



如果您在获得计划生育咨询方面有任何困难，请联系以下服务机构：

性支持热线：

800 222 003

。工作时间为上午11点至下午7点。周六上午10点至下午5点

位于国家移民融合支持中心 (CNAIM) 的里斯本和塔格斯谷 (Tagus Valley) 地区卫生局 (ARSLVT) 卫生办公室：

935 329 453 218 106 173

fernanda.silva@arslvt.min-saude.pt

如果您需要翻译方面的帮助，请联系移民高级委员会 (ACM, I.P.) 的电话翻译服务：

808 257 257 218 106 191

工作日上午9点至下午7点



计划生育咨询是免费的，可在保健中心、一些医院和妇产医院获得，目的如下：

➤ 促进安全健康的性生活；

➤ 告知现有的避孕方法，例如避孕药、宫内节育器（IUD）、植入物和避孕套。选择的避孕药具是免费提供的；

➤ 筛查宫颈癌、乳腺癌和性传播感染，例如人类免疫缺陷病毒（HIV）、人类乳头状瘤病毒（HPV）、淋病、梅毒和病毒性肝炎；

➤ 为负责的母性和父性做好准备；

➤ 识别和指导有不孕问题的夫妇；

➤ 支持自愿中止妊娠（VIP）；

➤ 临床随访。



计划生育权保障所有人，即54岁以下的女性和男性（无年龄限制）。这项权利受到葡萄牙共和国宪法、《基本卫生法》（9月4日第95/2019号法律）、3月24日第3/84号法律的保障，并得到8月11日第120/99号法律的加强，**即使用户号码和/或居住许可证不可用。**

我需要提交哪些文件？

➤ 有效身份证件（护照或居留许可）；

➤ 如果是无证件公民，他们必须出示居住区教区议会颁发的居住证。