

Guia DE CREDENCIADOS



30 anos

Utilização: Apresente seu cartão Planstel
junto com o RG e comprovante do último
pagamento para obter descontos nos
comércios conveniados



O que este guia oferece para o associado:

Através deste Guia, o associado contará com todas as informações necessárias para melhor orientação sobre os descontos no comércio e em clínicas credenciadas, ambulância assistencial, auxílio aos convalescentes e o que fazer em caso de óbitos. Além de conhecer outros benefícios tais como placas, vendas de apoio ortopédicos, consultoria jurídica, crematório entre outros.

Como utilizar os descontos em consultas e no comércio

Para obter o desconto, o associado deve apresentar a carteira de associado PLANSTEL junto com um documento de identificação e o último comprovante de pagamento para o estabelecimento credenciado. Para saber quais são os estabelecimentos credenciados basta verificar neste Guia de Credenciados ou em caso de dúvida entrar em contato com nossos escritórios.

Toda e qualquer dúvida deverá ser dicrimida em nossos escritórios:

Rua Conceição, 539 – Centro Tel.: 3832-1489

Av. Prof. Thomaz Galhardo, 876 – Centro Tel.: 3833-8433 ou
3832-6387



MANTENHA-SE ATUALIZADO ATRAVÉS DA NOSSA PÁGINA NO FACEBOOK!

ÍNDICE DO GUIA PLANSTEL

COMÉRCIO EM GERAL

Academia	6
Alarme	6
Automotivo	7 e 8
Celulares e Informática	9 e 10
Chaveiros	11
Clínica Veterinária.....	11 e 12
Comunicação Visual.....	12
Contabilidade	12
Cursos Profissionalizante	12
Dedetizadora	12
Despachante.....	13
Drogaria	13
Eletrônica	14
Estética.....	14
Faculdade	14
Fármacia de Manipulação	15
Home Care.....	15
Idioma.....	15 e 16
Lavanderia.....	16
Marcenaria	16
Massoterapia.....	17
Materiais de Limpeza	17
Materiais de Construção	17 e 18

Óticas.....	18 e 19
Papelaria	19
Pet Shop e Ração.....	20
Refrigeração	20
Roupas, Acessórios, Calçados e Moda	20 a 22
Suplementos.....	22
Táxi	22 e 23
Vidraçaria	23

TRATAMENTOS ESPECIALIZADOS

Aromaterapeuta	23
Anestesista	24
Audiologia.....	24
Cardiologista	24
Clínico Geral.....	25
Cirurgião Geral	26
Cirurgião Plastico	26
Dermatologia	26
Endocrinologia	26 e 27
Estética	27 e 28
Fisioterapia	28
Fonoaudiologia	29
Ginecologia	29
Medicina do Trabalho	30
Neurocirurgia	30



Nutricionista	30
Odontologia	31 a 33
Ortopedia.....	34
Psicologia	34
Psiquiatria	34
Terapeuta Ocupacional	35
Clínicas e Hospitais	35 a 37
Exames Laboratoriais.....	37 e 38



CARAGUÁ e TAUBATÉ

PÁG. 36 a 40

**Especialidades Médicas, Tratamentos
Especializados, Exames Especializados,
Exames Laboratoriais, Odontologia.**

**Observações: Caso não encontre a
especialidade médica que deseja favor
entrar em contato com o nosso escritório
pelos telefones: (12) 99600-4455 /
3832-6387 / 3832-1489**



ACADEMIAS

FORÇA ATIVA

Rua Orlando Carneiro, 145 – Centro

Tel: (12) 99202-7290



MOVIMENT ACADEMIA

Rua Ari Vieira, 375 – Estufa II

Tel: (12) 99127-8734

CTI ACADEMIA

Avenida Rio Grande do Sul, 650 – Centro

Tel: (12) 99140-4115

ALARME

ALFA ALARMES Monitoramento 24 h

Rua dos Nazarenos, 54 – Centro

Tel: (12) 3832-5404

MASTER

Rua Cunhambebe, 604 – Centro

Tel: (12) 3832-2543 / (12) 99165-6762

AUTOMOTIVO

AUTO MEC. E ELÉTRICA DO GATO

Rua José Eudes do Prado, 31 – Itaguá

Tel: (12) 3833-3514 / (12) 97409-5990



MAX AUTO ELÉTRICA

Avenida Pacaembu, 222 – Estufa I

Tel: (12) 3833-6730

OTTO MOTOS

Avenida Rio Grande do Sul, 915 – Centro

Tel: (12) 3832-4220

MERCADÃO DAS TINTAS

Rua Thomaz Galhardo, 1069 – Centro

Tel: (12) 3832-1920

PHM PNEUS

Rua Thomaz Galhardo, 1295 – Centro

Tel: (12) 3832-4544

OFICINA DO SOM

Rua Dona Maria Alves, 995 – Centro

Tel: (12) 97410-1512

ELETRO MECÂNICA WILSON

Avenida Rio Grande do Sul, 270 – Centro

Tel: (12) 3832-1811

TUNING SOM

Rodovia Oswaldo Cruz, 1300 – Mato Dentro

Tel: (12) 3833-2938



BETO BATERIAS

Avenida Rio Grande do Sul, 932 – Centro

Tel: (12) 3832-5967 / (12) 97402-9873

DIRCEU TODAM

Rua Orlando Carneiro, 328 – Centro

Tel: (12) 3832-4272

MAIA MOTOS

Avenida Rio Grande do Sul, 243 – Centro

Tel: (12) 3833-1332

A CASA DOS PNEUS

Rua Thomaz Galhardo, 1059 – Centro

Tel: (12) 3832-4245

DJALMA AUTO PEÇAS

Rua Antônio Marques do Valle, 74 – Centro

Tel: (12) 3832-6145

AUTO ELÉTRICA MARANDUBA

Rua Nove, 40 – Maranduba

Tel.: (12) 99668-5257 / 99642-5390

CELULARES E INFORMÁTICA

GGM CELULARES E PAPELARIA

Rua Cel. Ernesto de Oliveira, 90 – Centro

Tel: (12) 3832-4351



GGM SMART

Rua da Cascata, 675 – Ipiranguinha

Tel: (12) 99149-9562

CASA SMART

Rua Dr. Esteves da Silva, 186 – Centro

Tel: (12) 2103-8614

CASA SMART 2

Rua Dona Maria Alves, 331 – Centro

Tel: (12) 98706-9738

CASA SMART 3

Rua Conceição, 180 – Centro

Tel: (12) 99226-8036

SMARTPHONE

Praça Nóbrega, 264 – Centro

Tel: (12) 98856-4263

SMARTPHONE 2

Rua Hans Staden, 463 – Centro

Tel: (12) 98867-7841

MATRIX

Praça Nóbrega, 84 – Centro

Tel: (12) 99133-8665



MATRIX 2

Rua Cel. Domiciano, 340 – Centro

Tel: (12) 99215-9225

XS SMART

Rua Dona Maria Alves, 208 – Centro

Tel: (12) 3833-7395

DAVID CELULARES

Rua Dona Maria Alves, 671 – Centro

Tel: (12) 99200-2771

SUPER NERDS

Rua Dr. Esteves da Silva, 120 – Centro

Tel: (12) 3833-8160

AQUATEC INFORMÁTICA

Rua Dona Maria Alves, 529 – Centro

Tel: (12) 3832-1160

MC CELULARES

Rua Prof. Thomaz Galhardo, 574 – Centro

Tel: (12) 3211-6124



CHAVEIRO

CHAVEIRO LIGEIRINHO

Prof. Thomaz Galhardo, 454 - Loja 06 – Centro

Tel: (12) 3833-3255 / (12) 99714-4051

11

CHAVEIRO CONFIANÇA

Rua Ari Vieira, 360 – Estufa II

Tel.: (12) 99666-0975

CLÍNICA VETERINÁRIA

UBAVET

Rua Dr. Esteves da Silva, 490 – Centro

Tel: (12) 3833-7857

HOPE CENTRO VETERINÁRIO

Rua Cel. Domiciano, 673 – Centro

Tel: (12) 3211-6003

CLÍNICA BICHO FELIZ (Dra. Josiane)

Rua Raimundo Correia, 33 – Itaguá

Tel:(12) 3832-6382 / (12) 99761-6499

CLÍNICA VETERINÁRIA CEMEV

Av Carlos Drummond de Andrade 73 – Itaguá

Tel:(12) 99702-2979



CARE CLINICA VETERINÁRIA

Avenida Marginal, 358 – Maranduba

Tel.: (12) 99748-5482

COMUNICAÇÃO VISUAL

12

ARENA COMUNICAÇÃO VISUAL

Rua Maranhão, 48 – Centro

Tel:(12) 99191-2859

CONTABILIDADE

FROTA CONTÁBIL

Rua Salvador Correia, 18 – Centro

Tel: (12) 99642-8693 / (12) 99127-9151

CURSOS PROFISSIONALIZANTE

EMBELLEZE

Rua Thomaz Galhardo, 556 – Centro

Tel: (12) 3832-6311

DEDETIZADORA

QUALISAN AMBIENTAL

Av. Pe. Manoel da Nobrega, 1485 – Pereque Açu

Tel: (12) 3833-8941



DESENTUPIDORA

SILSAN Desentupidora e Limpa Fossa
Rua Maranhão, 211 – Centro
Tel: (12) 99741-9153

13

DESPACHANTES

DESPACHANTE ALCATRAZ
Rua Conceição, 978 – Centro
Tel:(12) 3832-7990 / (12) 99161-5458

DESPACHANTE CONFIANÇA
Rua Maria Vitoria Jean, 48 – Centro
Tel: (12) 3832-5050 / (12) 99607-3405

DESPACHANTE OFF SHORE
Rua Conceição, 959 – Centro
Tel: (12) 3832-5088 / (12) 99614-1428

DROGARIA

FARMA CONDE (Toda Rede)
Rua Capitão Felipe, 588 – Itaguá
Tel: (12) 3835-3371



ELETRÔNICA

ELETRÔNICA MARANDUBA

Avenida Marginal, 992 – Maranduba

Tel: (12) 98182-3441

14

ESTÉTICA

ESTÉTICA TAMIRES FRANÇA

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 98216-3324

MARY E FROTA

Rua Amazonas, 763 – Centro

Tel: (12) 98103-3961

ESPAÇO MULHER

Rua Batista de Oliveira, 820 – Centro

Tel: (12) 99167-6317

FACULDADE

UNICESUMAR

Rua Esmeralda G. Santos, 6 – Centro

Tel: (12) 99135-6896



FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

MAIS NATURALLE

Rua Prof. Thomaz Galhardo, 188 – Centro

Tel: (12) 3832-7183 / (12) 99637-7800

15

FARMARYS

Rua Hans Staden, 285 – Centro

Tel: (12) 3832-6984 / (12) 3833-4181

GÁS

DISTRIBUIDORA D'MENOR

Rua Roberto Antonio do Prado, 2260 – Sertão da

Quina

Tel: (12) 3843-2020

HOME CARE

MEDICAL COMFORT

www.medicalcomfort.com.br

Tel: (12) 99621-6463

IDIOMAS

FISK

Rua Esmeralda G. Santos, 6 – Centro

Tel: (12) 3833-8666



WIZARD

Rua Dr. Esteves da Silva, 31 – Centro

Tel: (12) 3833-5725

LAVANDERIA

SOMA LAVANDERIA

Rua Tereza Barreto, 200 – Perequê Mirim

Tel: (12) 3842-1342

SOMA LAVANDERIA

Rua Conceição, 780 – Centro

Tel: (12) 3842-1342

MARCENARIA

MARCENARIA UBATUBA

Rua Curitiba, 408 – Estufa II

Tel: (12) 99727-1150

MASSOTERAPIA

ESTUDIO COSTA

Avenida Marginal, 992 - Sapê

Tel: (12) 99707-9489



MATERIAIS DE LIMPEZA

UBADESKLIMP

Avenida Rio Grande do Sul, 259 – Centro

Tel: (12) 3833-2434 / (12) 99190-5023

17

MATERIAS PARA CONSTRUÇÃO

COMERCIAL PRINCESA

Rua Principal, 341 – Rio Escuro

Tel: (12) 3842-3513 / (12) 99751-5541

PIRAMEDE HIDRÁULICA E ELÉTRICA

Rua da Cascata, 47 – Ipiranguinha

Tel.: (12) 99725-7932

PIRAMEDE HIDRÁULICA E ELÉTRICA

Rua Luis da Rosa, 2620 – Sertão da Quina

Tel.: (12) 99621-9473

CABRAL MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

Travessa Antônio Balio, 67 – Sertão da Quina

Tel.: (12) 3849-5049

IMPÉRIO DA CONSTRUÇÃO

Av. Padre Manoel da Nobrega, 1664 – Pereque Açu

Tel: (12) 3833-3146 / (12) 99667-0839

ATACADÃO VERDES MARES

Avenida Marginal, 838 - Sapê



ÓTICAS

ÓTICA ALVORADA

Rua Dona Maria Alves, 462 – Centro

Tel: (12) 3832-4325

18

ÓTICA MULTIVISÃO

Praça 13 de Maio, 27 - loja 5 – Centro

Tel: (12) 3833-9157

ÓTICA ELIS

Rua Hans Staden, 463 – Centro

Tel: (12) 3832-1591 / (12) 99682-0358

CENTRO ÓTICO DE UBATUBA

Av. Prof. Thomaz Galhardo, 935 – Centro

Tel: (12) 3832-2037

OUTLET DOS ÓCULOS

Rua Conceição, 481 – Centro

Tel: (12) 3833-1619 / 99158-6303

ÓTICA PONTO DE VISTA

Rua Cel. Domiciano, 237 – Centro

Tel: (12) 99181-5175

SUNGLASSES UBATUBA

Rua Thomaz Galhardo, 57 - Loja 02 – Centro

Tel: (12) 99664-2840



ÓTICA JULLIAN

Rua Jordão Homem da Costa, 110 – Centro

Tel: (12) 3832-2367

POLY ÓTICA

Rua Thomaz Galhardo, 430 - Loja 03 a 05 – Centro

Tel: (12) 3832-6967

POLY ÓTICA (SUPERMERCADO SHIBATA)

Rod. Oswaldo Cruz, 754 – Mato Dentro

Tel: (12) 99782-5964

MEGA ÓTICA

Rua da Cascata, 667 – Ipiranguinha

Tel: (12) 3836-6456

EXAME DE VISTA (Andreia Harayasiki)

Rua Conceição, 120 – Sala 15 Centro

Tel: (12) 98199-8627

PAPELARIA

PAPELARIA NOBRE

Rua Dona Maria Alves, 225 – Centro

Tel: (12) 3832-2167

BANCA E PAPELARIA POPULAR

Av. Padre Manoel da Nobrega, 1086

Pereque Açu Tel: (12) 99175-6219



PET SHOP E RAÇÃO

PETSHOW

Loja 01 - Av. Thomaz Galhardo, 905 – Centro

Tel: (12) 3832-6922 / 98146-0070

Loja 02 - Rua Conceição, 520 - Loja 2 – Centro

Tel: (12) 3833-9065

PET ELEGANTE

Rodovia Oswaldo Cruz, 1414 – Mato Dentro

Tel: (12) 99218-6322

BEM PET SHOP

Rua Dr. Esteves da Silva, 479 – Centro

Tel: (12) 99768-2700



REFRIGERAÇÃO

REFRIGERAÇÃO VITÓRIA

Avenida Rio Grande do Sul, 761 – Centro

Tel: (12) 3832-1017

ROUPAS, ACESSÓRIOS, CALÇADOS E MODA PRAIA

BRISA AZUL

Av. Prof. Thomaz Galhardo, 172 – Centro

Tel: (12) 3832-2554

LINA NOIVAS

Rua Antônio Marques do Valle, 52 – Centro

Tel: (12) 99756-8182

SMIDI MÓVEIS

Rua Dona Maria Alves, 317 – Centro

Tel: (12) 3832-5026

SMIDI DECORAÇÕES

Rua Cel. Domiciano, 298 – Centro

Tel: (12) 3832-3300

VIROU MODAS

Rua Hans Staden, 318 – Centro

Tel: (12) 3832-5891



SMIDI MAGAZINE

Praça Nóbrega, 682 – Centro

Tel: (12) 3832-3300

SMIDI PESCA

Rua Cel. Domiciano, 275 – Centro

Tel: (12) 3832-7681

ESQUINA DAS MODAS

Praça Nóbrega, 151 – Centro

Tel: (12) 3832-3300

O CALÇADÃO

Rua Dona Maria Alves, 374 – Centro

Tel: (12) 3832-5712

FEIRÃO ALTIMAR

Praça Exaltação da Santa Cruz, 151 – Centro

Tel: (12) 3832-1570

FEIRÃO ALTIMAR

Rua da Cascata, 151 – Ipiranguinha

Tel: (12) 3833-6740



SUPLEMENTOS

LN PERFORMACE

Av. Prof Thomaz Galhardo, 1041 – Centro

Tel: 3833-6656

22

TAXI

JOSÉ PEREIRA (VEIGA)

Praça Exaltação, 54 – Centro

Tel: 99767-1808

NILSON DE SOUZA

Praça 13 de Maio – Centro

Tel: 99178-7178

VALDEMAR DOS SANTOS FILHO

Praça 13 de Maio – Centro

Tel: 99161-4130 / 99748-0540

VIDRAÇARIA

VIDRAÇARIA UBATUBA

Rua Maria Vitória Jean, 370 – Centro

Tel: 3833-5486

VIDRAÇARIA THEODORO

Avenida Rio Grande do Sul, 266 – Centro

Tel: 99153-5912 / 99192-4003



AROMATERAPEUTA

DR^a. ANA CLAUDIA C. DE ALMEIDA

Rua Maranhão, 100 – Centro

Tel: (12) 3833-6102

23

ANESTESISTA

DR. JOSÉ PASCHOAL OLIVEIRA JR.

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 99174-6077

AUDIOLOGIA

DR^a. JANA MARANGON

Rua Cunhambebe, 351 - Sala 27 e 28 – Centro

Tel: (12) 3832-2903

CARDIOLOGIA

DR. ANDRÉ FERNANDO M FIGUEIREDO

Rua Maranhão, 435 – Centro

Tel: (12) 3833-4611

DR^a. ANDREIA CALIL MOISES GUZZI

Rua Salvador Correa, 234 – Centro

Tel: (12) 3833-2293 / (12) 3833-5584



DRª VANESSA RODRIGUES

Rua Cunhambebe, 696 – Centro

Tel: (12) 3833-7604

DR. HAMILTON CAMPELLO

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

CLINMED – CLÍNICA DE CARDIOLOGIA

Rua Caçapava, 148 – Caraguá

Tel: (12) 98100-0310

CLÍNICO GERAL

DR. ANTONIO G. COIN DE ALMEIDA

Rua Maranhão, 100 – Centro

Tel: (12) 3833-6102

DR. ANDRÉ FERNANDO M FIGUEIREDO

Rua Maranhão, 435 – Centro

Tel: (12) 3833-4611

DR. MAURO NABHAN RAVANELLI

R. Cunhambebe, 351 - Sala 12 – Centro

Tel: (12) 3833-3824 / (12) 99626-9689

DR. JOSÉ PASCOAL DE OLIVEIRA JR.

R. Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 99174-6077



DR. ADOLPHO MONZI NETO

R. Dr. Esteves da Silva, 96 – Centro

Tel: (12) 3833-3206



DR. BENJAMIM RODRIGUES

Rua Maranhão, 435 – Centro

Rua Maranhão, 36 – Centro

Tel.: (12) 99187-4381 / 3832-2113

25

CIRURGIÃO GERAL

DRª. PATRÍCIA C. M. GOMES SOFIATTI

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

CIRURGIÃO PLÁSTICO

DR. ANTONIO CARLOS COSTI

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

DERMATOLOGIA

DR. ALEXANDRE DE A. SOFIATTI

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

DRª. VIVIANE PUPPIO

Rua Flamboyans, 302 – Sumaré

Tel: (12) 3208-3060

DRª. TALITA RORIZ DA SILVA SANTOS

Rua Joaquim Nabuco, 329 – Itaguá

Tel: (12) 99688-5379



ENDOCRINOLOGIA

DR^a. MARIA CRISTINA TORRES GOMES

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

26

DR. BENJAMIN GONÇALVES

Rua Maranhão, 36 – Centro

Tel: (12) 99792-4606

DR. MARCELO BUSSI

Rua Flamboyans, 302 – Sumaré

Tel: (12) 3208-3060

DR. BENJAMIM RODRIGUES

Rua Maranhão, 435 – Centro

Rua Maranhão, 36 – Centro

Tel.: (12) 99187-4381 / 3832-2113

ESTÉTICA

DR^a VANESSA PEREIRA VIEIRA

Rua Cunhambebe, 696 – Centro

Tel. (12) 3833-7604

JULIE SCHEFFER

Rua Flamboyans, 302 – Sumaré

Tel: (12) 3208-3060



TAMIRES FRANÇA

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 98216-3324

FISIOTERAPIA

27

DRª DANIELLA LARA GURGEL

Rua Cunhambebe, 696 – Centro

Tel: (12) 3833-7604

EMERSON FISIOTERAPEUTA

Rua Cunhambebe, 629 – Centro

Tel: (12) 99766-1100

GUSTAVO H. M. FURUTA

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 98143-0612

CAIAN F. BLASCOVICH

Rua Dona Maria Alves, 890 – Centro

Tel: (12) 99770-3265

REJANE ALMEIDA

Atendimento Domiciliar

Tel: (12) 99644-6823



FONOAUDIOLOGIA

DR^a ALICE CAVALCANTI

Rua Cunhambebe, 351 - Sala 27 e 28 – Centro

Tel: (12) 3832-2903

28

GINECOLOGIA

DR. ANGELO PAULO S. FILHO

Rua Dom João III, 960 – Centro

Tel: (12) 3832-2132 / (12) 98105-5727

DR. JOSÉ G. M. PERNAMBUCO NETO

Rua Maranhão, 435 – Centro

Tel: (12) 3833-4611

DR^a. PATRICIA M. LIZARELLI

Rua Salvador Correa, 234 – Centro

Tel: (12) 3833-2293 / (12) 3833-5584

DR^a ELAINE KELY VASCONCELOS

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

MEDICINA ESPORTIVA

DR. BENJAMIM RODRIGUES

Rua Maranhão, 36 – Centro

Tel.: (12) 99187-4381 / 3832-2113



MEDICINA DO TRABALHO

DR. ADOLPHO MONZI NETO

R. Dr. Esteves da Silva, 96 – Centro

Tel: (12) 3833-3206

29

DR. MAURO NABHAN RAVANELLI

R. Cunhambebe, 351 - Sala 12 – Centro

Tel: (12) 3833-3824 / (12) 99626-9689

NEUROCIRURGIA

DR. WALDYR DUARTE MENDES JR.

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 99174-6077

NUTRICIONISTA

DR^a. CAMILA PEREIRA SORROCHE

Rua Maranhão, 36 – Centro

Tel: (12) 99738-9147

DR^a. KARINA APARECIDA VIEIRA DA CRUZ

Rua Maranhão, 435 – Centro

Tel: (12) 3833-4611



ODONTOLOGIA

DR^a. CARMEN ALICE B. PITTA

Rua Alfredo de Araujo, 20 – Centro

Tel: (12) 99165-8492

30

DR^a. JESSICA SANTOS

Rua Hans Staden, 715 – Centro

Tel: (12) 3833-4236 / (12) 97402-9075

DR^a. KAREN REGINA DONINI

Rua Hans Staden, 715 – Centro

Tel: (12) 3833-4236 / (12) 97402-9075

DR. CESAR WADY

Rua Carlos Asseburg, 215 – Itaguá

Tel: 3832-7625 / 99141-9900

DR^a. CAROLINA F. WADY

Rua Carlos Asseburg, 215 – Itaguá

Tel: 3832-7625 / 99141-9900

DR^a. PATRICIA S. SETTI RODRIGUES

Rua Esmeralda G. Santos, 115 – Centro

Tel: 3833-7745

DR^a. MARIANA HELENA DA SILVA

Rua Pe. Manoel da Nóbrega, 512 – Perequê Açu

Tel: (12) 99735-9615



DR^a. NIVEA FERREIRA TAVARES

**Rua. Benedito Pimenta, 15-
Centro Tel: (12) 3833-4731 /
(12) 98857-8622**

31

DR. FRANCISCO R. CISNEROS JR.

**Rua. Maranhão, 136 – Centro
Tel: 2103-8771**

DR^a. MAITÊ ALVES PEQUENO

**Rua Pe Manoel da Nóbrega, 512 – Pereque Açu
Tel: (12) 99735-9615**

DR^a. LÚCIA HELENA S. V. LIO

**Rua Conceição, 567 – Centro
Tel: (12) 3833-9642 / 99628-2829**

DR. FREDERICO NOGUEIRA BRITO

**Rua Thomaz Galhardo, 546 – Centro
Tel: (12) 3833-3029 / (12) 99199-3918**

DR^a. CLAUDIA CRISTINA C. SOUZA

**Rua Thomaz Galhardo, 546 – Centro
Tel: (12) 3833-3029 / (12) 99199-3918**

DR^a. SUSANA S. MENDES

**Rua Benedito Pimenta, 15 -Sala 2 – Centro
Tel: (12) 3833-4731 / (12) 98857-8622**

DR^a. ANDRESSA ATILI COSTILHAS

Rua Benedito Pimenta, 15 -Sala 2 – Centro

Tel: (12) 3833-4731 / (12) 98857-8622

DR. FÁBIO ARAKI

Rua Benedito Pimenta, 15 -Sala 2 – Centro

Tel: (12) 3833-4731 / (12) 98857-8622

DR^a. MARCELA BELLINI

Rua Benedito Pimenta, 15 -Sala 2 – Centro

Tel: (12) 3833-4731 / (12) 98857-8622

DR^a. ANA LUCIA BRAVO DOS SANTOS

Rua Hans Staden, 733 – Centro

Tel: (12) 3836-2305 / (12) 99155-4626

DR. FABRÍCIO MARTINS PINTO

Rua Hans Staden, 693 – Centro

Tel: (12) 3833-4432

DR^a. RAIKA DANIERIE PEREIRA

Rua Hans Staden, 693 – Centro

Tel: (12) 3833-4432

DR^a. AGLAIR ANDRADE

Rua Cunhambebe, 620 – Centro

Tel: (12) 3833-8030

CLÍNICA SORRIR FAZ BEM

Rua Altino Arantes, 505 –

Caraguá Tel: (12) 99645 – 4799



SORRIDENT'S CLINICA ODONTOLOGICA

Rua Altino Arantes, 599 –

Caraguá Tel: (12) 3883 - 6503

ORTOPEDIA

DR. JOSÉ LEITE O. NETO

Rua Maranhão, 36 – Centro

Tel: (12) 3832-2113

33

PSICOLOGIA

DR^a. KELI NEVES DAS DORES

Rua Thomaz Galhardo , 1088 – Centro

Tel: (12) 99254-0257

DR^a. TATIANA RODRIGUES

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 98171-7906

DR^a. MARCIA MARIA COIN DE ALMEIDA

Rua Maranhão,100 – Centro

Tel: (12) 3833-6102

DR^a. ANA CAROLINA

Atendimento On-Line

Tel.: (12) 98247-3832

DR. JEAN CARLOS DE SOUSA SANTOS

Avenida Monteiro Lobato, 55 – Itaguá



PSIQUIATRIA

DR^a. ROBERTA HORST

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

34

TERAPEUTA OCUPACIONAL

ESTELA M. MARCONDES FURUTA

Rua Cunhambebe, 351 – Centro

Tel: (12) 98316-2759

CLÍNICAS E HOSPITAIS

SANTA CASA DE UBATUBA

Rua Thomaz Galhardo, 110 – Centro

Tel: (12) 3832-1600

Serviço de Pronto Atendimento, Hospitalar, Raio X, Ultrassom e Internação.

CLÍNICA COSTA VERDE

Rua Dom João III, 23 – Centro

Tel: (12) 3833-9712

**Dermatologia, Endocrinologia, Cirurgia Geral,
Clinica Medica, Enfermagem, Psiquiatria,
Cardiologia e Eletrocardiograma.**



MR CENTRALMED

Rua Hans Staden, 777 – Centro

Tel: (12) 3832-3975

**Tomografia, Exames Laboratoriais, Endoscopia,
Desintometria Ossea, Mamografia, Colonoscopia,
Exames Cardiológicos, Ultrassonografia.
Especialidades médicas: Pediatria, Nefrologia,
Psicologia, e outras...**

35

PLENITUDE - ESPECIALIDADES ODONTOLÓGICAS

Rua Thomaz Galhardo, 546 – Centro

Tel: (12) 3833-3029 / (12) 99199-3918

CLÍNICA SANTOS DOMINI

Rua Hans Staden, 715 – Centro

Tel: (12) 3833-4236 / (12) 97402-9075

CLÍNICA BIO INOVAH

Rua Salvador Correia, 426 – Centro

Tel: (12) 3833-5064

CLÍNICA JULIE SCHEFFER

Rua Flamboyans, 302 – Sumaré

Tel: (12) 3208-3060

ESPAÇO CITTA

Rua Cunhambebe, 351 - Sala 24 – Centro

Tel: (12) 99140-8686



CLINICA SANTA CECILIA

Rua Maranhão, 36 – Centro Tel:

(12) 3832-2113

ORTHO QUALITY

Rua Alfredo Araújo, 20 – Centro

Tel: (12) 99121-3097

CLÍNICA DA CIDADE UBATUBA

Praça 13 de Maio, 70 – Centro

Tel: (12) 3500-8960

EXAMES - LABORATÓRIOS E RADIOLOGIA

BIOLAC

Rua Salvador Correa, 538 – Centro

Tel: (12) 3832-2729

HUMANIZE

Rua Salvador Correa, 410 – Centro

Tel: (12) 3832-2669

DUCLIN UBATUBA

Rua Cunhambebe, 351 - Sala 02 – Centro

Tel: (12) 3832-3090

DUCLIN CARAGUÁ

Av. Pres. Castelo Branco, 87 – Sumaré

Tel: (12) 3882-1185



LABORATÓRIO CITOGENESIS

Rua Maranhão, 435 – Centro

Tel: (12) 99766-4835

CROL – RADIOLOGIA

Rua Antonio Silva Balio, 70 – Centro

Tel: (12) 3836-2219

NEXUS RADIOLOGIA

Rua Dr. Esteves da Silva, 315 – Centro

Tel: (12) 99661-9929

CARAGUATATUBA

EXAMES - LABORATÓRIOS

CLINICA TOMOCENTER

Av. Pres. Castelo Branco, 248 – Sumaré

Tel: 3882-3896 / 3882-6624

**Res. Magnética, Tomografia, Ultrassonografia,
Dens. Ossea, Mamografia e Radiografia.**

DUCLIN

Av. Pres. Castelo Branco, 87 – Sumaré

Tel: 3882-1185

PRIME MEDCENTER ULTRASSONOLOGRAFIA

Av. Pernambuco, 305 – Jardim Primavera

Tel: (12) 99735-8413



LABORATÓRIO OSWALDO CRUZ

UNIDADE CENTRO

Av. Anchieta, 196 - Sl 12,13 e 14 – Centro

Tel.: (12) 2123-9200

UNIDADE SERRAMAR SHOPPING

Av. José Herculano, 1086 – Santa Marina

Tel: 2123-9200 / Whatsapp: 2123-9200

ROVERI RADIOLOGIA

Av. Pres. Castelo Branco, 349 – Sumaré

CENTRO MÉDICO SÃO CAMILO

Tel: 3882-1677 Ramal 2

Tel.: 99601-0956

CENTRO OFTAMOLOGICO AVANÇADO

Av. Pres. Castelo Branco, 349 – Sumaré

CENTRO MÉDICO SÃO CAMILO

Tel: 3883-6657 / 3883-2702 / 99687-0293

TOTAL QUALITY MEDICINA DIAGNOSTICA

Av. Padre Anchieta, 1010 – Centro

Tel: (12) 99774-3535

GUÉRCIO CLÍNICA MÉDICA

Av. Dr. Arthur Costa Filho, 937 – Centro

Tel: 3224-9073 / Whatsapp 99794-0012



SUCCÉS CLINIQUE

Rua Benedito Zacarias Arouca, 93 – Sumaré

Tel: (11) 99177-0468

SABIN LABORATÓRIO CLÍNICO

Av. Dr. Arthur da Costa Filho, 775 – Centro

Tel: (12) 2138-9500

CENTRO MÉDICO SÃO CAMILO

Av. Pres. Castelo Branco, 349 – Sumaré

Tel: (12) 3882-1616

UROPROCT CLÍNICA MÉDICA

Rua Rodrigues Alves, 80 – Centro

Tel: (12) 3883-8218

CLÍNICA NEUROLOGICA ALTISMO INFANTIL

Rua Bonifácio de Freitas, 237 – Centro

Tel: (12) 99714-3697

MEDICOR CENTRO DE ESPECIALIDADE MÉDICAS

Av. Frei Pacífico Wagner, 990 – Centro

Tel: (12) 98211-1954

COLACIO LABORATÓRIO ANALISES CLINICAS

Av. Ver. Aristides Anizio dos Santos, 1072 - Indaiá

Tel: (12) 3600-7257



CLINICA BOA VISÃO

Praça Candido Motta, 95 – Centro

Tel: (12) 99726-8592

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

40

GEOMATER

Praça Candido Motta, 21 – Centro

Tel: (12) 99179-7731

ÓTICAS

ÓTICA FACCINI

Rua Altino Arantes, 485 – Centro

Tel: (12) 3889-1143

ÓTICA BRASIL

Rua Altino Arantes, 477 – Centro

Tel: (12) 98882-4901

TAUBATÉ

CLINICA PRÓ-CORAÇÃO

Rua Padre Diogo Antonio Feijó, 145 – Centro

Tel: 3621-9100 / 3624-1000

Eletrocardiograma, Eco Collor Dopler, Holter

24hrs, Map 24 hrs, Teste Ergométrico, Doppler

Carotidas e Vertebrais (veias pescoço)



CLINICA PRÓ-IMAGEM

Av. Nove de Julho, 216 – Centro

Tel: 3621-1004

CARDIOLOGIA

DR. CLAUDIO RICARDO MANFREDINI

Edificio Office Tower

R. Conselheiro Moreira de Barros, 159 – Centro

Tel: 3621-7377

DR. JOSÉ IÂNACE DE CASTRO JR.

Rua Padre Diogo Antonio Feijó, 145 – Centro

Tel: 3621-9100 / 3624-1000

ÓTICAS

MILLENIUM CLÍNICA EXAMES OFTAMOLÓGICOS

Rua Cel. Augusto Monteiro, 461 – Centro

Tel: (12) 3622-6000

TIRE UM POUCO DE SUAS DÚVIDAS

AS 10 PERGUNTAS MAIS FREQUENTES SOBRE PLANSTEL

42

1 - Em caso de óbito o que tenho direito?

O Associado PLANSTEL tem cobertura em urna mortuária, ornamentação interna, remoção, cortejo, velório, translado (verificar cobertura de cada plano) Tanatopraxia (caso tenha contratado) suporte técnico operacional e administrativo.

2 - Por que é importante manter meu plano em dia?

É muito importante que se mantenha seu plano em dia para não suspender o atendimento, pois desde os aparelhos de auxílios aos convalescentes ao funeral nunca sabemos quando vamos precisar utilizar.

3 - A Ambulância Assistencial atende emergências?

Não. A Ambulância é uma unidade móvel de apoio de uso exclusivo assistencial, e a sua utilização só é possível através de agendamento.



4 - Porque precisa da Declaração Médica para a utilização da unidade móvel de apoio e ambulância?

Somente o médico pode avaliar as necessidades do paciente e solicitar o melhor meio de transporte para o mesmo.

5 - O que é necessário para o empréstimo de aparelhos de auxílio aos convalescentes (cadeira de banho, cadeira de rodas, muletas, bengala e andador?)

É necessário a carteirinha, declaração médica prescrevendo qual (s) aparelho (s) e o tempo de utilização, estar em nome do usuário e também a mensalidade em dia.

6 - Posso pegar um aparelho de auxílio aos convalescentes para uma pessoa que não esteja inclusa no meu plano?

Todos os benefícios oferecidos pelo plano só poderão ser utilizados por associados devidamente cadastrados.



7 - Pagarei por algo a mais se houver mais de um óbito em meu plano?

Não. Uma das vantagens do plano, é que não terá acréscimo algum se houver mais de um óbito, será prestado o mesmo serviço funeral com qualidade e responsabilidade aos associados.

8 - Se o Titular falecer o que acontece com o Plano?

Neste caso o sucessor assume a titularidade e é nomeado um novo sucessor.

9 - E o que acontece no caso de falecimento do sucessor?

O Titular deverá indicar um dos nomes de seus dependentes como novo sucessor.





PONTOS PARA PAGAMENTO DE CARNÊS PLANSTEL



Plano Assistencial Litorânea

Rua Conceição, 539 - Centro
(12) 3832-1489

Ponto de Apoio

Av. Prof. Thomaz Galhardo, 876 - Centro
(12) 3832-6387 / 3833-8433

☎ 99600-4455

Associado PLANSTEL agora concorre a prêmios todos os meses, é isso mesmo prêmios todos os meses, como funciona... pagando sua mensalidade em dia você concorre automaticamente a dois prêmios mensal e tem mais... se você indicar alguém para fazer o plano e efetivarmos a venda você concorre a outros prêmios até o final do ano. Sorteio dose dupla, participe deixando sua mensalidade em dia e indicando alguém para fazer o plano. Consulte o regulamento pelos nossos telefones.

PRIMEIROS SOCORROS

Como agir em alguns casos

46

ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC)

Em caso de suspeita de Acidente Vascular Cerebral (AVC) leve a pessoa imediatamente para um hospital. Não espere a chegada da ambulância, use qualquer meio de transporte rápido para isso, automóvel, taxi ou até mesmo a viatura da polícia. Se a suspeita for com você mesmo e os sintomas sejam discretos faça da mesma forma. Somente tente ir sozinho, em último caso, se não houver outra possibilidade.

Os sintomas do AVC são os seguintes: falta de sensibilidade ou formigamento em um dos lados do corpo ou da face, paralisia, dificuldade para entender o que os outros falam, fala pastosa ou incapacidade de falar e a boca pode ficar torta ou a pálpebra caída de um dos olhos. Em casos mais graves e com a pessoa inconsciente o Resgate (192) deve ser acionado.

INFARTO

Em caso de suspeita de infarto (dor no peito muito intensa) se possível leve a vítima para um Pronto Socorro ou Hospital. No caso de não ter como transportar ligue para o Resgate (192), afrouxe as roupas da pessoa e aguarde a chegada do socorro. Procure acalmar e não ofereça nenhuma bebida alcoólica e nem calmantes. Mantenha a pessoa deitada em um local que fique bem arejado e confortável.

Na ocorrência de parada cardíaca (quando a pessoa não responde e não respira) ligue imediatamente para o 192 e inicie os procedimentos de reanimação em caso de parada cardíaca até a chegada do Resgate.

INTOXICAÇÃO E ALERGIAS

Nos casos de ingestão acidental de produtos químicos, comprimidos ou quaisquer outras substâncias procure saber a quantidade ingerida ou o nome do produto e se possível leve o frasco junto para fornecer informações à equipe de atendimento. Leve a pessoa a um hospital ou ligue para o Resgate (192) e solicite informações de como proceder.

Procure manter a calma em qualquer situação para poder auxiliar uma pessoa que necessite de Primeiros Socorros e lembre-se de chamar o Resgate SAMU (192), CORPO DE BOMBEIRO (193) ou para o atendimento especializado.





CROL
Clínica de Radiologia
Odontológica Litoral
"Excelência em Imagem"

Fone: 3836-2219

www.radiologiacrol.com.br

Ubatuba/SP * Ilhabela/SP * Paraty/RJ

CROSP 72838

PetShow

A linha mais completa de Rações, Produtos,
Medicamentos e Acessórios para seu Animal

**BANHO
E TOSA**
Idol dog:
3832 5417

**DISK
RAÇÕES**

PARA SUA COMODIDADE
PAGUE EM SUA CASA
VISA **MERCADO PAGO**

Lj 01: Av. Prof. Thomaz Galhardo, 905 - Centro ☎ 3832 6922

Lj 02: Rua Conceição, 520 - Centro ☎ 3833 9065

📞 (12) 98216-5324

Estética
Famires França

Tratamentos Estéticos
Corporais e Faciais

Facebook @esteticafamiresfranca

Rua Cunhambebe, 351 - Sala 47 - Centro - Ubatuba - São Paulo

Dra. Karen Regina Donini

CIRURGIÃ DENTISTA - CRO 60126

Rua Hans Staden, 715 - Centro

Tel.: (12) 3833-4236 / (12) 97402-9075

Farmarys
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA

Referência em Manipulação de Medicamentos
Homeopatia - Fitoterápicos
Suplementos Alimentares
Florais - Produtos Naturais - Alopatis

Tel.: 3832-6984 / 3833-4181 ☎ 99628-9278

Rua Hans Staden, 285 - Centro



Panfletos, Cartão de Visita, Cartaz,
Imã, Calendários, Adesivos, Lona,
Tags, Banner, Placas, Recibo, Pastas...

"Nunca perca de vista o seu ponto de partida". Santa Clara de Assis

☎ **99743-8335**

Costa Verde
CLÍNICA MÉDICA

Dermatologia, Cirurgia Geral, Cardiologia, Urologia,
Ginecologia, Endocrinologia, Cirurgia Plástica,
Psicologia, Psiquiatria, Acupuntura e Nutrição.

R. Dom João III, 23 - Centro, Ubatuba/SP

(12) 3833-9712 / ☎ (12) 99779-5623

rececao@clinicacostaverde.com.br

Dr. Mauro Nabhan Ravanelli

Clínico Geral - Médico do Trabalho

CRM 50.790 - MTE 19.286

Tel.: 3833-3824

☎ (12) 3836-1904 ☎ 98857-8622



Dra Nivea Ferreira Tavares

CROSP 77075

Odontologia

Rua Benedito Pimenta, 15 - Sala 2 - Centro - Ubatuba

ORTODONTIA - CLÍNICO GERAL - CANAL
IMPLANTE - CLAREAMENTO - PRÓTESE
CIRURGIA - ODONTOPEDIATRIA

Atendimento de Segunda à Sexta, das 9h às 12h e 14h às 18:30h



ALCATRAZ
DESPACHANTE

SSP 7940

Veículos e Embarcações

Rua Conceição, 978 - Centro - Ubatuba - SP

Tel.: (12) 3832-7990 | 99161-5458 | 97402-5946



Fone: (12) 3832-5475

E-mail: contato@modulocontabilidade.com.br

Rua Maranhão, 180 - Centro - Ubatuba - SP

ASSESSORIA CONTÁBIL, FISCAL E TRABALHISTA

Qualisan
ambiental

Desinsetização - Descupinização - Desratização
Limpeza de Reservatórios de Água
Manejo de Pombos e Morcegos

(12) **3833-8941**

CONTROLE DE PRAGAS URBANAS

☎ **99123-5332**

Av. Pe. Manoel da Nóbrega, 1485 - Perequê Açu - Ubatuba/SP

ACREDITE EM SEU PROJETO

Há 30 anos instalou em Ubatuba uma empresa séria, com a proposta de um trabalho jamais visto no município e região, ideia basicamente simples, porém audaciosa por oferecer serviços e produtos novos e desconhecidos... O tempo foi passando mais e mais pessoas foram acreditando no trabalho dessa empresa, honrando tudo que prometeu desde o começo realizou centenas de atendimentos, passou por uma pandemia e não deixou sequer um associado sem ser atendido, hoje com a responsabilidade muito maior devido grande número de associados que confiaram na proposta, e com isso foram tendo o retorno que esperavam, mostrando se satisfeitos com o que estavam presenciando não tiveram dúvidas, indicavam a familiares, amigos e conhecidos. Em contra partida essa empresa investiu e investe cada vez mais em suas estruturas, oferecendo serviços e produtos de qualidade com pontualidade e sem deixar de fora técnicas avançadas, respeito e carinho para cuidar de seus entes queridos, disponibilizando o que há de melhor no setor. Agradecemos a todos que acreditaram e acredita no seu trabalho

