

## GUIÃO COM INFORMAÇÕES ÚTEIS SOBRE TIMOR-LESTE

### INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE O PAÍS



Timor-Leste, oficialmente República Democrática de Timor-Leste (em tétum: *Timor Lorosa'e*), é um dos países mais jovens do mundo e ocupa a parte oriental da ilha de Timor, no Sudeste Asiático.

Timor-Leste é um país constituído pelo enclave de Oe-Cusse Ambeno (Região Administrativa Especial de Oe-Cusse Ambeno (RAEOA)), na costa norte da parte ocidental da ilha de Timor, com 815 km<sup>2</sup>, pela ilha de Ataúro, a norte de Díli, com 141 km<sup>2</sup>, e pelo ilhéu de Jaco, ao largo da ponta leste da ilha, com 11 km<sup>2</sup>.

As únicas fronteiras terrestres que o país tem ligam-no à Indonésia, a oeste da porção principal do território, e a leste, sul e oeste de RAEOA, mas tem também fronteira marítima com a Austrália, no Mar de Timor, a sul.

Timor-Leste possui um território de quase 15 000 km<sup>2</sup>, ocupando a parte oriental da ilha de Timor. Com 14 874 km<sup>2</sup> de extensão territorial, Timor-Leste tem uma superfície menor que o menor dos estados brasileiros, Sergipe.

A capital de Timor-Leste é Díli, situada na costa norte da ilha.

No tempo da ocupação Indonésia, a língua mais falada em Timor-Leste era o *Bahasa* Indonésia, sendo, hoje, o tétum (mais falado na capital). O tétum e o português são as línguas oficiais do país, o que se encontra consagrado no artigo 13.º da Constituição da República de Timor-Leste, e o indonésio e o inglês são consideradas línguas de trabalho (artigo 159.º).

De referir que, para além do tétum, existem mais de 31 línguas nacionais.

	<p>À mercê de fluxos migratórios de população chinesa, o mandarim, o cantonês e, principalmente, o hacá são, também, línguas faladas por pequenas comunidades.</p> <p>Geograficamente, o país enquadra-se no chamado sudeste asiático, enquanto que, do ponto de vista biológico, se aproxima mais das ilhas vizinhas da Melanésia, o que o colocaria na Oceânia e, por conseguinte, faria dele uma nação transcontinental.</p> <p>O país foi colonizado pelo Império Português no século XVI e era conhecido como Timor Português até à descolonização do país. No final de 1975, Timor-Leste proclamou unilateralmente a sua independência, mas, no final desse ano, foi invadido e ocupado pela Indonésia e foi anexado como a sua 27.<sup>a</sup> província.</p> <p>Em 1999, após um ato de autodeterminação patrocinado pelas Nações Unidas, o governo indonésio deixou o controlo do território e Timor-Leste tornou-se o primeiro novo Estado soberano do século XXI, em 20 de maio de 2002.</p> <p>Após a Independência, o país tornou-se membro das Nações Unidas e da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa. Em 2011, Timor-Leste anunciou a intenção de participar da Associação de Nações do Sudeste Asiático através da apresentação de uma carta de candidatura para se tornar o décimo primeiro membro do grupo.</p> <p>Timor-Leste é um dos dois únicos países predominantemente cristãos no sudeste da Ásia, sendo o outro as Filipinas.</p>
<p><b>GOEGRAFIA</b></p>	<p>A ilha caracteriza-se pela existência de uma crista central montanhosa de orientação este-oeste, que divide o país na costa norte, mais quente e irregular, e na costa sul, com planícies planas e um clima mais moderado.</p> <p>O ponto mais alto do país, o monte Ramelau, regista 2 960 metros de altitude, com quatro outros pontos acima dos 2 000 metros: o monte Cablaque, na fronteira dos Municípios de Ermera e Ainaro, os montes Merique e Loelaco, na zona oriental, e o Matebian, entre Baucau e Viqueque.</p>
<p><b>CLIMA</b></p>	<p>Timor-Leste possui um clima tropical quente e húmido, caracterizado especialmente por duas estações bem definidas que são causadas pela alternância das monções. Entre dezembro e maio há uma estação chuvosa que predomina em todas as regiões do país, originada pelas monções advindas do noroeste e do sudoeste, o que provoca avalanches de terra e frequentes cheias. Nos outros meses (de junho a novembro) verifica-se uma estação seca, que se caracteriza por um clima mais seco, causado por ventos que sopram do sudeste e nordeste timorense.</p> <p>A montanhosa zona central regista muita precipitação e um período seco de quatro meses. Por fim, a zona menos acidentada do Sul, com planícies de</p>

	<p>grande extensão expostas aos ventos australianos, é bastante mais chuvosa do que o Norte da ilha e tem um período seco de apenas três meses.</p> <p>Apesar de ser um país tropical, a morfologia do território contribui para o aumento da amplitude térmica anual, que varia entre os 15°C, verificados nas regiões montanhosas, e os 30°C, verificados em Díli e na ponta leste do país.</p>
<p><b>RELIGIÃO</b></p>	<p>De acordo com os dados do Censos de 2022, 97,5% da população professa o catolicismo romano; 2,0% o protestantismo ou evangelismo; 0,4% são muçulmanos; e 0,1% praticam alguma outra ou nenhuma religião.</p> <p>Por outro lado, verifica-se que, além de uma predominância do catolicismo, o animismo tem também uma presença muito forte, sendo praticado pela população, em conjunto com as respetivas crenças acima mencionadas.</p> <p>Embora a Constituição de Timor-Leste consagre os princípios da liberdade religiosa e da separação entre Igreja e Estado, ela também reconhece "a participação da Igreja Católica no processo de libertação nacional".</p> <p>Como a maioria da população timorense é católica praticante e de costumes conservadores, alerta-se para a necessidade de o comportamento dos estrangeiros ser adequado aos valores próprios e à fé praticada pelos timorenses, procurando não ferir a sua suscetibilidade.</p>
<p><b>POPULAÇÃO / DEMOGRAFIA</b></p>	<p>De acordo com os dados do Censos de 2022, Timor-Leste possui 1.341.737 milhões de habitantes, encontrando-se distribuídos da seguinte forma: Díli - 324.738; Ermera – 137.750; Baucau – 134.878; Bobonaro – 106.639; Liquiçá – 83.658; RAEOA – 80.685; Viqueque – 80.176; Covalima – 73.933; Ainaro – 73.115; Lautém – 70.022; Manufahi – 60.665; Aileu – 54.324; Manatuto – 50.859 e Ataúro – 10.295.</p> <p>Grande parte da população timorense é jovem, devido a uma elevada taxa de fertilidade. No último Censos, 11,9% da população tinha uma idade inferior a 5 anos e 64,6% encontrava-se abaixo da faixa etária dos 30 anos. A distribuição por género é bastante aproximada: 681.000 pessoas do género masculino e 660.000 do género feminino.</p>
<p><b>MOEDA</b></p>	<p>Moeda em circulação em Timor-Leste</p> <p>Notas – Dólares Americanos   Moedas – Centavos de Timor-Leste:</p> 

	
<p><b>BANCOS E CAIXAS ATM</b></p>	<p>Em Timor-Leste existem 4 bancos comerciais: Banco Nacional Ultramarino (Banco BNU – filial de 1 banco em Portugal); Banco Mandiri (filial de 1 banco na Indonésia); Banco Rakyat Indonésia (Banco BRI – filial de 1 banco na Indonésia) e Banco Nacional de Comércio de Timor-Leste (Banco BNCTL).</p> <p>Refira-se, no entanto, que o número e localização de máquinas ATM para levantamento de dinheiro de contas no Brasil é bastante reduzido.</p> <p>Para se proceder à abertura de uma conta bancária, é necessário que a própria pessoa se dirija à entidade bancária e preencha os formulários próprios de abertura de conta bancária em Dólares Americanos, podendo solicitar, igualmente, a emissão de cartão bancário e acesso ao banco <i>online</i>. Dependendo de banco para banco, em princípio será necessário anexar 1 cópia do passaporte, 1 cópia do contrato de cooperação e 1 declaração de residência em Timor-Leste.</p> <p>Para envio de dinheiro de Timor-Leste para o Brasil (ou vice-versa), podem fazer uma transferência internacional de banco para banco, não devendo ser enviados montantes superiores a \$10.000,00 (dez mil dólares americanos). Existem, ainda, 2 empresas que podem enviar dinheiro rapidamente: <i>Western Union</i> e/ou <i>MoneyGram</i>.</p>
<p><b>ACESSO À INTERNET</b></p>	<p>Existe acesso a <i>internet</i> em todo o território. No entanto, a velocidade é muito lenta. Dependendo da localidade e da hora, a velocidade poderá ser mais rápida ou mais lenta.</p> <p>Outro fator a ter em consideração prende-se com as empresas prestadoras deste serviço: Timor Telecom, Telkomcel e Telemor. Umas funcionam melhor do que outras em alguns municípios, pelo que será conveniente testar a velocidade antes de aderir à subscrição de um pacote.</p> <p>O indicativo internacional do país: +670.</p>
<p><b>ALIMENTAÇÃO</b></p>	<p>Na capital, em Díli, já há muitos restaurantes disponíveis, dependendo do gosto de cada um (comida timorense, tailandesa, portuguesa, sushi, indonésia e internacional).</p> <p>Nos restantes municípios a oferta é ainda muito limitada, havendo apenas restaurantes locais com comida timorense. Por norma, as refeições nos restaurantes mais conhecidos em Díli são caras, podendo variar entre os 10</p>

	<p>usd e os 20 usd por pessoa. No entanto, nos restaurantes timorenses podemos encontrar refeições mais económicas que oscilam entre os 2 usd e os 5 usd por pessoa.</p> <p>Existem muitos supermercados em Díli para efetuar compras de mantimentos, sendo, no entanto, necessário percorrer vários para se encontrar tudo o que os internacionais estão habituados a consumir.</p> <p>Para os Professores que ficarão colocados fora de Díli, a recomendação é que façam as compras mensais em Díli e depois levem para o seu município de residência, uma vez que, dependendo do município, a oferta de produtos alimentares, de bens de consumo e de estabelecimentos é muito limitada.</p> <p>Deverão consumir apenas água engarrafada ou filtrada.</p> <p>Aconselha-se, ainda, que os alimentos sejam muito bem lavados com água potável antes de serem consumidos (nomeadamente, saladas).</p>
<p><b>VESTUÁRIO</b></p>	<p>Em Timor-Leste há hábitos culturais quanto ao vestuário que devem ser respeitados. Por esse motivo, deve usar-se vestuário adequado em contexto de trabalho.</p> <p>Neste sentido, recomenda-se que cada professor traga a roupa necessária e em número suficiente para a sua estadia em Timor-Leste, uma vez que a oferta é muito limitada.</p> <p>Por norma, as pessoas que já se encontram há algum tempo em Timor-Leste trazem roupa do seu país de origem ou compram quando vão de férias e/ou passam por Bali, uma vez que a diversidade é superior e os preços mais económicos.</p> <p>Para os professores que ficarem colocados nos municípios junto à costa, será necessária roupa fresca durante todos os meses do ano devido ao calor extremo.</p> <p>Nos municípios situados nas zonas montanhosas, a época das chuvas caracteriza-se por calor e elevadas temperaturas, sendo que, na época seca, poderá haver algum frio durante o período noturno, pelo que se recomenda alguma roupa de estação fria.</p> <p>Uma vez que Timor-Leste é um país muito católico e conservador, em que a presença dos internacionais é bem vista em eventos ou cerimónias culturais, recomenda-se que as mulheres usem vestidos, blusas/camisas com manga ou lenços que tapem os ombros. Não se devem usar fatos de banho muito extravagantes na praia. No caso dos homens, em situações de cerimónia, é aconselhado o uso de calças, camisas ou fatos.</p>
<p><b>VISTOS</b></p>	<p>Para cidadãos oriundos do Brasil, o visto de chegada a Timor-Leste é atribuído na hora, mediante o pagamento de 20 USD, e tem uma duração de 30 dias.</p>

	<p>Depois da entrada no território, a Embaixada do Brasil em Díli irá solicitar junto da entidade competente (Ministério do Interior) o Visto de Estada Especial que permitirá a permanência dos Professores Brasileiros em Timor-Leste até ao final da duração do seu contrato de trabalho.</p> <p>De notar que é obrigatório que os passaportes devem ter uma <b>validade superior a 6 meses</b> para poderem viajar pelos países da Ásia (incluindo Timor-Leste) durante o período de duração do contrato de trabalho, ou seja, se o contrato de trabalho terminar no dia 31 de dezembro de 2024, a <b>validade do passaporte terá de ser até 30 de junho de 2025</b>; caso contrário, o Professor não será autorizado a embarcar quando tiver de sair de Díli.</p>
<p><b>ADAPTADORES E ESTABILIZADORES DE CORRENTE ELÉTRICA</b></p>	<p>Recomenda-se que cada pessoa traga um adaptador de corrente elétrica universal de boa qualidade. No entanto, os adaptadores podem ser adquiridos em qualquer estabelecimento comercial de Timor-Leste. As tomadas elétricas podem diferir de casa para casa porque, muitas vezes, não existe uma tomada universal.</p> <p>Devido à instabilidade da eletricidade, e de modo a evitar picos de corrente que podem danificar os equipamentos, recomenda-se, também, o uso de estabilizadores de corrente, ou em fichas triplas ou, se for necessário, mediante a aquisição de estabilizadores de corrente de maior potência que podem ser adquiridos em Timor-Leste por cerca de 60 USD.</p>
<p><b>FAUNA</b></p>	<p>Timor-Leste possui cerca de 25 espécies de aves protegidas, desde águias até loricos (papagaios), podendo facilmente ser observadas em todo o território.</p> <p>Os golfinhos são presença habitual nos mares de Timor-Leste, em particular ao largo de Manatuto, Liquiçá e Tutuala (Lautém). Grupos de baleias em migração são também frequentemente visíveis em alto-mar entre a ilha de Ataúro e Díli.</p> <p>Timor-Leste possui uma extensa barreira de quilómetros e quilómetros de coral virgem, oferecendo um dos melhores lugares do mundo para atividades subaquáticas (existem diversas empresas de mergulho).</p> <p>Além desta enorme variedade de animais pacíficos, tomar banho nas águas cristalinas de Timor-Leste é perigoso, pois a costa sul da ilha está infestada de crocodilos de água salgada, uns dos maiores do mundo, sendo a ida a banhos praticamente interdita. Já na costa norte, as zonas mais perigosas situam-se entre os municípios de Manatuto, Baucau e Lautém.</p>
<p><b>TRANSPORTES LOCAIS</b></p>	<p>Existem diversos transportes locais que podem ser usados.</p> <p>Na capital, Díli, temos as famosas “<i>microletes</i>”, um transporte tipo mini van que percorre toda a cidade. As <i>microletes</i> são identificadas por números, correspondendo cada número a um local de destino/trajeto diferente. Este</p>

	<p>serviço custa sempre 0,25 centavos, independentemente do destino e da distância.</p> <p>De referir que, durante as horas de ponta, ou seja, da parte da manhã, hora de almoço e parte da tarde, há muito trânsito na cidade de Díli e o serviço é extremamente demorado. Como alternativa, outro meio de transporte existente na capital são os táxis. Temos os táxis amarelos, em que o preço de cada viagem terá de ser negociado com o motorista antes de se entrar na viatura, e os táxis azuis, em quantidade muito inferior, mas que proporcionam um excelente serviço, sendo sempre usado o taxímetro/contador.</p> <p>Para as viagens para os outros municípios existem, espalhados um pouco por toda a cidade, pequenos “terminais”, onde se podem apanhar as chamadas “<i>biscotas</i>” (maiores que as microletes, tipo mini onibus), havendo, para tal, um tarifário já definido, dependendo do município de destino. Alerta-se, ainda, que as infraestruturas rodoviárias para os municípios são precárias, pelo que as ligações por estrada são demoradas.</p> <p>De referir que, dentro das capitais de alguns municípios, existem os chamados “<i>tum tum</i>”, elétricos, mais conhecidos como “<i>tuk tuk</i>”.</p> <p>Para viajar para o enclave de RAEOA, a partir de Díli, podemos apanhar o barco Nakroma. Este transporte está disponível duas vezes por semana, sendo a viagem realizada durante toda a noite.</p> <p>De Díli para a ilha de Ataúro, podemos também utilizar o mesmo serviço, sendo uma viagem de aproximadamente 3 horas.</p> <p>Existem voos internacionais a partir da capital, Díli, várias vezes por semana. Podemos adquirir passagens aéreas para 3 destinos: Bali, Singapura e Darwin.</p> <p>A circulação nas estradas é realizada sempre pela faixa mais à esquerda.</p>
<p><b>SEGURANÇA</b></p>	<p>Podemos afirmar que a vida em Timor-Leste é pacífica e que é um país seguro para viver. O povo timorense é muito afável. Poderá, por vezes, haver pequenos desacatos, mas, normalmente, ocorrem sempre entre a comunidade local.</p>
<p><b>ALOJAMENTOS</b></p>	<p>Na capital, Díli, temos todo o tipo de ofertas, desde hotéis a <i>guest houses</i> dos mais diversos preços. Nos restantes municípios, a oferta é ainda muito limitada, sendo o município de Baucau o que apresenta ofertas similares a Díli, mas em muito menor número.</p>
<p><b>SAÚDE E MEDICAMENTOS</b></p>	<p>A prestação de cuidados de saúde em Timor-Leste é precária, mesmo na capital (Díli).</p> <p>Uma vez que estamos a falar de um país ainda com inúmeros desafios ao nível da satisfação das necessidades básicas para a sua população, também nesta área as infraestruturas existentes são escassas e débeis.</p>

	<p>Em grande parte dos municípios existem apenas os Centros de Saúde, sendo os casos mais graves encaminhados para Díli. O Hospital Nacional Guido Valadares, em Díli, acolhe pacientes de todo o país, contando com profissionais experientes em muitas áreas, sendo, para isso, fundamental a cooperação com Cuba.</p> <p>Existem, também, algumas clínicas privadas: a Clínica <i>Stamford</i>, uma parceria com o Raffles Hospital, em Singapura; a Ordem de Malta Medical Center, localizada no Timor Plaza, e a Clínica DMC.</p> <p>Em casos mais graves, e sempre com indicação médica, deverá ser acionado o seguro de viagem que permita a ativação do avião maca para evacuação para a Indonésia, Austrália, Malásia ou Singapura.</p> <p>No que diz respeito a medicamentos, existem algumas farmácias locais e nos próprios hospitais, sendo facultadas as doses de medicamentos estritamente necessárias para a duração do tratamento. No entanto, recomenda-se que cada pessoa traga a medicação que toma habitualmente para o período em que irá permanecer em Timor-Leste, de forma a evitar rupturas e não ser possível a aquisição do mesmo medicamento em Timor-Leste.</p> <p>Para determinados tipos de medicamentos é necessário fazer-se acompanhar de prescrição médica em Inglês, isto no caso de ser necessário justificar a sua posse na passagem pelos diversos aeroportos e/ou na alfândega.</p> <p>No que diz respeito à vacinação, cada país de origem será responsável por indicar a profilaxia necessária, dependendo da zona geográfica para onde se pretende viajar. Neste sentido, recomenda-se que as pessoas sejam encaminhadas previamente para uma consulta do viajante junto das entidades competentes, de modo a que seja realizado o plano necessário de vacinação internacional para a estadia em Timor-Leste.</p> <p>Dependendo da estação do ano e do clima, poderão surgir pequenos surtos de dengue, levando, em alguns casos mais graves, a episódios de dengue hemorrágico, pelo que todas as precauções sobre este assunto devem ser levadas em consideração no dia a dia.</p> <p>Por último, de referir que os docentes que necessitem de cuidados médicos muito frequentes ou cuidados alimentares extraordinários não devem ser candidatos ao Projeto-piloto, considerando as limitações locais existentes.</p>
<p style="text-align: center;"><b>OUTRAS INFORMAÇÕES</b></p>	<p>Os Professores Brasileiros devem respeitar os usos e costumes da República Democrática de Timor-Leste, abster-se da prática de quaisquer atos que consubstanciem ingerência nos respetivos assuntos internos e que prejudiquem os interesses materiais e/ou morais quer daquele Estado, quer do Estado Brasileiro, assim como as boas relações existentes entre ambos os Estados.</p>

Os Professores Brasileiros devem manter com os colegas, bem como com a comunidade educativa e população local, o espírito de colaboração e respeito indispensável ao bom funcionamento e à prossecução dos objetivos do Projeto de Cooperação Bilateral Timor-Leste | Brasil.

Em muitos locais poderão ser verificadas dificuldades no abastecimento de água canalizada, luz elétrica, rede de telemóvel ou acesso à internet.