



TUDO SOBRE CASCAIS

Propriedade: Câmara Municipal de Cascais - Diretor: Marco Espinheira - Coordenador: Miguel Justino - Editor: Humberto Costa Design: Bárbara Palinhos
Departamento de Comunicação - Fotografia: Ana Guerreiro, Luis Bento - Tiragem: 15.000 exemplares - Periodicidade: Mensal - Impressão: Sogipaol - Depósito Legal: 332367/11

COVID-19 JUNTOS VAMOS CONSEGUIR

O que posso ou não fazer durante
o estado de emergência.
p.8-9

ABRIL'20 | EDIÇÃO ESPECIAL

MENSAGEM DO PRESIDENTE

Caros concidadãos,

Espero que todos vós, as vossas famílias e amigos, se encontrem bem de saúde. A vida é o nosso bem mais precioso. Neste tempo de recolhimento, de isolamento, de (re)aprendizagem, saibamos dar valor à vida. E, sobretudo, saibamos reinventar-nos e encontrar a felicidade nas coisas mais simples. Vivemos um tempo grave. Perdem-se diariamente milhares de vidas em todo o mundo. Milhões de pessoas estão e são infetadas. A economia colapsa e muitas famílias perderam o seu sustento. Em Portugal, felizmente estamos muito longe das projeções mais pessimistas. Isso deve-se ao esforço do governo e das autarquias, à responsabilidade cívica da maioria dos portugueses e, sobretudo, ao tremendo esforço dos profissionais de saúde. Nunca tão poucos zelaram pela vida de tantos. Respeitemos a memória dos que partiram e o esforço do Serviço Nacional de Saúde mantendo-nos em casa, em isolamento.

Há dias, chegou a Cascais uma doação importante de cidadãos chineses residentes em Cascais. Três ventiladores, capazes de salvar centenas de vidas, que foram imediatamente entregues ao Hospital de Cascais. Recebi a encomenda e, confesso, comovi-me. Em todas as caixas dos ventiladores vinha colado um envelope. Papel pardo, com selo dos correios chineses. A marcador preto no envelope uma mensagem em inglês: "For the heroic portuguese doctors" (Para os heroicos médicos portugueses). Lá dentro uma carta escrita em

mandarim e inglês, com uma pintura da nossa Baía feita por uma criança chinesa. Este episódio confirmou uma crença que tenho: a pandemia trouxe-nos o pior e alterou radicalmente o nosso modo de vida. Mas não foi, e nunca será capaz de nos roubar o melhor que há em cada um de nós em Cascais: a hipótese de nos unirmos na diferença, de sermos a multiplicidade de um só. O combate à propagação do coronavírus é um momento definidor deste nosso sentimento comum de humanidade. O Covid-19 não faz distinção de raças, nem de credos, nem de estratos sociais. Não discrimina em função da geografia ou da orientação sexual. Cada um de nós, cidadão do mundo, é alvo potencial desta ameaça à saúde pública global. A resposta, como mostram os cidadãos de Cascais, nascidos aqui ou a milhares de quilómetros de distância, é só uma: mais, não menos, humanidade.

Não sabemos muita coisa sobre o coronavírus. Por exemplo não conhecemos a cura nem até quando é que isto vai durar. Mas sabemos o que devemos fazer para o combater. Com responsabilidade, adaptando os nossos comportamentos e os nossos hábitos, concedendo e fazendo esforços, cada cidadão pode contribuir - à escala individual - para conter um problema global. A única vacina para a pandemia é o isolamento. É meu dever, enquanto líder da nossa comunidade, ultrapassar o isolamento social com maior proximidade de informação. É esse o esforço colocado neste jornal que agora chega até cada um de vós. Como

poderão ler nas próximas páginas, há muitas dicas de segurança que podem adotar e várias medidas em vigor no concelho. Elas são o nosso esforço de guerra contra a pandemia. Têm sido amplamente divulgadas nas plataformas digitais. Sabemos, porém, que há ainda largas franjas da população que estão excluídas do mundo digital. E como em Cascais ninguém pode ficar para trás, este jornal faz uma ponte com cada um dos nossos cidadãos.

Quem me segue nas redes sociais sabe que não esconderei nada. Não venceremos esta guerra se não falarmos verdade às pessoas. Em Cascais temos ganho várias batalhas. A batalha por centros de testes Covid-19 no nosso concelho; a batalha por comprar e distribuir material de proteção muito escasso; a batalha pela desinfeção maciça do espaço público e tantas outras. Registámos grandes vitórias coletivas. Mas grandes são ainda os desafios à nossa frente. O pior desta crise pode ainda não ter chegado. A economia está a afundar. Empregos estão a ser destruídos. Enquanto debelamos a pandemia assistimos à formação de um tsunami social. Não vale a pena termos ilusões: os tempos estão a mudar e, mais cedo do que tarde, cada um de nós será pressionado a ceder alguma coisa para que todos saiam beneficiados. Como responsável máximo da Câmara Municipal de Cascais quero que saibam que tem sido uma enorme honra liderar uma equipa de homens e mulheres comprometidos e absolutamente dedicados à sua missão de servir os

cidadãos neste tempo de combate, e um privilégio de pertencer a uma comunidade em que cada um faz o que deve fazer.

Quanto a mim, quero deixar-vos uma garantia: estou convosco mais do que nunca e, mesmo sendo considerado grupo de risco, não rejeito nenhuma responsabilidade, não viro costas a nenhuma missão, e dou-me por inteiro a esta causa.

Caros concidadãos, Estes não são tempos nem para otimismo infundados ou depressões injustificadas. As coisas são como são. São difíceis. Mas gerações antes de nós passaram privações muito maiores. Esta é a nossa privação, o nosso teste. Cascais tem 650 anos e já viveu momentos difíceis antes. Resistiu, subsistiu, venceu. A nossa responsabilidade, neste nosso tempo, é que algures no futuro, quando as próximas gerações de cascalenses olharem para trás, digam com orgulho que este foi o momento em que em Cascais foram Todos por Todos.

Com energia, fé e esperança, peço-vos a todos que fiquem em casa, que tratem de vós. Para que os outros, os que têm de estar na rua, tratem de nós.

**TODOS POR TODOS
FORÇA CASCAIS**



Carlos Carreiras
Presidente da Câmara Municipal de Cascais

COVID-19

ATENDIMENTO MUNICIPAL REFORÇADO



A CÂMARA DE CASCAIS CONTINUA A SERVIR OS CIDADÃOS NOS SERVIÇOS E INFORMAÇÃO QUE DISPONIBILIZA

Os serviços de sempre e acrescidos de novas soluções para simplificar a sua vida. Literalmente sem sair de casa.

Utilize uma das múltiplas opções:



LIGUE PARA A

**LINHA
CASCAIS**

800 203 186



ENVIE EMAIL PARA

atendimento.municipal@cm-cascais.pt



FAÇA O SEU PEDIDO

cascais.pt

Com o encerramento de todos os locais de atendimento municipais em Cascais, de forma a evitar o contágio do Covid-19, a CMC garante, no entanto, o atendimento presencial na **Loja Cascais** (Morada: Rua Manuel Joaquim Avelar, nº 118, Cascais), após triagem e caso não seja possível resolver o assunto à distância.

Desta forma, a Câmara Municipal de Cascais continua a garantir os serviços ●

Precisa de marcar o teste de rastreio do Covid-19?

A Linha Cascais passou a oferecer o serviço de marcação de testes de rastreio de Covid-19, o qual pode ser efetuado de **segunda a sábado das 9h às 18h00**.

Tem uma empresa e pretende esclarecimentos quanto às medidas de apoio disponibilizadas?

Os empresários de Cascais, precisando de esclarecimento quanto às medidas de apoio oferecidas, podem encontrar a resposta através da **Linha Cascais**.

Os meios disponíveis permitem tratar de um vasto conjunto de matérias de interesse do município:

- Urbanismo;
- Atividades económicas;
- Transportes;
- Limpeza urbana;
- Entre outros

#FIQUEEMCASA

JUNTOS VAMOS CONSEGUIR

TODOS POR TODOS



Em Cascais ninguém fica para trás. Toda a equipa municipal está a trabalhar para proteger as pessoas, as famílias e as empresas neste tempo de incerteza.

Atuamos em duas frentes: o combate pela saúde pública, por um lado, e o estímulo económico, por outro. Estas são as medidas em curso para proteger a nossa comunidade e a nossa economia.

MEDIDAS PELA SAÚDE PÚBLICA:



Dois centros de testes Covid-19 com capacidade para **500 testes diários**



Interdição de praias, passeio marítimo, paredão e barragem rio da mula



Encerramento de equipamentos de fitness, baloiços e outros espaços de recreio



Protegemos as pessoas, sobretudo as das instituições na linha da frente, com encomendas em massa de máscaras, luvas e ventiladores



1300 camas de retaguarda para os infetados



Desinfeção de ruas e espaços públicos



Reforço da fiscalização no território



PROTEGER AS PESSOAS APOIAR AS FAMÍLIAS:



Com as Juntas de Freguesia, foi lançado há duas semanas o **programa de apoio a séniores**, em que voluntários jovens auxiliam os mais velhos nas compras e medicamentos



Dois centros para **pessoas sem-abrigo**



Resposta em hotéis para o pessoal de saúde que não quer ou não pode dormir nas suas casas



Gratuidade nos transportes públicos até fim de Maio (autocarros funcionam com horário adaptado ao estado de emergência) e **deixámos de cobrar nos parquímetros**



TODOS POR TODOS



Dois mil trabalhadores em teletrabalho



Filhos dos trabalhadores de serviços essenciais **têm escolas de acolhimento**



Criámos um Fundo Social de Emergência **superior a 5 milhões de euros**



Pacote Social Água: subsídio municipal de 1 milhão de euros aos consumos dos escalões mais baixos; redução das tarifas RSU para famílias



Pacote Social Água: **Congelamento de tarifas** em 2020 e 2021



Pacote Social Água: Poupança média anual de **12% para agregados familiares**

CONFIAR NAS EMPRESAS ESTIMULAR A ECONOMIA:



Agilizamos o pagamento a fornecedores



Isentamos pagamento de taxas de ocupação de espaços públicos



Isentamos taxas RSU para estabelecimentos comerciais que encerraram a sua atividade - com consumo inferior a 3 metros cúbicos -, por um período de 6 meses



Lançámos uma **linha de atendimento gratuito**, em estreita articulação com a Associação Empresarial de Cascais e com a Nova Business School of Economics, para esclarecer todas as dúvidas sobre as políticas nacionais e locais



App “Compre Agora, Ganhe Depois”. Em parceria com o CEIIA, Pagaqui, AECC e Nova SBE, foi desenvolvida uma aplicação que faz a ligação entre os estabelecimentos comerciais e as pessoas: hoje compramos, agendamos, marcamos; amanhã usufruímos dos produtos ou dos serviços dessas empresas.



Gabinete de Apoio ao Empresário, tendo como parceiros de conhecimento a Nova SBE, a Deloitte e a DNA ●

COVID-19

DESINFEÇÃO DE RUAS E ESPAÇOS PÚBLICOS CORTAR OS CAMINHOS AO COVID-19



A higienização do espaço público é uma tarefa permanente, mas neste contexto ela representa uma importante frente de combate à propagação do Covid-19. É no espaço público que o vírus se sente mais confortável, alojando-se nas mais diversas superfícies dos equipamentos e espaços que todos partilhamos no nosso dia a dia. É também por isso que deve ficar em casa.

Os bancos de jardim, corrimãos, caixas multibanco, transportes públicos, Ilhas ecológicas, contentores, papelieras, dispensadores de sacos para dejetos caninos, são superfícies expostas ao vírus e é ali que ele se aloja e sobrevive ativo por um período de tempo.

É por isso que este combate é de extrema importância. A autarquia iniciou, em todo o concelho, uma luta sem tréguas ao Covid-19 e desde o dia 19 de março que está a proceder à minuciosa higienização de todo o espaço público e em todo o concelho.

Há um batalhão de homens e mulheres fantásticos que todos os dias, entre as 06h00 da manhã e as 12h00, percorrem todos estes recantos comuns do concelho procedendo à higienização mecânica, utilizando para o efeito um produto com eficácia virucida durante 30 dias ●

Não deixe monos e cortes de jardim na rua

Faça parte da equipa, ajude-nos a reforçar a higiene pública. Apelamos aos munícipes para que continuem a **separar todos os resíduos, que fechem bem os sacos e não os deixem no chão**, antes os coloquem no respetivo contentor. **Não deixe cortes de jardim ou monos na rua** porque, excepcionalmente neste período, **o serviço de recolha não está a funcionar.**



VEJA O VÍDEO EM
cascais.pt



UM CONCELHO UNIDO E VOLUNTÁRIO TRABALHADORES, SOCIEDADE CIVIL E EMPRESAS

Face à alteração súbita e radical do nosso modo de vida e à luta contra uma pandemia que se alastrou ao planeta, a resposta da sociedade civil do nosso concelho tem sido exemplar. Ao civismo demonstrado, no cumprimento das obrigações e confinamento a que estamos sujeitos, juntou-se a responsabilidade social por parte de empresas e profissionais, bem como múltiplos movimentos de solidariedade, que em muito têm contribuído. Uma palavra de apreço para os trabalhadores municipais que se encontram no terreno a zelar pelo bem comum. **A todos o nosso obrigado.**

Linha da Frente

Com a declaração do Estado de Emergência, por forma a desenvolver todos os esforços na contenção da pandemia, a grande maioria da população encontra-se confinada à sua casa. Mas há profissionais cuja atividade é fundamental para que Cascais e a vida continue. É o caso da área da saúde ou dos serviços essenciais (farmácias, produtos alimentares...). Mas não só, as empresas e os serviços municipais também têm a sua linha da frente: Polícia Municipal, Proteção Civil, Higiene Urbana, Atendimento Municipal e Quinta do Pisão, são exemplos de uma força presente no terreno, verdadeiros profissionais e heróis, desde a primeira hora ●



Empresas Solidárias

Habitualmente solidárias, as empresas que todos os anos contribuem para ações de solidariedade promovidas pelo município, mais uma vez disseram sim. Ao todo, até ao fecho deste artigo, tinham sido doadas 7.680 barras de cereais pela Delta Cafés; 100 escovas de dentes e 50 embalagens de cotonetes pela Babu; e diversos bens de higiene pessoal pela cadeia de supermercados Dia; a Sonae irá doar um vasto conjunto de produtos de

higiene. A empresa Culto da Imagem, sediada no ninho de empresas da DNA Cascais, produziu e doou 1000 máscaras de proteção individual ao Hospital de Cascais com o apoio da DNA. A Shine Media doou 100 viseiras de proteção aos médicos, enfermeiros e pessoal do ACES-Cascais. Três ventiladores, máscaras e outros equipamentos médicos e de proteção individual, fazem parte de uma generosa doação que os cidadãos chineses residentes em Cascais fizeram ao concelho. A DKK, empresa de construção civil em Alcabideche, colocou à disposição cinco viaturas e 12 dos seus colaboradores ao serviço dos grupos de risco para realizar entregas ao domicílio (lenha e gás) ou fazer pequenas reparações nos lares. A Morphis Composites, através do projecto Air4All, encontra-se a desenvolver um protótipo de ventilador, tendo como primeiro objetivo a criação e produção de ventiladores de suporte de vida, sem fins criativos. Uma onda solidária que não pára de crescer. As empresas dão provas de Cascais solidário ●

Hotéis apoiam os Profissionais da Saúde

Os profissionais da área da saúde estão particularmente vulneráveis, acabando por poder expor ao risco as suas famílias. A pensar nisso e unindo-se para providenciar uma resposta que minimiza esse risco, várias unidades hoteleiras do concelho estão a assegurar o alojamento

destes profissionais. É o caso do Pestana Cidadela de Cascais, que disponibilizou 10 quartos, do Estoril Édén (12 quartos), do Sheraton Cascais (3 quartos), Hotel Londres (10 quartos), Blue Boutique Hostel (sob pedido), Casa da Avenida (apartamento T2) e Hotel Vila Itália (disponibilidade total). Em todas estas unidades, estão 20 profissionais de saúde e 32 bombeiros, que pela natureza das suas atividades não podem ou não querem regressar a casa. ●

Hora de Almoço

O Hotel Albatroz oferece, duas vezes por semana, 30 refeições a utentes de instituições. A Panisol surpreendeu as equipas do Hospital de Cascais com pasteis de nata e o Santini com gelados. Gestos simples que elevam o ânimo de quem não pode parar ●



Voluntariado, um Amigo Fundamental

São muitos os cidadãos que se manifestam disponíveis para ajudar os mais velhos, doentes crónicos ou apoiar os profissionais da linha da frente. Oferecem-se para realizar ajudas essenciais como ir às compras, à farmácia, correios, ou até para passear

os animais. Quer fazer parte do grupo de voluntários que, apesar do risco de exposição, está disponível para ajudar os outros? Telefone para a Junta de Freguesia da sua área de residência (ver pág. 15) ●



Abrigo para Animais

A Cães na Linha colocou à disposição 10 alojamentos para animais de profissionais de primeira linha e serviços de passeio de animais. Uma ajuda enquadrada pela Associação S. Francisco de Assis que está a organizar, em parceria com as Juntas de Freguesia, uma lista de voluntários para ajudar quem por razões profissionais não possa acudir aos seus amigos de quatro patas ●

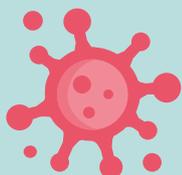
Traduções para Oito Línguas

Com residentes de 123 nacionalidades diferentes e ciente da importância de garantir o maior alcance possível da informação sobre as medidas Covid-19 adotadas no concelho, a Câmara Municipal desafiou cidadãos residentes a traduzir nas suas línguas as medidas. Até ao fecho deste artigo já estavam publicadas traduções em oito línguas: Alemão, Chinês, Espanhol, Francês, Inglês, Italiano, Moldavo/Romeno e Sueco, disponíveis em **cascais.pt** ●

COVID-19

A VIDA MUDOU

O QUE POSSO OU NÃO POSSO FAZER DURANTE O ESTADO DE EMERGÊNCIA



1 Se está contaminado pelo Covid-19 (ou em vigilância pelas autoridades de saúde) **respeite o isolamento obrigatório** (no hospital ou em casa)

Sob pena de incorrer em crime de desobediência.



2 Se tem mais de 70 anos, sofre de doença crónica, faz parte do grupo de risco, **fique em casa pela sua saúde.**

Tem +65 anos? Podemos ajudar. **APOIO SÉNIOR**
Seg a sex das 9h00 às 18h00 (ver pág. 15)



3 Saia de casa só em situações excecionais como:

- Comprar bens essenciais
- Ir à farmácia ou ao centro de saúde
- Passear os animais de companhia
- Dar pequenos passeios rápidos perto de casa
- Ir ao banco ou aos CTT tratar da reforma.



4 A população em geral (quem não pertence a grupos de risco nem está infetado - nem suspeita estar - pelo Covid-19) **é obrigatório o recolhimento domiciliário.**



5 A população em geral (se não está infetado nem tem mais de 70 anos, nem é doente crónico) **só deve sair de casa para:**

- Ir trabalhar (se não for possível o teletrabalho)
- Dar assistência à família
- Cuidar de animais de estimação
- Comprar bens essenciais
- Tratar de assuntos urgentes
- Para tratamentos ou consultas médicas inadiáveis
- Passeios rápidos ao ar livre com crianças.



6 Se o meu cartão de cidadão ou carta de condução caducar **posso renová-lo?**

Não. As lojas de cidadão estão encerradas. Os documentos que tenham prazo de caducidade têm o seu prazo de validade prorrogado até 30 de junho. Os serviços públicos apenas funcionam por marcação.



7 Posso ir à missa?

Não. As celebrações de cultos religiosos estão suspensas.

Pode ouvir a missa numa frequência de rádio ou na Internet/Online



8 Posso ir levantar a minha reforma ao banco ou aos CTT?

Sim. Mas, se tiver mais de 70 anos deve:

- Pedir ajuda a familiares,
- Telefonar para a sua junta de freguesia
- Utilizar o serviço de entrega ao domicílio pelo seu carteiro habitual.



9 Os transportes públicos estão a funcionar?

Sim, mas a lotação está a ser limitada.

Também pode circular em carro próprio e os postos de combustível estão a funcionar.



10 É seguro andar de transportes públicos?

Sim. A lotação está limitada para respeitar o distanciamento social.

Em Cascais os autocarros são desinfetados duas vezes por dia. Até ao fim de maio os autocarros são gratuitos pelo que não necessita de bilhete ou passe.



11 Posso levar os miúdos à rua para brincar?

Sim. Pode acompanhar os menores em períodos de recreação ao ar livre de curta duração.

Procure online ideias para os períodos passados em casa.



12 Posso levar o cão à rua?

Sim, mas a deslocação tem de ser de curta duração.

Tem +65 anos? Podemos ajudar. APOIO SÉNIOR Seg a sex das 9h00 às 18h00 (ver pág. 15)



13 Tenho guarda partilhada dos meus filhos. Posso levá-los ao outro progenitor?

Sim. Pode sair de casa para dar assistência à família.



14 Posso sair para cuidar dos meus pais?

Sim. Pode sair de casa para assistência à família.



15 Posso ir correr?

Sim. Mas sozinho e por períodos de curta duração.

Faça exercício em casa. As cadeias de ginásios estão a disponibilizar aulas gratuitas na internet.



16 Posso ir a um centro comercial?

Os centros comerciais estão encerrados, exceto os supermercados ou quiosques que façam parte do centro comercial, porque vendem produtos considerados essenciais como comida, bebida, jornais e tabaco.



17 Posso ir ao café ou ao restaurante?

Os estabelecimentos de restauração e similares não devem ter atendimento ao público. Só devem funcionar para serviço take away e entregas ao domicílio.



18 É possível fazer ou ir a funerais?

Sim. Mas há limitações.



19 Informe-se das regras específicas para respeitar o isolamento social.



VEJA O VÍDEO EM cascais.pt

COVID-19

REGRAS A CUMPRIR SE TIVER QUE SAIR DE CASA



1 Ao sair de casa vista um casaco com mangas mais largas



2 Apanhe o cabelo, não leve pulseiras, brincos ou anéis



3 Leve máscara e coloque-a exatamente quando sair de casa



4 Sempre que possível não usar transportes públicos. Em Cascais os parquímetros são grátis



5 Se vai passear o cão não permita que ele se roce em superfícies no exterior



6 Leve toalhetes descartáveis e use-os para proteger os seus dedos sempre que tiver de tocar qualquer superfície no exterior



7 Amarrote os lenços e deite-os num caixote do lixo



8 Se tossir ou espirrar faça-o para o cotovelo, não para as mãos ou para o ar



9 Sempre que possível não pague em dinheiro. No caso de o fazer, desinfete as mãos



10 Lave bem as mãos se tocar em algum objeto ou superfície, de preferência leve consigo gel desinfetante



11 Não toque na cara até que tenha as mãos limpas



12 Mantenha distância relativamente às outras pessoas

COVID-19

REGRAS PARA QUANDO REGRESSAR A CASA



1 Ao regressar a casa procure não tocar em nada



2 Tire os sapatos à entrada de casa



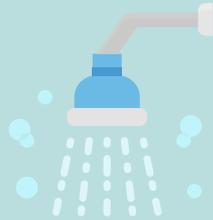
3 Desinfete as patas do animal que passeou



4 Retire a roupa exterior e coloque-a num cesto para a lavar



5 Deixe as moedas, carteira, chaves etc, numa caixa



6 Tome banho. Se não puder, lave bem todas as zonas expostas



7 Limpe o telemóvel e óculos com sabão e álcool



8 Limpe com lixívia as superfícies dos objetos que tenha trazido do exterior



9 Remova com cuidado as luvas e lave as mãos



10 Recordamos que não é possível fazer uma desinfecção total. O objetivo é reduzir o risco de contágio

PERGUNTAS FREQUENTES

AMBIENTE



POSSO PRATICAR ATIVIDADES DESPORTIVAS AO AR LIVRE?

Não se recomenda. Nesta fase em que há risco de transmissão comunitária, e tendo em conta que está em vigor o Estado de Emergência, as saídas estão limitadas a motivos de trabalho (só para profissionais que não podem estar em teletrabalho) e por razões justificadas (fazer compras de bens essenciais ou medicamentos, passear animais de estimação, prestar assistência a terceiros).



A RECOLHA DE LIXO E LIMPEZA DOS ESPAÇOS PÚBLICOS ESTÁ A FUNCIONAR?

Sim. Está assegurado o normal funcionamento dos serviços de recolha de resíduos (caixotes, contentores, papelarias, ilhas ecológicas) e limpeza do espaço público.



HÁ RECOLHA DE MONOS OU DE CORTES DE JARDIM?

Não. Os serviços de recolha de cortes de jardins e objetos fora de uso foi interrompido. Não deposite este tipo de resíduos na via pública.



PORQUE ESTÃO AS TAMPAS DOS CONTENTORES DE LIXO ABERTAS?

As tampas dos contentores de lixo estão abertas e é para manter assim, pois evita o contacto com a tampa aquando do depósito do lixo.

ATIVIDADES ECONÓMICAS



AS FEIRAS E MERCADOS ESTÃO A FUNCIONAR NO CONCELHO DE CASCAIS?

Sim. Mas apenas para bens alimentares e produtos frescos de 1.ª gama (condicionada às regras de segurança).

ASSUNTOS JURÍDICOS



APOIO SOCIAL



OS MEUS PAIS SÃO IDOSOS E/OU DOENTES CRÓNICOS. COMO POSSO APOIÁ-LOS SEM OS COLOCAR EM RISCO?

Evite o contacto pessoal com eles. Deixe as compras do lado de fora da porta para eles recolherem e se possível não entre em casa.



PRECISO DE APOIO PARA PEQUENOS SERVIÇOS (COMPRAS, FARMÁCIA, ETC) OU QUE PASSEIEM O MEU CÃO, QUEM ME PODE AJUDAR?

As juntas de freguesia apoiam idosos e doentes crónicos. Contacte a sua Junta de Freguesia através de um dos telefones disponíveis na página 15.

TENHO UM PRAZO ATÉ AO FINAL DE MARÇO PARA ENTREGAR DOCUMENTOS DE LICENCIAMENTO DA MINHAS OBRAS E/OU PAGAR UMA MULTA. COMO DEVO PROCEDER?

Todos os pedidos de licenciamento, multas, execuções fiscais, documentos administrativos e outros, sofrem prorrogação de 15 dias - após 15 de abril.

TURISMO



OS POSTOS DE TURISMO DO CONCELHO ESTÃO A FUNCIONAR?

Os Postos de Turismo irão funcionar com porta fechada, reforçando o atendimento online e telefónico. O atendimento presencial só em situações de urgência.

- **CONTACTOS: EMAIL**
info@visitcascais.com
- **TELEMÓVEL**
+351 912 034 214
- **TELEFONE**
351 215 870 256
- **PODE USAR O WIFI NOME**
vcgwest
PASSWORD
visitcascais
- **POLÍCIA DE TURISMO**
+351 214 814 067
+351 214 814 068



OS EVENTOS AGENDADOS PARA ESTA ALTURA NO CONCELHO AINDA IRÃO REALIZAR-SE?

Não. A Câmara Municipal de Cascais determinou adiar ou cancelar todos os eventos que se realizam no concelho por período indeterminado.

PERGUNTAS FREQUENTES

MOBILIDADE



OS AUTOCARROS INTRACONCELHOS EM CASCAIS CONTINUAM A SER GRATUITOS PARA TODOS?

O período de gratuidade dos transportes públicos, sem necessidade de apresentação do cartão Viver Cascais, foi alargado até final de maio de 2020.



PARA ANDAR DE AUTOCARRO ESTÃO A SER TOMADAS ALGUMAS MEDIDAS PARA CONTENÇÃO DA PROPAGAÇÃO DA COVID-19?

Sim. Foram tomadas várias medidas: os autocarros são higienizados manual e mecanicamente com um virucida eficaz por 30 dias; a lotação de passageiros foi

reduzida a 30%; o acesso aos autocarros das carreiras municipais e intermunicipais é feito só pela porta traseira; há uma zona de proteção aos motoristas no interior dos autocarros; não é preciso apresentar títulos de transportes (passe, bilhetes) em todas as carreiras municipais e intermunicipais.

EDUCAÇÃO



HÁ SERVIÇO DE ACOLHIMENTO DE FILHOS DE PROFISSIONAIS QUE NÃO PODEM PARAR?

Sim. Mas só para crianças dos 3 aos 12 anos, filhos dos trabalhadores de serviços especiais que não possuam mais alternativas (profissionais de saúde, das forças e serviços de segurança e de socorro, incluindo bombeiros voluntários e das forças armadas, os trabalhadores dos serviços públicos essenciais que sejam mobilizados pela sua entidade empregadora ou pela autoridade pública). É necessário comprovar que reúnem as condições de aplicação da medida. Se reúne todas as condições para usufruir do serviço de acolhimento de crianças nas escolas do concelho deve inscrever-se através do preenchimento de um formulário disponível em [cascais.pt](https://bit.ly/cascais.pt): <https://bit.ly/covid-19-formulariocriancas>

SAÚDE



HÁ A POSSIBILIDADE DE FAZER RASTREIO GRATUITO À COVID-19 NO CONCELHO?

Sim. Mas apenas por prescrição médica dos Centros de Saúde e Hospital de Cascais. Há dois centros de rastreio: Centro de Congressos do Estoril (para residentes nas freguesias de Cascais-Estoril e Alcabideche) e em São Domingos de Rana, na CERCICA (para residentes nas freguesias de Carcavelos-Parede e S. Domingos de Rana).

• **LINHA CASCAIS**
800 203 186



HÁ LOCAIS NO CONCELHO ONDE PODE SER FEITA QUARENTENA?

O concelho de Cascais está dotado com mais de 1.300 camas para quarentena.



O HOSPITAL DE CASCAIS ESTÁ A FAZER TESTES AO COVID-19?

Nesta fase todos os hospitais do SNS estão a fazer o teste aos doentes que se apresentam com contexto clínico depois de terem sido referenciados pelo SNS24.

ATENDIMENTO MUNICIPAL



TENHO UM ASSUNTO URGENTE PARA TRATAR NUM SERVIÇO MUNICIPAL. O QUE POSSO FAZER?

Todas as lojas municipais estão encerradas com exceção da Loja situada em Cascais (Rua Manuel Joaquim Avelar, n.º 118 piso -1) a funcionar em regime de porta fechada, com atendimento presencial após triagem.

• **LINHA CASCAIS**
800 203 186
• **LOJA CASCAIS ONLINE**
cascais.pt



COVID-19

A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA É CRIME PÚBLICO.

DENUNCIAR É UMA RESPONSABILIDADE COLETIVA. NÃO HESITE. CHAME AS FORÇAS DE SEGURANÇA.

PARA SUA SEGURANÇA:

Avalie se pode fazer quarentena junto de familiares ou pessoas amigas que lhe ofereçam condições de segurança.

Identifique membros da família, vizinhança e pessoas amigas que a possam acolher ou ajudar.

Combine códigos de emergência (sinal, gesto, palavra, objecto na janela acordado com vizinhos) que alertem para a situação de crise em casa.

INFORMAÇÕES E APOIO LIGUE:

Espaço V - 210994321

APAV - 217657933

Saiba mais em: cascais.pt/vd



AJUDE A PROTEGER AS CRIANÇAS DESPROTEGIDAS

NÃO DEIXE DE DENUNCIAR, AJUDE A PROTEGER!

A situação de confinamento domiciliário poderá agravar o risco para as crianças mais desprotegidas, que se veem sem as escolas enquanto rede de segurança. A violência contra as crianças é um dos mais graves problemas de saúde pública do nosso tempo, quer pela sua dimensão, quer pelas consequências tanto a curto como a longo prazo.

A vizinhança de proximidade da criança, deve denunciar os casos de violência e maus tratos, contactando a Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Cascais através dos números **214 815 282** (2ª a 6ª feira das 9h às 17h) ou 914 943 685 e ainda através dos emails cpcjc@cm-cascais.pt ou cpcj.cascais@cnpdpcj.pt

Poderá também contactar a esquadra mais próxima da PSP ou GNR, ou ainda utilizar a **Linha SOS Criança** - uma linha de apoio gratuito 116111 (de 2ª a 6ª feira das 9h às 19h) ou pelo WhatsApp 913069404.



COVID-19

LINHA DE APOIO SÉNIOR +65 ANOS

Recordamos que a população mais velha e com outras doenças associadas é a que se encontra mais vulnerável perante o Covid-19. A única “vacina” conhecida é ficar em casa, evitando a possibilidade de exposição ao vírus. Mas nunca estará só. A Câmara de Cascais, em parceria com as juntas de freguesia, criou uma linha de apoio. Estamos aqui, ao seu lado.

**TEM 65 OU MAIS ANOS
E PRECISA DE AJUDA?**

**CASCAIS TEM UMA LINHA
DE APOIO PARA SI.**

4 FREGUESIAS

36 PROFISSIONAIS

244 VOLUNTÁRIOS



COMPRAS



FARMÁCIA



APOIO À SOLIDÃO



PASSEAR ANIMAL DE ESTIMAÇÃO

**CONTACTE A SUA JUNTA DE FREGUESIA
UTILIZE OS NÚMEROS APRESENTADOS.**

NÓS ESTAMOS AQUI.

APOIO SÉNIOR

SEG A SEX DAS 9H00 ÀS 18H00

CASCAIS E ESTORIL

Números apoio psicológico
910 016 046 | 910 017 923

Apoio serviços
968 772 739

ALCABIDECHE

Números apoio psicológico
910 007 742 | 910 026 270

Apoio serviços
214 603 212

CARCAVELOS | PAREDE

Números apoio psicológico
910 026 662 | 910 026 282

Apoio serviços
214 586 730 | 214 586 739

SÃO DOMINGOS RANA

Números apoio psicológico
910 027 872 | 910 026 896

Apoio serviços
214 549 190



FIQUE EM CASA

PROTEJA-SE A SI E AOS OUTROS

PARTILHE ESTA INFORMAÇÃO



Quer receber o C digital?
Registe-se em cascais.pt



Siga toda a informação nos canais oficiais, cascais.pt ou nas nossas redes

