



Câmara Municipal de Coimbra

Divisão de Intervenção e Ação Social

GUIÃO PARA INTEGRAÇÃO DOS MIGRANTES e REFUGIADOS em COIMBRA

Guião Para Integração de Migrantes

Enquadramento

Procurando criar as condições necessárias ao acolhimento e integração dos cidadãos Refugiados, o Grupo de Trabalho das Migrantes assumiu a iniciativa de criar um sub-grupo de trabalho restrito população Refugiada encetar um conjunto de medidas favorecedoras da inserção destas populações nas dinâmicas locais, minorando potenciais situações de exclusão social. Por acreditar se tratar de um processo em que diversos atores são corresponsáveis, num processo de mobilização e mudança, o Município chamou a si todos os que, unilateralmente, lidam com a matéria do fluxo imigratório, criando assim Este documento pretende ser um instrumento de consulta para quem chega de novo ao nosso concelho e facilitador no que concerne à vivência rotineira na nossa sociedade de acolhimento, informando, fundamentalmente, sobre os recursos disponíveis existentes e seu modo de funcionamento, que deverão ser utilizados consoante as necessidades de cada um.

O documento que espelha a dimensão estratégica e operacional para o acolhimento destes cidadãos.

Localização

Cidade de Coimbra.

Governo

Portugal é uma democracia constitucional parlamentar e um estado-membro da União Europeia.

Clima

Clima temperado mediterrânico, com temperaturas amenas. Temos 4 estações ao longo do ano: a Primavera, o Verão, o Outono e o Inverno.

Guião Para Integração de Migrantes

PRIMEIRAS DILIGÊNCIAS

Depois de chegar a Portugal, é necessário tratar de algumas formalidades para dar início ao processo de legalização, relativo à sua permanência em território nacional.

Para sua orientação, consulte o esquema abaixo e siga as etapas propostas, segundo a sua condição.

SERVIÇOS DE APOIO A CIDADÃOS MIGRANTES

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF)

Este serviço tem como principal objetivo controlar a circulação de pessoas nas fronteiras, bem como a permanência e as atividades exercidas por cidadãos estrangeiros em território nacional.

O que pode tratar no SEF?

Solicitar:

- ☑ A Declaração de entrada em Território Nacional
- ☑ A Prorrogação de vistos
- ☑ Os Pedidos de concessão e renovação de Autorizações de Residência temporárias e permanentes
- ☑ O Reagrupamento familiar
- ☑ O Cartão de Cidadão (e de familiar) da UE

Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes (CLAIM)

O Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes é um espaço de acolhimento, mediação, informação e apoio descentralizado e de proximidade para todos os migrantes que residem, trabalham e/ou estudem no concelho de Odemira.

Que tipo de apoios pode esperar do CLAIM?

- ☑ Inteirar-se sobre a legislação, os direitos e os deveres dos cidadãos em Portugal, aos mais diversos níveis;
- ☑ Pedir informações nas mais diversas áreas, tais como: regularização da situação migratória, nacionalidade, reagrupamento familiar, trabalho, saúde, educação, habitação, segurança social, entre outros;

Guião Para Integração de Migrantes

- ☒ Obter apoio no preenchimento de formulários e no contacto com organismos públicos, como por exemplo, Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF), Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), Finanças, Segurança Social, Centros de Saúde, Escolas, Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP), etc;
- ☒ Colaborar com o CLAIM nas atividades que promovam uma efetiva integração dos migrantes no território.

5.3. Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT)

A Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT) é um serviço do Estado e tem como missão a promoção da melhoria das condições de trabalho, através da:

Fiscalização do cumprimento das normas em matéria laboral;

- ☒ Promoção de políticas de prevenção dos riscos profissionais;
- ☒ Controlo do cumprimento da legislação relativa à segurança e saúde no trabalho.

TODOS OS CIDADÃOS TÊM DIREITOS E DEVERES

Um dos princípios fundamentais da Lei Portuguesa é o da igualdade, pelo que ninguém pode ser privilegiado, beneficiado, prejudicado, privado de qualquer direito ou isento de qualquer dever em razão de ascendência, sexo, raça, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica ou condição social.

Os cidadãos estrangeiros legalizados e os apátridas que se encontrem ou residam em Portugal, gozam dos direitos e estão sujeitos aos deveres do cidadão português.

Todos têm direito à liberdade e à segurança. Ninguém pode ser total ou parcialmente privado da liberdade, a não ser em consequência de sentença judicial condenatória pela prática de ato punido por lei.

Em Portugal as mulheres têm os mesmos direitos que os homens. Casamentos forçados, crimes de honra ou mutilação genital feminina são proibidos em qualquer situação e punidos por lei.

Em matéria de direito ao trabalho, todos os trabalhadores, sem qualquer distinção têm direito:

- ☒ À retribuição do trabalho, observando-se o princípio de que para trabalho igual salário igual, de forma a garantir uma existência condigna;
- ☒ À organização do trabalho em condições socialmente dignificantes;
- ☒ À prestação do trabalho em condições de higiene, segurança e saúde;
- ☒ Ao repouso e ao lazer, ao descanso semanal e a férias periódicas pagas;

Guião Para Integração de Migrantes

À assistência e justa reparação, quando vítimas de acidentes de trabalho ou de doença profissional.

Quanto à saúde, todos os cidadãos estrangeiros, que residam legalmente em Portugal, têm os mesmos direitos e deveres dos beneficiários nacionais, quer seja no acesso aos cuidados de saúde, como de assistência medicamentosa prestados pelo Serviço Nacional de Saúde.

No que toca à educação, todos têm direito ao ensino com garantia do direito à igualdade de oportunidades de acesso e êxito escolar. Todos os menores têm a obrigação de frequentar a escola, sendo responsabilidade dos pais assegurar que os seus filhos frequentem o sistema de ensino.

O Estado tem a obrigação de garantir os direitos das pessoas, mas estas também têm deveres perante o estado e os outros cidadãos, tais como:

Cumprir as leis do país;

Cumprir as obrigações face ao estado, especialmente o pagamento de impostos e taxas;

Colaborar com as autoridades;

Respeitar as diferentes culturas presentes no território;

Respeitar os usos, costumes e regras do país;

Proteger a natureza e o património público do país.

PALAVRAS / EXPRESSÕES DO QUOTIDIANO

O desconhecimento da língua do país de destino é uma das dificuldades mais sentidas por quem chega a um novo país e um entrave ao processo de integração. No dia-a-dia, surgem inúmeras situações, nas quais o conhecimento da língua do país de acolhimento facilitaria em muito a rotina do cidadão migrante.

Apesar de se aconselhar a Outras Expressões

frequência de ações de

formação de aprendizagem

da língua portuguesa

(Programa Português para

Todos-PPT e demais),

convidamo-lo a consultar as

palavras/expressões que se

seguem, as quais podem

ajudá-lo nos primeiros

Guião Para Integração de Migrantes

contactos com a comunidade

local. Saudações

Bom dia	Sim
Boa tarde	Não
Boa noite	Estou perdido
Adeus	Por favor
Como se chama?	Obrigado
Olá, chamo-me José	Desculpe
Como está?	De nada
Estou bem	Quanto custa?
	Onde é _____?
	Que horas são?
	Como se diz em português?
	Não entendo
	Por favor fale devagar
	Quem?
	Porquê?

Locais

Escola
Jardim de Infância
Creche
Supermercado
Farmácia
Banco
Restaurante
Centro de Saúde
Hospital
Município
Serviço de Finanças
Segurança Social - Serviço
Local de Odemira
Instituto de Emprego e
Formação Profissional
(IEFP)
Gabinete de Inserção
Profissional (GIP)
Guarda Nacional
Republicana (GNR)

Alimentação

Pão
Leite
Água
Carne
Peixe
Fruta
Massa
Arroz
Batatas
Chá
Café
Açúcar
Pequeno-almoço
Almoço
Lanche
Jantar

Tempo

Dias da semana:
Domingo
Segunda-feira
Terça-feira
Quarta-feira
Quinta-feira
Sexta-feira
Sábado
Meses do Ano:
Janeiro
Fevereiro
Março
Abril
Maio
Junho
Julho
Agosto
Setembro
Outubro
Novembro
Dezembro

Guião Para Integração de Migrantes

Centro Local de Apoio à
Integração de Migrantes
(CLAIM)
Serviço de Estrangeiros e
Fronteiras (SEF)

Algarismos

0
1
2
3
4
5
6
7
8
9

Saúde

Consulta
Médico
Enfermeiro
Doença
Dor
Ambulância
Xarope
Comprimidos
Febre
Cartão de Utente do Serviço
Nacional de Saúde

Horas

Meia-noite
Meio-dia
Manhã
Tarde
Noite
Ontem
Hoje
Amanhã
Fim de semana
Relógio
Ano
Mês
Semana

Habitação

Casa
Cama
Mesa
Cadeira
Casa de banho
Luz
Fogão
Frigorífico
Televisão
Eletricidade
Quarto
Sala
Cozinha

Trabalho

Empresa
Agricultura
Ordenado
Contrato de trabalho
Férias
Folga
Horas extraordinárias
Descontos
Empregado
Desempregado
Subsídio
Horário de trabalho

Transportes

Rua
Estrada
Automóvel
Autocarro
Táxi
Bicicleta
Mota
Bilhete
Carta de Condução
Cinto de Segurança
Documentos
Colete
Oficina

Guião Para Integração de Migrantes

Contrato de Arrendamento

Recibo

Senhorio

Renda

Aluga-se

Verbos

Falar

Fazer

Comer

Beber

Dormir

Acordar

Trabalhar

Pagar

Comprar

Alugar

Vender

Preencher

Aprender

Andar

Conduzir

Ir

Doer

Entrar

Sair

Encontrar

Pedir

Dar

Diversos

Homem

Mulher

Criança

Mar

Campo

Praia

Sol

Lua

Rio

Ponte

Apoio

Informação

Conta

Preço

Entrada

Saída

Dinheiro

Legalização

Autorização de Residência

Visto

Declaração

ADMINISTRAÇÃO LOCAL

Guião Para Integração de Migrantes

A administração local consiste na administração pública exercida pelas autarquias locais, municípios e freguesias.

As autarquias locais têm património e finanças próprios e tem competências nas áreas de planeamento e gestão do território, proteção civil, espaços públicos, ambiente, ação social, saúde, educação, cultura, desporto e outras.

8.1. A Câmara Municipal é o órgão executivo do município, responsável pela prestação de diversos serviços públicos.

Neste serviço o cidadão Refugiado pode:

- ☑ Solicitar o contador de água, para se ligar à rede pública de abastecimento de água;
- ☑ Pagar o consumo mensal de água;
- ☑ Solicitar licença de construção de habitação ou de obras;
- ☑ Solicitar comunicação prévia de abertura de estabelecimento;
- ☑ Solicitar Apoio ao Arrendamento habitacional;
- ☑ Solicitar o Cartão Social Municipal;
- ☑ Solicitar o certificado de registo de cidadão comunitário (só para cidadãos europeus).

8.2. A Junta de Freguesia no uso das suas competências emite documentos administrativos para diversas finalidades, nomeadamente:

- ☑ Declarações e certidões diversas;
- ☑ Atestados de residência;
- ☑ Recenseamento eleitoral;
- ☑ Atestados de eleitor/a;
- ☑ Autenticação de fotocópias;
- ☑ Licenciamento de canídeos.

Autoridade Tributária e Aduaneira / Serviço de Finanças

A Autoridade Tributária e Aduaneira tem por missão administrar os impostos, direitos aduaneiros e demais tributos que lhe sejam atribuídos, bem como exercer o controlo da fronteira externa da União Europeia e do território aduaneiro nacional, para fins fiscais, económicos e de proteção da sociedade.

O Serviço de Finanças é uma das Unidades orgânicas desconcentradas de âmbito local.

Neste serviço público o cidadão Refugiado pode:

- ☑ Solicitar o número de identificação fiscal;

Guião Para Integração de Migrantes

- ☑ Se trabalhar por conta própria e necessitar de abrir atividade;
- ☑ Entregar a Declaração do IRS;
- ☑ Solicitar senha de acesso para aceder à área pessoal do Portal das Finanças;
- ☑ Pagar impostos (IRS, IVA, Imposto Único de Circulação (selo do carro)).

O ACESSO À SAÚDE

De acordo com a Constituição da República Portuguesa toda/os têm direito à proteção na saúde e o dever de a defender e a promover. O direito à saúde é realizado através do Serviço Nacional de Saúde (SNS) e tem em conta as condições económicas e sociais dos cidadãos, tendencialmente gratuito.

- ☑ Qualquer migrante em Portugal tem o direito à saúde e o dever de a proteger.
- ☑ O migrante que se encontre doente em Portugal tem o direito a ser assistido no Centro de Saúde ou no Hospital da zona de residência em caso de urgência.
- ☑ Não pode ser recusada a assistência alegando razões ligadas à nacionalidade, falta de meios económicos, situação irregular ou outra.

O que fazer se houver uma recusa na prestação de CUIDADOS DE SAÚDE?

Deve dirigir-se ao Gabinete do Utente do Centro de Saúde de Odemira, ou do Hospital do Litoral Alentejano (Santiago do Cacém) / Hospital José Joaquim Fernandes (Beja), conforme os cuidados de saúde necessários.

Onde pode adquirir o cartão de utente do Sistema Nacional de Saúde (SNS)?

O cartão de Utente pode ser adquirido **gratuitamente** nas Unidades de Saúde Familiar;

Para que serve o cartão de utente?

- ☑ Acesso a cuidados de saúde;
- ☑ Obter requisições diagnósticas;
- ☑ Obter prescrição e aquisição de medicamentos.

Quem pode obter o cartão de utente?

- ☑ Migrantes titulares de Autorização de Residência.

O que fazer no caso de migrantes que não sejam titulares de uma Autorização de Residência ou que se encontrem em situação irregular ou sem documentos?

- ☑ Solicitar na Junta de Freguesia um atestado de residência conforme se encontra a residir em Portugal há mais de 90 dias (devendo ir acompanhado por 2 testemunhas);
- ☑ Documento de identificação: passaporte ou outro.

Guião Para Integração de Migrantes

11. SEGURANÇA E JUSTIÇA

A Constituição da República Portuguesa refere que todos os cidadãos têm direito à liberdade e à segurança, e a todos é assegurado o acesso aos tribunais para defesa dos seus direitos e interesses legalmente protegidos, não podendo a justiça ser denegada por insuficiência de meios económicos.

Em Portugal e concretamente no concelho de Coimbra, existem entidades responsáveis por garantir que estes direitos não são colocados em causa, nomeadamente:

- ☒ O Número de Emergência Nacional;
- ☒ O Serviço Municipal de Proteção Civil de Coimbra;
- ☒ Os Bombeiros Voluntários;
- ☒ A Guarda Nacional Republicana;
- ☒ O Tribunal Judicial da Comarca de Coimbra;
- ☒ O Ministério Público de Coimbra.

12. SEGURANÇA RODOVIÁRIA

A segurança rodoviária tem como grande objetivo reduzir os riscos de acidentes rodoviários.

12.1. Para circular com segurança na via pública, o **peão** deve:

- ☒ Andar sempre pelos passeios, quando os houver;

Caso não haja passeio, deve circular pelo lado esquerdo, de frente para os veículos;

- ☒ Quando se anda em grupo, deve-se circular numa única fila;
- ☒ À noite, deve usar roupas claras e/ou refletoras;

☒ As crianças não devem brincar na estrada.

12.2. O **ciclista** deve ser portador de documento legal de identificação pessoal – Bilhete de Identidade, Cartão do Cidadão ou Passaporte.

Principais regras a cumprir:

- ☒ Cumprir o código da estrada e respeitar as regras de trânsito;

Guião Para Integração de Migrantes

- ☒ Não circular em contramão;
- ☒ Se pedalar em grupo, deve fazê-lo em fila indiana ou aos pares, não sendo possível a circulação em paralelo de mais de 2 ciclistas;
- ☒ Sempre que retoma a marcha ou tenciona mudar de direção, deve tomar todas as precauções e sinalizar atempadamente as manobras (sinais de mão);
- ☒ À noite utilize luzes e refletores na bicicleta e no corpo;
- ☒ É proibido conduzir quaisquer veículos, incluindo bicicletas, sob influência de álcool ou de substâncias psicotrópicas;
- ☒ Não é permitido o transporte de passageiros numa bicicleta se a mesma não estiver preparada para o efeito;
- ☒ Não se deve circular nos passeios, já que esse é o espaço para os peões;
- ☒ O uso do capacete não é obrigatório, mas é altamente recomendado. Para circular nas estradas portuguesas com um veículo ligeiro a motor é imprescindível ser possuidor da Carta de Condução. Se ainda não a tem, precisa de se deslocar a uma Escola de Condução.

Cartas de Condução emitidas no país de origem

Se possui uma carta de condução emitida por **países pertencentes à União Europeia e ao Espaço Económico Europeu** (EEE – Islândia, Liechtenstein e Noruega), esta é válida em Portugal, até ao término da validade inscrita no título de condução.

No entanto, os condutores que estabelecem residência em Portugal têm o dever de informar o Serviço Regional ou Distrital do Instituto da Mobilidade e dos Transportes, I.P. (IMT) da sua área de residência, num prazo de 670 dias, sob pena de incorrer em infração.

O SISTEMA DE ENSINO PORTUGUÊS

A Constituição da República Portuguesa refere que todos “têm direito à Educação” e promove condições para que esta seja “realizada através da escola e de outros meios formativos, contribua para a igualdade de oportunidades, a superação das desigualdades económicas e sociais.

13.1. Breves Informações

- ☒ Em Portugal, o ensino está consagrado como universal e gratuito, para todas as crianças e jovens entre os 6 e os 18 anos.
- ☒ O ensino é obrigatório até ao 12º ano ou até o jovem atingir os 18 anos de idade.
- ☒ No processo de legalização, é exigido às crianças e jovens até aos 18 anos, a frequência escolar.

Guião Para Integração de Migrantes

☒ Os cidadãos estrangeiros residentes podem requerer nas escolas da respetiva área de residência, o pedido de equivalência/reconhecimento de habilitações, estudos e diplomas de sistemas educativos estrangeiros em qualquer altura do ano.

☒ Para efetuar a matrícula deve dirigir-se à escola sede do Agrupamento de Escolas da sua área de residência, ou a uma das Escolas não Agrupadas do nosso concelho.

☒ Em Portugal, o ano letivo tem início em meados do mês de setembro e termina durante o mês de junho. No entanto, ao longo do ano, existem várias interrupções letivas, as férias escolares.

☒ O ano letivo é dividido em 3 períodos escolares, sendo que:

- O primeiro período decorre entre meados de setembro e meados de dezembro e no final deste período acontece a primeira interrupção letiva, as férias de Natal;
- O segundo período inicia-se nos primeiros dias do mês de janeiro e por norma, termina em março ou abril. Neste período ocorrem 2 interrupções letivas, as férias de Carnaval, que costumam acontecer durante o mês de fevereiro, e as férias da Páscoa, que normalmente tem a duração de 2 semanas, ocorrendo em março ou abril;
- O terceiro período começa entre março ou abril, e prolonga-se até junho. No final deste período, ocorre mais uma interrupção letiva que acontece entre junho e meados do mês de setembro.

Níveis de Ensino

O ensino em Portugal, subdivide-se em:

☒ **Educação Pré-escolar** – destinada às crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos de idade e é ministrada em estabelecimentos de educação pré-escolar (Jardins de Infância).

☒ **1.º Ciclo do Ensino Básico** - com a duração de 4 anos (do 1.º ao 4.º ano do Ensino Básico), destinado a crianças que completem seis anos de idade até 15 de Setembro do ano civil em que o ano letivo tem início.

☒ **2.º Ciclo do Ensino Básico** - tem a duração de 2 anos (o 5.º e 6.º anos do Ensino Básico).

☒ **3.º Ciclo do Ensino Básico** tem a duração de 3 anos (do 7.º ao 9.º ano do Ensino Básico).

☒ **Ensino Secundário** tem a duração de 3 anos (do 10º ao 12º ano) e visa proporcionar formação e aprendizagens diversificadas. No final, realizam-se os Exames de Acesso ao Ensino Superior dirigidos aos alunos que queiram ingressar no referido tipo de ensino.

☒ **Ensino Superior** compreende o ensino universitário e o ensino politécnico.

A Aprendizagem da Língua Portuguesa

Programa PPT – português para Todos

☒ Este Programa traduz-se na disponibilização à população migrante, e sem custos para os participantes, de cursos de formação certificados de português. O conhecimento da língua portuguesa vai permitir o acesso à

Município de Coimbra | Divisão de Intervenção e Ação Social | Grupo Migrantes Rede Social de Coimbra | Março 2022 |

Guião Para Integração de Migrantes

nacionalidade, à autorização de residência permanente e/ou ao estatuto de residente de longa duração (com o certificado de nível A2).

☒ Os cursos são desenvolvidos pelas escolas da rede pública e pelos centros de emprego e formação profissional do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP).

☒ A inscrição nos cursos de língua portuguesa deve ser realizada nas Escolas (rede pública), nos Centros de Emprego e de Formação Profissional do IEFP e implica que os cidadãos que queiram frequentar estes cursos, estejam em situação regular em Portugal.

No entanto, existem outras ações para a aprendizagem da língua portuguesa onde só é exigido comprovar que se está em processo de legalização. *(Poderá obter mais informações junto do CLAIM ou do Município de Coimbra).*

INCLUSÃO E APOIOS SOCIAIS

No território, existem diversas entidades que procuram assegurar os direitos básicos, a igualdade de oportunidades, promover o bem-estar e a coesão social para todos os cidadãos portugueses ou estrangeiros que exerçam atividade profissional ou residam no território.

Serviço Local de Atendimento da Segurança Social de Coimbra

Os cidadãos migrantes devem deslocar-se a este serviço público quando precisarem de:

Apoios no âmbito da maternidade e paternidade:

☒ Abono de família pré-natal: Prestação atribuída à mulher grávida a partir da 13.ª semana de gestação.

☒ Subsídio parental: Subsídio atribuído ao pai e ou à mãe, com vista a substituir o rendimento de trabalho perdido, durante o período de licença por nascimento de filho.

☒ Subsídio por risco clínico durante a gravidez: Subsídio atribuído à trabalhadora, durante a gravidez, com vista a substituir o rendimento de trabalho perdido, em caso de risco clínico para a grávida ou para a criança que vai nascer.

☒ Subsídio por interrupção da gravidez: Subsídio atribuído à trabalhadora, com vista a substituir o rendimento de trabalho perdido, na situação de interrupção da gravidez medicamente certificada.

Guião Para Integração de Migrantes

Apoios no âmbito dos encargos com as crianças e jovens:

☒ Abono de família para crianças e jovens: Prestação em dinheiro atribuída mensalmente, com o objetivo de compensar os encargos familiares respeitantes ao sustento e educação das crianças e jovens.

☒ Bolsa de estudo: É uma prestação em dinheiro, atribuída mensalmente, para combater o abandono escolar, melhorar a qualificação dos jovens em idade escolar e compensar os encargos acrescidos com a frequência obrigatória de nível secundário ou equivalente.

Apoios concedidos em situação de doença:

☒ Subsídio de doença: É uma prestação em dinheiro, atribuída ao beneficiário para compensar a perda de remuneração resultante do impedimento temporário para o trabalho, por motivo de doença.

Para ter direito a este subsídio, é necessário ter descontado para a Segurança Social durante 6 meses pelo menos.

Os 3 primeiros dias de baixa não são contabilizados para efeitos de pagamento da baixa médica.

☒ Subsídio para assistência a filho: Prestação em dinheiro atribuída ao pai ou à mãe, para prestar assistência imprescindível e inadiável a filha ou filho, por motivo de doença ou acidente.

Apoios concedidos em situação de desemprego:

☒ Subsídio de desemprego: É uma prestação em dinheiro atribuída às beneficiárias e aos beneficiários desempregados para compensar a falta de remuneração motivada pela perda involuntária de emprego.

Apoios concedidos em situação de carência socioeconómica:

☒ Rendimento Social de Inserção: O Rendimento Social de Inserção (RSI) é uma medida de proteção social criada para apoiar as pessoas ou famílias que se encontrem em situação de grave carência económica e em risco de exclusão social.

☒ Proteção jurídica: A proteção jurídica é um direito das pessoas e das entidades sem fins lucrativos que não tenham condições para pagar as despesas associadas com processos judiciais (nos tribunais), em caso de despedimento, divórcio, despejo, penhoras, etc., ou extrajudiciais (fora dos tribunais), no caso de divórcio por mútuo consentimento.

EMPREGO E EMPREENDEDORISMO

Guião Para Integração de Migrantes

O **Instituto de Emprego e Formação Profissional de Coimbra** (IEFP) disponibiliza ofertas de emprego e formação profissional. No site deste instituto, www.iefp.pt, pode encontrar vários serviços disponíveis à cidadã e ao cidadão, tais como:

☑ Ofertas de emprego;

☑ Inscrição para emprego;

Como procurar emprego;

☑ Apoios ao emprego;

☑ Trabalhar no estrangeiro;

☑ Subsídio de desemprego;

☑ Declarações.

CONTACTOS

Apoio a Migrantes

Alto Comissariado para as Migrações – ACM,IP

Rua Álvaro Coutinho,14

1150-.25 Lisboa

Telefone: 218 106 100

Email: acm@acm.gov.pt

Site (Port/Ing): www.acm.gov.pt

Linha SOS Imigrante e Serviço de Tradução Telefónica

Telefone: 808 257 257(para rede fixa)/218 106 191 (para rede móvel)

Horário de atendimento: dias úteis, das 08.30h às 20.30h

Guião Para Integração de Migrantes

Lista de entidades - Município de Coimbra			
Instituição/ entidades	Tipo de resposta	Descrição	Contactos Telefone/ email
Câmara Municipal de Coimbra: Divisão de Educação e Ação Social e Departamento de Habitação	Ação social	Atribuição de habitação municipal em regime de arrendamento apoiado; Fundo Municipal de Emergência Social (FMES) é uma medida de apoio social, implementada pela Câmara Municipal de Coimbra, em articulação com as Comissões Sociais de Freguesia (CSF), através de protocolo, que visa a proteção de indivíduos e /ou agregados familiares em situação de grave ou emergente carência social e económica. O Município de Coimbra, assente nos princípios da gratuidade da escolaridade obrigatória e da universalidade da educação e ensino e, sobretudo, nas dificuldades manifestadas pelas famílias, tem seguido, em matéria de ação social escolar, uma política social e educativa promotora do sucesso educativo e da igualdade de acesso à educação e ao ensino, fomentando a inclusão e a integração de todas as crianças no processo educativo, independentemente da condição socioeconómica das famílias.	Departamento de Habitação: 239 852 550 Educação e Ação Social: Tel.: 239 854 290 E-mail: educacao@cm-coimbra.pt Divisão de intervenção e ação social: Tel: 239 854 294 E-mail: social@cm-coimbra.pt

Guião Para Integração de Migrantes

<p>Comissões Sociais de Freguesia de Eiras e São Paulo de Frades, Santa-Clara e Castelo Viegas, São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades, Antuzede e Vil de Matos;</p>	<p>Ação social</p>	<p>As Comissões Sociais de Freguesia são a base da Rede Social de Coimbra ao nível da intervenção de proximidade e constituem um dos elementos fundamentais da política social municipal. Desde janeiro de 2014 que as 18 CSF se encontram em funcionamento. As CSF são estruturas de âmbito local, presididas pelas Juntas de Freguesia em parceria com entidades públicas e/ou privadas com intervenção social na no respetivo território geográfico, e desenvolvem as suas atividades no sentido de identificar e analisar os problemas sociais existentes a nível territorial, em particular as situações mais graves de pobreza e de exclusão social, intervindo da forma mais célere quanto lhe for possível.</p>	<p>Comissão Social de Freguesia da UF de Eiras e São Paulo de Frades. Tel: 239 431 487 email: sede@uf-eirassaopaulodefrades.pt. Comissão Social de Freguesia Santa-Clara e Castelo Viegas Tel: 239 813 734 email: santaclaracasteloviegas@gmail.com. Comissão Social de Freguesia São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades. Tlf S.M. Bispo: 239 445 155. Tlf Ribeira de Frades: 239 984 004. E: juntabispo@sapo.pt E: freguesiaribeiradefrades@sapo.pt. Comissão Social de Freguesia Antuzede e Vil de Matos; Telefone: 239964949. Email: ufantuzedevildematos@sapo.pt</p>
<p>CPCJs do Concelho e Distrito de Coimbra</p>	<p>Ação social</p>	<p>O modelo de proteção de crianças e jovens, em vigor desde janeiro de 2001, apela à participação ativa da comunidade, numa relação de parceria com o Estado, concretizada nas Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), capaz de estimular as energias locais potenciadoras de estabelecimento de redes de desenvolvimento</p>	<p>Telefone 239826138 Email cpcj.coimbra@cnpdpcj.pt</p>

Guião Para Integração de Migrantes

		<p>social. As Comissões de Proteção de Menores, criadas na sequência do Decreto - Lei n.º 189/91 de 17/5 foram reformuladas e criadas novas de acordo com a Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo aprovada pela Lei n.º 147/99, de 1 de setembro. Esta lei teve três alterações (Lei n.º 31/2003, de 22 de agosto, Lei n.º 142/2015, de 8 de setembro e Lei n.º 23/2017, de 23 de maio). Aqui se definem as Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) como instituições oficiais não judiciais com autonomia funcional que visam promover os direitos da criança e do jovem e prevenir ou pôr termo a situações suscetíveis de afetar a sua segurança, saúde, formação, educação ou desenvolvimento integral.</p>	
Segurança Social:	Ação social	Técnicas de Serviço Social responsáveis pela zona de residenciadas famílias; Serviço de Emergência Social; EMAT; Serviços responsáveis pelo requerimento de prestações sociais;	LINHA SEGURANÇA SOCIAL 300 502 502 E-mail: CDSSCoimbra@seg-social.pt

Guião Para Integração de Migrantes

Associação de Paralisia Cerebral de Coimbra (APCC);	Ação social	Reabilitação, Residências, Atividades Ocupacionais, Acompanhamento e Animação.	Centro de Reabilitação: Telefone: 239 792 120 email: geral@apc-coimbra.pt. Quinta da Conraria: Telefone: 239 802 820. Lar de Apoio: Telefone: 239 827 188. Lar integrado Dr. José Mendes Barros Telefone: 239 820 183
Associação Integrar:	Ação social	promove e desenvolve a prática de atividades culturais desportivas e de Solidariedade Social no âmbito do apoio à integração social, comunitária e de formação profissional de cidadãos	239 705 697 917 972 859 integrar@integrar.org
Associação Minha Gente;	Ação social	apoio psicossocial e alimentar, visitas domiciliárias	TLM: 914 021 522 email: direcao.minhagente@gmail.com
Assistência Médica Internacional (AMI)	Ação social	Missões de Emergência, Missões de Desenvolvimento com equipas expatriadas e Projetos Internacionais em Parceria com Organizações Locais (PIPOL)	
Associação Nacional de Apoio a Jovens (ANAJovem);	Ação social	apartamento de reinserção social, comunidade terapêutica, equipa de intervenção direta	239 821 150 geral@anajovem.pt
Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV);	Ação social	informação, protecção e apoio aos cidadãos vítimas de infracções penais.	tel 239 781 545 fax 239 243 551 apav.coimbra@apav.pt
Cáritas Diocesana de Coimbra:	Ação social	Acompanhamento de famílias beneficiárias de RSI e pelo projeto RLIS (Rede Local de Intervenção Social)Centro Social São Pedro; Centro	239 792 430 966 825 595 caritas@caritascoimbra.pt

Guião Para Integração de Migrantes

		Comunitário São José, Comunidade de Inserção Renascer; ;	
Centro de Apoio Social e Centro Comunitário de Inserção;	Ação social	Intervenção Comunitária – Centro Comunitário de Inserção	239855840
Centro de Acolhimento João Paulo II;	Ação social	Gabinete de Serviço Social, de Psicologia, Centro de Apoio aos Imigrantes, Gabinete de inserção profissional, Gabinete de apoio jurídico	Tel.: 239 718 001 239 404 483 962 146 365 927 816 920 Email: geral@cajp2cbr.pt
Centro de Apoio ao Sem-Abrigo de Coimbra (CASA);	Ação social	Apoio primário à população em Situação de Sem-abrigo, Apoio a Famílias em Risco, Apoio a Famílias Carenciadas	Email: info@casa-apoioaosemabrigo.org Telefone: 96 004 13 74
Centro de Assistência Paroquial de Santa Cruz;	Ação social	A Comissão de Proteção de Menores e Adultos Vulneráveis da Diocese de Coimbra tem como prioridade oferecer a todas as vítimas de abusos, menores e adultos vulneráveis, a possibilidade de serem escutadas e disponibiliza acompanhamento pessoal, psicológico, espiritual e jurídico.	Telefone: 239 835 682 Telemóvel: 965 850 473 Fax: 239 823 938 E-mail: capsc.direccao@gmail.com
Centro de Atendimento de Toxicodependentes (CAT) de Coimbra;	Ação social	Toxicodependência - Prevenção, Recuperação e Tratamento	239 487 180
Centro Social de Souselas;	Ação social	o apoio a crianças e jovens; o apoio à família; o apoio à integração social e comunitária; a protecção dos cidadãos	239911385 geral@cass.pt

Guião Para Integração de Migrantes

		na velhice e invalidez, bem como em todas as situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou capacidade para o trabalho.	
Centro Sociocultural Polivalente de São Martinho;	Ação social	Creche, centro dia, serviço de apoio domiciliário, academia dos mais adultos	239109962 / Email: cscpsmartinho@gmail.com
OBRA DOS VICENTINOS DE COIMBRA	Ação social		Telefone: 239 928 556 Telemóvel: 910 304 686 E-mail: obradosvicentinosdecoimbra@gmail.com
Contratos Locais de Desenvolvimento Social (CLDS)	Ação social	As ações a desenvolver pelos CLDS-4G integram os seguintes eixos de intervenção: Eixo 1: Emprego, formação e qualificação; Eixo 2: Intervenção familiar e parental, preventiva da pobreza infantil; Eixo 3: Promoção do envelhecimento ativo e apoio à população idosa; Eixo 4: Auxílio e intervenção emergencial às populações inseridas em territórios afetados por calamidades e/ou capacitação e desenvolvimento comunitários.	239 827 666 geral@opsdc.pt
Cruz Vermelha Portuguesa:	Ação social	Distribuição de Roupa, Alimentos e Produtos de Higiene Pessoal. Refugiados e recolocados. Teleassistência. Loja	Email: dcoimbra@cruzvermelha.org.pt Telefone: 239 825 395

Guião Para Integração de Migrantes

		social. apoio psicossocial através de deslocações diárias às vítimas dos incêndios de 2017. ateliers de costura criativa	
Fundação Bissaya Barreto;	Ação social	Centro de Acolhimento Residencial para crianças e jovens em situação de perigo (carência sócia afetiva grave, abandono, negligência e/ou outras tipologias de maus tratos), encaminhadas pelas Comissões de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo e pelos Tribunais, através de medida de acolhimento residencial com acordo de promoção e proteção.	239 800 400 - 239 800 410 email: fbb@fbb.pt
Grupo de Ação Sócio Caritativa da Paróquia de São João Baptista;	Ação social	Distribuição de cabazes com bens alimentares; Ajuda financeira; Visitas ao domicílio; Acompanhamento de doentes ao hospital; Ajuda na articulação e deslocação a vários serviços; Arranjos/ reparações em casas de habitação; Equipamento habitações (camas, colchões, móveis diversos, recheio de casa, máquina de lavar a roupa); Apoio psicológico que conta com a colaboração de um psicólogo clínico e um psicoterapeuta; Apoio na procura de trabalho; Ajuda na procura de serviços de apoio e Instituições.	Email: igrejaSaoJoaoBaptista@gmail.com Telefone: 239 405 706 Telemóvel: 968 544 141

Guião Para Integração de Migrantes

Legião da Boa Vontade.	Ação social	Instituição Educacional, Cultural, Filantrópica, de Solidariedade Social, Ecuménica, sem fins lucrativos com diversos projetos sociais.	Telefone: 239 838 133
ChikiGentil	Ação social	Doação de Vestuário e calçado (para todas as idades); Bens alimentares; Mobiliário; Cobertores; Artigos para bebé; Fraldas; Roupa de cama; Material escolar; Brinquedos;	Dádiva Brás 919 130 330 Teresinha 967 606 614
Ergue-te	Intervenção social	Deslocação ao local onde a pessoa exerce a prostituição; Atendimento e acompanhamento social; Intervenção em situação de crise e acompanhamento psicológico; Encaminhamento para o Serviço Nacional de Saúde (SNS); Fornecimento de material de informação e prevenção de IST; Encaminhamento para teste de rastreio de VIH; Aconselhamento jurídico; Formação sociolaboral; Orientação e inserção laboral; Sensibilização da sociedade civil para questões de violência de género e exploração sexual.	239 820 090; 917 099 202; 927 108 274; equipa@erguete.com
CASPAE	Centro de Apoio Social	O CASPAE, Centro de Apoio Social, é uma IPSS que desenvolve Atividades de Tempos Livres em diversas escolas do 1º ciclo do	969 830 718; caspae@caspae.p

Guião Para Integração de Migrantes

		<p>concelho de Coimbra, em parceria com as respetivas Associações de Pais e Agrupamentos de Escolas.</p> <p>Com a missão de promover respostas de carácter social, de valorização pessoal e de bem estar dos indivíduos, numa perspetiva da sua inclusão na sociedade, tem a Academia Desportiva do CASPAE, que promove o desporto para todas as idades e o disponibiliza, ainda, o Cuida(r)te com Serviço de Apoio Domiciliário especializado na resposta às necessidades de pessoas idosas.</p>	
ADAV	Apoio à família	<p>apoio à família, a defesa e a promoção da vida humana e da dignidade da mulher. Banco da Maternidade e da criança; Puericultura e Geriatria; Gabinete de Serviço Social; Gabinete de Psicologia; Gabinete Jurídico.</p>	239 820 000; 913 109 066; 911 891 767
Associação Cigana	IPSS	<p>IPSS ao serviço da comunidade do Planalto do Ingote, na mediação sócio-cultural entre as instituições e a Comunidade mista.</p>	933 689 343 asrccigana@hotmail.com
IAC Coimbra			<p><u>239 821 280</u> <u>239 837 533</u>http://www.iacrianca.pt</p>

Guião Para Integração de Migrantes

Centros de Saúde (Celas, Bairro Norton de Matos, São Martinho do Bispo, Santa Clara e Eiras);	Saúde	Unidade básica do Serviço Nacional de Saúde (SNS) para atendimento e prestação de cuidados de saúde à população.	C.S. DE CELAS: Telf: 239 488 610 E.S. DE NORTON DE MATOS Telf: 239 794 110 CENTRO DE SAÚDE DE S. MARTINHO DO BISPO (UCSP DR. MANUEL DA CUNHA + USF MONDEGO) Telf: 239 802 900 C.S. DE SANTA CLARA (USF RAINHA SANTA ISABEL + USF COIMBRA SUL) Telf: 239 802 110 C.S. DE EIRAS (USF TOPÁZIO + USF COIMBRA NORTE) Telf: 239 499 500
Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (Serviços de Psiquiatria);	Saúde	O CHUC é uma instituição do Serviço Nacional de Saúde, tendo como missão: a) a prestação de cuidados de saúde de elevada qualidade e diferenciação, aos doentes da sua área de influência e aos de proveniência regional e nacional, em articulação com as demais unidades prestadoras de cuidados de saúde integradas no Serviço Nacional de Saúde; b) a prestação de cuidados de saúde, ao abrigo de obrigações decorrentes de acordos internacionais e de redes de referência europeias; c) a formação de profissionais de saúde, o ensino pré-graduado e pós-graduado, e a investigação nomeadamente de natureza translacional e clínica; d) integrar redes e	239 400 400 casec@chuc.min-saude.pt

Guião Para Integração de Migrantes

		consórcios académicos clínicos nacionais ou internacionais.	
Hospital Pediátrico	Saúde	O Centro de Desenvolvimento da Criança (CDC) é um serviço clínico multidisciplinar integrado no Hospital Pediátrico (HP) do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC- E.P.E.). Tem como missão prestar cuidados de saúde de elevada diferenciação e qualidade nas áreas das Doenças Hereditárias do Metabolismo, do Neurodesenvolvimento e da Neuropediatria.	239 800 100 239 488 700 correio.hpc@chuc.min-saude.pt
Maternidades Dr. Daniel de Matos e Bissaya Barreto;	Saúde		Maternidade Daniel de Matos: 239 403 060 - secobstetricia@chuc.min-saude.pt Maternidade Bissaya Barreto: 239 800 100/239 488 700 - adm.mbb@chuc.min-saude.pt
Sistema Nacional de Intervenção Precoce na Infância (SNIPI).	Saúde	O Sistema Nacional de Intervenção Precoce integra um conjunto organizado de serviços da responsabilidade dos Ministérios da Saúde, do Trabalho e da Segurança Social e da Educação dirigido a crianças entre os 0 e os 6 anos e suas famílias e tem como missão garantir a Intervenção Precoce na Infância.	equipacoimbra@gamil.com

Guião Para Integração de Migrantes

	Drº Carlos Ordens Diretor executivo	Avenida Bissaya Barreto, n.º 52, 2.º e 3.º andar, Coimbra	aces.bm@srscoimbra.min-saude.pt 239793360
Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra - Hospital Geral (Covões)	Saúde	Quinta dos Vales, São Martinho do Bispo 108, Coimbra	<u>Telefone: 239 800 100</u>
Instituto Português Oncologia de Coimbra Francisco Gentil E. P. E.	Saúde		239 400 200
CODU- INEM Delegação Regional do Centro	Saúde		239 797 800
Administração da Universidade de Coimbra			<u>239 859 900 gabadmin@uc.pt</u>
Creches e jardins-de - infância e para o Serviço de Amas da Segurança Social	Educação	Ama : Resposta social que consiste no exercício de atividade de ama, destinada a cuidar na sua residência de crianças até aos três anos de idade, ou até atingir a idade de ingresso no estabelecimento de educação pré-escolar, por tempo correspondente ao período de trabalho ou impedimento dos pais ou de quem exerce as responsabilidades parentais (família). Creche: Resposta social de natureza sócio-educativa, para acolher	Atendimento por marcação. Marque previamente o seu atendimento online através do sigã ou pelos telefones 210 545 400 ou 300 502 502, dias úteis das 09h00 às 18h00. Atendimento na Tesouraria sem marcação prévia. Contactos Telefone: 210 545 400 ou 300 502 502

Guião Para Integração de Migrantes

		<p>crianças até aos 3 anos de idade, durante o período de impedimento dos pais ou da pessoa que tenha a sua guarda de facto.</p> <p>Estabelecimento de educação pré-escolar: Resposta social orientada para o desenvolvimento de crianças com idades compreendidas entre os 3 anos e a idade de ingresso no ensino básico, proporcionando-lhes atividades educativas e atividades de apoio à família.</p>	
Coimbra Centro	Educação		R. Luís António Verney, Coimbra direcao@coimbracentro.pt 239 855 330
Coimbra Oeste	Educação		Rua António Augusto Gonçalves 3041-901 Coimbra 239 802 310 aecoimbraoeste@aecoimbraoeste.pt
Coimbra Sul	Educação		Rua D. Ernesto Sena de Oliveira 3030-378 Coimbra alicegouveia.adjuntas@gmail.com 239 792 770
Martim de Freitas	Educação		R. André de Gouveia, Coimbra direcao@aemartimdefreitas.com 239 488 070
Eugénio de Castro	Educação		R. Alm. Gago Coutinho 26, 3030-326 Coimbra eugeniocastro.coimbra@gmail.com 239 792 910
Rainha Santa Isabel	Educação		
ITAP	Educação		Rua da Casa Branca - Casal das Nogueiras 3030-109 Coimbra 239 708 780 967 127 603

Guião Para Integração de Migrantes

Profitecla	Educação		Avenida Emídio Navarro, 81, 1º 3000-151 COIMBRa 239 714 101 969 362 180 coimbra@profitecla.pt
Escola Secundária com 3º Ciclo D. Dinis Estr. Eiras 315, 3020-430 Eiras Telefone: 239 497 570	Educação		Estr. Eiras 315, 3020-430 Eiras Telefone: 239 497 570
Inovinter	Emprego e Formação Profissional		239 822 253
Centro Qualifica - Turismorma	Emprego e Formação Profissional		351 239 853 082 turisformacoimbra@centroqualifica.gov.pt
Centro Qualifica - Jaime Cortesão	Emprego e Formação Profissional		
Centro Qualifica - AECC	Emprego e Formação Profissional		239 855 338 centroqualifica@aecoimbracentro.pt
IPDJ Centro	Emprego e Formação Profissional		239 790 600 mailcoimbra@ipdj.pt
Centro de Emprego - IEFP	Emprego e Formação Profissional	O IEFP é o serviço público de emprego nacional. Tem por missão promover a criação e a qualidade do emprego e combater o desemprego, através da execução de políticas activas de emprego, nomeadamente de formação profissional.	239 158 820
Centro de Formação	Emprego e Formação Profissional		23 915 88 60 sfp.coimbra@iefp.pt

Guião Para Integração de Migrantes

Profissional da Pedrulha - IEFP			
CEARTE	Emprego e Formação Profissional		239 497 200 geral@cearte.pt
ACT - Autoridade Para as Condições do Trabalho	Emprego e Formação Profissional		239 400 000 alicegouveia.adjuntas@gmail.com
APCC de CoimbraQuinta da Conraria;	Reabilitação, residências, atividades ocupacionais, acompanhamento e animação.	Promover a inclusão social de pessoas em situação de desvantagem, com especial incidência nos que têm deficiência e/ou incapacidade.	Centro de reabilitação Telefone: 239 792 120 Fax: 239 792 129 email: geral@apc-coimbra.pt
APPDA	Instituição Particular de Solidariedade Social	A APPDA-C desenvolve a sua atividade nos domínios de: Apoio à Investigação de etiologia, fenomenologia e terapêutica das Perturbações do Desenvolvimento de Espectro Autista (PDEA), colaborando com todas as pessoas e instituições interessadas; Promoção da formação e educação das pessoas com PDEA, visando a sua integração escolar e social; Formação dos responsáveis por pessoas com PDEA; Promoção da qualidade de vida das pessoas com PDEA, nomeadamente através do acesso a diagnóstico e intervenção precoce, educação pré-escolar e escolar, centros	239 822 004 932 034 751 appdacoimbra@gmail.com http://www.appdacoimbra.com

Guião Para Integração de Migrantes

		de atividade e formação profissional/ocupacional e centros residenciais; Colaboração com instituições congéneres (nacionais e transnacionais) na defesa dos direitos das Pessoas com PDEA.	
CECOA	Centro de Formação Profissional	Criado em julho de 1986, o CECOA - Centro de Formação Profissional para o Comércio e Afins - resulta de um protocolo entre o IEFP - Instituto do Emprego e Formação Profissional - e a CCP - Confederação do Comércio e Serviços de Portugal. De âmbito nacional, o CECOA tem a sua sede em Lisboa e conta com delegações no Porto e em Coimbra. Desenvolve formação para jovens, ativos e formadores, bem como soluções à medida das organizações.	tel.: 239 851 360 E-mail: coimbra@cecoa.pt
Centro de Formação da Casa Branca	Instituição Particular de Solidariedade Social	A Formação Profissional enquadra o conjunto de atividades que promovem a qualificação e a empregabilidade/inclusão em contexto de trabalho regular de pessoas com défice cognitivo ou outra incapacidade/disfuncionalidade, dotando-as de competências profissionais, pessoais e sociais reconhecidas e certificadas compatíveis com o mercado de trabalho. Enquadra ainda	Telefone: 239 722 623 962 143 699 E-mail: cfp.casabranca@appacdmcoimbra.pt

Guião Para Integração de Migrantes

		atividades que procuram proporcionar escolhas formativas e profissionais fundamentadas e baseadas em experiências concretas e ações que visam a colocação em posto de trabalho e a manutenção do mesmo.	
Câmara Municipal de Coimbra: Departamento de Habitação Social	Área da Habitação		
Programa Porta 65 - apoio ao arrendamento jovem	Área da Habitação	O Programa Porta 65 - Jovem é um sistema de apoio financeiro ao arrendamento por jovens, isolado, constituídos em agregados ou em coabitação, regulado por um conjunto de diplomas legais.	21 723 1500 email atendimentoPorta65jovem@ihru.pt
Centro Local de Apoio ao Imigrante (CLAIM) do Centro de Acolhimento João Paulo II	Imigração	Os Centros Locais de Apoio à Integração de Migrantes (CLAIM) são gabinetes ou espaços de acolhimento, informação e apoio destinados a ajudar as/os migrantes em diferentes áreas.	239 404 483 / 927 816 920 gabapoioimigrante@cajp2cbr.pt
PSP	Justiça		Av. Dr. Elísio de Moura, n.º 155 3034-001 COIMBRA 239797640
Polícia Municipal de Coimbra	Justiça		Av. Sá da Bandeira 106, 3000-350 Coimbra 239 854 410
GNR - Comando	Justiça		Av. Dr. Dias da Silva 122, 3000-135 Coimbra 239 794 300

Guião Para Integração de Migrantes

Territorial de Coimbra			
Polícia Judiciária	Justiça		Rua Venâncio Rodrigues 16/18, 3000-409 Coimbra 239 863 000
SEF DIREÇÃO REGIONAL DO CENTRO	Justiça		Rua Venâncio Rodrigues, 25-31 239 853 500 dir.centro@sef.pt
Junta de Freguesia de Almalaguês		A junta de freguesia é o órgão executivo colegial de cada uma das freguesias de Portugal. Cada junta de freguesia é constituída por um presidente e por vários vogais. Torna-se, automaticamente, presidente da junta, o cabeça da lista mais votada na eleição para a assembleia de freguesia. Os vogais da junta são eleitos pela assembleia de freguesia, de entre os seus próprios membros propostos pelo presidente da junta. No caso das freguesias com menos de 150 eleitores - que não têm assembleia de freguesia -, os vogais são eleitos pelo plenário dos eleitores (democracia directa).	Tel 239 931 708 TIm 917 187 290 Fax 239 932 962 geral@jf-almalagues.pt
Junta de Freguesia de Brasfemes			Telefone / Fax 239 914 283 Email. jf.brasfemes@gmail.com

Guião Para Integração de Migrantes

Junta de Freguesia de Ceira			<p>Tlf: 239 923 351</p> <p>Fax: 239 923 199</p> <p>Telemóvel: 969 833 899</p> <p>E-mail: freguesiaceira@gmail.com</p>
Junta de Freguesia de Cernache			<p>Tlf: 239 947 037</p> <p>Fax: 239 947 497</p> <p>Email: geral@freguesiadecernache.eu</p>
Junta de Freguesia de Santo António dos Olivais			<p>(sede) - 239 790 900 Secretaria - 963 963 100</p> <p>Tesouraria – 964 396 212</p> <p>Assistente Social - 968 428 165</p> <p>Centro Social - 239 246 069</p> <p>Cemitério: 239 701 626 / 966 999 120</p> <p>Posto dos Correios: 239 714 181</p> <p>Email geral da Junta de Freguesia - jfsao@hotmail.com</p> <p>Email para Assistente Social - csfsao@hotmail.com</p>
Junta de Freguesia de São João do Campo			<p>Telef: 239 964 300</p> <p>Fax: 239 964 292</p> <p>Email geral: jfsaojoaodocampo@sapo.pt</p> <p>Presidente do executivo: presidente@freguesiadesaojoaodocampo.pt</p> <p>Secretária do executivo: secretaria@freguesiadesaojoaodocampo.pt</p> <p>Tesoureiro do executivo: tesoureiro@freguesiadesaojoaodocampo.pt</p> <p>Presidente da Assembleia de Freguesia: assembleiafreguesia@freguesiadesaojoaodocampo.pt</p>
Junta de Freguesia de São Silvestre			
Junta de Freguesia de			

Guião Para Integração de Migrantes

Torres do Mondego			
Junta de Freguesia de Antuzede e Vil de Matos			
União das Freguesias de Assafarge e Antanhol			
União das Freguesias de Coimbra - Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu			
União das Freguesias de Eiras e São Paulo de Frades			
União das Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas			
União das Freguesias de São Martinho de Árvore e Lamarosa			
União das Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades			
União das Freguesias de			

Guião Para Integração de Migrantes

Souselas e Botão			
União de Freguesias de Taveiro, Ameal e Arzila			
União de Freguesias de Trouxemil e Torre de Vilela			

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF)

Delegação Regional de Coimbra

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF) - Centro Nacional de Contactos:

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF)

Portal de Informação ao Imigrante

Site (Português/Inglês): www.imigrante.pt

Centro Nacional de Apoio à Integração de Migrantes

Rua Álvaro Coutinho, nº.14

1150 – 025 Lisboa

Telefone: 218 106 100

Email: informações@cnaia.acm.gov.pt

Horário de atendimento: dias úteis, das 08.00h às 17.00h

Linha da Equipa Multidisciplinar Nacional / Centro de Acolhimento e Proteção a Mulheres Vítimas de Tráfico e seus Filhos Menores (APF)

Telemóvel: 964 608 288, disponível 24h

Email: cap.apf@gmail.com

Site: www.apf.pt

Guião Para Integração de Migrantes

Linha do Centro de Acolhimento e proteção para vítimas de Tráfico de Seres Humanos do sexo masculino (Saúde em Português)

Telemóvel: 961 674 745, disponível 24h

Email: cap.apf@gmail.com

Site: www.apf.pt

Autarquia

Câmara Municipal de Coimbra

Praça 8 de Maio

300-300- Coimbra

Contacto: 239- 857500

geral@geral.cm-coimbra.pt

SAÚDE

Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM)

Telefone: 112

Site: www.inem.pt

REFERÊNCIAS ELETRÓNICAS

Município de Coimbra

Disponível em: www.cm-coimbra.pt

Alto Comissariado para as Migrações, IP

Disponível em: www.acm.gov.pt

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras

Disponível em: www.sef.pt

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF)

Portal de Informação ao Imigrante

Disponível em: www.imigrante.pt

Associação para o Planeamento da Família

Disponível em: www.apf.pt

Autoridade para as Condições do Trabalho

Disponível em: www.act.gov.pt

Portal das Finanças

Disponível em: www.portaldasfinancas.gov.pt

Guião Para Integração de Migrantes