

LUZERN

KANTON
LUZERN

Guia do Can- tão de Lucer- na

Saúde Assuntos Sociais Trabalho



Bem-vindo ao cantão de Lucerna

O «Guia do Cantão de Lucerna. Saúde – Assuntos Sociais – Trabalho» informa-o a respeito das ofertas e centros de serviço social e de saúde cantonais e regionais, bem como relativamente aos temas de trabalho e seguros sociais. Pode consultar informações pormenorizadas nos respetivos sites da internet. Para informações ou aconselhamento dirija-se diretamente aos centros.

Reservado o direito de proceder a alterações dos serviços descritos, uma vez que as ofertas podem sofrer alterações. O guia não pretende fornecer uma abordagem integral da matéria.

Pode também encontrar outras informações relativas à prestação de cuidados médicos e válidas para toda a Suíça no «Guia da Saúde na Suíça».

O «Guia do Cantão de Lucerna. Saúde – Assuntos Sociais – Trabalho» tem uma ligação estreita com o «Guia da Saúde na Suíça». De preferência, deve possuir ambos os guias, para tirar partido das chamadas de atenção neste guia.

As ofertas neste guia consistem geralmente em ofertas de aconselhamento, que são prestadas pelos centros de aconselhamento social. Esclarecemos, de seguida, o conceito de aconselhamento.

Aconselhamento

Um aconselhamento é uma conversa voluntária com um especialista. Proporciona informações e apoio para dar resposta a questões, problemas ou tarefas.

Prefácio

Este guia contém informações e endereços importantes relativos à prestação de cuidados de saúde, ofertas de aconselhamento social, bem como relativamente à área do trabalho no cantão de Lucerna.

O guia informa os habitantes a que entidades se podem dirigir no caso de certas questões e problemas.

O guia deve sobretudo auxiliar também os recém-chegados a orientarem-se no cantão de Lucerna. Encontra-se, assim, também traduzido em vários idiomas. Para os funcionários das freguesias, especialistas, membros de associações e outros grupos de interessados, o guia deve servir de informação e para a transmissão de informações.

Nas várias freguesias do cantão de Lucerna há inúmeras outras ofertas nas áreas do desporto e cultura, bem como de atividades sociais, quer em associações quer externamente a estas. Se tiver interesse numa oferta de desporto ou fitness, se pretender empenhar-se a nível social ou cultural, informe-se na sua freguesia sobre as várias possibilidades nas suas redondezas.

Ruth Bachmann

Chefe Centro de Aconselhamento Social

Repartição de Assuntos Sociais e Sociedade do Cantão de Lucerna

Índice

1 Informações gerais

- Proteção de dados e dever de sigilo profissional 7
- Serviço de Interpretação da Suíça Central 8
- Custos das ofertas 8

2 Saúde

- Saúde física 11
- Saúde psíquica 14
- Comportamentos aditivos (álcool, drogas, etc.) 16

3 Assuntos sociais

- Serviços sociais da freguesia e centros de aconselhamento social (SoBZ) 19

Centros de aconselhamento social gerais

- FABIA 21
- Caritas Lucerna 21

Aconselhamento especializado, prevenção e promoção da saúde

- Prevenção e promoção da saúde 22
- Crianças e jovens 24
- Famílias 25
- Relações, sexualidade e aconselhamento sobre a vida 26
- Pessoas com deficiência 28
- Pessoas idosas 29
- Pessoas sem situação de residência regularizada («sem-papéis») 30

- Acidente e violência 30
- Finanças e dívidas 32
- Auxílio de emergência e socorro de vida 32
- Serviços sociais de instituições religiosas 32
- Endereços de entidades de apoio social 32


4 Trabalho

- Orientação profissional e aconselhamento na carreira 35
- Desemprego 35
- Entidades de arbitragem 36
- Consulta jurídica 36

5 Seguros sociais

- Filiais da AHV (seguro de velhice e sobrevivência) 39
- Entidade de mediação do seguro de saúde 40

Números de emergência Índice dos centros 43

Referência cruzada para o «Guia da Saúde na Suíça»
www.migesplus.ch › Wegweiser ›
Gesundheitswegweiser 

Informações gerais

Se não tiver a certeza que entidade é competente para as suas questões ou problemas, dirija-se ao Serviço Social (Sozialdienst) da sua freguesia. Aí obterá auxílio para encontrar a entidade certa. Pode obter mais informações no ponto «Serviços sociais da freguesia e centros de aconselhamento social (SoBZ)» na página 19.

Pode também dirigir-se ao FABIA, caso tenha dúvidas sobre qual é a entidade competente para as suas questões.

FABIA – Centro de Aconselhamento
e Integração de Estrangeiros
Tribtschenstrasse 78
6005 Luzern
041 360 07 22
info@fabialuzern.ch
www.fabialuzern.ch


Proteção de dados e dever de sigilo profissional

O pessoal dos centros e os intérpretes estão sujeitos ao dever de sigilo profissional, e só com o seu consentimento podem transmitir informações a terceiros. Caso a lei preveja um dever de informação perante terceiros, será informado disso previamente.

Serviço de Interpretação da Suíça Central

Para uma compreensão ideal entre os imigrantes e os especialistas de entidades privadas ou públicas na área social, de saúde e formação, o Serviço de Interpretação fornece o contacto de intérpretes e mediadores interculturais qualificados em cerca de 50 línguas.

Caritas Luzern
Dolmetschdienst Zentralschweiz
Brünigstrasse 25
6002 Luzern
041 368 51 51
info@dolmetschdienst.ch
www.dolmetschdienst.ch

Pode encontrar mais informações sobre tradução intercultural no «Guia da Saúde na Suíça». 

Custos das ofertas

A maioria das ofertas contidas neste guia são grátis. Será informado pelo centro, caso uma oferta tenha de ser paga.

2



Saúde


Saúde física

Médico de família

Na Suíça o médico de família é responsável pelos cuidados médicos básicos. Caso esteja doente ou necessite de aconselhamento médico, o seu primeiro ponto de contacto é sempre o seu médico de família. Se for necessário do ponto de vista médico, será referenciado a um especialista ou hospital.

Ainda não tem médico de família?

O link a seguir fornece-lhe a lista oficial completa de médicos na Suíça. Pode encontrar também aí médicos de acordo com os conhecimentos de línguas. www.doctorfmh.ch

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre prestação de cuidados médicos por médicos de família, bem como relativamente aos seguros de saúde. 

Hospitais cantonais, números de emergência dos médicos de Lucerna, telefone de aconselhamento pediátrico, Permanence Medical Center

Caso o seu médico de família não possa ser contactado, pode dirigir-se às seguintes entidades:

www.luks.ch

Número de emergência dos médicos de Lucerna

0900 11 14 14 (3.23 CHF / min.)

Através deste número obterá informações 24 horas por dia, 7 dias por semana, caso não possa contactar o seu médico de família.

Telefone de aconselhamento pediátrico

0900 55 47 74 (3.23 CHF / min.)

Através deste número obterá informações fornecidas por médicos do Hospital Pediátrico de Lucerna 24 horas por dia, 7 dias por semana.

Luzerner Kantonsspital Luzern

Spitalstrasse
6000 Luzern 16
041 205 11 11

Luzerner Kantonsspital Sursee

Spitalstrasse 16 A
6210 Sursee
041 926 45 45

Luzerner Kantonsspital Wolhusen


Spitalstrasse 50
6110 Wolhusen
041 492 82 82

Permanence Medical Center Luzern
Área do shopping da estação
de Lucerna

041 211 14 44

www.permanence-luzern.ch

Apenas em situações de perigo de vida deve telefonar diretamente para o número de emergência 144.

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre comportamento em casos de emergência médica e hospitalização. 

Apoio domiciliário (Spitex)


A Spitex (apoio domiciliário) oferece cuidados e acompanhamento fora do hospital e do lar. Os enfermeiros cuidam e apoiam em casa as pessoas com necessidade de auxílio.

As pessoas que, por exemplo, continuam a precisar de cuidados e apoio após uma hospitalização podem obtê-los na Spitex.

Número da Spitex (a marcar da Suíça):

0842 80 40 20

Através deste número telefónico pode introduzir o código postal da sua freguesia de residência. Será depois posto em contacto com a organização da Spitex competente.

Pode encontrar mais informações sobre a Spitex no «Guia da Saúde na Suíça». 

Apoio domiciliário a crianças na Suíça Central (KinderSpitex Zentralschweiz)


○ KinderSpitex está especializado nos cuidados domiciliários a crianças e jovens até aos 18 anos.

KinderSpitex Zentralschweiz
Brünigstrasse 20
6005 Luzern
041 970 06 50
info@kispex.ch
www.kispex.ch

Dentista

No caso de problemas dentários dirija-se ao seu dentista. Pode encontrar na internet uma lista com dentistas no cantão de Lucerna.

www.gesundheit.lu.ch › Zahnmedizin ›
Personenliste Zahnärzte / Zahnärztinnen
Kt LU

Pode encontrar mais informações sobre prestação de cuidados dentários no «Guia da Saúde na Suíça». 

Saúde psíquica

Se sofrer de perturbações constantes do sono, de estados de pânico ou outros problemas psíquicos, o seu primeiro ponto de contacto no cantão de Lucerna é o seu médico de família. Ele irá referenciá-lo a um especialista ou centro da área da Psiquiatria.

Número de emergência dos médicos de Lucerna

0900 11 14 14 (3.23 CHF/min.)
Através deste número pode obter informações 24 horas por dia, 7 dias por semana, caso não consiga contactar o seu médico de família.

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre tratamento psiquiátrico ou psicoterapêutico. ☰☰

Atendimento externo de Psiquiatria de Lucerna

Os centros de aconselhamento e tratamento em ambulatório dirigem-se a pessoas afetadas por uma crise existencial ou doença psíquica, como por exemplo depressões, doenças maníaco-depressivas, ansiedade, stress pós-traumático ou doenças aditivas.

www.lups.ch › Erwachsenenpsychiatrie
› Allgemeinpsychiatrie › Ambulatorien

Entidades

Ambulatorium Hochdorf
Brauipplatz 8
6280 Hochdorf
058 856 59 00

Ambulatorien A und B Luzern
Löwengraben 20
6004 Luzern
058 856 48 40

Ambulatorium Sursee
Surentalstrasse 10
6210 Sursee
058 856 46 00

Ambulatorium Wolhusen
Gütsch 1 Josefshaus
6110 Wolhusen
058 856 58 40

Serviço de Psiquiatria Infantil e Juvenil (KJPD)

O KJPD é responsável por exames e tratamentos psicológicos e psiquiátricos de crianças e jovens com dificuldades psíquicas, psicossomáticas e psicossociais.

www.lups.ch
› Kinder- und Jugendpsychiatrie

Entidades

Ambulatorium Hochdorf
Brauipplatz 8
6280 Hochdorf
058 856 45 00

Ambulatorium Luzern
Areal Kantonsspital 13
6000 Luzern16
058 856 45 00

Ambulatorium Schüpfheim
Hauptstrasse 13
6170 Schüpfheim
058 856 45 00

Ambulatorium Sursee
Surentalstrasse 10
6210 Sursee
058 856 45 00

Ambulatorium Willisau
Rathaus
6130 Willisau
058 856 45 00

Telefone para Familiares (Psiquiatria de Lucerna)

Os especialistas informam os familiares de pessoas com doenças psíquicas sobre questões relativas a doenças psíquicas, medicamentos e opções de tratamento.

Beratungstelefon 24 h
für Betroffene und Angehörige
0900 85 65 65
(Regulärer Gesprächstarif bis zur
10. Minute, danach 3.23 CHF/Min.)
www.lups.ch › Patienten & Angehörige
› Angehörigenarbeit

Comportamentos aditivos

(álcool, drogas, etc.)

Centros de Aconselhamento Social (SoBZ)

Os especialistas dos SoBZ aconselham-no sobre questões relativas a comportamentos aditivos (álcool, jogo, compras, comida, etc.).

No ponto «Serviços sociais da freguesia e centros de aconselhamento social (SoBZ)» na página 19 pode encontrar os SoBZ competentes da sua região.

Atendimento externo de Psiquiatria de Lucerna

As ofertas dos centros de aconselhamento e tratamento em ambulatório dirigem-se a pessoas com dependência do álcool, medicamentos, opiáceos ou outras substâncias aditivas.

No ponto «Atendimento externo de Psiquiatria de Lucerna» na página 14 pode encontrar o atendimento externo de Psiquiatria de Lucerna competente da sua região.

Drop-in

O «Drop-in» é um centro de exames e tratamento ambulatorio para pessoas dependentes de opiáceos ou com várias dependências.

Drop-in

Bruchstrasse 29 A

6000 Luzern 7

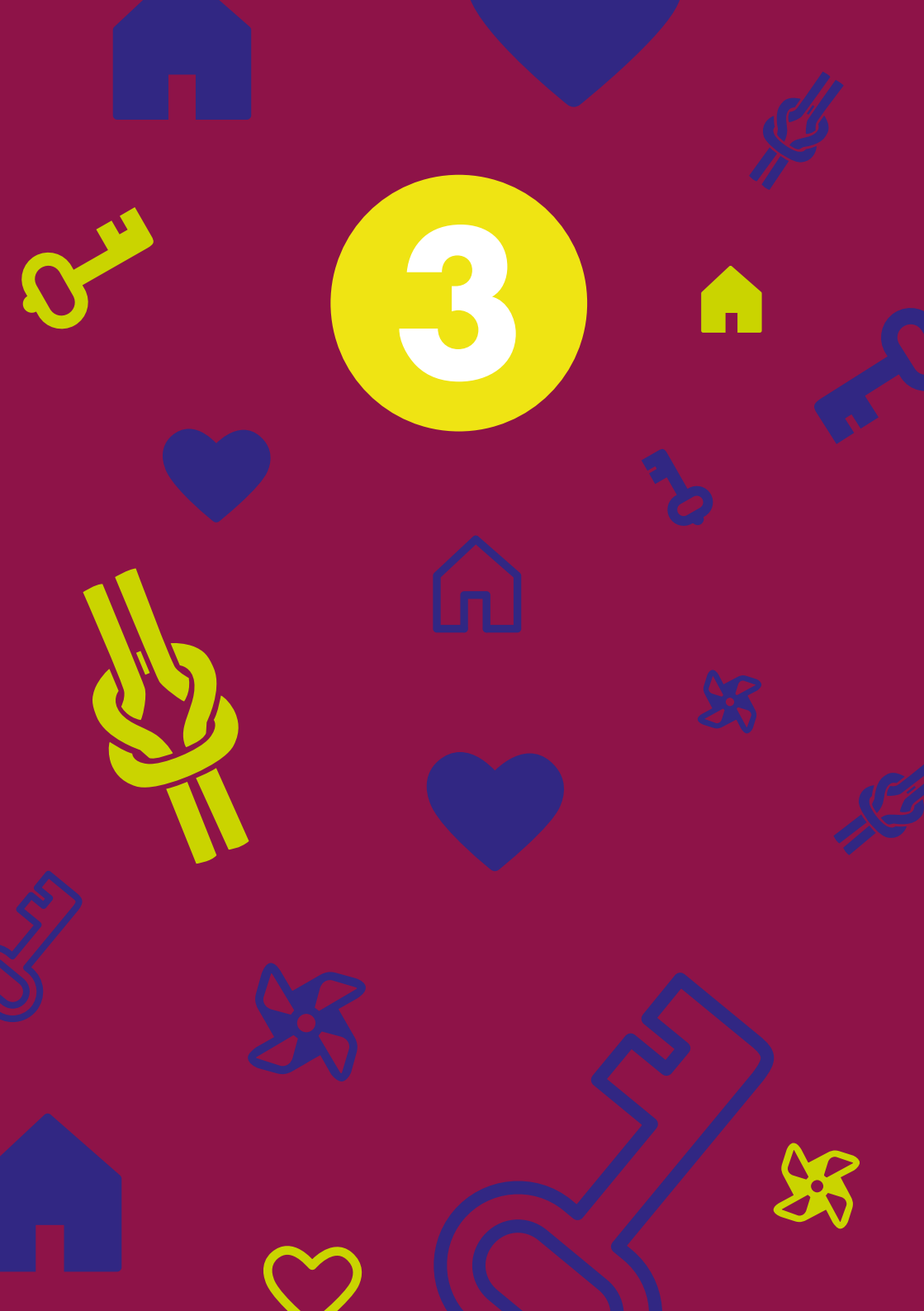
058 856 43 00

dropin@lups.ch

www.lups.ch > Erwachsenen-Psychiatrie

> Abhängigkeit

3



Assuntos sociais

Serviços sociais da freguesia e centros de aconselhamento social (SoBZ)

As dificuldades pessoais, familiares ou financeiras ou crises agudas não podem muitas vezes ser resolvidas sem o apoio de um especialista. Na consulta de aconselhamento pessoal no Serviço Social da freguesia de residência ou num Centro de Aconselhamento Social (SoBZ) pode encontrar o apoio especializado para a resolução dos seus problemas.

Cada freguesia no cantão de Lucerna tem um Serviço Social próprio ou está associada com outras freguesias a um Centro de Aconselhamento Social (SoBZ).

Da competência de um Serviço Social ou de um Centro de Aconselhamento Social regional (SoBZ) fazem parte geralmente as seguintes áreas:

- Aconselhamento para Mães e Pais
- Aconselhamento Educativo
- Aconselhamento para Jovens
- Aconselhamento Individual, de Casais e de Famílias
- Aconselhamento sobre Orçamento e Dívidas
- Ajuda Económica e Social e Ajuda para Pais
- Aconselhamento no caso de risco e dependência de álcool

- Aconselhamento no caso de distúrbios alimentares, adição ao jogo, dependência de medicamentos e outros comportamentos aditivos
- Curatela profissional na proteção de adultos e menores
- Trabalho escolar e social

Pode informar-se na administração municipal (Gemeindeverwaltung) da sua freguesia de residência sobre o Serviço Social competente no seu caso ou o SoBZ regional competente. Pode encontrar mais informações em www.sobz.ch.

Centros de aconselhamento social (SoBZ) regionais

SoBZ Hochdorf
Bankstrasse 3 B
Postfach 694
6281 Hochdorf
041 914 31 31
hochdorf@sobz.ch

SoBZ Sursee
Haselmatte 2 A
Postfach
6210 Sursee
041 925 18 25
sursee@sobz.ch

SoBZ Region Willisau-Wiggertal
Kreuzstrasse 3 B
Postfach 3239
6130 Willisau
041 972 56 20
willisau@sobz.ch

SoBZ Region Entlebuch,
Wolhusen und Ruswil
Hauptstrasse 13
Postfach 165
6170 Schüpfheim
041 485 72 00
info@sobz-entlebuch.ch

Cidade de Lucerna

Sozial Info Rex
Os habitantes da cidade de Lucerna obtêm na Sozial Info Rex informações e apoio na procura de centros competentes e possíveis ofertas.

Sozial Info Rex
Obergrundstrasse 3
6002 Luzern
041 208 72 72
www.sozialedienste.stadt Luzern.ch

Responsável exclusivamente por questões de adição:
SoBZ Luzern
Obergrundstrasse 49
6003 Luzern
041 249 30 60
luzern@sobz.ch

Centros de aconselhamento social gerais

FABIA – Centro de Aconselhamento e Integração de Estrangeiros

Este centro oferece aconselhamento e informação sobre temas relacionados com a integração. O público-alvo são pessoas com autorizações de residência B, C, L ou F após 10 anos, especialistas dos serviços sociais, de formação e de saúde, bem como autoridades e administrações.

FABIA – Fachstelle für die Beratung und Integration von Ausländerinnen und Ausländern
Tribtschenstrasse 78
6005 Luzern
041 360 07 22
info@fabialuzern.ch
www.fabialuzern.ch

Caritas Luzern

A Caritas Luzern oferece auxílio individual a indivíduos e famílias que se encontrem numa situação difícil. Os especialistas aconselham-no, informam-no e apoiam-no relativamente a questões sociais e financeiras.

Caritas Luzern
Sozial- und Schuldenberatung
Brünigstrasse 25
6002 Luzern
041 368 52 73
sozialberatung@caritas-luzern.ch
www.caritas-luzern.ch

Aconselhamento especializado, prevenção e pro- moção da saúde

Prevenção e pro- moção da saúde

traversa – Rede para pessoas com uma doença psíquica

A rede aconselha, acompanha e dá assistência a pessoas com uma doença psíquica e às suas pessoas próximas. Oferece serviços em consulta externa e com internamento.

traversa
Tribtschengasse 8
6005 Luzern
041 319 95 00
info@traversa.ch
www.traversa.ch

Federação de Pacientes da Suíça Central

Esta Federação de Pacientes aconselha pessoas que, na sua qualidade de pacientes ou segurados, tenham problemas com médicos, dentistas, hospitais, Caixas de Seguros de Saúde, bem como companhias de seguros e outros prestadores de serviços médicos, e defende os seus direitos.

Patientenstelle Zentralschweiz
St. Karliquai 12
6004 Luzern
041 410 10 14
patientenstelle.luzern@bluewin.ch
www.zentralschweiz.patientenstelle.ch

Pode encontrar mais informações sobre direitos e obrigações de pacientes no «Guia da Saúde na Suíça». ☰☰

Centro de Apoio contra a SIDA de Lucerna

O Centro de Apoio contra a SIDA de Lucerna aconselha-o de forma anónima, por telefone ou pessoalmente, sobre questões de VIH/SIDA, outras infeções sexualmente transmissíveis, temas psicossociais e sexualidade em geral.

Aids Hilfe Luzern
S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-
schweiz
Museggstrasse 27
6004 Luzern
041 410 69 60
info@sundx.ch
www.sundx.ch

Autoajuda Lucerna Obwalden Nidwalden

No cantão de Lucerna existem cerca de 90 grupos de autoajuda relativos a vários temas. Pode obter mais informações a este respeito no site da internet do centro Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden (Autoajuda Lucerna Obwalden Nidwalden) ou através de contacto direto.

Selbsthilfe Luzern
041 210 34 44
mail@selbsthilfeluzern.ch
www.selbsthilfeluzern.ch

Benevol Luzern – Centro de Voluntariado

O centro fornece informações sobre voluntariado no cantão de Lucerna e aconselha pessoas que pretendam prestar trabalho voluntário.

Benevol Luzern
Postfach
6210 Sursee
041 211 02 30
www.benevol-luzern.ch

migesplus.ch

Neste site da internet pode encontrar informações sobre o sistema de saúde, sistema de seguros de saúde, promoção da saúde, etc. em nove idiomas.

www.migesplus.ch

Crianças e jovens

Contact – Aconselhamento para jovens e famílias

Sendo um aconselhamento para jovens, esta oferta dirige-se a jovens e jovens adultos com idades entre 13 e 25 anos, seus pais e pessoas próximas, e, sendo um aconselhamento para famílias, a pais de crianças até aos 13 anos. Fazem também parte da oferta sessões informativas para pais em processo de separação ou divórcio.

No site www.contactluzern.ch pode encontrar os centros de aconselhamento competentes da sua freguesia.

Contact Jugend-
und Familienberatung
Kasernenplatz 3
Postfach 7860
6000 Luzern 7
041 208 72 90
info@contactluzern.ch
www.contactluzern.ch

Serviço de Educação Precoce Especializado (HFD)

O Serviço de Educação Precoce Especializado (HFD) acompanha e estimula crianças incapacitadas, com desenvolvimento em risco e atrasos no desenvolvimento a partir da altura do nascimento até à entrada no jardim de infância, e aconselha os pais e responsáveis pela educação sobre questões relativas a desenvolvimento e educação do seu filho.

www.volksschulbildung.lu.ch ›
Schulsystem & Schulen › FFS

Filiais regionais do HFD

HFD Luzern
Weggismattstrasse 23
6004 Luzern
041 228 31 40

HFD Sursee
Haselmatte 2 A
6210 Sursee
041 228 31 10

HFD Willisau
Am Schützenrain 4
6130 Willisau
041 228 31 30

Pro Juventute (para crianças e jovens)

A Pro Juventute aconselha crianças e jovens e presta auxílio em casos de emergência.

Aconselhamento + Ajuda 147
Para crianças e jovens 24 horas
por dia, 7 dias por semana
Através de telefone, SMS, chat,
e-mail e web service
beratung@147.ch
www.147.ch

Pro Juventute Cantão de Lucerna
www.projuventute-luzern.ch

Famílias

Aconselhamento para mães e pais

Este centro de aconselhamento aconselha mães e pais, desde o nascimento dos filhos até ao 5º ano de vida.

Responde a questões sobre amamentação, alimentação, desenvolvimento, educação, saúde/doença, etc.

Aconselhamento para mães e pais Região de Lucerna

www.muetterberatung-luzern.ch
> Beratungen

Mütter- und Väterberatung
Region Luzern
Kasernenplatz 3
Postfach 7860
6000 Luzern 7
041 208 73 33
mvb@stadtluzern.ch
www.muetterberatung-luzern.ch

Aconselhamento para mães e pais de Lucerna-Campo

Os Centros de Aconselhamento Social (SoBZ) de Lucerna-Campo oferecem aconselhamento para mães e pais às suas freguesias. No ponto «Serviços sociais da freguesia e centros de aconselhamento social (SoBZ)» na página 19 pode encontrar o SoBZ competente da sua região.

Assistência a crianças

Neste site da internet encontrará informações sobre mais de 400 ofertas de assistência a crianças como complemento à família no cantão de Lucerna.

www.kinderbetreuung.lu.ch

Contact – Aconselhamento para jovens e famílias

Esta oferta dirige-se a famílias com filhos até aos 13 anos.

Faz também parte da oferta uma conversa informativa para pais em separação ou divórcio.

No ponto «Contact – Aconselhamento para jovens e famílias» na página 24 pode encontrar mais informações sobre esta oferta de aconselhamento.

Formação para pais de Lucerna

Esta página da internet fornece informações sobre a variada oferta de formação relativa ao tema educação.

Fica a saber onde se realizam eventos, onde pode obter conhecimentos especializados e trocar impressões com outros pais.


www.elternbildung.lu.ch

Relações, sexualidade e aconselhamento sobre a vida

elbe – Centro para questões sobre a vida

Trata-se de um centro de aconselhamento oficial que presta aconselhamento individual e a casais, sobre gravidez e planeamento familiar, bem como sexualidade, nos cantões de Lucerna, Nidwalden e Obwalden.

elbe – Fachstelle für Lebensfragen
Hirschmattstrasse 30 B
6003 Luzern
041 210 10 87
www.elbeluzern.ch

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre prestação de cuidados na gravidez e parto. 

Organização para a defesa dos direitos das mulheres de Lucerna

Este centro de aconselhamento apresenta as seguintes ofertas: aconselhamento jurídico, aconselhamento orçamental, pensão de alimentos a filhos maiores e assistência a crianças na cidade de Lucerna. Estas ofertas de aconselhamento dirigem-se também a homens.

Frauenzentrale Luzern
Töpferstrasse 5
6004 Luzern
041 211 00 30
info@frauenzentrale.ch
www.frauenzentraleluzern.ch

manne.ch – Centro de aconselhamento para homens de Lucerna

O aconselhamento telefónico ajuda no caso de questões específicas relacionadas com homens e problemas prementes. Exemplos dos temas tratados: saúde masculina, relações, família, espiritualidade, etc.

Mannebüro Luzern
Aconselhamento telefónico
076 393 33 12
kontakt@mannehotline.ch
www.manne.ch

S&X – Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz

Este centro fornece informações e aconselhamento sobre todos os temas relacionados com relações, explicações acerca do corpo e sexualidade.

Esta oferta dirige-se a jovens e jovens adultos, bem como aos seus pais.

S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-
schweiz

Museggstrasse 27

6004 Luzern

041 410 69 60

info@sundx.ch

www.sundx.ch

LGBT+ Helpline

Podem aqui obter aconselhamento todas as pessoas que tenham questões sobre a esfera lésbica, bissexual, homossexual e transexual - independentemente da própria orientação sexual.

0800 133 133

hello@lgbt-helpline.ch

www.lgbt-helpline.ch

zwangsheirat.ch

Este centro de informação presta aconselhamento às pessoas afetadas, ao seu meio social, bem como a especialistas.

É também prestado aconselhamento fora das horas de expediente, após um primeiro contacto por mail ou telefone (com possibilidade de chamada de resposta).

0800 800 007

info@zwangsheirat.ch

www.zwangsheirat.ch

Pessoas com deficiência

Pro Infirmis

A Pro Infirmis oferece aconselhamento e apoio financeiro, acompanhamento, ajuda, etc. a doentes crónicos e pessoas com deficiência, bem como aos seus familiares.

Pro Infirmis Luzern, Ob- und Nidwalden

Zentralstrasse 18

Postfach 3666

6002 Luzern

058 775 12 12

luzern@proinfirmis.ch

www.proinfirmis.ch › Angebot › Luzern

Pessoas idosas

Pro Senectute Cantão de Lucerna

A Pro Senectute presta aconselhamento e apoio a pessoas a partir dos 60 anos, p. ex. em questões relativas a seguros sociais, questões legais e financeiras ou relativas à situação de habitação. É também prestado aconselhamento a familiares. São ainda oferecidos cursos de formação e de desporto.


Pro Senectute Kanton Luzern
Bundesplatz 14
Postfach 3640
6002 Luzern
041 226 11 88
info@lu.pro-senectute.ch
www.lu.pro-senectute.ch

Pessoas sem situação de residência regularizada

Sem-papéis

Este centro de contacto apoia e informa pessoas sem situação de residência regularizada sobre seguros sociais e de saúde, escolas, formação, situação de residência, relação, família, etc. Horário de aconselhamento: 3^a e 6^a, 14h 00 às 18h 00.

Sans-Papiers
Kontakt- und Beratungsstelle
Langensandstrasse 1
6005 Luzern
041 240 24 10
luzern@sans-papiers.ch

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre cuidados de saúde para pessoas sem direito de residência (sem-papéis). 

Acidente e violência

Polícia

No caso de ameaça iminente ou violência, telefone para o número de emergência 117 da polícia. No caso de outras questões penais, dirija-se à repartição da polícia competente a nível local pela sua freguesia.

Centro de aconselhamento para vítimas

O centro de aconselhamento para vítimas destina-se a pessoas que tenham sido afetadas na sua integridade física, psíquica ou sexual, devido a um crime e queiram recorrer a auxílio para superarem a sua situação e fazerem valer os seus direitos.

Opferberatungsstelle
des Kantons Luzern
Obergrundstrasse 70
6003 Luzern
041 228 74 00
opferberatung@lu.ch
www.disg.lu.ch › Themen ›
Opferberatung

Casa de acolhimento de mulheres de Lucerna (Frauenhaus Luzern)

A oferta da Frauenhaus Luzern dirige-se a mulheres maltratadas física, psíquica e sexualmente e seus filhos, e também a mulheres que sejam ameaçadas ou fortemente controladas pelos seus parceiros ou familiares. Obtêm aí proteção, alojamento e aconselhamento. A Frauenhaus pode também servir-lhes como ponto intermédio, para terem um pouco de paz e planearem os passos seguintes.

Frauenhaus Luzern
Postfach 2616
6002 Luzern 2 Universität
041 360 70 00
frauenhaus@frauenhaus-luzern.ch
www.frauenhaus-luzern.ch

agredis.ch – Aconselhamento sobre violência de homem para homem

Podem aqui encontrar ajuda homens de qualquer idade que tenham causado danos e dor a outras pessoas, através de palavras ou atos.

agredis.ch
Unterlachenstrasse 12
6005 Luzern
078 744 88 88
gewaltberatung@agredis.ch
www.agredis.ch

Finanças e dívidas

Centro para questões relativas a dívidas de Lucerna

Este centro presta aconselhamento a pessoas com dívidas. Em www.schulden.ch pode encontrar mais informações relativas a dívidas.

Fachstelle für Schuldenfragen Luzern
Weinmarkt 20
6004 Luzern
041 211 00 18
info@schuldenberatung-luzern.ch
www.schuldenberatung-luzern.ch

Auxílio de emergência e socorro de vida

Associação Trabalho de Rua das Igrejas de Lucerna

Esta associação apoia pessoas com dependências e afetadas pela pobreza de toda a Suíça Central e oferece-lhes cuidados médicos básicos, uma alimentação saudável e ajuda individual para lidarem com as situações da vida.

Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern
Murbacherstrasse 20
6002 Luzern
041 252 26 26
office@gassenarbeit.ch
www.gassenarbeit.ch

Abrigo de emergência

Os adultos com domicílio na Suíça e que se encontrem numa situação de crise aguda podem encontrar aqui uma possibilidade de alojamento a curto prazo.

Obdach-Notschlafstelle
Gibraltarstrasse 29
6003 Luzern
041 202 03 10
obdach@jobdach.ch
www.jobdach.ch

Serviços sociais de instituições religiosas

Em muitas freguesias existem serviços sociais da Igreja que oferecem sessões de aconselhamento semelhantes às oferecidas pelos serviços sociais estatais. Informe-se junto das Igrejas locais. Outras comunidades religiosas dispõem de ofertas de aconselhamento e apoio próprias. Informe-se junto das suas instituições religiosas.

Endereços de entidades de apoio social

Neste site da internet pode encontrar ofertas de serviços nas áreas de assistência, cuidados, trabalho voluntário, idosos, tempos livres, etc.

www.disg.lu.ch > Adressen Soziales



4

Trabalho

Orientação profissional e aconselhamento na carreira

Centro de informação profissional (BIZ)

Este centro presta informações e aconselhamento a jovens e adultos sobre questões relacionadas com formação, profissão e carreira.

Beratungs- und Informationszentrum
für Bildung und Beruf (BIZ)
Obergrundstrasse 51
6002 Luzern
041 228 52 52
biz@lu.ch
www.biz.lu.ch

Desemprego

Centro de Emprego

Recebeu uma carta de despedimento ou rescindiu o seu contrato de trabalho e, após decorrido o prazo de pré-aviso de despedimento, não tem um novo posto de trabalho em vista e arrisca-se a ficar desempregado?

É importante que se apresente logo que possível e pessoalmente no Centro de Emprego da sua freguesia de residência, de preferência logo que receba a carta de despedimento e o mais tardar no primeiro dia em que ficar desempregado. Obterá aí informações sobre o procedimento a seguir.

Entidades de arbitragem

Entidade de arbitragem Trabalho

Pode solicitar junto desta entidade um processo de arbitragem relativo a assuntos de Direito de contrato de trabalho.

Schlichtungsbehörde Arbeit
Zentralstrasse 28
6002 Luzern
041 228 65 60
sb.arbeit@lu.ch
www.gerichte.lu.ch › Organisation › Schlichtungsbehörden › Schlichtungsbehörde Arbeit

Entidade de arbitragem Igualdade

Esta entidade proporciona processos de arbitragem para trabalhadores que se encontrem numa relação de trabalho de direito privado. A base é a lei da igualdade para a promoção da igualdade real entre homem e mulher.

Schlichtungsbehörde Gleichstellung
Zentralstrasse 28
6002 Luzern
041 228 65 60
sb.gleichstellung@lu.ch
www.gerichte.lu.ch › Organisation › Schlichtungsbehörden › Schlichtungsbehörde Gleichstellung

Consulta jurídica

Consulta jurídica sobre Direito do Trabalho

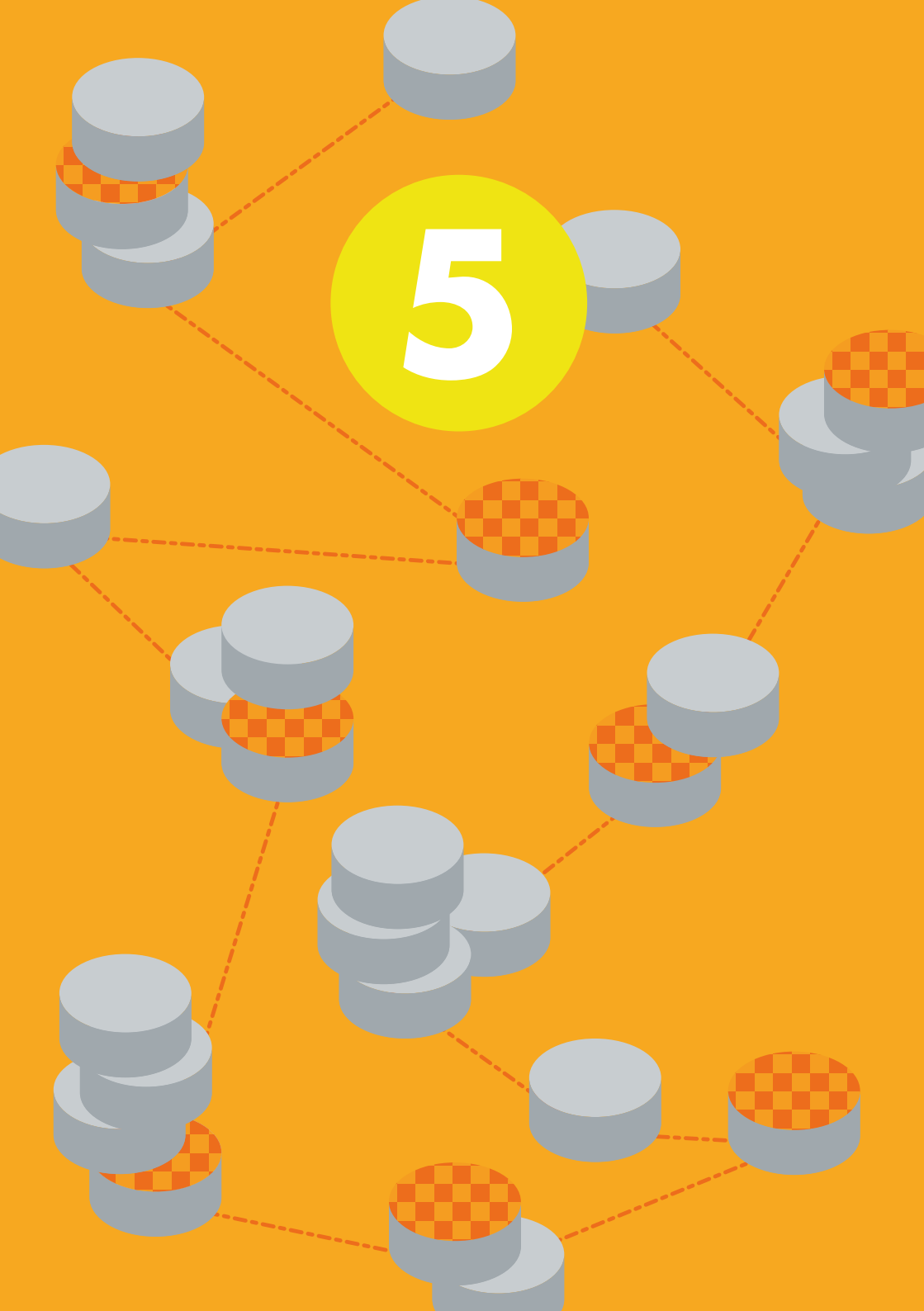
O centro de consulta jurídica do Tribunal de Trabalho presta, num horário específico, aconselhamentos telefónicos ou pessoais a pessoas com domicílio no Cantão de Lucerna.

Arbeitsgericht
Zentralstrasse 28
6002 Luzern
041 228 63 13
www.gerichte.lu.ch › Rechtsgebiete › Unentgeltliche Rechtsberatung › Arbeitsgericht

União de Sindicatos de Lucerna (LGB)

A União de Sindicatos de Lucerna oferece aconselhamento jurídico geral gratuito de duas em duas semanas. Pode consultar as datas exatas no site da internet. Não é necessária inscrição.

Luzerner Gewerkschaftsbund
Brünigstrasse 18
Postfach 3246
6002 Luzern
041 240 55 85
lgb-luzern@bluewin.ch
www.lgb-luzern.ch



Seguros sociais

Filiais do seguro de velhice e sobrevivência

As filiais da AHV no cantão de Lucerna atuam como primeiros pontos de contacto e fornecem informações na área dos seguros sociais (seguro de velhice e sobrevivência (AHV), seguro de invalidez (IV), etc.).


Se tiver questões sobre os seguros sociais, entre em contacto com a administração municipal (Gemeindeverwaltung) da sua freguesia de residência, onde se encontra a sua filial da AHV.

As filiais da AHV prestam auxílio no caso de questões relativas aos temas:

- seguro de velhice e sobrevivência (AHV)
- seguro de invalidez
- prestações complementares
- Código de Indemnização por Perda de Rendimento
- subsídio de maternidade
- abonos por agregado familiar
- redução de prémios do seguro de saúde

A Caixa de Compensação de Lucerna fornece também informações em caso de questões relativas a seguros sociais.


WAS Wirtschaft Arbeit Soziales
Ausgleichskasse Luzern
Würzenbachstrasse 8
6000 Luzern 15
041 375 05 05
www.was-luzern.ch

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre os seguros sociais. 

Entidade de mediação do seguro de saúde

Em caso de problemas com a sua Caixa de seguro de saúde, pode obter aconselhamento complementar na entidade de mediação de seguro de saúde.

Ombudsstelle Krankenversicherung
Morgartenstrasse 9
Postfach 3565
6002 Luzern
041 226 10 10
info@om-kv.ch
www.om-kv.ch

No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre o seguro de saúde. 

Números de emergência

144

Número de emergência

Para todos os casos de emergência médica. No «Guia da Saúde na Suíça» pode encontrar mais informações sobre como se comportar em casos de emergência médica. ☰☰

117

Polícia

118

Bombeiros

143

Die Dargebotene Hand

(Aconselhamento telefónico anónimo)

24 horas por dia, 7 dias por semana
Através deste número, as pessoas que necessitem de uma conversa de apoio e ajuda encontram pessoas com quem falar, 24 horas por dia e 7 dias por semana.

147

Pro Juventute

(para crianças e jovens)

24 horas por dia, 7 dias por semana
Em caso de questões relativas à escola, trabalho, drogas, problemas familiares, sexualidade, violência, etc., as crianças e jovens podem contactar este número.

Índice dos centros

A

- Abrigo de emergência (Notschlafstelle) 32
- Aconselhamento telefónico anónimo (Die Dargebotene Hand) 43
- Aconselhamento para mães e pais (Mütter- und Väterberatung) 19, 25
- agredis.ch – Aconselhamento sobre violência de homem para homem 31
- Apoio domiciliário (Spitex) 12
- Apoio domiciliário a crianças (KinderSpitex) 13
- Assistência a crianças (Kinderbetreuung) 26
- Associação Trabalho de Rua das Igrejas de Lucerna (Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern) 32
- Atendimento externo de Psiquiatria de Lucerna (Luzerner Psychiatrie-Ambulatorien) 14, 16
- Autoajuda Lucerna Obwalden Nidwalden (Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden) 23

B

- Benevol Luzern – Centro de Voluntariado 23
- Bombeiros (Feuerwehr) 43

C

- Caixa de Compensação de Lucerna (Ausgleichskasse Luzern) 39
- Caritas Luzern 8, 21
- Casa de acolhimento de mulheres de Lucerna (Frauenhaus Luzern) 31
- Centro de aconselhamento para homens de Lucerna (Mannebüro Luzern) 27
- Centro de aconselhamento para vítimas (Opferberatungsstelle) 30
- Centros de Aconselhamento Social (Sozial-BeratungsZentren) (SoBZ) 7, 16, 19, 25
- Centro de Apoio contra a SIDA de Lucerna (Aids Hilfe Luzern) 22
- Centro de Emprego (Arbeitsamt) 35
- Centro de informação profissional (Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf) (BIZ) 35
- Centro para questões relativas a dívidas de Lucerna (Fachstelle für Schuldenfragen Luzern) 32
- Consulta jurídica sobre Direito do Trabalho (Rechtsauskunft Arbeitsrecht) 36
- Contact – Aconselhamento para jovens e famílias 24, 26

D

- Dentista (Zahnärztin / Zahnarzt) 13
- Drop-in 16

E

- elbe – Centro para questões sobre a vida 26
- Endereços de entidades de apoio social (Soziale Adressen) 32
- Entidade de arbitragem Trabalho (Schlichtungsbehörde Arbeit) 36
- Entidade de arbitragem Igualdade (Schlichtungsbehörde Gleichstellung) 36
- Entidade de mediação do seguro de saúde (Ombudsstelle Krankenversicherung) 40

F

- FABIA – Centro de Aconselhamento e Integração de Estrangeiros 7, 21
- Federação de Pacientes da Suíça Central (Patientenstelle Zentralschweiz) 22
- Filiais do seguro de velhice e sobrevivência (AHV-Zweigstellen) 39
- Formação para pais de Lucerna (Elternbildung LU) 26

H

- Hospitais cantonais (Kantonale Spitäler) 12

L

- LGBT+ Helpline 28

M

- Médico de família
(Hausärztin/Hausarzt) 11, 14
- migesplus.ch 23

N

- Número de emergência
(Notrufnummer) 12, 43
- Número de emergência dos
médicos de Lucerna (Notfallnummer
der Luzerner Ärzte) 12, 14

O

- Organização para a defesa dos
direitos das mulheres de Lucerna
(Frauenzentrale Luzern) 27

P

- Permanence Medical Center
de Lucerna 12
- Polícia 30, 43
- Pro Infirmis 28
- Pro Juventute
(para crianças e jovens) 24, 43
- Pro Senectute Cantão de Lucerna 29

S

- S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-schweiz 22, 28
- Sem-papéis (Sans-Papiers) 30
- Serviço de Educação Precoce Especializado (Heilpädagogischer Früherziehungsdienst) (HFD) 24
- Serviço de Interpretação da Suíça Central (Dolmetschdienst Zentralschweiz) 8
- Serviço de Psiquiatria Infantil e Juvenil (Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst) (KJPD) 14
- Serviços sociais da freguesia (Gemeindesozialdienste) 7, 19, 25
- Serviços sociais de instituições religiosas (Sozialdienste religiöser Institutionen) 32
- Sozial Info Rex 20

T

- Telefone de aconselhamento pediátrico (Kinderärztliches Beratungstelefon) 12
- Telefone para familiares – Psiquiatria de Lucerna (Angehörigentelefon) 15
- traversa – Rede para pessoas com uma doença psíquica 22

U

- União de Sindicatos de Lucerna (Luzerner Gewerkschaftsbund) (LGB) 36

Z

- zwangsheirat.ch 28



Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Soziales und Gesellschaft
Rösslimattstrasse 37
6002 Luzern

041 228 68 78
disg@lu.ch
www.disg.lu.ch



LUZERN

Línguas

Albanês, árabe,
bósnio / sérvio / croata,
alemão, inglês, francês,
italiano, polaco, português,
espanhol, tâmil, tigrinya

Sprache: Portugiesisch

Ficha técnica

Edição: 2019

Publicado por:

Kanton Luzern

Dienststelle Soziales und
Gesellschaft

Composição gráfica:

Rosenstar GmbH

Tiragem: 600

Encomendas

Guia do Cantão de Lucerna
Saúde – Assuntos Sociais –
Trabalho:

Dienststelle Soziales
und Gesellschaft (DISG)

Rösslimattstrasse 37

Postfach 3439

6002 Luzern

041 228 68 78

disg@lu.ch

www.disg.lu.ch › Publikationen

Guia da Saúde na Suíça

www.migesplus.ch ›

Gesundheitsinformationen

BBL, Vertrieb Bundespublika-
tionen, 3003 Bern

[www.bundespublikationen.
admin.ch](http://www.bundespublikationen.
admin.ch)