

ПУТІВНИК  
ДЛЯ  
МІГРАНТІВ



Colofinancysoc:

## «Aveiro sem espinhas»

*«Sem espinhas» — популярний португальський вислів, який використовується метафорично у значенні «без труднощів» або «це було легко».*

*Мета цього путівника — усунути «колючки»/перешкоди та полегшити доступ для тих, хто прибуває до Авейру.*

### Назва

Aveiro sem espinhas (Isabel Vasconcelos)

### Видання

Componente PARTICIPA, CLAIM Aveiro (Bárbara Barão)

### Координація

Casa Vera Cruz

### Ідея обкладинки та ілюстрація

Isabel Vasconcelos, Bárbara Barão e Rui Santos

### Ілюстрації

Lana Alrfaei

### Графічний дизайн

Bárbara Barão, Rui Santos e Paula Correia

### Перегляд тексту

Paula Correia

**Переклади:** PT | ING | ESP | FRA | UA

Dominika Kocianova; Marta Liubenko; Elise Gincheleau;

Перше видання: лютий 2025 року.

Усі права захищено.

Відтворення, повністю або частково, на будь-якому носії суворо заборонено без попереднього дозволу Casa Vera Cruz.

**[www.casaveracruz.pt](http://www.casaveracruz.pt) | [casaveracruz@casaveracruz.pt](mailto:casaveracruz@casaveracruz.pt)**

<b>Ласкаво просимо до Авейру!</b>	<b>04</b>
Історичний контекст	05
<b>Як можна врегулювати свою ситуацію?</b>	<b>06</b>
Оформлення документів – це перший крок!	07
Підтримка у прийомі мігрантів.	08
<b>Як ви знаходите роботу?</b>	<b>11</b>
Робота/стажування	12
Початок власного бізнесу	13
<b>Де вивчати португальську мову?</b>	<b>14</b>
Португальська PLA	15
Португальська PLE	
<b>Як можна розпізнати свої здібності?</b>	<b>16</b>
Професійне навчання	17
Визнання іноземних ступенів та дипломів	18
<b>Як ви можете записати своїх дітей до шкіл?</b>	<b>19</b>
Освіта	20
<b>Що можна зробити, коли ти хворий?</b>	<b>25</b>
Здоров'я	26
<b>Як ви можете отримати допомогу?</b>	<b>28</b>
Соціальна підтримка	29
<b>Як ви можете зробити свій внесок?</b>	<b>31</b>
Податкове управління	32
Соціальне забезпечення	34
<b>Що можна відвідати в Авейру?</b>	<b>35</b>
Культура та спадщина	36
<b>Корисна інформація</b>	<b>37</b>
Асоціації мігрантів, які можуть вас підтримати.	38
Варіанти транспорту для пересування по місту	39
Інші контакти	40
Корисні поради!	41



# Ласкаво просимо до Авейру!



***Цей путівник був створений, щоб допомогти вам  
познайомитися з містом та організувати своє життя в  
Авейру.***

## Історичний контекст

**Авейру** — місто в центральній частині Португалії, відоме своїми каналами та човнами молісейру.

Регіон Авейру має 80 000 жителів, а муніципалітет Авейру має 10 районів:

1. *Aradas* 2. *Cacia* 3. *Eixo ta Eirol* 4. *Esgueira* 5. *Glória ta Vera Cruz*
6. *Oliveirinha* 7. *Requeixo, Nossa Senhora de Fátima ta Nariz*
8. *Santa Joana* 9. *São Bernardo* 10. *São Jacinto*



## Національні свята

<b>1</b> січня	Новий рік
<b>Березень / Квітень</b>	Страшна п'ятниця
<b>Березень / Квітень</b>	Великодня неділя
<b>25</b> квітня	День Незалежності
<b>1</b> травня	День праці
<b>10</b> червня	День Португалії
<b>Травень / червень</b>	Тіло Боже
<b>15</b> серпня	Успіння Богоматері
<b>5</b> жовтня	Створення Республіки
<b>1</b> листопада	День всіх святих
<b>1</b> грудня	Відновлення незалежності
<b>8</b> грудня	Непорочне Зачаття
<b>25</b> грудня	Різдво

Натисніть тут, щоб отримати більше інформації...  
<https://www.cm-aveiro.pt/municipio>



## ЧИ ЗНАЛИ ВИ...

★ Муніципальне свято Авейру 12 травня на честь святої принцеси Іоанни (Santa Joana)

★ Традиційні солодощі з Авейру: Овос Молес, що виникли у 16 столітті в монастирі Ісуса в Авейру, мають монастирський рецепт, який таємно передавався з покоління в покоління.



# Як можна врегулювати свою ситуацію?



## Оформлення документів – це перший крок!

### Чому так важливо врегулювати свою ситуацію?

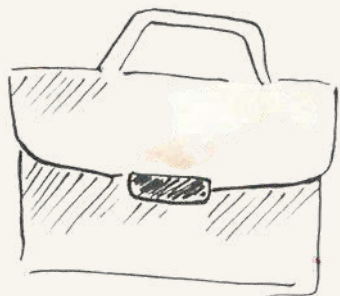
Обов'язковою умовою є наявність легального статусу [тобто у вас є документи, що дозволяють вам перебувати в Португалії]. Без дійсних документів ваші права та можливості блокуються.

### Що таке АІМА?

АІМА – це організація, відповідальна за документування, інтеграцію та підтримку мігрантів у Португалії.



Натисніть тут,  
щоб отримати  
більше  
інформації...



Регуляризація – це не просто деталь:

Це шлях до інтеграції.

Щоб дізнатися про процес  
регуляризації, ви можете поставити  
запитання CLAIM.

Але вам слід перевірити веб-сайт АІМА. ✨

## Підтримка у прийомі мігрантів

### Що таке о CLAIM ?

CLAIM – Місцевий центр підтримки та інтеграції мігрантів

CLAIM – це приймальні, інформаційні та допоміжні пункти або кабінети, призначені для допомоги мігрантам у різних районах:



Це безпечне та безкоштовне місце, де ви можете знайти допомогу, інформацію та рекомендації, особливо ті, що вам потрібно для інтеграції в Португалії.

**Знайдіть найближчий до вас сервіс!**

## CLAIM Авейру - CASA VERA CRUZ

**CLAIM Aveiro працює понад 20 років, реалізуючи різні проекти, що підтримують інтеграцію громадян третіх країн (NPT).**

### Технічна команда:

CLAIM | Підтримка в легалізації | 1 технік  
CLAIM Мандрівний | Підтримка в легалізації | 1 технік  
CLAIM Соціальний | Соціальна підтримка | 1 технік  
CAPACIPA | Професійна інтеграція та курси португальської мови | 1 технік  
PARTICIPA | Міжкультурна діяльність | 1 технік

### Чим можемо допомогти ?

**CLAIM - Підтримка легалізації- Муніципалітет Авейру**  
**CLAIM Мандрівний - Муніципалітети Estarreja, Murtosa, Ílhavo, Vagos та Aradas – Авейру**

- Роз'яснення сумнівів щодо віз, дозволів на проживання та громадянства.

### **CLAIM Соціальний**

- Втручання в ситуаціях, що потребують соціальної підтримки.

### **Компонент CAPACIPA**


- Розвиток навичок нової педагогічної освіти, вивчення португальської мови та направлення на навчання, підприємництво та працевлаштування.

### **Компоненти PARTICIPA**

- Цей компонент спрямований на сприяння рівним можливостям та інклюзії через культурні, спортивні, освітні та інформаційно-просвітницькі заходи за активної участі всіх причетних.

## Де ми знаходимося ?

Praceta Dr. Alberto Souto, nº14, 3800-121 Aveiro



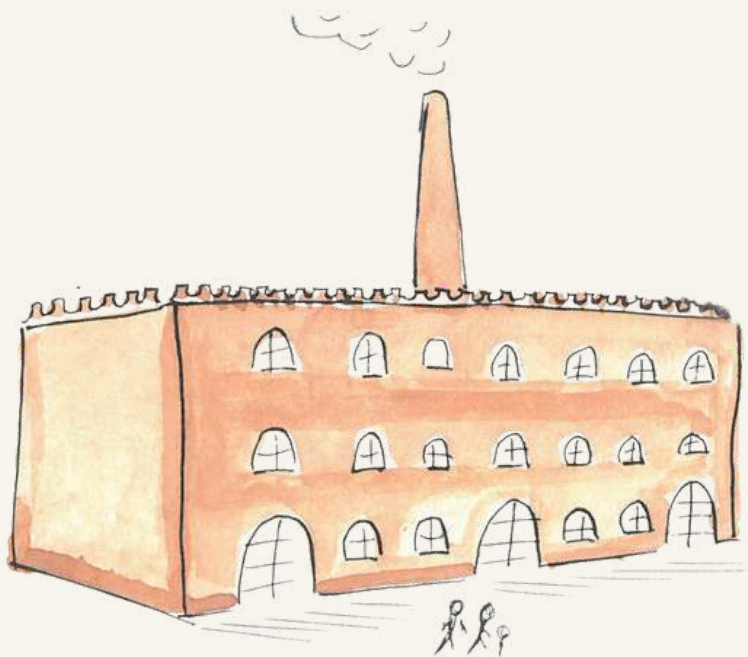
Якщо ви іноземний студент,  
дослідник або іноземний  
співробітник, програма CLAIM в  
Університеті Авейру саме для вас!



**CLAIM Авейру, Університет Авейру**

Campus Universitário de Santiago, 3810-193 Aveiro

## Як можна знайти роботу?



## Працевлаштування / Стажування

У цьому розділі ви знайдете послуги та програми, доступні в муніципалітеті Авейру, які допоможуть вам:

Шукаю роботу  
або  
стажування;

Створить  
власний бізнес;

Де я можу знайти допомогу?

Натисніть тут  
перейти безпосередньо на сторінку

Компонент CAPACITA (CLAIM Aveiro – Casa Vera Cruz)

Працевлаштування, навчання, курси португальської мови, підприємництва

Адреса: Praceta Dr. Alberto Souto, 14 - 3800-147 Aveiro



IEFP – Інститут працевлаштування та професійної підготовки Авейру

Cais da Fonte Nova, Авейру - 3810-200



GIP Univera – Casa Vera Cruz

Служба підтримки зайнятості та навчання у співпраці з Інститутом зайнятості та професійної підготовки.

Praceta Dr. Alberto Souto, 14 - 3800-147 Aveiro



GIP - Міська рада Авейру

Ярмарок і виставковий парк Авейру |

Av<sup>a</sup> Dr. Manuel de Almeida Trindade 3810-488 Aveiro



Програма Incorpora – Caritas Diocesana de Aveiro

Caritas Diocesana de Aveiro, Rua do Carmo 42, 3810-868 Aveiro



AIDA CCI – Торгово-промислова палата району Авейру

Rua da Boavista, Zona industrial de Taboeira – Alagoas | 3800 – 115 Aveiro



Натисніть тут  
перейти  
безпосередньо на  
сторінку

Щоб дізнатися про свої права та обов'язки як працівника та захистити їх, вам слід звернутися за інформацією до:

**ACT – Орган з питань умов праці / Autoridade para as Condições de Trabalho**

Адреса: Avenida Dr. Lourenço Peixinho, 98, перший поверх | 3800 –



**Трудовий суд Авейру / Tribunal do Trabalho de Aveiro**

Адреса: Avenida Dr. Lourenço Peixinho 54, 3<sup>o</sup> - 3800 – 159 Aveiro



## Початок власного бізнесу



Якщо ви маєте намір розпочати власний бізнес, існують безкоштовні програми, які можуть підтримати вас на кожному етапі:



Натисніть тут, щоб перейти безпосередньо на сторінку.

AIMA – Агентство з питань інтеграції, міграції та притулку – пропонує курси та навчальні програми спеціально для мігрантів, де ви можете навчитися підприємництву, управлінню та іншим навичкам.



Як я можу дізнатися про це більше?

Дізнайтеся більше за посиланням: <https://aima.gov.pt/pt>

IEFP (Інститут зайнятості та професійної підготовки) надає таку підтримку, як:

- Програма підтримки підприємництва та створення самозайнятості та програма Empreende XXI.

Як я можу дізнатися про це більше?

Будьте в курсі!

<https://www.iefp.pt/empreendedorismo>



Натисніть тут  
перейти безпосередньо на  
сторінку

## Де вивчати португальську мову?



## Курси португальської мови



ЧИ ЗНАЛИ ВИ...

**Чи є якісь безкоштовні курси португальської мови?**

### Курси португальської як другої мови (PLA)

Курси PLA – це безкоштовні курси, розроблені для мігрантів, які хочуть вивчити або покращити свою португальську мову.

#### Як я можу зареєструватися?

Курси PLA пропонуються державними школами (DGEstE), навчальними центрами IEFEP та центрами Qualifica. Дізнайтеся більше!

### Курси португальської мови як іноземної (PLE)

Курс для дорослих, які є громадянами третіх країн.

Неформальне навчання, що сприяє інтеграції.

Його мета – розвивати комунікативні навички для повсякденних життєвих ситуацій.

#### Як мені зареєструватися?

**[CLAIM Aveiro – CAPACITA](#)**



Натисніть тут  
перейти  
безпосередньо на  
сторінку

# Як можна розпізнати свої здібності?



## Професійне навчання

1

### Перший крок:

Після закінчення школи або курсу підвищення кваліфікації важливо запросити сертифікат про підвищення кваліфікації.

**Але будьте уважні!** Щоб цей документ був дійсним у Португалії, необхідно подати запит на його еквівалентність, і для цього ви повинні надати свій сертифікат, належним чином апостильований з вашої країни походження.

2

### Другий крок:

З документом на руках зверніться до середньої школи у вашому регіоні проживання та подайте запит на еквівалентність.



**Що робити, якщо ви завершили обов'язкову шкільну освіту, але не можете отримати національний шкільний атестат?**

Ви можете завершити навчання та отримати новий сертифікат через центр QUALIFICA.



**Кваліфікаційний центр – регіон Авейру**  
Rua 1º Visconde de Granja | 3800-244 Aveiro

**Шкільна група José Estevão, Авейру**  
Avenida 25 de Abril | 3811-901 Aveiro

**AIDA – промислова асоціація округу Авейру**  
Rua da Boavista Zona Industrial da Taboeira | 3800-115 Aveiro

**Центр зайнятості та професійної підготовки Авейру/ IEPF**  
Cais da Fonte Nova | 3810-200 Aveiro

## Визнання іноземних ступенів та дипломів

У Португалії визнання академічних кваліфікацій, отриманих за кордоном, здійснюється через Генеральний Департамент з питань вищої освіти (DGES).



Як мені зробити замовлення?

Всі замовлення оформлюються через сайт:

[www.dges.gov.pt](http://www.dges.gov.pt)



Натисніть тут  
перейти безпосередньо на  
сторінку

ATENÇÃO!

[УВАГА !!!](#)

Процес варіюється залежно від бажаного типу визнання.

## Як ви можете записати своїх дітей до шкіл?



## Освіта

В Авейру існує повний спектр освітніх послуг, від дитячих садків до вищої освіти, з кількома школами, вищими інститутами та університетом.

### Дитячі садки- ясла

Дитячі садки призначені для дітей віком від 0 до 3 років. У Португалії багато дитячих садків є безкоштовними; для отримання додаткової інформації зверніться до програми «Щасливий дитячий садок». **о Programa Creche Feliz.**



Щоб дізнатися, які дитячі садки є в муніципалітеті Авейру, ви можете ознайомитися з Соціальною картою. Після цього ви можете звернутися до тих, які ви обрали для реєстрації вашої дитини.

### Дошкільний вік

Дошкільний заклад призначений для дітей віком від 3 до 6 років.

Реєстрації



Зарахування до дошкільного закладу починається з реєстрації.



Натисніть тут  
перейти безпосередньо на  
сторінку

Доступ до порталу здійснюється через автентифікацію/вхід з використанням пароля податкової інспекції (NIF).

## 1-й, 2-й, 3-й цикл та старша школа

### Реєстрації

Реєстрація починається з реєстрації.

Натисніть тут  
перейти безпосередньо на сторінку



Доступ до порталу здійснюється через автентифікацію / вхід з використанням пароля податкової інспекції (NIF).

- Під час реєстрації, будь ласка, повідомте, чи обідатиме ваша дитина в школі. Шкільне харчування бронюється через онлайн-платформу, надану школою.
- Під час зарахування вкажіть, чи потрібен дитині шкільний транспорт. Доступність залежить від відстані між домом і школою, яка визначена на порталі зарахування.



**Я не можу отримати доступ до порталу реєстрації, що тепер?**

Я можу звернутися за підтримкою до відділів освіти в моєму районі проживання.



### Шкільні підручники



Натисніть тут, щоб перейти безпосередньо на сторінку.

- Підручники безкоштовні та розповсюджуються через портал MEGA: <https://manuaiscolares.pt/>
- Отримайте цифрові ваучери для отримання книг.



- **Не забудьте | В кінці навчального року обов'язково повернути книги у належному стані.**



## ЧИ ЗНАЛИ ВИ...

Освіта є правом усіх дітей та молоді, які проживають у Португалії, незалежно від їхнього походження.  
**національності.**

Щоб вам було легше знайти потрібну вам школу, у цьому розділі ви знайдете повний список шкіл в Авейру, упорядкований за рівнем освіти та шкільним округом.

Натисніть тут  
перейти безпосередньо на сторінку

### Шкільна група Escolas de Esgueira



**Escola Básica e Secundária Dr. Jaime Magalhães Lima (sede do agrupamento)**

Rua Padre José Maria Taborda - 3804-506 Aveiro

**Escola Básica de Esgueira**

Rua das Cardadeiras, 3800-125 Aveiro

**Escola Básica de Alumieira**

Rua 25 de Abril, Mataduços, 3800-027 Aveiro

**Escola Básica de Quinta do Simão**

Rua da Escola, 3800-304 Aveiro

**Jardim de Infância de Cabo Luís**

Rua da Bela Vista, Cabo Luís, 3800-113 Aveiro

### Шкільна група Dr. Mário Sacramento



**Escola Secundária Dr. Mário Sacramento (sede do agrupamento)**

Morada: Av. 25 de Abril - 3810-199 Aveiro

**Escola Básica de Aradas (2.º e 3.º ciclos)**

Rua da Maurícia, Aradas 3810-433 Aveiro

**Escola Básica e Jardim de Infância do Bonsucesso**

Rua Tenente Manuel Malaquias de Oliveira, Bonsucesso, 3810-391 Aveiro

**Escola Básica de Verdemilho**

Rua Eng.º Basílio Tavares Lebre, 3810-391 Aveiro

**Escola Básica e Jardim de Infância das Leirinhas**

Rua das Leirinhas, Aradas, 3810-425 Aveiro

**Escola Básica de Quinta do Picado**

Rua do Carregueiro, Quinta do Picado, 3810-361 Aveiro

**Jardim de Infância de Quinta do Picado**

Rua do Carrocho, Quinta do Picado, 3810-473 Aveiro

**Clica aqui**  
para ir directamente à

**Шкільна група Escolas de Aveiro**

**página**  

**Escola Secundária Homem Cristo**  
Rua Belém do Pará, 3810-066 Aveiro

**Escola Básica da Vera Cruz, 1º Ciclo**  
Rua Engº Adriano Lucas, 3800-244 Aveiro

**Centro Escolar de Santiago**  
Rua de Vagos, 3810-Aveiro

**Escola Básica João Afonso de Aveiro**  
Rua das Pombas, 3810-150 Aveiro

**Escola Básica de São Jacinto, 1º Ciclo**  
Rua Nossa Senhora das Areias, 3800-901 São Jacinto

**Centro Escolar das Barrocas**  
Rua dos Andoeiros-Agras Norte, 3800-100 Aveiro

**Escola Básica da Glória, 1º Ciclo**  
Rua Gustavo Ferreira Pinto Basto, 3800-119 Aveiro

**Шкільна група de Escolas José Estêvão**

**Escola Secundária José Estêvão Escola - Sede**  
Avenida 25 de Abril, 3811-901 Aveiro

**EB 2,3 de São Bernardo (1º, 2º e 3º Ciclos)**  
Rua Dr. José Girão Pereira, 3810-611 Aveiro

**EB 1 de São Bernardo (JI e 1.º Ciclo)**  
Rua da Cabreira - S. Bernardo, 3810-071 Aveiro

**EB do Solposto (JI e 1.º Ciclo)**  
Rua do Solposto, 3810-336 Aveiro

**EB dos Areais (JI e 1.º Ciclo)**  
Rua do Caião, Santa Joana, 3810-376 Aveiro

**EB da Presa (JI)**  
Rua da Fraternidade, Presa, 3810 156 Aveiro

**Шкільна група de Escolas Rio Novo Príncipe**

**Escola Básica Rio Novo Príncipe, Cacia**  
Av. Manuel Álvaro Lopes Pereira, 3800-625 Cacia

**Escola Básica de Sarrazola**  
Rua Manuel Simões de Miranda, Sarrazola, 3800-600 Cacia

**Escola Básica de Póvoa do Paço**  
Rua Direita da Escola, 3800-555 Aveiro

**Escola Básica de Taboeira**  
Rua Condessa de Taboeira, 3800-051 Aveiro

**Escola Básica de Quintã do Loureiro**  
Praceta Henrique Nunes da Silva, Quintã do Loureiro, 3800-578 Cacia

**Clica aqui**  
 para ir diretamente à página

<b>Шкільна група Escolas de Eixo</b>	
<b>Escola Básica de Eixo</b> Rua do Forno, Apartado 27 - 3801-501 Eixo	<b>Jardim de Infância de Eixo</b> Rua Dr. Sizenando - 3800-817 Eixo
<b>Centro Escolar Básico de Eixo</b> Rua Monsenhor João Gaspar - 3800-771 Eixo	<b>Centro Escolar Básico de Azurva</b> Montes de Azurva - 3800-732 Eixo
<b>Jardim de Infância de Requeixo</b> Rua do Sobral - 3800-879 Requeixo	<b>Centro Escolar Básico de Requeixo</b> Rua do Sobral - 3800-879 Requeixo
<b>Escola Básica de Quinta do Picado</b> Rua do Carregueiro - Quinta do Picado, 3810-361 Aveiro	<b>Jardim de Infância de Azurva</b> Rua da Escola - 3800-754 Eixo
<b>Jardim de Infância de Quinta do Picado</b> Rua do Carrocho - Quinta do Picado - 3810-473 Aveiro	



## ✦ Професійно-технічна освіта

Окрім двох професійно-технічних училищ, які ми представили нижче, деякі групи також пропонують професійні курси. Для отримання додаткової інформації, будь ласка, зверніться до груп, про які ми згадували раніше.

<b>Професійно-технічна освіта</b>	
 <a href="#">Escola Profissional de Aveiro</a> - EPA Rua Dr. Francisco Ferreira Neves	 <a href="#">EFTA Aveiro - Escola de Formação Profissional em Turismo de Aveiro</a> Estrada de São Bernardo n° 137, 3810-175 Aveiro



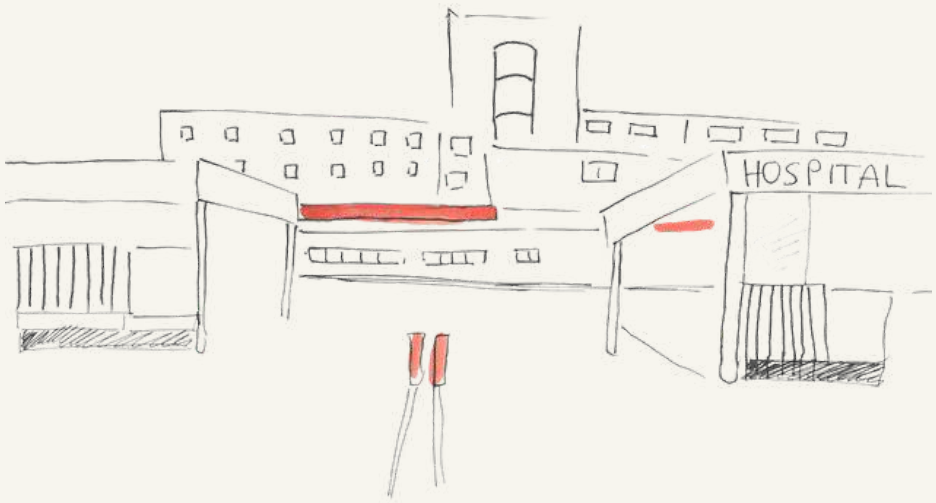
## ✦ Вища освіта

В Авейру є державний університет UA та ISCIA, приватний вищий навчальний заклад.

<b>Вища освіта</b>	
UA   Universidade de Aveiro Campus Universitário de Santiago   3810-193 Aveiro	ISCIA   Вищий інститут інформаційних та адміністративних наук Avenida Dom Manuel de Almeida Trindade   3810-488 Авейру



# Що можна зробити, коли ти хворий?



## Здоров'я



ЧИ ЗНАЛИ ВИ...

Якщо ви хворі або маєте занепокоєння щодо свого здоров'я, ви можете зателефонувати до SNS 24 (Національної служби охорони здоров'я) за номером

**808 24 24 24**



Послуга доступна 24 години на добу, щодня.

Вам слід зателефонувати, перш ніж йти до медичного центру чи лікарні.

Пам'ятай!

**SNS 24 завжди готовий допомогти вам у будь-якій точці Португалії.**

У разі надзвичайної ситуації, якщо стався нещасний випадок або серйозне захворювання, зателефонуйте до INEM – 112.



**Звертаючись по допомогу, важливо мати при собі наступне:**

Документ, що посвідчує особу. Вас можуть попросити надати: **Ім'я** | **Дата народження** | **Номер користувача**

## У вас досі немає сімейного лікаря?

- Зверніться до медичного центру або найближчого до вашого місця проживання сімейного медичного центру (USF).
- Для реєстрації, будь ласка, надайте такі документи: дозвіл на проживання; NIF (ідентифікаційний номер платника податків); NISS (за наявності); підтвердження адреси; номер телефону та адресу електронної пошти.

## Поки ви чекаєте...



Ви можете попросити термінову консультацію (**consulta aberta**), яка буде запланована особисто в той самий день і проводитиметься в порядку живої черги.

**Консультації з сімейним лікарем:**

- Запишіться на прийом онлайн, через вебсайт соціальної мережі.
- або телефоном, звернувшись до Центру здоров'я у вашому регіоні проживання.



**Звільнення від сплати плати за користування**

Якщо ви безробітні або маєте низький дохід, ви можете подати заявку на звільнення від сплати [плата за консультації та обстеження].

Запит можна зробити:

- ✓ телефоном, через SNS 24 (808 24 24 24);
- ✓ у вашому медичному центрі;
- ✓ онлайн, у розділі Звільнення від сплати комісій – SNS 24.



**Дізнайтеся більше тут!**

**МЕРЕЖА ПЕРВИННОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ**



Медичні центри та сімейні медичні центри (USF) є першими контактними особами системи охорони здоров'я для отримання медичних консультацій, догляду за хворими, вакцинації, планування сім'ї та інших послуг.

<p><b>Centro de Saúde de Aveiro – Baixo Vouga</b> Praça Rainha D. Leonor, 3810-042 Aveiro</p>	<p><b>Unidade de Saúde Familiar Flor de Sal</b> Praça Rainha D. Leonor, 3810-042 Aveiro</p>
<p><b>Unidade de Saúde Familiar Aradas</b> Travessa da Rua da Oliveira, 3810-417 Aradas</p>	<p><b>Unidade de Saúde Familiar Arte Nova</b> Rua do Braçal, nº2, 3810-854 Oliveirinha</p>
<p><b>Unidade de Saúde Familiar Fénix de Aveiro</b> Praça Rainha D. Leonor, 3810-042 Aveiro</p>	<p><b>Unidade de Saúde Familiar Arte Nova – Polo São Bernardo</b> Rua Cónego Maio, 91, 3810-089 São Bernardo</p>

# Як ви можете отримати допомогу?



## Соціальна підтримка

**Міська рада Авейру**

Орієнтир: колишня фабрика Jerônimo Pereira Campos

• Відділ соціальних дій та охорони здоров'я Авейру – DASS Служби соціальної підтримки доступні та працюють у будівлі мерії Авейру – будівлі Конгрес-центру, Кайш-да-Фонте-Нова. Мерія Авейру надає мешканцям/громадянам такі послуги:

- Програми підтримки громадян:
- Фонд підтримки сім'ї

Соціальне житло: програми соціального житла

Оренда житла для громадян, які легально проживають у Португалії та відповідають умовам, визначеним міською радою.

Більше інформації можна знайти на офіційному вебсайті міста [Câmara Municipal de Aveiro](#).

Натисніть тут  
перейти безпосередньо на сторінку

**Служба соціальної допомоги та підтримки (SAAS)**

SAAS доступний у всіх районах муніципалітету Авейру.

Ця служба пропонує персоналізовану соціальну підтримку та допомогу, допомагаючи у скрутних економічних ситуаціях, з інтеграцією, житлом або працевлаштуванням.

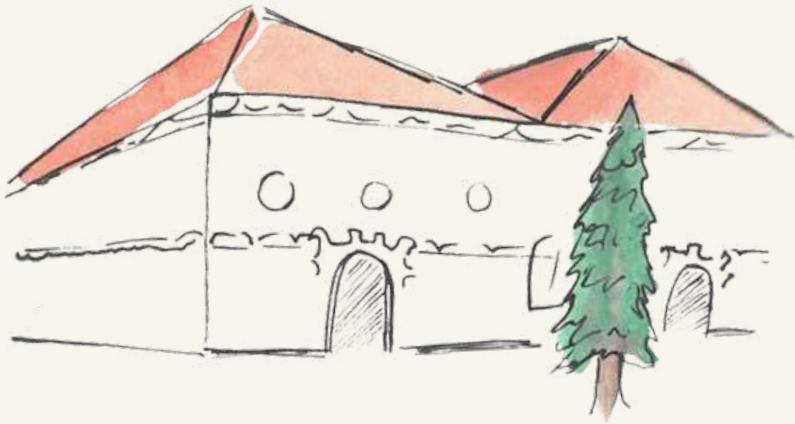
**CRPJ – Комісія із захисту дітей та молоді Авейру.**

Якщо ви знаєте про ризиковану ситуацію, ви можете звернутися до цього комітету за допомогою або порадою.

Окрім муніципальних послуг, у різних районах Авейру є установи та громадські центри, які пропонують консультації та соціальну підтримку в різних сферах, таких як: харчування, житло, освіта та інтеграція.

<b>FREGUESIA DA GLÓRIA</b>	<b>Santa Casa da Misericórdia de Aveiro</b> Rua de Coimbra, n. 27 - 3810-086 Aveiro
	<b>Florinhas do Vouga - Bairro Social de Santiago</b> Rua Santa Maria da Feira, Bloco nº 45 R/C, 3810-166 Aveiro
<b>FREGUESIA DA VERA CRUZ</b>	<b>Centro Comunitário da Vera Cruz</b> Rua de Sá, n. 5 - 3800-248 Aveiro
<b>FREGUESIA DE ARADAS</b>	<b>Associação de Solidariedade Social Casa Mãe de Aradas</b> Rua Dr. Mário Sacramento, n. 57 - 3810-106 Aveiro
<b>FREGUESIA DE SANTA JOANA</b>	<b>Centro Social Santa Joana Princesa</b> Avenida Santa Joana, n. 63 - 3810-558 Santa Joana
<b>FREGUESIA DE ESGUEIRA</b>	<b>Fundação CESDA (Centro Social do Distrito de Aveiro)</b> Rua dos Queimados, n. 60/62 - 3800-328 Esgueira
<b>FREGUESIA DE CACIA</b>	<b>Centro Social Paroquial de Cacia</b> Avenida Fernando Augusto Oliveira, s/ n.º - 3800-540 Cacia
<b>FREGUESIA DE EIXO</b>	<b>Associação de Melhoramentos de Eixo</b> Rua Avelino Dias Figueiredo, nº 52/54, 3800-793, Eixo
<b>FREGUESIA DE NOSSA SENHORA DE FÁTIMA, REQUEIXO E NARIZ</b>	<b>Centro Social e Paroquial da Nossa Senhora de Fátima</b> Rua da Igreja nº48, 3810-744
<b>FREGUESIA DE OLIVEIRINHA</b>	<b>Santa Casa da Misericórdia de Aveiro</b> Rotunda 2 Maio, n. 1 - 3810-923 Oliveirinha
<b>FREGUESIA DE S. BERNARDO</b>	<b>Fundação Padre Félix</b> Rua do Barro, nº24 - 3810-063 São Bernardo
<b>FREGUESIA DE S. JACINTO</b>	<b>Centro Social Paroquial de São Jacinto</b> Avenida Dr. Ginja Brandão - 3800-901 São Jacinto

# Як ви можете зробити свій внесок?



## Фінанси (Податкове управління)



Мігранти, які вирішили жити в Португалії, мають зобов'язання, пов'язані з податками та внесками.

### Ідентифікаційний податковий номер

- Реєстр індивідуальних платників податків (NIF) служить для ідентифікації громадян для цілей оподаткування, наприклад, у деклараціях про доходи фізичних осіб або інших зобов'язаннях та обов'язках платників податків.
- **Щоб запросити NIF (ідентифікаційний податковий номер):**
- Вам знадобиться ваше національне посвідчення особи або паспорт.
- Для громадян третіх країн також необхідна вимога щодо податкового представника (португальського або іноземця з легалізованим статусом).

## Податок на доходи фізичних осіб (IRS)

Оскільки ви працюєте та отримуєте зарплату в Португалії, щомісяця з вас утримуються податки, а частина цієї суми сплачується податковим органам.

Щороку, як платник податків, ви зобов'язані подавати декларацію про доходи, де ви задекларуєте все, що ви заробили протягом минулого року, від зарплати до оренди, пенсій, які ви отримуєте через інвалідність, тощо.



### Як подати декларацію про доходи:

За допомогою вашого NIF (ідентифікаційного номера платника податків ) та пароля для доступу до веб-сайту Федеральної податкової служби ви можете подати податкову декларацію або найняти бухгалтера, який є кваліфікованим фахівцем, щоб допомогти вам у цьому завданні.



#### **Serviço de Finanças Aveiro 1 (Autoridade Tributária e Aduaneira)**

R. Dr. Orlando de Oliveira 44, 3800-004 Aveiro

#### **Serviço de Finanças Aveiro 2 (Autoridade Tributária e Aduaneira)**

R. Dr. Alves Moreira, Bloco - E - R/C - Esgueira



#### **Фінансовий портал:**

**[www.portaldasfinancas.gov.pt](http://www.portaldasfinancas.gov.pt)**

Натисніть тут, щоб перейти  
безпосередньо на сторінку



#### **У фінансовому відділі**

Заплануйте особисту зустріч через кол-центр.

217 206 707 (Розклад роботи - з 9:00 до 19:00)

## Соціальне забезпечення

У Португалії всі працівники щомісяця сплачують певний відсоток своєї зарплати до фонду соціального забезпечення. Цей внесок є важливим для забезпечення захисту всіх у разі безробіття, виходу на пенсію, тривалої хвороби або батьківської підтримки.



Ідентифікаційний номер соціального страхування

Мігранти, які не мають ідентифікаційного номера соціального страхування (NISS), можуть подати заявку на його отримання онлайн.

**Як подати запит на NISS:**

[Натисніть тут!](#)



**ЧИ ЗНАЛИ ВИ...**

Соціальне забезпечення – це система, метою якої є забезпечення основних прав громадян та рівних можливостей, а також сприяння добробуту та соціальній згуртованості всіх громадян Португалії або іноземців, які працюють або проживають на цій території.

# Що можна відвідати в Авейру?



## Культура та спадщина

### Знати — значить належати!

Пізнання міста – це один із кроків до відчуття своєї приналежності до нього!

#### Культурні простори

В Авейру є кілька музеїв та культурних просторів, які допомагають зрозуміти історію, мистецтво та традиції регіону:

- Кафедральний собор Авейру
- Teatro Aveirense
- Муніципальна бібліотека Авейру - АТЛАС
- Культурний і конгрес-центр Авейру

#### Музеї Авейру

- Музей Авейру / Santa Joana
- Міський музей Авейру
- Музей модерну /Arte Nova
- Морський екомузей Troncalhada



#### ЧИ ЗНАЛИ ВИ...

Як замовити книги в  
Муніципальній бібліотеці?  
Зареєструйтесь у бібліотеці.  
Це безкоштовно.



#### Корисна порада:

Відвідайте веб-сайт або слідкуйте за сторінками міської ради та театру Авейренсе в соціальних мережах, щоб дізнатися все про культурні події та заходи.

посилання: [www.cm-aveiro.pt](http://www.cm-aveiro.pt)



#### Пішохідна карта міста Авейру:

##### [Пішохідна карта Авейру](#)

Натисніть тут  
перейти безпосередньо на сторінку



# Корисна інформація



## Асоціації мігрантів, які можуть вам допомогти.

Асоціації мігрантів відіграють дуже важливу роль у цьому процесі: вони допомагають з інтеграцією, сприяють дружбі між культурами та надають соціальну, освітню та культурну підтримку новоприбулим.



### **«Мон-на-Мон», Асоціація синів та друзів Гвінеї-Бісау**

Rua de Espinho, n. 13 - 3810-111 Aveiro  
monnamon2006@gmail.com



### **Асоціація партнерів дружби**

Mercado de Santiago - Rua de Ovar, s/ n.º , 1.º andar, loja E 3810-145 Aveiro  
parceirosdaamizade@gmail.com



### **Студентські асоціації в Університеті Авейру (UA)**



Associações  
Edifício Paços do ConcelhoPraça da RepúblicaAvenida 2433015 116 Aveiro  
@cmaveiro

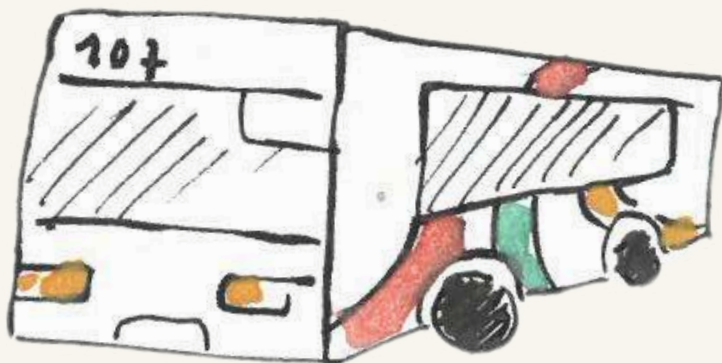
Ви також можете відвідати веб-сайт муніципалітету та дізнатися про інші соціальні, культурні та спортивні асоціації...



**Натисніть тут**  
**перейти безпосередньо на сторінку**

## Вам потрібен транспорт, щоб пересуватися містом?

Авейру — сучасне, екологічно чисте місто з гарним транспортним сполученням.



### Станція Авейру - португальська залізниця

Largo da Estação Ferroviária | 3800-179, Авейру

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



### АВТОБУС Авейру - Транспорт Авейру

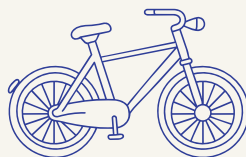
Rua Artur de Almeida Eça - 3800-111 Aveiro

<https://www.aveirobus.pt/> | <https://busway-cira.pt/>



### Bugas - Aveiro

Система BUGA (Безкоштовний прокат велосипедів Авейру) дозволяє вам пересуватися містом екологічно безпечним, здоровим та економічним способом.



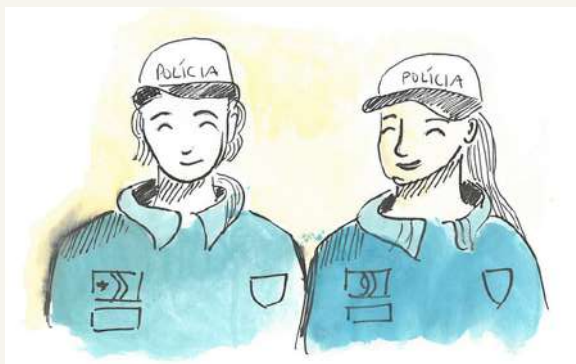
<https://buga.cm-aveiro.pt/>



Натисніть тут  
перейти безпосередньо на сторінку

## Інші контакти

- 112 - Національний номер екстреної допомоги
- 808 24 24 24 - Здоров'я 24
- 808 250 123 - Екстрена лінія вразі отримання отруень
- 117 - SOS пожежники
- 800 202 148 - Жінки, які стали жертвами насильства
- 808 222 002 - Телефон довіри для сексуальних питань
- 800 266 666 - Телефон довіри для людей зі СНІДом
- 213 433 333 - Телефон довіри для жертв жорстокого поводження з дітьми
- 217 931 617 - Дитяча лінія довіри SOS
- 1414 - SOS Наркотики
- 213 952 143 - SOS Вагітні
- 800 202 669 - Центр SOS, Дружній голос
- 800 203 531 - Лінія для пенсіонерів
- 808 200 204 - Лінія SOS для студентів
- 800 202 013 - Анонімні Наркомани
- 217 162 969 - Анонімні Алкоголіки
- 214 401 919 - Морський пошуково-рятувальний центр
- 118 - Інформаційна служба
- 116 006 - Лінія підтримки жертв домашнього насилья





### Корисні поради

Щоб допомогти вам на цьому новому етапі, ми склали кілька простих порад, які можуть спростити ваше повсякденне життя.

- Не діліться особистою інформацією чи документами в соціальних мережах, через текстові повідомлення або особисто з людьми, яких ви не знаєте.**
- Зробіть копії своїх документів і зберігайте їх в окремому місці від оригіналів. Це допоможе, якщо ваші документи будуть загублені або вкрадені.**
- Зберігайте свої паролі в безпечному місці, наприклад, у блокноті вдома або в додатку для керування паролями.**
- Остерігайтеся повідомлень, у яких запитуються документи, платежі чи банківські реквізити. Навіть якщо вони здаються офіційними, завжди перевіряйте їх, перш ніж відповідати.**



### Корисні поради

Щоб допомогти вам на цьому новому етапі, ми склали кілька простих порад, які можуть спростити ваше повсякденне життя.

- Завжди читайте договори перед підписанням і, якщо можливо, звертайтеся за допомогою, щоб зрозуміти, що написано. Зберігайте квитанції, договори та підтвердження оплати.**
- Якщо вам потрібна допомога під час надання послуги, але ви ще не володієте вільно португальською мовою, ви можете звернутися за безкоштовною допомогою на гарячу лінію перекладу АІМА.**
- Тримайте свій номер телефону під рукою. Не змінюйте його часто. Люди намагатимуться вам зателефонувати, а ви не відповідатимете!**
- Задавайте питання та беріть участь. Ставити запитання, шукати інформацію та прохати про допомогу, коли це необхідно, – це акт громадянської участі. Чим більше ви поінформовані, тим безпечніше ви себе відчуваєте.**

## Примітка авторів



Процес прийняття відмінностей, поваги, інтеграції та гостинності до інших буде одним із стовпів надзвичайної важливості для благополуччя мігрантів та громадян країни.

У цьому сенсі ми створили цей посібник як інструмент для сприяння діалогу та побудови більш інклюзивного суспільства.

Цей посібник має на меті розширити можливості та покращити доступ до різних організацій, таких як служби та асоціації, що надають підтримку в різних сферах.

Цей посібник має на меті зібрати інформацію, доступну на вебсайтах установ та асоціацій, що працюють у муніципалітеті Авейру, на благо громадян.

Компонент PARTICIPA програми CLAIM Aveiro від Casa Vera Cruz представляє собою «Aveiro, sem espinhas», зменшуючи шум у спілкуванні та полегшуючи читання.

**PARTICIPA - CLAIM Aveiro компонент Casa Vera Cruz**

