



O que é um círculo de apoio (*support bubble*)?

Atualizado em setembro de 2020

Um círculo de apoio (*support bubble*) ocorre quando uma pessoa que viva sozinha (chamado de “agregado com um só adulto”) forma um grupo para se poder encontrar com pessoas de um outro agregado com quem essa pessoa não viva – isto torna-se num círculo de apoio. Um agregado com um só adulto pode incluir:

- uma pessoa adulta que viva sozinha mas que seja visitada por cuidadores para prestar ajuda se, por exemplo, sofrer de demência. Os cuidadores podem ser família, amigos ou cuidadores remunerados.
- uma pessoa adulta que viva sozinha mas que tenha menores a viver consigo.

Cada agregado só pode fazer parte de um círculo de apoio.

É melhor formar um círculo de apoio com um outro agregado que viva por perto.

A partir de 14 de setembro, deixará de ser possível mudar o agregado com quem se tenha formado um círculo de apoio. Continua a poder encontrar-se com o seu círculo de apoio, mesmo que isso faça com que haja mais de 6 pessoas juntas. Pode consultar as informações do governo mais recentes sobre os círculos de apoio [aqui](#).

Continua a poder reunir-se em espaços ao ar livre em grupos que podem ter até 6 pessoas de agregados diferentes.

Também se podem reunir num grupo de 2 agregados em qualquer local – público ou privado, no interior ou ao ar livre. Não precisa de ser sempre o mesmo agregado. As pessoas todas que façam parte do seu círculo de apoio contam somente como um único agregado.