Penafiel**
Tlm.: +351 969 571 134
Tel.: +351 255 213 800

Av. da Carvalha, 819 e 839, r/c, Lojas 1, 2 e 4
4510-518 **Gondomar**
Tlm.: +351 913 461 171
Tel.: +351 224 809 070

Rua n.º 8, n,º 381 – 3º
4500-370 **Espinho**
Tlm.: +351 927 810 677
Tel.: +351 227 318 809

Cabeleireiros

Inês Pereira Cabeleireiros, Lda
(Lojas no Porto, Matosinhos, V.N. Gaia e Maia)
IP – Firmeza (Baixa) - Rua da Firmeza, 509-511, 4000-230 Porto
IP – Antas - Rua Oliveira Martins, 155, 4200-429 Porto
IP – Boavista - Av. da Boavista, nº 4143, 4100 Porto
IP – Norteshopping - Rua Sara Afonso, n.º 105 Piso 0, Loja 150, 4460-841 Senhora da Hora
IP-El Corte Inglês - Av. da República, nº 1435 Piso -1 | 4430-999 V. N. de Gaia
IP-Barbearia Tinoco - R. de Sá da Bandeira, nº13, 4000-433 Porto
IP – Maia - Rua Dr. Augusto Martins, nº 118, 4470-145 Maia
Desconto: 20% nos serviços de cabeleireiro e 10% em produtos do Grupo Inês Pereira (não cumulável com promoções e excluindo brushing e serviço de extensões e alisamento)

Chocolateria

Maria Chocolate*** Chocolates Finos Artesanais**
Fábrica (venda ao público)
Travessa Monte Grande nº 7
4430-432 · Vilar de Andorinho - Vila Nova de Gaia

Centro Comercial La Vie - loja 1
Rua Fernandes Tomás, 506
4000-211 · Porto

T.: 227 849 324 / 916 567 192
Email: info@mariachocolate.pt
Desconto: 5% PVP (não acumulável com outras promoções)

Ensino Superior

ISAG - Instituto Superior de Administração e Gestão
Rua de Salazares, 842 - 4100-442 Porto
Telef: 220 303 200
Email: isag@isag.pt
Descontos:

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

Beneficia associados da ASPL e familiares de 1º grau.

Grupo Lusófona

Todos os estabelecimentos de Ensino Superior (ISLA Santarém, ISLA Leiria, **ISLA Gaia**, ISDOM, ESE Almeida Garrett, INP, ISG, ISMAT, ISPO, ULP, ULHT, entre outros) e Não Superior do Grupo Lusófona

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

Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti

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

Tel.: 225 573 420

Descontos: Licenciaturas e Pós-Graduações/Mestrados – 5% na inscrição, mensalidade e anuidade. Este protocolo beneficia todos os associados da ASPL, bem como respetivos cônjuges e filhos.

ISMAI – Instituto Universitário da Maia

Av. Carlos de Oliveira Campos, 4475-690 Maia

Tlf.: 229 866 00 | Email: info@ismai.pt

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

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

Universidade Portucalense

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

Tlf.: 225 572 000 | Email: upt@upt.pt

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

ISCE Douro – Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro

Rua Vitorino da Costa, n.º 96, 4560-708 Penafiel

T. 255 318 550

Descontos: redução de 15% sobre o valor das propinas mensais. Este protocolo beneficia todos os associados da ASPL, bem como seus cônjuges e filhos.

IESF – Instituto de Estudos Superiores de Fafe

Rua Universitária - Medelo, Apartado 178, 4824-909 Fafe

T. (+351) 253 509 000

E. geral@iesfafe.pt

Site

Desconto: **10% de desconto** sobre o valor da propina mensal dos cursos ministrados pelo IESF. Estas condições especiais beneficiam associados e colaboradores da ASPL e respetivo agregado familiar.

Fundação Fernando Pessoa - Universidade Fernando Pessoa / Escola Superior de Saúde e Academia Fenando Pessoa
No âmbito desta nossa parceria, é concedida aos nossos estimados sócios, seus cônjuges e filhos (que integrem o seu agregado familiar), uma **redução de 5%** em ciclos de estudos conferentes de grau académico (licenciatura, mestrado e doutoramento) e de cursos não conferentes a grau académico, no valor da propina de frequência fixada anualmente para todos os cursos ministrados na Universidade Fernando Pessoa, na Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa e na Academia Fernando Pessoa.

Contactos Universidade Fernando Pessoa
Tlf.: 22 5071 300 (chamada para rede fixa nacional)
Email: info@ufp.edu.pt

Católica Porto Business School (Formação executiva)
No âmbito do protocolo de cooperação celebrado com a **Católica Porto Business School (CPBS)**, os nossos associados beneficiam de **10% de desconto** nos programas abertos da formação executiva.
Contactos da CPBS

Oferta Formativa 2024/2025

Formação / Educação

Formaconde – Formação Profissional Lda
Campo 24 de Agosto, 129 Es. 411
4300-504 Porto
Tel.: 225 372 080
Email: geral@formaconde.com
Desconto: 6% no custo total das ações de formação não-financiadas, podendo igualmente frequentar as ações de formação financiadas realizadas pela Formaconde.

Cognos, Formação e Desenvolvimento Pessoal
Edifício Gran Vila
Rua Engenheiro Adelino Amaro da Costa, nº15 - 9º andar – sala 9.2
4400-134 Vila Nova de Gaia
Tel: 220 965 669
Tlm: 916 036 011
Email: geral@cognos.pt
Área/serviços: Formação
Desconto: 15% em cursos e FAPS (Formações avançadas pós-universitárias)

Royal School of Languages
Porto
Rua do Amial, 292 (Arca d'Água), 4200-054 Porto
t. +351 228 320 276
m. +351 963 966 298
e. porto@royalschooloflanguages.pt

Paredes
Avenida Campo das Laranjeiras, 44, 4580 – 058 Paredes
t. +351 255 781 251
m. +351 911 880 771
e. paredes@royalschooloflanguages.pt

Desconto:
- Formação em Portugal: 10% na aquisição de todos os produtos/serviços (matrículas, formações em classes normais, cursos em regime individual e/ou em grupo fechado, cursos intensivos de verão, formações modulares, testes de avaliação e certificação de conhecimentos e testes de diagnóstico prestados pela RSL e de 5% nas formações/aulas online.
- Formação em Inglaterra: 4% sobre o preço do pack (exclui avião e seguro), nos cursos de verão na Inglaterra para jovens; 4% sobre o valor de formação, nos cursos de formação intensiva para adultos em Inglaterra –
- Serviços de tradução/interpretação: 5% de desconto.
Este protocolo abrange associados e colaboradores da ASPL e respetivos familiares (cônjuges/unidos de facto, ascendentes e descendentes diretos).

Geriatria

Venerável Ordem Terceira de N. Srª do Carmo – Residência Sénior
Pç Carlos Alberto n.º 1/4
4050-157 Porto
Tel.: 222 078 400 / 936776167
Email: fm@ordemdocarmo.pt
Desconto: dispensa da prestação de caução (valor equivalente a uma mensalidade) aquando da admissão de residente na Residência Sénior da Ordem do Carmo e 0.50€ de desconto na entrada no Circuito Turístico da Ordem do Carmo

Ginásios

Lux Health Club

S. Félix da Marinha
Rua Leira da Relva, 131
4410-155 São Félix da Marinha
(Atrás do Modelo)
T: 914 461 460

Leça da Palmeira
Av. da Liberdade
Entrada para a Marina
(Porto de Leixões)
T: 963 711 985

Grijó
Zona Industrial da Feiteira
Rua do Mirante 126,

4415-491 Gríjo
T: 924 353 563

Descontos para associados e colaboradores da ASPL e respetivo agregados familiar:
- 50% desconto sobre o valor da inscrição
- 10% desconto nas mensalidades
- Avaliações físicas/avaliação fisioterapia/avaliação nutrição – gratuitas
Site Lux Health Club

Hotelaria

Hotel Solverde SPA & Wellness Center***** (Solverde Hotéis)
Av. da Liberdade, 4405-362 S.Félix da Marinha
Tel.: 227 338 030
Email: hotelsolverde@solverde.pt
Desconto: 10% na tarifa BAR, nas refeições do restaurante do hotel e em tratamentos e produtos.

Penafiel Park Hotel & Spa
Quinta das Lajes, 4560-232 Penafiel
Tel.: 255 710 100
Email: reservas@penafielparkhotel.com
Desconto: 15% sobre a Tarifa do dia pretendido. Exceto datas temáticas.

Hotel Dom Henrique Downtown
Rua do Bolhão, 223, 4000-112 Porto
Tel.: 223 401 616
Desconto: 10% sobre a melhor tarifa disponível no dia, no site do hotel, mediante identificação como associado da ASPL

S. Hotels Collection:
Porto Palácio Congress Hotel & SPA
Av. Boavista, 1269, 4100-130 Porto
T.: 226 086 600

The Artist Porto Hotel & Bistrô
Rua da Firmeza, nº49, 4000-228 Porto
T.: 220 132 700

The House Ribeira Porto Hotel
Rua Infante Dom Henrique, 26, 4050-296 Porto
T.: 220 119 006

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

Lazer

Venerável Ordem Terceira de N. Srª do Carmo – Circuito Turístico
Pç Carlos Alberto n.º 1/4
4050-157 Porto
Tel.: 222 078 400 / 936776167
Email: fm@ordemdocarmo.pt
Desconto: 0.50€ de desconto na entrada no Circuito Turístico da Ordem do Carmo e dispensa da prestação de caução (valor equivalente a uma mensalidade) aquando da admissão de residente na Residência Sénior da Ordem do Carmo

Optometria

Grupo Institutoptico

Óptica Parente
Rua 20 de Junho-Edf. Central Zezerence, K, Lj r/c 4640 - 470 Santa Marinha do Zêzere
Tlf.: 254 882 396

Institutoptico de Felgueiras
Av. Dr. Leonardo Coimbra, 594 Edifício Palmeira 4610 - 105 Felgueiras
Tlf.: 255 311 010

Teorema Óptica
Rua D. Afonso Henriques, 474 4435 - 006 Rio Tinto
Tlf.: 229 724 588

Era Actual
Rua Trindade Coelho, 214 - Loja 5 4425-411 Águas Santas
Tlf.: 229 750 465

Era Actual
Rua Nova dos Moutidos, 53 4425-156 Águas Santas
Tlf.: 223 187 446

Institutoptico do Conde
Av. do Conde, 6160 4465 - 095 S. Mamede Infesta
Tlf.: 229 020 703

Ótica Médica de Baltar
Av. Bombeiros Voluntários, 1452 4585-015 Baltar
Tlf.: 224 155 424

Guedes Ópticas
Rua da Cedofeita, 236 4050 - 174 Porto
Tlf.: 222 057 085

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

Desconto: Condições especiais

Pacheco Ópticas
Avenida Fernão Magalhães,1941 loja 9 - 4350-171 Porto
Tel.: 225027179
Email: geral@pachecoopticas.com
Desconto: os nossos associados beneficiam de consultas de optometria, rastreios oculares e simulador virtual 3D grátis. Beneficiam ainda de 20% de desconto em armações e lentes oftalmológicas, 15% em óculos de sol (25% em marca própria – Ocean), 10% de desconto em lentes e líquidos de contacto.

Grupo ERGOVISÃO

Ermesinde
Rua Rodrigues de Freitas, 1358
T. 224103536

Gondomar – Hospital
HE-UFP, Avenida Fernando Pessoa, nº150
T. 222455465

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

Maia – Águas Santas
R. Dom Afonso Henriques n.º 2902
T. 229722842

Matosinhos
Avenida da República nº 618
T. 223191216

Penafiel
Praça Municipal nº 19
T. 255160414

Porto – Hospital S. João
Alameda Prof. Hernâni Monteiro, Atrium Hospitalidade Piso 1
T. 223239512

Porto – Ótica SAMS Quadros
Rua Júlio Dinis, Nº 935 R/C Dto
T. 221119739

Porto – Rua Constituição
Rua da Constituição nº 135
T. 220992040

Porto – Passos Manuel

Rua Passos Manuel 22
T. 222073300

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

V. N. Gaia
Avenida da Republica nº 1368
T. 223753134

Desconto: Condições especiais

Excellent Optica

A Excellent Óptica é um grupo que integra hoje **24 ópticas** na região da **Grande Lisboa**, **Zona Oeste**, **Grande Porto** e **Guarda**.
Com o lema Para Ver com Excelência, é objetivo das ópticas do grupo prestar serviços da maior qualidade aos seus clientes e proporcionar-lhes as melhores soluções ópticas, aos melhores preços.

DESCONTOS para associados da ASPL:

25% em óculos graduados (armações e lentes)
20% em óculos de sol e lentes de contacto
10% em outro material ótico
Oferta de exames de optometria e contactologia

LOJAS

- Alenquer
- Alverca
- Guarda
- **Lavra - Matosinhos**
- Lisboa - Baixa
- Lisboa - Campo de Ourique
- Lisboa - Central
- Lisboa - Laranjeiras
- Lisboa - Lumiar
- Oeiras
- **Rio Tinto**

Outra Visão

Descontos especiais para sócios da ASPL e respetivos familiares diretos, em óculos graduados, óculos de sol, lentes de contacto e produtos, bem como todos os serviços e consultas efetuados nas óticas do Porto e Gaia.

A saber:

Óculos graduados completos: 20%
Lentes Oftálmicas: 20%
Armações: 15%
Óculos de Sol: 15%
Lentes de contacto e Produtos: 10%
Oferta exame de Optometria e Contactologia
(oferta da receita na compra de óculos ou lentes)
Não acumuláveis com outras campanhas/promoções.

Contactos da OUTRA VISÃO: 915284559 / 928117161

Lojas:
Porto: Rua do Vale Formoso nº304 , 4200-509 Porto

Gaia:
- Canidelo: Rua António Ferreira Braga Júnior nº580, 4400-364 Vila Nova de Gaia
- Vila d'Este: Praceta Padre Floro nº26, loja11, 4430-476 Vila Nova de Gaia

Jorge Oculista
18 lojas localizadas em várias localidades a norte do país, designadamente em Braga, Viana do Castelo e Porto.

No âmbito desta parceria, os nossos associados e respetivo agregado familiar beneficiam de condições especiais:

- **20% desconto**: lentes oftálmicas, armações e óculos de sol
- **15% desconto**: líquidos oftálmicos e lentes de contacto

Saiba mais sobre o grupo Jorge Oculista, aqui.

Psicologia

GIFT – Gabinete de Intervenção Familiar e Terapias
Rua Conselheiro Veloso da Cruz, 595, Vila Nova de Gaia
T. 223 751 759 / 916 793 632
E: geral@gift.com.pt
Serviço: Psicologia, Terapia da Fala, Testes Psicotécnicos, Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Neurofeedback, Podologia e Nutrição.
Desconto: condições especiais para associados e familiares diretos (descendentes e ascendentes e colaboradores da ASPL.

Clínica da Mente
Rua Costa Cabral N.º 799 - 4200-224 Porto
Tlf. 222 081 328
Email: geral@clinicadamente.com
Desconto: 15% na Consulta de Avaliação e Diagnóstico e nos Planos de Tratamento.

MDC Psicologia e Formação
Av. França 256 – Lj 17 - 4050-276 Porto
Tel.: 226 171 257 Tlm.: 966 171 257
Email: mdcpsicologia@outlook.com
Desconto: 20% nas consultas de Orientação Vocacional e Profissional, e de 15% nas consultas de Psicologia, Avaliação psicológica, Acompanhamento Psicopedagógico e em cursos e Workshops.

Clínica BemEstar
Edifício Via Trindade
Rua de Camões 218, 7º, 7.3, 4000-138 Porto
Tel: 22 2084458 // Tlm: +351 934176979
E-mail: geral@clinica-bemestar.pt
Serviços: Psicologia Clínica, Psicologia Educacional, Psicologia da Justiça, Terapia da Fala, Terapia Ocupacional e Nutrição Clínica
Desconto: 10% (não acumulável com outros descontos existentes). Beneficia associados e familiares diretos.

Oficina de Psicologia
Condições especiais para os professores e educadores associados da ASPL e suas respetivas famílias:
Para sessões de psicoterapia individual terão acessos a honorários preferenciais, com redução de 20€ nas consultas. Estas consultas podem ser presenciais e online.
LISBOA: Rua Pinheiro Chagas , 48, 4º andar, 1050-179 Lisboa
T. 210 999 870
Outras localizações: Parede, Odivelas, Setúbal e Porto.

Saúde

Grupo Esfera Saúde
(Medicina Dentária)
Av. António Santos Leite, 285
4470-142 Maia
Tlf.: 220 169 121
Desconto: 20% nas consultas e 10% em tratamentos (ortodôntico, nomeadamente)

Clínica Dr. João Neto
Av. Boavista, 834 – 1º e 2º, 4200-112 Porto
Tel.: 226 067 379 / 929 190 013
Email: clinicadrjoaoneto.porto@gmail.com
Serviços: Medicina Dentária, Anestesiologia, Cirurgia Vascular, Cirurgia Geral, Clínica Geral, Medicina Física e Reabilitação, Neurologia, Oftalmologia, Psiquiatria, Radioterapia, Cirurgia Maxilo-Facial, Ortodôntia, Gastrenterologia, Genética Médica, Otorrinolaringologia, Pediatria, Neurofidiologia, Nutrição, Podologia, Homeopatia/Osteopatia, Acupuntura, Terapia da Fala, Enfermagem, Patologia Clínica e Análises Clínicas.
Desconto: 20% em tratamento

Malo Clinic Porto
Av. da Boavista, nº1243, 4100-130 Porto
T. 220 127 300
Email: porto@maloclinics.com

Malo Clinic Gaia El Corte Inglês
El Corte Inglés Gaia – Piso S/C, Loja 2.20
Av. República, Nº. 1435, 4430-999 Vila Nova Gaia
T. 220 127 330
Email: ecigaia@maloclinics.com

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

Adriano Carreira – Medicina Dentária*
Rua José Afonso, nº2 e 4, Bloco B, Piso 0 - 3800-438 Aveiro
Tel.: 234 423 042
Tlm.: 967 310 970

Adriano Carreira – Medicina Dentária*

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

OPFC Clínica Médica do Porto - Oporto Pain Free Clinic
OPFC Clínica Médica do Porto by Almgene Pharma
Especialidade médicas (Medicina Geral e
Familiar, Fisioterapia, Nutrição, Pediatria, Pneumologia, Podologia, Psicologia, análises clínicas e testes COVID-19 (Antigénio e PCR).

Condições especiais para associados da ASPL e respetivo agregado familiar:
- **10% de desconto** nas consultas de especialidade e outros serviços de saúde
- Testes COVID-19 (rápidos de antigénio): 7,5€ por teste
- **5% de desconto** nas Análises clínicas a título particular (i.e. fora do âmbito do SNS, seguros e demais subsistemas de saúde)

Contactos:
Avenida do Parque, 351, 4100-376 Porto
T. 220 939 757
E: geral@opfc.pt

Seguros

DS Seguros Matosinhos Sul (APRIL Seguros)

Av. da República, n.º 521, 4450-242 Matosinhos
T: 223 170 991 / 910 554 822
Serviços: Os Seguros de Vida, Vida Crédito Habitação, Acidentes Pessoais e Saúde são as áreas com maior especialização.
Descontos:

- Oferta de uma mensalidade (12ª) no seguro de Vida APRIL associado ao Crédito Habitação com fracionamento mensal;
- Oferta de uma mensalidade (1ª) no seguro de Acidentes APRIL pessoais com fracionamento mensal;

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

Yoga

Escola Be The Change Be Yoga

- **Desconto de 15%** nos serviços referentes a aulas, saúde integral, retiros e viagens;
- **Desconto de 20%** nos serviços referentes a formação;
-**Atribuição anual de 4 bolsas de formação exclusivas** (50% do valor do curso).

(Nota: desconto de 20% na formação ou acesso a bolsa de formação - ofertas não cumulativas)

Consulte, aqui, Serviços e Preçário.

Porque o Yoga pode Ser para todos. Porque o Yoga não faz a vida melhor; torna-nos melhores perante a Vida.

Contactos:

Av. Comendador Ferreira de Matos, 801

4450-125 Matosinhos

T. 221 183 706 | 928 114 819
Site