



BEM-VINDO A USTER INFORMAÇÕES PARA RECÉM-CHEGADOS DO ESTRANGEIRO





Esta brochura destina-se a fornecer-lhe informações úteis e interessantes com vista a facilitar a sua integração na Suíça. Se tiver outras dúvidas que não sejam respondidas nesta brochura, não hesite em dirigir-se ao Centro para a Infância, Juventude e Inclusão.

Cidade de Uster

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

E-mail

integration@uster.ch

BEM-VINDO A USTER

Em nome da Cidade de Uster, damos-lhe as boas-vindas.

Congratulamo-nos que tenha escolhido Uster para a sua nova morada. Com mais de 35 000 habitantes, Uster é a terceira maior cidade do cantão de Zurique e está entre as vinte maiores cidades da Suíça.

Uster proporciona, hoje e no futuro, uma boa qualidade de vida urbana. As ofertas vão desde exposições e concertos, no âmbito cultural, até equipamentos desportivos, tais como a piscina olímpica coberta com 50 m ou o pavilhão desportivo Buchholz. Além disso, há cerca de 250 associações que oferecem inúmeras atividades.

ÍNDICE

Direitos e deveres

Princípios e costumes	6
Política	7
Impostos	8

Viver

Informações gerais	9
Seguro de habitação	10
Taxas	10
Lixo e reciclagem	10

Saúde e questões sociais

Doença e emergências	11
Caixa de doença e redução do prémio	14
Seguros	15
Segurança social – Princípio dos três pilares	16
Seguro de desemprego (ALV)	17
Prestações suplementares e compensação da remuneração por perda de salário	17

Formação e trabalho

Informações importantes sobre trabalho	18
Centro de Orientação Profissional (BIZ)	19

Desemprego (RAV) 20

Reconhecimento de habilitações 20

Mobilidade

Transportes públicos 21

Tráfego rodoviário 22

Carsharing Mobility (mobilidade partilhada) 23

Centros de contacto e ofertas na região de Uster

Cidade de Uster – Centro de contacto central 24

Aprender alemão 25

Biblioteca municipal de Uster 26

Centro para Famílias 27

Tempos livres

Associações 28

Trabalho voluntário 28

Eventos na Cidade de Uster 28

Outras informações

Centros de contacto 29

Emergência

Números e endereços de emergência



DIREITOS E DEVERES

Princípios e costumes

A Suíça, o pequeno país no interior da Europa, tem cerca de 8,5 milhões de habitantes (números de 2019), espalhados por 26 cantões e que falam quatro idiomas diferentes: alemão, francês, italiano e reto-romano. Cada região linguística tem as suas particularidades culturais. A fim de assegurar uma coexistência com base no respeito e na consideração mútuos, existem determinadas leis e regras implícitas.

Por exemplo, no momento em que duas pessoas se conhecem, a forma de tratamento usada é, por norma, mais formal – com «Sie» (você, o senhor/a senhora). Se, contudo, a forma informal «Du» (tu) for proposta por uma das partes, usam-se os nomes próprios. Isto aplica-se tanto para homens como para mulheres.

Política

Na Suíça, existem três níveis políticos: a Confederação, os 26 cantões e mais de 2250 municípios. Cerca de 5,3 milhões de cidadãos, aproximadamente 63% da população total, podem exercer o direito de voto ao nível da Confederação. Todos os habitantes com cidadania suíça possuem esse direito a partir dos 18 anos. A democracia suíça assenta no princípio da separação de poderes.

Governo suíço: o governo da confederação suíça (Conselho Federal) é o chamado órgão executivo. O Conselho Federal é uma autoridade colegiada (ou seja, um grupo de sete membros eleitos). Estes sete membros são eleitos pelo Parlamento. Representam o Estado, administram e executam as leis.

Parlamento suíço: o parlamento suíço (Assembleia Federal) é composto por 246 deputados. Estes deputados são eleitos pelo povo. A Suíça é uma democracia direta. Os cidadãos e as cidadãs suíços elegem o parlamento de quatro em quatro anos. O parlamento é composto por duas câmaras: o Conselho Nacional (200 membros) e o Conselho dos Estados (46 membros). Estes conselhos controlam a administração e promulgam leis.

Órgão jurisdicional: o órgão jurisdicional supremo é escolhido pela Assembleia Federal. Este salvaguarda a aplicação da lei, profere sentenças e delibera sobre delitos e infrações.

A Suíça tem muitos partidos políticos. Há onze partidos com assento parlamentar. Destes onze, nove partidos têm também as suas respetivas estruturas de juventude, que funcionam como ponto de encontro para jovens que partilham a mesma ideologia política. No Conselho Federal estão representados os partidos mais votados.

Na Suíça, os cidadãos e as associações têm o direito de participar ativamente na vida política. Podem lançar iniciativas ou submeter petições. Quatro vezes por ano, há plebiscitos.

Parlamento (poder legislativo):

www.parlament.ch

Estruturas políticas, partidos locais e estratégia política em Uster:

www.uster.ch/politik

Impostos

Quem reside na Suíça tem de pagar impostos. As pessoas que têm residência na Suíça e não possuem uma autorização de residência permanente (permissão C) pagam impostos deduzidos na fonte. A entidade empregadora faz a retenção do imposto na fonte, deduzindo-o diretamente do salário, e paga-o às finanças.

Em certos casos, as finanças avaliam o património pessoal: por exemplo, quando cidadãos estrangeiros auferem rendimentos acima do limite definido. Este limite está estabelecido nos 120 000 francos suíços na Confederação e em praticamente todos os cantões. Quem auferir rendimentos superiores, paga impostos com base numa declaração de impostos normal. Informe-se antecipadamente sobre os impostos que tem de pagar e evite, assim, ter de pagar demais.

Os estrangeiros com residência na Suíça e uma autorização de residência permanente (permissão C) declaram os seus rendimentos e o seu património na declaração de impostos normal. Esta declaração pode ser preenchida manualmente, por meio de um programa informático ou online (ZHprivateTax). Está disponível um assistente para o ajudar no processo de preenchimento. O programa informático pode ser descarregado no website da administração fiscal do cantão de Zurique.

www.zh.ch/steueramt

www.uster.ch/steueramt



VIVER

Informações gerais

Quando se mudar para o seu novo apartamento, apresente-se aos seus vizinhos. Os vizinhos irão apreciar o gesto. O regulamento interno regula as horas de descanso à noite e a seguir ao almoço, e a utilização de espaços e divisões comuns (a entrada, as escadas, a lavandaria, etc.).

Uster é uma Cidade da Energia. O município dá muito valor a uma política energética e climatérica sustentável. Uma Cidade da Energia é um município ou uma cidade que investe na utilização eficiente da energia. Obedece a regras de proteção do ambiente e assegura uma mobilidade ecológica. A título particular, é razoável esperar que os habitantes de Uster se comportem de forma sustentável: tendo cuidado com o consumo de água e luz, economizando nos custos do aquecimento e separando o lixo.

www.uster.ch/themeenergiestadt

Encontra informações sobre como arrendar uma casa ou apartamento na Suíça no boletim informativo «Viver na Suíça», que está disponível em 17 idiomas.

www.bwo.admin.ch

Seguro de habitação

O seguro de habitação é um seguro dos seus bens pessoais, p. ex., móveis, eletrodomésticos, vestuário, equipamentos desportivo e de lazer. Se alguém danificar ou roubar estes objetos, é o seguro de habitação que paga. Os seguros de habitação cobrem danos provocados por fogo, água (da rede ou subterrânea) e assaltos por arrombamento. Pode também fazer um seguro contra riscos adicionais: por exemplo, riscos como furto simples, perda de objetos, terremotos ou danos infligidos por acontecimentos externos. O seguro de habitação é contratado numa companhia de seguros.

O serviço de comparação na internet «Comparis» oferece-lhe uma comparação gratuita de prémios e coberturas. Mostra também a comparação de preços de caixas de doença, seguros gerais, companhias de telecomunicações e serviços de saúde.

www.comparis.ch

Taxas

Para a luz, a água e o saneamento recebe uma fatura das respetivas empresas fornecedoras.

www.energieuster.ch

Na Suíça, cada agregado familiar paga taxas de radiodifusão para programas de rádio e televisão ao organismo suíço encarregado da respetiva cobrança relativamente à transmissão de rádio e televisão.

www.serafe.ch

Lixo e reciclagem

O lixo é separado. Os estabelecimentos recebem garrafas PET, pilhas e garrafas de plástico usadas. Nos municípios, existem postos de recolha de resíduos, onde pode eliminar garrafas de vidro, latas de alumínio e outros materiais residuais. O papel e o cartão são recolhidos à porta de casa em determinadas datas. Esteja atento ao calendário de recolha do lixo. O lixo não reciclável é eliminado em sacos do lixo pagos. Pode comprar estes sacos do lixo em supermercados.

www.uster.ch/entsorgung



SAÚDE E QUESTÕES SOCIAIS

Doença e emergências

Emergências são situações graves e que representam perigo de vida. Ferimentos, intoxicações, queimaduras ou doenças súbitas exigem ação imediata. Numa situação de emergência, os médicos têm a obrigação de tratar qualquer pessoa ou de a encaminhar devidamente. Isto também se aplica a pessoas sem autorização de residência. Encontra os números de emergência na última página.

Comportamento em caso de emergência

Em primeiro lugar, contacte o seu médico de família, sempre que a emergência for urgente, mas não constitua perigo de vida. O atendimento de urgências prestado pelos médicos de família é um serviço disponível em toda a Suíça, inclusivamente durante a noite e ao fim de semana.

Se não conseguir contactar o seu médico de família por telefone, a mensagem do atendedor de chamadas fornece informações sobre os médicos de serviço que deve contactar numa emergência. Em qualquer região, existem ainda farmácias de serviço disponíveis para o atender durante a noite e aos fins de semana.

Telefone para emergências médicas para crianças, jovens e adultos:

0800 33 66 55

Este número de telefone funciona 365 dias por ano, 24 horas por dia.

Em caso de emergência muito grave, dirija-se ao serviço de atendimento permanente de um hospital. Se possível, faça primeiro o registo no centro de atendimento permanente do hospital por telefone. Através do número de urgência médica **144** pode também chamar uma ambulância. Em regra, a ambulância transporta apenas pacientes e não acompanhantes. Em alguns casos, o transporte por ambulância fica a seu cargo (entre 850 e 1900 francos suíços). Por este motivo, a utilização da ambulância compensa apenas se o estado do paciente não permitir qualquer outro transporte.

Sistema médico

Na Suíça, os médicos de família são responsáveis por prestar cuidados médicos primários. Prestam tratamentos e aconselhamento médico. Além disso, é aos médicos de família que deve recorrer em primeiro lugar em caso de doenças e acidentes, e eles podem referenciá-lo para o local correto (p. ex., médicos de especialidade, hospital). Assim, em caso de doença, consulte sempre o mesmo médico de família, para que o médico esteja familiarizado com o seu historial e o possa tratar em conformidade.

Tal como os adultos devem ter o seu médico, as crianças também devem ter um pediatra. Os pediatras realizam os exames necessários e fazem o acompanhamento da criança quando está doente. A par do estado de saúde, o médico avalia o crescimento e examina o desenvolvimento físico, psicológico e psíquico da criança.

Diretório de médicos na Suíça:

www.doctorfmh.ch

Diretório de médicos de família e dentistas de Uster:

www.medizin.ch/allgemeinmedizin-uster

www.medizin.ch/zahnmedizin-uster

Farmácias

A farmácia é primeiro ponto de contacto importante no caso de queixas de saúde. Os farmacêuticos são técnicos qualificados em medicamentos e podem aconselhá-lo de forma competente em caso de doença. Consoante o problema de saúde, podem vender-lhe medicamentos ou encaminhá-lo para o médico. Por norma, a informação e o aconselhamento prestados nas farmácias são gratuitos.

Na Suíça, todos os medicamentos são comprados na farmácia. Alguns medicamentos, como, por exemplo, analgésicos fortes ou antibióticos, estão sujeitos a receita médica.

Na farmácia, estão também disponíveis medicamentos à base de plantas e homeopáticos.

Outras informações

Portal para igualdade de oportunidades ao nível da saúde: informações sobre saúde em 56 idiomas, técnicos e acompanhantes. Para mais informações sobre dentistas, vacinas, stresse psicológico, gravidez e muito mais:

www.migesplus.ch

Gabinete especializado na prevenção intercultural de dependências e promoção da saúde:

www.fisp-zh.ch

Caixa de doença e redução do prémio

Todas as pessoas que residem na Suíça têm de ter um seguro de saúde e acidentes. O prazo para subscrever o seguro é de três meses após o nascimento ou o estabelecimento na Suíça. É livre de escolher uma das 53 caixas de doença.

www.krankenkassenversicherung.ch

Com o serviço de comparação na internet «Priminfo» do Departamento Federal da Saúde Pública pode comparar gratuitamente as tarifas das várias caixas de doença.

priminfo.admin.ch

IPV – Redução individual do prémio

As pessoas com rendimentos baixos têm direito a uma redução do prémio, ou seja, pagam prémios mais reduzidos à caixa de doença.

Os municípios verificam, com base nos dados fiscais, quem tem direito à redução individual do prémio e divulgam os nomes à Segurança Social do cantão de Zurique (SVA). Seguidamente, a SVA envia a estes clientes o formulário de requerimento. Este requerimento pode, contudo, ser feito diretamente à SVA que, depois, fará a verificação do pedido. Se fizer retenções na fonte e for elegível, o formulário é-lhe enviado automaticamente pela SVA de Zurique.

044 448 55 55 • info-ipv@svazurich.ch • www.svazurich.ch/ipv

Seguros

Seguro de responsabilidade civil

Por norma, um seguro de responsabilidade civil pode ser contratado por qualquer pessoa. Se causar danos a bens ou a terceiros, pode incorrer em custos elevados. Um seguro de responsabilidade civil protege-o de pagar montantes elevados. O seguro tem um custo reduzido e oferece segurança em caso de danos.

O serviço de comparação na internet «Comparis» oferece-lhe uma comparação gratuita de prémios e coberturas. Mostra também a comparação de preços de caixas de doença, seguros gerais, companhias de telecomunicações e serviços de saúde.

www.comparis.ch

Seguro de acidentes

Se estiver empregado na Suíça, está obrigatoriamente protegido contra acidentes. Isto inclui também estagiários, empregados domésticos e pessoal de limpeza em casas particulares.

Atenção: se trabalhar menos de 8 horas por semana para uma entidade patronal, o seu seguro cobre apenas acidentes e doenças de trabalho. Sendo esse o caso, deverá fazer o seu próprio seguro contra acidentes que possam ocorrer fora do contexto laboral.

Os trabalhadores independentes e pessoas não empregadas tão-pouco estão automaticamente asseguradas contra acidentes. Isto inclui donas de casa e domésticos, bebés e crianças em idade escolar. Também este grupo não está obrigatoriamente segurado contra acidentes. Isto significa que estas pessoas deverão contratar, por exemplo, um seguro contra acidentes numa caixa de doença.

Segurança social – Princípio dos três pilares

A Suíça possui uma densa rede de segurança social que oferece, a todos os que trabalham e residem no país e aos respetivos familiares, proteção contra riscos, a cujas consequências financeiras os mesmos possam não conseguir fazer face. Os dois primeiros pilares de proteção dizem respeito à velhice (AHV - seguro de velhice e de sobrevivência, reforma), à invalidez (IV - seguro de invalidez, reforma por invalidez) ou à morte do cônjuge ou de um progenitor (seguro de sobrevivência).

Se estiver empregado, as contribuições para este seguro são pagas a partir do 18.º ano de vida; em caso de desemprego, a partir do 21.º ano de vida. Se não estiver empregado e não beneficiar de ajudas sociais, terá de se inscrever na caixa de compensação do seu cantão.

www.ahv-iv.ch

As contribuições para os seguros AHV (seguros de velhice e de sobrevivência)/IV (seguro de invalidez)/EO (compensação da remuneração por perda de salário) e ALV (seguro de desemprego) são pagas a meias pela entidade patronal e pelo trabalhador. Quem não se encontrar empregado, tem igualmente de pagar contribuições para os seguros AHV/IV/EO. A franquia é calculada com base no património detido e/ou no valor dos rendimentos auferidos.

1.º Pilar (obrigatório)

Os seguros AHV e IV compõem o primeiro pilar, ou o pilar estatal. Aplica-se a todos os que residem ou trabalham na Suíça. As contribuições para a reforma destes dois seguros destinam-se a assegurar a subsistência do segurado. As contribuições são diretamente descontadas do ordenado.

AHV (seguros de velhice e de sobrevivência): os seguros de velhice e de sobrevivência (AHV) destinam-se a cobrir as necessidades básicas de subsistência em caso de inexistência de rendimentos por velhice ou morte. As franquias a pagar são calculadas com base no valor dos rendimentos atuais e na duração do pagamento das contribuições.

IV (seguro de invalidez): o seguro de invalidez permite aos segurados inválidos garantirem a sua subsistência total ou parcial através de medidas de integração. Quando uma (re)integração desta natureza não é possível ou é possível apenas parcialmente, o seguro de invalidez procede ao pagamento de uma pensão (parcial) de reforma. A integração tem prevalência sobre o pagamento da reforma.

2.º Pilar (obrigatório)

O 2.º pilar é a previdência profissional. A chamada caixa de pensão (PK, Pensionskasse) é válida a partir de um rendimento anual de 20 520 francos suíços. Destina-se, juntamente com o 1.º pilar, a cobrir as despesas de subsistência de pessoas mais velhas, de sobreviventes de casos de morte ou de inválidos. Este seguro garante que estas pessoas podem continuar a manter o seu estilo de vida.

3.º Pilar (voluntário)

O terceiro pilar pode ser dividido entre uma previdência vinculada, a qual pode ser deduzida do rendimento tributável, e a autoprevidência voluntária. Este seguro é contratado a uma seguradora ou instituição bancária.

Seguro de desemprego (ALV)

Em caso de desemprego, trabalho a curto prazo, paragem do trabalho por motivos climatéricos ou quando o empregador não tem capacidade para pagar o salário, há lugar a subsídio pelo seguro de desemprego (ALV). O ALV paga também medidas de reintegração profissional. Todos os trabalhadores são obrigados a subscrever este seguro. Ou seja, todos pagam os prémios do ALV através de descontos do salário. (Exceção: agricultores e respetivas famílias, e aposentados) Os trabalhadores independentes não são abrangidos por este seguro. Têm de o pagar separadamente.

Prestações suplementares e compensação da remuneração por perda de salário (EO)

Prestações suplementares

No caso de a pensão AHV/IV não ser suficiente para viver, poderá requerer as chamadas prestações suplementares. Cada caso será analisado individualmente. Verificar-se-á a necessidade de apoio e calcular-se-á o montante das prestações a receber.

Abonos de família

Estes abonos destinam-se a compensar parte dos encargos relativos ao sustento de uma ou mais crianças. Os abonos de família abrangem os abonos para crianças, os abonos escolares, bem como os abonos por nascimento e adoção. Cada criança é elegível a receber apenas um abono do mesmo tipo.

Licença de maternidade paga

As mulheres profissionalmente ativas que têm um bebé recebem a chamada licença de maternidade. Todos os contribuintes de AHV/IV pagam uma quantia para a licença de maternidade. As contribuições são descontadas juntamente com as contribuições para o seguro AHV.

www.ahv-iv.ch



FORMAÇÃO E TRABALHO

Informações importantes sobre trabalho

O seu rendimento e as suas possibilidades financeiras, e possivelmente também as da sua família, dependem do trabalho. O salário é transferido diretamente para a sua conta, a qual pode abrir no banco ou nos correios. Em situações normais, tem um contrato de trabalho que regula as condições laborais (horário, salário, férias, etc.). Determinados setores de atividade celebram também contratos de trabalho coletivos.

Se ficar doente, é normal ter de apresentar um atestado médico a partir do 3.º dia. Nele, o médico atesta a duração da incapacidade para o trabalho. Ao deixar de trabalhar num emprego, tem direito a uma declaração de trabalho. Esta declaração fornece informações sobre o tipo de trabalho realizado e a qualidade do desempenho prestado. As declarações de trabalho são importantes para se candidatar a outros empregos.

Centro de Orientação Profissional BIZ

O BIZ de Uster presta informações e aconselhamento sobre tudo o que diz respeito a formação, emprego e percurso profissional para jovens e adultos. O aconselhamento é gratuito para menores de 20 anos, pessoas sem grau académico (certificado de aprendizagem ou conclusão do ensino secundário) ou para pessoas que recebem apoios sociais ou bolsas de estudo. Informe-se junto do BIZ se tem direito a aconselhamento gratuito ou se há quaisquer custos envolvidos. Além disso, existem sessões curtas de 15 minutos para migrantes que as podem requerer gratuitamente e sem necessidade de inscrição.

A Infoteca do BIZ dispõe de muitos meios através dos quais se pode informar sobre as diferentes profissões. Pode estudar os materiais na própria Infoteca, requisitá-los ou até ficar com alguns para si de forma parcialmente gratuita. O BIZ oferece também vários eventos e palestras. Por exemplo, há os eventos informativos sobre a escolha de carreira para pais e jovens oriundos da migração. Estes eventos são oferecidos em vários idiomas.

BIZ Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 49 00 · www.ajb.zh.ch

Desemprego RAV (centro de emprego regional)

Se o seu posto de trabalho estiver ameaçado ou se tiver sido despedido, é importante que contacte desde logo o centro de emprego regional (RAV). Será, então, aconselhado e auxiliado na sua procura de emprego ainda durante o período de pré-aviso.

Enquanto candidato a emprego, tem o dever de fazer tudo o que estiver ao seu alcance para pôr termo à sua situação de desemprego. Tal inclui a procura de emprego e a colaboração com o agente de emprego que lhe foi atribuído. O RAV auxilia-o nesse processo.

Mesmo se não receber qualquer subsídio de desemprego, pode aconselhar-se junto do RAV.

RAV Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 43 43 · hotline.ravuster@vd.zh.ch · www.awa.zh.ch

Reconhecimento de habilitações

Pode mandar reconhecer o seu diploma emitido no estrangeiro. Este reconhecimento é realizado pela Secretaria de Estado para a Educação, Investigação e Inovação (SBFI): é o seu primeiro ponto de contacto para questões gerais relacionadas com o reconhecimento de diplomas e certidões emitidos no estrangeiro. Informe-se aí sobre o reconhecimento das suas qualificações profissionais. No SBFI, pode também solicitar a análise dos seus documentos através do portal online.

SBFI Reconhecimento de diplomas emitidos no estrangeiro
058 462 28 26 · kontaktstelle@sbfi.admin.ch · www.sbf.admin.ch



MOBILIDADE

Transportes públicos

Uster tem excelentes acessos ferroviários: quatro linhas de S-Bahn (metro de superfície) asseguram a ligação regular e cómoda da cidade com a periferia. As linhas de S-Bahn S5, S9, S14 e S15 circulam de e para Zurique. Nas noites de sexta para sábado e de sábado para domingo, bem como na véspera da maior parte dos feriados, circula a linha noturna SN5. Os preços e horários estão disponíveis para consulta no website da rede de transportes de Zurique (Zürcher Verkehrsverbund - ZVV).

Uma densa rede de autocarros garante o acesso às várias zonas de Uster e aos municípios adjacentes.

Os bilhetes e passes mensais podem ser adquiridos em qualquer máquina de venda de bilhetes ou nos balcões da estação, ou ainda na app. Importante: os bilhetes têm de ser validados antes da viagem. Os bilhetes diários ou os bilhetes normais de ida (Tickets) podem ser validados em determinados autocarros, contudo, tal não é possível nas cidades maiores. As crianças até aos 6 anos não pagam bilhete, as crianças dos 6 aos 16 anos viajam a um preço reduzido, e gratuitamente se forem titulares do passe Júnior e estiverem acompanhadas por um adulto. Se precisar de viajar com uma bicicleta, compre um bilhete para bicicletas (Velobillett).

Caminhos de ferro da Confederação Suíça - www.sbb.ch

App: SBB mobile na App Store ou Play Store do seu telemóvel

Zürcher Verkehrsverbund ZVV - 0848 988 988 - www.zvv.ch

App: ZVV-Tickets na App Store ou Play Store do seu telemóvel

Tráfego rodoviário

Pagamento de direitos alfandegários

Para veículos motorizados que tenham sido utilizados no estrangeiro durante, pelo menos, 6 meses, não é necessário pagar direitos alfandegários aquando da sua importação na Suíça. Estes veículos são, assim, considerados como bens pessoais. No posto alfandegário, preencha o formulário de requerimento «18.44 Übersiedlungsgut», mediante a apresentação do seu certificado de matrícula e dos seus documentos de autorização de residência.

Carta de condução

Se for titular de uma carta de condução emitida no estrangeiro, tem um ano para a trocar por uma suíça. Para conduzir na Suíça, precisa de ter uma carta de condução suíça. Faça o respetivo requerimento junto da Administração Rodoviária (Strassenverkehrsamt) ou da Repartição de Habitantes (Einwohneramt). Para tal, precisa da sua carta de condução estrangeira e da sua autorização de residência. Informe-se também se precisa de um exame prático de condução (Kontrollfahrt). Todos os cidadãos da União Europeia estão isentos deste exame de condução.

Matrícula do automóvel

Do mesmo modo, tem um ano para trocar a matrícula do automóvel. Contacte a Administração Rodoviária para agendar uma vistoria ao seu veículo motorizado. Além disso, precisa de ter consigo o certificado de matrícula original do automóvel e o comprovativo do contrato de um seguro automóvel na Suíça, pelo que deve igualmente fazer-se acompanhar da apólice de seguro. Nota: na Suíça, todas as pessoas proprietárias de um automóvel têm de contratar um seguro contra terceiros (Haftpflichtversicherung).

Velocidade e regras de trânsito

Por norma, a velocidade máxima na autoestrada está limitada a 120 km/h, nas vias rápidas, a 100 km/h, fora das localidades, a 80 km/h, dentro das localidades, a 50 km/h e a circulação em zonas residenciais não pode ultrapassar os 30 km/h. Em todas as rodovias é obrigatório circular à direita (isto é, circular na faixa da direita) e, nas rotundas, os veículos motorizados têm prioridade.

Vinheta de autoestrada (portagem)

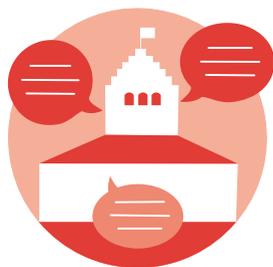
Para circular na autoestrada, precisa de ter uma vinheta de autoestrada. Esta vinheta tem o custo anual de 40 francos suíços e pode ser adquirida, por exemplo, nos correios ou em estações de serviço. É obrigatório colocá-la no para-brisas, o mais tardar, até 31 de janeiro do novo ano.

**Administração Rodoviária Hinwil, Studbachstrasse 8, 8340 Hinwil
058 811 40 00 · info@stva.zh.ch · www.stva.zh.ch**

Carsharing Mobility (mobilidade partilhada)

Enquanto cliente do serviço «Mobility», pode reservar um automóvel durante o dia ou a noite e abri-lo com o seu MobilityCard ou SwissPass. Os automóveis estão disponíveis em nove categorias.

www.mobility.ch



CENTROS DE CONTACTO E OFERTAS NA REGIÃO DE USTER

O objetivo da integração é envolver todos os residentes na vida económica, social e cultural. Isto é sinónimo de igualdade de oportunidades para todas as pessoas que vivem na Suíça. No centro deste processo figura o conhecimento do novo local de residência, assim como dos valores e costumes desse local. Os recém-chegados deverão ter a capacidade de estabelecer contactos e fazer amizades na sua nova pátria.

Cidade de Uster – Informações iniciais no centro de contacto central

A Cidade de Uster ajuda todos os que acabaram de se mudar para Uster. A nossa equipa terá todo o gosto em responder às suas perguntas sobre cultura, família e burocracia. Ao seu dispor terá também outros técnicos especializados no âmbito de questões familiares e apoios.

Com vista à integração bem-sucedida de crianças e jovens, poderá dirigir-se ao Centro para a Infância, Juventude e Inclusão e esclarecer as suas dúvidas. Temos todo o gosto em convidá-lo para uma reunião individual. Estas reuniões estão disponíveis em várias línguas. Em caso de interesse, queira contactar o Centro.

Cidade de Uster, Centro para a Infância, Juventude e Inclusão
Bahnhofstrasse 17, 8610 Uster

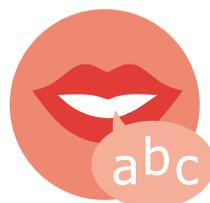
044 944 72 06 • integration@uster.ch • www.uster.ch

Aprender alemão

ABC Deutschkurse

Este curso de alemão é recomendado e subvencionado pela Cidade de Uster. O Centro para Famílias de Uster realiza cursos de alemão para principiantes e também para níveis mais avançados. Para além do ensino da língua alemã, o curso oferece também serviço de baby-sitting. Aprenderá a falar, compreender e escrever o alemão padrão e aprofundará os conhecimentos sobre a vida na Suíça.

Elisabeth Karth-Zehnder, Steinstrasse 3, 8610 Uster
044 940 05 62 · elisabeth.karth@bluewin.ch
www.abc-deutschkurse.ch



Cursos de alemão na igreja protestante de Uster

O curso de alemão destina-se a todos que desejam adquirir ou aprofundar os seus conhecimentos de alemão, mas que possuem meios financeiros reduzidos. Os níveis de aprendizagem oferecidos no curso vão do A1 (iniciante) ao B2 (intermédio). O curso tem lugar às quartas e quintas das 09:00 às 11:00 (exceto durante o período de férias escolares da Cidade de Uster) no centro comunitário da igreja Kreuz com oferta de baby-sitting para crianças até aos 5 anos.

Igreja protestante de Uster, Rémy Beusch
Zentralstrasse 40, 8610 Uster
044 943 15 11 · remy.beusch@refuster.ch
www.refuster.ch/deutschkurse

Mais instituições e ofertas

Bildungszentrum Uster

Höhere Berufsbildung Uster, Berufsschulstrasse 1, 8610 Uster
044 943 64 22 ▪ info@hbu.ch ▪ www.hbu.ch

Akrotea.ch GmbH

Joweid Zentrum 1, 8630 Rüti ZH
055 462 38 28 ▪ info@akrotea.ch ▪ www.akrotea.ch

WBK Dübendorf

Bettlistrasse 22, 8600 Dübendorf
044 801 84 84 ▪ info@wbk.ch ▪ www.wbk.ch

Klubschule Migros Wetzikon

Bahnhofstrasse 151, 8620 Wetzikon
058 712 44 70 ▪ www.klubschule.ch/Standorte/Zuerich/Wetzikon

DuoLingo

Aulas de línguas gratuitas através de uma plataforma linguística online ou numa app. www.duolingo.ch

Biblioteca municipal de Uster

Na biblioteca municipal de Uster, encontra uma ampla oferta de meios (livros, filmes, jogos, revistas), postos de trabalho tranquilos, uma sala de leitura com café, estações de computadores e wi-fi. São realizados eventos com regularidade.

Biblioteca municipal e regional de Uster

Bankstrasse 17, 8610 Uster
044 944 77 50 ▪ info@stadtbibliothek-uster.ch
www.stadtbibliothek-uster.ch



Centro para Famílias de Uster

O Centro para Famílias em Uster é um centro de convívio de mães, pais e crianças que frequentam em conjunto diversos eventos e ofertas. O Centro para Famílias é um ponto de encontro popular entre os pais.

Oferece ainda sessões de aconselhamento e cursos. Mas também oferece sessões de aconselhamento e cursos. No Centro para Famílias há também eventos oferecidos por peritos externos.

Femmes-Tische

As tertúlias femininas (ou também masculinas) são grupos de debate moderados em várias línguas. Em grupos pequenos, são debatidas questões sobre família, saúde e integração. Estas tertúlias visam reforçar os recursos pessoais e a rede de apoio social.

Centro de prevenção de dependências, Nicole Stadler

Gerichtsstrasse 4, 8610 Uster

043 399 10 84 · n.stadler@femmetische-zo.ch

www.femmetische.ch

Serviço de escrita

Voluntários ajudam-no a ler e escrever. Explicam o conteúdo de cartas e documentos em alemão. Auxiliam-no no preenchimento de formulários e requerimentos. Procuram o centro de contacto adequado para as suas perguntas (p. ex., sobre a segurança social, procura de casa, contratos de trabalho, contratos de arrendamento, rescisões de contrato, etc.).

O serviço de escrita é gratuito e está aberto a todos.

Todas as quartas-feiras, das 10 às 12 e das 13 às 19 horas.

Não requer inscrição prévia.

Centro para Famílias, Zentralstrasse 32, 8620 Uster

www.familienzentrum-uster.ch





TEMPOS LIVRES

Associações

As associações são uma base indispensável da vida desportiva, cultural e social do município de Uster. A oferta de tempos livres em Uster é bastante vasta e tem sempre qualquer coisa de interessante para todos os gostos.

www.uster.ch/vereinsliste

Em Uster, existem associações de migrantes que podem ajudá-lo nas questões do dia a dia. Quer conviver mais? Quer informar-se sobre algum tema em concreto? Quer estabelecer uma rede de contactos? As associações ajudam-no a ambientar-se e integrar-se bem na sociedade suíça.

**Centro de Contacto do Cantão de Zurique para Questões de Integração
Neumühlequai 10, 8090 Zürich • 043 259 25 37
info@migrantenvereine.ch • www.migrantenvereine.ch**

Trabalho voluntário

O trabalho voluntário é uma dádiva para a nossa sociedade. Homens e mulheres voluntários prestam apoio em muitas áreas da vida. Na Cidade de Uster, há muitos voluntários, de várias gerações, ativos. Eles ajudam nas áreas da saúde, da sociedade, em questões de asilo, culturais, desportivas e políticas.

www.uster.ch/freiwilligenarbeit

Eventos na Cidade de Uster

A Cidade de Uster oferece muitos eventos: concertos, eventos desportivos, exposições, cinema, teatro, palestras, leituras e mais.

**www.uster-agenda.ch
www.uster.ch/anlaesseaktuelles**



CENTROS DE CONTACTO

Migraweb

A Migraweb é uma oferta online de migrantes para migrantes. A Migraweb oferece informações e aconselhamento online sobre a vida na Suíça.

www.migraweb.ch

ch.ch

Esta oferta online fornece igualmente informações sobre a vida na Suíça. É uma oferta da Confederação, dos cantões e dos municípios, sobre os temas: seguros, abonos de família, carta de condução, naturalização, etc.

www.ch.ch

Secretaria de Estado para a Migração (SEM)

A SEM é uma entidade da Confederação. É a entidade competente em questões gerais relacionadas com estrangeiros e pelo reconhecimento de refugiados estrangeiros (aceitação e revogação de asilo) na Suíça.

www.sem.admin.ch

Centro de Contacto para a Integração do Cantão de Zurique

Este centro de contacto organiza e coordena a nível cantonal a integração de pessoas. Acompanha os recém-chegados a Uster. Presta também apoio a cidades e municípios na integração de recém-chegados. Deste modo, o centro de contacto organiza também programas de integração.

www.integration.zh.ch

Serviço de migração do cantão de Zurique

O direito de residência no cantão de Zurique e na Suíça é regulado pelo Direito da Confederação. O serviço de migração faz valer esse direito. Concede autorizações de entrada e de residência após a verificação dos respetivos pedidos. O serviço de migração é responsável pelo prolongamento de vistos e pela emissão de vistos de regresso.

Berninastrasse 45, 8090 Zürich

043 259 88 00 • info@ma.zh.ch • www.ma.zh.ch

Cidade de Uster

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

E-mail

integration@uster.ch



NÚMEROS E ENDEREÇOS DE EMERGÊNCIA

Podem consultar o diretório com vários números de telefone de emergência no website:

www.uster.ch/telefonnummern

Emergências gerais (central telefónica da Polícia)	112
Bombeiros	118
Polícia	117
Urgência médica (ambulância)	144
Polícia Municipal de Uster	044 944 76 66
Intoxicações: Centro de Informação Toxicológica da Suíça	145
Serviço de emergência médica (24 horas/dia – 365 dias/ano)	0800 33 66 55
Atendimento de urgência em farmácias (sexta-feira 18:00 – segunda-feira 06:00)	0900 553 555 (1.50/Min.)
Atendimento médico permanente	044 911 23 23
Hospital de Uster	044 911 11 11
Serviço de emergência dentária de Zuriq Oberland	079 358 53 66
Serviço de emergência psiquiátrica	044 931 39 39
Organização de apoio à juventude Ajuda por telefone para crianças e adolescentes	147
Abrigo para mulheres e centro de aconselhamento de Zürcher Oberland Proteção e segurança, bem como aconselhamento e acompanhamento centrados nos objetivos e nos recursos, e adaptados às necessidades individuais.	044 994 40 94 info@frauenhaus-zuercher-oberland.ch

Cidade de Uster

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

E-mail

integration@uster.ch