

Para os estrangeiros residentes em Aichi

Tranquilidade por Saber!

Guia “Tudo sobre o seu **Futuro** e **Dinheiro**”



 愛知県

ほるとがるご
ポルトガル語 / português

Vamos aprender sobre os valores atuais e do futuro

~ Experiências futuras e os valores necessários

Sumário



P3

Parto

Custo: cerca de ¥510.000

Associação Central Nacional de Seguro de Saúde "Custos para o parto 2016"



P4

Educação

Custo: cerca de ¥10.480.000

(em caso de jardim de infância, ensino médio público e universidade privada)

Ministério da Educação, Cultura, Esportes, Ciência e Tecnologia
"Pesquisa das despesas dos estudos para crianças" (2018)
"Portaria ministerial sobre ensino e outras despesas em universidades nacionais, etc."
"Resultados da investigação da média anual de pagamentos per capita a alunos do primeiro ano matriculados em universidades privadas em 2017"



P5

Moradia

Custo: Casa Cerca de 34.420.000

Organização Financiadora de Habitação do Japão
"Pesquisa com usuários do Flat 35 no ano 2018"



P6

Despesas na Terceira Idade

Custo : Cerca de ¥260.000 por mês

Ministério de Assuntos Internos e Comunicações
"Relatório Anual da Pesquisa de Famílias (Orçamento Familiar), Resumo das Famílias em 2018 Tabela 9"



P7

Auxílios nas refeições e banhos

Custo : Aproximadamente ¥170.000 por mês

Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar "Pesquisa de Benefícios de Cuidados de Enfermagem 2017 Tabela 5"
* Valor total do pagamento do seguro, gasto público e contribuição do usuário (analisado em 2018)



P8

Quando falecer

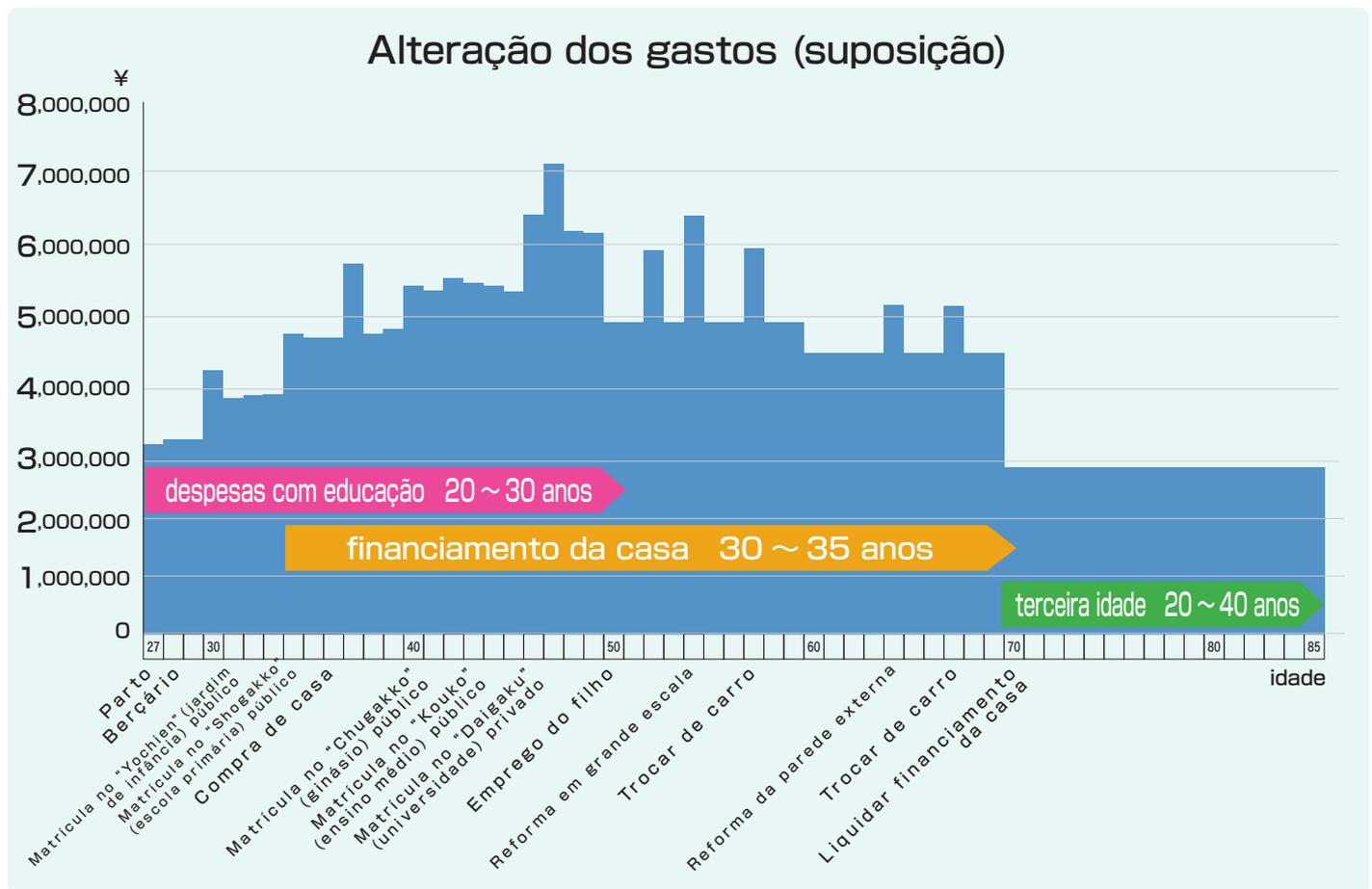
- Funeral
- Herança

P9-10

Balcão de Informações

Nesta vida longa, acontece coisas boas e ruins.

E, necessitamos de muito dinheiro quando acontece algo.



Como utilizar

Abra a página qual você está mais interessado.

Se você tiver alguma dúvida ou quiser saber os detalhes, faça uma consulta nas localidades apresentadas no Balcão de Informações (páginas 9-10).

Para viver no Japão, é muito importante inscrever-se aos seguros sociais como Seguro de Saúde (p3), Pensão (p6), Seguro de Cuidados e Assistência (p7) e também a poupança.



Por que precisamos de um plano de vida?

Plano de vida quer dizer, elaborar um plano pensando na sobrevivência geral da vida para realizar seus sonhos e desejos.

Que tipo de vida você deseja para o seu futuro? Qual é o sonho que deseja realizar? Quanto necessita para realizar este sonho?

Este livreto mostra as informações úteis e o valor necessário para se viver no Japão com tranquilidade.

Vamos desenvolver um plano de vida, pensando nos detalhes do seu futuro e do futuro da sua família.

1 Necessita aproximadamente ¥ 510.000 para o parto

despesa hospitalar para uma criança

Associação Central Nacional de Seguro Saúde "Custos de Nascimento 2016"

- Saiba sobre o valor necessário e os sistemas que te ajudarão quando você precisar para criar uma criança.



Auxílio para Educação Infantil

Auxílio • Sistema	Conteúdo								
Auxílio infantil	<p>É o dinheiro que as famílias com crianças até o "chugakko" (ginásio) podem receber. (Ano de 2019)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Idade da criança</th> <th>Valor a receber (1 criança por mês)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Até 3 anos</td> <td>¥ 15,000</td> </tr> <tr> <td>3 anos à 12 anos de idade (até a formatura shogakko)</td> <td>¥ 10,000 ※</td> </tr> <tr> <td>12 anos à 15 anos de idade (até a formatura do chugakko)</td> <td>¥ 10,000</td> </tr> </tbody> </table> <p>※ Famílias com três ou mais filhos até 18 anos receberão ¥ 15.000 apartir do terceiro filho. Se a renda for alta, receberá ¥ 5.000 por criança.</p>	Idade da criança	Valor a receber (1 criança por mês)	Até 3 anos	¥ 15,000	3 anos à 12 anos de idade (até a formatura shogakko)	¥ 10,000 ※	12 anos à 15 anos de idade (até a formatura do chugakko)	¥ 10,000
Idade da criança	Valor a receber (1 criança por mês)								
Até 3 anos	¥ 15,000								
3 anos à 12 anos de idade (até a formatura shogakko)	¥ 10,000 ※								
12 anos à 15 anos de idade (até a formatura do chugakko)	¥ 10,000								
Auxílio de Apoio Infantil	É uma ajuda que somente a família monoparental recebe.								
Sistema de Subsídio para despesa médica infantil	Sistema que as despesas médicas são custeados pelas prefeituras.								

Entre em contato com a prefeitura do local em que reside.

- Se a pessoa que trabalha em uma empresa descansar para dar a luz, receberá "Auxílio Maternidade". Se afastar-se do trabalho para criar o seu bebê, poderá receber a "Licença-maternidade" por no máximo de dois(2) anos. A documentação é feito na empresa.

[Veja também]

[Aos educadores estrangeiros residentes em Aichi Educação Multicultural de Aichi] (Publicado em março de 2018)

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/tabunka/kosodate-book.html>



Da creche ao ensino médio da escola pública e universidade privada

- Esteja preparado para pagar os custos conforme o futuro do seu filho.
- Faça poupança desde criança para futuros estudos do seu filho.
- Se não tiver condição suficiente, poderá solicitar bolsas de estudo.
- Bolsas de estudo ou financiamento para estudo é um empréstimo. Por isso deverá devolver. Pense bem antes de usar.



■ Gastos com educação do jardim de infância até a universidade

	Pública	Privada
Jardim de Infância	aprox. ¥650,000	aprox. ¥1,580,000
Escola Primária	aprox. ¥1,930,000	aprox. ¥9,590,000
Escola Ginásial	aprox. ¥1,460,000	aprox. ¥4,220,000
Escola de Ensino Médio	aprox. ¥1,370,000	aprox. ¥2,900,000
Universidade	aprox. ¥2,430,000	aprox. ¥5,070,000

* Está incluído despesas de transporte, alimentação e aulas extras.

Ministério da Educação, Cultura, Esportes, Ciência e Tecnologia
 "Pesquisa de despesas de estudo para crianças" (2018)
 "Portaria ministerial sobre ensino e demais despesas nas universidades nacionais"
 "Média de pagamentos de estudantes no primeiro ano de matrículas em universidades privadas em 2017"
 Resultados da pesquisa (por pessoa) *



- Há jardins de infância, creches e escolas infantis autorizadas, antes de entrar para a escola primária.
- A diferença dos gastos na universidade varia de pública à privada e se frequenta da casa.
- Depois de terminar o colegial, além da universidade, há também faculdades de curto prazo e escolas profissionalizantes.
- No Japão, o número de universidades privadas são maiores que as públicas.

■ Subsídios e Benefícios para os estudos

Público Alvo	Subsídio / Benefício para continuação dos estudos
Ensino médio	<p>Subsídio para taxa de matrícula e mensalidade (sem obrigação de devolver).</p> <p>O valor do subsídio será diferente dependendo da renda dos pais.</p> <p>Bolsa de estudos (com obrigação de devolver, sem juros)</p> <p>O valor a financiar depende se a escola é pública ou privada.</p> <p>«Onde solicitar»</p> <p>Apresente documentos necessários para a escola onde se matriculou. Poderá solicitar na terceira(3ª) série do "Chugakko" (ginásio). Para mais informações, consulte a escola ou o órgão da província de Aichi.</p>
Universidade e escola profissionalizante	<p>Bolsa de estudo</p> <p>Organização de Auxílios para Estudantes do Japão (JASSO)</p> <p>Há o sistema de benefício (sem obrigação de devolver) e o sistema de empréstimo (com obrigação de devolver).</p> <p>Existem também bolsas de outras entidades. Para obter detalhes, entre em contato com a entidade.</p>
Acima da formação do "Chugakko" (ginásio)	<p>Financiamento Educacional</p> <p>Empréstimo Educacional da Corporação Financeira do Japão (com obrigação de devolver com juros)</p> <p>Existe empréstimo educacional também em outras instituições financeiras.</p>

Contatos em Aichi (P10)
 Escola pública : Conselho de Educação de Aichi
 Escola privada : Escritório de Promoção de Escola Privada de Aichi

※ Há possibilidade de haver mudanças nesse sistema. Confira informações atualizadas.



- Para comprar uma casa, necessita de muita verba.

Pense bem no seu futuro e da sua família para decidir o valor da compra.



Pontos importantes ao utilizar o financiamento bancário.

- Pense bem e faça um empréstimo no valor que consiga devolver.
- O valor a devolver varia muito conforme a diferença nas taxas dos juros.
- Caso tiver entrada (dinheiro disponível no início), o valor do financiamento será menor. Procure poupar o máximo possível.



Como fazer uma poupança?

- Para juntar o dinheiro, guarde primeiro uma certa quantia e use daquele que restou.
- Abra uma conta bancária somente para a poupança.

Renda – Poupança = Restante para seu uso

Existe um sistema para apoiar as pessoas que compram uma casa; por exemplo a forma para redução no valor dos impostos. Sobre mais detalhes, pergunte à imobiliária ou ao responsável pela transação do financiamento bancário da instituição financeira.

para casal de idosos sem trabalho

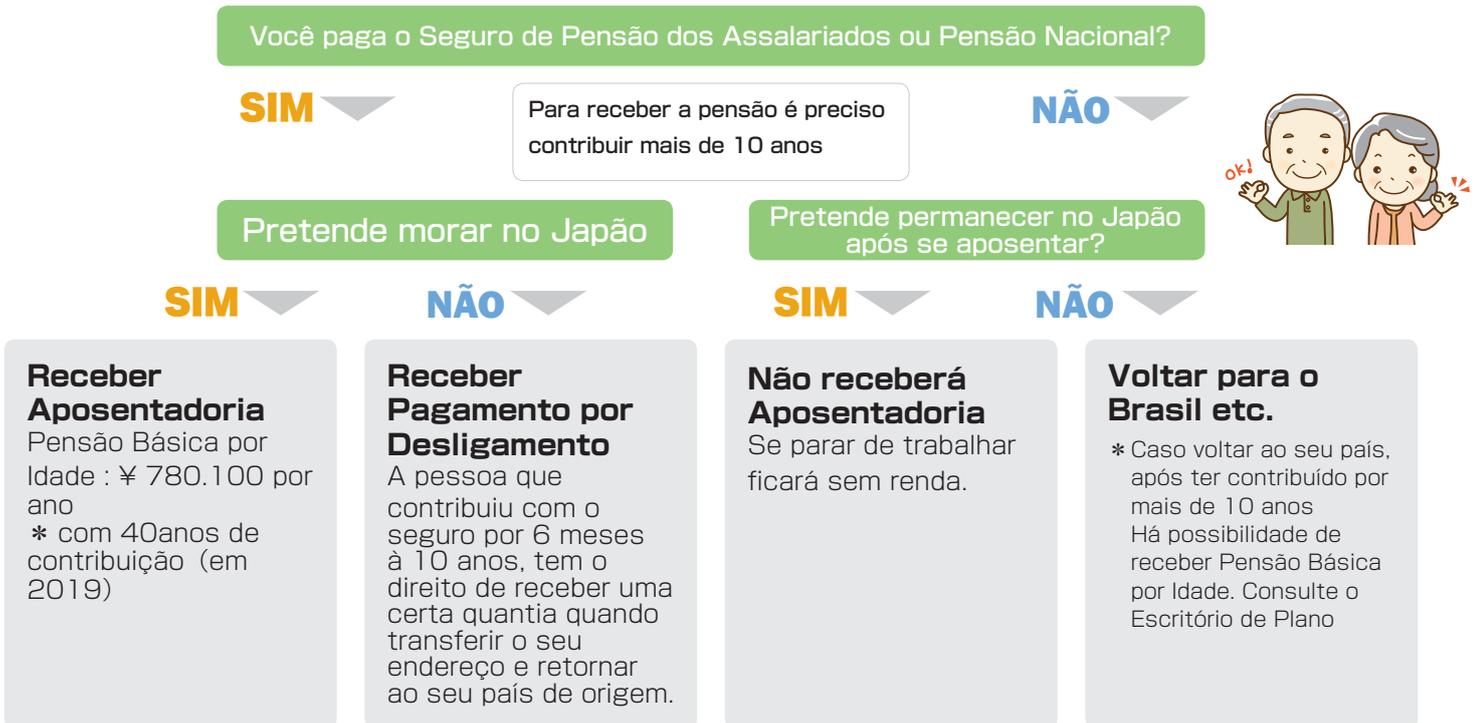
Ministério de Assuntos Internos e Comunicações, "Relatório Anual sobre Pesquisas Domiciliares (Orçamento Familiar), Resumo das Famílias para 2018"

- Os anos de vida após se aposentar tem se estendido.
- Para sobrevivência na terceira idade, somente com a aposentadoria poderá ser insuficiente.
- É importante estar fazendo uma poupança enquanto estiver trabalhando.

■ Aposentadoria

A pessoa inscrita que contribuiu com o seguro, poderá beneficiar-se na terceira idade ou quando em razão de alguma doença ou lesão, estiver incapacitado de exercer um trabalho.

Aposentadoria do governo japonês são Pensão Nacional e o Seguro de Pensão dos Assalariados.



Planilha da Pensão por Idade

Seguro de Pensão dos Assalariados
(enquanto estiver trabalhando)

Pensão Nacional

▲ 20anos

▲ 60anos ▲ 65anos

Receber aposentadoria

Tipos de Pensão	Características
Pensão Nacional	contribuir dos 20 anos ~ 60 anos de idade.
Seguro de Pensão dos Assalariados	contribuir enquanto estiver trabalhando até completar 70 anos. * varia conforme a empresa e o método de trabalho

※ Caso o tempo de contribuição não atingir 10 anos, poderá continuar contribuindo com a Pensão Nacional dos 60 até 70 anos de idade e com o Seguro de Pensão dos Assalariados por mais de 70 anos de idade, caso estiver trabalhando para receber em pensão.

■ Pensão por Invalidez

Se contribuir com o Seguro de Pensão, poderá beneficiar-se deste seguro caso estiver incapacitado de exercer um trabalho devido a doença ou lesão.

Procedimentos para receber a pensão é feito no Escritório de Plano de Pensão. Não esqueça de levar a cardeneta de aposentadoria e um documento de identificação.

Número de telefone : 0570-05-1165

Site : https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html



Valor por pessoa

Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar "Pesquisa de Benefícios de Cuidados e Assistência em 2017 Tabela 5"
* Valor total do pagamento do seguro, gasto público e contribuição do usuário (analisado em 2018)

- Quando você ou os seus pais envelhecerem, poderá necessitar de cuidados (ajuda na vida diária) devido a ferimentos ou doenças.
- Usar o serviço de assistência e cuidados requer muita verba.
- O valor dependerá do tipo de serviço oferecido.

Exemplos dos serviços



Pedir para o helper vir em casa para ajudar no banho ou refeição.



Ir à uma instituição para exercer fisioterapia e outras atividades.



Morar em um asilo.

■ “Kaigo Hoken” (Seguro de Assistência e Cuidados)

No Japão, existe o sistema chamado “Kaigo Hoken” apoiado pela sociedade com a contribuição paga pelas pessoas com mais de 40 anos de idade.

	Como contribuir	Caso de usufruir
Acima de 65 anos de idade	Descontado da aposentadoria.	Quando for considerado necessário
40 anos ~ 64 anos de idade	Pago com o seguro de saúde e/ou de pensão. Empregados são descontados do salário.	Quando for considerado necessário devido a doenças específicas (câncer terminal ou artrite reumatóide, etc)

Valor para usar este serviço

Contribuí com o “Kaigo Hoken” ?

SIM ▼

Poderá usufruir do serviço com apenas 10%~ 30% do valor.

NÃO ▼

Precisará pagar o valor total por conta própria e precisará de muito dinheiro.

Como usar

Quando precisar, primeiramente consulte a prefeitura onde reside. Um funcionário profissional irá avaliar a necessidade do serviço e decidirá tipo de serviço a utilizar.

Para saber mais sobre os serviços do “Kaigo Hoken” ou em caso de alguém da família utilizar esse serviço, procure o balcão de informações abaixo:

- No balcão do setor responsável da prefeitura (“Kourei Fukushi-ka” ou “Kaigo Hoken-ka” ; o nome do setor varia a cada prefeitura.)
- Centro de Apoio e Suporte Regional (existem mais de um em cada cidade.)

Funeral

- No Japão, a princípio, o corpo do falecido deverá ser cremado antes de ser enterrado.
- Pense no funeral e no cemitério para quando você ou alguém da família falecer e vamos pesquisar sobre as despesas e os procedimentos necessários.

Funeral / Enterro	Documentos necessários etc.	Dicas
cremação/Enterro	<ul style="list-style-type: none"> • Atestado de Óbito (declaração do falecimento) <ul style="list-style-type: none"> ※ Solicitar ao médico do hospital • Autorização de Cremação / Enterro <ul style="list-style-type: none"> ※ Receberá esta Autorização, apresentando o Atestado de Óbito na prefeitura 	Você pode pedir a uma companhia funerária para fazer isso por você. Seria bom pedir um orçamento ao funeral de várias empresas enquanto estiver vivo.
Enterro Natural	<ul style="list-style-type: none"> • Autorização de Enterro Natural <ul style="list-style-type: none"> ※ Solicitar na prefeitura 	Entre em contato com uma igreja que lida com enterros.
Enterro natural ou cremado no Brasil	<ul style="list-style-type: none"> • Verifique como fazer no Brasil. • Há necessidade de utilizar o serviço de transporte de corpos para o país de origem. Os custos variam dependendo do país; há casos que necessitam mais de ¥1,5milhão para o transporte do corpo. 	

- Se alguém da família ou alguém que mora junto falecer, deverá entregar o “Atestado de Óbito” à prefeitura dentro de 7 dias após a morte.
- Quando realizar o velório ou o enterro de um familiar ou de um conhecido, receberá uma certa quantia (“Maisouryo” ou “Sousaihi”) do Seguro de Saúde (página 3). Informe-se na prefeitura ou na empresa sobre os trâmites e os valores.
- Devolva o Zairyu card para a imigração, dentro de 14 dias após a morte.

Herança

Resolva entre a família com antecedência, sobre como fazer com a herança.

① Quando alguém da família falecer, faça os trâmites de suspensão de pagamentos seguintes:

- Instituição Financeira (onde o falecido havia conta bancária)
- Escritório de Pensão (recebimento da aposentadoria)
- Tramitação para interromper o fornecimento da luz, gás, água, telefone e o aluguel (caso necessite)

② Procedimentos para receber a herança do familiar falecido

- Para receber o patrimônio do falecido (por exemplo o dinheiro da conta bancária) é necessário fazer os trâmites. Somente o herdeiro (normalmente alguém da família) é quem pode fazer as documentações. Sobre os procedimentos, pergunte no balcão de informações do banco.
- Quando herdar em grande quantidade (terrenos, poupanças, etc.), deverá pagar o imposto sobre herança. Se tiver dúvidas, é bom pedir ajuda a um contador.

Se caso receber herança dos pais que residiam no Brasil

Primeiramente, verifique os procedimentos (Lei de Imposto sobre Herança, etc) necessário do Brasil. É bom pedir ajuda à um contador do Brasil.

Balcão de Informações

■ Contatos das prefeituras

A prefeitura oferece vários tipos de serviços e ajuda aos moradores da cidade.

Se telefonar e explicar a situação, será direcionado ao setor responsável.

Nome da cidade		Telefone	Nome da cidade		Telefone
名古屋市 (Nagoya-shi)	千種区 (Chikusa-ku)	052-762-3111	新城市 (Shinshiro-shi)		0536-23-1111
	東区 (Higashi-ku)	052-935-2271	東海市 (Tokai-shi)		052-603-2211
	北区 (Kita-ku)	052-911-3131	大府市 (Obu-shi)		0562-47-2111
	西区 (Nishi-ku)	052-521-5311	知多市 (Chita-shi)		0562-33-3151
	中村区 (Nakamura-ku)	052-451-1241	知立市 (Chiryu-shi)		0566-83-1111
	中区 (Naka-ku)	052-241-3601	尾張旭市 (Owariasahi-shi)		0561-53-2111
	昭和区 (Showa-ku)	052-731-1511	高浜市 (Tatahama-shi)		0566-52-1111
	瑞穂区 (Mizuho-ku)	052-841-1521	岩倉市 (Iwakura-shi)		0587-66-1111
	熱田区 (Atsuta-ku)	052-681-1431	豊明市 (Toyoake-shi)		0562-92-1111
	中川区 (Nakagawa-ku)	052-362-1111	日進市 (Nisshin-shi)		0561-73-7111
	港区 (Minato-ku)	052-651-3251	田原市 (Tahara-shi)		0531-22-1111
	南区 (Minami-ku)	052-811-5161	愛西市 (Aisai-shi)		0567-26-8111
	守山区 (Moriyama-ku)	052-793-3434	清須市 (Kiyosu-shi)		052-400-2911
	緑区 (Midori-ku)	052-621-2111	北名古屋市 (Kitanagoya-shi)		0568-22-1111
	名東区 (Meitou-ku)	052-773-1111	弥富市 (Yatomi-shi)		0567-65-1111
	天白区 (Tenpaku-ku)	052-803-1111	みよし市 (Miyoshi-shi)		0561-32-2111
豊橋市 (Toyohashi-shi)		0532-51-2111	あま市 (Ama-shi)		052-444-1001
岡崎市 (Okazaki-shi)		0564-23-6000	長久手市 (Nagakute-shi)		0561-63-1111
一宮市 (Ichinomiya-shi)		0586-28-8100	東郷町 (Togo-cho)		0561-38-3111
瀬戸市 (Seto-shi)		0561-82-7111	豊山町 (Toyoyama-cho)		0568-28-0001
半田市 (Handa-shi)		0569-21-3111	大口町 (Oguchi-cho)		0587-95-1111
春日井市 (Kasugai-shi)		0568-81-5111	扶桑町 (Huso-cho)		0587-93-1111
豊川市 (Toyokawa-shi)		0533-89-2111	大治町 (Oharu-cho)		052-444-2711
津島市 (Tsushima-shi)		0567-24-1111	蟹江町 (Kanie-cho)		0567-95-1111
碧南市 (Hekinan-shi)		0566-41-3311	飛島村 (Tobishima-mura)		0567-52-1231
刈谷市 (Kariya-shi)		0566-23-1111	阿久比町 (Agui-cho)		0569-48-1111
豊田市 (Toyota-shi)		0565-31-1212	東浦町 (Higashiura-cho)		0562-83-3111
安城市 (Anjo-shi)		0566-71-2299	南知多町 (Minamichita-cho)		0569-65-0711
西尾市 (Nishio-shi)		0563-56-2111	美浜町 (Mihama-cho)		0569-82-1111
蒲郡市 (Gamagori-shi)		0533-66-1111	武豊町 (Taketoyo-cho)		0569-72-1111
犬山市 (Inuyama-shi)		0568-61-1800	幸田町 (Kota-cho)		0564-62-1111
常滑市 (Tokoname-shi)		0569-35-5111	設楽町 (Shitara-cho)		0536-62-0511
江南市 (Konan-shi)		0587-54-1111	東栄町 (Toei-cho)		0536-76-0501
小牧市 (Komaki-shi)		0568-72-2101	豊根村 (Toyone-mura)		0536-85-1311
稲沢市 (Inazawa-shi)		0587-32-1111			

■ Sobre os procedimentos para o visto

Imigração de Nagoya

Telefone	052-559-2150 (Telefone Central)
URL	http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/kikou/nagoya.html
Balcão de consulta	Centro de informação geral para residência aos estrangeiros ● Balcão Seg à Sex (dentro da Imigração de Nagoya) ● Telefone 0570 – 013904 Seg à Sex 8:30 ~ 17:15 03 – 5796 – 7112 (telefone IP, PHS e ligação do exterior)



■ [Educação] Sobre auxílios e subsídios ao ensino médio da província de Aichi

Conselho de Educação da Província de Aichi	(Sobre os gastos) Setor de Administração da Divisão de Instalações Financeiras Telefone 052-954-6763 (Sobre bolsas de estudos) Setor de Bolsas de Estudos da Divisão de Educação do Ensino Médio Telefone 052-954-6785
Setor de Auxílios da Promoção de Escola Privada de Aichi	Telefone 052-954-6187



■ [Aposentadoria / Assistência e Cuidados] Guia sobre assistência e cuidados e bem estar aos idosos (em Japonês)

Oferece ampla informação de assuntos referente a idosos.

É editado todos os anos pela província de Aichi. Contém também a lista dos órgãos relacionados.

<https://www.pref.aichi.jp/korei/guide/>

■ Balcão de consultas

Centro Multicultural de Aichi (Aichi International Association:AIA)

Telefone	052-961-7902
Dias de Atendimento	Segunda a Sábado 10:00 ~ 18:00
Maiores Detalhes	Consultas Gerais (Consulta com assistente social) Idiomas de suporte : ※① ※ Dia e horário para consulta difere por idioma. ○ Apoio por videofone Segunda a Sábado 10:00 ~ 18:00 Idiomas de suporte : ※② Consulta com especialista (necessário reservar por telefone) ○ Consultas jurídicas com advogado para estrangeiros residentes nesta província Idiomas de suporte : ※③ ○ Consulta especializado em trabalho, visto e consumo Para mais informações entre no site da AIA http://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/sodancorner.html



① Japonês, Português, Espanhol, Inglês, Chinês, Filipino / Tagalo, Vietnamita, Nepalês, Indonésio, Tailandês

② Português, Espanhol, Inglês, Chinês, Filipino / Tagalo, Vietnamita, Nepalês, Indonésio, Tailandês, Mianmar, Coreano

③ Português, Espanhol, Inglês, Chinês, Filipino / Tagalo

Balcão de informações do Centro Internacional de Nagoya (Nagoya International Center : NIC)

Telefone	052-581-0100
Dias de Atendimento	Terça a Domingo 9:00 ~ 19:00
Maiores Detalhes	Idiomas de suporte : Japonês, Inglês, Chinês, Coreano, Português, Espanhol, Filipino, Vietnamita, Nepalês ※ Dia e horário para consulta difere por idioma. ★ Atende às consultas que requer aconselhamento de especialistas. ○ Consulta governamental para estrangeiros ○ Consultas jurídicas (necessário reservar) ○ Consulta de educação para crianças estrangeiras (necessário reservar) Para mais informações, verifique o site da NIC. https://www.nic-nagoya.or.jp/



※ informação de fevereiro de 2020

■ Referência

Guia Prático de Aichi (editado por Associação Internacional de Aichi)

Este guia contém informações que ajudarão os estrangeiros residentes em Aichi.

Apresenta balcão de informação sobre vários assuntos como trâmites para o visto, seguros, medicina, educação, trabalho, imposto e outros.

Idiomas editadas: em Japonês, Português, Espanhol, Inglês, Chinês

<http://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/benricho/index.html>



Tranquilidade por Saber! Guia “Tudo sobre o seu Futuro e Dinheiro”

Fevereiro de 2020

[Publicação]

Sala de Promoção de Convivência Multicultural da Divisão de Promoção de Atividades Sociais do Departamento da Vida dos Cidadãos da província de Aichi

〒 460-8501

Nagoya-shi, Naka-ku, Sannomaru 3-1-2

Telefone 052-954-6138 (Linha Direta)

E -mail tabunka@pref.aichi.lg.jp

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/tabunka/>

<https://www.facebook.com/Aichitabunkakyouseinet>



Aichi Multi-culture Net



facebook

[Edição]

NPO Frontier Toyohashi

※ Este guia foi elaborado com a ajuda da Associação de Relações Internacionais das Autoridades Locais do Conselho Geral