



**CPR**  
CONSELHO PORTUGUÊS  
PARA OS REFUGIADOS



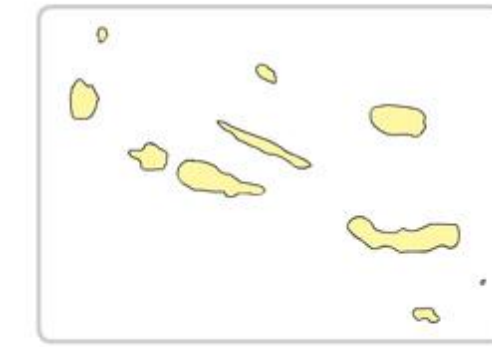
# OS DISTRITOS DE PORTUGAL

Vamos conhecer Portugal!



# A DIVISÃO DE PORTUGAL

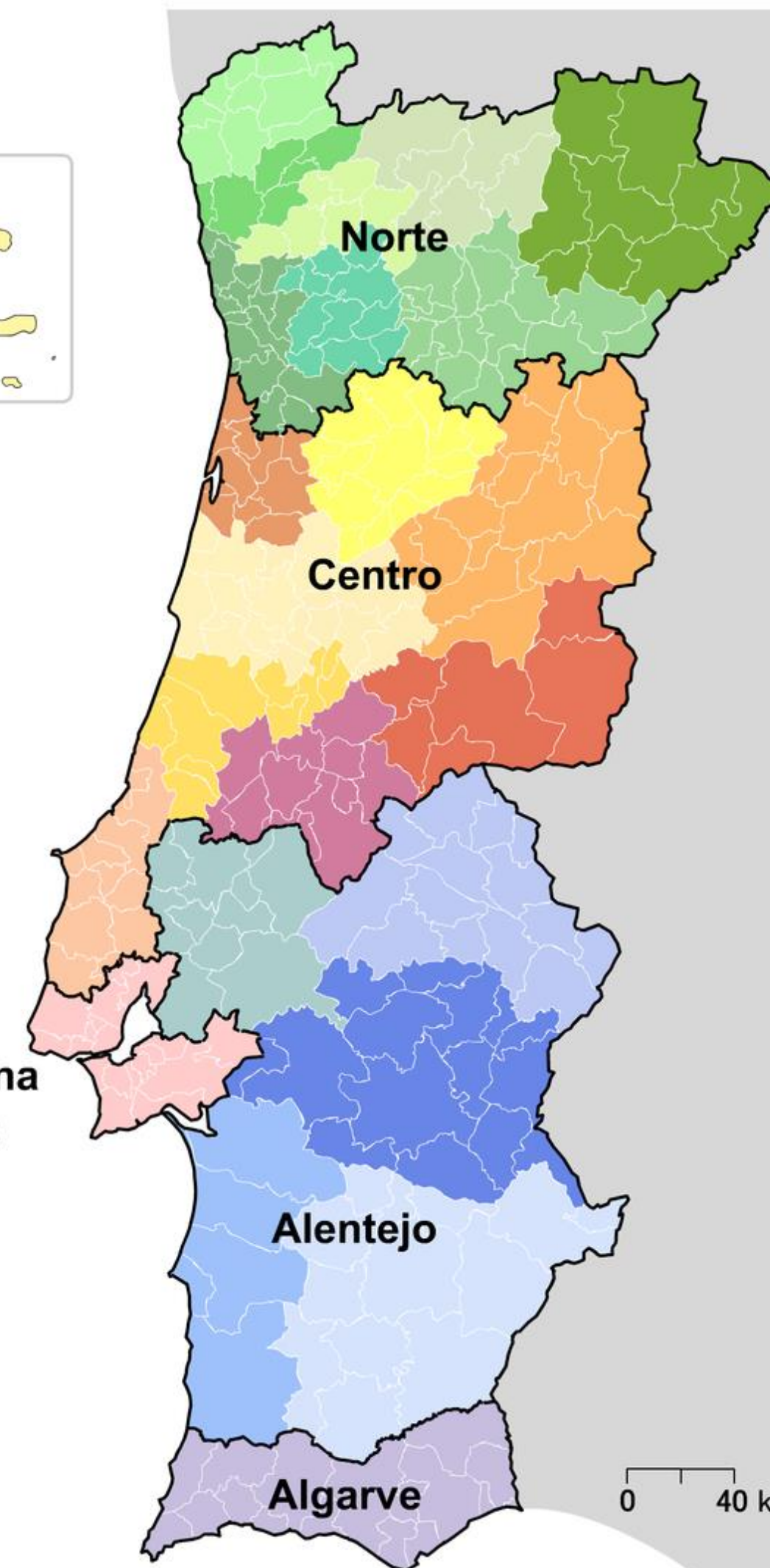
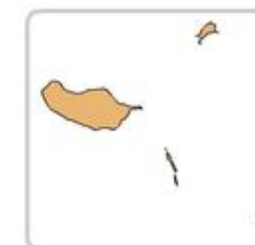
- 10 milhões de portugueses
- Portugal Continental está dividido em 5 regiões: Norte, Centro, Alentejo, Algarve.
- Regiões Autónomas: Açores e Madeira



Açores

Area Metropolitana de Lisboa

Madeira



# OS DISTRITOS

- 18 Distritos
- Os Açores e a Madeira são regiões autónomas e não distritos.
- Cada distrito é composto por vários concelhos (ex: Lisboa tem 18 concelhos).



# Viana do Castelo

## (Norte)



[https://pt.wikipedia.org/wiki/Viana\\_do\\_Castelo](https://pt.wikipedia.org/wiki/Viana_do_Castelo)

### A Cidade:

- 231.000 habitantes
- 45 minutos do aeroporto do Porto

### Clima:

- Verão agradável e seco; inverno fresco (8°C-24°)

### Educação:

- 27 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Viana do Castelo: 26 cursos

### Profissional:

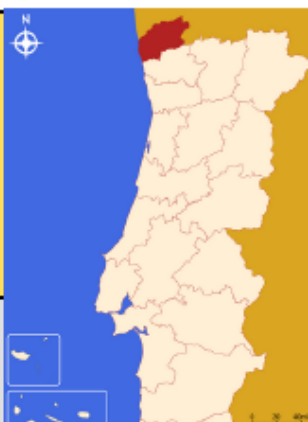
- Agricultura (gado bovino, milho, vinho verde)
- Pesca (sáveis, salmões, lampreias)
- indústrias de laticínios, de transformação de madeiras, cerâmica, produtos alimentares
- Turismo.

### Rede de Transportes:

- Autocarros, Comboio, Funicular



MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
450€	380€	95€	31€	25-31€



# Braga

## (Norte)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Braga>



### A Cidade:

- 847.000 habitantes
- Uma das cidades mais jovens da Europa

### Clima:

- Verão curto, seco; inverno muito frio (2°C-27°C)

### Educação:

- 45 escolas públicas básicas e secundárias.
- Universidade do Minho (uma das 8 melhores do país): +50 cursos.

### Profissional:

- Setores das tecnologias de informação, comunicação e eletrónica, engenharia, construção e ambiente
- Comércio e turismo

### Rede de Transportes:

- Boa rede de transportes:
- TUB: autocarro
- Comboio

MÉDIA T1 NO CENTRO

550€

MÉDIA T1 FORA DO CENTRO

423€

SERVIÇOS (ELETRICIDADE,  
AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2

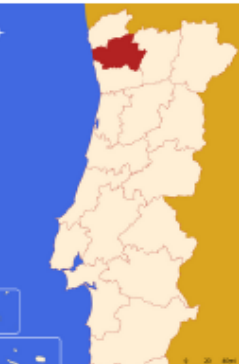
99€

INTERNET E TV

33€

PASSE MENSAL

24-41€



# Vila Real

## (Norte)



### A Cidade:

- 186.000 habitantes
- Cidade tranquila, segura, várias infraestruturas, zona industrial, universidades, centro comercial e transporte público.

### Clima:

- Verão seco; inverno fresco (3°C-29°C)

### Educação:

- 32 escolas públicas básicas e secundárias.
- Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro: +30 cursos

### Profissional:

- Predominância de atividades agrícolas e florestais (vinho do Porto, azeite, batata)
- Setor da construção, empresas de madeiras.

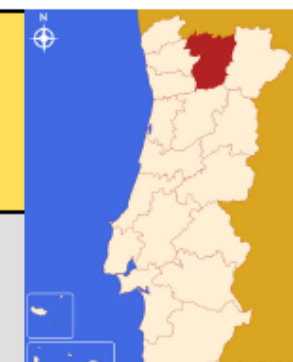
### Rede de Transportes:

- Urbanos: Autocarros.



[https://pt.wikipedia.org/wiki/Vila\\_Real](https://pt.wikipedia.org/wiki/Vila_Real)

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
300€	225€	80€	30€	28€



# Bragança

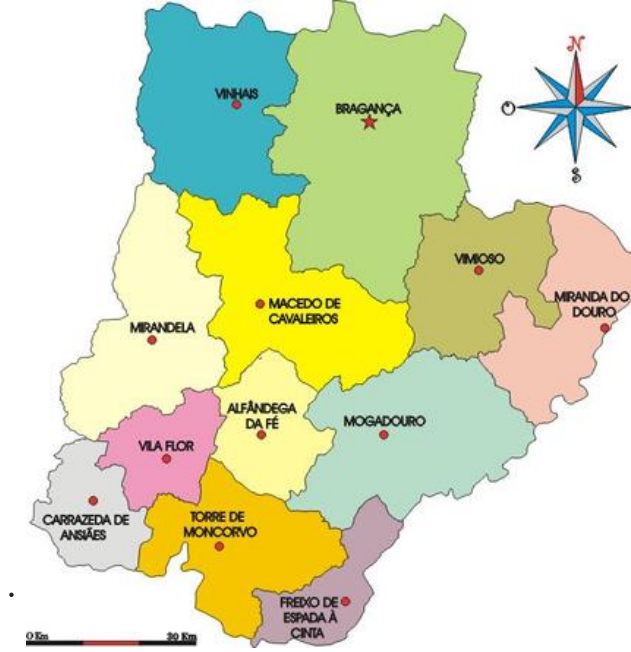
## (Norte)



[https://pt.wikipedia.org/wiki/Bragan%C3%A7a\\_\(Portugal\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Bragan%C3%A7a_(Portugal))

### A Cidade:

- 123.000 habitantes
- Cidade sossegada, próxima da natureza, localizada junto à fronteira com Espanha.
- Distrito mais barato para morar em Portugal.



### Clima:

- Verão curto e seco; Inverno frio com neve (1°-29°C)

### Educação:

- 24 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Bragança: +70 cursos

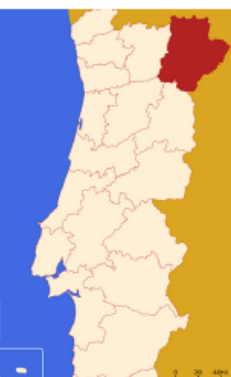
### Profissional:

- Agricultura, Produção animal, Floresta
- Turismo rural, restauração, cooperativas vinícolas

### Rede de Transportes:

- STUB: autocarros.

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
283€	150€	49€	30€	20-45€



# Porto

## (Norte)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Porto>

### A Cidade:

- 1.790.000 habitantes
- A 2ª maior cidade e aquela que deu o nome ao país.

### Clima:

- Verão agradável; inverno fresco, com precipitação (6°C-24°C)

### Educação:

- 105 escolas públicas básicas e secundárias.
- 14 universidades; +600 cursos

### Profissional:

- Predomina o setor da Indústria (vinho do Porto, têxtil, mobiliário), Pesca, Turismo e Comércio (azeite).

### Rede de Transportes:

- (TIP): Autocarro
- Comboio, Metro, Avião; Elétrico

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
702€	537€	109,3€	34€	30-40€







# Viseu

## (Centro)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Viseu>

### A Cidade:

- Cidade tranquila com muitos espaços verdes e com fácil acesso a Coimbra, Porto e Aveiro.
- 110 000 habitantes

### Clima:

- Verão curto, seco; inverno fresco (2°C-29°C)

### Educação:

- 35 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Viseu: +100 cursos

### Profissional:

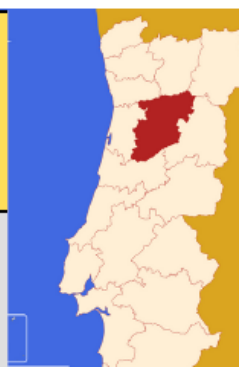
- Área da indústria (têxtil, mobiliário, equipamentos industriais, agroquímicos)
- Agricultura (plantações de vinhedo e oliveiras)
- Hotelaria, restauração e turismo.

### Rede de Transportes:

- (MUV) - autocarro
- Comboio.



MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
400€	300€	96€	30€	14-28,80€



# Guarda

## (Centro)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Guarda>



### A Cidade:

- Cidade montanhosa no centro de Portugal, oferece uma boa qualidade de vida por um baixo preço.
- 169.000 habitantes.

### Clima:

- Verão curto, seco; inverno muito frio com precipitação (0°C-28°C)

### Educação:

- 26 escolas públicas básicas e secundárias.
- Politécnico da Guarda: +40 cursos

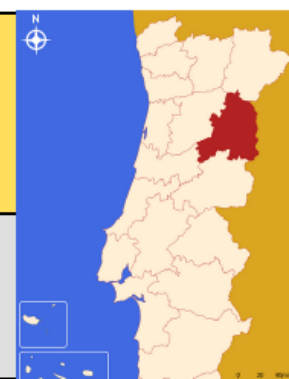
### Profissional:

- Pequenas explorações agrícolas (cereja), atividade mineira, indústrias têxteis (pasta de papel: Altri, e silvicultura).
- Turismo: Serra da Estrela

### Rede de Transportes:

- (TUG): autocarros
- Boa rede de Comboio

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
300€	200€	50€	25€	24,5€



# Coimbra

## (Centro)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Coimbra>

### A Cidade:

- Conhecida como a cidade universitária
- 150.000 habitantes

### Clima:

- Verão seco; inverno fresco, com precipitação (4°C-28°C)

### Educação:

- 34 escolas públicas básicas e secundárias.
- Universidade de Coimbra e Instituto Politécnico de Coimbra: +100 cursos

### Profissional:

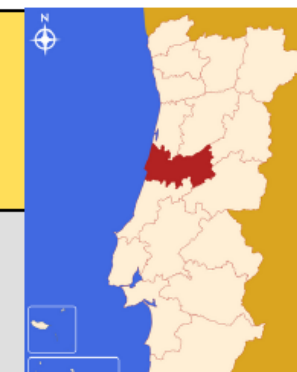
- Agricultura, produção animal, caça, floresta e pesca;
- Indústrias transformadoras (fabricação de pasta, papel, cartão);
- Alojamento, restauração;
- Setor da Saúde.

### Rede de Transportes:

- (SMTUC): autocarros
- Comboio
- Fm breve: metro



MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
450€	345€	95€	35€	30€



# Castelo Branco

## (Centro)



[https://pt.wikipedia.org/wiki/Castelo\\_Branco](https://pt.wikipedia.org/wiki/Castelo_Branco)

### A Cidade:

- Terceira maior cidade portuguesa com qualidade de vida e menor exposição à poluição.
- 56.000 habitantes.



### Clima:

- Verão curto, quente e seco; inverno fresco (2°C-32°C)

### Educação:

- 19 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Castelo Branco - +70 cursos.

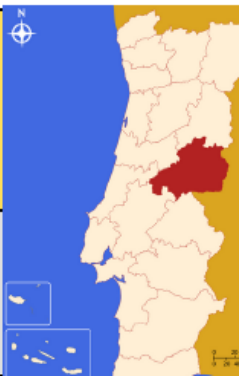
### Profissional:

- Turismo e hotelaria
- Comércio e serviços essenciais (lares, supermercados).
- Fábricas com equipamentos para refrigeração e climatização.

### Rede de Transportes:

- (Mobicab): autocarros
- Comboio

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
300€	250€	100€	40€	25€



# Leiria

## (Centro)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Leiria>

### A Cidade:

- Cidade tranquila, segura e bem localizada em Portugal, conhecida pelas termas de águas medicinais e pelas suas praias.
- 459.000 habitantes.



### Clima:

- Verão morno, seco; inverno fresco com precipitação (5°C-27°C)

### Educação:

- 40 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Leiria: +100 cursos

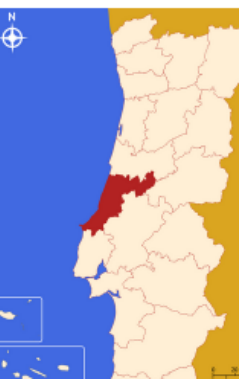
### Profissional:

- Fabricação de produtos metálicos;
- Indústrias alimentares; Indústria de madeira e cortiça;
- Fabrico de produtos minerais não metálicos;
- Fabrico de mobiliário e de colchões.

### Rede de Transportes:

- (Mobilis): autocarros
- Comboio

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
450€	360€	95€	30€	18€



# Lisboa

(Sul)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Lisboa>

## A Cidade:

- Capital de Portugal
- 2.290.000 habitantes.

## Clima:

- Verão morno, seco; inverno fresco, com precipitação (8°C-29°C)

## Educação:

- 143 escolas públicas básicas e secundárias.
- 32 universidades: +600 cursos

## Profissional:

- Comércio, Transportes e Alojamento;
- Serviços Sociais e Pessoais (educação, administração pública...);
- Serviços Mercantis (informação e comunicação, imobiliário).

## Rede de Transportes:

- Carris: Autocarros
- Comboio; Metro; Elétrico
- Transtejo/Soflusa: Barco



MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
875€	670€	115€	35€	30-40€



# Setúbal

(Sul)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Set%C3%BAbal>

## A Cidade:

- Cidade próxima da capital, tranquila e com boas infraestruturas.
- Setúbal é uma cidade portuária que possui forte tradição com a pesca.
- 876.000 habitantes

## Clima:

- Verão morno, seco; inverno fresco, com precipitação (7°C-30°C)

## Educação:

- 52 escolas públicas básicas e secundárias.
- Universidade Nova de Lisboa, Instituto Politécnico de Setúbal e Instituto Universitário Militar: +50 cursos

## Profissional:

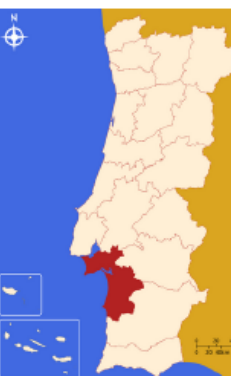
- Agricultura, Pesca, Pecuária.
- Indústria, construção civil
- Turismo, comércio, educação

## Rede de Transportes:

- Carris: Autocarros
- Comboio



MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
525€	440€	128€	30€	40€





# Santarém

(Sul)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Set%C3%BAbal>

## A Cidade:

- Boas acessibilidades e uma paisagem bonita.
- Tem uma forte componente agrícola e pecuária.
- 425.000 habitantes

## Clima:

- Verão quente, seco; inverno fresco, com precipitação (5°C-32°C)

## Educação:

- 33 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Santarém e Instituto Politécnico de Tomar: +40 cursos

## Profissional:

- Indústrias da cerâmica, da eletrónica, do mobiliário e da peleteria,
- Comércio; Turismo.
- Agricultura e a pecuária

## Rede de Transportes:

- (Scalabus): autocarro
- Comboio



MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
600€	360€	80€	30€	40€



# Portalegre

(Sul)



[https://pt.wikipedia.org/wiki/Portalegre\\_\(Portugal\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Portalegre_(Portugal))

## A Cidade:

- Cidade com muita diversidade natural e paisagística, localizada na região do Alentejo.
- 105.000 habitantes



## Clima:

- Verão curto, seco; inverno fresco, com precipitação (2°C-32°C)

## Educação:

- 7 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Portalegre: +18 cursos

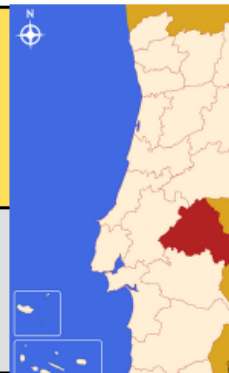
## Profissional:

- Indústria têxtil (lã, fibras sintéticas, tapeçaria)
- Agricultura (produção de vinho, cereais, azeite, cortiça).
- Turismo rural

## Rede de Transportes:

- Transportes Urbanos de Portalegre: autocarro

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
500€	300€	90€	30€	15€



# Évora

(Sul)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/%C3%89vora>

## A Cidade:

- Cidade com centro histórico bem preservado e dos mais ricos em monumentos em Portugal.
- 152.000 habitantes



## Clima:

- Verão curto, quente e seco; inverno fresco (5°C-33°C)

## Educação:

- 12 escolas públicas básicas e secundárias.
- Universidade de Évora (uma das mais prestigiadas e conhecidas de Portugal): +30 cursos

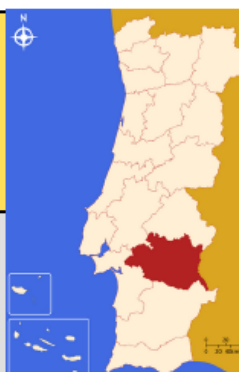
## Profissional:

- Área administrativa (pequeno comércio, turismo).
- Agricultura e a pecuária (vitivinicultura);
- Indústria alimentar e extrativa (madeira, cortiça, mármore)

## Rede de Transportes:

- (Trevo): autocarro
- Comboio

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
550€	450€	100€	30€	20-24€



# Beja

(Sul)



## A Cidade:

- Cidade tranquila e acolhedora com fácil deslocação a pé ou de bicicleta
- 144.000 habitantes

## Clima:

- Verão curto, quente (atinge temperaturas altas); inverno longo e fresco (6°C-33°C)

## Educação:

- 15 escolas públicas básicas e secundárias.
- Instituto Politécnico de Beja: 16 cursos

## Profissional:

- Serviços e Comércio
- Agricultura (trigo, azeite, cortiça, criação de gado)
- Indústria Transformadora e Construção;
- Alojamento e Restauração.

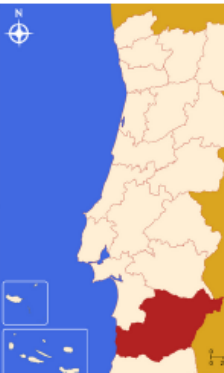
## Rede de Transportes:

- Transportes Urbanos de Beja (Urbanas): autocarros
- Comboio
- PETRAS: incentivo na utilização de bicicletas elétricas.



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Beja>

MÉDIA T1 NO CENTRO	MÉDIA T1 FORA DO CENTRO	SERVIÇOS (ELETRICIDADE, AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2	INTERNET E TV	PASSE MENSAL
400€	250€	87€	24€	20-30€



# Faro

(Sul)



<https://pt.wikipedia.org/wiki/Faro>



## A Cidade:

- 467.000 habitantes
- Um dos distritos mais movimentados no Verão com várias praias.

## Clima:

- Verão curto, morno; inverno longo, ameno (8°C-29°C)

## Educação:

- 22 escolas públicas básicas e secundárias.
- Universidade do Algarve: +40 cursos

## Profissional:

- Turismo (turismo balnear).
- Agricultura (citrinos, figos, amêndoas, morango e cortiça),
- Aquicultura; Indústria de extração de sal.

## Rede de Transportes:

- Vasta rede de transportes:
- VIA FARO: autocarros.
- Aeroporto; comboio.

MÉDIA T1 NO CENTRO

750€

MÉDIA T1 FORA DO CENTRO

600€

SERVIÇOS (ELETRICIDADE,  
AQUECIMENTO, ÁGUA) - 82M2

68€

INTERNET E TV

35€

PASSE MENSAL

35-40€



# LINKS INFORMATIVOS:

## ● **Escolas básicas e secundárias por distrito:**

<https://www.portugalio.com/escolas-basicas-e-secundarias/>

OR



## ● **Cursos por distrito - Ensino Superior**

<https://www.dges.gov.pt/guias/inddist.asp>

OR



## ● **Aplicativos de Transporte Público:**

- Moovit
- Google Maps
- Lisboa Viagem



# FAZ SCAN DO CÓDIGO NA TUA LÍNGUA!



**Pt**



**Fr**



**En**



**CPR**  
CONSELHO PORTUGUÊS  
PARA OS REFUGIADOS