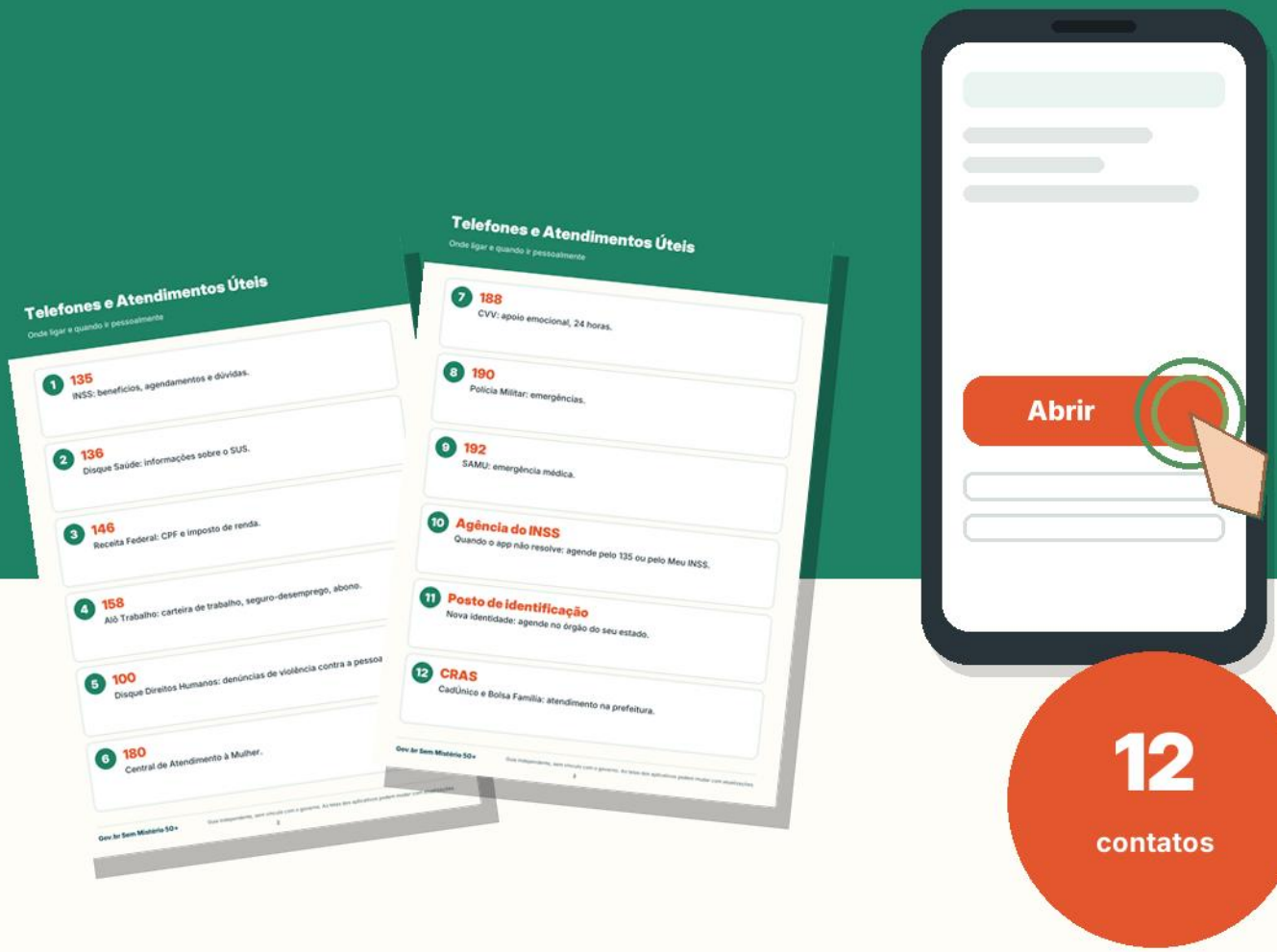
MAPAS VISUAIS • FEITOS PARA 50+

Telefones e Atendimentos Úteis

Onde ligar e quando ir pessoalmente



O QUE TEM AQUI DENTRO

- 9 telefones gratuitos
- 3 atendimentos presenciais
- Quando usar cada um

Guia independente, sem vínculo com o governo. As telas dos aplicativos podem mudar com atualizações.

Telefones e Atendimentos Úteis

Onde ligar e quando ir pessoalmente

1. **135**
   INSS: benefícios, agendamentos e dúvidas.

2. **136**
   Disque Saúde: informações sobre o SUS.

3. **146**
   Receita Federal: CPF e imposto de renda.

4. **158**
   Alô Trabalho: carteira de trabalho, seguro-desemprego, abono.

5. **100**
   Disque Direitos Humanos: denúncias de violência contra a pessoa idosa.

6. **180**
   Central de Atendimento à Mulher.

Guia independente, sem vínculo com o governo. As telas dos aplicativos podem mudar com atualizações.

Telefones e Atendimentos Úteis

Onde ligar e quando ir pessoalmente

7 **188**

CVV: apoio emocional, 24 horas.

8 **190**

Polícia Militar: emergências.

9 **192**

SAMU: emergência médica.

10 **Agência do INSS**

Quando o app não resolve: agende pelo 135 ou pelo Meu INSS.

11 **Posto de identificação**

Nova identidade: agende no órgão do seu estado.

12 **CRAS**

CadÚnico e Bolsa Família: atendimento na prefeitura.

Guia independente, sem vínculo com o governo. As telas dos aplicativos podem mudar com atualizações.