

outubro de 2013

AMORA

entre.ruas

roteiro de compras e lazer

*cafés
restaurantes
mercearias
moda
turismo*

gratuito

entre.ruas

roteiro de compras e lazer

ficha técnica

Conteúdos

Ana Mestre e Ricardo Trindade

Design e Paginação

Ricardo Trindade

Marketing e Comunicação

Ana Mestre

Fotografia

Ana Mestre, Ricardo Trindade e
Dreamstime.com

Mapas

© OpenStreetMap e contribuidores

Tiragem | 8500 exemplares

Impressão | AlfaPrint

Depósito Legal | 365958/13

1.ª Edição | outubro 2013

Textos redigidos em conformidade com o novo Acordo Ortográfico.

Interditada a reprodução total ou parcial de textos e imagens por quaisquer meios.

CONTAMOS COM A SUA COLABORAÇÃO

Caso encontre alguma incorreção ou queira partilhar algum comentário ou sugestão, agradecemos que nos contacte.

FAÇA PARTE DO ENTRE.RUAS

Se fizer parte do comércio local da Amora e não constar do nosso diretório, envie-nos os seus dados. A presença no diretório não tem quaisquer encargos.

Se desejar reforçar a presença com algum formato de publicidade, contacte-nos também.

comercial@entre-ruas.pt
www.entre-ruas.pt



editorial

Há pequenos prazeres que fazem da utilização do comércio tradicional um estilo de vida. Ir às compras a pé, tratar os comerciantes pelo nome, ir a uma loja e perder-se em dois dedos de conversa ou precisar de pão e poder comprá-lo na própria rua. Queremos que viva em pleno a cidade onde mora. A vivência de bairro faz bem! Use e abuse do comércio de rua. Faça piqueniques nos jardins perto da sua casa. Leve as crianças a brincar nos parques infantis. Explore as ruas da zona onde mora. De vez em quando, faça de conta que é turista na sua própria cidade, vai ver que se vai surpreender.

O entre.ruas é apenas o ponto de partida. O resto é por sua conta!

Ana Mestre

índice

viver aqui - pág. 4

ir às compras - pág. 14

estar na moda - pág. 20

sair - pág. 24

cuidar de mim - pág. 36

fazer - pág. 41

crescer - pág. 44

ficar em casa - pág. 56



**APETECE
VIVER AQUI**

Hoje sou Turista

Mora na Amora mas provavelmente nunca fez um passeio a pé, absorveu a paisagem e fotografou como se visitasse a cidade pela primeira vez. Venha daí! A sugestão é juntar a família ou um grupo de amigos e aproveitar para ser turista na sua cidade.

Leve roupa e calçado confortáveis, uma mochila com água e uma pequena merenda, máquina fotográfica e, sobretudo, boa disposição! Uma ideia interessante é cada um levar uma máquina e fazer a sua própria "reportagem fotográfica". Se tiver a coragem de deixar o telemóvel em casa, tanto melhor!

O ponto de partida pode ser o E.Leclerc, mesmo junto à zona ribeirinha da Amora. É um bom ponto de encontro com um estacionamento amplo para deixar o seu carro e iniciar o passeio.

Siga pela **marginal [1]** e vá reparando na paisagem, nas casinhas

baixas, no **coreto [2]** e também nas várias espécies de aves que por aqui aparecem. Fotografe bastante, não só a paisagem mas também pormenores interessantes da zona antiga da Amora. Já reparou nos nomes dos barcos atracados ou nos moinhos de maré que se avistam?

Chegando ao Espaço Associativo, no Antigo Mercado Municipal, suba as escadinhas até ao **Largo da Rosinha [3]** e desfrute da vista mais alta, podendo observar os detalhes das casas do núcleo histórico da Amora. Neste largo, existe uma biblioteca municipal. Se nunca

lá entrou, aproveite a oportunidade! Continue, subindo a rua 1.º de Maio. Quando avistar a escadaria em frente à Junta de Freguesia, suba até à Igreja Matriz, a **Igreja de Nossa Senhora de Monte Sião [4]**. Saindo do largo da igreja, volte novamente à rua 1.º de Maio, até encontrar o **cruzeiro [5]**, no entroncamento à esquerda. O monumento dá nome ao local onde, na rua à direita, encontra o jardim da **Quinta do Cruzeiro [6]**. Desça a rua à esquerda do cruzeiro e corte logo na primeira à direita. Siga pela rua Joa-

quim Ribeiro Rasteiro e, no final, vai encontrar um dos mais aprazíveis espaços verdes da Amora, o **Jardim das Galeguinhas [7]**. Descanse, respire o verde da vegetação, deixe as crianças brincar no parque infantil.

Para voltar, siga o caminho que atravessa todo o parque. Após a passadeira, continue pelo pequeno jardim até à avenida Marcos Portugal. A partir daqui, vá-se perdendo pelas ruas até encontrar de novo o E.Leclerc.

6 entre.ruas **AMORA**

Distância: 2,5 km

Duração: 45 min

Início e Fim: E.Leclerc



Um dia por aqui

Sugestões para um dia bem passado na sua cidade.



8h00



Zona ribeirinha da Amora

Nada como começar o dia com uma caminhada junto ao rio. Faz bem à alma e ao corpo!

9h30



Mercado Municipal da Cruz de Pau

Primeiro os ouvidos têm que se habituar aos pregões dos vendedores. Depois, abasteça-se de frutas e legumes. Se tiver curiosidade, avance e surpreenda-se com a quantidades de produtos que aqui pode encontrar, desde roupa, calçado e bijuteria até brinquedos, toalhas, lençóis e outras coisas mais. **Praça do Douro**

Bonecas de pano, colchas em patchwork e muitos outros trabalhos manuais. Aqui pode comprar feito, encomendar peças totalmente personalizadas ou então comprar os materiais e meter mãos à obra. Se quiser aprender, há workshops de várias técnicas. **Rua da Cordoaria, 26 A | Tel. 21 225 6125**



Além de ser um parque urbano bastante agradável para a prática desportiva, este espaço é também excelente para um piquenique. Com família ou amigos, usufrua dos espaços de ar livre que a sua cidade tem. Pode optar pelas mesas ou então colocar uma manta no chão. Bom apetite! **Rua de Cachéu**



O ambiente é acolhedor, com uma música ambiente e cadeiras confortáveis.

Os bolos na montra fazem crescer água na boca. Mesmo no inverno, nos dias soalheiros, pode-se usufruir da esplanada. **Rua das Flores, 9 | Tel. 21 086 6865**





17h30

D'Ouro Sapatarias

Existe desde 1973. A primeira loja nasceu na Praça do Douro e foi o nome da praça que inspirou à criação do nome "D'Ouro Sapatarias". Aqui, a simpatia do atendimento é bem conjugada com a qualidade do calçado e das malas.

Praça do Douro, 5 A | Tel. 21 224 8105

Rua dos Foros de Amora, 35 B

Tel. 21 225 8019

Abriu no dia 1 de agosto e diz ter os melhores frangos da Amora. O tempero é um segredo bem guardado mas a simpatia não é segredo para ninguém. Está tentado a provar?

Rua Infante D. Augusto, 45

Tel. 21 224 1221



19h30

Churrasqueira Portuguesa



21h30

"Poesia à la carte" na ANIMATEATRO

Com atuação no teatro e nas artes de palco, a ANIMATEATRO é uma companhia profissional da Amora com criação, formação e programação em dois espaços distintos - Espaço ANIMATEATRO – Black Box - programação adulto e Auditório Cinema São Vicente - programação infantil.

Travessa José Maria Vieira, 4 A

Tel. 21 225 4184

www.animateatro.org

A SUA LOJA ESTÁ ABERTA

e agora?

atrair+
clientes

gerar+
faturação

mas como?

entre.ruas
www.entre-ruas.pt



Ajudamos o comércio local a crescer com
qualidade e sustentabilidade.

Encontro de Gerações



Laura Félix

Chama-se Laura Félix mas na Amora é mais conhecida por “**Laura Sol e Vento**”. Tem 76 anos de idade mas de espírito é uma jovem. Com 7 filhos, 11 netos e 2 bisnetos, continua a participar em tudo o que são atividades recreativas, desde teatro, marchas populares, dança, fado e até já frequentou aulas de inglês!

Levaria uma amiga de fora a visitar

O centro de reformados da Amora (A.U.R.P.I.A.), onde era o antigo lavadouro público, e o coreto

Restaurante

João D'Ourique

Pastelaria

Geny, no Fogueteiro

Comprar pão

Na D. Aurora (padaria, n.º 16 do Largo Machado dos Santos)

Trata o dono por tu

Padaria (D. Aurora), Pastelaria Geny (Sr. Fernando), João D'Ourique (a Ana e o João)

Ponto de encontro com amigos

Os centros de reformados da Amora e do Fogueteiro

Jardim onde gosta de passear

Parque Urbano das Paivas

«Quando estou longe da Amora, tenho saudades de tudo! Das festas, das pessoas, da zona ribeirinha...»

Levaria uma amiga de fora a visitar

A zona ribeirinha

Restaurante

João D'Ourique, junto ao Coreto, onde se come um bom peixe grelhado

Pastelaria

A Bela, para um pequeno-almoço em família

Comprar pão

Amora Doce

Trata o dono por tu

Pastelaria CR e o cabeleireiro Olga Belo

Ponto de encontro com amigos

Pastelaria CR

Jardim onde gosta de passear

Parque Urbano das Paivas



Inês Andrade

Com apenas 24 anos, Inês Andrade já é uma **pianista com um currículo invejável**. O primeiro contacto com o piano foi aos 3 anos, graças à vizinha da frente que dava aulas de piano. O bichinho ficou e foi no Conservatório de Música de Almada que iniciou a sua formação musical. Atualmente trocou a cidade da Amora pela de Nova Iorque onde prossegue a formação em piano.

«Quando estou longe da Amora, tenho saudades do rio»



**APETECE
IR ÀS COMPRAS**



Queijos e Enchidos da D.ª Luísa

Mercado Municipal da Cruz de Pau
Banca n.º 3
Cruz de Pau
Tel. 212 245 577

A simpatia da D.ª Luísa alegra esta banca do Mercado da Cruz de Pau. Os queijos e enchidos da montra enchem o olho e abrem o apetite!



Frutaria Sempre Frescos

Rua Infante Dom Augusto 34 A B
Cruz de Pau
Tel. 968 855 010

Uma frutaria colorida com uma grande diversidade de frutas e legumes. Aqui encontra também leguminosas, cereais e farinhas a granel, como já raramente se vê. Mas nem só de frescos vive esta loja, onde pode encontrar bebidas, enlatados ou temperos de outros países.



Cachupa, loja africana

Rua 25 de Abril 34 A
Cruz de Pau
Tel. 212 682 311

O conhecimento de novas culturas pode ser feito através da culinária. Aqui encontra uma grande variedade de produtos étnicos. Se quer descobrir novos sabores, pode sempre pedir a ajuda da D.^a Hirondina.



Casa dos Presuntos Beirão

Rua Joaquim Valentim Correia 6 A
Cruz de Pau
Tel. 211 809 784

Pão e bolos regionais, queijos e enchidos, compotas e bons vinhos, frutas e legumes.



Amoramar

Rua 1.º de Maio 101 B
Amora
Tel. 212 211 852

Por amor ao mar ou não, nesta casa encontra a maior variedade de peixe fresco ou congelado. O atendimento, tal como o peixe, é de primeira!

Drogarias e Bazares

A arquinha

Rua de Bissau 71 B
Cruz de Pau

Bazar A Casita

Rua das Flores 10 A
Paivas

Bazar Alcofinha

Rua Infante D. Augusto 74
B
Cruz de Pau
Tel. 918 742 816

Bazar Ana Paula Fernandes

Rua Foros de Amora 24
Cruz de Pau
Tel. 212 249 378

Bazar Brika Brake

Avenida Marcos Portugal
23 B
Amora
Tel. 210 135 606

Casa do Calçado Ideal

Rua Foros de Amora 12
Cruz de Pau
Tel. 212 217 658

Drogaria Branco & Tavares

Rua Dona Branca Saraiva
de Carvalho 11 A
Amora
Tel. 212 210 702

Drogaria Cruz de Pau

Rua Foros de Amora 33
Cruz de Pau
Tel. 212 240 985

Economia do Lar I

Rua das Flores 18 A
Paivas
Tel. 210 879 142

Economia do Lar II

Avenida Baía Natural do
Seixal 998
Amora
Tel. 210 875 663

O Feirão das Paivas, bazar

Rua das Flores 10 B
Paivas
Tel. 212 267 046

Produtos Gourmet e do Mundo

Cachupa, loja africana

Rua 25 de Abril 34 A
Cruz de Pau
Tel. 212 682 311

Casa Africana

Rua do Ribatejo 2 A
Cruz de Pau
Tel. 218 046 948

Espalha Saberes

Rua Doutor Luís Câmara
Pestana 8 C
Amora
Tel. 916 799 368

Scala, produtos alimentares do Leste e da Rússia

Praça do Douro Lj 10 A
Cruz de Pau
Tel. 927 895 088

Minimercados Mercearias e Frutarias

A Tendinha da Gabi

Rua 1º de Maio 1 B
Cruz de Pau
Tel. 919 998 228

Casa dos Presuntos Beirão

Rua Joaquim Valentim
Correia 6 A
Cruz de Pau
Tel. 211 809 785

Doces da Mokita

Avenida Afonso Costa 11
A
Paivas
Tel. 212 220 728

Frescos e Curados

Rua 25 de Abril 36 B
Cruz de Pau
Tel. 968 714 822

Fruprogress

Rua das Beiras 2 A
Cruz de Pau
Tel. 212 257 235

FrutAmora, minimercado e frutaria

Avenida Marcos Portugal
13 B
Amora
Tel. 919 852 780

Frutaria Sempre Frescos

Rua Infante D. Augusto 34,
A B
Cruz de Pau
Tel. 968 855 010

Hiper Lena

Rua de Bissau 37 A
Cruz de Pau
Tel. 212 252 691

Mercadito

Avenida Afonso Costa 66
Paivas
Tel. 212 269 630

Rua do Soutelo 1 A
Cruz de Pau
Tel. 212 743 952

Rua 1º de Maio 68
Amora

Minipreço

Rua Infante D. Augusto 1 A
Cruz de Pau

Avenida 1º de Maio 45
Paivas

Travessa Guilherme
Kjolner 6 A
Amora
Tel. 808 200 795

Supermercado Afrobrasil

Rua das Flores 22 A
Paivas
Tel. 212 250 267

Supermercado Aleixo

Rua Foros de Amora 31
Cruz de Pau
Tel. 212 245 685

Supermercado Boa Turma

Rua Foros de Amora 11 A
Cruz de Pau
Tel. 210 812 691

Supermercado Europa

Rua Bafatá 11 lj 24
Cruz de Pau
Tel. 212 243 451

Supermercado Gentil

Pracça do Douro 3 R/C

Cruz de Pau

Tel. 212 259 572

Supermercado Moinho

Praceta 1º de Dezembro 3

A

Paivas

Tel. 212 240 608

***Talhos,
Peixarias e
Congelados***

A Traineira

Rua Foros de Amora 43 B

Cruz de Pau

Tel. 212 250 708

**Amoramar - Comércio
de Produtos**

**Alimentares, Frescos e
Congelados**

Rua 1º de Maio 101 B

Amora

Tel. 212 211 852

Casa do Marisco

Rua de Bissau 35 A

Cruz de Pau

Tel. 212 252 735

**Talho Augusto &
Cidalia**

Rua da Cordoaria 69

Cruz de Pau

Tel. 212 240 609

Talho Central

Rua 25 de Abril 87

Cruz de Pau

Tel. 212 244 994

Talho do Miguel

Rua das Flores 23 A

Paivas

Tel. 212 249 414

Talho do Miranda

Rua Foros de Amora 204

Cruz de Pau

Tel. 212 256 937

Talho Faz-te à Febra

Rua 25 de Abril 50 A

Cruz de Pau

Tel. 212 240 788

Talho Franco & Simões

Rua 1º de Maio 91 C

Amora

Tel. 212 220 464

Talho Império

Rua Foros de Amora 35 A

Cruz de Pau

Tel. 212 251 192

Talho Maravilha

Rua Dona Branca Saraiva
de Carvalho 27 A

Amora

Tel. 212 221 812

Talho Nené

Praceta Luiz António

Assunção 5 A

Amora

Tel. 212 212 080

Talho Poeirinha

Avenida Marcos Portugal
24 A

Amora

Tel. 212 220 169



**APETECE ESTAR
NA MODA**



Modas Dina

Rua 25 de Abril 74
Cruz de Pau
Tel. 212 247 796

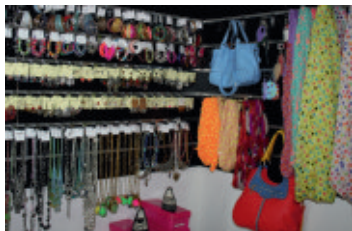
Em instalações a estrear, o espaço Modas Dina oferece roupa para homem, mulher e criança. Um estilo jovem e urbano a par com as novas tendências da moda. Na loja ao lado, as Modas Dina oferecem-lhe as melhores novidades em roupa interior e acessórios.



Sapataria Live's

Rua Francisco Zambujal 1
Paivas
Tel. 212 255 063

Calçado em pele, confortável e com um toque de elegância. Aberta há 12 anos, esta loja aposta sobretudo na qualidade do calçado. Aqui encontra marcas como a Ara, Tamaris, Camport, Portside ou Skechers.



NYA momentos

Rua da Cordoaria 54
Cruz de Pau
Tel. 212 217 342

Uma loja onde pode encontrar uma variedade imensa de bijuteria e acessórios. Todos com muito estilo, sem a carteira se queixar!



Dora Cruz

Avenida 1º de Maio 42 B
Paivas
Tel. 211 974 665

Uma loja com alma de mulher. Guarda-roupa e acessórios com glamour, elegância e estilo. Uma tentação!

Moda e Acessórios

Ana Brazette, light fashion

Rua da Cordoaria 4 A
Cruz de Pau
Tel. 968 567 066

Ana, pronto-a-vestir

Rua Infante D. Augusto 17 B
Cruz de Pau
Tel. 969 562 871

Armazéns Populares Marçal

Rua do Soutelo 1 B
Cruz de Pau
Tel. 212 247 459

Brega e Chic

Parque Industrial Soutelo Pav. 23 A
Fors de Amora
Tel. 212 255 665

Dolls

Rua Fors de Amora 10 B
Cruz de Pau

Dora Cruz

Avenida 1º de Maio 42 B
Fogueteiro
Tel. 211 974 665

El Dorado

Rua 25 de Abril 73,75
Cruz de Pau
Tel. 212 246 408

Marju Noivas

Avenida 1º de Maio 42
Paivas
Tel. 212 243 560

Noite e Dia, moda e acessórios

Rua Bafatá II, lj 30
Cruz de Pau
Tel. 212 253 602

NYA momentos

Rua da Cordoaria 54
Cruz de Pau
Tel. 212 217 342

Princesa da Moda

Rua Foros de Amora 29
Cruz de Pau
Tel. 212 245 656

Rua Infante D. Augusto
40 A

Cruz de Pau
Tel. 212 240 713

Rua Infante D. Augusto 48
A
Cruz de Pau
Tel. 212 245 108

Sapatarias

D'Ouro Sapatarias

Praça do Douro 5 A
Cruz de Pau
Tel. 212 248 105

Rua Foros de Amora 35 B
Cruz de Pau
Tel. 212 258 019

Império do Calçado

Rua Foros de Amora 31 A
Cruz de Pau
Tel. 212 249 408

Sapataria Fátima e Irmã

Rua Infante D. Augusto 46
B
Cruz de Pau

Sapataria Horizonte

Rua 1º de Maio 2 B
Amora
Tel. 212 217 922

Sapataria Live's

Rua Francisco Zambujal 1
Amora
Tel. 212 255 063

Sapataria Norte Sul

Rua Foros de Amora 12 A
Cruz de Pau
Tel. 218 099 220

Sapataria Paulos

Rua 25 de Abril Lt 17 Lj F
Cruz de Pau
Tel. 212 257 271

Sapataria Serrumbia

Rua da Cordoaria 44 R/C
Cruz de Pau
Tel. 212 241 095

Sapatarias Nova Moda

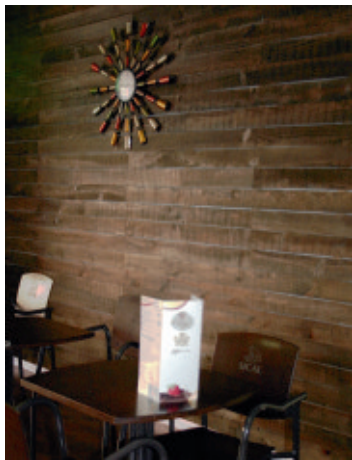
Rua 25 de Abril 36 C
Cruz de Pau
Tel. 212 249 266

Sapateiro Meia Sola

Rua Luz Soriano C.C.
Girassol, Lj II
Cruz de Pau
Tel. 918 617 323



**APETECE
SAIR**



Coffee Friends

Rua Joaquim Garcia Belo 3
Cruz de Pau
Tel. 214 040 718

Um café tranquilo, bem decorado. Perfeito para um encontro de fim de tarde com amigos ou para um pequeno-almoço de fim de semana. No Coffee Friends pode ainda comprar bom pão alentejano, todos os dias.



Pastelaria CR

Rua Cooperativa Operária
Amorense I B
Amora
Tel. 210 858 872

Apetece-lhe um croissant quentinho? Neste spot encontra-os com todos os recheios. Ideal para um pequeno-almoço em família, um chá de amigas ou simplesmente para um momento de pausa.



Restaurante Beco

Avenida 1º de Maio 47
Paivas
Tel. 212 247 656

Imagine um restaurante onde pode escolher o peixe que quer comer. No Beco a especialidade é o peixe assado.



Pastelaria Forno da Villa

Travessa Quinta do Conde 2
Paivas
Tel. 210 863 937

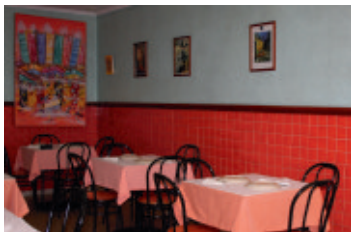
O aroma a bolos a sair do forno convida a entrar. A prioridade são os produtos saudáveis e de fabrico próprio.



Socipan

Rua Dom Manuel I 2
Paivas
Tel. 212 247 568

Padaria tradicional portuguesa. Pão quentinho a sair a várias horas do dia.



Restaurante Venezuela

Rua dos Foros de Amora 32 A
Cruz de Pau
Tel. 212 244 527

Parabéns a esta casa aberta há 39 anos pelo sr. Aníbal António. Neste espaço acolhedor come-se comida tradicional portuguesa a partir de 3,90€.

Cafés, Padarias e Pastelarias

A Capuchinha

Rua 1º de Maio 33

Amora

Tel. 212 249 013

A Fornalha, boutique de pão

Rua 1º de Maio 81 A

Amora

Tel. 212 229 313

A Padeirinha

Rua Abel Salazar 29

Cruz de Pau

Tel. 210 869 487

A Pastelaria

Rua Dona Branca Saraiva
de Carvalho 24 A

Amora

Tel. 309 716 503

Bar do Roque

Rua Santo Condestável 17

Fogueteiro

Tel. 933 800 063

Bruno's Café

Rua Movimento das

Forças Armadas 37

Fogueteiro

Café Amora Doce

Avenida Marcos Portugal
2 B

Amora

Tel. 212 250 054

Café Aroma Perfeito

Rua Rodrigues Lapa 13

Cruz de Pau




**JARDIM
ZOOLOGICO**
Portugal

*Um bilhete,
um Planeta!*

*Agora já pode comprar o seu bilhete
de forma rápida e simples,
sem ter de ficar na fila!*

Sabe mais em www.zoo.pt

Café Bora Lá

Rua Movimento das
Forças Armadas 22 A
Fogueteiro
Tel. 212 240 897

Café Caravela

Rua Foros de Amora 122
H
Cruz de Pau

Café Cardoso

Rua da Cordoaria 54 B
Cruz de Pau

Café Central

Avenida 1º de Maio 75 C
Cruz de Pau
Tel. 212 215 127

Café Cervejaria O Pinto

Rua Doutor Emídio Gui-
lherme Garcia Mendes I
Amora
Tel. 212 215 310

Café Dezoito

Rua do Minho 46
Cruz de Pau
Tel. 212 242 718

Café Dom Carlos

Rua Movimento das

Forças Armadas 24 A
Fogueteiro
Tel. 933 844 599

Café Girassol

Rua Movimento das
Forças Armadas 29
Fogueteiro

Café Hello Vitamine

Rua Foros de Amora 216
Cruz de Pau

Café Kuadro

Rua Foros de Amora 41 A
Cruz de Pau
Tel. 210 878 322

Café Moreira

Rua Foros de Amora 158 B
Foros de Amora
Tel. 212 258 360

Café Morenita da Torre

Rua Movimento das
Forças Armadas 47 B
Paivas
Tel. 212 217 828

Café Pastelaria Favo de Mel

Rua 1º de Maio 85 C
Amora
Tel. 212 227 237

Café Pastelaria Mister Café

Avenida Marcos Portugal
14 A
Amora
Tel. 309 823 072

Café Pátio da Monsôa

Rua Foros de Amora 98
Cruz de Pau

Café Provincial

Avenida da Liberdade 21, lj
Paivas
Tel. 212 247 701

Café Restaurante Venezuela

Rua Foros de Amora 32 A
Cruz de Pau
Tel. 212 244 527

Café Serpente

Rua Quinta da Medideira
21 A
Amora
Tel. 218 206 318

Café Snack-Bar Ponto Azul

Avenida Marcos Portugal
11 A
Amora
Tel. 211 823 184

Café Victor e Amélia

Rua 1º de Maio 83 A
Amora

Café White and Black

Rua Foros de Amora 58
Cruz de Pau
Tel. 212 242 755

Cafeteria Tempus

Parque Urbano das Paivas
Paivas

Coffee Friends

Rua Joaquim Garcia Belo 3
Cruz de Pau
Tel. 214 040 718

Cubo Café

Rua Ivone Silva 2, lj 4
Amora
Tel. 210 158 742

Docisul

Rua Luís de Camões 110
Foros de Amora
Tel. 212 251 180

M & V, Snack Bar

Travessa Quinta do Brás I
B
Amora
Tel. 218 021 614

**O Biscoito, Casa de
Chá e Geladaria**

Rua Tomás de Almeida 18,
55 C
Paivas
Tel. 938 991 950

**O Taco, café e sala de
jogos**

Travessa Quinta da
Preciosa
Cruz de Pau
Tel. 210 827 485

Os Lírios

Rua 1º de Maio Lj 15 A
Amora
Tel. 212 259 042

Pastelaria A Bela

Rua de Binta 9 A
Cruz de Pau
Tel. 212 245 975

**Pastelaria A
Merendinha**

Rua Foros de Amora 36
Cruz de Pau
Tel. 212 246 373

Pastelaria Açucena

Rua Movimento das
Forças Armadas 94
Fogueteiro

Pastelaria Bambina

Rua da Cordoaria 49 A
Cruz de Pau

Pastelaria Bela Rosa

Rua das Flores 27 A
Paivas
Tel. 212 247 816

Pastelaria Belcanto

Praceta 25 de Abril 12
Cruz de Pau
Tel. 212 250 742

Pastelaria Bolero

Rua 1º de Maio 63
Amora
Tel. 212 240 525

**Pastelaria Cantinho
Doce**

Rua de Mansabá I C
Cruz de Pau

**Pastelaria
Cosmopolita**

Rua das Flores 9
Paivas
Tel. 210 866 865

Pastelaria CR

Rua Cooperativa Operária
Amorense I B
Amora

Tel. 210 858 872

Pastelaria das Flores

Rua das Flores 16 B
Paivas

Pastelaria Forno da Villa

Travessa Quinta do
Conde 2 Lj Dta
Paivas
Tel. 210 863 937

Pastelaria Mati

Rua Foros de Amora 160
Cruz de Pau

Pastelaria Novo

Milénio

Rua Dona Branca Saraiva
de Carvalho 5
Amora
Tel. 212 223 072

Pastelaria O Laço

Travessa Tomás Abril 3 B
Amora
Tel. 212 229 238

Pastelaria Orly

Rua Foros de Amora 8 A
Cruz de Pau
Tel. 212 242 151

Pastelaria Os Pintos Felizes

Rua Foros de Amora 93 A
Cruz de Pau
Tel. 212 258 264

Pastelaria Outra Margem

Rua Foros de Amora 78
Cruz de Pau
Tel. 212 271 483

Pastelaria Pau de Canela

Rua da Cordoaria 26 B
Cruz de Pau
Tel. 214 009 884

Pastelaria Pic-Nic

Rua Foros de Amora 167 C
Cruz de Pau
Tel. 214 046 997

Pastelaria Sol e Neve

Rua 1º de Maio 72 A
Amora
Tel. 212 223 127

Pastelaria Tão Bela

Rua da Cordoaria 4 B
Cruz de Pau
Tel. 212 241 579

Rua Quinta da Medideira
23

Amora
Tel. 212 220 629

Pastelaria Tapete Verde

Travessa Quinta do
Conde 1 B
Tel. 212 249 304

Pastelaria Tentação

Rua Foros de Amora 163
A
Cruz de Pau

Pastelaria Vanucha

Rua Bafatá 5 B
Cruz de Pau
Tel. 212 242 612

Pastelaria Vila Nova

Rua Movimento das
Forças Armadas 36 A
Fogueteiro
Tel. 212 215 807

Pastelaria Xandite

Rua Foros de Amora 33 B
Cruz de Pau
Tel. 212 240 946

Sabores Torrados

Rua Santo Condestável 19

B
Fogueteiro
Tel. 939 458 739

Snack Bar Alfange
Rua Foros de Amora 122
D
Cruz de Pau

**Snack Bar Último
Capítulo**
Rua Joaquim Valentim
Correia 3
Cruz de Pau
Tel. 218 231 541

Socipan
Rua Dom Manuel I 2
Paivas
Tel. 212 247 568

Vitominas
Rua Abel Salazar 9 A
Cruz de Pau
Tel. 212 256 427

Restaurantes

A Petisqueira
Rua 1º de Maio 85 A
Amora
Tel. 212 228 604

Rua de Cacheu 15
Amora
Tel. 211 802 262

A Tasquinha d'Amora
Avenida Marcos Portugal
9 B
Amora
Tel. 961 130 139

Churrascaria O Talho
Rua 25 de Abril 68
Cruz de Pau
Tel. 212 250 899

Churrasqueira Central
Rua Infante D. Augusto 59
D
Cruz de Pau
Tel. 212 251 730

Churrasqueira Cidade
Avenida Marcos Portugal
18 A
Amora
Tel. 210 808 300

**Churrasqueira da Beira
Alta**
Avenida Marcos Portugal
106
Amora
Tel. 212 255 528

**Churrasqueira Dia-a-
Dia**
Praceta 25 de Abril 1
Cruz de Pau
Tel. 212 242 051

**Churrasqueira dos
Foros**
Rua Foros de Amora 119
Cruz de Pau
Tel. 212 251 674

**Churrasqueira Grelha
Sete**
Rua Foros de Amora 3 A
Cruz de Pau
Tel. 212 245 252

**Churrasqueira
Mendonça**
Rua Movimento das
Forças Armadas 33 A
Fogueteiro
Tel. 212 216 283

Churrasqueira Pic-Nic
Rua Foros de Amora 167 C
Cruz de Pau
Tel. 212 257 644

**Churrasqueira
Portuguesa**
Rua Infante D. Augusto 45
Cruz de Pau





Tel. 212 241 221

Churrasqueira Super Frango Ferreira

Rua Francisco Valença 22
B

Amora

Tel. 216 034 352

Jatovi

Avenida Silva Gomes

94,96

Amora

Tel. 212 216 096

O Seu Restaurante

Rua Joaquim Valentim

Correia 16 A

Cruz de Pau

Tel. 210 864 117

Palácio do Vinho

Rua Rossio de Amora 36

Cruz de Pau

Tel. 212 269 341

Pizzaria Granado

Rua José Vicente Oliveira

Júnior 78

Fogueteiro

Tel. 212 228 709

Pizzaria La Taverna

Rua José Vicente Oliveira

Júnior 34

Fogueteiro

Tel. 216 010 506

Pizzaria Verde

Amarelo

Rua Doutor Emídio Gui-
lherme Garcia Mendes 49,
Amora

Tel. 212 277 961

Restaurante A cataplana do Urada

Rua 1º de Maio 54 A

Amora

Tel. 212 250 732

Restaurante A Parreirinha

Rua da Cordoaria 32 A

Cruz de Pau

Tel. 212 242 162

Restaurante As 7 Quintas do Rei

Rua Rodrigues Lapa 14 A

Cruz de Pau

Tel. 212 241 104

Restaurante Beco

Avenida 1º de Maio Lt 47

Cruz de Pau

Tel. 212 247 656

Restaurante Belpeixe

Avenida Belverde 643 A

Amora

Tel. 214 032 855

Restaurante Central

Avenida Central 54

Foros de Amora

Tel. 212 245 597

Restaurante Chinês China City

Rua das Flores 14 Ij 25

Paivas

Tel. 212 255 372

Restaurante Chinês Don Fen

Rua José Vicente Oliveira

Júnior 54

Amora

Tel. 212 251 457

Restaurante Correr D'Água

Rua Movimento das
Forças Armadas 26 A

Fogueteiro

Tel. 212 210 251

Restaurante Ferro Velho

Praceta de Canquelifá 3

Cruz de Pau

Tel. 212 240 299

**Restaurante João
d'Ourique**

Praça 5 de Outubro 4
Amora
Tel. 212 220 129

**Restaurante Maris-
queira Correr d'Água**

Rua Movimento das
Forças Armadas 26
Fogueteiro
Tel. 212 210 251

**Restaurante
Marisqueira Ponto de
Encontro**

Rua Movimento das
Forças Armadas 36 B
Tel. 212 229 055

Restaurante O Cristino

Praceta Estevão
Amarante
Amora
Tel. 212 221 185

Restaurante O Fadista

Rua Foros de Amora 7 B
Cruz de Pau
Tel. 212 245 802

**Restaurante O
Telheiro**

Rua de Bissau 45

Cruz de Pau
Tel. 212 244 014

**Restaurante Pérola da
Cruz de Pau**

Rua Abel Salazar 34
Cruz de Pau
Tel. 212 245 377

**Restaurante Pizzaria
Roseira Brava**

Rua António Sérgio 3
Foros de Amora
Tel. 210 842 325

**Restaurante Ponto de
Encontro**

Rua Movimento das
Forças Armadas 36 B
Fogueteiro
Tel. 212 229 055

Restaurante Ramiro

Rua Rafael Bordalo
Pinheiro 3 B
Cruz de Pau
Tel. 212 243 171

**Restaurante
Sabores.Come**

Rua Movimento das
Forças Armadas 28 B
Fogueteiro
Tel. 939 458 739

**Restaurante Snack-
Bar Piccolo Bello**

Praceta Luiz António
Assunção 3
Amora
Tel. 212 226 164

Restaurante Tip Top

Rua António Sérgio 47
Foros de Amora
Tel. 212 246 055

**Restaurante
Transmontano**

Avenida dos Resistentes
Antifascistas 74
Fogueteiro
Tel. 212 215 066

**Taj Palace, restaurante
indiano**

Rua da Cordoaria 21
Cruz de Pau
Tel. 212 255 318

Taverna dos Piratas

Rua Azedo Gneco 37
Santa Marta de Corroios
Tel. 212 545 196

Venezuela

Rua Foros de Amora 32 A
Cruz de Pau
Tel. 212 244 527



**APETECE
CUIDAR DE MIM**

Cabeleireiros e Estética

Barbearia Classe "Juba de Leão"

Rua dos Foros de Amora 21 B
Cruz de Pau

Barbearia José Paulo Agostinho

Rua da Cordoaria 38 A
Cruz de Pau

Cabeleireira Marília

Rua Francisco Valença 24 B
Cruz de Pau
Tel. 214 044 544

Cabeleireiro e Estética Mena

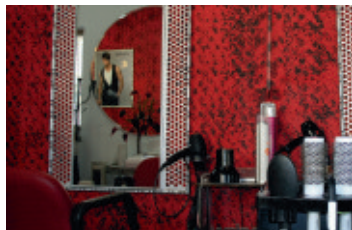
Rua das Flores 18, Lj Dta.
Paivas
Tel. 212 254 024

Cabeleireiro K & B

Rua Movimento das Forças Armadas
21
Fogueteiro
Tel. 963 810 357

Cabeleireiro Maxita

Rua de Bissau 29 A
Cruz de Pau



Corte & Beleza

Rua Tomás de Almeida 55 A
Paivas
Tel. 212 476 031

Um espaço agradável e com glamour.
Deixe que cuidem de si e saia de lá com
um novo look!



Casa do Cabello

Praceta José Leite de Vasconcelos 10 A
Paivas
Tel. 212 253 352

A maior variedade de cabeleiras da margem sul, sintéticas ou 100% naturais.
Postiços, extensões e todo o tipo de
equipamento e acessórios para cabelo.

Cabeleireiro Pente Zero

Rua Foros de Amora 167 B
Cruz de Pau
Tel. 212 246 199

Cabeleireiro Silvy

Rua da Cordoaria 55 A
Cruz de Pau
Tel. 212 248 689

Cabeleireiro SR

Avenida Marcos Portugal
17 B
Amora
Tel. 212 227 163

Cachupa, loja africana

Rua 25 de Abril 34 A
Cruz de Pau
Tel. 212 682 311

Casa Africana

Rua do Ribatejo 2 A
Cruz de Pau
Tel. 218 046 948

**Casa do Cabello
Cabeleireiros e
Estética**

Praceta José Leite de
Vasconcelos 10 A
Paivas
Tel. 212 253 352

Cell Body

Avenida 1º de Maio 13 R/C
Paivas
Tel. 212 250 143

**Centro de Estética Ana
Quintans**

Rua 1º de Maio 72 B
Amora
Tel. 212 220 288

**Centro de Estética
Bemehero**

Avenida Marcos Portugal
13 A
Amora
Tel. 966 613 196

**Centro de Estética
Catarina Fernandes**

Rua do Soutelo 11
Cruz de Pau
Tel. 212 256 251

**Centro de Estética
Conceito K**

Rua Foros de Amora 165 B
Cruz de Pau
Tel. 966 936 706

**Centro de Estética SPA
pour moi**
Rua das Flores 21 B
Paivas

Tel. 218 213 057

**Corte & Beleza,
cabeleireiro e estética**

Rua Tomás de Almeida 55
A
Paivas
Tel. 212 476 031

**Cybel Cabeleireiro e
Estética**

Rua Foros de Amora 139 B
Cruz de Pau
Tel. 212 240 457

**Espaço Mulher,
estética feminina**

Rua Ivone Silva 2, lj 5
Amora
Tel. 210 866 865

Estética Seixal

Avenida Afonso Costa 11B
Paivas

**Estilo Glamour,
cabeleireiro e estética**

Rua Infante D. Augusto 15
A
Cruz de Pau
Tel. 210 897 808

**Instituto de Beleza e
Cabeleireiro Mistério**

JUNTE-SE AO . Para mim

Há um site feito "à medida"
especialmente a pensar em si.
Já conhece?

"Para Mim" é um site inteligente
que adapta os seus conteúdos às
suas preferências. Junte-se a esta
comunidade e aceda, através de
um simples clique, a um mundo de
vantagens criado exclusivamente
para si!

Com cupões de
desconto nas suas
marcas preferidas,
truques, artigos,
receitas,
promoções e
conteúdos sempre
atuais de moda,
beleza, família, lar
e saúde.



Já somos mais de 130.000!

Para
mim 

Entre em www.paramim.com.pt e viva uma experiência à sua medida

da Vida

Rua Rafael Bordalo
Pinheiro 10 Cv
Cruz de Pau
Tel. 212 257 995

Instituto de Beleza Olga Belo

Rua Cooperativa Operária
Amorense 5, Lj Dta.
Amora
Tel. 212 223 521

Ju Cabeleireiro e Estética

Rua Foros de Amora 161 B
Cruz de Pau
Tel. 212 254 682

M. Russos, cabeleireiro e estética

Rua 1º de Maio 68 A
Amora
Tel. 934 342 031

Nails Fashion

Rua de Binta 31 C
Cruz de Pau
Tel. 212 256 571

Não+Pêlo

Avenida Afonso Costa 17
Paivas
Tel. 212 223 198

Paula Bolinhas Cabeleireiros

Rua da Cordoaria 58
Cruz de Pau
Tel. 210 827 896

Paula Cabeleireiro

Rua Foros de Amora 95 A
Cruz de Pau
Tel. 212 250 722

Perfumaria Pirâmide

Rua Foros de Amora 19 B
Cruz de Pau
Tel. 212 254 104

Pimenta & Rui, cabeleireiro de homem

Praceta Armando José
Fernandes 13 A
Cruz de Pau
Tel. 212 249 889

Rui Romano Center, produtos de cosmética

Rua Foros de Amora 72 B
Cruz de Pau
Tel. 212 254 581

SPA Beauty, clínica de estética

Praceta José Leite de
Vasconcelos 6
Paivas

Tel. 212 253 663

Space & Hair, cabeleireiro, estética e venda de produtos de cosmética

Avenida Marcos Portugal
12 A
Tel. 212 211 202

StudioRDV

Rua Rodrigues Lapa 23 A
Cruz de Pau
Tel. 211 550 079

Stylus, cabeleireiro e estética

Rua Joaquim Valentim
Correia 4 A
Cruz de Pau
Tel. 212 253 439

Unique Barber Shop

Rua de Mansabá 15
Cruz de Pau

Zitarte, cabeleireiro

Rua 1º de Maio 101 D
Tel. 212 216 085



**APETECE
FAZER**



Retrosaria Pires

Rua das Beiras 3 A
Cruz de Pau
Tel. 967 048 980

Um mundo de linhas, tecidos e tudo sobre bordados e costura. É das lojas mais antigas da Amora com cerca de meio século!



Atelier de Pintura Paula de Almeida

Rua do Minho 59 B | Cruz de Pau
Tel. 212 250 848

Neste atelier encontra todo o material de artes plásticas e decorativas. Pode encomendar trabalhos ou aprender nos workshops da Paula de Almeida.



Atelier de Costura Carmo

Rua Tomás de Almeida 55 B
Paivas
Tel. 967 424 874

Todo o tipo de trabalhos de costura, desde a criação de fatos de cerimónias, fardas de trabalho a pequenos arranjos com bainhas, fechos ou até mesmo a "reciclagem" ou personalização de peças de roupa.

Uma novidade é o aluguer de vestidos de noiva, bem como o véu, luvas ou saiote. Uma solução low cost para o dia do seu casamento.

Retrosarias

Retrosaria Maria Albertina

Rua Doutor Emídio Guilherme Garcia
Mendes 10
Amora
Tel. 212 210 435

Retrosaria O Cantinho do Lar

Rua Foros de Amora 166 A

Cruz de Pau
Tel. 212 241 038

Retrosaria Pires

Rua das Beiras 3 A
Cruz de Pau
Tel. 967 048 980

Retrosaria Vogado

Rua de Bissau 69 A
Cruz de Pau
Tel. 210 860 712

***Trabalhos e
Artes Manuais***

AmoraD'Arte

Rua da Cordoaria 26 A
Cruz de Pau
Tel. 212 256 125

Artes Decorativas

Rua Rodrigues Lapa 7 B
Cruz de Pau
Tel. 212 252 087

Atelier de Costura

Carmo

Rua Tomás de Almeida 55
B
Paivas
Tel. 967 424 874

Atelier de Pintura

Paula de Almeida

Rua do Minho 59 B
Cruz de Pau
Tel. 212 250 848

Criarte

Rua 1º de Maio 70 A
Tel. 210 163 451
Amora

**Papelaria Técnica João
Correia**

Rua da Cordoaria 6 B
Cruz de Pau
Tel. 212 240 148

***Bolos
Decorados***

Açúcar às Bolinhas

Rua Professor José Maria
Vinagre 33
Amora
Tel. 218 091 107

Casinha dos Bolos

Rua da Cordoaria 43 B
Cruz de Pau
Tel. 212 254 011



**Visite-nos online ou
na nossa loja**

www.amagiadoacucar.com

Bolos, Festas, Brindes e Descartáveis
Artigos para Cake Design
Workshops



A Magia do Açúcar



A Magia do Açúcar, Lda
Rua Natália Correia nº 25 - A 2810-490 Almada
Telemóvel: 96 65 777 66



**APETECE
CRESCER**

Direito a Brincar

Todas as crianças têm direito a brincar. No entanto, esse direito é, muitas vezes, deixado para último plano e começa a deixar de ter espaço nas agendas cada vez mais preenchidas das crianças.

O ritmo e a organização das famílias mudou. Os pais passam cada vez mais horas no trabalho e têm menos disponibilidade física e mental para brincar com os filhos.

Os avós já não estão tão próximos e disponíveis. Sobra o colégio, escola ou ATL a quem as crianças ficam entregues mais horas do que deviam. Por outro lado, as atividades curriculares e extracurriculares estão de tal modo estruturadas e organizadas que preenchem o dia da criança como se de um mini-adulto se tratasse.

Entre a música, o judo, o inglês, o ballet, a natação e os TPC, por ve-

zes, não sobre tempo para a brincadeira...

Se perguntar a uma criança o que é que ela gosta mais de fazer, a resposta mais rápida e espontânea será brincar! Seja brincar sozinha, com os irmãos, com os pais ou com os pares.



A brincadeira deve ser promovida e valorizada como das atividades mais importantes e enriquecedoras na vida da criança. Por isso, deve ser estimulada. Cabe aos pais criar tempo para as crianças brincarem e mais, entregarem-se também à brincadeira. A participação dos pais na brincadeira é muito importante

porque reforça os laços afetivos. Porém, há que esclarecer que brincar com interrupções para atender um telefonema, escrever uma mensagem, ou enviar um e-mail não conta. Deve-se entregar por inteiro à brincadeira e desfrutar verdadeiramente.

Onde Brincar



O Cantinho da Festa

Espaço de diversão para um aniversário ou para levar um grupo de crianças a passar uma tarde divertida.

Ver página 55

Biblioteca Municipal do Seixal - Núcleo da Amora

Largo da Rosinha

Na biblioteca há espaço para os mais pequenos com livros e brincadeiras.



Parques Infantis

Existem 10 parques infantis espalhados pela cidade da Amora.

Ver página 50 e 51

Escolher um bom Colégio



Escolher um colégio não é fácil. Afinal de contas, trata-se da educação do seu filho e mais, trata-se da escolha do local e das pessoas a quem irá confiar a guarda do seu rebento!

O primeiro passo deve ser fazer um levantamento das instituições que existem na sua área de residência ou perto de família que possa dar apoio. Depois, importa conhecer os colégios e aqui deve ter um olhar bastante atento. Repare se não foram levantados obstáculos quando

apareceu para fazer a visita e se lhe foram mostradas as instalações de forma transparente.

Pergunte tudo

Defina alguns critérios a avaliar, como segurança, condições de higiene, alimentação, espaço interior e

recreios, equipamentos, afetividade e outros aspetos que considere importantes. Não tenha receio de perguntar e retire todas as suas dúvidas, "onde dormem a sesta?", "quem os vigia no recreio?" ou "como são elaboradas as ementas?"



A importância do espaço exterior

Não deixe de reparar no modo como os educadores e o pessoal auxiliar interagem com as crianças, esta forma de relacionamento diz muito acerca da instituição e da sua filosofia.

Atividades suplementares

A oferta de atividades extracurri-

culares pode também ser um fator a ter em conta, bem como os projetos educativos e pedagógicos.

Procure atempadamente

Dedique tempo e atenção na procura do colégio e visite um número razoável de instituições.

Assim pode estabelecer termos de comparação e ficar mais atenta a pormenores que poderia não ter pensado antes.

Por fim, confie no seu feeling. Se o espaço e as pessoas lhe transmitirem segurança e conforto, tudo será mais fácil. De qualquer modo, os receios e o coração apertado de mãe são inevitáveis. Esteja preparada para algumas lágrimas nos primeiros dias!



Uma mais-valia para as crianças



BERÇÁRIO CRECHE
JARDIM DE INFÂNCIA 1.º CICLO ATL



Metodologia Cartilha
Maternal de João de Deus



Quinta e Horta Pedagógica



Parque Exterior

www.colegioasjoaninhas.com
www.facebook.com/CJOANINHAS
Rua Fonte da Prata | Amora
Tel.: 212 215 555 | 962 168 511

Parques Infantis

5



- 1 FANQUEIRO**
Av. Central
Foros de Amora
2 baloiços, 1 baloiço pequeno, 1
balancé, 1 combinado de escorrega
e escalada, 2 bancos de jardim

2



- 2 PRACETA PRABIS**
Praceta Prabis
Cruz de Pau
1 escorrega, 1 cavalinho, 1
balancé, 6 bancos de jardim, 1
mesa de piquenique

3



- 3 RUA DE BISSAU**
Rua de Bissau
Cruz de Pau
1 escorrega, 2 baloiços, 2
cavalinhos, 2 bancos de
jardim

4



- 4 AVENIDA 1.º DE MAIO**
Av. 1.º de Maio
Cruz de Pau
1 escorrega



- 5 QUINTA DO SERRADO**
Rua António Macedo
Amora
2 baloiços, 1 balancé, 1
combinado de escorrega e
cordas, 6 bancos de jardim

1

6



6 SERRADO
Rua de Cacheu
Amora

1 combinado de
escorrega e cordas

7

**7 SOEIRO PEREIRA
GOMES**

Largo da Rosinha
Amora

2 baloiços, 2 cavalinhos, 1
balancé, 1 escorrega e cordas



8 PAIVAS
Rua 25 de Abril
Paivas

1 baloiço, 1 escorrega, 1
combinado de atividades de
cordas



8

**9 QUINTA DAS
GALEGUINHAS**
Rua Domingos Bontempo
Paivas

3 escorregas e cordas, 1 barra
de equilíbrio, 5 bancos jardim



9

10 PIONEIROS
Rua S. Condestável
Paivas

1 escorrega, 2 cavalinhos, 2
baloiços, 2 bancos de jardim



10

Colégios

A Palmeira

Rua do Contubo
Cruz de Pau
Tel. 212 243 768

Aladino

Rua de Gabú II B / C
Cruz de Pau
Tel. 212 241 160

As Joaninhas

Rua Fonte da Prata
Amora
Tel. 212 215 555

Cantinho do Sorriso

Rua Abel Salazar 43 A
Cruz de Pau
Tel. 218 067 447

Casinha das Surpresas

Rua Santo Condestável 21
A B
Fogueteiro
Tel. 212 253 519

Catraios do Lírio

Travessa Júlio Brandão 3 -
E, 1.º A
Fogueteiro
Tel. 212 251 224

Chave Mágica

Rua António Aleixo 9, 9 A
Cruz de Pau
Tel. 211 945 495

Espaço Júnior

Rua 25 de Abril 4
Cruz de Pau
Tel. 212 269 150

Helguinha

Rua Rodrigo de Sá
Nogueira 31
Foros de Amora
Tel. 212 243 484

Nino D'Ouro

Rua 25 de Abril 59
Cruz de Pau
Tel. 212 254 122

No Reino das Travessuras

Praceta Quinta do Semião
3 A
Amora
Tel. 212 257 433

O Bambi

Rua Soeiro Pereira Gomes
35 A
Paivas
Tel. 212 211 765

O Bom João

Rua Foros de Amora 188 E
Cruz de Pau
Tel. 212 240 763

O Patronato (Centro Assistência Paroquial da Amora)

Rua Doutor Emídio Gui-
lherme Garcia Mendes 17
Amora
Tel. 212 278 073

Parque dos Sorrisos

Gare Ferroviária de Foros
de Amora Lj 1 a 10
Foros de Amora
Tel. 210 503 792

Quadrado Mágico

Rua 25 de Abril
Cruz de Pau
Tel. 212 240 239

Santo António

Rua Leal da Câmara 1
Paivas
Tel. 212 254 031

Sol da Primavera

Rua José Vicente Oliveira
Júnior Lt 2 - Correr D'Água
Amora
Tel. 210 450 718



COLÉGIO Parque do Falcão

Creche | Pré-Escola | 1º Ciclo | 2º Ciclo

- ★ Aberto todo o ano entre as 7.30h e as 19.30h
- ★ Projeto Educativo inovador e aliciente
- ★ Parques exteriores arborizados para cada faixa etária
- ★ Organização das crianças por faixa etária
- ★ Projeto pedagógico adequado à faixa etária de cada grupo
- ★ Visitas de estudo
- ★ Serviço de transporte
- ★ Atividades intracurriculares (incluídas na mensalidade)

Círculo Rodoviário

Quintinha Pedagógica

Inglês

Ginástica

Informática

Música

(a partir dos 3 anos)

(a partir dos 2 anos)

(a partir dos 3 anos)

(a partir dos 4 meses)

- ★ Atividades extracurriculares

Ballet

Karaté

Natação

Futebol

e mais



MASCOTE
"o Falcão"



visite-nos!!

www.colegio-falcao.com

Rua Júlio Augusto Henriques, nº 7, Arrentela | Seixal
Tel: 212 275 035 colegio.falcao@netvisao.pt

Sol Nascente

Pcta. de Mansabá Lt 3 e 4
Cruz de Pau
Tel. 212 245 034

Vivá Festa

Rua Foros de Amora 148
Foros de Amora

Woogui Boogui

Rua Eça de Queiroz 3
Foros de Amora
Tel. 212 257 094

Centros de Estudo e ATL

Academia de Estudo

Rua de Cacheu
Amora
Tel. 211 813 822

Dicionário da Mente, ATL - Centro de Estudos e Tempos Livres

Avenida Quinta da Atalaia
8 B
Amora
Tel. 212 256 211

Fórum Memória de Elefante

Praceta Doutor Manuel de
Arriaga 9
Paivas
Tel. 212 122 835

Geração X2, centro de estudo e apoio escolar

Rua Movimento das For-
ças Armadas 23 A
Fogueteiro
Tel. 210 172 027

Loja do Estudo, apoio escolar

Praceta Quinta do Soares
4 A
Paivas
Tel. 963 783 135

Mind Challenge, apoio à educação

Rua 1º de Maio 97, 97 A
Amora
Tel. 214 072 179

Patamar do Sucesso

Rua 5 de Outubro 11 Ij E
Paivas
Tel. 212 243 523

Timekeepers

Rua Jaime Cortesão 11, Ij A1
Paivas
Tel. 211 954 829

Educação e Formação

Casa do Educador do Seixal

Rua Conselheiro Custódio
de Borja 1
Amora
Tel. 212 211 520

Cencabe, Centro de Formação de Cabeleleiros, Estética e Beleza & Bem-Estar

Rua 25 de Abril 7, A B
Paivas
Tel. 212 241 023

Feel Good, formação profissional

Avenida 1º de Maio 27 A
Paivas
Tel. 212 257 481

GiraSol, Terapias em Movimento

Praceta Doutor Manuel de
Arriaga 9
Paivas
Tel. 960 193 779

Nails21

Rua 25 de Abril 27
Cruz de Pau
Tel. 214 075 580

Self, escola de línguas
Avenida 1º de Maio 93 1.º
Fogueteiro
Tel. 212 223 937

Trevo, formação
Rua Dr. Emídio Guilherme
Garcia Mendes 28 A
Amora
Tel. 211 808 177

Wall Street English

Avenida 1º de Maio Edif.
Alentejo
Cruz de Pau
Tel. 808 204 020

Moda e Decoração Infantil

Loja Tininha, roupa infantil
Rua Luz Soriano C.C.Giras-
sol, Lj 4l
Cruz de Pau

Tel. 212 254 926

**Modas Dina infantil e
juvenil**

Rua Infante D. Augusto 6 B
Cruz de Pau

O Pimpolho

Avenida Marcos Portugal 3
Amora
Tel. 212 223 201

Os Peladinhos

Rua da Pirada 12, Lj 28
Cruz de Pau
Tel. 212 242 730





**APETECE
FICAR EM CASA**

Iluminação para a Casa

Com o progressivo desaparecimento das lâmpadas incandescentes, sendo a tendência do consumidor optar pela compra de modelos mais económicos e com menor consumo, muitas vezes a escolha recai sobre lâmpadas economizadoras fluorescentes. Infelizmente esta poderá não ser a melhor opção a nível ambiental e de consumos.

Halogéneo

- + *Baixo custo de aquisição*
- + *Pouco desgaste a ligar e desligar*
- *Elevado consumo de energia*
- * *Ideal para locais de passagem da casa*

Fluorescente

- + *Custo de aquisição médio*
- + *Baixo consumo de energia*
- *Alto desgaste a ligar e desligar*
- *Contêm mercúrio muito poluente*
- * *Ideal para luz ambiente*

LED

- + *Sem desgaste a ligar e desligar*
- + *Baixo consumo de energia*
- * *Ideal para todas as situações.*

Sala de estar

Candeeiro
de leitura
Fluorescente

Candeeiro
de teto
HALO

Quarto

Candeeiro
de teto
HALO

Luz de
espelho
HALO

Projetores
de teto
LED

Mesa de
cabeceira
Fluorescente

Quarto infantil

Candeeiro
de teto
Fluorescente

Luz de
presença
LED

Deixamos-lhe algumas sugestões de utilização dos vários tipos de lâmpadas.

Aconselhe-se sempre com um profissional, antes de adquirir iluminação para a sua casa.



armasul
distribuidor de materiais elétricos s.a



***No mundo da eletricidade
só não vendemos energia!***

Sede, Armazém e Loja

Rua Álvaro Ferreira Alves n.º27
Zona Ind. Stª Marta do Pinhal
2855-591 CORROIOS
Tel. (+351) 212 557 500
Fax (+351) 212 552 578

Armazém e Loja

Rua Oliveira Martins, Lote 2
Loja A e B, Paivas
2845-381 AMORA
Tel. (+351) 212 250 463
Fax (+351) 212 252 290

www.armasul.com
armasul@armasul.com

Casa e Decoração

A cozinha

Rua Almeida Garrett 4 A
Paivas
Tel. 212 243 304

Airchave

Avenida Marcos Portugal
15 A, B
Amora
Tel. 212 225 452

Alcateto

Rua Infante D. Augusto 76
B
Cruz de Pau
Tel. 212 242 510

Armasul, distribuidor de materiais elétricos

Rua Oliveira Martins 2, A B
Paivas
Tel. 212 250 463

Arte & Fogo

Rua Manuel Ribeiro 31
Amora
Tel. 212 548 390

Blindarte

Rua Infante D. Augusto 98

A/B
Cruz de Pau
Tel. 212 260 190

Casa Rosa

Rua Infante D. Augusto 38
B R/C E
Cruz de Pau
Tel. 212 244 522

Casiluz

Rua 1º de Maio
Amora
Tel. 212 240 972

Cinderella

Rua Luz Soriano
C.C.Girassol, Lj 20
Cruz de Pau

Código Lilás

Rua Dom Manuel I 17 D
Paivas
Tel. 212 256 747

Elsilas

Rua Luz Soriano
C.C.Girassol, Lj 43
Cruz de Pau
Tel. 218 213 941

Florotintas

Rua das Beiras 4 A
Cruz de Pau

Tel. 212 245 281

Lindaluz Molduras

Rua de Bissau 15 B
Cruz de Pau
Tel. 212 247 116

Maria Zilda Decorações

Rua da Cordoaria 38
Cruz de Pau
Tel. 212 252 153

PigmentiTotal

Rua Infante D. Augusto 52
B
Cruz de Pau
Tel. 212 419 559

Robbialac Seixal

Rua Estácio da Veiga 1
Fogueteiro
Tel. 212 251 193

Startvita

Rua da Liberdade 16 B
Fogueteiro
Tel. 212 216 028

Têxteis para o Lar, Bárbara Rocha

Rua Luz Soriano C.C.
Girassol, Lj 23
Cruz de Pau

Vidreira da Cordoaria

Rua da Cordoaria 13 B C/V
D
Cruz de Pau
Tel. 212 252 580

Engomadoria Linda

Rua Luz Soriano C. C.
Girassol, lj 13
Cruz de Pau
Tel. 210 166 162

Tel. 212 252 521

Rouparia Aninhas

Rua Professor José Maria
Vinagre 33
Amora
Tel. 212 214 250

Vidreira das Paivas

Rua 1º de Maio 8 R/C
Amora
Tel. 212 252 557

Lavandaria Estrela

Rua da Cordoaria 10 A
Cruz de Pau
Tel. 212 257 550

**Sandra & Olga,
engomadoria**

Rua Quinta do Casalinho
9 3.º Dto
Cruz de Pau
Tel. 211 824 956

***Lavandarias e
Engomadorias***

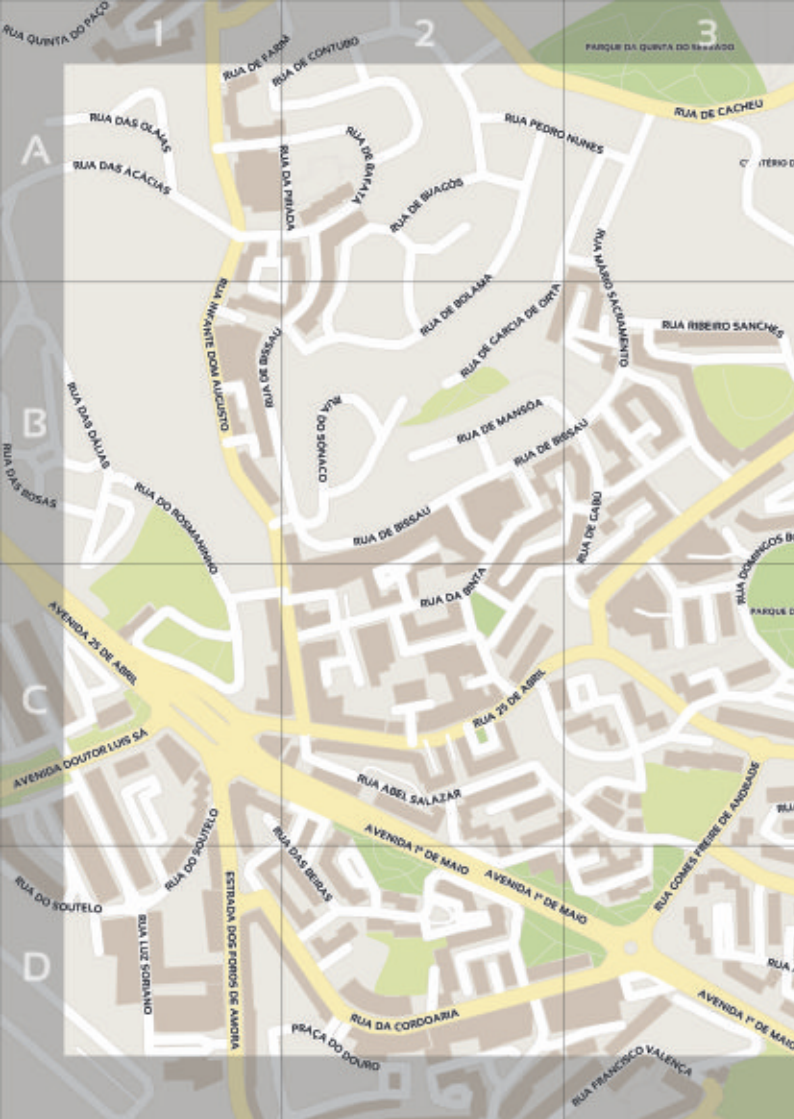


LAVAGENS SEM ÁGUA

- Exteriores e/ou Interiores
- Lavagem de Estofos, Tecto, Alcatifas, Mala, etc
- Lavagem de Motor

- Polimento de Faróis
- Polimento de Carroçaria

Av. 1º de Dezembro de 1640, 506B (Casal do Marco - Seixal)
Tel.: 21 826 89 52 Tlm.: 91 489 64 62
geral.deepwash@gmail.com
www.facebook.com/deepwash.pt







ideias
para o seu negócio

A sua empresa tem custos muito elevados na área informática?

Reduzimos esse valor com retorno imediato!

Solicite uma auditoria gratuita à sua empresa. Saiba quanto pode poupar!

Oferta exclusiva para PME's da Amora
amora@n-ideias.pt

Consultoria Tecnológica | Websites | Software à medida

www.n-ideias.pt

