

GUIA DE RECURSOS SOCIAIS DO CONCELHO DE MIRA





04	PREÂMBULO
04	NOMENCLATURA E CONCEITOS
06	AUTARQUIAS: <ul style="list-style-type: none">• Câmara Municipal de Mira• Juntas de Freguesia
08	INSTITUTO DE SEGURANÇA SOCIAL, IP – CENTRO DISTRITAL DE COIMBRA <ul style="list-style-type: none">• Serviço Local de Mira
08	INFÂNCIA E JUVENTUDE <ul style="list-style-type: none">• Creche• Amas Sociais• ATL• Intervenção Precoce• Obra do Frei Gil
10	PESSOAS IDOSAS <ul style="list-style-type: none">• Centro de Dia• Serviço de Apoio Domiciliário• Lar
12	PESSOAS COM DEFICIÊNCIA <ul style="list-style-type: none">• Cercimira
13	FAMÍLIA E COMUNIDADE <ul style="list-style-type: none">• Escuteiros• Grupos Sócio Caritativos• Cruz Vermelha – Delegação de Mira• Banco Alimentar
15	SAÚDE <ul style="list-style-type: none">• Centro de Saúde de Mira• Equipa – ECCIC
16	EDUCAÇÃO/FORMAÇÃO/EMPREGO <ul style="list-style-type: none">• Agrupamento de Escolas de Mira• IEFP• ADELO
18	JUSTIÇA/SEGURANÇA/PROTEÇÃO <ul style="list-style-type: none">• CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens• Julgados de Paz
19	CONTACTOS ÚTEIS

PREÂMBULO

Partindo dos princípios inerentes à rede social: integração, participação, articulação, inovação e subsidiariedade, este guia visa assumir-se como um instrumento facilitador e auxiliar do trabalho na área social.

Os principais objectivos para a elaboração deste guia são: a promoção dos recursos sociais existentes no concelho de Mira, enquanto instrumento informativo para toda a população e a construção de uma base de trabalho em parceria, como forma de otimizar os recursos existentes e tornar mais eficazes as suas respostas.

Entendemos que a informação deve ser partilhada, pois só assim os objetivos do trabalho social serão mais facilmente atingidos, com um trabalho em rede, proporcionando uma maior qualidade de vida a toda a comunidade.

A elaboração do Guia de Recursos Sociais do Concelho de Mira é, por si só, o resultado da união de esforços e de um trabalho conjunto por parte de todos os que se envolveram na sua elaboração.

Vereadora da Ação Social, Sandra Margarida Santos Pereira, Dr.ª

NOMENCLATURA E CONCEITOS

CONCEITOS	DEFINIÇÕES
ATENDIMENTO/ACOMPANHAMENTO	Destina-se a informar, orientar, encaminhar e apoiar pessoas e famílias com dificuldades na prevenção e/ou resolução de problemas gerados ou geradores de situações de exclusão.
GABINETE DE INSERÇÃO PROFISSIONAL	Mediação para a formação profissional e emprego.
CRECHE	Equipamento social que presta apoio sócio educativo a crianças até aos 3 anos de idade.
AMA SOCIAL	Serviço prestado por pessoa idónea, no seu domicílio, a crianças até aos 3 anos de idade.
ESTABELECIMENTOS DE ENSINO PRÉ-ESCOLAR	Equipamento educativo que proporciona atividades pedagógicas a crianças dos 3 aos 6 anos de idade
COMPONENTE DE APOIO À FAMÍLIA NOS ESTABELECIMENTOS DE ENSINO PRÉ-ESCOLAR	Serviço prestado pelo Município que se traduz no fornecimento de almoço às crianças que frequentam a componente e também prolongamento de horário que se traduz no acolhimento das crianças antes e depois do período lectivo e férias.



CONCEITOS	DEFINIÇÕES
ATIVIDADES DE TEMPOS LIVRES (ATL)	Equipamento social que desenvolve atividades de animação sociocultural para crianças e jovens a partir dos 6 anos de idade.
LAR DE CRIANÇAS E JOVENS	Equipamento social para acolhimento de crianças e jovens, proporcionando-lhes os cuidados adequados às suas necessidades, bem-estar e educação.
INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA	Medida de apoio integrado, centrado na criança e na família, mediante ações de natureza preventiva e reabilitativa, no âmbito da educação, saúde e ação social, assegurando condições facilitadoras de desenvolvimento das crianças até aos 6 anos de idade potenciando a melhoria das interações familiares.
CENTRO DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS (CAO)	Equipamento social onde se desenvolvem atividades ocupacionais para jovens e adultos com deficiência, grave e/ou profunda, a partir dos 16 anos de idade, com vista a estimular e facilitar o desenvolvimento das suas capacidades.
LAR RESIDENCIAL	Equipamento social para pessoas com deficiência, a partir dos 16 anos de idade, que se encontrem impedidos temporária ou prolongadamente de residir no seu meio familiar.
APOIO DOMICILIÁRIO INTEGRADO	Resposta a prestar no domicílio com intervenção articulada de apoio social e cuidados de saúde continuados, através de um conjunto de ações e cuidados pluridisciplinares, visando promover a autonomia das pessoas em situação de dependência.
CENTRO DE DIA	Assegura um conjunto de serviços (refeições, convívio/ocupação, cuidados de higiene, tratamento de roupas) que contribui para a manutenção do idoso no seu meio sociofamiliar.



CONCEITOS	DEFINIÇÕES
SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD)	Assegura a prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a idosos quando, por motivo de doença, deficiência ou outros impedimentos, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.
LAR DE IDOSOS	Equipamento de alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, para idosos em situação de maior risco de perda de independência e/ou autonomia.

AUTARQUIAS

CÂMARA MUNICIPAL DE MIRA

Praça da República, 3070 – 304 Mira

Telefone: 231480550 | **Fax:** 231458185 | **N. Verde:** 800205974

E-mail: geral@cm-mira.pt | **Página Web:** www.cm-mira.pt

A Câmara Municipal de Mira tem como objetivos estratégicos:

1. Adotar medidas de valorização e consciencialização que visem a consolidação do concelho como socialmente distribuído, ambientalmente saudável e economicamente suportado;
2. Promover iniciativas de modernização administrativa de modo a adotar procedimentos que visem simplificar e aproximar o cidadão dos serviços e valorizar a melhoria contínua da prestação de serviços;
3. Consolidar o incremento da disponibilização à população dos serviços básicos, nomeadamente saneamento, água e recolha seletiva de resíduos;
4. Implementar ações que visem assegurar a otimização da utilização dos recursos de modo a reduzir custos de funcionamento com água, luz, gás, comunicações e consumíveis.

• Atendimento/acompanhamento Social

O atendimento/acompanhamento social realiza-se no Serviço de Ação Social da Câmara Municipal de Mira e funciona todos os dias úteis entre as **9.00h e as 13.00h e as 14.00h e as 17.00h**.

No âmbito do atendimento/acompanhamento salientamos os seguintes apoios específicos:

1. Regulamento de Apoio a Estratos Sociais Desfavorecidos (habitação, saúde, educação, etc);
2. Regulamento de Funcionamento da Componente de Apoio à Família e Ação Social Escolar do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Concelho de Mira;
3. Programa Comunitário de Apoio Alimentar a Carenciados (PCAAC).

E-mail: acsocial@cm-mira.pt



• Gabinete de Inserção Profissional (GIP)

Trata-se de um serviço que realiza a mediação para a formação profissional e emprego, funciona na Câmara Municipal de Mira, em articulação permanente com o IEFP, todos os dias úteis entre as **9.00h e as 13.00h e as 14.00h e as 17.00h**. **E-mail:** gip.mira@cm-mira.pt

JUNTA DE FREGUESIA DE MIRA

Praça da República, 3070 – 3040 Mira
Telefone: 231451252 | **Fax:** 231451213
E-mail: jfmira@iol.pt

Área geográfica de intervenção: Mira, Lagoa, Casal de S. Tomé, Carromeu, Ermida, Corujeira, Cavadas, Colmeal, Lentisqueira, Ramalheiro, Leitões, Arneiro, Presa, Cabeço, Portomar e Valeirinha.

A junta de Freguesia de Mira tem horário de atendimento todos os dias úteis das **9.00h às 13.00h e das 14.00h às 16.00h**.

JUNTA DE FREGUESIA DA PRAIA DE MIRA

Rua da Comissão Melhoramentos, 3070 – 800 Praia de Mira
Telefone: 231472796 | **Fax:** 231472710
E-mail: jfreguesia-pm@hotmail.com

Área geográfica de intervenção: Praia de Mira e Barra de Mira.

A Junta de Freguesia da Praia de Mira tem horário de atendimento todos os dias úteis das **9.00h às 12.30h e das 14.00h às 17.30h**.

JUNTA DE FREGUESIA DO SEIXO

Rua Cónego Zagalo, n.º 110, 3070 – 524 Seixo
Telefone: 231452436 | **Fax:** 231452436
E-mail: seixo@seixo.net | **Página Web:** www.seixo.net

Área geográfica de intervenção: Seixo e Cabeças Verdes

A Junta de Freguesia do Seixo tem atendimento à **terça-feira e quarta-feira entre as 18.30h e as 19.30h**.

JUNTA DE FREGUESIA DE CARAPELHOS

Rua 31 de Dezembro
3070 – 601 Carapelhos
Telefone: 231458253 | **Fax:**
E-mail: jfcarapelhos@sapo.pt | **Página Web:** www.freguesiadecarapelhos.eu

Área geográfica de intervenção: Carapelhos e Corticeiro de Baixo

A Junta de Freguesia de Carapelhos tem atendimento ao **sábado entre as 10.00h e as 12.30h, ou através da página Web**.



INSTITUTO DE SEGURANÇA SOCIAL, IP – CENTRO DISTRITAL DE COIMBRA

Rua Abel Dias Urbano, n.º 2 R/c
3004 – 519 Coimbra
N.º verde: 808266266

Serviços: Tesouraria, Ação Social e Serviço de Verificação de Incapacidades, Regime Público de Capitalização e Atendimento de Pessoas com Necessidades Especiais.
Horário: Segunda a Sexta-Feira, das 9h00 às 16h00

SEGURANÇA SOCIAL – SERVIÇO LOCAL DE MIRA
Avenida 25 de Abril, 3070 – 301 Mira
Telefone: 231458588 | **Fax:** 231458930

O atendimento da Técnica Superior de Serviço Social é à quarta-feira de 15 em 15 dias entre as 9.00h e as 12.30h.

INFÂNCIA E JUVENTUDE

OBRA DE PROMOÇÃO SOCIAL DO DISTRITO DE COIMBRA
Rua Padre Estevão Cabral, n.º 84 5.º Esq., 3000 – 316 Coimbra
Telefone: 239827666 | **Fax:** 239841724
E-mail: andrea@opsdc.pt

Instituição Particular de Solidariedade Social que exerce a sua atividade em todo o Distrito de Coimbra. No concelho de Mira tem a Casa da Criança em Mira e o Centro de Bem-estar Infantil no Seixo.

	Creche	Capacidade	Jardim-de-infância	Capacidade	Horário
Casa da Criança	Desde 1987	22	Desde 1987	33	8.00h/18.00h
Centro de Bem-estar Infantil do Seixo	Desde 1983	35	Desde 1983	35	7.45h/18.15h

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE CARAPELHOS E CORTICEIRO DE BAIXO
Rua 31 de Dezembro, 3070 – 601 Carapelhos
Telefone: 231488142 | **Fax:** 231488142
E-mail: assccb@sapo.pt | **Página Web:** www.facebook.com/ASSCCB



Instituição Particular de Solidariedade Social, tem como objetivos promover o bem-estar e conforto dos seus clientes e respetivas famílias, servindo e apoiando a comunidade com exercício de uma prestação de serviços de qualidade e adaptada às necessidades existentes.

	Início	Capacidade	Horário
Creche	01/09/2009	42	08.00h/19.00h
ATL	01/05/1993	31	

AMAS SOCIAIS

Serviço Local de Segurança Social de Mira

Avenida 25 de Abril, 3070 – 301 Mira

Telefone: 231458588

Localidades	Praia de Mira	Mira	Carrameu	capacidade
Creche	4	1	1	4

ATIVIDADES DE TEMPOS LIVRES (ATL) CASA DO POVO DE MIRA

Avenida 25 de Abril, 3070 – 301 Mira

Telefone: 231451328

E-mail: casadopovodemira@gmail.com

	Capacidade	Horário
ATL	70	08.00h/19.00h

ATIVIDADES DE TEMPOS LIVRES (ATL) UNIDADE PAROQUIAL

DE APOIO SOCIAL

3070 – 815 Praia de Mira

Telefone: 231471651 | **Fax:** 231471645

E-mail: upas@sapo.pt

	Capacidade	Horário
ATL	45	08.00h/18.30h

INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA (IPI):

Centro de Saúde de Cantanhede – Sala de Reuniões

Avenida 25 de Abril, n.º 24, 3060 – 123 Cantanhede

Telefone: 231419240

E-mail: equipacantanhede.mira@gmail.com



São objetivos da IPI:

1. Desenvolver e implementar um programa coordenado, inter-serviços e transdisciplinar de intervenção precoce;
2. Implementar uma intervenção centrada na família;
3. Assegurar às crianças a proteção dos seus direitos e o desenvolvimento das suas capacidades;
4. Detetar e sinalizar todas as crianças com necessidades de intervenção precoce;
5. Intervir junto das crianças e famílias em função das necessidades identificadas;
6. Apoiar as famílias no acesso a serviços e recursos dos sistemas de segurança social, saúde e educação.

A Intervenção Precoce destina-se a crianças entre os 0 e os 6 anos de idade que apresentem sinais de atraso no desenvolvimento, associado ou não a deficiência, risco ambiental e/ou biológico, ou seja, crianças cujas circunstâncias as colocam em risco de vir a ter problemas no seu desenvolvimento.

A Equipa Local de Intervenção (ELI) Cantanhede e Mira é constituída por:

- Médica
- Enfermeira
- Psicóloga
- Terapeuta da Fala
- Fisioterapeuta
- Educadores de Infância
- Técnica Superior de serviço Social

Atendimento: Centro de Saúde de Cantanhede à 5.ª feira entre as 14h30m e as 17h30m

SOCIEDADE DE PROMOÇÃO SOCIAL – OBRA DO FREI GIL

Rua Dr. Manuel Estrela, 3070 Praia de Mira

Telefone: 231471159 | **Fax:** 231472531

E-mail: obrafreigil-mira@mail.lelepac.pt | **Página Web:** www.obradofreigil.pt

Tem como missão o acolhimento de crianças e jovens em risco.

PESSOAS IDOSAS

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE CARAPELHOS E CORTICEIRO DE BAIXO

Rua 31 de Dezembro, 3070 – 601 Carapelhos

Telefone: 231488142 | **Fax:** 231488142

E-mail: assccb@sapo.pt | **Página Web:** www.facebook.com/ASSCCB

Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), tem como objetivos promover o bem-estar



e conforto dos seus clientes e respetivas famílias, servindo e apoiando a comunidade com exercício de uma prestação de serviços de qualidade e adaptada às necessidades existentes.

Área geográfica de intervenção: Freguesia de Carapelhos e Mira

Valências	Início	Capacidade	Horário
Centro de Dia	01/09/2009	25	10.00h/17.00h
Serviço de Apoio Domiciliário	01/10/1998	30	10.00h/17.00h

Esta IPSS é também mediadora do Programa Comunitário de Apoio Alimentar a Carenciados.

CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DO SEIXO DE MIRA

Rua dos Moliceiros, 3070 – 538 Seixo

Telefone: 231452896 | **Fax:** 2314528716 | **E-mail:** cspseixo@sapo.pt

Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), tem como objetivo contribuir para a estabilização e/ou retardamento do processo de envelhecimento.

Área de intervenção geográfica: Freguesia de Seixo e Mira

Valências	Início	Capacidade	Horário
Centro de Dia	02/07/1982	40	09.00h/17.30h
Serviço de Apoio Domiciliário	02/07/1982	35	08.00h/19.30h
Lar	15/01/2010	31	24h

ASSOCIAÇÃO DE IDOSOS MIRENSE

Rua Afonso Costa, n.º 58, 3070 – 305 Mira

Telefone: 231458367 | **Fax:** 2314583676 | **E-mail:** ass.idosos.mira@gmail.com

Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), tem como objetivo o apoio à 3.ª idade.

Área de intervenção geográfica: Freguesia de Mira

Valências	Início	Capacidade	Horário
Centro de Dia	1990	50	09.00h/18.00h
Serviço de Apoio Domiciliário	1989	35	09.00h/18.00h
Lar	1990	56	24h

Esta IPSS é também mediadora do Programa Comunitário de Apoio Alimentar a Carenciados.



CENTRO PAROQUIAL DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE MIRA (LENTISQUEIRA)

Rua Professor António Coentro, n.º 16 Lentisqueira, 3070 – 246 Mira

Telefone: 231455523 | **Fax:** 231455523 | **E-mail:** cpssm@sapo.pt

Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), tem como objetivo a promoção integral de todos os paroquianos, sendo o seu fim principal a segurança social e secundário a cultura.

Área de intervenção geográfica: Freguesia de Mira

Valências	Início	Capacidade	Horário
Centro de Dia	2004	30	08.30h/17.30h
Serviço de Apoio Domiciliário	2002	20	

Esta IPSS é também mediadora do Programa Comunitário de Apoio Alimentar a Carenciados.

UNIDADE PAROQUIAL DE APOIO SOCIAL

3070 – 815 Praia de Mira

Telefone: 231471651 | **Fax:** 231471645 | **E-mail:** upas@sapo.pt

Valências	Início	Capacidade	Horário
Centro de Dia		30	08.30h/17.30h
Serviço de Apoio Domiciliário		20	08.30h/17.30h

Esta IPSS é também mediadora do Programa Comunitário de Apoio Alimentar a Carenciados.

FAMÍLIA DE ACOLHIMENTO DE IDOSO/ADULTO C/ DEFICIÊNCIA

Serviço Local de Segurança Social de Mira

Avenida 25 de Abril, 3070 – 301 Mira

Telefone: 231458588

PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

CERCIMIRA

Cabeças Verdes, 3070 – 504 Seixo

Telefone: 231489560 | **Fax:** 231489569

E-mail: cercimira@mail.telepac.pt | **Página Web:** www.cercimira.pt

Cooperativa de Solidariedade Social, tem como objetivo gerir a diferença promovendo a igualdade de oportunidades e a qualidade de vida das pessoas portadoras de deficiência. A Cercimira pretende ser uma referência organizacional no mercado da reabilitação, tornando cada



um dos seus clientes único, através da prestação de serviços personalizados, abrangentes e de proximidade.

Área de intervenção geográfica: todo o concelho de Mira, Noroeste de Cantanhede e Sul de Vagos.

Valências	Início	Capacidade	Horário
CAO		70	8.15h/17.00h
Formação Profissional	01/05/1990	50	9.00h/16.30h
Apoio à Colocação	2001	12	
Apoio Pós Colocação	2001	28	
Lar Residencial		17	

A valência de Lar Residencial aguarda a celebração de Protocolo de Cooperação com o Centro Distrital de Segurança Social de Coimbra.

A Cercimira tem ainda parceria com o Agrupamento de Escolas de Mira no que respeita a formação pré profissional.

FAMÍLIA E COMUNIDADE

ESCUTEIROS

O Escutismo é um Movimento Mundial, de carácter não político, aberto a todos, com o propósito de contribuir para a educação integral dos jovens de ambos os sexos, baseado na adesão voluntária a um quadro de valores expressos na Promessa e Lei escutistas, através de um método original que permite a cada jovem ser protagonista do seu próprio crescimento, para que se sinta plenamente realizado e desempenhe um papel construtivo na sociedade.

AGRUPAMENTO DE ESCUTEIROS DE MIRA – 1231

Rua Luísa Gusmão, n.º 15, 3070 Mira

Telefone: 231451478

AGRUPAMENTO DE ESCUTEIROS DO SEIXO – 731

Rua da Creche, s/n, 3070 – 499 Seixo

GRUPO DE AÇÃO SÓCIO CARITATIVO DO SEIXO

Residência Paroquial do Seixo, 3070 Seixo

Telefone: 231452191 | **E-mail:** marialuisadl@gmail.com

Trata-se de um grupo de pessoas que se juntam com o objetivo de responder às necessidades materiais, afetivas e religiosas da comunidade.



Área de intervenção geográfica: Freguesia do Seixo e localidades circundantes.

	Vestuário	Outros	Responsável	Contacto	Horário
Apoios	X	X	Lúisa Lourenço	965874356	1.º e 3.º domingo do mês entre as 15h/16h

O Grupo Sócio Caritativo do Seixo apoia ainda na distribuição de material de mobiliário, calçado, loiças bem como voluntariado na visita a doentes. Participa em campanhas de solidariedade locais, nacionais e internacionais.

GRUPO DE AÇÃO SÓCIO CARITATIVO DE MIRA

Igreja Paroquial de Mira

Telefone (pároco): 231451253 | **Telefone (coordenadora):** 231455321

Trata-se de um grupo de pessoas que se juntam com o objetivo de prestar apoio aos mais carenciados.

	Vestuário	Alimentar	Habitacional	Outros	Responsável	Contacto
Apoio	X	X	X	X	Maria Eulália	231455321

O Grupo Sócio Caritativo de Mira pretende, com os seus apoios, o melhoramento das capacidades na realização de tarefas domésticas, alimentação, higiene pessoal, etc.

CRUZ VERMELHA (DELEGAÇÃO DE MIRA)

Rua da Floresta, n.º 16 (junto ao Posto da GNR) , 3070 Praia de Mira

Telefone: 231471259 | **E-mail:** dmira@cruzvermelha.org.pt

A Cruz Vermelha tem como missão apoiar, orientar, colaborar em ações de âmbito social e humanitário. Tem como objetivos melhorar e ajudar a minorar problemas relacionados com exclusão social.

	Vestuário	Alimentar	Habitacional	Outros	Responsável	Contacto
Apoio	X	Pontualmente	Pontualmente	X	Ana Maria Reigota	912195071

Durante a época balnear a Cruz Vermelha encontra-se no Posto Humanitário na Praia de Mira onde presta apoio na área da saúde.



Durante o mês de Maio presta apoio aos peregrinos (cuidados básicos de saúde), em Mira. O apoio que realiza no âmbito de entrega de vestuário funciona num armazém da antiga cooperativa de Mira, sendo este apoio efetuado todo o ano.

BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME

Venda do Cego, Cernache, 3040 – 809 Coimbra

Telefone: 239947389 | **Telemóvel (Sr. João Colaço):** 965563131 | **Fax:** 239947673

E-mail: ba.coimbra@gmail.com | **E-mail:** jo-colaco@sapo.pt

O Banco Alimentar é um projeto de âmbito nacional que tem como principal objetivo contribuir para dar resposta à problemática da fome. Faz redistribuição de excedentes e dádivas de produtos alimentares, através de associações ou outras entidades idóneas nos respetivos concelhos.

No concelho de Mira o Banco Alimentar presta apoio mensal a duas Instituições – Associação de Solidariedade Social de Carapelhos e Corticeiro de Baixo e Obra do Frei Gil. Pontualmente presta apoio a outras três: Centro de Bem-estar Infantil do Seixo, Unidade Paroquial de Apoio Social da Praia de Mira e Escuteiros do Seixo.

SAÚDE

CENTRO DE SAÚDE DE MIRA

Rua dos Bombeiros, 3070 – 331 Mira

Telefone: 231489580 | **Fax:** 231489589

E-mail: cs17@srscoimbra.min-saude.pt | **Página Web:** www.arscentro.pt

O Centro de Saúde de Mira tem como missão a prestação de cuidados de saúde, vigilância de grupos de risco e acompanhamento de utentes e famílias de forma personalizada e continuada desde o nascimento até à morte.

Área de intervenção geográfica: Sede em Mira, Pólo da Barra de Mira, Pólo de Carapelhos, Pólo da Lentisqueira, Pólo da Praia de Mira e Pólo do Seixo.

PÓLO DA LENTISQUEIRA

Largo do Cruzeiro, 3070 – 232 Mira

Telefone: 231455128

PÓLO DO SEIXO

Rua dos Libórios, 3070 – 536 Seixo

Telefone: 231452185

PÓLO DA PRAIA DE MIRA

Avenida Cidade de Coimbra, 3070 – 761 Praia de Mira

Telefone: 231470170



PÓLO DE CARAPELHOS

Rua 31 de Dezembro, 3070 – 601 Carapelhos

Telefone: 231451160

PÓLO DA BARRA

Rua Principal, 3070 – 761 Praia de Mira

Telefone: 231471344

EQUIPA CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS – ECCI

Equipa multidisciplinar da responsabilidade dos cuidados de saúde primários e das entidades de apoio social, que presta serviços domiciliários, a pessoas em situação de dependência funcional, doença terminal ou em processo de convalescença, cuja situação não requer internamento, mas que não podem deslocar-se do domicílio (n.º 1 do Art. 27.º do Decreto-Lei n.º 101/2006, de 6 de Junho).

Este apoio depende sempre de encaminhamento por parte dos serviços de saúde.

EDUCAÇÃO/FORMAÇÃO/EMPREGO

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MIRA

Rua Óscar Moreira da Silva, 3070 – 330 Mira

Telefone: 231458512 | **Fax:** 231458685

E-mail: direcao@escolasdemira.pt | **Página Web:** www.escolasdemira.pt

JARDIM-DE-INFÂNCIA CARAPELHOS

Carapelhos, 3070 Carapelhos

Telefone: 231451391 | **E-mail:** jardimcarapelhos@gmail.com

JARDIM-DE-INFÂNCIA CASAL S. TOMÉ

Casal de S. Tomé, 3070 Mira

Telefone: 231458495 | **E-mail:** precasl@hotmail.com

JARDIM-DE-INFÂNCIA LENTISQUEIRA

Lentisqueira, 3070 Mira

Telefone: 231455276 | **E-mail:** jardimlentisqueira@gmail.com

JARDIM-DE-INFÂNCIA MIRA

Mira, 3070 Mira

Telefone: 231458353 | **E-mail:** jardim.infancia.mira@gmail.com

JARDIM-DE-INFÂNCIA PORTOMAR

Portomar, 3070 Mira

Telefone: 231458733 | **E-mail:** jardimportomar@gmail.com



JARDIM-DE-INFÂNCIA PRAIA DE MIRA
Av. Cidade de Coimbra, 3070 – 761 Praia de Mira
Telefone: 231472707 | **E-mail:** jardimpraiaademira@gmail.com

JARDIM-DE-INFÂNCIA BARRA
Barra de Mira, 3070 Praia de Mira
Telefone: 231472723 | **E-mail:** jardimdabarra@gmail.com

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE CARAPELHOS
Carapelhos, 3070 Carapelhos
Telefone: 231458462 | **E-mail:** eb1decarapelhos@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE CASAL DE S. TOMÉ
Casal de S. Tomé, 3070 Mira
Telefone: 231452656 | **E-mail:** eb1decasalstome@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE LENTISQUEIRA
Lentisqueira, 3070 Mira
Telefone: 231455537 | **E-mail:** eb1delentisqueira@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE MIRA
Av. 25 de Abril, 3070 – 315 Mira
Telefone: 231451288 | **E-mail:** eb1demira@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE PORTOMAR
Portomar, 3070 Mira
Telefone: 231458326 | **E-mail:** eb1deportomar@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE LAGOA
Rua Central Sul, Lagoa, 3070 Mira
Telefone: 231451025 | **E-mail:** eb1delagoa@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE PRAIA DE MIRA
Av. Cidade de Coimbra, 3070 Praia de Mira
Telefone: 231472705 | **E-mail:** eb1depraiaademira@sapo.pt

ESCOLA DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE CABEÇAS VERDES
Cabeças Verdes, 3070 Seixo
Telefone: 231452006 | **E-mail:** eb1deseixo@sapo.pt

ESCOLA DO 2.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DE MIRA
Apartado 5, 3070 – 301 Mira
Telefone: 231458324 | **Fax:** 231458324 | **E-mail:** escolab2mira@sapo.pt



ESCOLA DO 3.º CICLO/SECUNDÁRIO DR.ª MARIA CÂNDIDA
Rua Óscar Moreira da Silva, 3070 – 330 Mira
Telefone: 231458512 | **Fax:** 231458685 | **E-mail:** direcao@escolasdemira.pt

INSTITUTO DE EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL FIGUEIRA DA FOZ
Edifício Portas da Cidade, 3080 – 047 Figueira da Foz
Telefone: 233407700 | **Fax:** 233407701 | **E-mail:** cte.figueirafoz@iefp.pt

O IIEFP da Figueira da Foz efetua atendimento aos utentes em Mira de 15 em 15 dias, à sexta-feira de manhã, nas instalações dos Bombeiros Voluntários de Mira.

ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO LOCAL DA BAIRRADA E MONDEGO
(AD ELO)
Rua António Lima Fragoso, n.º 22, 3060 – 216 Cantanhede
Telefone: 231419550 | **Fax:** 231419559
E-mail: geral@adelo.pt | **Página Web:** www.adelo.pt

Associação privada sem fins lucrativos que tem como missão a realização de atividades que contribuam para o desenvolvimento local e regional, promovendo a articulação rural e urbana e reforçando os fatores de competitividade nas diversas vertentes – económica, cultural e social – gerando os mais elevados níveis de satisfação para todas as partes interessadas, através da inovação e melhoria contínuas, enquanto organização socialmente responsável, orientada por uma ética de rigor e dever.

A área de intervenção geográfica abrange o Centro Litoral compreendendo de forma prioritária as Nomenclaturas de Unidade Territoriais (NUT's) do Baixo Mondego e Baixo Vouga.

JUSTIÇA E PROTEÇÃO

COMISSÃO DE PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS – CPCJ
Praça do Município, 3070 – 304 Mira
Telefone: 231480550 | **Telemóvel:** 913665986
Fax: 231458185 | **E-mail:** cpcj@cm-mira.pt

A Comissão de Proteção é uma Entidade Oficial não judiciária e autónoma. A sua atuação realiza-se ao abrigo da Lei N.º 147/99 de 1 de Setembro.

A CPCJ é constituída por elementos representantes de vários serviços da comunidade e por técnicos de áreas com especial interesse nesta temática.

Objetivos:

Defesa, promoção e proteção dos direitos das crianças e jovens em perigo e/ou risco, residentes no concelho de Mira.

Trabalhar conjuntamente com as famílias ou com quem tenha a guarda de facto, com o objetivo de afastar a criança/ jovem do perigo em que se encontra.



JULGADOS DE PAZ

Praça do Município, 3070 – 304 Mira

Telefone: 231451961 | **Fax:** 231451961 | **E-mail:** correio.mira@julgadosdepaz.mj.pt

Os JULGADOS DE PAZ têm competência para apreciar e decidir ações declarativas cíveis, com exceção das que envolvam matérias de direito da família, direito das sucessões e direito do trabalho, cujo valor não ultrapasse os € 5.000.

O horário de funcionamento do JULGADO DE PAZ DE MIRA é de **segunda a sexta-feira das 9h00 às 12h30 e das 14h00 às 16h30**.

CONTATOS ÚTEIS

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA – GNR

Rua Óscar Moreira da Silva, 3070 - 330 Mira

Telefone: 231489500 | **Fax:** 231489508

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA – GNR

Estrada Florestal, 3070 – 792 Praia de Mira

Telefone: 231471218 | **Fax:** 231471218 | **E-mail:** ct.cbr.dcnt.pprm@gnr.pt

TRIBUNAL JUDICIAL DE MIRA

Rua Dr. António José de Almeida, 3070 Mira

Telefone: 231489120 | **Fax:** 231093539 | **E-mail:** mira.tc@tribunais.org.pt

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MIRA

Rua dos Bombeiros Voluntários de Mira, 3070 - 331 Mira

Telefone: 231480670 | **Fax:** 231480679

E-mail: geral@bvmira.pt | **Página Web:** www.bvmira.pt

CONSERVATÓRIA REGISTO CIVIL, PREDIAL E COMERCIAL

Rua Óscar Moreira da Silva, Bloco D 1.º, 3070 – 330 Mira

Telefone: 231489590 | **Fax:** 231489599

SERVIÇO DE FINANÇAS DE MIRA

Avenida 25 de Abril, 3070 – 301 Mira

Telefone: 231451275 | **Fax:** 231458707 | **E-mail:** rf0779@dgci.min-financas.pt

POSTO DE CORREIOS DE MIRA – CTT

Rua Poeta Bingre do Amaral, 1, 3070 Mira

Telefone: 231480750 | **E-mail:** informacao@ctt.pt | **Página Web:** www.ctt.pt





Câmara Municipal de Mira
3070 Mira
Telf.: 231 480 550
Fax: 231 458 185
E-mail: acsocial@cm-mira.pt
www.cm-mira.pt



mira GABINETE DE ACÇÃO SOCIAL