

# Emergências e centros de aconselhamento

[Números de emergência](#)  
[Centros de aconselhamento](#)

## Números de emergência

Os números de emergência estão disponíveis 24 horas por dia, todos os dias do ano. Os números curtos (3 dígitos) são sempre gratuitos. Para os outros números paga-se, regra geral, a taxa de uma chamada normal.

### **Número geral de emergência: 112**

Este é o número da central de emergência da Polícia. Consoante o tipo de emergência, a polícia informa também outros serviços (por exemplo, bombeiros).

### **Polícia: 117**

Este é o número da central de emergência da Polícia.

### **Bombeiros: 118**

Este é o número do centro operacional dos Bombeiros.

### **Primeiros socorros / Serviço de emergência: 144**

Este é o número do centro operacional dos serviços de emergência. Só se deve ser ligar para o número 144, quando se precisa de socorro imediato e de uma ambulância, ou quando não se consegue avaliar a situação (por ex. após um acidente). Noutros casos de problemas de saúde deve contactar-se primeiro o/a médico/a de família. Alguns médicos de família estão sempre de plantão, fora do horário normal de atendimento. Pode-se obter a informação sobre quem está de plantão através do atendedor automático de chamadas do médico de família ou na imprensa regional. Também se pode ligar para o serviço de emergência cantonal 0900 401 501 (Atenção: a chamada custa 3.23 por minuto). Aí obtém-se aconselhamento médico e, é-se encaminhado para a unidade de saúde apropriada mais próxima (médico, hospital). Também é possível, procurar um serviço de urgência (hospital/consultório de serviço) por iniciativa própria.

### **Farmácia de serviço: 0800 300 001**

Através deste número fica-se a saber quais as farmácias de serviço no Cantão de Argóvia (Farmácia de serviço). Aí, também é possível comprar medicamentos fora do horário normal de funcionamento.

### **Dentistas de emergência: 0848 261 261**

Através deste número fica-se a saber qual o médico ou médica dentista de serviço, no Cantão de Argóvia. Atenção: o número só funciona aos fins de semana e feriados.

### **Emergência - antivenenos: 145**

Médicos e especialistas prestam apoio, através deste número, quando alguém ingerir algo tóxico ou suspeitar ter ingerido algo tóxico. Eles explicam o que fazer em caso de intoxicação. Mas em situações de perigo de vida deve-se ligar imediatamente para o número 144. No site da internet encontra-se informação detalhada, relativa a venenos/intoxicação.

### **Aconselhamento para adultos: 143**

A "Linha 143" (SOS Voz Amiga, Dargebotene Hand) destina-se a pessoas que querem falar com alguém sobre os seus problemas, quaisquer que sejam, (em alemão, francês e italiano). Pode-se ligar não só em situações agudas de sofrimento, mas também em outros tipos de dificuldades e preocupações. A conversa é confidencial e anónima. A pedido fornece informações sobre outros meios de auxílio adequados. Também é possível um contacto através de email ou chat.

### **Aconselhamento para crianças / Jovens: 147**

A "Linha 147" destina-se a crianças e jovens que querem falar com alguém sobre os seus problemas, não importa quais, (em alemão, francês e italiano). Pode-se ligar não só em situações agudas de sofrimento, mas também em outros tipos de dificuldades e preocupações. Os especialistas estão disponíveis 24 horas por dia, todos os dias do ano. A conversa é confidencial e anónima. Também é possível um contacto através de email ou chat.

### **Serviço de emergência para pais : 0848 35 45 55**

Na "Linha SOS Pais" (Elternnotruf) especialistas aconselham os pais ou outras pessoas em questões relacionadas com a educação. Eles prestam apoio quando alguém se sente estressado ou sobrecarregado a lidar com crianças, ou preocupado com a própria criança ou com outra. Também se pode contactar a "Linha SOS Pais" quando se teme que a própria criança ou uma outra, seja vítima de maus tratos psíquicos ou físicos. A conversa é confidencial e, a pedido, anónima. Também é possível um contacto através de email. A "Linha SOS Pais" não presta apoio em questões de saúde.

### **Violência doméstica (mulheres): 062 823 86 00**

A casa de abrigo de mulheres (Frauenhaus) Aargau/Solothurn disponibiliza aconselhamento e apoio a mulheres vítimas de violência doméstica, 24 horas por dia, todos os dias do ano. Familiares e técnicos podem também entrar em contacto com a casa de abrigo. A chamada é confidencial e, a pedido, anónima. O contacto também pode ser feito por e-mail. Encontra informações detalhadas sobre violência doméstica, também para homens vítimas de violência, e informações de contacto de outros centros de apoio e aconselhamento, no capítulo de Relacionamento e filhos > conflitos em hallo-aargau.ch.

### **Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)**

[www.ciao-aargau.ch/pt/emergencias-e-centros-de-aconselhamento/numeros-de-emergencia](http://www.ciao-aargau.ch/pt/emergencias-e-centros-de-aconselhamento/numeros-de-emergencia)

## Centros de aconselhamento

Alguns centros de aconselhamento informam sobre questões de carácter geral, outros sobre determinados temas ou áreas da vida. A oferta varia consoante a região de residência. A primeira consulta é, regra geral, gratuita e, muitas vezes também as que se seguem. Diversos centros disponibilizam aconselhamento em língua estrangeira.

### Centros de aconselhamento geral

O Anlaufstelle Integration Aargau (AIA) em Aarau é um serviço central de orientação para imigrantes. Os funcionários prestam informações de carácter geral sobre a vida quotidiana na Suíça e ajudam a encontrar centros de aconselhamento especializados. Além disso, orientam pessoas na procura de cursos de alemão e programas de integração apropriados. É possível um atendimento (por telefone ou pessoalmente) em diversas línguas, após marcação prévia. Também é possível, sem marcação prévia, obter umas primeiras informações e, se for necessário, marcar uma data para ser atendido. As informações e o atendimento são gratuitos. Existem também, centros gerais de orientação que disponibilizam informações em determinadas línguas estrangeiras ou, que são competentes por uma determinada região de residência. Pode informar-se no município de residência ou no Anlaufstelle Integration Aargau (AIA) sobre esses centros de orientação. Além disso, as associações de imigrantes são um bom lugar para obter as primeiras informações na sua própria língua.

### Administração municipal / Câmara municipal

Em muitas situações, a administração do próprio município de residência (administração municipal, Gemeindeverwaltung / Câmara municipal da cidade, Stadtverwaltung) é um bom contacto inicial. Os funcionários podem, muitas vezes, esclarecer as suas dúvidas directamente ou então recomendar um centro de orientação adequado. Todos os municípios do Cantão de Argóvia têm a sua própria página na internet. Lá, encontram-se contactos, horários de funcionamento e mais informações e, às vezes também, listas com ofertas de aconselhamento e integração na região.

## **Centros de aconselhamento especializado**

No Cantão de Argóvia existe uma ampla oferta de serviços de aconselhamento que se especializaram em determinado assunto ou em determinadas áreas da vida. Estão aí incluídos, por exemplo: velhice, trabalho, estadia, formação, casamento/divórcio, educação, família, finanças (dívidas/orçamento), saúde, violência doméstica, integração, problemas de saúde mental, cuidados com o bebé, gravidez, sexualidade, dependência, questões sociais. A oferta varia de acordo com a região de residência. Se uma oferta não estiver disponível numa região, existe geralmente um centro de aconselhamento central em Aarau ou Baden. As primeiras consultas são, regra geral, gratuitas. Os contactos de alguns centros de aconselhamento encontram-se nas áreas temáticas em [hallo-aargau.ch](http://hallo-aargau.ch). Também se pode entrar em contacto com o Anlaufstelle Integration Aargau (AIA) ou com o município de residência e solicitar informações sobre centros de aconselhamento adequados.

Quem ainda não fala bem alemão, deve informar-se previamente sobre a possibilidade de ter um intérprete. É possível que haja consultas noutros idiomas, ou que lhe seja disponibilizado um intérprete, ou que lhe peçam para se fazer acompanhar de alguém para fazer a tradução.

## **Assistência jurídica gratuita**

Em nome do Cantão de Argóvia, a ordem de advogados de Argóvia (Aargauischer Anwaltsverband) coordena centros de aconselhamento jurídico. Estes aconselham, gratuitamente, todos os moradores em questões jurídicas (consultas breves). Em intervalos regulares, realizam-se consultas nos 11 distritos. As datas estão publicadas na Internet ou pode informar-se no município de residência. O atendimento é pessoal, não são prestadas informações por telefone ou por escrito. Além destes, existem ainda outros serviços que disponibilizam aconselhamento jurídico, em parte gratuita, sobre vários temas (trabalho, habitação, casamento/família) como, por exemplo, os sindicatos. Se a consulta for morosa, acarretará custos. O Anlaufstelle Integration Aargau (AIA) informa sobre os diferentes centros, alguns também estão mencionados nas áreas temáticas em [hallo-aargau.ch](http://hallo-aargau.ch).

## **Discriminação racial**

Em nome do Cantão de Argóvia, o Anlaufstelle Integration Aargau (AIA) coordena um centro de aconselhamento independente para as vítimas de discriminação racial. O aconselhamento é confidencial e, para os residentes no Cantão de Argóvia, gratuito. As consultas podem ser tanto pessoais, como também telefónicas.

**Mais informações (links, endereços, fichas de informação,  
brochuras)**

[www.ciao-aargau.ch/pt/emergencias-e-centros-de-aconselhamento/centros-de-aconselhamento](http://www.ciao-aargau.ch/pt/emergencias-e-centros-de-aconselhamento/centros-de-aconselhamento)