



[www.cm-amadora.pt](http://www.cm-amadora.pt)

*Informações: Divisão de Intervenção Social*  
**NÚMERO VERDE 800 207 632**  
*accso.social@cm-amadora.pt*

# ***GUIA DE ADERENTES***



CÂMARA MUNICIPAL DA AMADORA



O Presidente

Joaquim Moreira Raposo

***Faz falta um  
cartão assim!***

**Amadora  
65+**

Número Verde 800 207 632



Amadora  
65+

*Edição: Fevereiro 2013*

Caros/as Múncipes,

O Cartão Amadora 65+ oferece descontos em vários bens e serviços, como farmácias, clínicas, óticas, apoio domiciliário, restauração, ocupação de tempos livres, desporto, serviços de beleza e outros serviços úteis para o seu dia-a-dia.

O Cartão Amadora 65+, dá ainda acesso à Linha Municipal de Saúde, facilitando aos beneficiários do cartão, o atendimento médico de Clínica Geral no domicílio, de forma gratuita, durante o período noturno, fins-de-semana e feriados.

Quero agradecer a enorme disponibilidade das empresas e instituições que aceitaram o desafio de aderir a este cartão, quero agradecer toda a disponibilidade e parceria.

Esperamos que este Cartão lhe seja útil e que possa constituir uma mais-valia para o seu bem-estar.

Faz falta, um Cartão assim!



O Presidente da Câmara Municipal da Amadora  
**Joaquim Moreira Raposo**

## ***Cartão Amadora 65+***

O cartão Amadora 65+ é um documento emitido pela Câmara Municipal da Amadora, capaz de conceder benefícios na utilização de bens e serviços públicos e privados, promovendo uma melhoria nas condições de vida dos seus beneficiários.

### ***Beneficiários***

Podem beneficiar do cartão Amadora 65+:

- Idosos, pensionistas e reformados com idade igual ou superior a 65 anos de idade;
- Residentes no Município da Amadora;
- Pessoas com incapacidade permanente, pensionistas ou reformados, independentemente da idade.

### ***Aderentes***

Podem aderir ao cartão Amadora 65+:

- Empresas;
- Entidades públicas;
- Associações e Instituições Particulares de Solidariedade Social

### ***Informações & Candidaturas***

- Câmara Municipal da Amadora – Av. Movimento das Forças Armadas (Mina)
- Divisão de Intervenção Social – Centro da Juventude/Multigeracional da Amadora - Trav. Santa Teresinha s/n (Brandoa)
- [acao.social@cm-amadora.pt](mailto:acao.social@cm-amadora.pt)

## **Regulamento**

No âmbito do actual quadro legal das Autarquias Locais, incumbe aos Municípios prosseguir os interesses próprios, comuns e específicos das populações residentes nos seus territórios e, designadamente no que respeita à Acção Social, o desenvolvimento geral e a defesa da qualidade de vida das suas populações.

É interesse do Município da Amadora a promoção das condições de vida dos seus munícipes, em especial dos mais idosos, por serem aqueles que normalmente dispõem de menores recursos económicos.

A actual estrutura demográfica da população residente no Município da Amadora, aponta para um aumento significativo no índice de envelhecimento demográfico, verificando-se segundo dados dos censos 2011, que 18,8% da população residente no Município tem 65 ou mais anos.

A Câmara Municipal da Amadora instituiu o Cartão Amadora 65+ em 2006, como uma das formas de beneficiar a população idosa residente no Município. Em 2009 procedeu-se à primeira alteração a este Regulamento Municipal como forma de ajustar o projeto à realidade do Município.

O Cartão Amadora 65+ é um documento emitido pela Câmara Municipal da Amadora, capaz de conceder benefícios na utilização de bens e serviços públicos e privados existentes no Município e de estruturar um veículo privilegiado de informação, assumindo-se como um factor de desenvolvimento social, contribuindo assim para a dignificação e melhoria das condições de vida deste grupo da população.

O presente Regulamento é elaborado ao abrigo e nos termos do disposto no Artº 241 da Constituição da República Portuguesa na alínea a) do nº2 do Artº 53 e na alínea b) do nº4 do Artº 64º da Lei 169/99, de 18 de Setembro, com a redacção da Lei nº 5-A/2002 de 11 de Janeiro e alínea f) do nº1 do Artº 13º da Lei nº 159/99, de 14 de Setembro.

### **Artigo 1º** ◆ **Objeto**

O presente regulamento destina-se à definição de critérios de atribuição do Cartão Amadora 65+ pela Câmara Municipal da Amadora, bem como todo o procedimento tendente à concessão do mesmo.

### **Artigo 2º** ◆ **Âmbito**

O Cartão Amadora 65+ destina-se a beneficiar idosos, pensionistas e reformados com idade igual ou superior a 65 anos de idade residentes no Município da Amadora, bem como pessoas com incapacidade permanente pensionistas ou reformadas, independentemente da idade.

### **Artigo 3º** ◆ **Beneficiários**

- 1.** Podem beneficiar do Cartão Amadora 65+ todos os cidadãos, desde que cumulativamente, preencham os seguintes requisitos:
  - a)** Terem idade igual ou superior a 65 anos;
  - b)** Serem reformados ou pensionistas;
  - c)** Residirem no Município.
  
- 2.** Podem também beneficiar do Cartão Amadora 65+ todos os cidadãos, independentemente da idade, residentes no Município que sejam portadores de incapacidade permanente, desde que sejam reformados ou pensionistas.

### **Artigo 4º** ◆ **Emissão**

- 1.** O Cartão Amadora 65+ é emitido pela Câmara Municipal da Amadora a pedido do beneficiário e a título gratuito.
- 2.** O Cartão Amadora 65+ é emitido em nome do titular, é pessoal e intransmissível.
- 3.** A sua utilização por terceiros implica a sua anulação.

### **Artigo 5º** ◆ **Processo de Candidatura**

- 1.** O pedido de adesão ao Cartão Amadora 65+ será efectuado em locais a designar pela Câmara Municipal da Amadora
  
- 2.** Os documentos necessários à instrução do pedido de adesão do Cartão Amadora 65+ são:
  - a)** Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão;
  - b)** Número de Contribuinte;
  - c)** Declaração anual de rendimentos;
  - d)** Comprovativo de residência (fatura de eletricidade, água, ...);
  - e)** Para os casos de incapacidade permanente, deve ainda ser apresentado documento comprovativo da mesma.
  
- 3.** O facto de apresentação de candidatura não confere automaticamente ao requerente a atribuição do Cartão Amadora 65+.

### **Artigo 6º** ◆ **Benefícios do Cartão Amadora 65+**

Quem aderir ao Cartão Amadora 65+, poderá beneficiar das seguintes vantagens:

- a)** Redução de 65% nas tarifas em eventos culturais promovidos pela Autarquia;
- b)** Redução de 65% nas taxas relativas à emissão de certidões e/ou fotocópias de documentos emitidos pela Autarquia, nos quais o titular do cartão tenha interesse direto ou legítimo;
- c)** Descontos em % variável em actividades desenvolvidas por Associações Culturais, Recreativas e Desportivas;
- d)** Redução em % variável em eventos culturais promovidos por outras entidades;
- e)** Descontos em % variável nas empresas do Município que adiram ao Projecto;

### **Artigo 7º** ◆ **Utilização do Cartão**

- a)** O Cartão Amadora 65+ é validamente utilizável em todas as Empresas e Associações que ostentem na sua montra o autocolante do referido Cartão, a editar e a fornecer por esta Câmara Municipal;
- b)** As vantagens concedidas destinam-se à aquisição de bens e serviços para uso exclusivo do titular do Cartão. Os descontos concedidos não são acumuláveis;
- c)** As Empresas e Associações aderentes devem sempre solicitar a exibição do Bilhete de Identidade ao beneficiário do Cartão.

### **Artigo 8º** ◆ **Obrigações dos Utilizadores**

- a)** Informar previamente, a Câmara Municipal da Amadora, da mudança de residência;
- b)** O Cartão Amadora 65+ é um título pessoal e intransmissível, não podendo em caso algum, ser vendido ou emprestado;
- c)** Informar a Câmara Municipal da Amadora, sobre a perda, roubo ou extravio do cartão. A responsabilidade do titular só cessará após comunicação por escrito da ocorrência.

### **Artigo 9º** ◆ **Cessação do direito de utilização do Cartão Amadora 65+**

**1.** Constituem causas da cessação do direito de utilização do Cartão Amadora 65+:

- a)** As falsas declarações para obtenção do cartão, que terão como consequência imediata a sua anulação, a devolução dos valores correspondentes aos benefícios obtidos e a interdição, por um período de 3 anos, de qualquer apoio por parte da Autarquia, sem prejuízo do competente procedimento judicial, se aplicável;
- b)** A não apresentação da documentação solicitada;
- c)** A alteração da residência.

**Artigo 10º** ● **Validade do Cartão**

O Cartão Amadora 65+ é válido por 5 anos, devendo o beneficiário requerer novamente ao fim desse período, a sua renovação.

**Artigo 11º** ● **Omissões ao Regulamento**

O presente Regulamento sobrepõe-se a qualquer outro Regulamento do Município da Amadora que o contrarie, no que se refere aos casos omissos no presente Regulamento serão regulados pela legislação em vigor e pelas deliberações da Câmara Municipal da Amadora.

**Artigo 12º** ● **Entrada em vigor**

O presente Regulamento entra em vigor no prazo de 10 dias a contar da data da sua publicação em Boletim Municipal.

Freg. Empresa / Morada

Serviço / Desconto %

ÓTICAS

Buraca	<b>Bento e Mendes, Lda.</b> R. Prof. Egas Moniz, 32A	Armações e Lentes <b>25%</b>
		Lentes de Contacto e Líquidos <b>10%</b>
		Óculos de Sol <b>15%</b>
	<b>Óptica Gomes</b> Rua de Goa, 14 A	Óculos Graduados (Armações e Lentes) <b>20%</b>
		Óculos de Sol <b>15%</b>
		Lentes de Contacto e Líquidos <b>10%</b>
	<b>Belora – Manuel F. Miranda e Manuel S. Miranda, Lda.</b> R. S. João de Brito, 9A	Exames Visuais <b>100%</b>
		Armações e Lentes <b>15%</b>
		Exame <b>100%</b>
Damaia	<b>Belora – Manuel F. Miranda e Manuel S. Miranda, LDA</b> Rua Vieira Lusitano, n.º 10 B	Armação + Lentes <b>20%</b>
		Óculos de Sol (Excepto material em promoção) <b>15%</b>
		Exame Optometria <b>100%</b>
	<b>Oculista Mirabela - Instituto Óptico</b> Largo Alexandre de Gusmão n.º 20 C	Armações e Lentes Oftálmicas <b>20%</b>
		Óculos de Sol <b>15%</b>
		Rastreios Ópticos <b>Gratuito</b>
		Consultas Oftalmológicas <b>42,00 €</b>
Mina	<b>Lentóptica, Lda.</b> Av.ª Cardoso Lopes, 28B	Óculos Graduados (Armações e/ou Lentes) <b>20%</b>
Reboleira	<b>Centro Óptico da Reboleira</b> Av.ª da Aviação Portuguesa, n.º 26, Loja Esq.ª	Armações e Lentes <b>20%</b>
		Óculos de Sol <b>15%</b>
		Exame <b>100%</b>

## Empresas Aderentes

Freg.	Empresa / Morada	Serviço / Desconto %	
S. Brás	<b>Fashion – Optic</b> R. Oliveira Martins, nº 13A	Armações e Lentes <b>20%</b>	
		Óculos de Sol <b>15%</b>	
		Exame <b>100%</b>	
		Óculos completos graduados <b>15%</b>	
S. Brás	<b>Óptica de S. Brás</b> R. Dr. Joaquim Namorado, 4A	Óculos de Sol; Lentes de Contato <b>10%</b>	
		Consulta de Optometria com controlo da Tensão Ocular <b>Oferta na atualização dos seus óculos</b>	
Venteira	<b>Da Vinci – Óptica Central, Lda.</b> Avª Santos Matos, 19A	Aros/Lentes Oftálmicas <b>20%</b>	
		Lentes de Contacto e Produtos <b>15%</b>	
		Armações e Lentes - excepto material em promoção <b>20%</b>	
		Exame Optometria <b>100%</b>	
Venteira	<b>Fernando Oculista</b> R. Elias Garcia, 275 B	Lentes c/Armação e Medição tensão ocular <b>20%</b>	
		Só Lentes ou só Armação <b>10%</b>	
RESTAURAÇÃO E PASTELARIA			
Damaia	<b>Restaurante “Lafões”</b> R. Heróis Dadrá, nº 20 Loja	Refeição Sénior - Inclui: Sopa, Prato do Dia, Sobremesa, bebida e Café (almoço e jantar) <b>4,95€</b>	
		Restantes Produtos e Serviços, exceptuando Tabaco <b>10%</b> em despesa superior a <b>5,00€</b>	
	<b>Marisqueira da Damaia - Oliveira Nunes &amp; Nunes, Lda.</b> Praça Águas Livres, 5A	Refeição Sénior - Inclui: Prato do Dia, Pão, Sobremesa, bebida e Café (só almoço) <b>6,00€</b>	
		<b>Churrasqueira Stª. Ana</b> R. Carvalho Araújo, 15A	Frangos Assados e Outros <b>5%</b>
			<b>Frango à Braz - Churrasqueira</b> Praça Padre Manuel Bernardes n.º 14 B
	<b>Pastelaria Flor do Vale, LDA</b> Largo da Igreja nº 2 - 2A	Bolos de Aniversário <b>10%</b>	

**Freg. Empresa / Morada**

**Serviço / Desconto %**

Damaia	<b>Restaurante Cova Funda - Lopes Soares &amp; Brito, LDA</b> Praceta João Saldanha nº 14 A	Refeição completa <b>6,50 €</b>
	<b>Molino Coffe Shop - Guimarães &amp; Santos, LDA</b> Rua Vieira Lusitano , n.º 9 A	Bolos de aniversário <b>10% / por kg</b> Bolos a peso <b>10% / por kg</b>
Falagueira	<b>O Bem Amado, Lda.</b> Estrada da Falagueira, 100B	Almoços e Jantares <b>10%</b>
Venteira	<b>Confeitaria Elvina, Lda.</b> Rua Alexandre Herculano, 27	Bolos decorativos, sobremesas e pastelaria diversa <b>10%</b>
	<b>Mina Parque, Lda.</b> Avª da República, 22	Pronto-a-Comer e Bolos de Aniversário <b>10%</b>
	<b>Horacostel – Soc. Exp. Hotelaria, Lda.</b> Rua 27 de Junho, nº9	Padaria / Venda <b>10%</b>

**FARMÁCIAS**

Alfragide	<b>Farmácia Remédios</b> Avenida Ivens 1º A	HSRH, HNSRH e Parafarmácia <b>10%</b>
	<b>Farmácia da Quinta Grande</b> Praceta do Comércio, nº 17 - Loja A/B	Produtos IVA 6% <b>10%</b> Produtos IVA 23% <b>12%</b> Testes rápidos de diagnóstico <b>50%</b>
Benfica	<b>Farmácia Progresso</b> Estrada Militar A-da-Maia, 64C	Medicamentos <b>10%</b> Produtos de Higiene, Cosmética, Ortopedia e Fraldas <b>12%</b>
	<b>Farmácia Brito</b> Rua 25 de Abril - Lote 32 B	Teste Glicémia e medição de Tensão Arterial (Dias úteis das 9 às 11 horas) <b>100%</b> Ortopedia <b>10%</b>
Buraca	<b>Farmácia Gaspar Pote</b> Estrada do Zambujal nº 76 - A	Check Saúde <b>20%</b> Parafarmácia, Cosmética e Ortopedia <b>10%</b>

## Empresas Aderentes

Freg.	Empresa / Morada	Serviço / Desconto %
Casal da Mira – Brandosa	<b>Farmácia Casal da Mira</b> R. Ramiro Martins, 7A	Teste Glicémia e medição de Tensão Arterial (Dias úteis das 9h/11h) <b>100%</b>
		Teste de Colesterol (Dias úteis das 9 às 11 h) <b>50%</b>
Damaia	<b>Farmácia Lemos</b> Rua de Goa, nº21 A	Check Saúde, Fisioterapia e Dermocosmética e Dermofarmácia <b>5%</b>
		Pressão Arterial e Glicémia (dias úteis das 9h às 12h) <b>100%</b>
Mina	<b>Farmácia Central</b> Av. Cardoso Lopes, 25	Colesterol, Triglicéridos e HDL (dias úteis) <b>2 testes pelo preço de 1</b>
		Teste Ácido Úrico e Hemoglobina (dias úteis das 9h às 12h) <b>50%</b>
Mina	<b>Farmácia de Carenque</b> Estrada das Águas Livres nº 120 B - Carenque	Medição da Tensão Arterial <b>100%</b>
		Teste Glicémia <b>100%</b>
Mina	<b>Farmácia Dias &amp; Brito, Lda.</b> Av. Marquês de Pombal, nº 45 A	Teste de Colesterol <b>25%</b>
		Tensão Arterial (2ª e 4ª feira das 9h às 13h) <b>100%</b>
Mina	<b>Farmácia Carlos</b> Av. Fernando Valle, lote 31B - Urban. Vila Chã	Glicémia (2ª e 4ª feira das 9h às 13h) <b>100%</b>
		MNSRM (medicamentos não sujeitos a receita médica) <b>3%</b>
S. Brás	<b>Farmácia São Damião</b> Avenida Dr. Armando Romão nº 3 A	Outros produtos <b>5%</b>
		Teste Glicémia e medição de Tensão Arterial (Dias úteis das 9 às 11 horas) <b>100%</b>
S. Brás	<b>Farmácia Romeiro</b> Rua Comandante Ramiro Correia nº 12 - A	Teste de Colesterol (Dias úteis das 9 às 11 horas) <b>50%</b>
		Consulta de Nutrição; Consulta do Pé Diabético; Consulta de Podologia <b>25%</b>
S. Brás	<b>Farmácia Romeiro</b> Rua Comandante Ramiro Correia nº 12 - A	Rastreio Auditivo <b>100%</b>

**Freg. Empresa / Morada**

**Serviço / Desconto %**

S. Brás	Farmácia do Guizo Unipessoal, Lda Urbanização Moinho do Guizo, lote A6	Teste Glicémia e medição de Tensão Arterial <b>100%</b>
		Teste de Colesterol <b>50%</b>
		Medicamentos Venda Livre <b>5%</b>
São Brás Moinhos da Funcheira	Farmácia Nunes, Unipessoal, Lda Estrada Serra da Mira, nº 26 - A	Ortopédia / Ajudas Técnicas <b>10%</b>
		Material de Incontinência (higiene e fraldas) <b>5%</b>
		Produtos Geriatria, Ortopedia, Dermocosmética, Auxiliares Vida Diária, Medicamentos não sujeitos a receita médica, Vitaminas e Suplementos alimentares <b>15%</b>
São Brás Moinhos da Funcheira	Farmácia Soares Correia Av. Dr. Fernando Pereira Santos 16-A	Calçado, Consultas Osteopatia e tratamentos, Massagens Terapêuticas e Linfáticas <b>20%</b>
		Consultas Nutrição, Medição da Tensão Arterial, Colesterol, Glicémia e Índice Massa Corporal <b>100%</b>
		Análises Clínicas ( c/acordo de organismo) e Medicamentos sujeitos a receita médica <b>5%</b>
Venteira	Farmácia da Igreja, Lda Praça da Igreja, 22 - A	Consultas Homeopatia, Consultas Podologia, Acupuntura, Fisioterapia (sem acordos), Produtos pediátricos e Artigos de perfumaria <b>10%</b>
		Dispensa de medicamentos abrangidos pelo regime especial de comparticipação (Senha Verde) <b>6%</b>
		Teste Glicémia, Redução de Tensão Arterial, Pressão Arterial e Glicémia (das úteis), Colesterol, Triglicéridos e HDL (dias úteis) e Medição da Tensão Arterial <b>100%</b>
Venteira	Farmácia Melo Praça D. João I - 9 B	Teste Glicémia, Colesterol e Medição da Tensão Arterial <b>100%</b>
		Medicamento venda livre <b>5%</b>
		Produtos (IVA 23%) <b>10%</b>
Venteira	Farmácia Campos Rua Elias Garcia, 187	

## Empresas Aderentes

Freg.	Empresa / Morada	Serviço / Desconto %
Venteira	<b>Farmácia do Borel</b> Rua Dr. Francisco Sá Carneiro nº 22-D- Borel	Teste Glicémia e medição de Tensão Arterial <b>100%</b>
		Teste de Colesterol e Triglicéridos ( de 3ª a 6ª feira até às 12h) <b>50%</b>
		Medicamentos Venda Livre <b>5%</b>
		Produtos de Dermocosmética <b>10%</b>
Venteira	<b>Farmácia Helénica</b> Av. Elias Garcia, 372 C	Medição da Tensão Arterial e Glicémia (dias úteis) <b>100%</b>
		Colesterol, Triglicéridos e HDL (dias úteis) <b>2 testes pelo preço de 1</b>
		Teste Ácido Úrico e Hemoglobina (dias uteis) <b>50%</b>
SAÚDE		
Alfornelos	<b>Policlínica da Brandoa</b> Avª Ruy Luís Gomes, nº21, Loja Esqª	Medicina Dentária <b>20%</b>
	<b>Instituto Visão +</b> Praça Teófilo Braga, n.º5 C	Armações, Lentes, Óculos de Sol, Lentes de Contacto e Produtos de Manutenção <b>20%</b>  Consulta de Optometria (na compra de armações e lentes) <b>100%</b>
Damaia	<b>Naturortopedis, Lda.</b> R. José Estêvão, 3, r/c B	Produtos Naturais Mini e Produtos Naturais Maxi <b>5%</b>  Serviços de Enfermagem <b>20%</b>
	<b>Consultório Dr. Júlio Colaço</b> Largo da Igreja nº 6 - B	Consulta de Cardiologia (Privados) <b>10%</b>  Electrocardiograma (Privados) <b>10% sobre 10€ da consulta</b>
	<b>PRIMELAB SA - Laboratorios                      de análises clínicas</b> Rua Joaquim Agostinho , n.º 16 C	Análises Clínicas ( exceto as análises menos correntes e as especiais) <b>40%</b>
Damaia	<b>Clinica Dentária Dent Vivo</b> Rua Vieira Lusitano nº 6 - R/c Dto	Todos os tratamentos dentários e próteses <b>20%</b>
	<b>Policlínica da Reboleira Sul, Lda.</b> R. José Estêvão, nº1, 1ºC	Medicina Dentária, Clínica Geral, Medicina Interna, Dermatologia e Ginecologia <b>10%</b>

Freg.	Empresa / Morada	Serviço / Desconto %
Damaia	<b>Clinigoa - Centro Clínico</b> Rua de Goa, nº12, c/v esq	Serviços de Enfermagem <b>10%</b> Consultas <b>5%</b>
Mina	<b>Centro Clínico São Cristóvão, Lda.</b> Avª Mov. Forças Armadas, nº7, r/c	Cirurgia Maxilo facial; Implantes Dentários; Ortodontia; Prótese fixa e removível <b>10%</b> Dermatologia e Venereologia; Clínica Geral e Urologia; Psicologia Clínica (Infância, Adolescência, Adulto e Sénior); Psiquiatria e Terapia da Fala; Medicina Dentária (Endodontia; Exodontia; Higiene Oral; Odontopediatria; Branqueamento Dentário e Estética Dentária) <b>20%</b>
Falagueira	<b>Centro Dentário - Laboratório e Consultório Fernando Conceição</b> Rua Elias Garcia, nº190 - Edifício Bosque	Tratamentos /extrações / limpeza / consultas <b>35€</b> Próteses Dentárias <b>10%</b>
Algés	<b>Centro Audioclinica</b> Rua Luis de Camões, n.º102 Loja A	Rastreios Auditivos; Medição Arterial em todos os Centros <b>100%</b> Aparelhos Auditivos <b>Até 20% (facilidades de pagamento até 24X sem juros)</b> Exames <b>10%</b>
Venteira	<b>Vital Dent, Lda.</b> R. Heliodoro Salgado, 1	Serviços de Medicina Dentária (Incluindo Próteses) <b>5%</b>
Venteira	<b>Assoc. Socorros Médicos "O Vigilante"</b> Tel. 214 930 010	Consultas de Clínica Geral no Domicílio (2ª a 6ª feira das 21h às 6h - Sábados, Domingos e Feriados 24h) <b>100%</b>
Venteira	<b>J.M. Crespo de Carvalho - Clínica Geral e Dentária</b> Avª Santos Matos, nº13, 1º Dtº	Medicina Dentária; Podologia; Terapia da Fala; Psicologia; Nutrição e Dermatologia <b>20%</b> Próteses Dentárias <b>15%</b>
Venda Nova	<b>Dignuscare Apoio Domiciliário, Unipessoal LDA</b> Rua Henrique Paiva Couceiro, nº 10 - Sala 83	Cuidados de Higiene Pessoal, Higiene Habitacional, Tratamento de Roupas, Preparação e acompanhamento das refeições e Acompanhamento exterior <b>10%</b>
DIVERSOS		
Alfragide	<b>Tempos Livres e Desporto</b> <b>Vivafit Alfragide</b> Praceta das Flores , nº 1 - Loja 1	Ginásio/ Saúde e Bem Estar <b>10% Mensalidades e 50% Inscrição</b>

## Empresas Aderentes

Freg.	Empresa / Morada	Serviço / Desconto %
Brandoa	<b>Serviços de Beleza</b> <b>Cabeleireiro Manuel Machado - AURPIB</b> Rua Luis Vaz Camões , Forum Luis de Camões - Espaço 1	Após 6 serviços: <b>1 mise ou unhas gratis</b>
	<b>Tempos Livres e Desporto</b> <b>Junta de Freguesia da Buraca</b> Largo Borges Carneiro, n.º 3 G	Actividades de Piscina (Natação e Hidroginástica) - Não acumulável com outros descontos <b>10%</b>
Buraca	<b>Sistemas de Segurança</b> <b>Vitronics Internacional, LDA</b> Estrada do Zambujal, nº 49	Produtos Comercializados <b>35%</b>
	<b>Tempos Livres e Desporto</b> <b>Associação Amigos da Damaia</b> Largo da Igreja	Ginástica de Manutenção <b>20%</b>
Damaia	<b>Sapataria</b> <b>Sapataria Má - Zé, LDA</b> Rua Vieira Lusitano, n.º 1 B	Sapataria <b>5%</b>
	<b>Ourivesaria</b> <b>Ourivesaria Mirabela - Ilidio Miranda Barreto</b> Largo Alexandre de Gusmão nº 21	Relógios e Ouro <b>5%</b> Pratas <b>10%</b>
	<b>Artes Decorativas</b> <b>Giracores - Avenida Gorgel do Amaral nº 17B</b>	Curso de artes decorativas e Artigos de pintura <b>10%</b>
	<b>Serviços de Beleza</b> <b>Perfumaria F&amp;H</b> Rua Vieira Lusitano , n.º 5 B	Perfumes, Bijuterie, Vestuário e Maquilhagem <b>10%</b>
Lisboa	<b>Ourivesaria</b> <b>Ourivesaria Mestre</b> Avenida D. João V - n.º 45 A	Prata e Relojaría <b>5%</b>
	<b>Papelaria e Utilidades</b> <b>Havaneza da Damaia</b> <b>Maria Manuela D.C. Costa</b>	Brindes, Loijas, Brinquedos e Bijuteria <b>15%</b> Material Escolar <b>15% - não inclui livros</b>
	<b>Produtos e Serviços para Sêniores</b> <b>A Loja do Avó - Rua Viriato, n.º 23 D</b>	Serviços de Apoio Domiciliário <b>10%</b> Ajudas Técnicas, Fisioterapia, Podologia e Serviços Fúnebres <b>5%</b>
Mina	<b>Serviços para Automovéis</b> <b>Volancar - Rua da Oliveira, nº 1 A</b>	Peças e Acessórios <b>36%</b>

<i>Freg.</i>	<i>Empresa / Morada</i>	<i>Serviço / Desconto %</i>
	<b>Estores e Alumínios</b> <b>Alumétrica, Lda.</b> - R. Quirino Rosa, 21/21A	Reparações em alumínio e Estores; Estores <b>8%</b>
Reboleira	<b>Electrodomésticos e Reparações</b> <b>TV Martins, Lda.</b> Av. Conde de Oeiras, nº 13, Loja A	Reparações; Material de Satélite <b>10%</b>
		Material Novo (TV) <b>5%</b>
	<b>Veterinário</b> <b>Clinica Veterinária Carlos Galvão</b> Estrada Salvador Allende, nº 3C	Actos Médicos <b>20%</b>
	<b>Serviços de Beleza</b> <b>Ana Paula Cardoso - cabeleiros Lda.</b> <b>Loja 1</b> - Rua Salgueiro Maia, nº5 Loja D <b>Loja 2</b> - Rua Oliveira Martins, nº3 Loja B	Serviços prestados <b>20%</b>
S. Brás	<b>Papelaria</b> <b>Papelaria S. Brás, Lda.</b> Estrada Serra da Mira, nº 44	Brindes e Material Escolar ou de Escritório <b>30%</b>
	<b>Serviços de Beleza</b> <b>Carícia de Mulher - Gabinete de Estética</b> Praceta Daniel Filipe, nº 11 B	Arranjo de Pés com Calosidades, Arranjo de Mãos e Buço <b>10%</b>
	<b>Serviços de Beleza</b> <b>Arte e Beleza, Cabeleireiro, Lda</b> Rua 1º Dezembro, n.º 14B	Cabeleireiro e Estética - todos os Serviços <b>20%</b>
	<b>Ourivesaria</b> <b>Joaquim Dama d'Ouro</b> R. Elias Garcia, 362 D CCBabilónia 3C	Ouro, prata e joalheria <b>10%</b>
Venteira		Relógios <b>5%</b>
	<b>Serviços de Beleza</b> <b>Millan e Alonso, Lda.</b> - R. Elias Garcia, 362 D, Lojas nºs 2, 24 e 30 - CC Babilónia	Cosmética, Perfumaria e Maquilhagem <b>15%</b>
	<b>Arranjos de Costura</b> <b>Cort &amp; Cose</b> - Parque Delfim Guimarães, nº7	Arranjos de Costura <b>10%</b>
	<b>Tempos Livres e Desporto</b> <b>CUTLA – Clube Universitário Tempo Livre da Amadora</b> - Rua Casal S. José	Isenção de Jóia de Inscrição <b>100%</b>
Serviços da Autarquia	<b>Tempos Livres e Desporto</b> <b>Programa "Recrir a Vida"</b>	Isenção de inscrição <b>100%</b>

## **Contactos Úteis**

### **● C. M. da Amadora**

Avº Movimento Forças Armadas  
Tlf.: 214 369 000 | Fax: 214 938 227  
imprensa@cm-amadora.pt

### **● Divisão de Intervenção Social**

Centro da Juventude/Multigeracional, Travessa de Stª Teresinha – Brandoa, 2650-118 Amadora  
Tlf.: 800 207 632 | 214 36 9 053  
Fax: 21 492 05 77  
acciao.social@cm-amadora.pt

### **● Amadora Multiserviços**

Número Verde: 800 207 632  
acciao.social@cm-amadora.pt

## **Juntas de Freguesia**

### **● Junta de Freguesia**

#### **Alfornelos**

Rua Capitães de Abril, nº 23  
2700 – 150 Amadora  
Tlf.: 214 767 350 | Fax: 214 767 359

### **● Junta de Freguesia Alfragide**

Rua Miguel Torga, nº2  
2720 – 292 Amadora  
Tlf.: 214 714 924 | Fax: 214 719 396

### **● Junta de Freguesia Brandoa**

Rua Luís Vaz de Camões  
2700 – 534 Amadora  
Tlf.: 214 762 526 | Fax: 214 762 689

### **● Junta de Freguesia Buraca**

Largo Borges Carneiro, nº 3G  
2720 – 069 Amadora  
Tlf.: 214 702 600 | Fax: 214 762 601

### **● Junta de Freguesia Damaia**

Praceta Conde de Tomar  
2720 – 129 Amadora  
Tlf.: 214 990 738 | Fax: 214 991 842

### **● Junta de Freguesia Falagueira**

Estrada da Falagueira, nº 10C  
2700 – 361 Amadora  
Tlf.: 214 985 390 | Fax: 214 985 399

### **● Junta de Freguesia Mina**

Avº Movimento Forças Armadas,  
nº 14, 1º, 2700 – 596 Amadora  
Tlf.: 214 932 035 | Fax: 214 913 069

### **● Junta de Freguesia Reboleira**

Avº D. José I, nº 55A/57A  
2720 – 176 Amadora  
Tlf.: 214 952 181 | Fax: 214 961 782

### **● Junta de Freguesia S. Brás**

Praceta Moinho da Boba, nº 10  
D, 2700 – 590 Amadora  
Tlf.: 214 986 980 | Fax: 214 986 989

### **● Junta de Freguesia Venda Nova**

Praceta Teresa Gomes, nº3  
2700 – 808 Amadora  
Tlf.: 21 476 64 32 | Fax: 214 764 097

### **● Junta de Freguesia Venteira**

Rua 1º de Maio, nº 39 A  
2700 – 677 Amadora  
Tlf.: 214 985 580 | Fax: 214 985 589

## **Saúde**

### **● Hospital Dr. Fernando da Fonseca**

IC 19 – Venteira  
2700 Amadora  
Tlf.: 214 348 200

### **● Centros de Saúde:**

Amadora – 214 930 113  
Brandoa – 214 766 907  
Buraca – 214 725 530  
Damaia – 214 906 210  
Reboleira – 214 953 484  
Venda Nova – 214 992 400

### **● Associação Bombeiros Voluntários da Amadora**

R. Elias Garcia, nº 131  
2700 – Amadora  
Tlf.: 214 932 002 | Fax: 214 932 303

### **● Linha Saúde 24**

808 242 424

### **● Polícia de Segurança Pública**

Divisão da Amadora  
Tlf.: 214 929 590 | Fax: 214 929 638

### **● Serviços Municipalizados de Oeiras e Amadora**

Amadora – 214 986 620  
Brandoa – 214 767 360  
Nº Verde – Avarias: 800 202 419

### **● Lisboa Gás**

Piquete de Fugas  
Número Verde: 800 201 722

### **● EDP**

808 505 505

### **● Linha Cidadão Idoso**

800 203 531

### **● Número Nacional de Socorro**

112

### **● Linha Nacional de Emergência Social**

144