

**Centro de dia**

Resposta social, desenvolvida em equipamento, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas idosas no seu meio sociofamiliar.

**Serviço de apoio domiciliário**

Resposta social, desenvolvida a partir de equipamento, que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária.

**Estrutura residencial para pessoas idosas**

Resposta social desenvolvida em equipamento, destinada a alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, em que sejam desenvolvidas atividades de apoio social e prestados cuidados de enfermagem.

**Centro de atividades e capacidade para a inclusão**

Resposta social, desenvolvida em equipamento, destinado a desenvolver atividades ocupacionais para pessoas com deficiência, visando a promoção da sua qualidade de vida, possibilitando um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades e que se constituam como um meio de capacitação para a inclusão, em função das respetivas necessidades, capacidades e nível de funcionalidade.

(www.cartasocial.pt)

**Câmara Municipal de Loures**

- Projeto ELO - Equipa de Ligação ao Cuidador Informal

Contacto: +351 211150855/ +351 930455163

E-mail: ds@cm-loures.pt

- Serviço de Atendimento e Acompanhamento Integrado

Contacto: +351 211150100

E-mail: geral@cm-loures.pt

**Câmara Municipal de Odivelas**

- Programa Municipal de Apoio a Cuidadores Informais

Contacto: +351 219320970

E-mail: saude@cm-odivelas.pt

- Serviço de Atendimento e Acompanhamento Integrado

Contacto: +351 219 320 300

E-mail: acao.social@cm-odivelas.pt

- Clube Movimento

Contacto: +351 219 320 990

E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

**Alzheimer Portugal**

Contacto: +351 213610460

E-mail: geral@alzheimerportugal.org

- Café Memória Loures

Contacto: +351 219822134

E-mail: acaosocial@misericodiadeloures.pt

- Linha de Apoio na Demência

Contacto: +351 963604626

**Associação Nacional de Cuidadores Informais**

Contacto: +351 937102684

E-mail: ancuidadoresinformais@gmail.com

**Ajudar Quem Cuida**

Contacto: +351 219 832 068 / +351 219 830 061 /  
+351 219835393

E-mail: geral@jf-loures.pt

**Movimento Cuidar dos Cuidadores Informais**

Linha de Apoio Psicológico

Contacto: +351 960199759 ou +351 808 200 199

**RESPOSTAS SOCIAIS E DE SAÚDE****Cuidadores informais**

Unidade Local de Saúde Loures Odivelas

Serviço Social

## CONSULTA/ PROJETOS DA UNIDADE LOCAL DE SAÚDE

### Consulta Demência: Grupo de Apoio Multifamiliar

Hospital Beatriz Ângelo  
Contacto: +351 219847200  
E-mail: geral@ulsod.min-saude.pt

### Espaço do Cuidador

Unidade Cuidados na Comunidade Saúde a Seu Lado  
Odíveas  
Contacto: +351 219380223  
E-mail: espaco.cuidador@ulsod.min-saude.pt

### Nostrum Cuidar

Unidade Cuidados na Comunidade Nostra Pontinha  
Contacto : +351 210126665  
E-mail: sercuidadorpf.lo@ulsod.min-saude.pt

## REDE NACIONAL DE CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS

### 1. Referenciação:

Cuidados de Saúde Primários:

- Unidades de Saúde Familiar;
- Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados.

### 2. Tipologia de Unidades:

- Unidade de Longa Duração e Manutenção (descanso do cuidador).

(www.sns.gov.pt)

## REDE NACIONAL DE CUIDADOS PALIATIVOS

### 1. Referenciação:

Cuidados de Saúde Primários:

- Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos;

Hospital Beatriz Ângelo:

- Equipa Intra Hospitalar de Suporte em Cuidados Paliativos.

### 2. Tipologia Unidades:

- Unidade de Cuidados Paliativos (Descanso do Cuidador).

(www.sns.gov.pt)

## DIREITOS / BENEFÍCIOS DE SAÚDE

### Testamento Vital / Diretivas Antecipadas de Vontade

Gabinete Cidadão  
Contacto: +351 219847243  
E-mail: gabinete.cidadao@ulsod.min-saude.pt  
(www.sns24.gov.pt)

### Atestado Médico de Incapacidade Multiuso

Unidade de Saúde Pública  
Contacto: +351 219897825  
E-mail: juntas.medicas@ulsod.min-saude.pt  
(www.sns24.gov.pt)

### Sistema Atribuição de Produtos de Apoio

Prescrição médica pelos profissionais da Unidade Local de Saúde  
Centros Prescritores.

## PROTEÇÃO SOCIAL

### Prestação social de inclusão

Prestação atribuída aos cidadãos nacionais e estrangeiros, refugiados e apátridas, residentes legalmente em Portugal e que tenham uma deficiência da qual resulte um grau de incapacidade igual ou superior a 60%.

### Pensão de invalidez

Prestação atribuída às pessoas que se encontram em situação de incapacidade permanente para o trabalho.

### Pensão de velhice

Pensão atribuída aos beneficiários do regime geral de Segurança Social que atinjam a idade legal de acesso à Pensão de Velhice ou que tendo idade inferior se encontrem abrangidos por regimes especiais e medidas especiais de antecipação e reúnam determinadas condições.

### Complemento por dependência

Prestação atribuída a pensionistas e não pensionistas dos regimes de Segurança Social que se encontrem em situação de dependência e que necessitem da ajuda de outra pessoa para satisfazer as necessidades básicas da vida quotidiana.

### Complemento solidário para idosos

Apoio em dinheiro, pago mensalmente aos idosos com baixos recursos com mais de 66 anos e 7 meses e residentes em Portugal.

(www.seg.social.pt)

## ESTATUTO DO CUIDADOR INFORMAL

O Estatuto do Cuidador Informal (Estatuto), aprovado pela Lei n.º 100/2019, de 6 de setembro, é um conjunto de normas que regula os direitos e deveres do cuidador e da pessoa cuidada e estabelece as respetivas medidas de apoio. O Decreto Regulamentar nº 1/2022, de 10 de janeiro, estabelece os termos e as condições do reconhecimento do estatuto do cuidador informal bem como as medidas de apoio aos cuidadores informais e às pessoas cuidadas.

Os cuidadores informais podem ser principais ou não principais.

### Medidas de apoio ao cuidador informal:

- Profissionais de referência - profissional de saúde (Enfermeiros Cuidados Saúde Primários) e profissional da Segurança Social;
- Plano de intervenção específico ao cuidador (Plano Intervenção Específico);
- Grupos de Ajuda Mútua;
- Formação e informação;
- Apoio psicossocial;
- Aconselhamento, acompanhamento e orientação;
- Reconhecimento, validação e certificação de competências;
- Promoção da integração no mercado de trabalho;
- Descanso do cuidador informal;
- Subsídio de apoio (Cuidador Informal Principal);
- Inscrição no regime de seguro social voluntário (Cuidador Informal Principal);

### REGIME DE MAIOR ACOMPANHADO

Ministério Público, sediado no tribunal cível mais próximo da sua residência.

DIAP da Comarca de Lisboa Norte

Contacto: +351 219 825 200

E-mail: loures.diap@tribunais.org.pt

(www.ministeriopublico.pt)