

Tutto sul Portogallo

Informazioni utili



Passaporti e Visti

I cittadini dell'Unione Europea, Islanda, Liechtenstein, Norvegia e Svizzera, per entrare in Portogallo devono solo essere in possesso di una Carta di Identità.

I minori, oltre alla Carta di Identità, dovranno presentare un'autorizzazione dei genitori.

Per soggiorni non superiori ai 90 giorni, i visitatori provenienti da Albania, Andorra, Antigua e Barbuda, Argentina, Australia, Bahamas, Barbados, Bosnia ed Erzegovina, Brasile, Brunei, Bulgaria, Canada, Cile, Corea del Sud, Costa Rica, Croazia, Guatemala, Honduras, Israele, Giappone, Macedonia, Malaysia, Mauritius, Messico, Principato di Monaco, Montenegro, Nicaragua, Nuova Zelanda, Panama, Paraguay, Saint Kitts e Nevis, San Marino, Santa Sede, Serbia, Seychelles, Singapore, Stati Uniti, Uruguay, Venezuela, Regioni Amministrative speciali della Repubblica Popolare Cinese a Hong Kong e Macao, e Taiwan, dovranno esibire un passaporto valido per un periodo superiore ai tre mesi successivi alla fine del soggiorno.

I cittadini provenienti da Stati non precedentemente menzionati, per entrare in Portogallo dovranno essere provvisti di un visto, che potrà essere richiesto presso il Consolato o l'Ambasciata del Portogallo dei rispettivi paesi, per un periodo non superiore ai 90 giorni.

In base alla Convenzione di Applicazione del Patto di Schengen, i passeggeri che abbiano come origine o destinazione uno stato Schengen, inteso come volo interno, non necessitano di visto.

Per ulteriori informazioni, rivolgersi a:

Domanda di visto

- http://www.secomunidades.pt/vistos/index.php?option=com_content&view=article&id=171&Itemid=14&lang=pt

Consolati Portoghesi all'estero

- <http://www.secomunidades.pt/web/guest/PostosConsulares>

Servizio Stranieri e Frontiere:

- www.sef.pt



Animali da compagnia

Accesso in Portogallo di cani e gatti provenienti dagli Stati membri dell'Unione Europea

Gli animali domestici devono essere muniti di passaporto emesso da un veterinario abilitato dalle autorità competenti che:

- contenga il nome e l'indirizzo del proprietario;

- attesti che l'animale è identificabile tramite microchip (il dispositivo applicato dovrà essere conforme alla norma ISO 11784 o allegato A della norma ISO 11785; in caso contrario, il proprietario dovrà disporre di mezzi propri per la lettura dello stesso) o tatuaggio leggibile (consentito solo per il periodo transitorio - fino al 03/07/2011);

- attesti la somministrazione di un vaccino/richiamo antirabbico valido dopo il compimento dei 3 mesi di età, secondo le raccomandazioni del laboratorio di produzione, con vaccino inattivo contenente almeno un'unità antigenica per dose (norma OMS).

Accesso in Portogallo di cani e gatti provenienti da paesi extra-UE

È Gli animali domestici devono essere muniti di un Certificato Sanitario emesso/convalidato dall'Autorità Veterinaria Ufficiale del paese di provenienza (accompagnato dalla documentazione vaccinale e in caso di necessità, del titolo anticorpale). Il certificato deve attestare:

- l'identificabilità dell'animale tramite microchip (il dispositivo applicato dovrà essere conforme alla

norma ISO 11784 o allegato A della norma ISO 11785; in caso contrario, il proprietario dovrà disporre di mezzi propri per la lettura dello stesso) o tatuaggio leggibile (consentito solo per il periodo transitorio - fino al 03/07/2011);

- la somministrazione di un vaccino/richiamo antirabbico valido, effettuata dopo il compimento dei 3 mesi di età, secondo le raccomandazioni del laboratorio di produzione, con vaccino inattivo contenente almeno un'unità antigenica per dose (norma OMS).

Per alcuni paesi è inoltre richiesto un certificato che attesti un titolo degli anticorpi neutralizzanti pari almeno a 0,5 UI/ml. Poiché tale norma non si applica in molti paesi, tra cui Andorra, Canada, Federazione Russa, Giappone, Norvegia e Svizzera, per informazioni più dettagliate in materia si consiglia di consultare il sito della Direzione Generale di Veterinaria www.dgv.min-agricultura.pt o http://ec.europa.eu/food/animal/liveanimals/pets/nocomm_third_en.htm

Circolazione degli animali da compagnia

I portoghesi amano gli animali e le famiglie hanno spesso cani e gatti. Tuttavia, l'accesso a ristoranti, negozi, supermercati e alcune spiagge è vietato.

Gli animali possono accedere ai mezzi pubblici, a condizione che presentino buone condizioni di salute e igiene e siano trasportati in appositi contenitori, puliti e in buone condizioni; è consentito altresì l'accesso ai cani guida per i non vedenti. L'accesso ai mezzi pubblici può essere rifiutato dalla società di trasporti nei momenti di maggiore affluenza; è infine espressamente proibito il trasporto di animali pericolosi o potenzialmente pericolosi.



Imposte doganali

PAESI UNIONE EUROPEA

I viaggiatori provenienti da paesi appartenenti all'Unione Europea potranno trasportare nel proprio bagaglio merci per uso personale a condizione che non eccedano i seguenti limiti:

Tabacchi:

- 800 sigarette
- 400 sigarillos (sigari di peso massimo di 3 grammi al pezzo)
- 200 sigari
- 1kg di tabacco da fumo

Bevande alcoliche:

- 10 litri di bevande distillate e alcoliche aventi un tenore alcolico superiore al 22% del volume;
- 20 litri di bevande distillate e alcoliche, aperitivi a base di vino o di alcol, acquavite, sakè o bevande simili con un tenore alcolico pari o superiore al 22% del vol.
- 90 litri di vini (dei quali, massimo 60 litri di spumante)
- 110 litri di birra

Trasporto e circolazione di denaro

I viaggiatori che entrano nel territorio dell'Unione Europea o che ne escono portando con sé una somma pari o superiore a 10.000 Euro, sono tenuti a dichiararla alle Autorità doganali, nel rispetto di quanto stabilito dal Regolamento (CE) n° 1889/2005, in vigore dal 15 giugno 2007. Tale imposizione è volta a sostenere gli sforzi dell'UE nella lotta alla criminalità e nel rafforzamento della sicurezza, per combattere il riciclaggio di denaro, il terrorismo e altre attività criminose.

PAESI TERZI

I viaggiatori provenienti da paesi non appartenenti all'Unione Europea potranno beneficiare dell'esenzione dall'IVA e dalle imposte speciali sulle merci trasportate nei propri bagagli, sempre che siano destinate a un uso personale e non eccedano i seguenti limiti:

Tabacchi (1):

Sigarette - 200 unità

o

Sigarillos (sigari il cui peso non superi i 3 gr/unità) - 100 unità

o

Sigari - 50 unità

o

Tabacco da fumo - 250 grammi

Bevande alcoliche (2):

Bevande distillate o bevande aventi un tenore alcolico superiore al 22% del volume - 1 litro in totale

o

bevande distillate e alcoliche, aperitivi che abbiano come base vino o alcol, acquavite, sakè o bevande simili aventi un tenore alcolico pari o inferiore al 22% del volume; vini spumanti e frizzanti, vini liquorosi - 2 litri in totale

e

vini tranquilli - 2 litri in totale. Profumi:

50 grammi di profumo

e

250 ml di acqua di colonia.

Caffè (1):

500 grammi

o

Estratti ed essenze di caffè - 200 grammi

Tè:

100 grammi

o

Estratti ed essenze di tè - 40 grammi.

Altre merci: I viaggiatori beneficiano dell'esenzione, a condizione che il valore delle merci non ecceda i 175 euro, limite che si riduce a 90 euro per i minori di 15 anni.

(1) I viaggiatori di età inferiore ai 15 anni non beneficiano di alcuna esenzione relativamente ai prodotti indicati.

(2) I viaggiatori di età inferiore ai 17 anni non beneficiano di alcuna esenzione relativamente ai prodotti indicati.

Trasporto e circolazione di denaro: I viaggiatori che entrano nel territorio dell'Unione Europea o che ne escono portando con sé una somma pari o superiore a 10.000 Euro, sono tenuti a dichiararla alle Autorità doganali, nel rispetto di quanto stabilito dal Regolamento (CE) n° 1889/2005, in vigore dal 15 giugno 2007. Tale imposizione è volta a sostenere gli sforzi dell'UE nella lotta alla criminalità e nel rafforzamento della sicurezza, per combattere il riciclaggio di denaro, il terrorismo e altre attività criminose.



Rimborso IVA

I visitatori residenti in paesi non appartenenti all'Unione Europea possono ottenere il rimborso dell'IVA (Imposta sul Valore Aggiunto) sugli acquisti effettuati e trasportati nel bagaglio personale. Hanno diritto a tale modalità di rimborso esclusivamente gli acquirenti privati.

Per ottenere il rimborso, il valore minimo dell'acquisto non dovrà essere inferiore a € 49,88 (al netto dell'IVA) e, in funzione dell'IVA applicata, il valore minimo finale della fattura emessa dovrà essere il seguente:

- € 61,35 -IVA 23% (beni generici)
- € 57,86 -IVA 16% (Madeira e Azzorre)
- € 56,36 -IVA 13% (Vini)
- € 52,87 -IVA 6% (libri, occhiali...)

Quando effettuate un acquisto, ricordate di chiedere in negozio una dichiarazione, in cui siano evidenziati l'importo pagato, i beni acquistati e l'importo di cui si potrà richiedere il rimborso. Il rimborso potrà essere corrisposto in contanti, presso i principali Aeroporti europei o centri delle principali città europee o, in alternativa, con carta di credito o assegno internazionale, dopo avere mostrato le merci acquistate in dogana.

Per maggiori informazioni, consultate:

- Premier Tax Free - www.premiertaxfree.com - info@pt.premiertaxfree.com
- Global Blue - www.globalblue.com - info@globalblue.com
- Innova Taxfree Portugal - www.innovataxfree.com - info@innovataxfree.com



Trasporti

Trasporti aerei

La privilegiata situazione geografica, fa del Portogallo un punto di scalo di numerose compagnie aeree straniere, negli aeroporti distribuiti su tutto il territorio nazionale e presenti a:

- Lisbona - Aeroporto da Portela - Tel: 218 413 500
- Porto - Aeroporto Dr. Francisco Sá Carneiro - Tel: 229 432 400
- Faro - Aeroporto de Faro - Tel. 289 800 800
- Madeira - Funchal - Aeroporto do Funchal - Tel: 291 520 700
- Azzorre - Ponta Delgada - Aeroporto João Paulo II - Tel: 296 205 406

ANA - Aeroportos de Portugal, SA, la società che regola il funzionamento degli aeroporti, mette a disposizione del pubblico sul proprio sito informazioni su arrivi e partenze in www.ana.pt

Le compagnie aeree portoghesi effettuano collegamenti regolari sia a livello nazionale sia a livello internazionale.

TAP-Air Portugal (www.tap.pt) - la compagnia di bandiera effettua voli regolari su oltre 50 destinazioni internazionali e assicura i collegamenti domestici tra Lisbona, Porto, Faro e le Regioni Autonome di Madeira e delle Azzorre, nonché tra le isole di Madeira e Porto Santo.

SATA (www.sata.pt) - effettua voli regolari tra tutte le isole delle Azzorre e dalle Azzorre per Madeira e il Portogallo continentale. SATA ha inoltre voli regolari su alcune destinazioni internazionali.

Aerovip (www.aerovip.pt) - Trasporto Aereo regolare tra Funchal e Porto Santo (Madeira). Trasporto Aereo regolare tra Bragança, Vila Real, Viseu, Cascais e Portimão (Portogallo Continentale).

Trasporto ferroviario

CP - Comboios de Portugal (www.cp.pt), possiede una vasta rete di collegamenti ferroviari che copre l'intero Portogallo continentale, assicurando anche i collegamenti internazionali con Vigo, Madrid e Parigi.

Esistono varie possibilità, che rispondono alle più svariate esigenze:

- i treni "Alfa Pendular", che esprimono la più alta qualità nel settore, costituiscono il collegamento più rapido e confortevole tra Lisbona e l'Algarve e per le città situate nel nord del Paese, come Porto o Braga, con fermate a Coimbra.
- Il servizio "Intercidades" offre collegamenti lungo gli assi Lisbona-Porto-Guimarães, Lisbona-Guarda, Lisbona-Covilhã, Lisbona-Évora-Beja e Lisbona-Faro.
- il Sud-Express e il trenhotel Lusitânia assicurano un collegamento a livello internazionale con partenza da Lisbona.
- una vasta rete di convogli regionali, interregionali e pendolari garantisce un'ampia copertura di tutto il territorio nazionale.

Oltre alle regolari tariffe nei viaggi ferroviari, la CP - Comboios de Portugal offre sconti sugli spostamenti giornalieri o nel tempo libero, come il Biglietto Turistico (Bilhete Turístico), che permette di viaggiare senza limiti nei treni urbani di Lisbona (Linee di Sintra/Azambuja, Cascais e Sado), di Porto (Linee di Aveiro, Braga, Guimarães e Marco de Canaveses) e nei treni regionali della Linea dell'Algarve, o il Biglietto Spiaggia (Bilhete Praia) per viaggi da Lisbona, Porto e Coimbra alle spiagge più vicine.

Trasporti stradale

Rete stradali

Il Portogallo possiede una buona rete viaria costituita da Autostrade (AE), Itinerari Principali (IP), Itinerari Complementari (IC), Strade nazionali (EN) e Strade comunali.

Le autostrade sono di due tipi:

- autostrade tradizionali, a pedaggio, con pagamento in contanti o con carta di credito. Queste autostrade dispongono inoltre della cosiddetta "Via verde", un sistema telepass che consente di addebitare il pagamento sul proprio conto corrente bancario, riservato esclusivamente ai possessori di

uno specifico apparecchio di identificazione, da acquistare preventivamente in appositi punti vendita (www.viaverde.pt)

- autostrade con pedaggi esclusivamente elettronici in cui il sistema di pagamento è solo elettronico e il passaggio degli autoveicoli è registrato attraverso le porte poste all'inizio di vie apposite, identificate dalla dicitura "Electronic toll only".

Pullman

Un servizio regolare di pullman collega tutte le città, i paesi e le principali località del Portogallo.

Per informazioni dettagliate su percorsi, orari e prezzi, consultate la Rede Nacional de Expressos sul sito www.rede-expressos.pt

Metropolitana

Importante complemento dei trasporti pubblici tradizionali, la Metropolitana circola nelle città di Lisbona e di Porto dalle 6 all'1 del mattino.

La Metropolitana di Lisbona (www.metrolisboa.pt), più antica, copre una vasta area della città con una rete che negli ultimi anni è stata notevolmente ampliata. Tanto le prime Stazioni quanto quelle più recenti sono decorate da azulejos di esponenti delle arti plastiche portoghesi, che ne fanno dei veri musei sotterranei.

A Porto, la Metropolitana (www.metro-porto.pt) è di recente costruzione. Sono in funzione sei linee - blu, rossa, verde, gialla, viola e arancio - che scorrono in gran parte in superficie.

Taxi

I taxi sono generalmente di color avorio, sebbene siano ancora in circolazione alcuni veicoli neri con il tettuccio verde, i due colori tradizionali per il servizio di taxi in Portogallo.

L'ammontare della corsa è indicato sul tassametro e le tariffe sono affisse all'interno del veicolo; in caso contrario possono essere richieste al conducente.

La chiamata di un taxi implica il pagamento di un supplemento di 0,80 euro, mentre il trasporto di valige nel portabagagli, comporta un supplemento di 1,60 euro, indipendentemente dal numero e dal peso dei bagagli. Il trasporto di carrozzine, passeggini e sedie a rotelle o altri mezzi ausiliari di locomozione è gratuito.

Nei percorsi extraurbani la tariffa del taxi è al chilometro, e l'importo viene comunicato al passeggero prima del viaggio. I pedaggi di andata e ritorno, qualora necessari, sono a carico del cliente.

La mancia è a discrezione, pur essendo usuale un importo pari a circa il 5-10% o un arrotondamento della cifra da pagare.



Guidare

In Portogallo la guida è a destra. In piazze, incroci e biforcazioni, fatta salva la presenza di segnaletica contraria, hanno la precedenza i veicoli che vengono da destra. Nelle rotonde, hanno la precedenza i veicoli già immessi.

La segnaletica segue le norme internazionali in materia.

Documenti obbligatori:

- Carta di identità
- Patente di guida
- Certificato assicurativo
- Documento di registrazione della proprietà del veicolo o documento equivalente
- Documento di identificazione del veicolo (libretto) o documenti equivalenti

Le multe devono essere pagate sul posto.

Limiti massimi di velocità per veicoli leggeri senza rimorchio e motocicli:

- 50 km/h - nei centri abitati
- 90 km/h - sulle strade statali
- 100 km/h - sulle carreggiate riservate alle automobili
- 120 km/h - in autostrada

L'uso delle cinture di sicurezza è sempre obbligatorio.

Il Codice della Strada vieta l'utilizzo dei telefoni cellulari durante la guida dei veicoli, a eccezione dell'utilizzo mediante dispositivi di viva voce o auricolare.

Guida per disabili

In Portogallo, le norme relative alla guida dei disabili si riferiscono unicamente alle capacità fisiche e mentali, e possono imporre limitazioni o adattamenti che devono essere riportati nella patente di guida. Un disabile che possieda una patente di guida valida in Portogallo, potrà guidare solo qualora siano rispettate le limitazioni o gli adattamenti richiesti dalla situazione in essere. Sono riconosciuti in Portogallo i permessi di sosta per disabili su modello comunitario, emessi da uno degli Stati membri. I parcheggi riservati a tale scopo sono indicati da appositi segnali. È inoltre consentito lo stazionamento in luoghi diversi, in caso di assoluta necessità e per periodi di tempo limitati, qualora la sosta non pregiudichi la normale circolazione di pedoni e veicoli.

Alcoemia

In Portogallo non è consentito guidare con un tasso di alcoemia pari o superiore a 0,5 grammi per litro. Chiunque superi il tasso minimo stabilito per legge, sarà soggetto a sanzioni, che variano in funzione del valore del tasso riscontrato.

- Un tasso di alcoemia compreso tra 0,5 g/l e 0,8 g/l è pertanto considerato un'infrazione grave, che può essere punita con l'interdizione alla guida da 1 mese a 1 anno, e con il pagamento di una multa di valore variabile tra i 250,00 e i 1.250,00 euro,
- Un tasso di alcoemia compreso tra 0,8 g/l e 1,2 g/l è considerato un'infrazione gravissima, che implica l'interdizione alla guida da 2 mesi a 2 anni e una multa variabile tra i 500,00 e i 2.500,00 euro.
- Un tasso pari o superiore a 1,2 g/l è infine considerato un crimine, punibile con la reclusione fino a 1 anno o una multa fino a 120 giorni, oltre al ritiro della patente per un periodo compreso tra i 3 mesi e i 3 anni.

Noleggio Auto

Negli aeroporti, nelle stazioni ferroviarie terminal di collegamenti internazionali e nelle principali località, sono a disposizione servizi di noleggio auto senza conducente.

Per i conducenti con difficoltà motorie o chiunque lo preferisse, è possibile noleggiare veicoli con cambio automatico o adattato.

Per noleggiare un veicolo è necessario:

- avere un'età non inferiore a 21 o 25 anni, in base alle condizioni di noleggio di ciascuna impresa;
- presentare un documento di identità (carta di identità per i cittadini della UE o passaporto valido per tutte le altre nazionalità);
- patente valida da più di un anno.



Telefoni Utili in Portogallo

Informazioni utili su Sanità, Polizia, Carte di Credito, Telefoni, Aeroporti, Trasporti, Informazioni Turistiche e Altri Servizi.

Numero Nazionale di Emergenza: 112

Sanità

www.portaldasaude.pt/portal

Azzorre:

Ospedale / Hospital Divino Espírito Santo em Ponta Delgada : 296 203 000 | <http://www.hdes.pt/>
Ospedale / Hospital de Santo Espirito de Angra do Heroísmo: 295 403 200 | <http://www.hseah.org/>
Ospedale / Hospital da Horta: 292 201 000

Aveiro:

Ospedale / Hospital Infante D. Pedro: 234 378 300 | <http://www.hidpedro.min-saude.pt>
Cliria - Ospedale / Hospital Privado de Aveiro: 234 400 700 / 808 234 400 | <http://www.cliria.pt/>

Coimbra:

Ospedale / Hospital Universitário de Coimbra: 239 400 400 / 239 400 600 | <http://www.huc.min-saude.pt/>

Ospedale / Hospital Geral de Coimbra (Covões): 239 800 100 | <http://www.chc.min-saude.pt>

Évora:

Ospedale / Hospital do Espírito Santo: 266 740 100 / 266 700 357 | <http://www.hevora.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital da Misericórdia de Évora: 266 760 630 / 266 760 634 | <http://www.hmevora.pt/>

Faro:

Ospedale / Hospital Distrital de Faro: 289 89 11 00 / 289 802 555 | <http://www.hdfaro.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Privado Santa Maria de Faro: 289 892 040 | <http://www.hppfaro.pt/pt/>

Ospedale / Hospital de portimão: 282 450 300 | <http://www.chbalgarvio.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Particular do Algarve: 282 420 400 | <http://www.hpalg.com/>

Ospedale / Hospital de Lagos: 282 770 100 / 282 770 116 | <http://www.chbalgarvio.min-saude.pt>

Leiria:

Ospedale / Hospital Santo André: 244 817 000 | <http://www.chlp.pt/>

Ospedale / Centro Hospitalar São Francisco: 244 819 300 | <http://www.chsf.pt/>

Lisbona:

Ospedale / Hospital Santa Maria: 21 780 50 00 / 21 780 51 11 / 21 780 52 22 | <http://www.chlc.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital São José: 21 884 10 00 | <http://www.chlc.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital S. Louis: 21 321 65 00 | <http://www.hslouis.pt/>

Ospedale / British Hospital Lisbon XXI: 21 721 34 00 | <http://www.british-hospital.pt>

Ospedale / Hospital Cuf: 21 392 61 00 / 21 002 52 00 | <http://www.hospitalcufinfantesanto.pt/>

Ospedale / Hospital Cuf Descobertas: 21 002 52 00 | <http://www.hospitalcufdescobertas.pt/>

Ospedale / Hospital da Luz: 21 710 44 00 | <http://www.hospitaldaluz.pt/>

Ospedale / Hospital dos Lusíadas: 21 770 40 40 | <http://www.hpplusiadas.pt/pt>

Ospedale / Hospital SAMS: 21 842 20 00 | <http://www.sams.pt>

Ospedale / Hospital de Cascais: 21 482 77 00 | <http://www.hppcascais.pt>

Ospedale / Hospital Amadora Sintra: 21 434 82 00 / 21 434 84 44 | <http://www.hff.min-saude.pt/>

Portalegre:

Ospedale / Hospital Doutor José Maria Grande: 245 301 000 | <http://www.ulsna.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Santa Luzia de Elvas: 268 637 600 | <http://www.ulsna.min-saude.pt>

Porto:

Ospedale / Hospital São João: 22 551 21 00 | <http://www.hsjoao.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Santo António: 22 207 75 00 | <http://www.chporto.pt>

Ospedale / Hospital Privado da Boavista: 22 206 25 00 | <http://www.hppboavista.pt>

Ospedale / Hospital Cuf Porto: 22 003 90 00 | <http://www.hospitalcufporto.pt/>

Ospedale / Hospital da Arrábida: 22 377 68 00 | <http://www.hospitaldaarrabida.pt/>

Altre Città:

Ospedale / Centro Hospitalar do Funchal (Madeira): 291 705 600 | <http://www.sesaram.pt/>

Ospedale / Hospital Amato Lusitano (Castelo Branco): 272 000 180 / 272 000 272 | <http://www.ulscb.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital de Braga: 253 027 000 | <http://www.hospitaldebraga.com.pt/>

Ospedale / Hospital Distrital de Bragança: 273 310 800 | <http://www.ulsne.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Distrital de Santarém: 243 300 200 | <http://www.hds.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Garcia da Horta (Almada): 21 272 71 00 | <http://www.hgarciaorta.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital José Joaquim Fernandes (Beja): 284 310 200 | <http://www.hbeja.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Santa Luzia (Viana do Castelo): 258 802 100 | <http://www.ulsam.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital São Bernardo (Setúbal): 265 549 000 / 265 522 133 | <http://www.chs.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital de Santiago (Setúbal): 265 509 201 | <http://www.hospitaldesantiago.pt>

Ospedale / Hospital São Teotónio (Viseu): 232 420 500 | <http://www.hstviseu.min-saude.pt>

Ospedale / Hospital Sousa Martins (Guarda): 271 200 200 | <http://www.ulsguarda.min-saude.pt>

Ospedale / Hospitala São Pedro de Vila Real : 259 300 500 | <http://www.chtmad.min-saude.pt>

Polizia

PSP- Polizia / Policia de Segurança Pública: www.psp.pt

GNR- Guardia / Guarda Nacional Republicana: www.gnr.pt

Azzorre:

PSP / Comando: 296 282 022
PSP / Aeroporto di Ponta Delgada: 296 205 517
PSP / Polizia Stradale: 296 284 327
GNR Ponta Delgada: 296 306 580

Coimbra:

PSP / Comando: 239 851 300
GNR Coimbra: 239 794 300
GNR / Guardia / Traffico: 239 794 400

Faro:

PSP Faro: 289 822 022
PSP Lagos: 282 762 930
GNR Albufeira: 289 590 790
GNR Faro: 289 887 603
GNR Vilamoura: 289 381 780
GNR / Guardia / Traffico: 289 598 730

Funchal:

PSP / Comando: 291208 400
PSP / Aeroporto di Funchal: 291 520 889
PSP / Polizia Stradale: 291 208 400
GNR Funchal: 291 214 460

Lisbona:

P.S.P / Comando Metropolitano de Lisboa: 21 765 42 42
Posto di Polizia di Turismo di Lisbona: 21 342 16 23
Posto di Polizia di Turismo di Cascais: 21 486 39 29
GNR - Guardia Sintra: 21 923 07 61
GNR / Comando Geral: 21 924 49 25
PSP / Polizia Stradale: 21 750 12 00

Porto:

PSP / Comando Metropolitano do Porto: Tel: 22 209 20 00
Posto di Polizia di Turismo: Tel: 22 20818 33
GNR / BT -Polizia Stradale: Tel: 22 339 96 00

Altre Città:

PSP / Comando Aveiro: 234 302 510
PSP / Comando Beja: 284 313 150
PSP / Comando Braga: 253 200 420
PSP / Comando Bragança: 273 303 400
PSP / Comando Castelo Branco: 272 340 622
PSP / Comando Faro: 289 899 899
PSP / Comando Guarda: 271 222 022
PSP / Comando Leiria: 244 859 859
PSP / Comando Portalegre: 245 300 620
PSP / Comando Santarém: 243 322 022
PSP / Comando Setúbal: 265 522 022
PSP / Comando Vila Real: 259 330 240

Carte di Credito

American Express: 707 50 40 50 / 21 427 82 05
Mastercard: 800 811 272
Visa: 800 811 107

Compagnia Telefonica

PT - Portugal Telecom: 118 (Servizio Informativo Nazionale)
Optimus: 16103
TMN: 1696

Vodafone: 16912

Aeroporti

ANA- Aeroporti del Portogallo: www.ana.pt

ANA- Aeroporti e Navigazione Area di Madeira: www.anam.pt

Aeroporto di Beja: 284 001 020

Aeroporto di Faro: 289 800 800

Aeroporto do Funchal: 291 520 700

Aeroporto di Lisbona: 21 841 35 00 / 21 841 37 00

Aeroporto di Ponta Delgada: 296 205 400

Aeroporto do Porto: 22 943 24 00

Transporti

Informazioni sui Trasporti: www.transpor.pt

ACP-Automobil Club di Portogallo: 707 509 510 / Web: www.acp.pt

Brisa-Autostrade del Portogallo: 808 508 508 / Web: www.brisa.pt

CP-Comboios de Portugal (Ferrovie del Portogallo): 707 210 220 / Web: www.cp.pt

Sata: 707 227 282 / Web: www.sata.pt

Tap-Portugal: 707 205 700 / Web: <http://www.flytap.com>

Rede-Expressos: 707 223 344 / Web: www.rede-expressos.pt

Central Nacional de Táxis Digital : 707 277 277

Taxi a Faro: 289 895 790 (RádioTáxis)

Táxis a Funchal: 291 764 476

Táxis a Lisbona: 21 793 27 56

21 811 90 00 (RádioTáxis)

21 811 11 00 (Teletáxis)

Táxis a Ponta Delgada: 296 302 530

Táxis a Porto: 22 507 39 00 (RádioTáxis) / 22 507 64 00 (Táxis Invicta)

Altri Servizi

Croce Rossa Portoghese: 21 391 39 33

21 940 49 90 (Pronto soccorso)

21 771 40 00 (Ospedale)

CTT-Poste: 707 26 26 26

Numero Nazionale Forestale: 117

Pousadas de Portugal: 21 844 20 01 / Web: www.pousadas.pt

Ostelli della Gioventù: 707 20 30 30 (prenotazioni individuali)

707 233 233 (prenotazioni gruppi)

www.pousadasjuventude.pt

SEF-Servizio Stranieri e Frontiera: 808 202 653 / Web: www.sef.pt



Pedaggi elettronici

Alcune autostrade portoghesi hanno un sistema di pagamento esclusivamente elettronico, il che significa che non esistono caselli con pedaggio manuale e che il passaggio dei veicoli è registrato grazie alle apparecchiature presenti sui portali all'inizio delle corsie. Tali strade sono identificate dalla dicitura "Electronic toll only". Per informazioni sulle strade coperte e sulle forme di pagamento consentite per i veicoli stranieri, visitate il sito <http://www.portugaltolls.com>

Veicoli portoghesi: se noleggate un'auto informatevi con la società di autonoleggio sulla forma di pagamento dei pedaggi elettronici. Alcune società di autonoleggio, pensando alla comodità dei propri clienti, hanno installato nei veicoli dei dispositivi elettronici per il pagamento dei pedaggi. In questo caso i costi dei pedaggi saranno addebitati nella fattura del cliente.

Se i veicoli non sono equipaggiati con questo dispositivo, i clienti devono effettuare il pagamento presso gli Uffici Postali (CTT) o nei negozi appartenenti alla "Rede Payshop". Il pagamento potrà essere effettuato a partire dal 2° giorno dopo il passaggio attraverso il portale a pedaggio e nell'arco di 5 giorni lavorativi. Superata la data limite per effettuare il pagamento, il conducente incorrerà in un'infrazione e gli saranno addebitate delle ammende oltre ai costi amministrativi.



Accessibilità in Portogallo

Al momento di pianificare il viaggio, qui saranno reperibili informazioni e consigli sull'accessibilità in termini di servizi, assistenza e trasporti durante il viaggio e la permanenza in Portogallo. Prima di partire, suggeriamo di informarsi dettagliatamente sui servizi disponibili.

ALLOGGIO

In Portogallo l'offerta alberghiera mette a disposizione stanze accessibili per le persone con mobilità ridotta. Molte strutture alberghiere stanno lavorando per migliorare l'accessibilità dei servizi e degli alloggi. Nel frattempo è consigliabile contattare direttamente le strutture alberghiere per ricevere informazioni sui servizi disponibili. Nel sito www.visitportugal.com, le strutture alberghiere accessibili a persone con mobilità ridotta apportano l'indicazione "Accesso per disabili" nelle sezioni Caratteristiche e Servizi.

MEZZI DI TRASPORTO

Trasporti pubblici

I trasporti pubblici hanno, per legge, posti riservati a persone con mobilità ridotta, anche se non tutti sono accessibili a persone in carrozzina.

A Lisbona, la compagnia Carris mette a disposizione il Servizio Mobilità Ridotta (Serviço Mobilidade Reduzida) sulle corse del Servizio Pubblico Regolare (Serviço Público Regular). La maggior parte degli autobus è dotata di un pianale ribassato sulle porte di entrata e uscita, quasi la metà offre condizioni di accessibilità completa per Passeggeri con Mobilità Ridotta e possiede uno specifico alloggiamento per carrozzine spalliere di appoggio, oltre alla pedana di accesso. Per maggiori informazioni www.carris.pt.

A Porto, la compagnia STCP dispone di una flotta di autobus urbani accessibili con pedana e posto riservato alle carrozzine. Tutti sono dotati di pianale ribassato e uno spazio dedicato a un passeggino aperto. Maggiori informazioni www.stcp.pt

Metro di Lisbona e Porto

La Metro di Lisbona offre stazioni con accessibilità completa per persone con mobilità ridotta. I non vedenti possono viaggiare accompagnati dai propri cani, purché dotati di guinzaglio e museruola.

Contatti: Tel. + 351 213 500 115 / relacoes.publicas@metrolisboa.pt / www.metrolisboa.pt

La Metro di Porto è completamente accessibile a persone con mobilità ridotta.

Contatti: Tel. +351 225 081 000 / metro@metro-porto.pt / www.metrodoporto.pt

Aeroporti

Tutti gli aeroporti portoghesi sono dotati di servizi sanitari e transfer per persone con bisogni speciali. Su richiesta sarà possibile usufruire del MyWay, un servizio personalizzato di assistenza e passeggeri con mobilità ridotta che viaggiano in uno stato membro dell'UE. Il servizio include mezzi meccanici che facilitano la mobilità, scale e tappeti mobili, ascensori, segnali e indicazioni adeguate, nonché professionisti dedicati, che garantiscono un'assistenza completa.

Per maggiori informazioni www.ana.pt

Trasporto marittimo

Le compagnie Transtejo e Soflusa, che effettuano la traversata del Tago tra Lisbona e il margine Sud dell'estuario, offrono alcune imbarcazioni attrezzate a ricevere persone con bisogni speciali. Per maggiori informazioni contattare + 351 210 422 411 / 808 20 30 50

TreniLa CP-Comboios de Portugal mette a disposizione il SIM - Serviço Integrado de Mobilidade (Servizio Integrato di Mobilità), attraverso il numero di telefono - (+351) 707 210 746 (707 210 SIM), ed è disponibile 24 ore su 24, tutti i giorni dell'anno, per informazioni e richiesta del servizio. Attraverso questo servizio il Cliente disabile potrà ottenere informazioni sull'accessibilità dei treni e nelle stazioni, il servizio di assistenza in salita, in viaggio e in discesa, tra gli altri servizi.

Ulteriori informazioni in www.cp.pt

La compagnia Fertagus, che serve l'Area Metropolitana di Lisbona, possiede carrozze dedicate a persone in carrozzina. La maggior parte delle stazioni ferroviarie è dotata di accesso ai binari attraverso ascensori e/o pedane. Contatti: tel. +351 707 127 127.

Taxi

In diverse città, tra cui Lisbona, Faro e Porto, si trovano taxi adattati alle necessità delle persone con

mobilità ridotta. I nuovi taxi adattati al trasporto delle persone con mobilità ridotta sono dotati di pianali di accesso, cinture di sicurezza speciali, dispositivi per la sicurezza delle carrozzine o di una porta con angolo d'apertura superiore. Questi taxi sono presenti nelle fermate taxi degli aeroporti e/o su richiesta alla centrale dei taxi. Vedere contatti www.antral.pt.

GUIDA

In Portogallo, le norme relative alla guida dei disabili si riferiscono unicamente alle capacità fisiche e mentali, e possono imporre limitazioni o adattamenti che devono essere riportati nella patente di guida. Un disabile che possieda una patente di guida valida in Portogallo, potrà guidare solo qualora siano rispettate le limitazioni o gli adattamenti richiesti dalla situazione in essere.

Sono riconosciuti in Portogallo i permessi di sosta per disabili su modello comunitario, emessi da uno degli Stati membri. I parcheggi riservati a tale scopo sono indicati da appositi segnali. È inoltre consentito lo stazionamento in luoghi diversi, in caso di assoluta necessità e per periodi di tempo limitati, qualora la sosta non pregiudichi la normale circolazione di pedoni e veicoli.

SPIAGGE ACCESSIBILI

Marittime e-74 zone balneari sono accessibili alle persone con ridotta capacità motoria. Queste-fluviali spiagge sono identificate da una bandiera bianca recante il relativo simbolo e possiedono parcheggi riservati, accesso pedonale, passerelle sull'arenile e bagni appositi. Alcune spiagge hanno inoltre strutture che facilitano l'accesso all'acqua, rendendo così possibili i bagni di mare anche alle persone con difficoltà di deambulazione, sebbene sia sempre necessaria l'assistenza di terzi.

Per maggiori informazioni contattare info.visit@turismodeportugal.pt.



Sistemazione

Unità alberghiere

L'ampia offerta di strutture alberghiere esistenti in tutto il paese fornisce numerose possibilità di alloggio, che si accompagnano a servizi di ristorazione e ad altri servizi accessori. Le strutture sono identificate in base alla classificazione di seguito indicata:

ALBERGHI (H) - l'offerta è diversificata e presenta numerose unità alberghiere alle quali, in base all'ubicazione e alla qualità delle strutture, sono assegnate da 1 a 5 stelle;

HOTEL-APPARTAMENTI (HA) - da 1 a 5 stelle, sono l'alternativa ideale per chi desidera una maggiore indipendenza, pur usufruendo di tutti i servizi di un Albergo;

POUSADAS - situate in edifici storici o in luoghi di particolare bellezza naturale, sono suddivise in 4 categorie: Storiche, Storiche Design, Natura e Charme.

Villaggi Turistici (A)

Da 3 a 5 stelle, sono costituiti da unità indipendenti situate in uno spazio territorialmente delimitato, dove si concentrano inoltre i servizi forniti al turista.

Appartamenti Turistici (AT)

Da 3 a 5 stelle, sono la struttura ideale per chi preferisce un'unità di alloggio autonoma con accesso a spazi e servizi condivisi.

Complessi Turistici / Resort (CT)

I Resort rappresentano l'alternativa più adatta a chi desidera usufruire di servizi e strutture ricreative concentrate in un unico spazio con accesso a differenti opzioni di alloggio, che si tratti di un albergo a 4 o 5 stelle o di un altro tipo di struttura turistica.

Turismo in Case Signorili (TH)

Chi preferisce un'accoglienza più familiare, può optare anche per dimore, palazzi e residenze di riconosciuto valore architettonico, storico o artistico, tanto in un ambiente rurale quanto in un contesto urbano.

Turismo in Campagna (TER)

Contraddistinto dall'accoglienza in dimore rustiche, dotate di caratteristiche proprie dell'ambiente rurale

nel quale sono inserite, il Turismo in Campagna permette di avere un contatto diretto con la popolazione, con i suoi usi e costumi e con la Natura stessa. Questo tipo di unità di alloggio è suddivisa nelle seguenti categorie:

CASE DI CAMPAGNA (CC) - situate in borghi e spazi rurali, mantengono la struttura, i materiali da costruzione e le altre caratteristiche proprie dell'architettura del luogo;

AGRITURISMO (AG) - unità inserite in un contesto agricolo, dove i turisti possono prendere parte, se lo desiderano, ai lavori agricoli;

ALBERGHI RURALI (HR) - da 3 a 5 stelle, questi alberghi sono inseriti in zone rurali, e rispettano le strutture e le caratteristiche architettoniche della regione nella quale sono situati.

Campeggio Distribuiti in tutto il paese, i Campeggi consentono un contatto diretto con la Natura. Possono essere pubblici, nel qual caso garantiscono l'accesso al pubblico in generale, o privati, con accesso riservato a soci o beneficiari di una specifica entità di gestione. In quest'ultimo caso, i campeggi sono identificati dalla lettera "P" e la possibilità di accesso deve essere sempre confermata. In base alle infrastrutture e ai servizi offerti, i Campeggi possono avere da 3 a 5 stelle, sebbene tale classificazione non sia obbligatoria.

Turismo a Contatto con la Natura

Quando una struttura turistica è situata in un'area naturale protetta o classificata di valore naturale, è inserita all'interno della categoria di Turismo a Contatto con la Natura, riconosciuta dall'Istituto di Conservazione della Natura e della Biodiversità. In questo caso, le infrastrutture e i servizi offerti devono permettere la fruizione e lo studio della natura.

Pousadas da Juventude

Gli Ostelli della Gioventù (Pousadas da Juventude) si trovano di solito in prossimità delle spiagge, in campagna o nelle principali città del paese e offrono alloggio a prezzi invitanti. Indirizzati in particolare a chi ha uno spirito giovane e ama condividere camerate e spazi, alcuni ostelli offrono anche camere doppie o familiari, più riservate. In alcuni, è inoltre disponibile un servizio di ristorazione.

Per alloggiare in queste strutture, è richiesta la presentazione della Tessera degli Ostelli della Gioventù o della Tessera dello Studente.



Telecomunicazioni

Telefoni

I telefoni pubblici funzionano con monete o apposite carte prepagate in vendita presso i negozi MEO, negli uffici postali, nonché in alcune edicole e tabaccherie (come segnalato nei relativi locali).

In Portogallo tutti i numeri di telefono sono composti da nove cifre.

Per chiamare dall'estero in Portogallo è necessario digitare il prefisso internazionale 00 seguito dall'indicativo del paese 351.

Per telefonare all'estero dal Portogallo, digitate 00, quindi il codice del paese e della città seguito dal numero desiderato. I prefissi dei diversi paesi sono esposti nelle cabine telefoniche pubbliche.

Cellulari

Il Portogallo è fra i paesi con il maggior numero di utenti di telefonia cellulare.

Le tre reti che assicurano tale servizio - MEO, Vodafone e Optimus - hanno accordi di roaming con la maggior parte delle compagnie internazionali e forniscono una buona copertura a livello nazionale.

Il Codice della Strada vieta l'utilizzo dei telefoni cellulari durante la guida dei veicoli, a eccezione dell'utilizzo mediante dispositivi di viva voce o auricolare; sono previste sanzioni in caso di infrazione.

Internet

L'accesso a Internet è disponibile, a pagamento, in alcuni caffè e in numerosi uffici postali dotati del servizio Netpost.

In alcuni alberghi e spazi pubblici, come Aeroporti, Ristoranti, Aree de Servizio, Centri Congressi e commerciali, esistono apposite zone "wi-fi", debitamente segnalate, che mettono a disposizione degli utenti una connessione internet wireless, senza fili.



Servizi

Banche

Le banche sono aperte al pubblico dal lunedì al venerdì, dalle 8.30 alle 15.

Esiste una rete nazionale di bancomat, identificata dalla sigla MB (Multibanco), che consente di ritirare dal proprio conto corrente, 24 h su 24.

Uffici Postali

Di norma, gli uffici postali sono aperti dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 18. Gli uffici centrali e quelli situati negli aeroporti, che hanno orari più estesi, rimangono aperti il sabato e in alcuni casi anche la domenica.

I francobolli possono essere acquistati negli uffici postali e presso le apposite macchinette situate nelle strade.

Molti uffici postali utilizzano il servizio Netpost che, a pagamento, consente di accedere alla propria casella di posta elettronica e a Internet.

Per informazioni più dettagliate su orari e servizi disponibili nei diversi uffici postali si consiglia di consultare il sito www.ctt.pt

Farmacie

Le farmacie sono aperte al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 19 (alcuni esercizi commerciali chiudono per la pausa pranzo, tra le 13 e 15), e il sabato dalle 9 alle 13.

Fanno servizio notturno le farmacie segnalate da una croce verde illuminata.

Presso tutte le farmacie è affisso l'elenco delle più vicine farmacie che effettuano il turno notturno e festivo.

Esercizi commerciali

In linea di massima, i negozi sono aperti dal lunedì al venerdì con un orario di apertura che può variare tra le 9 e le 10 del mattino, mentre quello di chiusura è solitamente fissato alle 19. Alcuni esercizi commerciali chiudono per la pausa pranzo, tra le 13 e 15. Il sabato, da gennaio a novembre, i negozi chiudono generalmente alle 13, ma alcuni esercizi, situati in centro città, rimangono aperti anche al pomeriggio.

Nel mese di dicembre, in occasione degli acquisti natalizi, i negozi rimangono aperti anche il sabato pomeriggio e in taluni casi anche la domenica.

I numerosi Centri Commerciali, posizionati sia all'interno che fuori città, hanno orari più estesi, in genere dalle 10 alle 24, tutti i giorni della settimana.

Nei centri commerciali si trovano le principali catene internazionali, mentre il commercio più prettamente nazionale, basato su prodotti portoghesi, è distribuito nelle diverse vie cittadine, in particolare nei quartieri storici.



Fumo e luoghi pubblici

Dal 1° gennaio 2008 in Portogallo è proibito fumare nei luoghi pubblici chiusi.

Il divieto vige in tutti gli edifici della pubblica amministrazione, luoghi di lavoro, trasporto pubblico, edifici ove siano prestate cure relative alla salute, laboratori e farmacie, istituti di insegnamento, aree chiuse di installazioni sportive, musei, locali adibiti alla vendita di alimenti e bevande, parcheggi coperti, sale di spettacolo, biblioteche, strutture alberghiere, stazioni di servizio e aree di rifornimento di combustibile.

Ristoranti, bar e discoteche aventi un'area superiore a 100 m² sono tenuti a delimitare aree riservate per i fumatori, provviste di adeguato impianto di aerazione, le cui dimensioni non possono superare il 30% dell'area complessiva.

I proprietari di ristoranti, bar e discoteche con un'area inferiore a 100 m² possono scegliere se identificarsi come uno spazio per fumatori o per non fumatori, informazione che sono tenuti a esporre chiaramente, in modo che sia visibile dall'esterno del locale. Tali spazi dovranno essere dotati di un buon impianto di aerazione.

In caso di infrazione, le sanzioni sono le seguenti:

- Da €50 a €750 per i fumatori che non rispettano il divieto.
- Da €50 a €1.000 per i proprietari di locali privati.
- Da €2.500 a €10.000, da €10.000 a €30.000 o da €30.000 a €250.000, in base all'infrazione commessa, per enti, società o associazioni, organi direttivi o massimi dirigenti di organismi, edifici o servizi dell'amministrazione pubblica che violano quanto disposto dalle norme in vigore.



Ora legale

Nel periodo in cui è in vigore l'ora invernale, ovvero dall'1h dell'ultima domenica di ottobre e l'1h dell'ultima domenica di marzo, l'ora legale sul Portogallo continentale coincide con il Tempo Universale Coordinato.

Durante il resto dell'anno (tra l'1h dell'ultima domenica di marzo e l'1h dell'ultima domenica dell'ottobre successivo) è in vigore l'ora estiva; l'ora legale, nel Portogallo continentale e a Madeira, coincide con il Tempo Universale Coordinato, ai quali sono aggiunti sessanta minuti.

Nell'arcipelago delle Azzorre, l'ora legale diminuisce di sessanta minuti rispetto al resto del Portogallo; è pertanto necessario togliere un'ora al tempo universale coordinato durante il periodo in cui vige l'ora invernale e due ore durante l'ora estiva.



Denaro

Moneta

Il Portogallo fa parte del gruppo dei 19 paesi dell'Unione Europea che ha l'Euro come moneta ufficiale. 1 Euro si divide in 100 Centesimi. Le nuove monete hanno otto valori diversi: 1, 2, 5, 10, 20 e 50 Centesimi e 1 e 2 Euro. Le banconote differiscono per dimensione e colore e hanno i seguenti tagli: 5, 10, 20, 50, 100, 200 e 500 Euro.

Le monete hanno una faccia uguale in tutti i paesi (europea) e una caratterizzata da un simbolo nazionale; tutte le monete possono essere utilizzate nei diversi paesi aderenti, indipendentemente dalla nazione di conio.

Cambio

I cambi di moneta si effettuano presso le banche, aperte al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 15, negli uffici di cambio e presso le macchinette automatiche, abilitate tuttavia solo per le operazioni di vendita di valuta.

Bancomat

Esiste una rete nazionale di bancomat, identificata dalla sigla MB (Multibanco), che consente di ritirare dal proprio conto corrente, 24 h su 24.

Carte di credito

In Portogallo, le carte di credito più utilizzate sono: Visa; American Express; Diners Club; Europay/Mastercard; JCB; Maestro.

In caso di furto o smarrimento di carta Visa o Mastercard, è possibile contattare i seguenti numeri telefonici:

- Visa: Tel. 800 811 107
- Mastercard: Tel. 800 811 272

Mance

Il costo servizio è compreso nel conto del ristorante, tuttavia è abitudine diffusa lasciare una mancia pari a circa il 5-10% del costo complessivo del pasto.

È d'uso anche lasciare la mancia di 5-10% ai tassisti, arrotondando l'importo da pagare.



Bere e mangiare

In genere, i portoghesi fanno tre pasti al giorno. La mattina, tra le 7.30 e le 10, una colazione leggera, composta di solito da una bevanda (caffelatte, caffè nero o un succo) e una fetta di pane tostato o un sandwich, spesso consumata in un caffè o in una pasticceria.

I due pasti principali sono la seconda colazione, consumata tra le 12 e le 14.30 - che durante la settimana per molti avviene in ristoranti vicini al luogo di lavoro-, e la cena, tra le 19.30 e le 22.30.

Per la maggior parte dei portoghesi si tratta di pasti completi che comprendono talvolta una zuppa, un piatto principale e un dessert (dolce o frutta). Tra i due pasti principali è abitudine consumare una merenda a metà pomeriggio, intorno alle 17, ovvero una bevanda e un dolce.

Mangiare fuori in Portogallo è un'abitudine diffusa. Pranzo o cena, in particolare nei fine settimana, sono sempre un pretesto per incontrare gli amici o per visitare il paese.

La varietà dei ristoranti è grande e soddisfa tutti gusti e tutte le possibili preferenze. Aperti di solito tra le 12 e le 15 a pranzo e tra le 19 e le 22 a cena, molti hanno un orario più esteso, in particolare nelle grandi città e nelle zone di maggiore animazione notturna.

A eccezione dei ristoranti situati all'interno dei centri commerciali, aperti tutti i giorni, gli altri osservano generalmente un giorno di riposo settimanale, che nei centri città può coincidere con il fine settimana.



Assistenza sanitaria

Qualora fosse necessario ricorrere ad assistenza medica, si consiglia di recarsi presso i Centros de Saúde (ambulatori) locali.

I servizi di Pronto Soccorso degli ospedali sono riservati ai casi più seri, quali: gravi traumi, intossicazioni, bruciate, infarto, trombosi, problemi respiratori, ecc.

In caso di incidente o malattia imprevista durante un viaggio al Portogallo, i cittadini dei 27 paesi dell'Unione Europea, Islanda, Liechtenstein, Norvegia e Svizzera, possono beneficiare di cure sanitarie di pronto soccorso gratuite o a costi ridotti (gli stessi diritti dei cittadini portoghesi). Per avere accesso alle prestazioni sanitarie, i cittadini dei paesi sopra indicati e non residenti in Portogallo, dovranno esibire la Tessera Europea di Assicurazione Sanitaria e il proprio passaporto o carta di identità.

Algarve - servizi di Assistenza al Turista

Durante il periodo estivo sono disponibili servizi di Assistenza al Turista in 32 Postazioni di Assistenza Infermieristica in Spiaggia, distribuite lungo la costa dell'Algarve. L'obiettivo è assicurare cure sanitarie e dare risposta a situazioni cliniche che possano essere trattate sul posto o, in caso di necessità, indirizzare l'utente a unità sanitarie più adeguate.

Questo servizio è complementare all'assistenza regolare nei "Centros de Saúde" (Centri Sanitari) e, nel 2016, avrà un orario di ricevimento diurno dalle 10:30 alle 19:30, dal 4 luglio al 3 settembre, e dalle 10:00 alle 18:00, dal 4 al 18 settembre. Maggiori informazioni su www.arsalgarve.min-saude.pt



Equivalenza di pesi e misure

1 cm = 0,39 pollici

1 metro = 3,28 piedi / 1.09 yard

1 km = 0,62 miglia

1 litro = 0,26 galloni (USA) / 0,22 galloni (UK)

1 pollice = 2,54 cm

1 piede = 0,39 metri

1 yard = 0,91 metri

1 miglio = 1,60 km

1 gallone (USA) = 3,78 litri

1 gallone (UK) = 4,54 litri



Elettricità

In Portogallo la corrente elettrica è a 230/440 volt, con una frequenza di 50 hertz, e le prese di corrente sono conformi alla normativa europea.

L'utilizzo di spine a tre spinotti (di tipo americano) richiede l'uso di un trasformatore a 230 volt e di un adattatore.



Festività e Vacanze scolastiche

Festività nazionali

Capodanno - 1° gennaio

Festa della Libertà - 25 aprile

Festa del Lavoro - 1 maggio

Festa del Portogallo - 10 giugno

Assunzione della Vergine Maria - 15 agosto

Festa della Repubblica - 5 ottobre

Ognissanti - 1 novembre

Restaurazione dell'Indipendenza - 1 dicembre

Immacolata Concezione - 8 dicembre

Natale - 25 dicembre

Feste nazionali con data variabile:

Venerdì Santo

Corpus Christi

Vacanze scolastiche

Nel corso dell'anno scolastico 2016/17 le vacanze avranno luogo nei seguenti periodi:

- Vacanze natalizie - dal 19 dicembre 2016 al 2 gennaio 2017

- Carnevale - dal 27 febbraio al 1 marzo 2017

- Pasqua - dal 5 al 18 aprile 2017

- Vacanze estive - da fine giugno a metà settembre



Costo della Vita

Prima di partire, consultate i prezzi medi indicativi di alcuni prodotti e servizi, per avere un'idea del costo della vita in Portogallo.

Pasti e bevande

I prezzi variano molto, in funzione del tipo di locale scelto e del fatto che in essi siano compresi, o meno, il servizio al tavolo o all'aperto, in terrazza; i valori riportati sono pertanto meramente indicativi.

Il caffè espresso, molto apprezzato dai portoghesi e generalmente chiamato "bica", costa tra i 60 e i 70 centesimi, se consumato al tradizionale bancone di un bar. Un "galão", bicchiere di caffè e latte, può costare da 0,70 a 1,20 euro, mentre il prezzo di un tè varia da 1,00 a 1,50 euro. Un succo d'arancia naturale costa intorno ai 2 euro e una birra o una coca cola tra 1,00 e 1,50 euro. Per un sandwich di formaggio o prosciutto cotto si possono spendere da 1,50 a 2,50, mentre un toast ("torrada") o un dolce non superano mai i 2 euro.

Per un pasto completo si spenderanno dagli 8 agli 11 euro a persona in uno snack-bar, dai 13 ai 20 euro se si sceglie in ristorante di cucina casalinga e dai 30 ai 50 euro per un ristorante di buona categoria o una "casa de fado".

Cultura

Il biglietto di ingresso a un museo, a un monumento nazionale o a una mostra può costare da 1,50 a 8,50 euro.

Un biglietto di cinema si aggira intorno ai 6,50 euro. A teatro, il prezzo dei biglietti può variare da 10 a 30 euro, mentre per i concerti, l'opera o i balletti, il costo oscilla tra i 10 e i 75 euro.

Per assistere alle corride taurine, la cui stagione va dalla Domenica di Pasqua al giorno dei Santi, si possono pagare da 15 a 75 euro, a seconda dell'arena e dei partecipanti.

Trasporti

Treni

Un viaggio tra Lisbona e Porto a bordo del treno Alfa Pendular (il più veloce e confortevole) costa da 30,30 a 42,40 euro (in base alla classe prescelta) mentre a bordo di un treno Intercidades (intercity) varia tra 24,30 e 35,90 euro.

Da Lisbona a Faro si spendono da 22,20 a 29,80 euro sull'Alfa Pendular e da 21,20 e 27,80 euro sull'Intercidades.

Per visitare le attrazioni nei dintorni della capitale i biglietti tra Cais do Sodré e Belém o Rossio e Queluz-Belas costano € 1,55, da Alcantara a Oriente costano €1,25 e da Lisbona a Sintra o per Cascais €2,15.

www.cp.pt

Autobus espresso

Le principali città portoghesi sono collegate da un servizio automobilistico regolare. Il prezzo di un viaggio da Lisbona a Porto si aggira intorno ai 20,00 euro, da Lisbona a Faro 20 euro, da Faro a Porto 31 euro e da Lisbona a Coimbra 14,50 euro.

www.rede-expressos.pt

Taxi

Per quanto riguarda il servizio urbano, la tariffa di inizio corsa è di 3,25 euro durante il giorno e 3,90 euro di notte, fine settimana e festivi. A tali valori si aggiungono poi quelli relativi alle frazioni di percorso e orarie.

La chiamata di un Radiotaxi rappresenta un costo aggiuntivo pari a 0,80 euro, mentre il trasporto di bagaglio che implichi l'utilizzo del tettuccio o del portabagagli richiede un supplemento di 1,60 euro.

Quanto al trasporto extra-urbano, il servizio prevede un costo a chilometro e la contabilizzazione dei costi di ritorno del veicolo, anche quando il passeggero non usufruisce del viaggio di ritorno. In genere, il prezzo viene comunicato all'inizio del viaggio. Trasporti urbani

Lisbona La "Lisboa Card" consente l'utilizzo dei trasporti pubblici della città e dei treni che collegano Lisbona a Sintra e a Cascais, oltre a offrire biglietti di ingresso gratuiti e sconti a Monumenti, Musei e circuiti turistici. La tessera costa 18,50 euro per 24 ore, 31,50 euro per 48 e 39 euro per 72 ore; i bambini tra i 5 e gli 11 anni: 24 ore - 11,50 euro; 48 ore - 17,50 euro; 72 ore - 20,50
www.askmelisboa.com

La tariffa a bordo di autobus Carris è di 1,80 euro e a bordo di tram è di 2,85 euro.

www.carris.pt

Un normale biglietto della Metropolitana costa 1,25 euro.

www.metrolisboa.pt

La tessera "Sete colinas" venduta presso i chioschi Carris e della Metropolitana per 0,50 euro può essere caricato con biglietti normali o biglietti combinati per le reti Carris e Metro, pari a 6,00 euro per un giorno.

Porto

Il "Porto Card" consente l'utilizzo illimitato dei servizi di trasporto pubblico della città e offre ingressi gratuiti o sconti sui biglietti per diversi monumenti o musei, oltre a sale di spettacolo, crociere lungo il fiume Douro, circuiti turistici, ristoranti e negozi di artigianato. Il Card costa 5,00 euro per un giorno pedonale, 10,50 euro per un giorno, 17,50 euro per due giorni e 21,50 euro per tre giorni.

<http://short.visitporto.travel/portocard>

La tariffa a bordo degli autobus è di 1,85 euro, mentre un biglietto della Metropolitana costa 1,70 euro. I biglietti combinati per autobus, metropolitana e treno dell'area urbana di Porto (Andante) costano 7 euro per un giorno e 15 euro per tre giorni.

www.stcp.pt

www.metroporto.pt

Combustibili

I prezzi sono liberi e variano in funzione del costo del petrolio al barile sui mercati internazionali. In questo momento (2013/02/05) la benzina costa all'incirca 1,60 euro/litro, il gasolio 1,47 euro/litro e il GPL 0,80 euro/litro.