

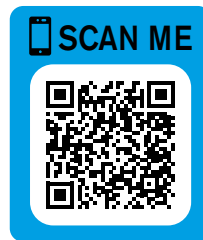


## Ficha técnica

Edição de 2021

Esta brochura está disponível em

- ▶ Albanês
- ▶ Árabe
- ▶ Dari/Farsi
- ▶ Alemão
- ▶ Inglês
- ▶ Italiano
- ▶ Kurmanji
- ▶ Polaco
- ▶ **Português**
- ▶ Romeno
- ▶ Servo-croata
- ▶ Eslovaco
- ▶ Espanhol
- ▶ Tigrínia
- ▶ Húngaro



na página [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)  
para descarregamento.



## Bem-vindo

Ficamos contentes por ter mudado para o Cantão da Turgóvia.

Vai estabelecer-se num cantão dinâmico, que por um lado é aberto, mas por outro também aprecia as suas instituições e tradições. A sua paisagem natural intacta, a sua localização privilegiada junto ao Lago de Constança, a sua economia ativa em diferentes setores e as suas estreitas relações com os cantões vizinhos Schaffhausen, Zurique e São Galo, bem como com os países limítrofes Alemanha e Áustria tornam a Turgóvia num local de residência e trabalho atrativo. Desejamos que se sinta bem rapidamente no nosso bonito cantão, assim como a sua família. A vida social e as atividades associativas são aqui muito diversificadas. Temos o maior prazer em convidá-lo a participar.

Ficamos contentes pela boa compreensão que existe entre os diferentes grupos populacionais. A Turgóvia é um cantão pacífico, no qual pessoas de diferentes gerações, círculos culturais e opi-

niões interagem de forma amigável. Isto não é algo obrigatoriamente normal, mas pelo contrário exige esforços de adaptação de ambas as partes. Apelamos a todos que vivam a tolerância e o respeito pelo próximo – estes são os valores básicos do nosso país e da nossa sociedade.

Encontrará nesta brochura muitas informações sobre a vida e as ofertas no nosso cantão. Aprenda a língua local! Ela é uma chave para a sua independência e autonomia. Solicitamos também que se relacione com os habitantes da Turgóvia. As suas experiências ajudá-lo-ão a compreender melhor o novo ambiente, a integrar-se aqui e a sentir-se bem.

Damos-lhe as boas-vindas e desejamos-lhe muitas descobertas e encontros emocionantes.

Cornelia Komposch

Funcionária Superior do Governo do Cantão  
Departamento de Justiça e Segurança

<b>Coexistência na Turgóvia.....</b>	<b>6</b>	Transportes públicos Bicicletas e peões
Cantão, distritos, comunas		
Língua		
Integração		
População estrangeira		
Política de integração		
Informações locais		
<b>Mudança para o cantão.....</b>	<b>8</b>	
Lista de verificação após a chegada		
<b>Direitos e deveres.....</b>	<b>10</b>	
Valores fundamentais		
Soberano		
Direitos e deveres		
Restrição dos direitos		
Exigências linguísticas		
<b>Comunicação.....</b>	<b>12</b>	
Aprender alemão		
Aprender suíço-alemão		
Interpretação intercultural		
Biblioteca intercultural		
<b>Habitação.....</b>	<b>14</b>	
Encontrar um apartamento		
Seguro de habitação e de responsabilidade civil		
Taxa do audiovisual		
Viver num prédio		
<b>Sistema de transportes.....</b>	<b>16</b>	
Automóveis		
Importação de veículos particulares		
Troca da carta de condução		
		<b>Trabalho.....</b>
		<b>18</b>
		Encontrar um trabalho
		Salário
		Proteção contra o despedimento
		Impostos
		Tensões no local de trabalho
		Não-discriminação
		Trabalho ilegal
		<b>Previdência/seguros sociais.....</b>
		<b>21</b>
		Seguro de desemprego
		Subsídio social
		Contribuições obrigatórias
		Previdência: 1. <sup>a</sup> coluna
		Previdência: 2. <sup>a</sup> coluna
		Previdência: 3. <sup>a</sup> coluna
		<b>Saúde.....</b>
		<b>24</b>
		Seguro de doença e acidentes
		Médicas e médicos
		Promoção da saúde e prevenção
		Emergências médicas
		Cuidados dentários
		Pessoas idosas e pessoas com deficiência
		<b>Casamento e família.....</b>
		<b>28</b>
		Casamento e reagrupamento familiar
		Uniões civis registadas
		Casamento forçado
		Planeamento familiar e informação sexual
		Gravidez e nascimento

Licença e subsídio de maternidade	
Abono de família	
Direitos das crianças e dos jovens	
Problemas conjugais e familiares	
Violência doméstica	
<b>Educação/escolaridade obrigatória .....33</b>	
Ensino básico	
Brochura: "Possibilidades de Formação no Cantão da Turgóvia"	
Responsabilidade parental	
Assistência familiar e acolhimento de crianças extraescolar	
Crianças de origem estrangeira	
Jardim de infância (a partir dos 4 anos de idade completados)	
Escola primária (a partir dos 6 anos)	
Ensino secundário I (a partir dos 12 anos)	
<b>Escolha profissional/cursos preparatórios ...36</b>	
Aconselhamento profissional e académico	
Apoio à candidatura BIZplus	
Cursos preparatórios	
Cursos de integração	
Curso de formação básica	
<b>Formação profissional/escolas secundárias.....38</b>	
Formação básica profissional (a partir dos 15 anos)	
Maturidade profissional	
Ensino médio (a partir dos 15 anos)	
Escola de nível médio para adultos da Turgóvia e Schaffhausen	
<b>Formação profissional superior/institutos superiores/Formação contínua.....40</b>	
Formação profissional superior	
Institutos superiores	
Propinas do ensino profissional e superior	
Reconhecimento de diplomas e créditos estrangeiros	
Formação contínua para adultos	
<b>Meio ambiente .....42</b>	
Preservação da paisagem	
Respeitar o espaço público	
Recolha de resíduos	
Reciclagem de resíduos	
Resíduos não-recicláveis	
<b>Vida social e associações .....44</b>	
Cultura	
Desporto	
Caminhar, andar de bicicleta, andar de skate	
Associações	
Envolvimento sem fins lucrativos	
Religião	
<b>Participação na vida política .....48</b>	
Democracia direta	
Órgãos políticos	
Três níveis políticos	
Direitos políticos das pessoas estrangeiras	
Outras formas de participação política	
Naturalização	
<b>Moradas úteis.....51</b>	

## Cantão, distritos, comunas

O Cantão da Turgóvia é um de 26 cantões da Confederação Suíça. Ele possui aproximadamente 282 000 habitantes (situação de 2020), que se dividem por cinco distritos e 80 comunas. A capital do Cantão é Frauenfeld com 25 800 habitantes (situação de 2020).

## Língua

Na Suíça existem quatro línguas oficiais: alemão, francês, italiano e reto-romano. O Cantão da Turgóvia pertence à Suíça de língua alemã. Na linguagem oficial e escrita é utilizado o alto-alemão na Suíça Alemã. No quotidiano fala-se suíço-alemão. Na Suíça Alemã, existem diferentes dialetos de suíço-alemão com, por vezes, vocabulário diferente.

## Integração

A integração é um processo conjunto, que está baseado em direitos e deveres da constituição federal. O objetivo é a participação de todos os grupos da sociedade na vida económica e social. A promoção da integração orienta-se pelo princípio "fomentar e exigir" e apoia essencialmente a aprendizagem da língua, o desenvolvimento profissional e a participação social.

- 
- ▶ [www.tg.ch](http://www.tg.ch)
  - ▶ [www.thurgaubodensee.ch](http://www.thurgaubodensee.ch)



## População estrangeira

A percentagem de pessoas com nacionalidade estrangeira no Cantão da Turgóvia é de 25,2 %. A população estrangeira é proveniente de 140 países de origem, a maioria delas da Europa (94 %), 72 % da UE (situação do final de 2020).

## Política de integração

Para promover a vida em conjunto, as autoridades da Turgóvia perseguem uma política de integração ativa. Um grande número de Comunas da Turgóvia está ligado aos Centros Regionais de Competências para Integração. Estes centros de competências aconselham as migrantes e os migrantes sobre a aprendizagem da língua e sobre a integração profissional e social. Eles também oferecem um aconselhamento sobre discriminação.

## Informações locais

- ▶ [3] Centro de competência sobre integração do distrito de Frauenfeld
- ▶ [4] Centro de competência sobre integração do distrito de Kreuzlingen
- ▶ [5] Centro de competência sobre integração do distrito de Weinfelden
- ▶ [6] Centro de competência sobre integração do distrito da Turgóvia Superior
- ▶ [7] Centro especializado em integração de Romanshorn
- ▶ [8] Centro especializado em integração de Amriswil
- ▶ [9] Centro especializado em integração de Arbon

---

▶ [www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch)

▶ [www.ch.ch](http://www.ch.ch)







## Lista de verificação após a chegada

### Imediatamente após a chegada

- ❑ Registrar-se nos serviços de registo da população da área de residência (no prazo de 14 dias).
- ❑ Declarar bens importados na alfândega
- ❑ Inscrever as crianças no ensino básico
- ❑ Realizar os seguros de doença e acidentes
- ❑ Abrir conta no banco ou nos correios
- ❑ Inscrever-se no curso de alemão

### Nos primeiros meses

- ❑ Enviar o comprovativo do seguro de doença para o serviços de registo da população
- ❑ Esclarecer o direito a abono de família para filhos residentes no estrangeiro
- ❑ Registar telefone, TV, internet, telemóvel

### No prazo de um ano

- ❑ Trocar a carta de condução
- ❑ Realizar um seguro automóvel
- ❑ Mandar inspecionar o veículo
- ❑ Trocar a matrícula

### Recomendável

- ❑ Realizar o seguro de habitação
- ❑ Realizar o seguro de responsabilidade civil
- ❑ Realizar o seguro de despesas jurídicas
- ❑ Esclarecer o direito a redução do prémio
- ❑ Obter informações junto das comunas sobre atividades associativas, desportivas e culturais

## Valores fundamentais

Um dos objetivos principais do cantão é a promoção do bem-estar comum e do desenvolvimento individual. Ele garante sobretudo o cumprimento do direito em vigor, dos valores fundamentais da constituição federal e da segurança e ordem públicas. O cantão só pode intervir, quando a constituição ou lei lhe dão poderes para isso. Ele está organizado de acordo com o princípio da separação de poderes.

## Soberano

O povo é o soberano. Exerce o seu poder quer diretamente, votando sobre a constituição e as leis, quer indiretamente através das autoridades eleitas por ele. A população eleitora elege as autoridades das comunas, o Governo Cantonal (Conselho Governativo), o Parlamento Cantonal (Grande Conselho) e elege as representantes e os representantes da Turgóvia para os conselhos federais.

## Direitos e deveres

Cada pessoa residente no cantão deve cumprir os deveres de acordo com a constituição e a lei: pagar os seus impostos, mandar os seus filhos à escola, etc. Ao mesmo tempo são válidos para todos os habitantes os direitos básicos da democracia, como o direito à integridade física, à igualdade entre

---

### A constituição do Cantão da Turgóvia e outras leis cantonais:

▶ [www.rechtsbuch.tg.ch](http://www.rechtsbuch.tg.ch)

### Leis federais:

▶ [www.fedlex.admin.ch](http://www.fedlex.admin.ch)



mulheres e homens, à não-discriminação, ao casamento, bem como à liberdade de expressão e de religião.

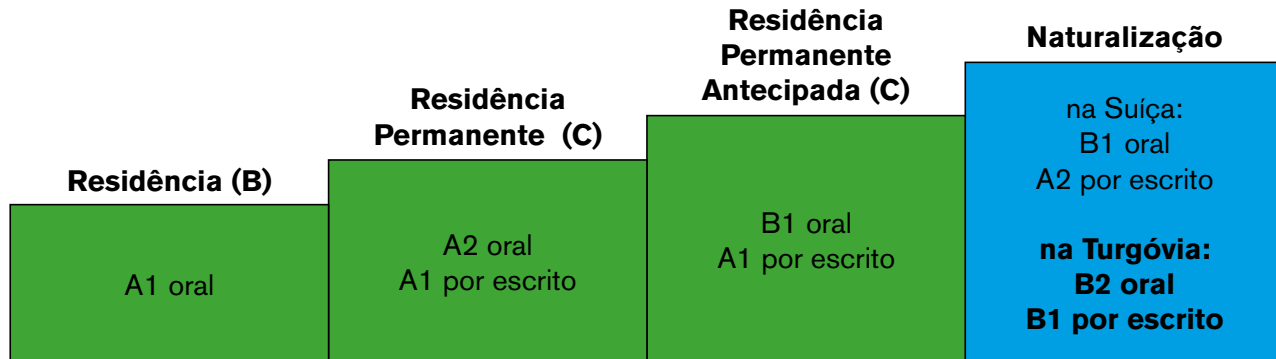
## Restrição dos direitos

Os direitos básicos não são absolutos. O cantão pode restringi-los para garantir a segurança, a ordem e o bem-estar comum. As liberdades de cada pessoa acabam, onde começam as liberdades dos seus concidadãos. Desse modo ninguém pode, por exemplo, evocar a liberdade de religião para não cumprir as leis do ensino. A liberdade de expressão não permite, p. ex., ofender uma pessoa ou um grupo de pessoas.

## Exigências linguísticas

► [1]

A lei relativamente aos estrangeiros e à integração (AIG) determina as exigências linguísticas estabelecidas para a autorização de residência. A Autoridade de Migração verifica o estado da integração dos membros de países terceiros, quando é solicitado o prolongamento da autorização de residência (B). Do mesmo modo, a AIG permite uma revogação da autorização de residência permanente (C) em caso de deficiências na integração.



**Poderá encontrar uma compilação dos diferentes cursos de alemão e centros de examinação de alemão no Cantão da Turgóvia e nos arredores mais próximos em: ► [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)**

### Aprender alemão

É necessário aprender alemão para se poder deslocar de forma autónoma e independente na Turgóvia. A língua alemã facilita-lhe a comunicação com vizinhas e vizinhos, o pessoal docente dos seus filhos, com autoridades e outras pessoas.

No Cantão da Turgóvia, diversas organizações humanitárias, associações e escolas realizam cursos de alemão para estrangeiros. Uma parte destes cursos é subvencionada pelo Estado e é oferecida deste modo a um preço reduzido. Também existem cursos só para mulheres (às vezes com acolhimento de crianças integrado).

### Aprender suíço-alemão

► [3], [10]

Tanto as línguas faladas como os dialetos podem ser aprendidos sobretudo na conversação com outras pessoas. O domínio de um dialeto pode ser muito útil, principalmente, no trabalho. Também existem cursos de suíço-alemão, por exemplo, no Centro de Competência sobre Integração em Frauenfeld ou na Klubschule Migros.



## Interpretação intercultural

- ▶ [www.arge.ch](http://www.arge.ch)
- ▶ [11]

Em determinadas situações é aconselhável que os migrantes sem conhecimentos de alemão sejam apoiados por intérpretes interculturais. Estes são formados para incentivar a compreensão mútua, evitar mal-entendidos e ajudar os migrantes na integração no seu novo ambiente social.

O serviço telefónico de interpretação a nível nacional 0842 442 442 funciona vinte e quatro horas por dia e facilita em poucos minutos intérpretes profissionais em mais de 50 línguas pelo telefone.

Desaconselha-se totalmente a utilização de crianças na interpretação.

## Biblioteca intercultural

- ▶ [12]

A Associação Biblioteca das Culturas (VBdK) realiza uma contribuição para a integração, estimulando a competência linguística e de leitura de pessoas que vivem com duas ou mais línguas. Além disso, ela disponibiliza um ponto de encontro para pessoas de todas as línguas e contribui para o intercâmbio intercultural com eventos diversificados. O espólio da Biblioteca das Culturas está integrado na Biblioteca Cantonal da Turgóvia.



## Encontrar um apartamento

Apartamentos para arrendar podem ser encontrados em anúncios de jornais, na internet e através de agências imobiliárias. Para obter um contrato de arrendamento, deve preencher um formulário de registo e apresentar determinados documentos à imobiliária, p. ex. o extrato do registo de execuções (► [www.betreibungsamt.tg.ch](http://www.betreibungsamt.tg.ch)), a declaração anual de rendimentos ou o contrato de trabalho.

## Seguro de habitação e de responsabilidade civil

O seguro de habitação protege a propriedade privada, especialmente os artigos de decoração em casa (móveis, carpetes, etc.), os objetos de utilização (loja, vestuário, televisão, aparelhagem estéreo, etc.) e os objetos de valor (joias, numerário, etc.) contra incêndio, queda de raio, furto, tempestade ou danos causados por água, etc.

Além do seguro de doença obrigatório, o seguro de responsabilidade civil é o seguro mais importante. Para alguns contratos de arrendamento, ele é obrigatório. Se causar involuntariamente um dano a outra pessoa, responde, segundo a lei, com os seus bens pessoais de forma ilimitada. Com uma quantia reduzida pode passar o risco de responsabilidade civil para a sua seguradora. O seguro de responsabilidade civil também engloba danos no



objeto de arrendamento ou a responsabilidade civil relativamente ao edifício.

## Taxa do audiovisual

► [www.serafe.ch](http://www.serafe.ch)

Cada agregado familiar tem de pagar uma taxa para os aparelhos de rádio e TV. A entidade suíça responsável pela cobrança da taxa do audiovisual (Serafe) recebe automaticamente a sua morada do Registo de Moradores da sua área de residência.

## Viver num prédio

► [13]

Todos os moradores de um prédio devem cumprir as regras gerais de coexistência. Deste modo, deve ser evitado demasiado barulho durante a noite, bem como aos domingos e feriados. Regras específicas para a utilização de espaços comuns, como por exemplo a lavandaria, devem ser consultadas no regulamento do prédio que está anexado ao contrato de arrendamento. Após a mudança para o novo apartamento, apresente-se aos seus vizinhos. Este gesto é apreciado e abre-lhe muitas portas.

Caso tenha problemas com outros inquilinos o diálogo é a melhor solução. Em caso de necessidade, também pode falar com o porteiro ou senhorio. Em conflitos entre o senhorio e os inquilinos pode dirigir-se ao Aconselhamento Jurídico da Associação de Inquilinos ► [13].



## Automóveis

- ▶ [www.strassenverkehrsamt.tg.ch](http://www.strassenverkehrsamt.tg.ch)
- ▶ [14]

## Importação de veículos particulares

## Troca da carta de condução

Na Suíça, é necessário comprar uma vinheta para a utilização de autoestradas e vias rápidas que deve colar na parte interior do para-brisas. Pode comprar a vinheta em diferentes postos de venda (alfândega, garagens, bombas de gasolina, administrações rodoviárias, correios) por 40 francos (preço de 2020). Existem apenas vinhos anuais (válidas respetivamente de 1 de dezembro do ano anterior até 31 de janeiro do ano seguinte). Na Suíça são válidas as seguintes limitações de velocidade: 50 km/h dentro das localidades, 80 km/h fora das localidades e 120 km/h nas autoestradas. Nas localidades há ainda zonas, onde o limite de velocidade é 30 km/h ou 20 km/h. O valor máximo de álcool no sangue autorizado é 0,5 ‰.

Comprou um automóvel no estrangeiro há menos de seis meses, se assim for terá de pagar um imposto na Suíça pela sua importação. Se a compra já tiver sido há mais de seis meses, os veículos são considerados bens importados devido à transferência de residência e estão isentos de impostos. Um automóvel ou uma moto registado(a) no estrangeiro só pode circular livremente na Suíça doze meses, se tiver sido realizado um seguro contra acidentes

Deve trocar a sua carta de condução estrangeira por uma carta de condução suíça no prazo de doze meses após a sua entrada no país. As condições variam consoante o país de origem. Para viagens de carácter comercial para o transporte de pessoas ou mercadorias, a carta de condução estrangeira deve ser trocada antes da primeira viagem.

Cartas de condução que tenham sido obtidas um ano antes da entrada na Suíça, estão sujeitas a um período experimental de no total três anos. No prazo de um ano após a entrada no país, é necessário concluir um curso de formação contínua.



## Transportes públicos

► [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

A Suíça possui uma rede de transportes públicos densa e eficiente. Os bilhetes para o comboio, autocarro ou barco são relativamente caros. Os Comboios Federais Suíços (SBB) disponibilizam diversos passes, com os quais pode utilizar os transportes públicos de forma mais económica (por exemplo GA (passe geral), Halbtax, passe mensal, seven25).

As crianças até aos seis anos viajam gratuitamente. As crianças dos seis aos 16 anos acompanhadas por um dos progenitores viajam com o cartão júnior gratuitamente (30 francos por ano, preço de 2020). As crianças que viajam sozinhas dos seis aos 16 anos pagam meio bilhete.

► [www.ostwind.ch](http://www.ostwind.ch)

Se desejar utilizar os transportes públicos principalmente na Suíça Oriental, pode comprar um bilhete ou passe que é válido em determinadas zonas ou em toda a Suíça Oriental, na Associação Tarifária Ostwind.

## Bicicletas e peões

- [www.thurgau-bodensee.ch](http://www.thurgau-bodensee.ch)
- [www.provelothurgau.ch](http://www.provelothurgau.ch)
- [www.ch.ch/de/velofahren-der-schweiz/](http://www.ch.ch/de/velofahren-der-schweiz/)

Andar de bicicleta é ecológico, económico e saudável. As autoridades incentivam o trânsito de bicicletas e peões. Os eventuais danos que possa causar com a sua bicicleta estão cobertos pelo seu seguro de responsabilidade civil.



## Encontrar um trabalho

- ▶ [www.rav.tg.ch](http://www.rav.tg.ch)
- ▶ [www.bizplus.tg.ch](http://www.bizplus.tg.ch)
- ▶ [www.ostjob.ch](http://www.ostjob.ch)
- ▶ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

## Salário

## Proteção contra o despedimento

Para encontrar um trabalho, recomenda-se uma combinação de diferentes métodos de pesquisa. Pode responder a um anúncio de emprego num jornal ou na internet, enviar candidaturas espontâneas a empresas, entrar em contacto com agências de emprego e inscrever-se no Centro Regional de Emprego (RAV).

Na Suíça, os salários brutos são relativamente elevados; no entanto o mesmo se aplica ao custo de vida. Não existe um salário mínimo aplicável a todos os setores. Todavia, alguns setores possuem salários mínimos de acordo com uma convenção coletiva de trabalho para o setor.

A lei protege os trabalhadores contra o despedimento no caso de doença, acidente, gravidez e maternidade. Um despedimento durante este período de tempo é geralmente inválido. Um despedimento é indevido, se por exemplo for realizado, porque alguém reclama direitos, resultantes do contrato de trabalho. Nos despedimentos indevidos, a pessoa assalariada não pode voltar a ser reintegrada na empresa; pode apenas ser reclamada uma indemnização no tribunal.



## Impostos

- ▶ [20]
- ▶ [www.steuerverwaltung.tg.ch](http://www.steuerverwaltung.tg.ch) > Download eFisc

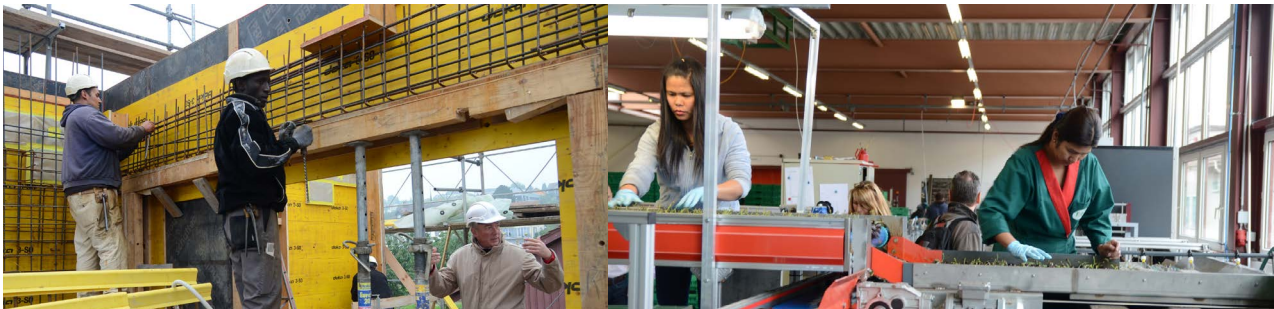
Na Suíça, as pessoas singulares pagam impostos sobre os rendimentos e o capital. Com estas receitas são financiados os serviços públicos da confederação, cantões e comunas. Pouco tempo depois da sua chegada ao cantão, recebe da Repartição de Finanças Regional um questionário para que possa ser determinada a quantia provisória do seu imposto.

Se é de nacionalidade estrangeira e não possui uma autorização de residência permanente (C), o imposto sobre os rendimentos é deduzido diretamente do seu salário (retenção na fonte). Se possuir uma autorização de residência permanente, recebe em janeiro os formulários para a declaração de impostos. Pode preenchê-los online. Em caso de dificuldades pode dirigir-se à Autoridade Tributária do Cantão ou a um mandatário.

## Tensões no local de trabalho

- ▶ [21], [22]
- ▶ [www.sexuellebelaestigung.ch](http://www.sexuellebelaestigung.ch)

Em caso de conflitos com o seu empregador ou colegas, a União dos Sindicatos da Turgóvia pode aconselhá-lo. Determinados comportamentos são, sobretudo no local de trabalho, proibidos por lei. Estes são nomeadamente intimidação e assédio sexual, bem como palavras, gestos ou ações que humilham os outros.



## Não-discriminação

Na constituição suíça está estipulado que: "Ninguém pode ser discriminado devido à origem, raça, sexo, idade, língua, convicção religiosa, ideológica ou política". Caso se sinta discriminado devido a uma destas razões, aconselhamo-lo a contactar uma das seguintes organizações federais:

- ▶ [22] Gabinete Federal para a Igualdade entre as Mulheres e os Homens (EBG)
- ▶ [23] Comissão Federal contra o Racismo (EKR)

No caso de discriminação racista, pode aconselhar-se ainda nos Centros de Competências ▶[3–9] e nos Centros Especializados em Integração da região.

## Trabalho ilegal

- ▶ [www.seco.admin.ch](http://www.seco.admin.ch)
- ▶ [24]

Mesmo alguém que ocasionalmente seja pago para trabalhos de limpeza, domésticos, de jardim ou acolhimento de crianças é considerado como assalariado. Ele ou ela deve ser, por isso, inscrito pelo empregador nos seguros sociais e o empregador deve realizar a retenção na fonte do imposto, caso contrário trata-se de trabalho ilícito, ou seja, trabalho ilegal.

Uma pessoa que está empregada ilegalmente não possui, em caso de invalidez ou desemprego, qualquer direito a pensão por invalidez ou subsídio de desemprego e também não receberá pensão por velhice. As consequências podem ser, por isso, dramáticas especialmente em caso de acidente no local de trabalho.

Infelizmente, às vezes acontece que o empregador propositadamente não entrega folhas de salário para poder negar a contratação em caso de conflito. Neste caso, é quase impossível para o trabalhador comprovar a relação laboral, o que, no entanto, é necessário para, por exemplo, receber subsídio de desemprego.

## Seguro de desemprego

- ▶ [16]
- ▶ [www.awa.tg.ch](http://www.awa.tg.ch)
- ▶ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

Se uma pessoa perder o seu emprego na Suíça, ela recebe normalmente um subsídio de desemprego durante um determinado período. Por princípio, uma pessoa estrangeira que vem pela primeira vez para a Suíça não tem direito a subsídio de desemprego. Para este fim, ela deve possuir uma autorização de residência válida e ter desempenhado uma atividade remunerada no mínimo durante 12 meses nos dois anos antes da comunicação do desemprego. Cada pessoa, que perde o seu emprego, deve inscrever-se o mais depressa possível no Centro Regional de Emprego (RAV) para receber subsídio de desemprego. Ali recebe informação sobre os passos a dar.

## Subsídio social

- ▶ [17–19]

O subsídio social deve assegurar a subsistência e a independência pessoal e económica de pessoas necessitadas. Ele é concedido quando a pessoa não pode ser suportada pela sua família ou quando não for possível fazer valer outro rendimento legal. Para requerer o subsídio social, devem ser contactados os Serviços Sociais da área de residência. A Assistência Social ▶[17] do Cantão da Turgóvia possui um serviço de coordenação. O Aconselhamento Social e em Situações de Sobre-Endividamento ▶[18] da Caritas da Turgóvia aconselha gratuitamente todos os que solicitam ajuda, concede subsídio de emergência e subsídio transitório e indica outras instituições e Centros de Aconselhamento. A fundação Benefo ▶[19] realiza aconselhamentos orçamentais a preço reduzido.

## Contribuições obrigatórias

- ▶ [15]

Os seguros sociais protegem os habitantes da Suíça contra riscos e asseguram a sua subsistência económica. Eles são obrigatórios e são descontados (com exceção do seguro de doença ▶capítulo Saúde) diretamente do salário. No total as contribuições obrigatórias representam aproximadamente 20% do rendimento.

## **Previdência: 1.<sup>a</sup> coluna**

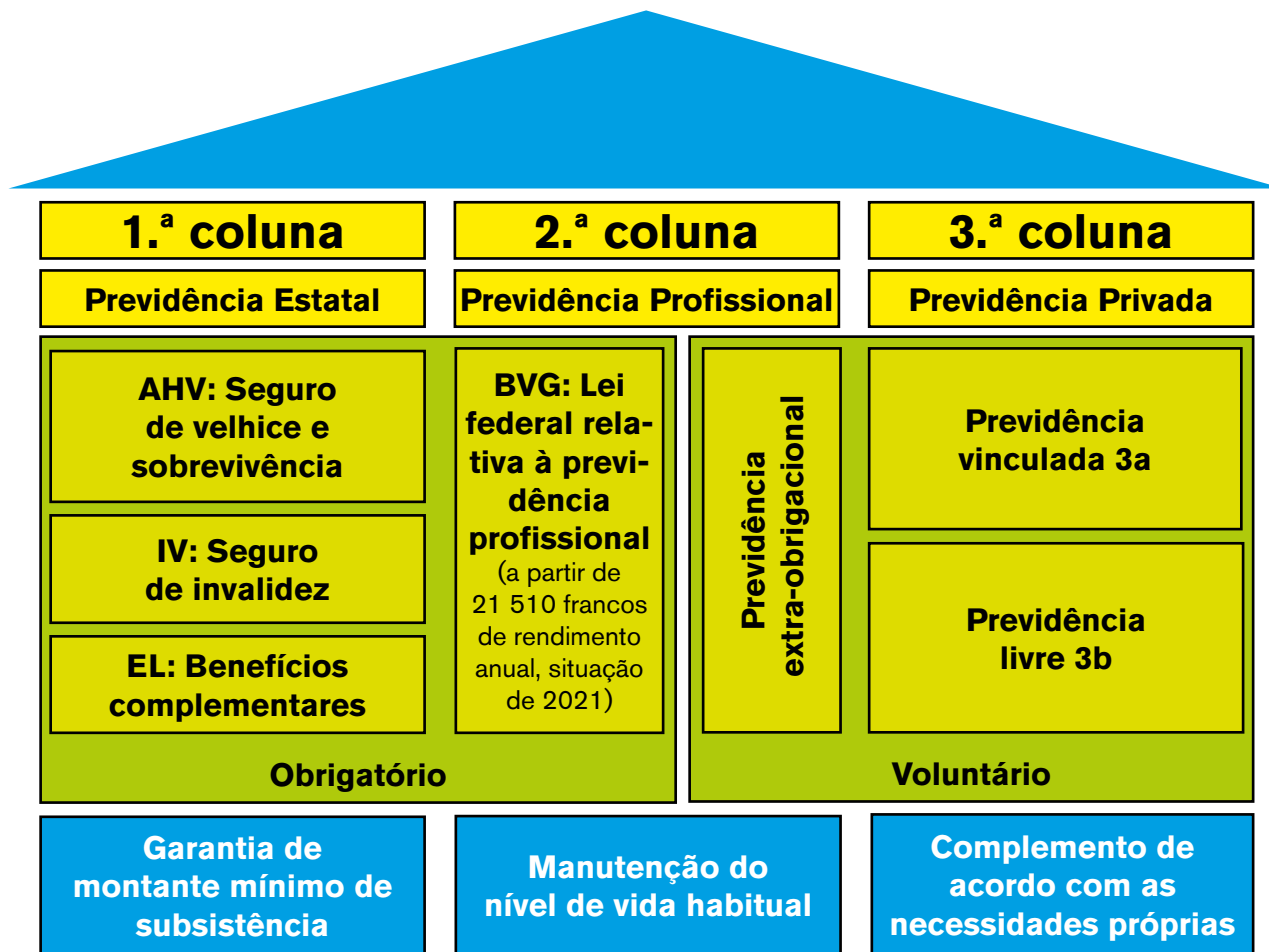
À 1.<sup>a</sup> coluna e sendo, deste modo, da responsabilidade do Estado, pertencem o Seguro de Velhice e Sobrevivência (AHV), o Seguro de Invalidez (IV), bem como a Indemnização por Perda de Salário (EO). Por princípio, todas as pessoas residentes na Suíça fazem parte do AHV, independentemente da nacionalidade e profissão. Os homens atingem a idade da reforma aos 65 anos e as mulheres aos 64 anos (situação de 2021). É possível optar pela reforma antecipada. Neste caso, a reforma é reduzida da forma correspondente.

## **Previdência: 2.<sup>a</sup> coluna**

À 2.<sup>a</sup> coluna e sendo, deste modo, da responsabilidade do empregador, pertence a previdência profissional (BVG), na linguagem comum também designada por "Caixa de Pensões". A partir de um rendimento anual de 21 510 francos (situação de 2021), as contribuições são descontadas do salário. Também à 2.<sup>a</sup> coluna pertencem o Seguro de Subsídio Diário por Doença e o Seguro de Acidentes de Trabalho. Cada trabalhador deve ser inscrito pelo empregador num seguro de acidentes. No caso de uma atividade laboral de oito horas por semana e mais estão segurados também acidentes fora do trabalho. Caso contrário, é necessário um seguro de acidentes privado (► capítulo Saúde).

## **Previdência: 3.<sup>a</sup> coluna**

Em oposição à 1.<sup>a</sup> e 2.<sup>a</sup> coluna, a 3.<sup>a</sup> coluna é voluntária e é constituída pelas poupanças privadas. A previdência 3a é uma previdência a longo prazo, na qual o capital permanece vinculado para a previdência privada na velhice. Os pagamentos de pensão antecipados só são possíveis sob determinadas condições, em contrapartida é possível poupar impostos com o depósito até um determinado montante. A previdência 3b está livre de exigências do Estado relativamente a depósitos, disponibilidade e altura do pagamento.



## Seguro de doença e acidentes

- ▶ [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)
- ▶ [www.gesundheit.tg.ch](http://www.gesundheit.tg.ch)

## Médicas e médicos

- ▶ [www.aerzte-tg.ch](http://www.aerzte-tg.ch)

No caso da chegada do estrangeiro tem de realizar este seguro dentro do prazo de três meses. Mudou-se de outro cantão, deve apresentar um comprovativo do seguro junto da sua comuna no prazo de 30 dias.

O seguro de doença obrigatório concede benefícios em caso de doença, maternidade e acidente. Exerce uma atividade remunerada, então normalmente possui um seguro contra acidentes da empresa. Neste caso tenha atenção para não estar duplamente segurado contra acidentes.

O seguro de doença obrigatório cobre os tratamentos médicos, alguns medicamentos e o internamento nos serviços gerais nos hospitais do cantão onde reside. Adicionalmente a este seguro obrigatório, cada pessoa pode realizar seguros complementares, que cobrem outros benefícios, como por exemplo o internamento em serviços privados dos hospitais.

O Estado concede a pessoas, casais e famílias titulares de seguros, que vivam em condições económicas modestas, descontos nos prémios.

Antes de realizar um seguro, aconselhe-se e compare as ofertas de várias seguradoras.

Aconselhamos vivamente a escolha de uma médica ou de um médico de família o mais depressa possível. Em caso de necessidade, pode dirigir-se à sua médica ou ao seu médico de família para que o aconselhe em questões de saúde, o trate e quando necessário o mande para uma ou um especialista.



## Promoção da saúde e prevenção

► [25–27]

- [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)
- [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
- [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)

A Perspektive ►[25] da Turgóvia está empenhada na Promoção da Saúde e Prevenção. A sua oferta engloba aconselhamento parental, conjugal, familiar e de jovens, bem como aconselhamento em caso de dependência. Também em questões sobre saúde sexual e doenças sexualmente transmissíveis, sobretudo HIV e Sida, pode dirigir-se à Perspektive da Turgóvia.

A Perspektive da Turgóvia coordena "FemmesTische". Estas mesas redondas reúnem na maioria mulheres com uma história de migração, que debatem num ambiente privado ou institucional questões relacionadas com a educação, o quotidiano e a saúde. As participantes recebem ainda informações sobre a cultura local, os cursos de língua, as creches, o sistema de ensino suíço e o sistema de seguros, bem como os diferentes Centros de Aconselhamento.

Se está a atravessar uma situação da vida difícil e gostaria de falar com outra pessoa que possui experiências semelhantes, pode juntar-se a um grupo de autoajuda. A autoajuda da Turgóvia ►[26] informa-o sobre os grupos de autoajuda existentes.



## Emergências médicas

- ▶ Todas as regiões também podem ser contactadas pelo número 144.
- ▶ [www.stgag.ch](http://www.stgag.ch)

Se em caso de emergência não conseguir contactar a sua médica ou o seu médico de família, pode entrar em contacto com a médica ou o médico de serviço da sua área de residência ou um dos hospitais do cantão.

Em casos críticos ligue para o número 144.

Médicos de serviço	Número de telefone
Região da Turgóvia Ocidental	052 723 77 77
Região de Thurtal-Untersee	144
Região de Kreuzlingen	0900 000 199
Região de Amriswil-Obersee	0900 000 327
Região de Arbon	0900 575 420
Região de Romanshorn	0900 575 460
Região de Bischofszell	0900 575 422
Região de Rickenbach/Wilen/Busswil/Wil SG/ Schwarzenbach SG	0900 56 85 56

Thurgau AG	Número de telefone
Hospital Cantonal de Frauenfeld	052 723 77 77
Hospital Cantonal de Münsterlingen	071 686 11 11
Clínica St. Katharinental	052 631 60 60
Serviços Psiquiátricos da Turgóvia	071 686 41 41
Centro de Esclarecimento e Internamento Psiquiátrico	0848 41 41 41

## Cuidados dentários

- ▶ [www.zahnaerzete-thurgau.ch](http://www.zahnaerzete-thurgau.ch)

## Pessoas idosas e pessoas com deficiência

- ▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
- ▶ [15], [28–32]

Os tratamentos dentários gerais, como por exemplo de caries e parodontose, ou correções dentárias (aparelhos dentários) não são suportados pelo seguro de doença básico. Pode realizar um seguro para cuidados dentários, antes da ocorrência de possíveis problemas.

Pode obter informações sobre a assistência ou o acolhimento de pessoas idosas junto das seguintes organizações:

- ▶ [28] Associação Spitex da Turgóvia
- ▶ [29] Pro Senectute da Turgóvia
- ▶ [30] Cruz Vermelha Suíça da Turgóvia

Pessoas com uma deficiência física ou psíquica, bem como as suas pessoas de contacto recebem apoio e aconselhamento junto da Companhia de Seguros de Invalidez do Cantão, na Pro Infirmis ▶[31] ou – no caso de crianças – no Centro de Educação Precoce ▶[32] do ponto de vista da Pedagogia Curativa.



## Casamento e reagrupamento familiar

► [33]

► [www.migrationsamt.tg.ch](http://www.migrationsamt.tg.ch)

## Unões civis registadas

► [33], [34]

► [www.zivilstandsamt.tg.ch](http://www.zivilstandsamt.tg.ch)

► [www.binational.ch](http://www.binational.ch)

Quem pretender casar na Suíça deve ter no mínimo 18 anos de idade. Só são reconhecidos os casamentos contraídos num registo civil. A Conservatória do Registo Comercial e Civil ►[33] ou a Conservatória do Registo Civil do seu distrito informam-no sobre as condições a preencher e sobre os documentos necessários.

Se planear a entrada no país do seu futuro cônjuge ou de um membro da família, é estritamente necessário apresentar um requerimento de reagrupamento familiar junto do Registo de Moradores da sua área de residência. Para a atribuição da autorização de residência, é competente a Autoridade de Migração ►[1] Na página de internet da Autoridade de Migração encontrará os formulários para o requerimento e as listas dos documentos a entregar.

Casais do mesmo sexo têm a possibilidade de requerer o reconhecimento da sua relação, registando a sua união. O registo civil do distrito, no qual uma das companheiras ou um dos companheiros vive, dá informação sobre os passos a dar.



## Casamento forçado

► [19], [35]

## Planeamento familiar e informação sexual

► [19], [25]

Ninguém tem o direito de obrigar uma mulher ou um homem a casar contra a sua livre vontade. Um casamento forçado é uma infração penal. Ele é uma interferência grave na liberdade pessoal. Ele viola os direitos humanos básicos que são defendidos pela constituição federal e a constituição da Turgóvia.

Para o esclarecimento de questões relacionadas com o planeamento familiar, a gravidez (por exemplo exames pré-natais) ou sobre a vida sexual, poderá dirigir-se ao Centro de Aconselhamento para Planeamento familiar, Gravidez e Sexualidade ►[19] da Fundação Benefo. Para questões relacionadas com a saúde sexual, também estão à disposição as médicas e médicos de família, bem como a Perspektive ►[25] da Turgóvia.

Com as entidades mencionadas poderá falar sobre temas como contraceção, sexualidade, orientação sexual, gravidez, interrupção da gravidez, doenças sexualmente transmissíveis, abuso sexual, vida sentimental e relações. Estas consultas são gratuitas para os respetivos beneficiários dos seguros e são absolutamente confidenciais.

A mortalidade infantil na Suíça é extremamente baixa. Os exames pré-natais gratuitos a partir da 13.<sup>a</sup> semana de gravidez e durante a restante gravidez, os cursos para a preparação para o parto e o aconselhamento sobre o aleitamento são uma boa contribuição para este resultado. Complicações até ao final da 12.<sup>a</sup> semana de gravidez são faturadas como doença e estão sujeitas à obrigatoriedade de comparticipação nos custos (retenção e franquia) O aconselhamento maternal e paternal, bem como o aconselhamento relativamente a crianças pequenas, que são oferecidos pela Perspektive ►[25] e a conex familia, estão à disposição como ofertas gratuitas importantes.

- 
- [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
  - [www.conexfamilia.ch](http://www.conexfamilia.ch)
  - [www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch](http://www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch)

## Gravidez e nascimento

- ▶ [19]
- ▶ [www.tageo.ch](http://www.tageo.ch)
- ▶ [www.femmetistische.ch](http://www.femmetistische.ch)
- ▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

## Licença e subsídio de maternidade

- ▶ [www.bsv.admin.ch](http://www.bsv.admin.ch)
- ▶ [15]

- 
- ▶ [www.perspektive-tg.ch/muetter-und-vaeterberatung](http://www.perspektive-tg.ch/muetter-und-vaeterberatung)

Todos os nascimentos devem ser comunicados ao registo civil competente. Se a criança nascer num hospital, o hospital comunica o nascimento ao registo civil. No caso de a criança nascer em casa, os pais devem tratar do registo. O pedido da autorização de residência ao cuidado da Autoridade de Migração é entregue pelo Registo de Moradores da sua área de residência sem a sua interferência.

O recém-nascido possui automaticamente um seguro de doença durante três meses. A partir dessa altura, os pais devem realizar um seguro de doença em nome da criança

Após o parto, as mulheres trabalhadoras têm o direito a uma licença de maternidade paga de no mínimo 14 semanas. Durante este período recebem 80 % do seu vencimento. Para este fim, é necessário terem pago contribuições para a segurança social nos nove meses antes do nascimento e terem trabalhado no mínimo cinco meses. Os períodos de seguro obtidos num Estado da UE ou EFTA são igualmente tidos em consideração. Os pais trabalhadores têm direito a uma licença de paternidade de duas semanas desde 1 de



janeiro de 2021. O Fundo de Compensação ►[15] do Cantão da Turgóvia informa-o melhor sobre o assunto.

## Abono de família

► [15]

Se tiver filhos, que vivam no Cantão da Turgóvia, tem direito a abono de família. Para os filhos até aos 16 anos de idade completados, o abono é de 200 francos por mês e filho. Depois desta idade, existe em vez do abono de família um subsídio de formação (mais elevado) por mês e filho até à conclusão da formação do seu filho, no máximo até 25 anos de idade. Este direito existe em determinadas circunstâncias já a partir dos 15 anos de idade. Geralmente, o empregador transfere os abonos de família juntamente com o salário. Sob determinadas circunstâncias, os pais que não trabalham também podem receber o abono de família ou o subsídio de formação.

O Fundo de Compensação ►[15] do Cantão da Turgóvia informa-o sobre o assunto.

## Direitos das crianças e dos jovens

► [19], [35]

► [www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)

Tal como os adultos, as crianças e os jovens também têm direitos básicos. Eles têm direito sobretudo a proteção contra maus-tratos, violência, abuso sexual e exploração através de trabalho, bem como um direito a formação e a um estilo de vida condigno (alojamento, vestuário, alimentação). Os pais não podem bater nas crianças nem nos jovens e estes também não podem bater em ninguém. As crianças e os jovens têm um direito a integridade física e a proteção contra lesões corporais.

Os cortes dos genitais femininos são proibidos e são punidos legalmente de forma severa, mesmo que tenham sido realizados no âmbito familiar ou em estadias no estrangeiro.

## Problemas conjugais e familiares

- ▶ [www.paarberatungen-tg.ch](http://www.paarberatungen-tg.ch)

## Violência doméstica

- ▶ [19], [35–37]

Pessoas que tenham problemas com os seus filhos ou na relação conjugal encontram apoio junto dos Centros de Aconselhamento Familiar e Conjugal. No caso de uma separação ou divórcio, o progenitor que não cuida das crianças deve pagar uma pensão de alimentos mensalmente para as crianças e eventualmente também para o outro progenitor. Informações sobre a pensão de alimentos:

- ▶ [www.sozialamt.tg.ch](http://www.sozialamt.tg.ch) > Sozialhilfe > Alimentenhilfe

Quando pessoas dentro de uma relação conjugal, de uma união de facto ou numa relação familiar existente ou terminada exercem ou ameaçam violência física (pancada), psíquica (ameaças), sexual (coação, violação) ou económica (recusa de dinheiro), fala-se em violência doméstica. Este comportamento pode ser legalmente punido, mesmo que a vítima não apresente queixa. A autora ou o autor deve contar com penas severas. Qualquer vítima pode solicitar aconselhamento ou apoio grátis junto de um Centro de Apoio à Vítima de acordo com lei de apoio à vítima. O pessoal destas instituições garante a máxima confidencialidade.

- ▶ [19] Fundação Benefo, Centro Especializado em Apoio à Vítima da Turgóvia
- ▶ [35] Centro de Aconselhamento para Mulheres Vítimas de Violência da Turgóvia
- ▶ [36] Centro Especializado sobre Violência Doméstica, Polícia Cantonal da Turgóvia
- ▶ Polícia (telefone) para casos de emergência e ajuda no local: 117

Para pessoas que exercem violência ou possuem uma tendência para isso, existem igualmente centros de aconselhamento. O pessoal garante a máxima confidencialidade.

- ▶ [37] Konflikt.Gewalt – Aconselhamento sobre Violência para Homens, Mulheres e Jovens
- ▶ Linha direta (telefone) vinte quatro horas por dia para pessoas que exercem violência: 078 778 77 80



## Ensino básico

► [www.dek.tg.ch](http://www.dek.tg.ch)

## Brochura: "Possibilidades de Formação no Cantão da Turgóvia"

► [www.dek.tg.ch](http://www.dek.tg.ch) > Publikationen und Downloads > Bildung

## Responsabilidade parental

► [www.tageo.ch](http://www.tageo.ch)

A frequência do ensino básico é obrigatória para as crianças que tenham completado os quatro anos de idade até ao início do ano letivo no verão. A escolaridade obrigatória (incl. jardim de infância) dura onze anos e é válida também para crianças e jovens sem um estatuto de residência regular. O ensino básico é gratuito. Responsável pelo ensino no Cantão da Turgóvia é o Departamento para Educação e Cultura (DEK).

A brochura "Possibilidades de Formação no Cantão da Turgóvia" explica o sistema de ensino no Cantão da Turgóvia desde o início da escola até ao ensino superior e está disponível em diferentes línguas. Ela contém informações importantes sobre o ensino básico, o sistema de formação profissional e as escolas secundárias. Inclui ainda moradas dos Centros de Aconselhamento e Consulta.

Os pais são responsáveis pela educação e formação dos seus filhos. Ofereça ao seu filho a partir do nascimento um ambiente seguro e estimulante! Movimento, contactos sociais com crianças da mesma idade e com crianças que falam a língua local são muito importantes para o desenvolvimento do seu filho. A formação parental ajuda-o a dominar a tarefa exigente da educação. Os pais também podem contribuir muito para o bom desenvolvimento escolar dos seus filhos: empenhe-se numa boa colaboração com a escola e certifique-se de que as crianças chegam pontualmente às aulas, tendo dormido o número de horas necessário e levando uma merenda adequada. Se for convidado pela escola para uma conversa ou uma reunião de pais, a participação é obrigatória

## **Assistência familiar e acolhimento de crianças extraescolar**

▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

## **Crianças de origem estrangeira**

▶ [12], [40], [2–8]

---

## **Fala comigo e escuta-me**

▶ Brochuras em várias línguas em [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)

## **65 Curtas-metragens sobre aprendizagem precoce no quotidiano:**

▶ [www.kinder-4.ch](http://www.kinder-4.ch)

## **Cursos em língua e cultura do país de origem**

▶ [www.hsk-tg.ch](http://www.hsk-tg.ch)

No Cantão da Turgóvia, existem diversas ofertas de acolhimento de crianças, cujos pais nem sempre os podem assistir, porque por exemplo trabalham. Consoante a idade das crianças e a necessidade de acolhimento (manhã, tarde, após a escola) existem diversas possibilidades. Determinadas ofertas fomentam especificamente competências sociais, linguísticas e motoras. A sua comuna prestar-lhe-á com prazer informações sobre as ofertas na sua região.

No que diz respeito à frequência da escola, é importante que o seu filho compreenda a língua alemã e seja capaz de se fazer entender em alemão. Bons conhecimentos de alemão são uma condição essencial para uma frequência bem-sucedida da escola. Uma boa possibilidade de aprender alemão já antes da escola é a frequência de um grupo de atividades, uma creche (KITA) ou uma família diurna.

A sua língua materna também contribui para que o seu filho possa aprender alemão: ofereça-lhe estímulos linguísticos variados a partir do nascimento. Fale com o seu filho e escute-o, conte-lhe histórias ou rimas e cante canções com ele! Além disso, o seu filho pode frequentar cursos de língua e cultura do país de origem (HSK), que são organizados pelo consulado do seu país ou por membros da sua comunidade. Nestas aulas, o seu filho alarga a sua competência linguística na língua materna e adquire conhecimentos da sua cultura de origem. Na Biblioteca das Culturas ▶ [12], podem ser requisitados livros para crianças e jovens em várias línguas.

As comunas ou ▶ [2–8] os Centros de Competências e os Centros Especializados em Integração ajudam-no a encontrar um curso adequado.

### Jardim de infância (a partir dos 4 anos de idade completados)

► [38]

O jardim de infância é o primeiro nível de ensino e dura dois anos. As crianças adquirem as competências necessárias para a frequência da escola primária de forma lúdica. Ao mesmo tempo são estimuladas as competências sociais. No jardim de infância, o seu filho aprende a fazer contactos e a expressar-se na língua local.

### Escola primária (a partir dos 6 anos)

► [38]

A escola primária dura seis anos. Ela transmite competências e conhecimentos básicos, estimula as capacidades espirituais, musicais e físicas de cada uma das crianças e educa-as a ter uma atuação responsável e independente na sociedade. As alunas e os alunos desenvolvem competências para se informarem e aprenderem de forma cada vez mais autónoma.

### Ensino secundário I (a partir dos 12 anos)

► [38]

O ensino secundário dura três anos. Neste nível, os conteúdos de aprendizagem da escola primária são aprofundados e alargados. Os jovens desenvolvem bases sólidas para a sua carreira escolar ou profissional. As aulas são disponibilizadas em vários níveis diferentes.



## Aconselhamento profissional e académico

▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)

▶ [39]

## Apoio à candidatura BIZplus

▶ [www.bizplus.tg.ch](http://www.bizplus.tg.ch)

## Cursos preparatórios

▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)

> Brückenangebote

▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ

---

▶ [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)

> Informationen in  
anderen Sprachen

No ensino secundário I, os jovens debatem os seus objetivos profissionais e de formação, bem como as respetivas condições necessárias e possibilidades. O aconselhamento profissional e académico apoia-os neste processo. Em caso de necessidade, é possível apoio profissional adicional.

O Centro de Informação Profissional BIZplus oferece em Frauenfeld e Kreuzlingen uma vez por semana aconselhamento gratuito para todos os habitantes da Turgóvia. Os especialistas do BIZplus ajudam-no a preparar os documentos de candidatura e aconselham-no com prazer em questões relacionadas com a procura de emprego, formação e formação contínua e possibilidades de carreira.

Os jovens sem uma solução de formação, após o ensino secundário I, podem frequentar um curso preparatório durante um ano organizado pelo cantão. Durante este tempo, eles são apoiados especificamente no processo de escolha profissional. Eles podem complementar e alargar os seus conhecimentos escolares básicos, bem como recolher experiência prática numa empresa. A oferta cantonal diferencia entre cursos preparatórios com um foco escolar (tipo A) e cursos preparatórios com uma orientação prática (tipo P).



## Cursos de integração

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Integrationskurse
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ

## Curso de formação básica

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Niederschwelliges Ausbildungsangebot
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Niederschwellige Integrationsausbildung

Nos cursos de integração a nível cantonal, o foco está na aprendizagem da língua alemã e da cultura geral. Estes cursos estão abertos a jovens e adultos entre os doze e 34 anos. Eles desenvolvem as condições necessárias para o ensino secundário, uma formação profissional básica (EBA ou EFZ) ou uma escola superior. São disponibilizados quatro cursos conjugados entre si. O nível de alemão é decisivo para a seleção do curso e a passagem para o nível seguinte do curso de integração.

Jovens motivados que não possuam as condições necessárias para uma formação básica profissional (EBA/EFZ), podem frequentar após a conclusão da escolaridade obrigatória o curso de formação básica. A formação dura dois anos e compreende para além de atividade prática numa empresa também aulas numa escola profissional. Entre o jovem e a empresa formadora é celebrado um contrato de formação que entre outras coisas rege a remuneração da atividade prática.

O curso de formação básica pode ser frequentado por migrantes de língua estrangeira a partir dos 18 anos.



**Concluída a escolaridade obrigatória, os jovens decidem-se por uma formação básica profissional ou por uma escola secundária.**

## **Formação básica profissional (a partir dos 15 anos)**

- ▶ [39]
- ▶ [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)  
> Lehrstellensuche

Aproximadamente três quartos dos jovens concluem uma formação básica profissional (aprendizagem). Durante a formação, eles adquirem as competências necessárias para a profissão numa empresa formadora e frequentam num ou dois dias por semana uma escola profissional. Os jovens recebem da empresa formadora um contrato de formação para a duração da formação e são pagos pelo trabalho efetuado. Uma formação básica profissional dura entre dois a quatro anos e é concluída com um Certificado Federal (EBA) ou com uma Carteira Profissional Federal (EFZ). Estes diplomas são reconhecidos em toda a Suíça.

## **Maturidade profissional**

- ▶ [39]

A maturidade profissional (BM) completa a formação básica profissional EFZ com uma formação geral mais alargada. Ela pode ser adquirida durante a aprendizagem (BM1) ou depois de uma formação básica profissional EFZ (BM2). A maturidade profissional permite o acesso a um curso num instituto superior especializado ou confere uma preparação para tarefas exigentes na economia e sociedade.

Além disso, com a aprovação num exame complementar, é possível iniciar um curso numa universidade ou instituto superior técnico federal (ETH). Um curso propedêutico de um ano numa Maturitätsschule (escola de nível médio) da Turgóvia e Schaffhausen prepara-o para este exame.

## **Ensino médio (a partir dos 15 anos)**

- ▶ [41]

Após a escolaridade obrigatória, as alunas e os alunos podem frequentar uma escola média especializada ou de informática ou um liceu. Consoante o tipo de escola, estas escolas de horário completo possibilitam quer um acesso direto à vida profissional quer o acesso aos institutos superiores

- ▶ [www.amh.tg.ch](http://www.amh.tg.ch)  
 > Mittelschulen

### Escola de nível médio para adultos da Turgóvia e Schaffhausen

- ▶ [43]

especializados, aos institutos superiores universitários, aos institutos superiores técnicos federais (ETH) ou aos institutos superiores pedagógicos.

Tipo de escola	Duração	Diploma
Escola Secundária Especializada	3 anos	Certificado da Escola Secundária Especializada
	4 anos	Maturidade Especializada
Escola Média de Informática	4 anos	Técnico(a) de Informática EFZ com Maturidade Profissional
Liceu	4 anos	Certificado de Maturidade Liceal

Os adultos trabalhadores, que reúnam as condições necessárias, podem concluir posteriormente a maturidade paralelamente ao seu trabalho na Maturitätsschule (escola de nível médio) para adultos da Turgóvia e Schaffhausen (TSME). Para as alunas e os alunos que tenham concluído a escola de nível médio profissional ou especializada é possível concluir um Passerellenkurs (curso propedêutico). O curso propedêutico com duração de um ano é um curso de preparação para o exame complementar reconhecido em toda a Suíça que permite o acesso a todos os institutos superiores universitários suíços.



## Formação profissional superior

- ▶ [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
> Bildungszentren

## Institutos superiores

- ▶ [41]
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > Berufs- und Studienberatung

- ▶ [www.ecus-edu.ch](http://www.ecus-edu.ch)

A formação profissional superior confere qualificações que são necessárias para o desempenho de atividades exigentes e de responsabilidade. Ela permite, após a obtenção de um Certificado Federal de Aptidão Profissional (EFZ) ou um certificado equivalente do ensino secundário II, uma especialização e um aprofundamento das competências profissionais e pode conferir qualificações na área da Gestão Empresarial. A formação profissional superior engloba os exames federais (Exame Profissional BP e Exame Especializado Superior HFP) e os programas de ensino das escolas superiores especializadas (HF).

A Suíça possui diferentes tipos de institutos superiores: os institutos superiores universitários, os institutos superiores especializados e os institutos superiores pedagógicos. O sistema de ensino suíço é caracterizado por uma elevada permeabilidade: deste modo, existem diferentes caminhos de acesso a um curso superior. Jovens que tenham uma maturidade profissional ou uma maturidade especializada podem entrar para um instituto superior especializado. Por meio de um exame propedêutico, pessoas com uma maturidade profissional ou maturidade especializada podem, além disso, iniciar um curso numa universidade ou instituto superior técnico (ETH).

Os jovens que tenham concluído o liceu com uma maturidade reconhecida na suíça, podem frequentar as universidades, os institutos superiores técnicos federais (ETH), os institutos superiores pedagógicos ou – após um estágio de um ano – os institutos superiores especializados. Uma pessoa que venha do estrangeiro não é automaticamente admitida, mesmo que tenha tido acesso a um instituto superior no seu país de origem. Em caso de necessidade, podem ser absolvidos exames complementares para o curso superior na Suíça.



## Propinas do ensino profissional e superior

- ▶ [www.stipendien.tg.ch](http://www.stipendien.tg.ch)
- ▶ [42]

## Reconhecimento de diplomas e créditos estrangeiros

- ▶ [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- ▶ [44]
- ▶ [www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz](http://www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz)

## Formação contínua para adultos

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
> Bildungszentren
- ▶ [www.weiterbildung.ch](http://www.weiterbildung.ch)
- ▶ [www.ausbildung-weiterbildung.ch](http://www.ausbildung-weiterbildung.ch)

Sob determinadas condições, são concedidas bolsas de estudo ou empréstimos para a formação ou o curso superior. Sobre este assunto, poderá obter informações junto do ▶[42] Serviço de Propinas da Direção do Ensino Médio e Institutos Superiores.

O reconhecimento de diplomas obtidos no estrangeiro, no caso de qualificações profissionais, é da competência do Secretaria de Estado para a Educação, Investigação e Inovação (BBT). Para a admissão ao ensino superior é responsável o respetivo instituto superior.

Possivelmente possui experiência profissional superior a cinco anos. Neste caso, pode requerer, sob determinadas condições, que a sua experiência seja reconhecida na Suíça e obter um Certificado Profissional reconhecido na Suíça. O Centro Especializado no Certificado Profissional para Adultos (BAE) ▶[44] informá-lo-á sobre este assunto.

O Centro Especializado HEKS MosaiQ da Suíça Oriental presta aconselhamento e acompanhamento para migrantes detentores de uma boa formação (por exemplo nas áreas de reconhecimento de diplomas, formação de compensação).

Na Suíça muitos adultos frequentam cursos de formação contínua para melhorar os seus conhecimentos profissionais relevantes ou para obterem novos conhecimentos. Estas formações são financiadas por vezes pelo empregador. Uma pessoa que continua a sua formação ao longo de toda a sua carreira tem melhores perspetivas de encontrar um emprego mais adequado às suas capacidades e de persistir na vida profissional a longo prazo. Informe-se junto da sua empresa ou num dos Centros de Formação da Turgóvia.

## Preservação da paisagem

Na qualidade de produtor de alimentos importante, o Cantão da Turgóvia contribui determinadamente para a subsistência alimentar da Suíça. A sua agricultura constitui com aproximadamente 8 000 trabalhadores uma parte importante da economia da Turgóvia. Uma paisagem multifacetada e ecologicamente valiosa deve ser estimulada e protegida. Os recursos hídricos, as florestas e a nossa natureza em geral devem ser utilizados cuidadosamente e as leis e proibições devem ser cumpridas. É por exemplo proibido andar por cima dos campos, danificar as árvores, assustar os animais ou deixar lixo na natureza.

## Respeitar o espaço público

Cada comuna possui regulamentos que dão informação sobre as regras de comportamento no espaço público. Ali pode ler-se que o lixo deve ser depositado nos caixotes do lixo, que é proibido fazer barulho desnecessário ou que medidas devem ser tomadas para que os animais domésticos não perturbem. Pode solicitar uma cópia do regulamento junto do Registo de Moradores.

## Recolha de resíduos

Na Suíça, são recolhidos, entre outros, 95 % do vidro (350 000 toneladas por ano), 90 % do alumínio (13 000 toneladas), 80 % das garrafas PET (40 000 toneladas) e 80 % do papel (1,2 milhões de toneladas) para reciclagem.

## Reciclagem de resíduos

Os resíduos são separados cuidadosamente nos agregados familiares em lixo para a incineração, materiais recicláveis para a reciclagem e resíduos especiais (produtos tóxicos). Todas as comunas possuem locais de recolha, como Centrais de Resíduos, Centros Regionais de Receção (RAZ) ou empresas privadas de eliminação, onde os resíduos separados podem ser entregues: vidro, papel, cartão, garrafas PET, plásticos diversos, metais como latas de alumínio e chapa, resíduos verdes, aparelhos elétricos, resíduos especiais, como pilhas, óleos e produtos tóxicos. Alguns resíduos como aparelhos elé-

## Resíduos não-recicláveis

► [45]

tricos, pilhas e PET também podem ser entregues nas lojas. Desta forma, quase metade dos resíduos recolhidos pode ser reciclada.

O lixo, ou seja, resíduos que não podem ser reciclados, é recolhido e incinerado numa instalação de incineração de resíduos de forma o mais ecológica possível. Na incineração do lixo, desenvolve-se calor e energia que podem ser aproveitados. É estritamente proibido deixar ou depositar quaisquer resíduos no espaço público, incinerá-los no fogão privado ou ao ar livre. Também é proibido eliminar resíduos líquidos ou sólidos na sanita.

Os calendários de eliminação de resíduos nas páginas da internet das associações KVA Thurgau e ZAB fornecem orientação sobre os dias de recolha do lixo na respetiva comuna. Ali pode informar-se também sobre onde pode receber os sacos para resíduos e quando pode levá-los para o local de recolha. O lixo deve ser obrigatoriamente recolhido nos sacos oficiais e sujeitos a uma taxa da KVA Thurgau ou da ZAB, porque no Cantão da Turgóvia a eliminação dos resíduos domésticos é paga com esta taxa. Para resíduos sólidos volumosos, podem ser obtidos selos fiscais.

---

### Aconselhamento sobre resíduos e calendário de resíduos em várias línguas, datas de recolhas especiais

► [www.kvatg.ch](http://www.kvatg.ch)

► [www.zab.ch](http://www.zab.ch)



## Cultura

- ▶ [46]
- ▶ [www.museen.tg.ch](http://www.museen.tg.ch)
- ▶ [www.thurgaukultur.ch](http://www.thurgaukultur.ch)

O Cantão da Turgóvia é caracterizado pelo seu panorama cultural diversificado e descentralizado. Os vestígios culturais são muito ricos no cantão: inúmeros castelos, palácios e ruínas, bem como conventos, igrejas e capelas e ainda património comercial e industrial antigo. Nos museus da Turgóvia com as suas coleções histórico-culturais encontrará testemunhos históricos de todo o tipo.

Na Turgóvia floresce ainda a arte contemporânea, por exemplo nos espaços e museus de arte em Kreuzlingen, Arbon, Frauenfeld ou na Cartuxa de Ittingen.

A cena musical é igualmente muito ativa na Turgóvia. Centros culturais como o Dreispitz, o Trösch e a Arena do Lago de Constança de Kreuzlingen, o Pentorama em Amriswil ou o Convento Fischingen disponibilizam espetáculos desde a música clássica ao musical. Os amigos do Jazz são atraídos pelo Festival Internacional de Jazz "Generations" em Frauenfeld. Naquele local realiza-se ainda o Openair Frauenfeld – o maior festival de Hip Hop na Europa.

Quem aprecia o teatro, vai por exemplo ao Theaterhaus Thurgau em Weinfelden, ao Theater an der Grenze em Kreuzlingen, ao Theaterwerkstatt Gleis 5



em Frauenfeld ou a um dos diversos teatros ao ar livre.

## Desporto

- ▶ [47]
- ▶ [www.vtstg.ch](http://www.vtstg.ch)

## Caminhar, andar de bicicleta, andar de skate

- ▶ [48]
- ▶ [www.thurgauerwanderwege.ch](http://www.thurgauerwanderwege.ch)
- ▶ [www.thurgaubodensee.ch](http://www.thurgaubodensee.ch)

O Cantão da Turgóvia possui aproximadamente 860 associações desportivas. Quer para crianças, jovens, adultos ou idosos: existe uma oferta abrangente de atividades desportivas. Poderá obter mais informações no Gabinete de Turismo da sua região, na sua comuna ou numa das seguintes moradas.

A caminhada é o desporto favorito da Suíça. Este desporto serve como relaxamento a velhos e novos e permite-lhes conhecer as diferentes regiões do país. No Cantão da Turgóvia, existem 1000 quilómetros de caminhos marcados que estão exclusivamente à disposição dos caminhantes.

Além disso, o Cantão da Turgóvia convida a conhecer as regiões mais maravilhosas de forma segura, com a bicicleta por meio de ciclovias marcadas, com um total de 900 quilómetros, por exemplo na ciclovía do Lago de Constança diretamente junto à margem do rio. O Cantão da Turgóvia oferece também as melhores condições para andar de skate em linha. Informe-se junto do Thurgau Tourismus (turismo da Turgóvia) sobre as diferentes possibilidades.



## Associações

- ▶ [www.thurgaukultur.ch](http://www.thurgaukultur.ch)
- ▶ [www.vtstg.ch](http://www.vtstg.ch)
- ▶ [www.tarjv.ch](http://www.tarjv.ch)

Três quartos da população suíça com mais de 15 anos são membros de uma associação ou de uma organização sem fins lucrativos. Das associações fazem parte pessoas que pretendem ter uma atividade em conjunto com outras e de caráter voluntário, para

- ▶ defender interesses comuns: desporto, cultura, tempos-livres, etc.
- ▶ manifestar uma preocupação: pais de alunas e alunos, migrantes, pessoas de idade, etc.
- ▶ empenhar-se em atividades sociais e económicas: sindicatos, associações profissionais, grupos de interesses, etc.

A Suíça é um país das Associações e Federações. Em todo o país existem dezenas de milhares, das quais na Turgóvia algumas centenas. As associações desempenham um papel central na vida diária do Cantão. Existem, por exemplo, associações desportivas e culturais, bem como associações de migrantes que têm uma atividade muito diversificada

Ser sócio de uma associação é um fator importante para a integração na vida local e o relacionamento com os outros habitantes da Turgóvia. As associações estão abertas a todas as pessoas interessadas. Consulte a página da internet da sua comuna ou dirija-se às associações locais da sua comuna para mais informações.

## Envolvimento sem fins lucrativos

- ▶ [18], [30], [49–51]
- ▶ [www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)
- ▶ [www.netzwerk-asyl-tg.ch](http://www.netzwerk-asyl-tg.ch)
- ▶ [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

Através do envolvimento sem fins lucrativos pode desenvolver a sua rede social e modelar diretamente o seu próprio contexto. Pode envolver-se a longo prazo através de organizações ou em determinados projetos. Trabalhos voluntários na Turgóvia são coordenados pela ▶[49] Benevol. Informe-se também junto da ▶[30] Cruz Vermelha Suíça, ▶[18] da Caritas ou da ▶[50] HEKS. Se pretender envolver-se para o benefício dos refugiados, contacte os Grupos de Apoio da Rede de Asilo da Turgóvia.

Uma visão geral das ofertas para a integração social na área da migração/ asilo pode ser encontrada na página da internet do ►[2] Centro Especializado em Integração do cantão.

## Religião

A constituição federal suíça e a constituição do Cantão da Turgóvia garantem a liberdade de expressão e de religião. Cada pessoa pode decidir livremente, se é crente e que religião pretende praticar. A liberdade de religião é desta forma um direito individual que cada pessoa pratica livremente de acordo com as suas convicções pessoais. As autoridades reconhecem o papel importante das igrejas e das comunidades religiosas na sociedade. Além do catolicismo e do protestantismo, o islamismo é a terceira maior comunidade religiosa do cantão. Existem ainda outros grupos confessionais. Todas estas comunidades partilham o desejo das autoridades de promover o diálogo entre as religiões e garantir a paz confessional.

- Igreja Católica da Turgóvia: [www.kath-tg.ch](http://www.kath-tg.ch)
- Igreja Evangélica da Turgóvia: [www.evang-tg.ch](http://www.evang-tg.ch)
- Confederação das Comunidades Islâmicas da Suíça Oriental: [www.digo.ch](http://www.digo.ch)
- Associação Municipal Suíça-israelita: [www.swissjews.ch](http://www.swissjews.ch)



## Democracia direta

Praticamente nenhuma outra democracia do mundo é mais participativa do que a Suíça. Os direitos políticos também designados por direitos do povo são abrangentes: direito de voto ativo e passivo, direito de iniciativa e de referendo. O povo com direito a voto pode assim propor uma alteração da constituição (direito de iniciativa) ou pode recusar uma lei elaborada pelo Parlamento (direito de referendo). Quando na Suíça se fala de "Soberano", faz-se referência às cidadãs e aos cidadãos.

Os direitos políticos são exercidos a três níveis: a nível federal, cantonal e comunal. O povo suíço é chamado às urnas várias vezes no ano; os cantões e as comunas realizam as suas eleições normalmente ao mesmo tempo da confederação. O Conselho Federal que forma o Governo Suíço é eleito pelo Parlamento. O Parlamento é eleito pelo povo e é composto por dois conselhos: o Conselho Nacional e a Câmara dos Representantes dos Cantões.

## Órgãos políticos

Os órgãos eleitos possuem com frequência o nome de "Conselho". A sua função é refletir, debater e apresentar propostas, as quais podem depois ser aceites ou recusadas pelo povo.

## Três níveis políticos

O povo da Turgóvia é solicitado a dar a sua opinião sobre assuntos dos três níveis políticos aproximadamente quatro vezes por ano:

- ▶ a nível da comuna (por exemplo sobre a construção de uma sala de teatro)
- ▶ a nível do cantão (por exemplo sobre a construção de uma estrada do cantão)
- ▶ a nível federal (por exemplo sobre a alteração da lei federal relativamente ao seguro de invalidez)

Todos os quatro anos são eleitos as(os) representantes para os parlamentos e governos a nível comunal, cantonal e federal, bem como as juízas e os juizes dos tribunais distritais.



Nível Político	Nível Parlamentar	Nível Governamental
Comunas da Turgóvia	Assembleia Comunal	Conselho Comunal
Cantão da Turgóvia	Grande Conselho	Conselho Governativo
Confederação Suíça	Conselho Nacional e Câmara dos Representantes dos Cantões	Conselho Federal

### Direitos políticos das pessoas estrangeiras

► [33]

Se não possuir a nacionalidade suíça, não possui direito de voto nem ativo nem passivo quer no Cantão da Turgóvia quer nas comunas da Turgóvia. Determinadas comunas permitem a participação de estrangeiras e estrangeiros na Assembleia Comunal com uma função consultiva. Uma exceção é a igreja católicas, na qual as pessoas de origem estrangeira podem solicitar o direito de voto. Nas comunidades escolares podem solicitar uma participação com função consultiva.



## Outras formas de participação política

► [51]

Além dos direitos políticos, existem inúmeras outras possibilidades de participar na vida pública e influenciar o futuro da sociedade. Uma pessoa, pode por exemplo ser ativa numa associação de bairro, numa associação local, numa organização profissional, num clube desportivo, numa comissão consultiva ou num partido político.

Um adulto ou menor estrangeiro possui, como as suíças e os suíços, o direito de petição. O direito de petição concede a qualquer uma e um a possibilidade de apresentar pedidos, sugestões, críticas ou reclamações às autoridades. Com este direito é possível influenciar as decisões dos órgãos oficiais.

## Naturalização

► [33]

No cantão, são naturalizadas entre 800 e 1 000 pessoas por ano e recebem, deste modo, possibilidade de participação política total: o direito de voto ativo e passivo ao nível comunal, cantonal e federal. 12 % da população suíça a partir dos 15 anos possui a dupla nacionalidade no Cantão da Turgóvia. A obtenção da cidadania suíça é uma decisão pessoal e expressão da vontade. A condição necessária é uma boa integração nas circunstâncias locais, cantonais e suíças. Na Turgóvia, um nível de alemão certificado de B2 oralmente e B1 por escrito é condição mínima para a naturalização. Uma lista com os organizadores de cursos de alemão e facilitadores de certificados reconhecidos pode ser encontrada em:

► [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

A sua comuna terá todo o prazer em informá-lo sobre as condições de uma naturalização.

As seguintes instituições estão à sua disposição para informação mais detalhada sobre os temas, cuja respetiva ►numeração está assinalada nos capítulos.

- ▶ [1] **Migrationsamt des Kantons Thurgau (Autoridade de Migração do Cantão da Turgóvia)**  
Langfeldstrasse 53a  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 67 67  
migrationsamt@tg.ch  
www.migrationsamt.tg.ch
- ▶ [2] **Fachstelle Integration des Kantons Thurgau (Centro Especializado em Integração do Cantão da Turgóvia)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 39 88  
integration.mia@tg.ch  
www.migrationsamt.tg.ch/integration
- ▶ [3] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Frauenfeld (Centro de Competências sobre Integração do Distrito de Frauenfeld)**  
Kasernenplatz 4  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 724 56 60  
agi@stadtfrauenfeld.ch  
www.agi.frauenfeld.ch
- ▶ [4] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Kreuzlingen (Centro de Competências sobre Integração do Distrito de Kreuzlingen)**  
Marktstrasse 4, 8280 Kreuzlingen  
Tel. 071 677 62 34  
zeljka.blank@kruzlingen.ch  
www.kreuzlingen.ch
- ▶ [5] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Weinfelden (Centro de Competências sobre Integração do Distrito de Weinfelden)**  
Pestalozzistrasse 14,  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 04 06,  
andrea.keller@koibw.ch  
www.koibw.ch
- ▶ [6] **Kompetenzzentrum Integration Oberthurgau (Centro de Competências sobre Integração da Turgóvia Superior)**  
Hauptstrasse 12  
9320 Arbon  
Tel. 071 454 77 56  
franziska.schoeni@oberthurgau.ch  
www.oberthurgau.ch
- ▶ [7] **Fachstelle Integration Romanshorn (Centro Especializado em Integração de Romanshorn)**  
Konsumhof 3, Postfach 36  
8590 Romanshorn  
Tel. 058 346 83 31  
marian.brenner@romanshorn.ch  
www.romanshorn.ch
- ▶ [8] **Fachstelle Integration Amriswil (Centro Especializado em Integração de Amriswil)**  
Arbonerstrasse 2  
8580 Amriswil  
Tel. 071 414 12 34  
integrationsstelle@amriswil.ch  
www.amriswil.ch
- ▶ [9] **Fachstelle Integration Arbon (Centro Especializado em Integração de Arbon)**  
Wallhallastrasse 2  
9320 Arbon  
Tel. 071 447 61 63  
lukas.feierabend@arbon.ch  
www.arbon.ch
- ▶ [10] **Klubschule Migros (Escola Associativa Migros)**  
Bahnhofplatz 70–72, Passage  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 712 44 50  
www.klubschule.ch
- ▶ [11] **ARGE Integration Ostschweiz (Integração ARGE Suíça Oriental)**  
Rorschacherstrasse 1, Postfach 61  
9004 St. Gallen  
Tel. 0848 28 33 90  
verdi@arge.ch  
www.arge.ch
- ▶ [12] **Bibliothek der Kulturen (Biblioteca das Culturas)**  
Promenenstrasse 12  
8510 Frauenfeld  
info@bibliothekderkulturen.ch  
www.bibliothekderkulturen.ch

- ▶ [13] **Mieterinnen- und Mieterverband Ostschweiz (*Associação de Inquilinas e Inquilinos da Suíça Oriental*)**  
 Webergasse 21  
 9000 St. Gallen  
 Tel. 071 222 50 29  
 ostschweiz@mieterverband.ch  
 www.mieterverband.ch/mv-os.html
- ▶ [14] **Strassenverkehrsamt des Kantons Thurgau (*Administração Rodoviária do Cantão da Turgóvia*)**  
 Moosweg 7a  
 8500 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 36 36,  
 www.stva.tg.ch
- ▶ [15] **Sozialversicherungszentrum Thurgau (SVZTG) (*Seguros Sociais da Turgóvia*)**  
 St. Gallerstrasse 11  
 8501 Frauenfeld  
 Tel. 058 225 75 75  
 info@svztg.ch  
 www.svztg.ch
- ▶ [16] **Amt für Wirtschaft und Arbeit des Kantons Thurgau (*Instituto para a Economia e o Trabalho do Cantão da Turgóvia*)**  
 Promenadenstrasse 8  
 8510 Frauenfeld  
 awa@tg.ch  
 www.awa.tg.ch
- ▶ [17] **Sozialamt des Kantons Thurgau (*Assistência Social do Cantão da Turgóvia*)**  
 Promenadenstrasse 16  
 8510 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 68 20  
 info.soa@tg.ch  
 www.sozialamt.tg.ch
- ▶ [18] **Caritas Thurgau (*Caritas da Turgóvia*)**  
 Franziskusweg 3  
 8570 Weinfelden  
 Tel. 071 626 11 81  
 thurgau@caritas.ch  
 www.caritas-thurgau.ch
- ▶ [19] **Benefo-Stiftung (*Fundação Benefo*)**  
 Zürcherstrasse 149  
 8500 Frauenfeld  
 Tel. 052 723 48 20  
 benefo@benefo.ch  
 www.benefo.ch
- ▶ [20] **Steuerverwaltung Thurgau (*Autoridade Tributária da Turgóvia*)**  
 Schlossmühlestrasse 15  
 8510 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 30 30  
 info.sv@tg.ch  
 www.steuerverwaltung.tg.ch
- ▶ [21] **Thurgauer Gewerkschaftsbund (TGGB) (*União dos Sindicatos da Turgóvia*)**  
 Hohenzornstrasse 4  
 8500 Frauenfeld  
 Tel: 052 720 50 15  
 info@tggb.ch, www.tggb.ch
- ▶ [22] **Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann (EGB) (*Gabinete Federal para a Igualdade entre as Mulheres e os Homens*)**  
 Schwarztorstrasse 51  
 3003 Bern  
 Tel. 058 462 68 43  
 ebg@ebg.admin.ch  
 www.ebg.admin.ch
- ▶ [23] **Eidgenössische Kommission gegen Rassismus (EKR) (*Comissão Federal contra o Racismo*)**  
 Inselgasse 1  
 3003 Bern  
 Tel. 058 464 12 93  
 ekr-cfr@gs-edi.admin.ch  
 www.ekr.admin.ch
- ▶ [24] **Arbeitsinspektorat des Kantons Thurgau (*Inspecção do Trabalho do Cantão da Turgóvia*)**  
 Bahnhofplatz 65  
 8510 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 56 30  
 arbeitsinspektorat@tg.ch  
 www.awa.tg.ch
- ▶ [25] **Perspektive Thurgau (*Centro de Aconselhamento Perspetiva da Turgóvia*)**  
 Schützenstrasse 15, Postfach 297  
 8570 Weinfelden  
 Tel. 071 626 02 02  
 info@perspektive-tg.ch  
 www.perspektive-tg.ch

- ▶ [26] **Selbsthilfe Thurgau (*Autoajuda da Turgóvia*)**  
Freiestrasse 10, Postfach 429  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 620 10 00  
info@selbsthilfe-tg.ch  
www.selbsthilfe-tg.ch
- ▶ [27] **Amt für Gesundheit des Kantons Thurgau (*Direção Geral de Saúde do Cantão da Turgóvia*)**  
Promenadenstrasse 16  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 68 40  
gesundheit@tg.ch  
www.gesundheit.tg.ch
- ▶ [28] **Spitex Verband Thurgau (*Associação Spitex da Turgóvia*)**  
Freiestrasse 6, 8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 81 31  
info@spitextg.ch  
www.spitextg.ch
- ▶ [29] **Pro Senectute Thurgau (*Centro de Aconselhamento Pro Senectute da Turgóvia*)**  
Rathausstrasse 17, Postfach 292  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 10 80  
info@tg.prosenectute.ch  
www.tg.prosenectute.ch
- ▶ [30] **Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Thurgau (*Cruz Vermelha Suíça do Cantão da Turgóvia*)**  
Rainweg 3, 8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 50 80  
geschaeftsstelle@srk-thurgau.ch  
www.srk-thurgau.ch
- ▶ [31] **Pro Infirmis Thurgau-Schaffhausen (*Centro de Aconselhamento Pro Infirmis da Turgóvia e Schaffhausen*)**  
Marktstrasse 8  
8501 Frauenfeld  
Tel. 058 775 22 35  
thurgau@proinfirmis.ch  
www.proinfirmis.ch
- ▶ [32] **Heilpädagogische Früh-erziehung Thurgau (*Centro de Educação Precoce do ponto de vista da Pedagogia Curativa*)**  
Thundorferstrasse 3  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 722 20 17  
info@hfe-tg.ch  
www.hfe-tg.ch
- ▶ [33] **Amt für Handelsregister und Zivilstandswesen des Kantons Thurgau (*Conservatória do Registo Comercial e Registo Civil do Cantão da Turgóvia*)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 70 70  
sekretariat.hz@tg.ch  
www.hz.tg.ch
- ▶ [34] **HOT Homosexuelle Organisation Thurgau (*Organização de Homossexuais Hot da Turgóvia*)**  
Wilerstrasse 3  
9545 Wängi  
info@hot-tg.ch, www.hot-tg.ch
- ▶ [35] **Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen Thurgau (*Centro de Aconselhamento para Mulheres Vítimas de Violência da Turgóvia*)**  
Oberstadtstrasse 7, Postfach 1002  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 720 39 90  
kontakt@frauenberatung-tg.ch  
www.frauenberatung-tg.ch
- ▶ [36] **Fachstelle Häusliche Gewalt (*Centro Especializado em Violência Doméstica*)**  
Kantonspolizei Thurgau  
Dunantstrasse 14  
8570 Weinfelden  
Tel. 052 728 24 50  
fachstellehg@kapo.tg.ch  
www.kapo.tg.ch
- ▶ [37] **Konflikt. Gewalt – Gewaltberatung für Männer, Frauen und Jugendliche (*Aconselhamento sobre Violência para Homens, Mulheres e Jovens*)**  
Gaswerkstrasse 15  
8750 Weinfelden  
Tel. 078 778 77 80  
kontakt@konflikt-gewalt.ch  
www.konflikt-gewalt.ch
- ▶ [38] **Amt für Volksschule des Kantons Thurgau (*Direção do Ensino Básico do Cantão da Turgóvia*)**  
Spannerstrasse 31  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 57 70  
info@av.tg.ch  
www.av.tg.ch

- ▶ [39] **Amt für Berufsbildung und Berufsberatung des Kantons Thurgau (*Direção do Ensino Profissional e Aconselhamento Profissional do Cantão da Turgóvia*)**  
Grabenstrasse 5, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 59 30  
abb@tg.ch, www.abb.tg.ch
- ▶ [40] **Kontaktstelle Heimatliche Sprache und Kultur (HSK) des Kantons Thurgau (*Gabinete de Contacto para a Língua e Cultura de Origem do Cantão da Turgóvia*)**  
Amt für Volksschule  
Spannerstrasse 31, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 14  
priska.reichmuth@tg.ch  
www.av.tg.ch
- ▶ [41] **Amt für Mittel- und Hochschulen des Kantons Thurgau (*Direção do Ensino Médio e Institutos Superiores do Cantão da Turgóvia*)**  
Grabenstrasse 11  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 30  
amh@tg.ch, www.amh.tg.ch
- ▶ [42] **Amt für Mittel- und Hochschulen des Kantons Thurgau- Abteilung Ausbildungsbeiträge (*Direção do Ensino Médio e Institutos Superiores do Cantão da Turgóvia-Serviço de Propinas*)**  
Grabenstrasse 11, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 38  
amh@tg.ch, www.stipendien.tg.ch
- ▶ [43] **Thurgauisch-Schaffhauserisch-Maturitätsschule für Erwachsene (*Escola de Nível Médio para Adultos da Turgóvia e Schaffhausen*)**  
Neuhauserstrasse 7  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 345 51 00  
administration@tsme.ch  
www.tsme.ch
- ▶ [44] **Fachstelle Berufsabschluss für Erwachsene (BAE) (*Centro Especializado no Certificado Profissional para Adultos*)**  
Amt für Berufsbildung und Berufsberatung  
Grabenstrasse 5  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 59 55  
bae@tg.ch, www.abb.tg.ch
- ▶ [45] **Amt für Umwelt des Kantons Thurgau (*Instituto do Ambiente do Cantão da Turgóvia*)**  
Verwaltungsgebäude  
Promenadenstrasse 8  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 51 51  
umwelt.afu@tg.ch  
www.umwelt.tg.ch
- ▶ [46] **Kulturamt Thurgau (*Secretaria da Cultura da Turgóvia*)**  
Grabenstrasse 11  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 73 73  
kulturamt@tg.ch  
www.kulturamt.tg.ch
- ▶ [47] **Sportamt Thurgau (*Secretaria do Desporto da Turgóvia*)**  
Zürcherstrasse 177  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 60 00  
sportamt@tg.ch  
www.sportamt.tg.ch
- ▶ [48] **Thurgau Tourismus (*Turismo da Turgóvia*)**  
Friedrichshafenerstrasse 55a  
8590 Romanshorn  
Tel. 071 531 01 31  
info@thurgau-bodensee.ch  
www.thurgau-bodensee.ch
- ▶ [49] **Benevol Thurgau (*Associação de Trabalho Voluntário Benevol da Turgóvia*)**  
Freiwilligenzentrum  
Freiestrasse 10  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 30 30  
info@benevol-thurgau.ch  
www.benevol-thurgau.ch
- ▶ [50] **HEKS -Hilfswerk der Evangelischen Kirchen Schweiz (*Organização de Assistência das Igrejas Evangélicas da Suíça*)**  
Regionalstelle Ostschweiz  
Weinfelderstrasse 11  
8580 Amriswil  
Tel. 071 410 16 84  
heks\_ostschweiz@heks.ch  
www.heks.ch

- ▶ [51] **Politische Parteien im Kanton Thurgau (*Partidos Políticos do Cantão da Turgóvia*)**
- ▶ Christlichdemokratische Volkspartei (CVP)  
-*Partido Popular Democrata-Cristão*  
[www.cvp-thurgau.ch](http://www.cvp-thurgau.ch)
  - ▶ Sozialdemokratische Partei (SP)  
-*Partido Social Democrata*  
[www.spthurgau.ch](http://www.spthurgau.ch)
  - ▶ Freisinnig-Demokratische Partei (FDP)  
-*Partido Liberal Democrata*  
[www.fdp-tg.ch](http://www.fdp-tg.ch)
  - ▶ Schweizerische Volkspartei (SVP)  
-*Partido Popular Suíço*  
[www.svp-thurgau.ch](http://www.svp-thurgau.ch)
  - ▶ Bürgerliche Demokratische Partei Schweiz (BDP)  
-*Partido Democrata Cívico da Suíça*  
[www.bdp.info/tg](http://www.bdp.info/tg)
  - ▶ Die Grünen -Os Verdes  
[www.gruene-tg.ch](http://www.gruene-tg.ch)
  - ▶ Grünliberale Partei (GLP)  
-*Partido Verde-liberal*  
[www.tg.grunliberale.ch](http://www.tg.grunliberale.ch)
  - ▶ Eidgenössisch-Demokratische Union (EDU)  
-*União Democrática-Federal*  
[www.edu-tg.ch](http://www.edu-tg.ch)
  - ▶ Evangelische Volkspartei (EVP)  
-*Partido Popular Evangélico*  
[www.evp-thurgau.ch](http://www.evp-thurgau.ch)

### **Editora e produção gráfica**

Autoridade de Migração da Turgóvia, Centro  
Especializado em Integração

### **Impressão**

Ströbele Kommunikation, Romanshorn

### **Imagens**

Chancelaria do Cantão da Turgóvia  
Turismo da Turgóvia  
Pixabay.com

# Números de emergência para a Suíça

## Número geral de emergência

(também com cartão SIM estrangeiro)..... 112

Polícia ..... 117

Bombeiros (incêndio, água, gás) ..... 118

Emergências médicas/ambulância .....144

## Dargebotene Hand (mão estendida)

(Emergências psíquicas) .....143

## Central de Informação Toxicológica

(Intoxicação).....145

## Número de emergência para crianças

e jovens: ..... 147

## Numa situação de emergência

- ▶ Mantenha a calma.
- ▶ Identifique os perigos.
- ▶ Garanta a sua segurança.
- ▶ Avise as forças de salvamento.
- ▶ Preste ajuda.