

Guia de Recursos Sociais do Concelho da Nazaré

Conheça os Recursos Disponíveis
para Apoiar a Comunidade

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

GUIA DE RECURSOS

PROMOTOR

MUNICÍPIO DA NAZARÉ



ELABORADO POR

EQUIPA RADAR SOCIAL COM O APOIO DA EQUIPA TÉCNICA DO GABINETE DE AÇÃO SOCIAL



COFINANCIADO POR:



VERSÃO 1.0 | OUTUBRO 2024

Objetivos de desenvolvimento sustentável ([ODS](#))



HISTÓRICO DE VERSÕES

DATA	VERSÃO	DESCRIÇÃO	AUTOR
OUTUBRO 2024	1.0	Elaboração do Guia de Recursos	Sandra Jorge Vânia Caetano

COFINANCIADO POR:



APRESENTAÇÃO DO GUIA

O Guia de Recursos Sociais do Concelho da Nazaré foi concebido como uma ferramenta prática e acessível para apoiar cidadãos, profissionais e entidades locais. Com o objetivo de facilitar o acesso à informação, este guia reúne, de forma organizada e clara, os serviços disponíveis no concelho, promovendo a inclusão e o bem-estar da comunidade.

Neste documento, encontra-se uma descrição das respostas sociais existentes, incluindo contactos, horários de funcionamento, localizações e serviços prestados. A elaboração deste guia é o resultado de um trabalho colaborativo entre diversas entidades parceiras, reforçando o compromisso conjunto em construir uma rede social sólida e eficaz.

Este recurso destina-se a ser um apoio tanto para quem procura orientação e suporte, como para quem atua na prestação de serviços à comunidade. Que este guia contribua para o fortalecimento de um Concelho da Nazaré mais coeso, solidário e informado.

ÍNDICE

01



SERVIÇOS PARA CRIANÇAS E JOVENS

Creches, escolas, ATL (atividades de tempos livres), programas de voluntariado

02



SERVIÇOS PARA IDOSOS

Centros de Dia, Serviços de Apoio Domiciliário (SAD), Lares de Idosos.

03



SERVIÇOS DE SAÚDE E BEM-ESTAR

Centros de saúde, clínicas, apoio psicológico.

04



APOIO A PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Instituições especializadas, programas de integração, balcão da inclusão.

05



SERVIÇOS DE JUSTIÇA

Tribunal, Julgados de Paz, DGRSP

06



HABITAÇÃO E SERVIÇOS SOCIAIS

Apoio à habitação, ajudas económicas, serviços de ação social.

07



EMERGÊNCIA E SEGURANÇA

Bombeiros, polícia, GNR, proteção civil, serviços de emergência social

08



APOIO A SEM-ABRIGO E PESSOAS VULNERÁVEIS

Cantina social, banco alimentar, loja social

09



EDUCAÇÃO PARA ADULTOS

Programas de formação direcionados para o adulto, obtenção de certificação profissional

10



CONTATOS ÚTEIS

Linhas de Apoio
Contactos de emergência

01



SERVIÇOS PARA
CRIANÇAS E
JOVENS

Creches, escolas, ATL
(atividades de tempos
livres), programas de
voluntariado

Agrupamento Escolas Nazaré - Jardins de Infância, Escolas Básicas, 2º e 3º Ciclos

• Centro Escolar da Nazaré (Sede)

- Contacto: Telef. 262 381 557
- Horário: 8:00 - 18:00
- Morada: R. Ernesto Korrodi 6, 2450-284 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 49.15" N, Longitude: 9° 3' 27.25" W

• Jardim de Infância do Bairro dos Pescadores

- Contacto: Telef. 262 560 138
- Horário: 8:00 - 18:00
- Morada: Bairro dos Pescadores, Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 52.54"N, Longitude: 9° 4' 7.18" W

Jardim de Infância e 1ºCiclo

• Centro Escolar de Famalicão

- Contacto: Telef. 262 562 004
- Horário: 8:00 - 18:00
- Morada: Rua Principal, Famalicão, Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°32'5.3"N, Longitude: 9°4'54.5"W

01



SERVIÇOS PARA
CRIANÇAS E
JOVENS

Jardim de Infância e 1ºCiclo

- **Centro Escolar de Valado dos Frades**
 - Contacto: Telef. 262 577 076
 - Horário: 8:00 - 18:00
 - Morada: Rua Luís Monterroso, 2450-378 Nazaré, Valado dos Frades
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39°35'33.9"N, Longitude: 9°01'04.0"W

Creche, Pré-Escolar e Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)

- **Centro Social de Valado dos Frades (IPSS)**
 - Contacto: Telef. 262 577 136 / 912 461 494 / E-mail: centrosocialvalado@gmail.com
 - Horário: Atendimento: 9h30 - 17h30, Funcionamento: 7h15 - 18h30
 - Morada: Rua Carlos O'Neill nº18, 2450-344 Valado dos Frades
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39°35'00.1"N, Longitude: 9°01'24.9"W

Creche, Colónia de Férias

- **Centro Social da Freguesia de Famalicão (IPSS)**
 - Contacto: Telef. 262 552 094 / 936 212 768 / E-mail: csdff@sapo.pt
 - Horário: Atendimento: 9h-18h (Seg-Sex), Funcionamento: 7h30-18h45 (Seg-Sáb)
 - Morada: Rua Elisa Maria Santos, 3 - 2450-027 Famalicão
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39.5395541757159, Longitude: -9.079612612874175

01



SERVIÇOS PARA
CRIANÇAS E
JOVENS

Creche, Pré-Escolar | Centro de Acolhimento Residencial - Serviço para crianças e jovens em situação de risco.

- **Confraria de Nossa Senhora da Nazaré (IPSS)**

- Contacto: Telef. 262 550 100/ email: secretaria@cncs.pt
- Horário: Secretaria: 9h30-13h00 / 14h00-17h30 (Seg-Sex)
- Morada: Largo de Nossa Senhora da Nazaré, 2450-065 Sítio da Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 20.8" N, Longitude: 9° 4' 35.4" W

02



SERVIÇOS PARA
IDOSOS

Centros de Dia, Serviços
de Apoio Domiciliário
(SAD), Lares de Idosos.

Centro de Dia, Lar Residencial (ERPI)

- **Centro de Apoio a Idosos Nossa Senhora da Conceição (Fins Lucrativos)**

- Contacto: Telef. 262570010
- Horário: Segunda a sexta, 9:30h-13:00h e 14:00h-17:30h
- Morada: Rua Casal dos Veríssimos, n.º 2 - Fanhais, 2450-051 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°37'40.465"N, Longitude: 8°59'44.974"W

Centro de Dia e Serviço Apoio Domiciliário (SAD)

- **Centro Social da Freguesia de Famalicão (IPSS)**

- Contacto: Telef. 262 552 094 / 936 212 768 / E-mail: csdff@sapo.pt
- Horário: Atendimento: 9h-18h (Seg-Sex), Funcionamento: 7h30-18h45 (Seg-Sáb)
- Morada: Rua Elisa Maria Santos, 3 - 2450-027 Famalicão
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°32'06.7"N, Longitude: 9°04'52.0"W

Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

- **Centro Social de Valado dos Frades (IPSS)**

- Contacto: Telef. 262 577 136 / 912 461 494 / E-mail: centrosocialvalado@gmail.com
- Horário: Atendimento: 9h30 - 17h30, Funcionamento: 7h15 - 18h30
- Morada: Rua Carlos O'Neill nº18, 2450-344 Valado dos Frades
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°35'00.1"N, Longitude: 9°01'24.9"W

02



SERVIÇOS PARA
IDOSOS

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), Serviços Apoio Domiciliário (SAD)

- **Confraria de Nossa Senhora da Nazaré (IPSS)**
 - Contacto: Telef. 262 550 100/ email: secretaria@cncs.pt
 - Horário: Secretaria: 9h30-13h00 / 14h00-17h30 (Seg-Sex)
 - Morada: Largo de Nossa Senhora da Nazaré, 2450-065 Sítio da Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 20.8" N, Longitude: 9° 4' 35.4" W

Serviços Apoio Domiciliário (SAD), Lar Residencial

- **CERCINA - Cooperativa de Ensino, Reabilitação, Capacitação e Inclusão da Nazaré**
 - Contacto: Telef. 262562595 / E-mail: cercina.nazare@gmail.com
 - Horário: 9h-13h e 14h-17h
 - Morada: Caminho Real Alto do Romão, 2450-060 - Pederneira, Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 54.12" N, Longitude: 9° 3' 38.12" W

Projeto Apoio ao Idoso - Dar Voz ao Idoso

- **Câmara Municipal da Nazaré**
 - Contacto: Telef. 969 869 344/ email: darvozaoidoso@cm-nazare.pt
 - Horário: Secretaria: 9h00-12h00 / 14h00-16h00 (Seg-Sex)
 - Morada: R. B 2A 1º, 2450-113 Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 56.8" N, Longitude: 9° 04' 08.3" W

03



SERVIÇOS DE
SAÚDE E BEM-
ESTAR

Centros de saúde,
clínicas, apoio
psicológico.

Associação Portuguesa das Perturbações de Ansiedade (APPA)

- Contacto: Telef. 939899095
- E-mail: info@perturbacoesansiedade.pt

UCSP Nazaré (Sede)

- Contacto: Telef. 262 577 109 / E-mail: usf.nazareth@arslvt.min-saude.pt
- Morada: R. Heróis de Ultramar, nº 38, 2450-372 Valado dos Frades
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 8.68" N, Longitude: 9° 1' 11.51" W

UCSP Nazaré - Polo Famalicão

- Contacto: Telef. 262 070 695 / E-mail: usf.nazareth@arslvt.min-saude.pt
- Morada: Rua Camarção, 3, 2450-027 Famalicão
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 32' 6.93" N, Longitude: 9° 4' 55.32" W

USF Global - Centro de Saúde da Nazaré

- Contacto: Telef. 262 569 120 / E-mail: usf.global@arslvt.min-saude.pt
- Morada: Rua Caxins s/n, 2450-125 NAZARÉ
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 44.24" N, Longitude: 9° 4' 8.56" W

03



SERVIÇOS DE
SAÚDE E BEM-
ESTAR

UCCI (Unidade de Cuidados Continuados Integrados)

- **Confraria de Nossa Senhora da Nazaré (IPSS)**

- Contacto: Telef. 262 550 100/ email: secretaria@cncs.pt
- Horário: Secretaria: 9h30-13h00 / 14h00-17h30 (Seg-Sex)
- Morada: Largo de Nossa Senhora da Nazaré, 2450-065 Sítio da Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 20.8" N, Longitude: 9° 4' 35.4" W

04



APOIO A PESSOAS
COM DEFICIÊNCIA

Instituições
especializadas,
programas de
integração, balcão da
inclusão.

Centro de Recursos para a Inclusão (CRI) e Centro de Atividades de Capacitação e Inclusão (CACI), Residência de Autonomização e Inclusão (RAI).

- **CERCINA - Cooperativa de Ensino, Reabilitação, Capacitação e Inclusão da Nazaré**
 - Contacto: Telef. 262562595 / E-mail: cercina.nazare@gmail.com
 - Horário: 9h-13h e 14h-17h
 - Morada: Caminho Real Alto do Romão - Pederneira, Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 54.12" N, Longitude: 9° 3' 38.12" W

Balcão da Inclusão - Câmara Municipal da Nazaré

- **Câmara Municipal da Nazaré - Gabinete de Ação Social**
 - Contacto: Telef. 262550010 ou 931114672/ E-mail: balcão.inclusao@cm-nazare.pt
 - Horário: atendimento mediante marcação
 - Morada: Edifício da Antiga Escola Primária,
Rua C - Bairro dos Pescadores, 2450-115 Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 53.10" N, Longitude: 9° 4' 7.53" W

05


 SERVIÇOS DE
 JUSTIÇA

 Tribunal, Julgados de
 Paz, DGRSP

Execução de penas e medidas na comunidade e elaboração de documentos na fase pré sentencial

- **DGRSP - Equipa do Pinhal Litoral (Extensão Alcobaça)**
 - Contacto: Telef. 262 590 280 / email: correio.pinhallitoral@dgrsp.mj.pt
 - Horário: Secretaria: 9h00-12h30 / 14h00-17h30 (Seg-Sex)
 - Morada: Rua de Olivença n.º29 2460-035 Alcobaça
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 33' 11.7" N, Longitude: 8° 58' 28.8" W

Mediação Conflitos

- **Julgados de Paz**
 - Contacto: Telef. 262 183 611/ 933 900 608/ email: correio.nazare@julgadosdepaz.mj.pt
 - Horário: Secretaria: 9h00-12h30 / 14h00-17h30 (Seg-Sex)
 - Morada: Rua José Jordão Varela, (Edifício Biblioteca), 2450-400 Valado dos Frades (Nazaré)
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39°35'17.7"N, Longitude: 9°01'03.4"W

Tribunal Judicial da Comarca de Leiria

- **Juízo de Competência Genérica Nazaré**
 - Contacto: Telef. 262 569 170/ email: nazare.judicial@tribunais.org.pt
 - Horário: Secretaria: 9h00-12h30 / 14h00-16h00 (Seg-Sex)
 - Morada: R. Adrião Batalha nº169, 2450-163 Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39°36'05.6"N, 9°04'05.8"W

05



SERVIÇOS DE
JUSTIÇA

Ministério Público da Comarca Leiria

- **DIAP Nazaré**

- Contacto: Telef. 262 569 170 / email: nazare.ministeriopublico@tribunais.org.pt
- Horário: Secretaria: 9h00-12h30 / 14h00-16h00 (Seg-Sex)
- Morada: R. Adrião Batalha nº169, 2450-163 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°36'05.6"N, 9°04'05.8"W

06



HABITAÇÃO E
SERVIÇOS SOCIAIS

Apoio à habitação,
ajudas económicas,
serviços de ação social.

Apoio à Habitação e Serviços de Ação Social

- **Câmara Municipal da Nazaré - Gabinete de Ação Social**

- Contacto: Telef. 262 287 334 / E-mail: accso.social@cm-nazare.pt
- Horário: Segunda a sexta, 9h às 12h e das 14h às 16h
- Morada: R. C 15, 2450-115 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 53.10" N, Longitude: 9° 4' 7.53" W

Serviços Públicos Locais e Apoio à Comunidade

- **Junta de Freguesia de Famalicão**

- Contacto: Telef. 262 560 001 / 936 212 751 / E-mail: geral@freguesia-famalicao.pt
- Horário: Segunda a Sexta-feira, 9h às 13h e das 14h às 17h
- Morada: Rua do Camarçã, nº 7, 2450-027 Famalicão Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°32'08.1"N, Longitude: 9°04'57.9"W

- **Junta de Freguesia de Valado dos Frades**

- Contacto: Telef. 262 577 414 / E-mail: juntadevalado@gmail.com
- Horário: Segunda a Sexta-feira, 10h às 13h e das 15:30h às 18h
- Morada: R. Carlos O'Neill 2, 2450-344 Valado dos Frades
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°35'02.5"N, Longitude: 9°01'22.1"W

06



HABITAÇÃO E
SERVIÇOS SOCIAIS

- **Junta de Freguesia da Nazaré**

- Contacto: Telef. 262 553 881 / E-mail: geral@jf-nazare.pt
- Horário: Segunda a Sexta-feira, 9h às 16:30h
- Morada: Rua B, n.º 2 A, 2450-115 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 56.69" N, Longitude: 9° 4' 9.25" W

07



EMERGÊNCIA E
SEGURANÇA

Bombeiros, polícia,
GNR, proteção civil,
serviços de emergência
social

Serviços de Emergência e Proteção

- **Polícia de Segurança Pública da Nazaré (PSP)**

- Contacto: Telef. 262 109 880 / E-mail: nazare.leiria@psp.pt
- Horário: Atendimento Permanente
- Morada: R. Sub-Vila, 2, 2450-264 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 57.05" N, Longitude: 9° 4' 12.96" W

Posto Territorial da GNR

- **Guarda Nacional Republicana - Posto Territorial de Valado dos Frades**

- Contacto: Telef. 262 577 177
- Horário: Atendimento Permanente
- Morada: Avenida da Nazaré (EN 8-4), 45D, 2450-303 Valado dos Frades
- Coordenadas GPS: Latitude: 39°35'18.5"N, Longitude: 9°01'20.7"W

08



APOIO A SEM-
ABRIGO E PESSOAS
VULNERÁVEIS

Cantina social, banco
alimentar, loja social

Banco Alimentar e Loja Social

- **Loja Social da Nazaré**

- Contacto: Telef. 919 186 250 / E-mail: lojasocial.nazare@sapo.pt
- Horário: 2ª a 6ª feira das 10h às 16h30
- Morada: Rua de Josué, 14, 2450-060 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36'5.728"N, Longitude: 9° 3'38.138"W

Banco Alimentar | POAPMC

- **Confraria de Nossa Senhora da Nazaré (IPSS)**

- Contacto: Telef. 262 550 100/ email: secretaria@cncs.pt
- Horário: Secretaria: 9h30-13h00 / 14h00-17h30 (Seg-Sex)
- Morada: Largo de Nossa Senhora da Nazaré, 2450-065 Sítio da Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 20.8" N, Longitude: 9° 4' 35.4" W

09


 EDUCAÇÃO PARA
 ADULTOS

Programas de
 formação direcionados
 para o adulto, obtenção
 de certificação
 profissional

Ensino e Formação Profissional

• EPNazaré - Ensino Profissional

- Contacto: Telef. 262 182 107, 914 800 711 / E-mail: geral@epnazare.eu
- Horário: 2ª a 6ª feira das 08h30 às 17h30
- Morada: Praça Pintor Mário Botas, 7, 2450-284 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39.609965 N, Longitude: 9.061542 W

• FOR-MAR Polo da Nazaré

- Contacto: Telef. 262 553 993 / TLM 963 386 271 / E-mail: nazare@for-mar.pt
- Horário: Segunda a Sexta-feira, 9:00 às 18:00 (intervalo das 12:30 às 14:30); Noite: 18:00 às 22:00 (quando há cursos noturnos)
- Morada: Porto de Abrigo da Nazaré, 2450-075 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 24.54" N, Longitude: 9° 4' 34.16" W

Formação para +> 50 anos

• Universidade Sénior da Nazaré

- Contacto: 91 823 72 00 / E-mail: filipa.lopes@cm-nazare.pt
- Horário: Segunda a sexta, 9h às 12h e das 14h às 16h
- Morada: R. C 15, 2450-106 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 53.10" N, Longitude: 9° 4' 7.53" W

09



EDUCAÇÃO PARA
ADULTOS

Formação Profissional

- **ACISN - Associação Comercial, Industrial e de Serviços da Nazaré**
 - Contacto: Telef. 262 562 095 / acisnnazare@gmail.com
 - Horário: Segunda a Sexta-feira, 9h às 13h e das 14h30 às 16h30
 - Morada: R. Casal das Figueiras, Ed. Crispim, R/C, 2450-228 Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 36' 9.1" N, Longitude: 9° 4' 17.3" W

Centro Qualifica e Gabinete de Inserção Profissional

- **CERCINA - Cooperativa de Ensino, Reabilitação, Capacitação e Inclusão da Nazaré**
 - Contacto: Telef. 262562595 / E-mail: cercina.nazare@gmail.com
 - Horário: 9h-13h e 14h-17h
 - Morada: Caminho Real Alto do Romão - Pederneira, Nazaré
 - Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 54.12" N, Longitude: 9° 3' 38.12" W

10



CONTACTOS
ÚTEIS - NAZARÉ

Linhas de Apoio
Contactos de
emergência

Serviços Municipalizados da Nazaré

- Contacto: Telef. 262 562 118,
- Serviço de Piquete: 965 039 412
- Horário: Dias Úteis das 8:30h às 16h, Serviço de Piquete: Fins-de-semana, feriados e dias úteis das 17h às 08:30h
- Morada: Bairro dos Pescadores Rua B, 2A - 1º Andar, 2450-113 Nazaré
- Coordenadas GPS: Latitude: 39° 35' 44.19" N, Longitude: 9° 4' 8.93" W

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) - Nazaré

- Telefone: 262 088 870 | 937 340 006 (chamada local)
- E-mail: cpcj.nazare@cnpdpcj.pt
- Atendimento: Permanente

Câmara Municipal da Nazaré

- Paços do Concelho | 262 550 010 |
- E-mail: geral@cm-nazare.pt
- **Biblioteca Municipal da Nazaré** | 262 562 388 |
- E-mail: biblioteca.municipal@cm-nazare.pt
- **Centro Cultural da Nazaré** | 262 561 944 |
- E-mail: geral@cm-nazare.pt
- **Piscinas Municipais** | 262 562 181|
- E-mail: piscinas@cm-nazare.pt
- **Posto de Informação Turística** | 262 561 194 |
- E-mail: pit@cm-nazare.pt

Gabinete de Ação Social (Câmara Municipal da Nazaré)

- Linha de Apoio Social | 931 114 672 |
- E-mail: accao.social@cm-nazare.pt
- Linha de Apoio Psicológico | 932 230 749 |
- E-mail: accao.social@cm-nazare.pt

Espaço Cidadão de Nazaré

- Telefone: | 300 003 990 |
- Atendimento: Dias úteis das 8h30 às 13h e das 14h às 16h.

10



CONTACTOS
ÚTEIS - NAZARÉ

Linhas de Apoio
Contactos de
emergência

Farmácias

Farmácia Maria Orlanda | 262 552 117 |

E-mail: farmaciamariaorlanda@sapo.pt

Farmácia Ascenso | 262 551 106 |

E-mail: entregas@farmaciascenso.pt

Farmácia Silvério | 262 552 394 |

E-mail: farmsilverio@gmail.com

Farmácia Sousa | 262 561 221 |

E-mail: ctc@farmaciasousa.pt

Farmácia Coelho (Valado dos Frades) | 262 577 115 |

Farmácia - Famalicão | 262 560 096 |

Proteção | Socorro | Forças de Segurança

Polícia Marítima | 262 070 632 |

E-mail: policiamaritima.nazare@amn.pt

Proteção Civil | 937 340 049 |

Bombeiros Voluntários da Nazaré | 262 561 300 |

E-mail: geral@bvnazare.pt

Associação de Dadores Benévolos de Sangue do

Concelho da Nazaré | 262 577 239 |

E-mail: adbscn@netvisao.pt

Serviços

Segurança Social Serviço Local Nazaré | 300 517 786 |

Serviço de Finanças | 262 551 217 |

Conservatória Registo Predial/Civil | 262 550 190 |

CTT | 262 569 101 |

10



CONTACTOS ÚTEIS - NACIONAIS

Linhas de Apoio
Contactos de
emergência

EMERGÊNCIA GERAL

- Número Europeu de Emergência:
Este número deve ser usado em situações de emergência que requerem a intervenção de ambulâncias, bombeiros ou polícia. Funciona em toda a União Europeia e é gratuito.
Telefone: 112 (grátis)
Atendimento: Permanente

EMERGÊNCIA SOCIAL

- Linha Nacional de Emergência Social:
Situações de vulnerabilidade e desproteção que constituam um perigo real, atual ou iminente.
Telefone: 144 (grátis)
Atendimento: Permanente

SAÚDE E APOIO MÉDICO

- Linha SNS 24:
Para obter orientação e informações sobre sintomas, doenças, medicação e outras questões relacionadas com a saúde.
Telefone: 808 24 24 24(chamada local)
Atendimento: Permanente
- INEM (Instituto Nacional de Emergência Médica):
Para emergências médicas e pedido de ambulância (nessa situação).
Telefone: 112 (grátis)
Atendimento: Permanente

- Centro Anti-Venenos:
Para situações de intoxicação ou envenenamento.
Telefone: 800 250 250 (grátis)
Atendimento: Permanente

APOIO À CRIANÇA E FAMÍLIA

- Linha SOS Criança (Instituto de Apoio à Criança)
Para denunciar situações de maus-tratos ou abandono infantil, ou para apoiar crianças em risco.
Telefone: 116 111 (grátis)
Atendimento: Permanente

VIOLÊNCIA E DIREITOS HUMANOS

- APAV - Apoio a Vítimas de Crime:
Apoio gratuito a vítimas de crime, incluindo violência doméstica.
Telefone: 116 006 (grátis)
Atendimento: Permanente
- Linha de Apoio ao Migrante:
Linha de apoio para situações de discriminação ou violência.
Telefone: 808 257 257 (chamada local)
Atendimento: Permanente
- Linha de Emergência para Vítimas de Violência Doméstica
Apoio confidencial e gratuito para vítimas de violência doméstica.
Telefone: 800 202 148 (grátis)
Linha SMS: 3060 (grátis)
Atendimento: Permanente

APOIO PSICOLÓGICO E EMOÇÕES

- SOS Voz Amiga
Linha de apoio emocional para pessoas em crise ou em situações de solidão e angústia.
Telefone: 912 802 669 (chamada nacional)
Atendimento: Permanente
- Voz de Apoio - Telefone Amigo:
Apoio emocional e prevenção de suicídio.
Telefone: 808 200 204 (chamada nacional)
Atendimento: Permanente
- PDJ - Linha de Apoio a Jovens (Bullying e Violência):
Apoio emocional em situações de bullying e violência.
Telefone: 800 208 090 (chamada nacional)
Atendimento: Permanente

OUTROS CONTACTOS ÚTEIS

- Linha Segura Internet (para denúncias de crimes online):
Para reportar conteúdos ilegais ou impróprios na internet.
Telefone: 800 21 90 90 (grátis)
Atendimento: Permanente

