

Porto.

GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

Proteção Social e Cidadania



Direitos e deveres,
Apoios sociais,
Igualdade de oportunidades.

02 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

Título

Guia de Apoio à Integração de Migrantes – Proteção Social e Cidadania

Coordenação

Município do Porto

Pelouro Municipal da Coesão Social, Saúde e Proteção Civil – Gabriela Queiroz

Coordenação Técnica

Departamento Municipal de Coesão Social

Raquel Castello-Branco

Liliana Pires

Paula Ferreira

Catarina Lameira

Edição

Câmara Municipal do Porto

www.cm-porto.pt

Equipa Consultora

K SOCIAL Consultoria e Inovação, lda.

www.ksocial.pt

Grafismo e Paginação

HOVO Comunicativo, lda.

www.hovo.pt

Data de Edição

Dezembro 2025

Data de Impressão

2026

Entidade Financiadora

PRR – Plano de Recuperação e Resiliência de Portugal

O Porto cuida dos seus



Antiga, Mui Nobre, Sempre Leal
e Invicta Cidade do Porto.

**EPÍGRAFE NO BRASÃO
DA CIDADE DO PORTO**

Este caderno faz parte do Guia de Apoio à Integração de Migrantes da Câmara Municipal do Porto. Utilize-o para se informar sobre direitos e deveres da pessoa imigrante e encontrar respostas práticas a questões relacionadas com **Proteção Social e Cidadania**.



- > **Que instituições e associações podem ajudar a minha integração?**
- > **A que apoios tenho direito em caso de especial vulnerabilidade?**
- > **Quais os direitos e deveres fundamentais para residir em Portugal?**

04 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

Existem mais quatro cadernos, pensados para que possa construir uma vida plena enquanto residente da cidade.

Educação

- > Como funciona o ensino em Portugal?
- > Como inscrever os meus filhos na escola pública?
- > Que escolas existem no Porto?



Emprego e Empreendedorismo

- > O que fazer para trabalhar legalmente?
- > Que tipos de trabalho existem?
- > Como criar o meu próprio negócio?



Regularização Sócio Legal

- > Como posso entrar e ficar em Portugal de forma legal?
- > Que tipos de Visto existem e como os obter?
- > Quais os documentos mais importantes a manter?



Saúde

- > Quais são os serviços de saúde no Porto?
- > Como aceder ao Serviço Nacional de Saúde (SNS)?
- > Como proteger a minha saúde e da minha família?



Conteúdo

CAP. 1	
PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL	07
1. Apoios e medidas da Segurança Social	10
> Família	11
> Doença	13
> Trabalho	14
> Ação Social	16
2. Apoios e medidas do município do Porto	17
> Gabinete do Município	23
3. Apoios e serviços na comunidade	24
CAP. 2	
CIDADANIA	31
1. Direitos fundamentais e vida em Portugal	31
> Direitos garantidos a todas as pessoas	31
> Direitos de quem é residente legal em Portugal	35
> Deveres de quem é residente em Portugal	38

06 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

CAP. 3

VIVER NA CIDADE DO PORTO

40

> Feriados nacionais e municipais

42



CONTACTOS

43



GLOSSÁRIO

47

CAP. **.1**

Proteção e Ação Social

Todas as pessoas e famílias podem, em algum momento, enfrentar situações que tornam a sua vida mais complexa. A diferentes tipos e graus de vulnerabilidade social deve corresponder uma resposta sistemática de serviços, apoios e ações de Proteção Social, procurando assegurar, em cada caso, os **direitos básicos de cada pessoa a cuidados de saúde, alimentação saudável ou habitação condigna.**

A Segurança Social é um sistema que pretende assegurar esses direitos básicos, bem como igualdade de oportunidades, bem-estar e a coesão social a todas as pessoas portuguesas ou estrangeiras residentes em Portugal. De acordo com a Constituição da República Portuguesa, o sistema de Segurança Social protege os cidadãos em todas as situações de falta ou diminuição de meios de subsistência ou de capacidade para o trabalho, nomeadamente:



- > doença
- > velhice
- > invalidez
- > viuvez
- > orfandade
- > desemprego

08 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

Nos municípios portugueses, a coordenação de estratégias e recursos para o combate à pobreza e exclusão social faz-se através do programa Rede Social.

A Rede Social do Porto conta com 316 membros. É constituída por um conjunto de entidades que promovem respostas sociais, assim como por empresas do setor privado cuja adesão tem por finalidade fomentar a sua responsabilidade social.



> Instituto da Segurança Social, Instituto Público



Organismo nacional que tem como missão garantir a proteção e a inclusão social das pessoas, reconhecendo os seus direitos, assegurando o cumprimento das obrigações contributivas e promovendo a solidariedade social.



> Câmara Municipal do Porto (Município do Porto)



Responsável pela governação da cidade, desenvolve um conjunto de políticas para articular as respostas sociais na cidade.



> **Entidades da economia social**

São entidades privadas, sem fins lucrativos, como associações e organizações não governamentais, que se dedicam a prestar serviços de proximidade à população: lares de idosos, creches, casas de acolhimento, entre outros. Como fazem serviço público, são muitas vezes financiadas e supervisionadas pela Segurança Social, tendo o estatuto de Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS).

> **Entidades privadas**

São entidades privadas com fins lucrativos que participam na Rede Social ao abrigo da sua responsabilidade social.



.1 APOIOS E MEDIDAS DA SEGURANÇA SOCIAL

A lei portuguesa prevê a igualdade de tratamento para estrangeiros/as titulares de Autorização de Residência **Lei nº23/2007** em matéria de segurança social, benefícios fiscais, de filiação sindical, de **reconhecimento de diplomas, certificados e outros títulos profissionais** ou de **acesso a bens e serviços à disposição do público.**



A regularização da sua situação em Portugal depende da inscrição na Segurança Social e obtenção do NISS – Número de Identificação da Segurança Social.

Para informações detalhadas sobre como o fazer

Ver Caderno Regularização Sócio-Legal



As listas que se apresentam nas próximas páginas não são completas. Para ficar a conhecer melhor os apoios e as medidas aplicáveis visite o site da **Segurança Social Direta.**



Segurança Social
Direta

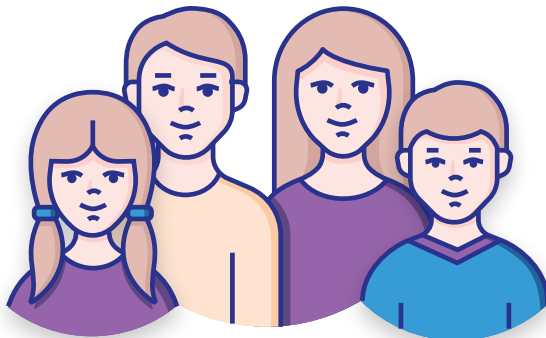


Família

	MEDIDAS PRINCIPAIS
<p>Maternidade e Paternidade</p> <p>Apoios para compensar o aumento das despesas após o nascimento de filho/a.</p>	<p>Abono de Família para Crianças e Jovens – apoio para o sustento e a educação das crianças e jovens.</p> <p>Subsídios Parentais – apoios para compensar perda de rendimentos.</p> <p>Subsídio para Assistência a Filho – apoio pago a quem falta ao trabalho para cuidar de filhos doentes, com deficiência ou doença crónica.</p>
<p>Gravidez</p> <p>Subsídios e apoios durante o período de gestação.</p>	<p>Abono de Família Pré-Natal – apoio pago a mulheres grávidas para compensar despesas na gravidez e incentivar a maternidade.</p> <p>Subsídio por Risco Clínico Durante a Gravidez – apoio pago à mulher grávida trabalhadora, com gravidez de risco.</p> <p>Subsídio por Riscos Específicos – apoio pago à grávida, mãe recente ou mulher a amamentar que não possa trabalhar por risco para a sua saúde.</p>
<p>Desenvolvimento de crianças e jovens</p> <p>Subsídios, apoios e benefícios para o crescimento das crianças e jovens.</p>	<p>Creche Feliz – Rede de Creches Gratuitas.</p> <p>Bolsa de estudo – apoio para combater o abandono escolar e ajudar nos custos do ensino secundário obrigatório ou equivalente.</p> <p>Respostas sociais para crianças e jovens em situação de perigo – serviços de apoio social que promovem os direitos e protegem crianças e jovens em risco.</p> <p>Subsídio de Educação Especial – para crianças e jovens com deficiência permanente até aos 24 anos, como forma de compensar custos com apoio técnico especializado ou frequência de estabelecimentos adequados.</p>

12 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

<p>Acolhimento Familiar e Apadrinhamento Civil</p> <p>Informação sobre o acolhimento familiar de crianças e jovens em situação de perigo e o apadrinhamento civil de crianças e jovens.</p>	<p>Apadrinhamento Civil – criança ou jovem menor de 18 anos vive com outra pessoa ou família que assume responsabilidades parentais.</p> <p>Acolhimento Familiar de Crianças e Jovens – por pessoa ou família que garanta segurança, afeto e desenvolvimento saudável.</p> <p>Família de Acolhimento de Idosos e Adultos com Deficiência – acolhimento de idosos ou adultos com deficiência por famílias, de forma temporária ou permanente e a tempo parcial ou inteiro.</p>
<p>Óbito</p> <p>Apoios essenciais aos familiares em caso de morte.</p>	<p>Subsídio / Reembolso de Despesas de Funeral</p> <p>Pensão de Orfandade</p> <p>Pensão de Viuvez</p> <p>Subsídio por Morte (único)</p> <p>Pensão de Sobrevivência (mensal)</p>
<p>Violência doméstica</p> <p>Subsídios e serviços para apoiar e proteger as vítimas de violência doméstica.</p>	<p>Subsídio de Reestruturação Familiar – apoio em dinheiro a vítimas de violência doméstica que tiveram de sair de casa.</p> <p>Respostas sociais para vítimas de violência doméstica – conjunto de serviços de apoio social que apoia, orienta e acolhe pessoas vítimas de violência doméstica para sua proteção.</p>



Doença

MEDIDAS PRINCIPAIS

Deficiência e Incapacidade

Apoios para crianças, jovens e adultos com deficiência, incapacidade ou doença mental.

Subsídio de Assistência a Filhos com Deficiência, Doença Crónica ou Doença Oncológica

Complemento por Dependência – apoio a pensionistas dependentes que precisam de assistência de terceira pessoa para tarefas diárias.

Subsídio por Assistência de Terceira Pessoa – prestação mensal para famílias com crianças e jovens que precisam de acompanhamento constante. Destina-se a cobrir despesas extraordinárias quando há dependência significativa e já existe uma bonificação por deficiência no abono de família.

Balcão da Inclusão – serviço de atendimento especializado que dá apoio a questões sobre deficiência e/ou incapacidade.

Prestação Social para a Inclusão – apoio a pessoas com deficiência para autonomia e inclusão social. Pode ser: **1)** Componente Base da Prestação Social para a Inclusão (PSI) com valores que variam de acordo com o grau de incapacidade e dos rendimentos, ou **2)** Complemento com valores que dependem dos rendimentos e da composição do agregado familiar.

Cuidados na Doença

São apoios para compensar a perda de remuneração por motivo de doença.

Subsídio por Incapacidade Temporária na Doença Profissional

Subsídio de doença

Respostas sociais para doentes VIH/SIDA

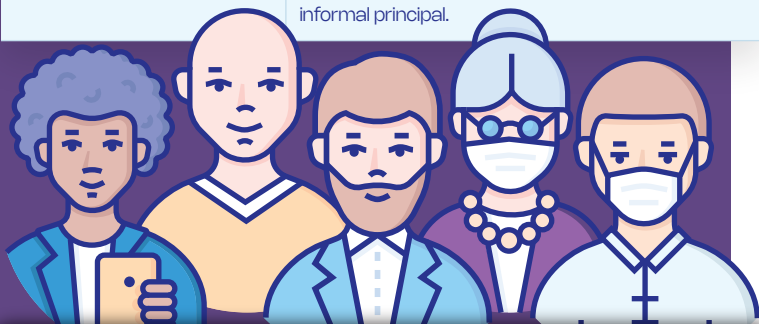
14 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

Cuidador Informal

Apoios à pessoa que cuida de alguém que se encontra numa situação de dependência, sem receber remuneração por isso.

Estatuto do cuidador informal – medida de apoio que se dá ao cuidador para o ajudar a cuidar da pessoa dependente e a conciliar os cuidados com a sua vida pessoal. Pode ser acompanhado de subsídio.

Subsídio de Apoio ao Cuidador Informal – prestação em dinheiro para cuidadores que cumprem requisitos de rendimento e idade, e a quem foi reconhecido o estatuto de cuidador informal principal.



Trabalho

MEDIDAS PRINCIPAIS

Desemprego

Subsídios por perda involuntária de emprego ou cessação de atividade.

Subsídio de Desemprego

Subsídio por Cessação de atividade – para trabalhadores independentes.

Subsídio de Desemprego Parcial

Subsídio Social de Desemprego

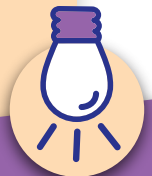
Subsídio Parcial por Cessação de Atividade (Profissional)

Medida Extraordinária de Apoio aos Desempregados de Longa Duração (MEAD)

<p>Reforma e Invalidez</p> <p>Preparação da reforma, pedido de pensão de velhice ou invalidez, e outros benefícios e complementos.</p>	<p>Pensão de Velhice</p> <p>Pensão de Invalidez</p> <p>Complementos e montantes adicionais à Pensão de Velhice</p> <p>Complemento cônjuge a cargo</p> <p>Complemento Solidário para Idosos</p> <p>Complemento para Aquisição de Medicamentos pelos Idosos</p>
<p>Fundos e Programas</p> <p>Asseguram os direitos dos trabalhadores e medidas de apoio a empregadores.</p>	<p>Fundo de Garantia Salarial – apoio que garante salários e outros créditos laborais quando a empresa está insolvente ou em processo de revitalização (PER).</p> <p>Incentivos à Contratação e Trabalho – Isenção ou redução de contribuições para a Segurança Social para incentivar a contratação de certos grupos de trabalhadores.</p> <p>Layoff para trabalhadores e empregadores.</p>



Para obter mais informações e verificar a possibilidade de acesso a alguma prestação em específico, utilize o **SIMULADOR DE PRESTAÇÕES SOCIAIS da Segurança Social** – uma ferramenta online que permite, de forma rápida e simples, saber quais os apoios sociais (como abono de família, subsídio de doença, subsídio de desemprego, etc.) a que pode ter direito.



ATENÇÃO:

Esta simulação não substitui a candidatura oficial e não é vinculativa. Serve apenas para compreender a proteção social disponível.

Simulador de Prestações Sociais



16 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

Ação Social

A este nível estreita-se a relação com as entidades da economia social, nomeadamente as IPSS, e com o Município, através da Rede Social, incluindo instituições e empresas de interesse público que oferecem serviços de apoio social e comunitário à população.

Apoios e respostas sociais

Para pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social, de risco ou perigo ou, que não tenham direito a outros apoios.

MEDIDAS PRINCIPAIS

Proteção jurídica – apoio jurídico gratuito a pessoas e entidades sem meios para recorrer aos serviços de advogados ou comportar com os custos com processos judiciais.

Rendimento Social de Inserção – apoio mensal em dinheiro e programa de integração para pessoas, nacionais ou residentes legais em pobreza extrema, com plano adaptado à família.

Complemento Solidário para Idosos – apoio a idosos e pensionistas de invalidez com baixos rendimentos.

Respostas sociais para pessoas com comportamentos aditivos – serviços para apoiar o tratamento e ajudar na reinserção de pessoas com comportamentos aditivos.

Respostas sociais para pessoas em situação de sem abrigo

Respostas sociais para Idosos

Respostas sociais para famílias e comunidade

Pode consultar todos os recursos sociais da cidade na **CARTA SOCIAL** e no **MAPA INTERATIVO** da Câmara Municipal do Porto.

Carta Social



Mapa Interativo

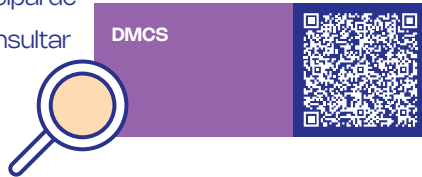


1

.2 APOIOS E MEDIDAS DO MUNICÍPIO DO PORTO

A visão do Município do Porto é de uma cidade onde todas as pessoas possam integrar-se e realizar os seus projetos de vida, respeitando os valores e princípios fundamentais da cidade do Porto e das suas gentes. Neste sentido, disponibiliza um conjunto de apoios, medidas e serviços em diversas áreas – entre as quais, a integração de migrantes.

Alguns desses serviços são responsabilidade direta do Departamento Municipal de Coesão Social. Pode consultar todas as informações, notícias e projetos em:



A Divisão Municipal de Apoios e Acompanhamento Social, do Departamento Municipal de Coesão Social, assegura a ação social a nível autárquico, em particular os serviços de apoio a pessoas em situação de vulnerabilidade social.

Isto realiza-se através de parcerias estabelecidas com entidades locais. Existem duas modalidades de intervenção, conforme o público-alvo.



18 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

RSI Rendimento social de inserção	Acompanhamento de proximidade às famílias beneficiárias do RSI Promove a execução das ações previstas nos Contratos de Inserção – planos para a integração social e profissional
SAASI Serviço de atendimento e acompanhamento social integrado	Acompanha todos/as os/as munícipes em situação de vulnerabilidade social (RSI e SAAS)

Conforme a sua freguesia de residência, em caso de necessidade, poderá dirigir-se aos serviços disponíveis no território, conforme os horários e moradas disponibilizadas no mapa seguinte.



1 Centro Social de S. Martinho de Aldoar

R. Dr. João Fernandes Lopes Neves, n.º 60 // 4100-094 Porto
+351 223 223 243 // 914 495 462 **2ª a 6ª feira: 09h30 – 13h00 // 14h00 – 17h30**

2 Associação Ludotecas do Porto

R. Alcaide Faria (Antiga Escola de Aldoar) // 4100-034 Porto
+351 226 103 418 // 927 597 022 **2ª a 6ª feira: 09h00 – 13h00 // 14h00 – 17h00**

3 Santa Casa da Misericórdia do Porto

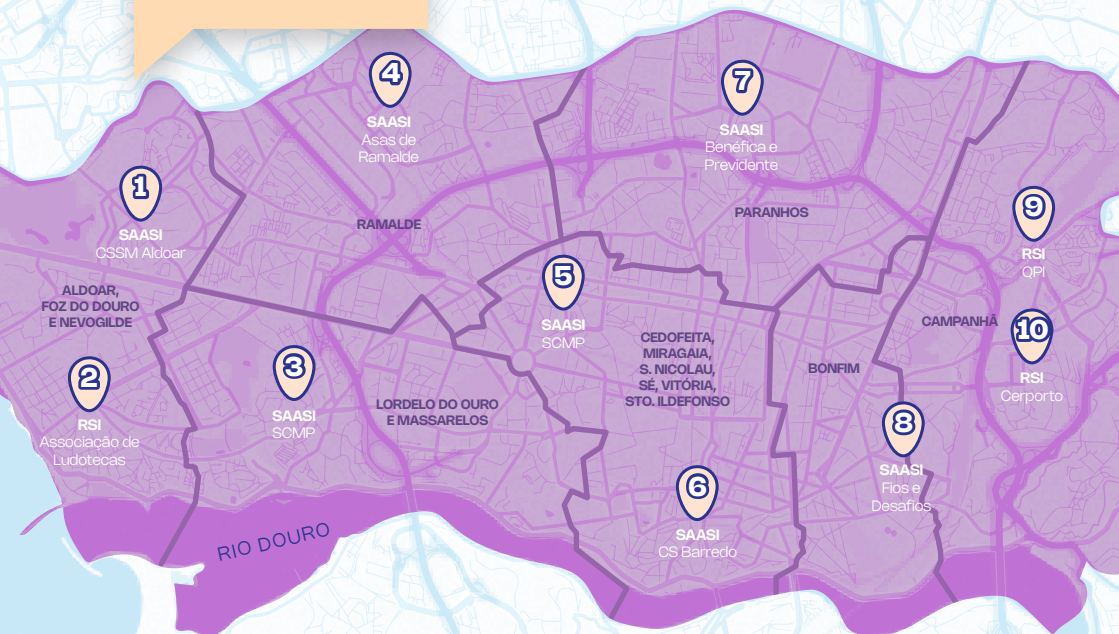
R. Bernardino Machado, n.º 82-100 // 4150-136 Porto
+351 220 924 422 **3ª a 5ª feira: 09h00 – 13h00 // 14h00 – 17h00**

4 Associação de Solidariedade e Ação Social de Ramalde

R. Ferreira de Castro, n.º 90 // 4250-206 Porto
+351 226 164 412 **2ª a 6ª feira: 09h30 – 13h00 // 14h00 – 17h30**

5 Santa Casa da Misericórdia do Porto

R. Joaquim Vasconcelos, n.º 79 // 4050-311 Porto
+351 220 924 422 **2ª a 6ª feira: 09h00 – 13h00 // 14h00 – 17h00**



6 Centro Social do Barredo

Largo dos Arcos da Ribeira, n.º 110 // 4050-062 Porto
+351 222 012 047 // 925 419 653/1 2ª a 6ª feira: 09h00 - 13h00 // 14h00 - 17h00

7 A Benéfica e Previdente - Associação Mutualista

R. Contumil, n.º 107 // 4350-132 Porto 2ª a 6ª feira: 09h00 - 13h00 // 14h00 - 17h00
Trav. Monsanto, n.º 63 // 4250-295 Porto 2ª feira: 09h30 - 12h30
+351 225 573 740 // 911 579 150

8 Fios e Desafios - Associação de Apoio Integrado à Família

R. Heroísmo, n.º 113 // 4300-258 Porto
+351 225 303 036 2ª a 6ª feira: 09h00 - 13h00 // 14h00 - 17h00

9 Qualificar para Incluir - Associação de Solidariedade Social

R. Santos Pousada, n.º 840 // 4000-481 Porto / R. Manjericos, n.º 42 // 4000-008 Porto
+351 223 255 591 // 220 942 835 2ª a 6ª feira: 09h30 - 13h00 // 14h00 - 17h00

10 Cerporto - Associação para o Desenvolvimento Comunitário do Cerco

R. Pedras Salgadas, n.º 104 Cave Traseiras // 4300-399 Porto // +351 220 176 759
+351 938 539 537 // 932 115 607 2ª a 6ª feira: 09h00 - 13h00 // 14h00 - 17h00

20 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL



Estas atividades resultam da Lei-Quadro da Descentralização Administrativa **Lei n.º 50/2018**, a qual, assente em princípios como a coesão territorial, a garantia de qualidade de vida e a igualdade de oportunidades no acesso aos serviços públicos, estabeleceu a transferência de competências em matéria de ação social do Estado central para as autarquias locais e entidades intermunicipais.

Outros Serviços Gerais que o Município disponibiliza e podem ser do seu interesse, na defesa dos seus direitos.

Serviço de Mediação Municipal e Intercultural (SMMI)

Visa promover a inclusão social e a melhoria da qualidade de vida da população migrante e das minorias étnicas, através da capacitação para o exercício de uma cidadania ativa e de uma convivência intercultural saudável. A sua intervenção abrange todo o território municipal, através de processos de mediação informal e formal, numa lógica de itinerância nos territórios prioritários e em permanência no Gabinete do Município. Inclui:

- > Atendimentos
- > Encaminhamentos
- > Acompanhamentos a serviços

Praça General Humberto Delgado, n.º 266 // 4000-286 Porto
<https://acaosocial.cm-porto.pt>



Balcão da Inclusão do Município do Porto

Pretende reforçar a rede de serviços de atendimento especializado para pessoas com deficiência, incapacidade ou necessidades especiais, familiares e organizações/ entidades que intervêm na área.

Disponibiliza ainda um conjunto integrado de meios para acesso à informação e resolução de questões, com vista à melhoria da qualidade de vida das pessoas e ao pleno exercício da sua cidadania.

Praça General Humberto Delgado, n.º 266 // 4000-286 Porto
+351 225 899 260 // balcaodeinclusao@cm-porto.pt

<https://acaosocial.cm-porto.pt/pessoas-com-deficiencia/gabinete-de-inclusao>



Porto4all

Programa municipal de integração profissional de migrantes que visa informar e capacitar as pessoas migrantes para as dimensões da empregabilidade em Portugal, apoiando-as no seu processo de integração profissional na cidade do Porto.



Ver Caderno Emprego e Empreendedorismo



Serviço Municipal de Apoio à Reutilização dos Livros Escolares

Este serviço tem como principal objetivo promover a reutilização dos manuais escolares, de forma totalmente gratuita. As solicitações de manuais escolares podem ser submetidas preferencialmente através de e-mail.



smarle.gm@cm-porto.pt



22 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL



Porto Vivo – Sociedade de Reabilitação Urbana

Programa Porto com Sentido

É um programa municipal, que se destina a dinamizar a oferta de arrendamento habitacional em Regime de Renda Acessível, destinado a famílias com rendimentos intermédios.

Para mais informações e condições de acesso consulte o programa [aqui](#).



Programa de Apoio ao Acesso à Habitação 1.º Direito

Programa que prevê o financiamento para promover soluções habitacionais para pessoas, que residindo no Porto, vivem ainda em condições indignas.



Domus Social

Porto Solidário

Programa de apoio à renda e à prestação bancária destinado a pessoas ou famílias com dificuldades financeiras ou em situação de emergência habitacional.

Para mais informações e condições de acesso consulte o programa [aqui](#).



Habitação Social

Pode concorrer à atribuição de habitação social pessoas com Autorização de Residência Permanente.



Ver Caderno Regularização Sócio-Legal

Para mais informações e condições de acesso consulte o programa [aqui](#).





Aconselhamento jurídico de arrendamento privado

Os municípios do Porto podem ter acesso gratuito a aconselhamento jurídico para questões de arrendamento privado.



Gabinete do Município



Portal do Município

O Gabinete do Município dispõe de um serviço de atendimento online, telefónico e presencial, criado a pensar nas necessidades e expectativas dos municípios do Porto e de todos os cidadãos que, por motivos pessoais ou profissionais, se relacionam com a autarquia.



Atendimento Presencial

Agendamento +351 220 100 220

Horário 2.ª a 6.ª feira: 09h00 – 17h00

Atendimento Telefónico

Contacto +351 220 100 220

Horário 2.ª a 6.ª feira: 09h00 – 19h00

Praça General Humberto Delgado, n.º 266 // 4000-286 Porto

Antes de contactar o Gabinete do Município:

- > Reúna os documentos relativos ao assunto que quer resolver
- > Tenha presente os seus Documentos Identificativos: Passaporte ou outro documento válido, Título de Residência ou Visto, Cartão de Contribuinte

Saiba como obter os seus documentos no

Caderno Regularização Sócio-Legal



24 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL



1

.3 APOIOS E SERVIÇOS NA COMUNIDADE

Os Centros de Apoio à Integração de Migrantes são serviços públicos de apoio à integração de migrantes, geridas pela AIMA. Fazem **atendimento gratuito** e prestam informações sobre legalização, trabalho, saúde, educação, integração social.

Podem prestar serviços e apoios diferentes: profissional, jurídico ou psicossocial.

1 LOJA AIMA – PORTO

Avenida de França, n.º 316
Edifício Capitólio, Loja 57
4050-276 Porto

<https://aima.gov.pt/pt>
+351 217 115 000
aima.gov.pt/pt/lojas-aima



2 CLAIM Universidade Lusófona

Rua Augusto Rosa, n.º 24
4000-098 Porto

claim@ulusofona.pt
+351 222 073 241
www.ulusofona.pt/claim



3 CLAIM JRS

Rua da Fábrica Social, n.º 17
4000-121 Porto

jrs@jrportugal.pt
+351 217 552 790 // 933 480 357
www.jrportugal.pt



PORTO



4 CLAIM Seiva

Rua de Vilar, n.º 130
4050-625 Porto

+351 224 937 818 // 911 009 699
seiva.co.pt/atendimento/atendimento-claim/



5 CLAIM FEUP

Rua Dr. Roberto Frias
s/n, Sala A 215
4200-465 Porto

ipoint@fe.up.pt
+351 220 414 502
fe.up.pt/ipoint/claim



6 CLAIM Universidade do Porto

Praça de Gomes Teixeira
3º piso - Sala 303
4099-002 Porto

international@reit.up.pt
marcação de agendamentos presenciais:
<https://international.up.pt>



26 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

Além destes organismos oficiais, há uma série de outras organizações que prestam apoio direto a imigrantes a nível local e nacional. As formas de apoio prestadas são diversas, cobrindo diferentes necessidades.

Recorrer a este apoio pode ser determinante para uma melhor adaptação e integração, bem como para garantir proteção contra todos os tipos de discriminação.

Os direitos fundamentais são assegurados pela legislação em vigor. O apoio destas organizações não deve substituir o recurso a outros mecanismos, principalmente em **situações de especial vulnerabilidade**.



Na cidade do Porto existem várias organizações que asseguram serviços de apoio em diversas áreas aos migrantes.

Listam-se algumas, a título de exemplo:



Centro Comunitário São Cirilo

tem serviços gratuitos de apoio como:

	Contactos
> Gabinete de Apoio Social	Rua Barão de Forrester, n.º 968
> Gabinete de Psicologia	4050-272 Porto
> Gabinete de Emprego e Empreendedorismo	+351 228 348 460
> Gabinete Jurídico	geral@saocirilo.pt saocirilo.pt
> Alojamento temporário	2ª a 6ª feira:
> Refeições e cabazes alimentares	09h00-13h00 // 14h00-17h30
> Formação em competências transversais	



JRS – Serviço Jesuíta aos Refugiados

tem serviços gratuitos de apoio como **CLAIM, com os eixos:**

- > Apoio psicossocial (diagnóstico e acompanhamento)
- > Apoio jurídico
- > Apoio e informação para a procura de soluções habitacionais
- > Apoio à empregabilidade
- > Apoio à saúde mental
- > Apoio à aprendizagem inicial da língua portuguesa

Contactos

+351 217 552 790
+351 937 541 620
jrsportugal@jrs.net
jrsportugal.pt



Fundação Aga Khan – Portugal

trabalha em áreas como:

- > Educação
- > Sociedade civil
- > Inclusão económica
- > Desenvolvimento social

Contactos

+351 217 229 001
akfportugal@akdn.org
the.akdn/pt



Asas de Ramalde

Associação de Solidariedade e Ação Social

com serviços como:

- > Creche
- > Pré-escolar
- > Centro de Atividades de Tempos Livres
- > Centro de dia
- > Apoio domiciliário
- > Protocolo RSI

Contactos

R. Nagasaki, s/n
4250-323 Ramalde, Porto
+351 226 164 412
secretaria@asasderamalde.pt
www.asasderamalde.com



28 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL

Associação de Ludotecas do Porto

associação que presta serviços como:

- | | |
|--|---|
| > Espaços de ludotecas e atividades educativas | Contactos
R. Alcaide de Faria
4100-034 Porto, Portugal |
| > Oficina de Animação | 4100-034 Porto, Portugal |
| > Centro Lúdico da Imagem Animaçã Anilupa | +351 222 418 349 // 927 597 022
ass.ludo.porto@gmail.com |
| > Gabinete de atendimento | associacaodeludotecasdoporto.org |
| > Pólo comunitário | horário: 09h00-13h00 |



Associação Para o Planeamento da Família

organização que promove saúde e educação sexual e reprodutiva; dispõe de serviços de:

- | | |
|--|--|
| > Educação para a saúde sexual e reprodutiva | |
| > Equipa Multidisciplinar Especializada do Norte (EME TSH Norte) | APF Norte
Travessa das Liceiras, n.º 14/16 |
| > Atendimento | 4000-323 Porto |
| > Advocacia e intervenção na cidadania | +351 222 085 869 |
| > Formação e apoio a técnicos | apfnorte@apf.pt apf.pt |



SOS Racismo

movimento contra o racismo, discriminação racial e xenofobia em Portugal. Oferece:

- | | |
|--|---|
| > Infraestruturas de apoio às populações imigrantes e das minorias étnicas | Contactos |
| > Ações de parceria com as diversas associações de direitos humanos, de imigrantes e anti-racistas | porto@sosracismo.pt
sosracismo.pt |
| > Apoio a imigrantes na reivindicação dos seus direitos | |



Espaço T – Associação para Apoio à Integração Social e Comunitária



presta apoio à integração social,	Rua de Vilar, n.º 54
com atividades comunitárias	4050-625 Porto
e inclusivas no Porto.	+351 226 081 919 // 225 431 041
	espacot@espacot.pt espacot.pt

Santa Casa da Misericórdia do Porto



instituição de solidariedade	Contactos
com múltiplos serviços sociais,	R. Joaquim de Vasconcelos, n.º 79
de saúde, educação e apoio	4050-311 Porto
comunitário no Porto.	+351 220 924 422
	apoioaocliente@scmp.pt scmp.pt

Adicionalmente, existem diversas associações de imigrantes que têm por objetivo o apoio mútuo e a integração. Listam-se algumas, a título de exemplo:

Associação Cabo-Verdiana do Norte de Portugal

Rua Formosa, n.º 408, 1º andar
4000-274 Porto
+351 222 011 842
acvnp@yahoo.com

Associação Laços

Angolanos no Porto

Travessa Campo de Paiva, n.º 45
4000-152 Porto
Instagram: lacos_angolanos_no_porto

Associação Essalam

Rua do Vilar, n.º 54/ 54A
4050-625 Porto
+351 910 874 747
ssalampt@hotmail.com



30 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES PROTEÇÃO E AÇÃO SOCIAL



Associação Meeru

Pr. Francisco Sá Carneiro, n.º 271
Galerias 1.º Esq. | 4200-314 Porto
+351 916 071 863
abircaminho@meeru.org

Centro Cultural Islâmico do Porto

Rua do Heroísmo, n.º 223
4300-253 Porto
+351 968 805 005
ccislamicoport@sapo.pt

Código Simbólico - Associação Sociocultural

Rua Motas, n.º 28
4150-520 Porto
+351 939 361 086
codigosimbolico.sociocultural@gmail.com

Comunidade Bangladesh no Porto

Rua do Cativo, n.º 2
4000-160 Porto
+351 222 011 951 // 938 335 825
bangladeshcp2008@yahoo.com

Comunidade Hindu do Porto

Rua 5 de Outubro, n.º 156
loja 23 (C.C. Sirius)
+351 226 000 989
secretariado@comunidadehinduporto.org

Comunidade Israelita do Porto/

Comunidade Judaica do Porto

Rua Guerra Junqueiro, n.º 340
4150-386 Porto
info@comunidade-israelita-porto.org
<http://www.comunidade-israelita-porto.org/>

Igreja Ortodoxa Russa no Porto

R. de Alexandre Herculano, n.º 123
4000-054 Porto
+351 962 267 290
portochurch@gmail.com

Índico - Associação Cívica

Moçambicana

Alameda Dr. Fernando Azeredo Antas
n.º 87 - 6.º F
+351 919 012 246
indico.3@gmail.com

KALINA - Associação

dos Imigrantes de Leste

Rua António Cardoso, n.º 235 - 1.º Esq. Tras.
4150-081 Porto
+351 968 371 999 // 933 349 945
associacao.kalina@gmail.com

L&L Luso Latina - Solidariedade

Social, CRL

Rua Augusto Rosa, n.º 198
4000-098 Porto
+351 917 618 068
geral@huellatina.org

Portuando - Associação

de apoio aos Brasileiros

Praça das Flores, n.º 23 - 1.º andar - sala 50
+351 911 162 383
ass.portuando@gmail.com



CAP. **.2**

Cidadania

.1 DIREITOS FUNDAMENTAIS E VIDA EM PORTUGAL

Viver em Portugal é mais do que residir num território: é fazer parte de uma sociedade que reconhece a dignidade humana como valor essencial. A Constituição da República Portuguesa garante que todas as pessoas, independentemente da sua origem ou nacionalidade, têm direito ao respeito pela dignidade humana, à integridade pessoal, à liberdade ou à igualdade.

Direitos Garantidos a Todas as Pessoas

A União Europeia e Portugal asseguram um conjunto mínimo de direitos fundamentais a qualquer pessoa que esteja no seu território. Esses direitos visam proteger a dignidade humana e o acesso básico a serviços essenciais.



32 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES CIDADANIA

Direito à saúde

Em Portugal, o direito à saúde é um direito fundamental reconhecido pela Constituição e assegurado através do Serviço Nacional de Saúde (SNS). Todas as pessoas, nacionais ou estrangeiras, têm direito a receber cuidados de saúde, ainda que o modo de acesso e a forma de pagamento variem conforme a situação de residência de cada pessoa.

Ver Caderno Saúde



Direito à educação básica

Em Portugal, o direito à educação é universal e está garantido pela Constituição da República Portuguesa e pela Lei de Bases do Sistema Educativo. Este direito aplica-se a todas as pessoas, independentemente da nacionalidade, origem social ou situação legal dos pais ou responsáveis. O sistema educativo português tem como princípio fundamental o acesso de todas as crianças e jovens à escola, em condições de igualdade e sem discriminação.

Ver Caderno Educação



Direitos da criança

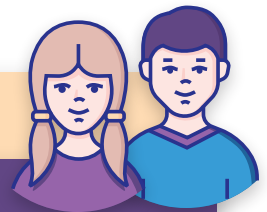
Portugal reconhece a criança como sujeito de direitos, com proteção especial do Estado e da sociedade. A Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo (Lei n.º 147/1999), garante o direito à vida, à saúde, à educação, à segurança e à convivência familiar, independentemente da nacionalidade ou da situação de residência dos pais.

Quando uma criança é vítima de maus-tratos, abandono, negligência ou qualquer forma de violência, as autoridades devem agir de imediato. O acompanhamento poderá ser feito a vários níveis:

- > em primeira linha pelas instituições que diretamente trabalham com as crianças
- > e/ou pelas Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), em articulação com os tribunais de família e menores, podendo aplicar medidas de proteção como acolhimento, encaminhamento familiar ou institucional

As Comissões de Proteção podem aplicar as seguintes medidas de promoção e proteção:

- > Apoio junto dos pais
- > Apoio junto de outro familiar
- > Confiança a pessoa idónea
- > Apoio para a autonomia de vida
- > Acolhimento familiar
- > Acolhimento residencial



Contactos

Linha de emergência nacional > **112**

Linha SOS-Criança > **116 111**

Linha da Criança > **800 20 66 56**



34 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES CIDADANIA

Direito à vida e à integridade física

Ninguém pode ser sujeito a violência, tratamento degradante ou desumano. As forças de segurança devem agir dentro dos limites da lei, e qualquer pessoa pode apresentar queixa ou procurar proteção policial.

Direito à proteção contra a violência

Todas as pessoas, independentemente do estatuto migratório, têm direito à proteção contra violência doméstica, exploração laboral, tráfico de pessoas e discriminação. A polícia e as instituições de apoio social são obrigadas a prestar atendimento e encaminhamento às vítimas.

Contactos úteis

- > **Linha de Apoio a Vítimas de Violência Doméstica**
(Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género – CIG):
800 202 148 (24h, gratuita)
Linha SMS **3060**
violencia@cig.gov.pt
- > **AIMA | Cruz Vermelha Portuguesa**
Atendimento a vítimas migrantes: **+351 228 330 274**
Avenida de França, n.º 316
Edifício Capitólio, Loja 57
2ª a 6ª feira: 09h00 – 17h00
- > **Linha de Apoio à vítima da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV)**
116 006 2ª a 6ª feira: 08h00 – 23h00
- > **Emergência**
112
- > **Linha Nacional de Emergência Social**
144
- > **Linha SOS Racismo**
800 296 284
- > **CICDR – Comissão para a Igualdade e Contra a Discriminação Racial**
cicdr@acm.gov.pt
- > **Linha SOS Imigrante e Tráfico**
808 257 257
- > **Equipa Multidisciplinar Especializada do Norte (EME TSH Norte)**
+351 918 654 101 (disponível 24/7)
apf.sostshnorte@gmail.com
- > **PSP e GNR**
disponíveis 24h para acolher denúncias
queixaselectronicas.mai.gov.pt/PSP



Direitos de Quem é Residente Legal em Portugal

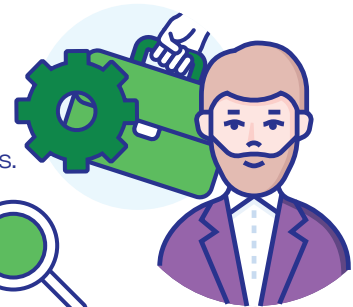
Quem possui autorização de residência passa a ter acesso a um conjunto mais amplo de direitos sociais, económicos e civis. Estes direitos permitem viver plenamente no país, trabalhar, contribuir e participar da vida comunitária.

Trabalho e proteção laboral

Direito de trabalhar com contrato formal, de se inscrever na Segurança Social e de beneficiar de todos os direitos laborais previstos na lei.

Pode exercer atividade por conta de outrem (com contrato de trabalho) ou por conta própria (como trabalhador independente ou empresário). Em ambos os casos, é essencial manter o registo atualizado junto da Autoridade Tributária e da Segurança Social, bem como cumprir as obrigações fiscais e contributivas correspondentes.

Trabalhadores/as estrangeiros/as gozam dos mesmos direitos e deveres dos restantes cidadãos.



Ver Caderno Emprego e Empreendedorismo

36 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES CIDADANIA

Direito à educação superior e formação contínua

Além do acesso à educação básica gratuita, o residente legal pode frequentar universidades, cursos técnicos e formações profissionais, bem como concorrer a bolsas de estudo, programas de apoio e concursos académicos nas mesmas condições que os restantes cidadãos.

O sistema de ensino superior em Portugal está aberto a estudantes estrangeiros, e muitas instituições dispõem de programas de integração e equivalência de estudos, facilitando a continuidade da formação e o reconhecimento de qualificações obtidas no exterior.

Ver Caderno Educação



Direito de acesso à justiça

O acesso à justiça é um dos pilares do Estado de direito em Portugal. A Constituição da República Portuguesa garante que todas as pessoas que se encontrem no território nacional, portuguesas ou estrangeiras, têm o direito de recorrer aos tribunais para proteger os seus direitos e interesses legítimos. O artigo 20.º da Constituição estabelece que a justiça não pode ser recusada por falta de recursos económicos, assegurando que ninguém fica sem proteção por motivos financeiros. Para tornar esse princípio efetivo, existe em Portugal o apoio judiciário,

também conhecido como assistência jurídica gratuita. Este mecanismo permite que pessoas com baixos rendimentos obtenham apoio legal e representação por advogado, bem como isenção ou redução das custas judiciais. O objetivo é garantir que todos possam aceder à justiça, independentemente da sua situação económica.

Os estrangeiros residentes legalmente em Portugal podem requerer este apoio. Também podem beneficiar dele os cidadãos de países que assegurem igualdade de tratamento aos portugueses, de acordo com o princípio da reciprocidade.



Deveres de Quem é Residente em Portugal

As pessoas imigrantes têm deveres equiparados aos cidadãos nacionais, exceto em funções públicas restritas, soberania e defesa.

Os principais deveres a respeitar são:

- › Respeitar a Constituição da República Portuguesa e cumprir as leis do país, ou seja, a legislação penal, administrativa, civil e qualquer outra norma vigente.
- › Manter atualizado o seu processo de regularização junto da AIMA (visto, autorização de residência, morada, situação familiar), acompanhar e assegurar o cumprimento dos prazos legais para a apresentação da documentação necessária e garantir a legalidade dos mesmos.

Ver Caderno Regularização Sócio-Legal



- › Cumprir com as obrigações fiscais e sociais, nomeadamente, o pagamento de impostos e contribuições para a Segurança Social.

Ver Deveres dos/das Trabalhadores/as no

Caderno Emprego e Empreendedorismo



- › Cumprir com as normas laborais vigentes, isto é, cumprir os contratos, horários, normas de segurança no trabalho, entre outras.

Ver Deveres dos/das Trabalhadores/as no
Caderno Emprego e Empreendedorismo



- › Respeitar os deveres dos utentes no Serviço Nacional de Saúde e cumprir regras relacionadas com a saúde pública como vacinação obrigatória, quando aplicável e outras normas sanitárias exigidas.

Ver Direitos e Deveres dos/as Utentes no SNS no

Caderno Saúde



CAP. **.3**

Viver na Cidade do Porto

O Porto é a segunda maior cidade de Portugal, tem cerca de 250 mil habitantes. Com origem numa povoação celta, passou a chamar-se *Portus Cale* na época romana, designação que estaria na génese do nome Portugal.

É um sítio que se vive por inteiro, com artes e cultura, gastronomia e lazer, e nunca deixa de ser um porto seguro com alma hospitaleira e identidade singular – das margens do rio Douro, onde o rebuliço da cidade contrasta com o granito dos monumentos, ao oceano Atlântico, que marcou o passado, alimenta o presente e simboliza futuro.



Conheça mais sobre a história da cidade

www.cm-porto.pt/historia-da-cidade



Saiba o que está a acontecer no Porto

<https://cultura.cm-porto.pt/festivais-e-programas>



Fique a par das notícias da cidade

<https://www.porto.pt/pt>



Saiba como se mover dentro da cidade

conhecendo os transportes públicos à sua disposição
mobilidade.cm-porto.pt/transportes-publicos/plano-de-viagem



Conheça mais sobre a diversidade religiosa

https://acaosocial.cm-porto.pt/migrantes-e-minorias-etnicas/carta-das-religioes-do-porto_1



Feridos Nacionais e Municipais

<p>JANEIRO 01 Ano Novo</p> 	<p>Existem em Portugal feriados móveis, datas comemorativas que não se realizam sempre no mesmo dia do calendário. São feriados móveis a Sexta-feira Santa, a Páscoa e o Corpo de Deus (Corpus Christi). O dia de Carnaval não é considerado feriado obrigatório em Portugal e também é móvel. No entanto, algumas empresas, escolas e os órgãos públicos costumam conceder folga aos trabalhadores no Carnaval.</p> 	
<p>ABRIL 25 Dia da Liberdade</p>	<p>MAIO 01 Dia do Trabalhador</p> 	<p>JUNHO 10 Dia de Camões, de Portugal e das Comunidades Portuguesas 24 Dia de São João</p>
<p>O Dia da Liberdade é assinalado no dia 25 de abril e celebra a Revolução dos Cravos, que pôs fim à ditadura do Estado Novo em Portugal.</p> 	<p>AGOSTO 15 Assunção de Nossa Senhora</p>	<p>O São João do Porto é a maior festa popular da cidade do Porto, é festejada na noite de 23 para 24 de junho. É uma celebração de origens pagãs, marcando o solstício de verão. Atualmente a festa tem o nome de São João Batista, padroeiro da cidade.</p>
<p>OUTUBRO 05 Implantação da República</p>	<p>NOVEMBRO 01 Dia de Todos os Santos</p>	<p>DEZEMBRO 01 Restauração da Independência 08 Dia da Imaculada Conceição 25 Natal</p> 



Contactos

Alguns contactos que poderão ser úteis.

AIMA — Agência para a Integração, Migrações e Asilo

Linha de Apoio a Migrantes:
+351 218 106 191 (dias úteis, atendimento
em vários idiomas)
<https://aima.gov.pt>

Loja AIMA — Porto
<https://aima.gov.pt/pt>
<https://aima.gov.pt/pt/lojas-aima>
+351 217 115 000

Asas de Ramalde

Rua de Nagasaki, s/n
4250-323 Ramalde, Porto
+351 226 164 412
secretaria@asasderamalde.pt
<https://www.asasderamalde.com/>

Associação Cabo-Verdiana do Norte de Portugal

Rua Formosa, n.º 408, 1º andar
+351 222 011 842
acvnp@yahoo.com

Associação Comunidade do Bangladesh no Porto

Rua do Cativo, n.º 2
4000-160 Porto
+351 222 011 951 // 938 335 825
bangladeshcp2008@yahoo.com

Associação Essalam

Rua do vilar, n.º 54/ 54A – Porto
+351 910 874 747
essalampt@hotmail.com

Associação de Ludotecas do Porto

Rua Alcaide de Faria
4100-034 Porto, Portugal
+351 222 418 349 // 927 597 022
Horário: 9h00 – 13h00
ass.ludo.porto@gmail.com
<http://www.associacaodeludotecasporto.org/>

Associação Laços Angolanos no Porto

Travessa Campo de Paiva, n.º 45
4000-152 Porto
Instagram:
[lacos_angolanos_no_porto](https://www.instagram.com/lacos_angolanos_no_porto)

Associação Meeru

Pr. Francisco Sá Carneiro, n.º 271
Galerias 1º Esq. // 4200-314 Porto
+351 916 071 863
abrircaminho@meeru.org



CONTACTOS

Associação Para o Planeamento da Família – Norte

Travessa das Liceiras, n.º 14/16
4000–323 Porto
+351 222 085 869
apfnorte@apf.pt
<https://apf.pt/quem-somos/delegacoes/apf-norte/>

Balcão da Inclusão

Praça General Humberto Delgado, n.º 266
4000–286 Porto
+351 225 899 260
balcaodeinclusao@cm-porto.pt
<https://acaosocial.cm-porto.pt/pessoas-com-deficiencia/gabinete-de-inclusao>

Centro Comunitário São Cirilo

Rua Barão de Forrester, n.º 968
4050–272 Porto
+351 228 348 460
geral@saocirilo.pt

Segunda a sexta:

9h00 – 13h00 e 14h00 – 17h30

Centro Cultural Islâmico do Porto

Rua do Heroísmo, n.º 223
4300–253 Porto
+351 968 805 005
ccislamicoporto@sapo.pt

CLAIM – Centros Locais de Apoio à Integração de Migrantes

CLAIM FEUP
<https://fe.up.pt/ipoint/claim>
+351 220 414 502
ipoint@fe.up.pt

CLAIM JRS

<https://www.jrsportugal.pt>
+351 217 552 790 // 933 480 357
jrs@jrsportugal.pt

CLAIM Seiva

<https://seiva.co.pt/atendimento/atendimento-claim/>
+351 224 937 818 // 911 009 699

CLAIM Universidade Lusófona

<https://www.ulusofona.pt/claim>
+351 222 073 241

CLAIM Universidade do Porto

https://internacional.up.pt/web/en_degrees.html
internacional@reit.up.pt

Marcação de agendamentos presenciais:

<https://internacional.up.pt>

Código Simbólico – Associação Sociocultural

Rua Motas, n.º 28
4150–520 – Porto
+351 939 361 08
codigosimbolico.sociocultural@gmail.com

**Comissão para a igualdade
no trabalho e no emprego**

+351 215 954 000

**Linha Verde para atendimento
jurídico telefónico:**

+351 800 204 684

geral@cite.pt

<https://cite.gov.pt/web/pt>

Comunidade Hindu do Porto

Rua de 5 de Outubro, n.º 156

loja 23 (C.C. Sirius)

secretariado@comunidadehinduporto.org

**Comunidade Israelita do Porto/
Comunidade Judaica do Porto**

Rua Guerra Junqueiro, n.º 340

4150-386 Porto

info@comunidade-israelita-porto.org

**Equipa Multidisciplinar Especializada
(EME TSH Norte)**

+351 918 654 101 (24h/dia)

apf.sostshnorte@gmail.com

**Espaço T - Associação para Apoio à
Integração Social e Comunitária**

Rua de Vilar, n.º 54

4050-625 Porto, Portugal

+351 226 081 919 // 225 431 041

espacot@espacot.pt

<https://www.espacot.pt/>

Fundação Aga Khan – Portugal

+351 217 229 001

akfportugal@akdn.org

<https://the.akdn.pt/recursos-e-media/recursos/publica%C3%A7%C3%A3o/funda%C3%A7%C3%A3o-aga-khan-portugal>

**Gabinete do Município
(Câmara Municipal do Porto)**

Praça General Humberto Delgado,

n.º 266, 4000-286 Porto

+351 220 100 220

Horário – 2.ª a 6.ª feira:

Presencial: 9h00 – 17h00

Telefone: 9h00 – 19h00

Igreja Ortodoxa Russa no Porto

R. de Alexandre Herculano, n.º 123

4000-054 Porto

+351 962 267 290

portochurch@gmail.com

**Índico – Associação Cívica
Moçambicana**

Alameda Dr. Fernando Azeredo

Antas, n.º 87 – 6.º F

+351 919 012 246

indico.3@gmail.com

**JRS – Serviço Jesuíta aos
Refugiados**

+351 217 552 790 // 937 541 620

jrsportugal@jrs.net

<https://www.jrsportugal.pt>

CONTACTOS

KALINA – Associação dos Imigrantes de Leste
Rua de Cervantes, n.º 428
4000-284 Porto
+351 968 371 999 // 933 349 945
associacao.kalina@gmail.com

LSL Luso Latina – Solidariedade Social, CRL
Rua Augusto Rosa, n.º 198
4000-098 Porto
+351 917 618 068
geral@huellatina.org

Linha da Criança
800 20 66 56

Linha de Emergência Nacional
112

Linha SOS-Criança
116 111

Portuando – Associação de Apoio aos Brasileiros
Praça das Flores, n.º 23
1.º Andar – Sala 50
+351 911 162 383
ass.portuando@gmail.com

Rede Local de Voluntariado
+351 225 899 260
rivoluntariado@cm-porto.pt

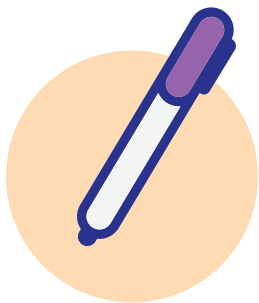
Santa Casa da Misericórdia do Porto
Rua de Joaquim de Vasconcelos, n.º 79
4050-311 Porto, Portugal
+351 220 924 422
apoioaocliente@scmp.pt
<http://www.scmp.pt/>

Segurança Social Direta
<https://www.seg-social.pt/>

Serviço Municipal de Apoio ao Consumidor
Praça General Humberto Delgado
n.º 266 // 4000-286 Porto
+351 220 100 220
gm.smac@cm-porto.pt
Horário – 2.ª a 6.ª feira:
Presencial com marcação:
9h00 – 17h00

Serviço Municipal de Apoio à Reutilização dos Livros Escolares
+351 220 100 220
Horário – 2.ª a 6.ª feira:
9h00 – 19h00

SOS Racismo
porto@sosracismo.pt
<http://www.sosracismo.pt/>



Glossário

Abono – É um benefício financeiro do Estado para indivíduos ou famílias. Pode referir-se a um apoio social em dinheiro, como o abono de família para compensar encargos familiares, ou a um pagamento adicional para cobrir riscos e despesas específicas no trabalho.

Ação Social – Conjunto de serviços que ajudam pessoas e famílias em dificuldades económicas, sociais ou psicológicas.

Agência para a Integração, Migrações e Asilo (AIMA) – Entidade pública que trata dos processos de imigração, autorizações de residência e integração de pessoas migrantes. (A AIMA substituiu o antigo SEF – Serviços de Estrangeiros e Fronteiras).

Apoio Judiciário – O apoio judiciário é um serviço gratuito que garante o acesso à justiça a quem não tem meios económicos para suportar as despesas de um processo legal. Pode ser gratuito ou ajudar a pagar os custos de um processo judicial.

Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes (CLAIM) – Gabinetes locais (como o CLAIM Porto) que ajudam pessoas migrantes com questões de documentação, emprego, formação e integração social.

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) – Entidade que protege crianças e jovens em risco, como em casos de violência, negligência ou abandono.

Cuidador Informal – Pessoa que cuida de um familiar ou amigo dependente (idoso, doente ou com deficiência) sem receber salário por isso.

Empresa Municipal – Empresa criada por uma câmara municipal para gerir serviços públicos, como água, habitação ou cultura.

48 GUIA DE APOIO À INTEGRAÇÃO DE MIGRANTES

GLOSSÁRIO

Gabinete do Município – Serviço da Câmara Municipal do Porto onde as pessoas podem pedir informações, resolver assuntos e tratar de serviços municipais.

Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) – Organização privada sem fins lucrativos que presta apoio social (lares, creches, apoio alimentar, etc.).

Serviço Municipal de Mediação Intercultural – Serviço que facilita a comunicação entre pessoas de diferentes culturas e instituições públicas.

Pensão – Valor mensal pago pelo Estado a pessoas que deixaram de trabalhar por idade (reforma), invalidez ou viuvez.

Prestação Social – Ajuda financeira do Estado para apoiar pessoas e famílias em situações de necessidade.

Rendimento Social de Inserção (RSI) – Apoio para as pessoas e famílias em situação de pobreza extrema, que inclui: ajuda e orientação na integração social e profissional, e uma prestação mensal em dinheiro para ajudar a satisfazer as necessidades básicas.

Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social Integrado (SAASI) – Equipa ou serviço que presta apoio social a pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade, exclusão social ou emergência. O seu objetivo é informar, aconselhar, encaminhar para respostas sociais adequadas e fortalecer a autonomia das pessoas.

Segurança Social – Instituição pública que assegura a proteção social em situações de desemprego, doença, parentalidade, invalidez e pensões.

Serviço Nacional de Saúde (SNS) – Sistema público de saúde em Portugal, com acesso a consultas, urgências, exames e tratamentos.

Subsídio – Dinheiro pago pelo Estado para apoiar situações específicas como desemprego, doença ou maternidade.

Porto.

Câmara Municipal do Porto

Praça General Humberto Delgado
4049 – 001 Porto

geral@cm-porto.pt

www.cm-porto.pt

Financiado pela União Europeia – NextGenerationEU. No entanto, as opiniões expressas são apenas as dos autores e não refletem necessariamente as opiniões da União Europeia ou da Comissão Europeia. Nem a União Europeia nem a Comissão Europeia são responsáveis por essas opiniões.