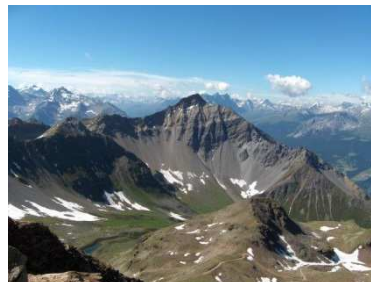




# Bem-vindo a Lantsch/Lenz



Português



**Freguesia de Lantsch/Lenz**  
**Gemeinde Lantsch/Lenz**  
**Voia Principala 90**  
**CH-7083 Lantsch/Lenz**

**+41 81 659 01 01**  
**www.lantsch-lenz.ch**  
**verwaltung@lantsch-lenz.ch**

**Horário de abertura:** De 2.<sup>a</sup> a 6.<sup>a</sup> feira, das 8.30 às 11.00 horas e das 14.30 às 17.00 horas



Unterstützt durch die Integrationsförderung  
des Kantons Graubünden

### Serviço Controlo Habitantes ☎ 081 659 01 02

É responsável por:

- Mudança para a região / saída da região / alteração de morada
- Pedidos de autorização de estrangeiro
- Confirmações de residência
- Cartão de legitimação

#### Inscrição

Quem se mudar para a freguesia de Lantsch/Lenz ou residir lá durante algum tempo, tem de se inscrever pessoalmente no prazo de 14 dias a partir do dia da mudança, sem cartão de estrangeiro válido antes d'admissão no emprego.

São necessários os seguintes documentos:

- Cartão de estrangeiro válido ou formulário A1
- Passaporte ou bilhete de identidade válidos
- Comprovativo da caixa de seguro de doença (cartão de beneficiário ou apólice)

#### Cancelamento do registo

Quem pretende sair de Lantsch/Lenz, tem de se

### 🏠 Verwaltung → Einwohnerkontrolle

apresentar pessoalmente no serviço responsável antes da mudança, levando consigo a autorização de estrangeiro, e participar a morada para onde vai morar, bem como a data da mudança.

#### Mudança de apartamento

Cada mudança de apartamento, mesmo dentro da mesma freguesia, tem de ser participada no prazo de 14 dias.

#### Contador de eletricidade

Se o seu contador de eletricidade tiver de ser lido na altura da mudança de freguesia ou de apartamento, por favor solicite a sua leitura atempadamente junto da Administração Municipal.

#### Proprietários de cães

Os proprietários de cães têm de inscrever os seus cães e estar registados junto da AMICUS.

### Filial do AHV ☎ 081 659 01 02

- Inscrição desconto individual do prémio para o seguro de doença (IPV)
- Inscrição subsídios de complementação às pensões do AHV e IV (EL)
- Pedido de cartão de beneficiário de AHV-IV
- Centro de informação e local de obtenção de formulários e regulamentos relativamente ao AHV, IV, subsídios de complementação, abonos de família e desconto de prémios

Podem ser obtidas mais informações / documentos diretamente na Caixa de Segurança Social do cantão de Grisões:

#### SVA Graubünden

Ottostrasse 24

7000 Chur

☎ 081 257 41 11

🏠 [www.sva.gr.ch](http://www.sva.gr.ch)

### Centro de Emprego ☎ 081 659 01 02

Competências do Centro de Emprego da sua freguesia:

- É a este serviço que deve recorrer quando fica desempregado e é aqui, onde tem de se inscrever.
- Entidade mediadora entre o desempregado e o RAV em Thusis
- Entrega de lista de empregos

#### Centro de Emprego Regional

RAV Regionales Arbeitsvermittlungszentrum

Feldstrasse 2

7430 Thusis

☎ 081 257 53 30

🏠 [www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch)

### Resíduos ☎ 081 659 01 04

A recolha do lixo é realizada à sexta-feira. Por favor, coloque os sacos do lixo nos respetivos contentores. Os sacos do lixo municipais podem ser comprados na empresa Volg e na Administração Municipal.

No centro de recolha é feita a recolha de ferro, vidro, cartão, resíduos verdes, etc. para reciclagem. Informações sobre recolhas especiais de resíduos são publicadas em

### 🏠 Verwaltung → Bauamt/Werkhof/Abfall

[www.lantsch-lenz.ch](http://www.lantsch-lenz.ch) → "Aktuelles", bem como em "Novitats".

#### Horário de abertura do centro de recolha

4.ª e 6.ª feira das 15.00 às 17.00 horas

☎ 079 635 00 18

#### Dureza da água da freguesia de Lantsch/Lenz

A dureza da água compreende 22-24°TH.

Grau de dureza = médio

## Informação e aconselhamento sobre a vida em Grisões

### Centro Informativo sobre Integração

Informationszentrum Integration  
Engadinstrasse 24, 7001 Chur  
☎ 081 257 36 83  
🏠 [www.integration.gr.ch](http://www.integration.gr.ch)

Departamento cantonal para assuntos relacionados com o tema integração e migração, bem como aconselhamento linguístico grátis.

### Cursos de alemão

Resumo da oferta de cursos de língua e integração.

🏠 [www.integration.gr.ch](http://www.integration.gr.ch) → Kurse/Angebote

## Crianças, jovens e famílias

O KJBE (assistir, acompanhar e fortalecer crianças e jovens) é um centro especializado para serviços complementares e de apoio à família no cantão de Grisões. Ele fomenta uma formação, assistência e educação de crianças e jovens de acordo com a sua faixa etária.

### Aconselhamento Maternal e Paternal

Alters- und Pflegeheim Parc  
Voa Principala 72, 7078 Lenzerheide  
2.ª quarta-feira do mês, das 14 às 17 horas  
☎ 081 300 11 30  
🏠 [www.kjbe.ch](http://www.kjbe.ch)

Aconselhamento e acompanhamento para pais de filhos entre os 0 e os 4 anos.

### Aconselhamento para Crianças e Jovens Assistência a crianças como complemento familiar

KJBE, Reichsgasse 25, 7000 Chur  
☎ 081 300 11 40, 🏠 [www.kjbe.ch](http://www.kjbe.ch)

Entre outras coisas intermediação de famílias de assistência diurna.

### Creche Purzelbaum

Voa Acletta 1, 7077 Valbella  
☎ 081 356 23 86

### Grupo de atividades Tartaruga

c/o Fabienne Zähler-Nadig,  
Voia Principala 106, 7083 Lantsch/Lenz  
☎ 079 638 87 94

## Escola, formação

### Secretaria escolar

Schulen Albulatal / Scolas Val Alvra  
Schulhaus Cumpogna 28  
7450 Tiefencastel/Casti  
☎ 081 637 00 20  
🏠 [www.schulealbulatal.ch](http://www.schulealbulatal.ch)

Inscrição e informações sobre o jardim de infância e a escola, plano de férias, ponto de contacto e aconselhamento para problemas escolares.

### Escola de música

Musikschule Grischun Central  
Stradung 26, 7450 Tiefencastel  
☎ 081 684 14 88  
🏠 [www.grischun-central.ch](http://www.grischun-central.ch)

Inscrição e aconselhamento sobre as aulas de música de crianças e adultos

### Biblioteca

Schul- und Gemeindebibliothek  
Voa Sporz 4, 7078 Lenzerheide  
☎ 081 356 38 83  
🏠 [www.bibliothek-lenzerheide.com](http://www.bibliothek-lenzerheide.com)

Requisição de livros e outros meios para crianças, jovens e adultos.

🏠 [www.lantsch-lenz.ch](http://www.lantsch-lenz.ch) → Schule & Jugend



### Ludoteca

no serviço de informação turística,  
Voa Principala, na Parça dos Correios,  
7077 Valbella  
☎ 081 385 57 80

Requisição de jogos de salão e para crianças.

### Centro Regional de Informação Profissional

BIZ Coira  
Rohanstrasse 5, 7001 Chur  
☎ 41 81 257 27 72  
🏠 [www.afb.gr.ch](http://www.afb.gr.ch)

Informações grátis sobre profissão, curso superior e carreira.



## Direito

### Aconselhamento jurídico da Ordem dos Advogados de Grisões

Pessoas especializadas da Ordem dos Advogados de Grisões prestam aconselhamento jurídico em várias localidades do Cantão pela quantia de 10,- CHF. Informações detalhadas em [www.grav.ch](http://www.grav.ch).

### Entidade intermediária e mediadora para assuntos de arrendamento

Senhor lic. iur. Marcel Altherr  
Stradung 26, 7450 Tiefencastel  
☎ 081 637 05 43 / ☎ 079 616 07 54  
✉ [info@va-albula.gr.ch](mailto:info@va-albula.gr.ch)

Aconselhamento grátis para inquilinos + senhorios.

## Cultura, tempos livres e associações



### [www.lantsch-lenz.ch](http://www.lantsch-lenz.ch) → Kultur&Tourismus

A freguesia de Lantsch/Lenz faz parte da região turística de Lenzerheide, bem como do parque natural "Ela" e disponibiliza muitas atividades culturais, desportivas e de tempos livres. Na nossa página de Internet, na rubrica "Kultur/Tourismus" (cultura/turismo) encontrará entre outras coisas uma lista de associações, o nosso calendário de atividades, bem como diversas atividades de tempos livres.

### Lantsch/Lenz Tourismus

Voia da Bual 1, 7083 Lantsch/Lenz  
☎ 081 385 57 85 / ✉ [lantsch@lenzerheide.com](mailto:lantsch@lenzerheide.com)

## Assuntos sociais e saúde

### Caixa de seguro de doença

A inscrição na caixa de seguro de doença é **obrigatória!**  
Informações poderão ser obtidas junto do município ou das caixas de seguro de doença.

### Médico / dentista / hospital

[www.lantsch-lenz.ch](http://www.lantsch-lenz.ch) → Saúde  
ver também **folha em anexo**

### Serviço de Emergência

No número ☎ 144 é-lhe indicado, qual é o médico que tem serviço de emergência.

### Assistência Social Regional

Sozialdienst Mittelbünden  
Rathaus  
Untere Gasse 3  
7430 Thusis  
☎ 081 257 52 75

Aconselhamento, informação e apoio em assuntos sociais (apoio pessoal, questões familiares e relacionais, apoio financeiro, etc.).

## Transportes e segurança

### Estacionar

Os estacionamento públicos da freguesia de Lantsch/Lenz estão sujeitos a pagamento. Por favor, observe a sinalização junto dos parquímetros. Bilhetes mensais ou anuais podem ser encomendados junto da secretaria municipal.

### Administração Rodoviária do Cantão de GR

Strassenverkehrsamt, Ringstrasse 2, 7001 Chur  
☎ 081 257 80 00  
[www.stva.gr.ch](http://www.stva.gr.ch)

Exames de condução e inspeção de veículos, transcrição de cartas de condução estrangeiras (dentro de 12 meses).

### Proibido andar nos campos

Proibido andar nos campos de 1º maio até meio outubro. Sempre proibido andar de bicicleta, moto ou carro nos campos.

### Transportes públicos

Autocarro público [www.postauto/graubunden](http://www.postauto/graubunden)  
Comboio [www.rhb.ch](http://www.rhb.ch) / [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

### Bilhete diário freguesia

Venda de bilhetes diários para os transportes públicos, válidos em toda a Suíça. Bilheteira para a região de Albula

Reserva: [www.consum-as.ch](http://www.consum-as.ch).  
Recolha: Bistro Casti, estação de trem, 7450 Tiefencastel

[Para mais informações úteis](#)

[www.lantsch-lenz.ch](http://www.lantsch-lenz.ch)

**Números de Emergência**

polícia	☎ 117	posto policial
bombeiros	☎ 118	Lenzerheide ☎ 081 257 78 10
REGA	☎ 1414	Tiefencastel ☎ 081 257 77 70
serviço de emergência	☎ 144	
envenenamento	☎ 145	

**Médico - Dr. med.**

<b>Daniel Capitani</b> Senda Baselgia 2b 7078 Lenzerheide ☎ 081 384 12 30	<b>Michael Fierz</b> Voa Sporz 44 7078 Lenzerheide ☎ 081 384 27 77	<b>Arno Bergamin</b> Voa principala 20 7077 Valbella ☎ 081 384 20 22	<b>Karl Mannhart</b> Pradafenzerwäg 2 7075 Churwalden ☎ 081 382 03 82
--	---	---	--

**Doccall:** App grátis para emergências médicas ambulatorias, a qualquer momento, em toda a Suíça.

**Dentista – Dr. med. dent.**

**Coronadent**  
**Dr. Nasser Chirazi**  
Voa pintga 2a  
7078 Lenzerheide  
☎ 081 384 22 72

**Farmácia**

**Pill Apotheke Lai**  
Voa principala 39  
7078 Lenzerheide  
☎ 081 384 12 44

**Drogaria**

**Pill Heid Drogerie**  
Voa Sporz 12  
7078 Lenzerheide  
☎ 081 384 13 83

**Veterinário – Dr. med. vet.**

**Franco Ardüser**  
Voa davos lai 2  
7078 Lenzerheide  
☎ 081 384 51 51

**Barbara Liesch**  
Veia da Scola 3  
7451 Alvaschein  
☎ 081 681 12 33

**Pius Liesch**  
Veia da Scola 3  
7451 Alvaschein  
☎ 081 681 27 70

**Residencial e Cuidados Intensivos para Idosos**

**Alters- und Pflegeheim envia**  
7492 Alvaneu-Dorf  
☎ 081 410 41 51  
🏠 www.en-via.ch

**Alters- und Pflegeheim Parc**  
Voa principala 72  
7078 Lenzerheide  
☎ 081 385 16 66  
🏠 www.parc-lenzerheide.ch

**Serviço de Assistência e Cuidados Domésticos**

**Spitex-Verein**  
**Albula-Churwalden**  
Voa principala 72  
7078 Lenzerheide  
☎ 081 384 60 40  
🏠 www.spitex-albula-churwalden.ch

**Hospital**

**Kantonsspital Graubünden**  
Loestrasse 170  
7000 Chur  
☎ 081 256 61 11  
🏠 www.ksgr.ch

**Krankenhaus Thusis**  
Alte Strasse 31  
7430 Thusis  
☎ 081 632 11 11  
🏠 www.spitalthusis.ch

**Center da Sanadad Savognin**  
Stradung 52  
7460 Savognin  
☎ 081 669 14 00  
🏠 www.spital-savognin.ch

**Aconselhamento Maternal e Paternal**

**Mütter- und Väterberatung**  
**KJBE**  
Reichsgasse 25  
7000 Chur  
☎ 081 300 11 31  
🏠 www.kjbe.ch / ✉ mvb@kjbe.ch

**Serviços Psiquiátricos**

**Psychiatrische Dienste**  
**Graubünden**  
Loëstrasse 220  
7000 Chur  
☎ 058 225 25 25  
🏠 www.pdgr.ch

**Samaritanos**

**Samariterverein Belfort**  
Frau Jsabelle Casutt  
Bahnhofstrasse 6  
7472 Surava  
☎ 081 637 04 06  
✉ casuttsoehne@bluewin.ch

### Assistência Social Regional

#### Sozialdienst Mittelbünden

Rathaus, Untere Gasse 3

7430 Thusis

☎ 081 257 52 75

✉ [rsd.mittelbuenden@soa.gr.ch](mailto:rsd.mittelbuenden@soa.gr.ch)

### Autoridades de Proteção à Criança e aos Adultos

#### Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Mittelbünden / Moesa

Untere Gasse 3 / Postfach 132

7430 Thusis

☎ 081 257 52 90

✉ [mittelbuenden@kesb.gr.ch](mailto:mittelbuenden@kesb.gr.ch)

### Berufsbeistandschaft Albula

Stradung 26

7450 Tiefencastel

☎ 081 254 56 34

✉ [filip.dosch@region-albula.ch](mailto:filip.dosch@region-albula.ch)

✉ [tanja.heller@region-albula.ch](mailto:tanja.heller@region-albula.ch)

🏠 [www.region-albula.ch](http://www.region-albula.ch) → berufsbeistand

### Betreibungs- und Konkursamt Albula

Stradung 26

7450 Tiefencastel

☎ 081 254 56 25

✉ [baka@region-albula.ch](mailto:baka@region-albula.ch)

🏠 [www.region-albula.ch](http://www.region-albula.ch) → betreibungs-konkursamt

### Caixa de Segurança Social do cantão de Grisões

#### SVA Sozialversicherungsanstalt des Kantons Graubünden

Ottostrasse 24

7000 Chur

☎ 081 257 41 11

✉ [info@sva.gr.ch](mailto:info@sva.gr.ch)

🏠 [www.sva.gr.ch](http://www.sva.gr.ch)

### Centro de Emprego Regional

#### RAV Regionales Arbeitsvermittlungszentrum

Feldstrasse 2

7430 Thusis

☎ 081 257 53 30

✉ [info.ravthusis@kiga.gr.ch](mailto:info.ravthusis@kiga.gr.ch)

🏠 [www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch) / [www.kiga.gr.ch](http://www.kiga.gr.ch)

### Conservatória do registo predial

#### Grundbuchamt Albula

Veia baselgia 6

7450 Tiefencastel

☎ 081 681 17 17

✉ [info@gba-albula.ch](mailto:info@gba-albula.ch)

### Amt für Immobilienbewertung

Bewertungsbüro Thusis (ex Schätzungsamt)

Feldstrasse 2

7430 Thusis

☎ 081 257 53 40

✉ [thusis@aib.gr.ch](mailto:thusis@aib.gr.ch)

### Entidade intermediária e mediadora para assuntos de arrendamento do Conselho de Albula

#### Vermittleramt und Schlichtungsbehörde für Mietsachen des Bezirks Albula

lic. iur. Marcel Altherr

Stradung 26

7450 Tiefencastel

☎ 081 637 05 43

☎ 079 616 07 54

✉ [info@va-albula.gr.ch](mailto:info@va-albula.gr.ch)

### Region Albula

Stradung 26

7450 Tiefencastel

☎ 081 254 56 20

✉ [info@region-albula.ch](mailto:info@region-albula.ch)

🏠 [www.region-albula.ch](http://www.region-albula.ch)

### Registo civil

#### Zivilstandsamt Albula

Stradung 26

7450 Tiefencastel

☎ 081 254 56 30

✉ [za@region-albula.ch](mailto:za@region-albula.ch)

🏠 [www.region-albula.ch](http://www.region-albula.ch) → zivilstandsamt

### Revierforstamt Obervaz - Lenz

Sandro Sutter

Plam dil Roisch 2

7078 Lenzerheide

☎ 081 385 21 60

✉ [forstamt-vaz@vazobervaz.ch](mailto:forstamt-vaz@vazobervaz.ch)

### Tribunal

#### Regionalgericht Albula

Dr. iur. Hermann Laim

Stradung 26

7450 Tiefencastel

☎ 081 257 59 23

