

ATUALIZADO EM 01-5-2023

C.M. Arganil



Presidente: Luís Paulo Carreira Fonseca da Costa
Praça Simões Dias, Apartado 10,
3304-954 Arganil
Tel: 235 200 150
Tm: 961989589/918729659/933918775
Email: geral@cm-arganil.pt; gabinete.presidencia@cm-arganil.pt;

Juntas de Freguesia

Arganil

Presidente: Pedro Alexandre Pinto Alves
Avenida José Augusto de Carvalho, 8B - 1º Esqº
3300 – 014 Arganil
Tel: 235205588
Email: jf.arganil@arganil.pt; geral@arganil.pt; presidente@arganil.pt;

Benfeita



Presidente: José Gonçalves da Costa Pinheiro
Largo do Areal
3305-031 Benfeita
Tel: 235741903
Email: fregbenfeita@sapo.pt; josepinheiro_xisto@hotmail.com

Celavisa

Presidente: Paulo Jorge Marques Carneiro
Largo de Sto. António
3300-204 Celavisa
Tel: 235 203 005
Tel. Presidente: 936 654 091
Email: jfcelavisa@gmail.com; jfpresidente@celavisa.gmail.com;

Cepos e Teixeira

Presidente: José António Gomes Costa
Bairro do Sobreiral
3300-122 Cepos
Tel: 235761154
Email: freguesia.cepos@sapo.pt;

Cerdeira e Moura da Serra

Presidente: Adelino Antunes de Almeida
Rua Principal
Cerdeira 3305-050 Arganil
Tel: 235721191
Email: u.f.cerdeira.mserra@outlook.pt;

Côja e Barril de Alva



Presidente: João Manuel Marques Tavares
Rua D. Egas Fafes
3305 – 144 Côja
Tel: 235721379
Email: geral@jf-coja.pt;

Folques

Presidente: Manuel Alberto Saraiva Ribeiro
Rua José Simões Gouveia
3300- 270 Folques
Tel: 235208901
Email: jffolquess@sapo.pt;

Piódão

Presidente: José da Conceição Lopes
Largo Cónego Manuel Fernandes Nogueira
6285 - 018 Piódão
Tel: 235732750/751
Email: fpiodao2010@gmail.com;

Pomares

Presidente: Amândio Fernandes Dinis
Quinta da Marquesa de Pomares
3305-259 Pomares
Tel: 235732744
Email: freguesiaepomares@sapo.pt;

Pombeiro da Beira

Presidente: Vítor Manuel Rodrigues Pedroso
Rua Visconde Sanches de Frias, 215
3300-318 Pombeiro da Beira
Tel: 235296152
Email: geral@pombeirodabeira.pt;

São Martinho da Cortiça



Presidente: António José Ventura Dias
E.N.17, nº 494 Pinheirais
3300 - 357 São Martinho da Cortiça
Tel: 239456927
Email: juntasmcortica@sapo.pt;

Sarzedo

Presidente: Idílio Jorge Araújo Correia
Rua Alberto César das Neves
3300-407 Sarzedo (AGN)
Tel: 235205132
Email: jfsarzedo@mail.telepac.pt;j.freguesiasarzedo@gmail.com;

Secarias

Presidente: António Souto de Carvalho
Largo do Rossio,nº 1
3300 - 450 Secarias
Tel: 235208807
Email: jfsecarias@jfsecarias.pt;

Vila Cova de Alva e Anseriz

Presidente: Paulo Jorge Marques Amaral
Rua Manuel Madeira Leitão (EN 342)
3305-285 Vila Cova do Alva
Tel: 235729030
Email: uniaofreguesiasvcaa@hotmail.com;

C.M. CANTANHEDE



Presidente: Maria Helena Rosa de Teodósio e Cruz Gomes de Oliveira
Praça Marquês de Marialva
3060-133 Cantanhede
Tel:231410100
Email:geral@cm-cantanhede.pt;presidente@cm-cantanhede.pt;

Juntas de Freguesia

Ançã



Presidente: Cláudio Miguel Vaz Cardoso
Bairro São José, nº 1
3060-020 Ançã
Tel:239964655
Email: secretaria.jfanca@gmail.com; presidência.jfanca@gmail.com

Cadima



Presidente: Carlos Manuel Oliveira Gregório
Rua Frederico Garcia Secades, nº 43
3060-094 Cadima
Tel:231411050
Email: geral@freguesiadecadima.pt;

Cantanhede e Pocariça



Presidente: Nuno Miguel Pessoa Caldeira
Rua dos Bombeiros nº 1
3060-163 Cantanhede
Tel:231423246
Email: junta.cantanhede@gmail.com;

Cordinhã



Presidente: José Carlos Póvoa dos Santos
Rua Professor Joaquim Pires dos Santos, nº 17
3060-260 Cordinhã
Tel:231416111
Email: freguesiacordinha@sapo.pt;

Covões e Camarneira



Presidente: Asdrúbal Neto Torres
Rua da Bica
3060-284 Covões
Tel:231469397
Tm: 936270549
Email: ufcc@sapo.pt;presidente.ufcc@sapo.pt;

Febres



Presidente: Raquel Catarina Batista de Jesus Grilo
Praça Florindo José Frota, nº18
3060-318 Febres
Tel:231461481
Tm: 966505133
Email: geral@jf-febres.org;presidente@freguesia~~de~~defebres.pt

Murtede



Presidente: Sérgio Duarte Oliveira Maia
Rua da Fonte
3060-408 Murtede
Tel: 231201770
Email: freguesiademurtede@gmail.com;

Ourentã



Presidente: Carlos Alberto Gonçalves Ventura
Rua do Olival
3060-456 Ourentã
Tel: 231416864
Email: freguesiaourenta@sapo.pt;

Portunhos e Outil



Presidente: Vitor Manuel Bispo Folgado
Rua dos Namorados, nº8
3060-522 Portunhos
Tel:231429443
Email :presidentejfpo@sapo.pt;geral@ufportunhosoutil.pt;

Sanguinheira



Presidente: Euclides Manuel dos Santos Vinagreiro
Largo 3 de Julho, nº 2
3060-816 Sanguinheira
Tel:231442500
Tm: 938700800
Email: freg.sanguinheira@sapo.pt;

São Caetano

Presidente: João Paulo Martins de Jesus
Largo da Igreja nº 45
3060-739 São Caetano
Tel:231460638
Email: freguesia.caetano@sapo.pt;

Sepins e Bolho



Presidente: Luís António dos Santos Arromba
Rua Junta de Freguesia, nº 31
3060-553 Sepins
Tel: 231281934
Email: ufsepinsbolho@sapo.pt;junta.sepins@sapo.pt;

Tocha



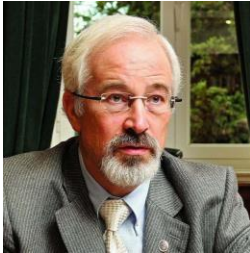
Presidente: José Manuel Gomes Cruz
Largo António José Almeida, -Edifício de Atocha
3060-705 Tocha
Tel:231441318
Email: junta.tocha@sapo.pt;

Vilamar e Corticeiro de Cima



Presidente: Egídio Manuel
Patrão Cruz Reis
Rua das Escolas
3060-772 Vilamar
Tel: 231460447
Email: ufvcc@sapo.pt;

C.M.COIMBRA



Presidente: José Manuel Monteiro de Carvalho e Silva
Praça 8 de Maio
3000-300 Coimbra
Tel.: 239 857 500
Email: geral@cm-coimbra.pt; presidencia@cm-coimbra.pt;

Juntas de Freguesia

Almalaguês



Presidente: António Ferreira Coelho
Rua da Estrada Nova, 14
3040-432 Coimbra
Tel: 239931708
Tm: 917187290
Email: geral@jf-almalagues.pt;

Antuzede e Vil de Matos



Presidente: Diamantino Jorge
Rua da Fonte, 60,
3025-018 Antuzede-Coimbra
Tel: 239964949
Email: ufantuzedevildematos@sapo.pt;

Assafarge e Antanhol

Presidente: António Lopes Fernandes Teodoro
Largo da Igreja
3040-657 Assafarge
Tel: 239438801
Email: geral@assafargeantanhol.pt,

Brasfemes



Presidente: João Paulo Nunes Marques
Rua do Tapado, 4
3020-571 Brasfemes-Coimbra
Tel: 239914283
Tm: 917830088
Email: jf.brasfemes@gmail.com;

Ceira



Presidente: José Fernando dos Santos
Rua Dr. Manuel Chaves e Castro, s/n
3030-853 Coimbra
Tel: 239923351
Tm: 969833899
Email: j.f.ceira@iol.pt;j.f.ceira@sapo.pt;

Cernache

Presidente: Vitor Manuel Alves de Carvalho
Rua do Moinho das Lapas 3040-810 Cernache
Tel: 239947037
Email: geral@freguesiacernache.eu;

Eiras e São Paulo de Frades



Presidente: Luís Miguel Lopes Correia
Rua Alfredo Freitas, 17/19
3020-167Coimbra
Tel: 239431487
Tm: 934802854

Email: sede@eirassfrades.pt;

Lamarosa, São Martinho de Árvore

Presidente: João Pimenta
Rua do Lagar, 9 Ardazubre
3020-347 Coimbra
Tel: 239951444
Email: saomartinhodearvoreelamarosa@sapo.pt;

Santa Clara e Castelo Viegas



Presidente: José Augusto Gomes da Silva Simão
Rua Capitão Constantino da Conceição-Urbanização de Santa Isabel-Lote 21
3040-092 Coimbra
Tel:239813734
Email: santaclaracasteloviegas@gmail.com;

Santo António dos Olivais



Presidente: José Francisco Pereira Rodeiro
R. Flávio Rodrigues, nº 21
3000-550 Coimbra
Tel: 239790900
Email: jfsao@hotmail.com;

São João do Campo



Presidente: Joaquim Dinis Pereira

Pereira Largo do Freixo, n 1

3025-438 São João do Campo

Tel: 239964300

Email: presidente@freguesiadesaojoaodocampo.pt; secretaria@freguesiasaojoaodocampo.pt;

São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades



Presidente: Jorge Manuel Lebre da Costa Veloso

Alameda da Feira-Bencanta-S. Martinho do Bispo

3045-382 Coimbra

Tel: 239445155

Email: juntabispo@sapo.pt; freguesiaribeiradefades@sapo.pt;

São Silvestre



Presidente: José Manuel Seíça Salgado

Rua A nº 1- S. Silvestre

3025-539 Coimbra

Tel: 239962756

Email: jfs.silvestre@sapo.pt;

Coimbra (Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu)



Presidente: João Francisco Campos

Bairro Sousa Pinto, 37 -1º

3000-393 Coimbra

Tel: 239095439

Tm: 918698058

Email: ufcoimbra@gmail.com;

Souselas e Botão



Presidente: Rui Manuel de Sousa Soares

Rua Frei Francisco Macedo, 44

3020-521 Botão- Coimbra

Tel: 239914077

Email: uniaofsouselasbotao@gmail.com;

Taveiro, Ameal e Arzila



Presidente: Jorge do Espírito Santo Mendes
Rua Prof. Guilherme Tomé
3040-503 Coimbra
Tel: 239983289
Email: taveiroamealarzila@sapo.pt;

Torres do Mondego



Presidente: Paulo Jorge de Almeida Cardoso
Rua da Calçada da Igreja, 2
3030-348 Coimbra
Tel: 239718742
Email: geral@torresdomondego.eu;

Trouxemil e Torre Vilela



Presidente: Horácio Valdemar Rodrigues da Costa
Rua da Escola, 2 Trouxemil
3020-070 Coimbra
Tel: 239911529
Email: uf.trouxemil.torredevivela@gmail.com;

C.M. CONDEIXA-A-NOVA



Presidente: Nuno Miguel Rondão Moita da Costa
Largo Artur Barreto,
3150-124 Condeixa-A-Nova
Tel: 239949120/239949125
Tm: 919384339/919990424
Email: geral@cm-condeixa.pt; presidente@cm-condeixa.pt; gap@cm-condeixa.pt;

Juntas de Freguesia

Anobra



Presidente: João Carlos Ribeiro Lameiro
Beco da Junta
3150-012 Anobra
Tel: 239 943 911
Email: jfanobra@gmail.com;

Ega



Presidente: Rodolfo Daniel Alves Silva
Rua Prof. José Maria Gaspar
3150-256 Ega
Tel: 239 944 768
Email: geral@jf-ega.pt;

Furadouro



Presidente: Carla Isabel Manaia Gaspar
Freguesia do Furadouro
3150-273 Condeixa-a-Nova
Tel: 239 948627
Email: ffuradouro@gmail.com;

Zambujal



Presidente: Vítor Luís Donário Teixeira
Largo Igreja
3150-334 Zambujal
Tel: 239 569 849
Email: jfzambujal@gmail.com;

Sebal e Belide



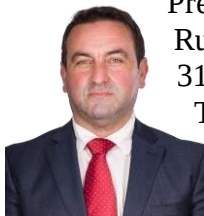
Presidente: Raúl Manuel Lopes Amado de Oliveira
Largo da Casa do Povo
3150-287 Sebal
Tel: 239 944 800
Tm: 927581040
Email: geral@uf-sebalbelide.pt;

Vila Seca e Bendafé



Presidente: Jorge Manuel Lucas Almeida
Largo do Adro da Igreja
3150-318 Vila Seca
Tel: 239 932 912
Email: fregvilasecabendafe@sapo.pt;

Condeixa-a-Nova e Condeixa-a-Velha



Presidente: Paulo Jorge da Silva Simões
Rua Dr. Simão da Cunha
3150-140 Condeixa-a-Nova
Tel: 239 948 523
Email: geral@jf-condeixa.pt;

C.M.FIGUEIRA DA FOZ



Presidente: Pedro Miguel de Santana Lopes
Avenida Saraiva de Carvalho
3084-501 Figueira da Foz
Tel: 233403300
Email: municipe@cm-figfoz.pt; nuno.mauricio@cm-figfoz.pt; graca.matos@cm-figfoz.pt; presidencia@cm-figfoz.pt;

Juntas de Freguesia

Alhadas e Brenha



Presidente: Jorge Manuel Bugalho da Silva
Rua do Jardim-Escola, 32
3090-401 Alhadas
Tel.: 233 930 161/233 939 935
Tm: 963010446
Email: mail@jf-alhadas.pt;

Alqueidão



Presidente: Clarisse da Silva Ferreira Oliveira
Rua Padre João Antunes de Carvalho, 5
3090-431 Alqueidão
Tel.: 233 940 693
Tm: 968628491
Email: jfalqueidao@hotmail.com;

Bom Sucesso



Presidente: Carlos das Neves Batata
Rua da Junta n.º 8
3080-751 Bom Sucesso
Tel.: 233 920 479
Tm: 925646164
Email: juntafregbomsucesso@hotmail.com;

Buarcos e são Julião



Presidente: Rosa Maria Martins Ferreira Batista
Rua do Barreiro, nº 5
3080-284 Buarcos
Tel.: 233 432 608
Email: info@jf-buarcos.pt;geral@buarcosesaojuliao.pt;

Ferreira-a-Nova e Santana



Presidente: Susana Maria Rodrigues Oliveira Monteiro
Rua Celestino Lopes da Silva, nº 27
3090-446 Ferreira-a-Nova
Tel.: 233 929 674
Tm: 961475079
Email: geral@freguesiaferreira-a-nova.pt;

Lavos



Presidente: José Coelho
Henriques da Silva Largo da
Igreja-Santa Luzia
3090-461 Lavos
Tel.: 233 946 300
Tm: 964250917
Email: freguesialavos@jflavos.pt;

Maiorca



Presidente: Rui Pedro Pinto Ferreira
Rua das Mercês, n.º 1
3090-476 Maiorca
Tel.: 233 930 197
Email: geral@freguesiademaiorca.pt; presidente@freguesiademaiorca.pt;

Marinha das Ondas



Presidente: José Alberto Jordão Susana
Rua António Moço, n.º 14
3090-485 Marinha das ondas
Tel.: 233 950 280
Tm: 924433841
Email: jfmarinha@hotmail.com;

Moinhos da Gândara



Presidente: Gilberto Fajardo Oliveira
Rua 20 de Junho, 33 - Quinta dos Vigários
3090-826 Moinhos da Gândara
Tel.: 233 929 646
Email: geral@jf-moinhosdagandara.pt;

Paião

Presidente: José Alberto da Silva Carvalho
Rua 25 de Abril, nº 17
3090-495 Paião
Tel.: 233940910
Tm: 964027020
Email: juntafregpaiao@hotmail.com;

Quiaios



Presidente: Ricardo Manuel Rodrigues Santos
Rua da Figueira da Foz, n.º 27
3080-544 Quiaios
Tel.: 233 910 260
Email: geral@jf-quiaios.pt; executivo@jf-quiaios.pt;

São Pedro



Presidente: Jorge Aniceto Pimentel dos Santos
Rua de São Pedro, n.º 56
3090-711 São Pedro
Tel.: 233 431 223
Email: secretariajfsp@gmail.com; mail@spcovagala.pt;

Tavarede



Presidente: Fernando António Martins Lopes
Rua José Nunes Medina, 22
3080-846 Tavarede
Tel.: 233 401 400
Tm: 926681854
Email: geral@juntatavarede.pt;

Vila Verde



Presidente: Vítor Manuel Gonçalves Alemão
Rua Grupo Recreativo Vilaverdense, nº 17
3090-653 Vila Verde
Tel.: 233 438 072
Tm: 968115463

Email: j.freguesiavilaverde@gmail.com;

C.M. GÓIS



Presidente: António Rui de Sousa Godinho Sampaio
Praça da República
3330-310 Góis
Tel: 235770110
Tm: 912173225
Email: correio@cm-gois.pt; presidencia@cm-gois.pt;

Juntas de Freguesia

Alvares



Presidente: Vítor Manuel Fonseca Duarte
Rua Jaime Rebelo da Costa Arnault
3330- 140 Alvares
Tel: 235 587 384
Tm; 962048252
Email: jfalvares@sapo.pt;

Cadafaz e Colmeal



Presidente: Carlos da Conceição Jesus
Rua Padre André Almeida Freire
3330- 073 Colmeal
Tel: 235 76111
Tm: 966271944
Email: cadafaz-colmeal@hotmail.com;

Góis



Presidente: Pedro Manuel de Campos Dias Nogueira
Rua 5 de Outubro, nº2
3330-341 Góis
Tel: 235 778 987
Tm: 919513312
Email: jfgois@sapo.pt;

Vila Nova do Ceira



Presidente: António Alberto Figueiredo Machado
Várzea Grande
3330-460 Vila Nova do Ceira
Tel: 235 771 215
Tm: 964131353
Email: jfvnceira@sapo.pt;

C.M.LOUSÃ



Presidente: Luís Miguel Correia Antunes
Rua Dr. João Santos
3200-953 Lousã
Tel: 239990370
Tms: 912 217 813/910020963/910020964/966618319/936518710
Email: geral@cm-lousa.pt;gap@cm-lousa.pt;

Juntas de Freguesia

Foz de Arouce e Casal de Ermio



Presidente: Henrique Lourenço
Rua Principal
3200-029 Foz de Arouce
Tel: 239 992419
Email: freguesiaf.aroucec.ermio@gmail.com;

Gândaras

Presidente: Artur Jorge Correia
Rua da Escola - Fontainhas
Gândaras
3200 – 086 Lousã
Tel: 239 996 620
Tm: 902354999
Email: jfgandaras@gmail.com;

Lousã e Vilarinho



Presidente: Helena Correia
Largo da Graça, 20
3200 - 220 Lousã
Tel: 239 991 232
Email: geral@jf-lousanevilarinho.pt;

Serpins

Presidente: Paulo Simões
Largo da Feira
3200-318 Serpins
Tel: 239 971138
Email: junta.serpins@sapo.pt;

=====

C.M. MIRA



Presidente: Raul José Rei Soares de Almeida
Praça da República
3070-304 Mira
Tel.: 231 480 550
Email: geral@cm-mira.pt; presidente@cm-mira.pt; gabinete.presidente@cm-mira.pt;

Juntas de Freguesia

Carapelhos



Presidente: Carla Cristina da Conceição Santos
Rua 31 de Dezembro
3070-601 Carapelhos
Tel: 231 458 253
Email: jfcarapelhos@sapo.pt;

Mira



Presidente: Artur Jorge Ribeiro Fresco
Praça da República
3070-304 Mira
Tel: 231 451 252
Tm: 965071345
Email: jfmira@iol.pt; geral@jf-mira.pt; presidente@jf-mira.pt;

Praia de Mira



Presidente: Francisco Daniel Soares Reigota
Avª Cidade de Coimbra 130-2º dtº fracção T
3070-341 Praia de Mira
Tm: 918403606
Email: reigota.francisco@gmail.com

Seixo



Presidente: Rui Pedro Pinho Rocha
Rua Padre S. Miguel, 45-Seixo
3070-544 Seixo
Tm: 916261216
Email: ruipedroroch@gmail.com;

C.M. MIRANDA DO CORVO



Presidente: António Miguel Costa Baptista
Praça José Falcão-Apartado 77
3220-206 Miranda do Corvo
Tel: 239530320
Email: camara@cm-mirandadocorvo.pt; presidencia@cm-mirandadocorvo.pt;

Juntas de Freguesia

Lamas



Presidente: Raul José Ferreira Marques
Rua Dr. Rosa Falcão
3220-017 Lamas-Miranda do Corvo
Tel: 239538324
Email: juntafreguesialamas@gmail.com;

Miranda do Corvo

Presidente: João Paulo Pereira Fernandes
Rua Belizário Pimenta
3220-187 Miranda do Corvo
Tel: 239 532 523
Email: jfmirandadocorvo@gmail.com;

Semide e Rio de Vide

Presidente: Luís Filipe Correia Martins
Rotunda do Mercado- Fracção K-Edifício Multiserviços
3220-423 Semide-Miranda do Corvo
Tel: 239 549 177
Email: freguesia.semide.riovide@sapo.pt;

Vila Nova



Presidente: José Alexandre de Jesus Paiva
Rua Dr. José Isidoro da Silva
3220-518 Vila Nova-Miranda do Corvo
Tel: 239531505
Email: jfvilanova.mcv@gmail.com;

C.M. MONTEMOR-O-VELHO



Presidente: Emílio Augusto Ferreira Torrão
Praça da República
3140-258 Montemor-O-Velho
Tel: 23987300
Email: geral@cm-montemorvelho.pt; grp@cm-montemorvelho.pt; emilio.torao@cm-montemorvelho.pt; ana.ferreira@cm-montemorvelho.pt; joao.lobo@cm-montemorvelho.pt ,

Juntas de Freguesia

Abrunheira, Verride e Vila Nova da Barca

Presidente: Nuno Nobre Valente
Rua de S. Sebastião, nº 31
3140-167 Verride
Tel: 239676487
Email: uniao.avv@gmail.com;

Arazede

Presidente: Rui Paulo Oliveira Costa
Rua Furriel António Rama Fidalgo
3140-022 Arazede
Tel: 239607162/239607694
Email: geral@jfarazede.pt;

Carapinheira



Presidente: Victor Manuel Pardal Monteiro
Rua da Igreja, nº 53
3140-077 Carapinheira
Tel.: 239629176
Email: jfcarapinheira@sapo.pt;

Ereira



Presidente: Vasco Gonçalo Sousa Martins
Rua Poeta Afonso Duarte
3140-672 Ereira
Tel: 239675497
Email: freg.ereira@gmail.com;

Liceia



Presidente: Joaquim Neves Martinho
Largo de S. Miguel
3140-146 Liceia
Tel: 233929972/73
Email: juntafreguesialiceia@sapo.pt;

Meãs do Campo

Presidente: Paulo Sérgio Silva Valente
Rua Lagar Pinheiro-Meãs
3140-166 Meãs do Campo
Tel: 239623762
Email: jf-meas@jf-meas.pt;

Montemor-o-Velho e Gatões



Presidente: António Correia Pardal Bispo
Rua Dr. José Galvão, 134
3140-271 Montemor-o-Velho
Tel: 239680353
Email: geral@jf-montemorovelho.pt;

Pereira



Presidente: António Silva Ferreira
Rua da Torre, nº 1
3140-315 Pereira MMV
Tel: 239647388/239645533
Email: jfvilapereira@hotmail.com;

Santo Varão



Presidente: João António Góis Girão
R. da Igreja, nº 26
3140-401 Santo Varão
Tel: 239645928
Email: geral@santovarao.pt;

Seixo de Gatões

Presidente: João Paulo de Almeida Ângelo
Rua de Santo António
3140-447 Seixo de Gatões
Tel: 239629659
Email: junta.seixodegatoes@iol.pt;

Tentúgal

Presidente: Ricardo José Araújo Monteiro
R. Dr. Armando Gonçalves, nº 11
3140-574 Tentúgal
Tel: 239952129
Email: freguesiadetentugal@gmail.com;

C.M. OLIVEIRA DO HOSPITAL



Presidente: José Francisco Tavares Rolo
Largo Conselheiro Cabral Metello
3400-062 Oliveira do Hospital
Tel: 238605250/238605259(Gap.)
Email: geral@cm-oliveiradohospital.pt; presidencia@cm-oliveiradohospital.pt;

Juntas de Freguesia

Aldeia das Dez



Presidente: Carlos Manuel Mendes Castanheira
Rua dos Tecelões, nº2
3400-237 Aldeia das Dez
Tel: 238671009
Email: geral@freguesia-aldeiadasdez.pt;presidente@aldeiadasdez.pt;

Alvôco das Várzeas

Presidente: Cátia Sofia da Cruz Alves
3400-315 Alvoco das Várzeas
Tel: 238661026
Email: jfalvocodasvarzeas@gmail.com;

Avô

Presidente: Manuel Maria Golegã da Fonseca Pimentel de Sousa
Praça 21 de Junho, nº5
3400-366 Avô
Tel.: 238671473
Email: freguesiadeavo@sapo.pt;

Bobadela

Presidente: Fernando Alves Dias Duarte
R. João Santos Pestana Coelho, nº1A
3405-019 Bobadela
Tel.: 238601428
Email: freguesiadebobadela@gmail.com;

Ervedal e Vila Franca da Beira

Presidente: Carlos Artur Simões Esteves Maia
Av. Nova, nº13-1º
3405-033 Ervedal da Beira
Tel:238644697
Email: freguesia-ervidal@sapo.pt;

Lagares da Beira

Presidente: Olga Maria Filipe Bandeira
R. dos Bombeiros, nº12
3405-033 Lagares da Beira
Tel: 238645680
Email: jflagaresbeira@gmail.com;

Lagos da Beira e Lajeosa

Presidente: Nuno Marco Ferreira Baptista
R. do Adro, nº3
3405-263 Lagos da Beira
Tel: 238601419
Email: uf.lagoslageosa@gmail.com;

Lourosa

Presidente: José Carlos Marques Silva
Rua da Junta de freguesia, nº1
3400-409 Lourosa
Tel: 238671685
Email:jflourosa@gmail.com;

Meruge

Presidente: João Alberto Garcia de Abreu
Rua 25 de Abril, nº5
3405-357 Meruge
Tel:238601430
Email: geral@meruge.com;

Nogueira do Cravo

Presidente: Luís Filipe Nina Mendes
Av. Dr. Rosa Pimenta, nº. 14
3400-461 Nogueira do Cravo
Tel:238601207
Email: fnogueiradocravo_ohp@hotmail.com;

Oliveira do Hospital e São Paio de Gramaços

Presidente: José Manuel Matias da Cruz
Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, nº7 C R/C
3400-059 Oliveira do Hospital
Tel:238609994
Email: geral@freguesia-oliveiradohospital.pt;

Penalva de Alva e São Sebastião da Feira

Presidente: Rui Jorge Campos Coelho
Av. Dr. Prof. Pina Martins, nº 10
3400-544 Penalva de Alva
Tel:238691361
Email: juntafpa@gmail.com;

Santa Ovaia e Vila Pouca da Beira

Presidente: Bruno Ricardo Dias Amado
Largo Eng.º Figueiredo e Castro, nº2
3400-602 Santa Ovaia
Tel:238671684
Email: freguesia.fo.vpb@gmail.com;

São Gião

Presidente: Nuno Rafael Oliveira Dias
R. da Ponte, nº13
3400-655 São Gião
Tel:238691377
Email: freguesia_s.giao@sapo.pt;

Seixo da Beira

Presidente: Isabel Margarida Neves Claro Ferreira
R. do Comércio, nº5 - 1º
3405-440 Seixo da Beira
Tel:238644890
Email: fregseixodabeira@sapo.pt;

Travanca de Lagos

Presidente: Nuno Gonçalo Mendes Santos
R. da Junta de Freguesia, nº7
3405-527 Travanca de Lagos
Tel:238645766
Email: executivo@jf-travancadelagos.pt;

C.M. PAMPILHOSA DA SERRA



Presidente: Jorge Alves Custódio
Rua Rangel de Lima
3320-229 Pampilhosa da Serra
Tel. 235 590 320/235590329
Tm: 935905002
Email: municipio@cm-pampilhosadaserra.pt;

Juntas de Freguesia

Cabril



Presidente: Anabela Nunes Martins
Rua Central
3320-011 Cabril
Tel: 235 513 854
Tm: 935 408 019
Email: juntacabril@sapo.pt;

Dornelas do Zêzere



Presidente: Joaquim Gonçalves Isidoro
Dornelas do Zêzere
3320-053 Dornelas do Zêzere
Tel: 275647684
Tm: 932190111
Email: freguesiadornelasdozezere@sapo.pt;

Fajão e Vidual



Presidente: Carlos Alberto Costa Pereira Simões
Rua César Vicente Silva
3320-080 Fajão
Tel: 235 751 219
Tm: 939371002
Email: jffajaovidual@gmail.com;

Janeiro de Baixo



Presidente: José de Jesus Martins
Rua do Penedo, nº 4
3320-105 Janeiro de Baixo
Tel: 235 512 056
Tm: 934 089 535
Email: f-janeirodebaixo@sapo.pt;

Pampilhosa da Serra



Presidente: Nuno Miguel Marques Nunes de Almeida
Rua Rangel de Lima, 102
3320-229 Pampilhosa da Serra
Tel: 235 594 304
Tm: 932 135 600

Email: fpserra@sapo.pt;

Pessegueiro



Presidente: Benjamim Batista Marques
Rua Professora D^a Emilia, n^o 2
3320-312 Pessegueiro
Tel: 235556023/235556028
Email: geral@jfpessegueiro.pt;

Portela do Fojo e Machio



Presidente: Henrique Fernandes Marques
Portela do Fojo
3320-331 Portela do Fojo
Tel: 235566009
Tm: 926 376 006
Email: fporteladofojo@sapo.pt;

Unhais-o-Velho



Presidente: José Baptista Marcelino
Largo José Augusto Veiga Nunes de Almeida
3320-368 Unhais-o-Velho
Tef: 235 513 320
Tm: 933 707 376/938 901 544
Email: freg.unhaisovelho@mail.telepac.pt;

C.M.PENACOVA



Presidente: Álvaro Gil Ferreira Martins Coimbra
Largo Alberto Leitão, 5
3360-341 Penacova
Tel.: 239 470 300
Email: geral@cm-penacova.pt;holiveira@cm-penacova.pt;

Juntas de Freguesia

Carvalho



Presidente: Alcino Filipe Pereira Francisco
Freguesia de Carvalho
3360-016 Carvalho
Tel: 239 477 218
Email: freguesiadecarvalho@outlook.pt;

Figueira de Lorrão



Presidente: Fernando Edmar da Costa Rodrigues
Largo Cónego Arcipreste Manuel Vieira dos Santos n^o 1
3360-053 Figueira de Lorrão
Tel: 239 472 732
Email: junta.figueiralorvao@gmail.com;

Friúmes e Paradela



Presidente: José Fernando Pinto Ferreira
Rua da Junta, 10
3360-072 Friúmes
Tel: 239 476 058
Email: freguesia.friumeseparadela@gmail.com;

Lorvão



Presidente: Mário João Rosa dos Santos Escada
Rua Evaristo Lopes Guimarães, 3
3360-106 Lorvão
Tel: 239 477 162
Email: jf.lorvao@mail.telepac.pt;

Oliveira do Mondego e Travanca do Mondego



Presidente: Luís Manuel Marques Pechim
Largo Nossa Senhora da Piedade
3360-135 Oliveira do Mondego
Tel: 239 456 064
Email: uf.otmondego@gmail.com;

Penacova



Presidente: Alcino da Silva Francisco
Rua Conselheiro Fernando de Melo, 2
3360-332 Penacova
Tel: 239 477 874
Email: freguesia.penacova@gmail.com;

São Pedro de Alva e São Pedro de Mondego



Presidente: Vítor Manuel Cunha Cordeiro
Avenida 16 de Agosto, nº10
3360-258 S. Pedro d'Alva
Tel: 239456824/239456192
Email: geral@uf-spaspm.pt;

Sazes do Lorvão



Presidente: Luís Manuel Simões Pereira
Rua da Junta
3360-293 Sazes de Lorvão
Telefone: 239 472 508
Email: geral-jfsazes@sapo.pt;

C.M. PENELA



Presidente: Eduardo Jorge Mendes Nogueira Santos
Praça do Município,
3230-253 Penela
Tel.: 239 560 120,
Email: gab.presidente@cm-penela.pt;cmpenela@cm-penela.pt;

Juntas de Freguesia

Cumeeira

Presidente: Pedro Jorge Fernandes Alves
Cumieira.
3230-016 Cumieira PNL
Tel:236 622 520
Tm: 914106020 (Presidente)
Email: juntafcumeeira@sapo.pt;

Espinhhal

Presidente: Luís Oliveira Henriques Dias
Largo da Feira nº 1
3230-000 Espinhhal
Tel:239 559 127
Tm: 919540564/917549525(Presidente)
Email: geral@jf-espinhal.pt;

Podentes

Presidente: Anabela Cristina Pereira dos Santos
Largo do Adro
3230-521 Podentes
Tel.: 239 561 098
Tm: 915601036 (Presidente)
Email: podentes@sapo.pt;

São Miguel, Santa Eufémia e Rabaçal



Presidente: Maria do Nascimento Rasteiro Marmé
Rua de Coimbra
3230-284 Penela
Tel:239 561016
Tm: 960203746 (Presidente)
Email: geral@uf-smiguelstaeufemiarabacal.pt;

C.M. SOURE



Presidente: Mário Jorge da Costa Rodrigues Nunes
Praça da República
3130-218 Soure
Tel. 239 506 550
Tm: 961540633
Email: geral@cm-soure.pt;majonunes@cm-soure.pt;

Juntas de Freguesia

Alfarelos



Presidente: Rosa Alexandra Franco Sousa Colaço
Rua Virgílio Pinheiro 1
3130-001 Alfarelos
Tel: 29642568
Email: freguesia.alfarelos@sapo.pt;r.colaco@me.com;

Degracias e Pombalinho

Presidente: Agostinho Fernandes Ramalho Bento
Rua de Mouros, nº 3
3130-022 Degracias
Tel: 236981205
Email: ufdegraciasepombalino@gmail.com;

Figueiró do Campo



Presidente: Jorge Manuel Neves Branco
Rua do Rigueirinho
3130-040 Figueiró do Campo
Tel: 239644827
Email: geral@jf-figeirodocampo.pt;

Gesteira e Brunhós



Presidente: Rafael Alexandre Tralhão Gomes
Largo Dr. Elísio Ruas
3130-062 Gesteira
Tel: 239507000
Email: rtralhaogomes@gmail.com;geral@jfgesteira.brunhos.pt;

Granja do Ulmeiro



Presidente: Manuel Branco Aires
Rua das Escolas Apartado 10
3130-080 Granja do Ulmeiro
Tel: 239644793
Email: jf.granja.ulm@mail.telepac.pt;airesm@iol.pt;

Samuel



Presidente: José Ribeiro Catarino
Rua Duques de Aveiro-Colos
3130-119 Samuel
Tel: 239587210
Email: jfreguesiasamuel@hotmail.com;teresa.pedrosa@sapo.pt;

Soure



Presidente: António José dos Santos Mota
Praça da República,
3130-218 Soure
Tel: 239502630
Tm: 966746268
Email: santosmota@jf-soure.pt;

Tapeus



Presidente: Carlos Mendes Simões
Rua Principal
3130-387 Tapéus - Soure
Tel: 236 911 281
Email: ftapeus@gmail.com;geral@jf-tapeus.pt;

Vila Nova de Anços



Presidente: Porfírio António Cardoso Quedas
Rua D. Afonso V-6
3130-400 Vila Nova de Anços
Tel: 239641839
Email: jf.v.n.ancos@sapo.pt;porfirio-quedas-46538c@adv.ca.pt;

Vinha da Rainha



Presidente: Evaristo Mendes Duarte
Rua Principal 33
3130-433 Vinha da Rainha
Tel: 239578140
Email: geral@jfvinhadarainha.pt;

C.M. TÁBUA



Presidente: Ricardo Manuel da Silva Cruz

Praça da República

3420-308 Tábua

Tel.: 235 410 340

Email: geral@cm-tabua.pt;presidente@cm-tabua.pt;gab.presidencia@cm-tabua.pt;

Juntas de Freguesia

Ázere e Covelo

Presidente: Isabel Maria Castanheira Diniz Oliveira Lourenço

Av. Prof. Borges Pinto, nº 4

3420-011 Ázere - Tábua

Tel: 235 418 403

Tm: 966 343 792/965768663

Email: ufac@sapo.pt;

Candosa

Presidente: José Silva Cardoso

Rua António Nobre Correia de Brito, nº 20

3420-021 Candosa

Tel: 235413650

Email: freguesiacandosa@hotmail.com;

Carapinha

Presidente: Rogério Manuel Lopes Neves

Carapinha

3420-032 Carapinha

Tel:235 713 737

Tm: 968 335 543

Email: freguesiacarapinha@gmail.com;

Covas e Vila Nova de Oliveirinha

Presidente: João Nuno Fonseca Borges de Brito

Rua João António Paulo Borges de Brito

3420-053 Covas Tábua

Tm:: 963803123

Email: fregesia.covas.vnoliveirinha@gmail.com;joaonfbrito@gmail.com;

Espariz e Sinde

Presidente: Fernando Manuel de Brito Gameiro

Estrada Nacional 337, nº 1532

3420-105 Espariz

Tel:235 713 786

Email: freguesia.espariz.sinde@gmail.com;

Midões

Presidente: Sónia Isabel Alves Rodrigues Oliveira
Largo Dom Paz, nº4
3420-136 Midões
Tel: 235 464 341
Email:junta.f.midoes@sapo.pt;

Mouronho

Presidente: António Domingos Santos Gouveia
Largo Comissão de Melhoramentos
3420-168 Mouronho
Tel:235 712 011 / 235 712 137
Tm: 965 810 583
Email:freguesia.mouronho@gmail.com;antoniogouveia55@gmail.com;

Pinheiro de Coja e Meda de Mouros

Presidente: João Manuel Oliveira Moura
Rua Dr. António M. Figueiredo, n.º 12
3420-121 Meda de Mouros
Tel:235 713 734
Tm: 965 233 932
Email: jfmedademouros@gmail.com;

São João da Boavista

Presidente: Marisa Isabel Martins Bernardo
Rua da Igreja
3420-227 S. João da Boa Vista
Tel:235 413 985
Tm: 964525144/961321724
Email: juntaboavista@sapo.pt;

Tábua

Presidente: Francisco José Martins Pais
Rua Dr. Francisco Beirão nº 16
3420-325 Tábua
Tel:235 413990
Tm: 965 138 986
Email: presidente@jf-tabua.pt; geral@jftabua.pt;

Póvoa de Midões

Presidente: Susana Filipa Pereira de Oliveira
Rua Eng. Macedo Santos, n.º 34
3420-201 Póvoa de Midões
Tel:235 465 263
Tm: 969186717
Email:fregpovoademidoes@gmail.com;

C.M. VILA NOVA DE POIARES



Presidente: João Miguel Sousa Henriques
Largo República
3350-156 Vila Nova de Poiares
Tel.: 239420850
Email: cmvnp@mail.telepac.pt;presidente@cm-vilanovadepoiares.pt;camara.poiares@mail.telepac.pt;geral@cm-vilanovadepoiares.pt;

Juntas de Freguesia

Arrifana



Presidente: José Manuel Fernandes Henriques
Santa Maria
3350 - 023 Arrifana
Tel:239428087
Email: geral@freguesiaarrifana.pt;

Lavegadas



Presidente: Loide Liliana Sequeira Ferreira
Igreja Nova
3350-052 Lavegadas V.N.P.
Tel: 239455667
Email: freguesiadelavegadas@hotmail.com;

São Miguel de Poiares



Presidente: João Carlos Henriques de Carvalho Feteira
3350-211 São Miguel de Poiares
Tel: 239421513
Email: jfsaomiguelpoiares@hotmail.com;

Poiares (Santo André)



Presidente: Cristina Bela Esteves
Avª Manuel Carvalho Coelho
3350-154 Vila Nova de Poiares
Tel: 239421036
Tm: 918957457
Email: geral@fpsa.pt;