

## Trabalhar em Portugal

**Cidadão nacional de um país da União Europeia (UE), do Espaço Económico Europeu (EEE) ou da Suíça**

**Preciso de uma autorização para trabalhar e viver em Portugal?**

Se é nacional de um país da União Europeia (UE), do Espaço Económico Europeu (EEE) ou da Suíça, tem o direito de permanecer, trabalhar e procurar trabalho em Portugal. Não precisa de uma autorização específica. Um passaporte ou cartão de identidade válido(s) do seu país são prova suficiente de que tem direito de permanecer e trabalhar em Portugal.

**Que países são abrangidos por esta regra?**

Países UE (Alemanha, Áustria, Bélgica, Bulgária, Chipre, Croácia, Dinamarca, Eslovénia, Espanha, Estónia, Finlândia, França, Grécia, Hungria, Irlanda, Itália, Letónia, Lituânia, Luxemburgo, Malta, Países Baixos, Polónia, Portugal, República Checa, República Eslovaca, Roménia, Suécia), Reino Unido<sup>(\*)</sup>, Noruega, Islândia, Liechtenstein e Suíça.

.....  
(\*) O Reino Unido saiu da União Europeia em 31 de janeiro de 2020. No entanto, por força do acordo de saída entre a UE e o Reino Unido, a livre circulação de trabalhadores entre o Reino Unido e os Estados-Membros continua a existir durante um período de transição atualmente previsto até 31 de dezembro de 2020

**O IEFP pode ajudar-me a procurar emprego em Portugal?**

O [Instituto do Emprego e Formação Profissional](#) (IEFP) é o serviço público de emprego em Portugal Continental. Existem também serviços públicos de emprego nas regiões autónomas da Madeira ([Instituto de Emprego da Madeira – IEM](#)) e dos Açores ([Direção Regional de Emprego e Qualificação Profissional](#)).

Saiba como o IEFP pode ajudá-lo(a) a procurar emprego em Portugal, como se inscrever como candidato(a) a emprego no país e o que deve fazer se estiver a receber prestações de desemprego de outro país ou se pretender receber prestações de desemprego em Portugal.

**Antes de partir para Portugal**

Se ainda não está em Portugal, pode pesquisar e candidatar-se às ofertas de emprego para Portugal através do [portal EURES](#). As ofertas de emprego para Portugal divulgadas no portal EURES são, por regra, provenientes da base de ofertas de emprego do IEFP.

## **Já em Portugal**

Se já se encontra em Portugal, pode inscrever-se como candidato(a) a emprego num serviço de emprego do IEFP (procure a localização e contactos do serviço mais próximo [aqui](#)) desta forma divulgar o seu currículo e informar-se sobre ofertas de emprego comunicadas ao serviço público de emprego (IEFP). Para inscrição deve apresentar passaporte válido (ou documento de identidade nacional) válido.

Se, para além do passaporte (ou documento de identidade do seu país) válido, tiver um Número de Identificação da Segurança Social Portuguesa (NISS) e senha de acesso à Segurança Social Direta, pode registar-se no [iefponline](#) e:

- criar e divulgar o seu currículo / inscrever-se como candidato a emprego em Portugal;
- pesquisar e candidatar-se às ofertas de emprego.

## **Publique o seu CV no portal do EURES**

Esta opção é recomendada se pretende trabalhar em Portugal, mas ainda vive noutra país. O EURES (EUROpean Employment Services) é uma rede europeia de emprego, coordenada pela Comissão Europeia, que integra serviços (públicos e privados) de emprego, sindicatos e organizações de empregadores na Europa (UE, EEE, Suíça), bem como outras entidades parceiras que apoiam a mobilidade dos trabalhadores.

Pode usar o [portal do EURES](#) para:

- criar um CV online, tornando-o acessível aos empregadores registados a partir de Portugal, bem como aos conselheiros EURES que ajudam os empregadores a encontrar candidatos adequados; pode criar o seu currículo na secção "My EURES";
- obter informações sobre viver e trabalhar em Portugal;
- candidatar-se às ofertas de emprego para Portugal;
- contactar um(a) [conselheiro\(a\) EURES](#) se tiver alguma questão sobre viver ou trabalhar em Portugal.

Pode seguir o EURES no [Facebook](#), [LinkedIn](#) e no [Twitter](#).

### **Inscriva-se como candidato(a) a emprego em Portugal.**

Se pretende inscrever-se oficialmente como candidato(a) a emprego em Portugal Continental, deve registar o seu currículo no [iefponline](#), o que aumentará as suas possibilidades de encontrar trabalho. Não é obrigado(a) a inscrever-se no IEFP, exceto se recebe prestações de desemprego noutro país e a entidade que as paga espera que o faça.

Inscriva-se no IEFP se está a receber prestações de desemprego de outro país (DPU2)

Se está a receber prestações de desemprego noutro país UE/EEE ou na Suíça e vem procurar trabalho em Portugal, deve proceder à sua inscrição como candidato(a) a emprego no IEFP - serviço de emprego da área onde vai residir (localização e contactos do serviço mais próximo [aqui](#)), para que o IEFP possa informar a entidade que lhe paga as prestações que está ativamente à procura de trabalho em Portugal.

Aquando da inscrição deve levar consigo a seguinte documentação:

- passaporte (ou documento de identidade do seu país) válido;
- o documento portátil U2 (DPU2) - que deve solicitar, antes da partida para Portugal, junto da entidade que lhe paga as prestações de desemprego.

O IEFP precisa deste documento para informar a entidade que lhe paga as prestações de que está a procurar trabalho em Portugal. Se não receber atempadamente o documento portátil da entidade, antes de vir para Portugal, deve apresentar cópia do pedido e os dados de contacto da entidade.

### **Candidatar-se a subsídio de desemprego (se trabalhou em Portugal)**

Se esteve a trabalhar em Portugal e ficou desempregado, pode ter direito a subsídio de desemprego em Portugal. Para mais informações sobre condições de acesso e como requerer, [clique aqui](#).

Pode requerer o subsídio de desemprego através do [iefponline](#). Para tal, basta aceder ao formulário “Requerimento do Subsídio de Desemprego” na área de gestão dos cidadãos deste portal. Esta opção fica acessível na sequência da sua inscrição ou reinscrição para emprego.

Precisa de ter o Número de Identificação da Segurança Social Portuguesa (NISS) e a senha de acesso à Segurança Social Direta.

Se precisar de ajuda para solicitar subsídio de desemprego, dirija-se ao IEFP - serviço de emprego da sua área de residência (procure a localização e contactos do serviço [aqui](#)).

### **Onde posso encontrar oportunidades de emprego para Portugal?**

Se pretende trabalhar em Portugal, deve começar a procurar trabalho antes de se mudar / viajar para Portugal.

#### **Ofertas de emprego no EURES e no IEFP**

Pode procurar ofertas para Portugal através do [portal EURES](#), disponível em 25 idiomas europeus. Neste [portal](#), pode candidatar-se às ofertas comunicadas aos serviços de emprego membros da rede pelos empregadores baseados em Portugal.

Se já se encontra em Portugal, pode utilizar o [iefponline](#) (serviço online disponibilizado pelo IEFP) para pesquisar e candidatar-se a ofertas de emprego.

### **Empresas de trabalho temporário**

Pode igualmente recorrer a empresas de trabalho temporário, que cedem os seus trabalhadores a outras empresas. Aceitar um trabalho temporário pode ser um primeiro passo para encontrar um trabalho mais estável.

As listagens das empresas de trabalho temporário autorizadas a exercer esta atividade em Portugal são regularmente atualizadas no portal do IEFP. Pode pesquisá-las [aqui](#).

### **Internet: bolsas de emprego**

Para além do iefponline, existem diversos websites onde os empregadores portugueses divulgam as suas necessidades de recrutamento (ofertas de emprego).

[Empregos em Portugal / Lisboa \(para falantes de inglês\)](#)

[Empregos em Portugal / Porto \(para falantes de inglês\)](#)

[Expatica Jobs](#)

[Expressoemprego](#)

[EmpregoCM](#)

[Sapo Emprego](#)

[OLX anúncios grátis de emprego em Portugal](#)

[IT Jobs: bolsa de emprego para a área Tecnologias da Informação](#)

[Emprego Informática](#)

[Turijobs: portal do emprego em Turismo e Hotelaria](#)

[Ambitur: bolsa de emprego na área do Turismo](#)

[Emprego Saúde](#)

[Carga de Trabalhos: empregos na área da Comunicação](#)

[Naturlink Emprego](#)

[Fashion Jobs: emprego na área da Moda](#)

[Universia Emprego: oportunidades de emprego para universitários e graduados](#)

[NetEmpregos](#)

[Indeed](#)

[Careerjet: empregos e carreiras em Portugal](#)

[Empregos Org](#)

[Trabalhar em Portugal](#)

[Empregos Online](#)

[Landing Jobs](#)

[Bons Empregos](#)

[Trabalhando.pt](#)

[iAgora](#)

[Jobrapido.com](#)

[Alerta Emprego](#)

[EmpregoXL](#)

### **Imprensa escrita**

As empresas portuguesas ainda utilizam bastante a imprensa nacional e regional para divulgarem as suas necessidades de recrutamento. Os jornais diários nacionais mais utilizados são: o Jornal de Notícias, o Correio da Manhã e o Público, que publicam diariamente ofertas de emprego em vários setores de atividade. O jornal Expresso publica semanalmente, no caderno ExpressoEmprego, ofertas de emprego sobretudo para quadros e técnicos qualificados, executivos e consultores. Estes jornais dispõem também de versões online das suas secções de Classificados ou de Emprego, em bases de dados facilmente pesquisáveis.

### **Redes sociais**

Os empregadores e empresas de recrutamento em Portugal utilizam cada vez mais plataformas como o LinkedIn para encontrar potenciais candidatos, sobretudo nos segmentos com qualificações superiores. É também cada vez mais frequente a verificação de perfis noutras redes sociais (como o Facebook), por parte dos recrutadores. Garantir uma presença (cuidada) nas redes sociais (em particular, no LinkedIn) é, por isso, cada vez mais importante para assegurar que o seu perfil está a ser visto, é acessível e tem a informação relevante para potenciais empregadores e recrutadores.

### **Candidaturas espontâneas**

Muitos dos postos de trabalho disponíveis no mercado não são anunciados abertamente. A candidatura espontânea continua a ser uma das formas utilizadas para dar a conhecer as suas competências aos empregadores.

### **Feiras de emprego EURES**

Pode participar em [feiras de emprego de âmbito europeu](#) ou internacional, presencialmente (no seu país ou em países vizinhos) ou online (a partir de sua casa). Verifique se o EURES

Portugal está representado, com oportunidades de emprego e/ou acompanhado de empregadores portugueses.

Antes e durante estas feiras, pode:

- candidatar-se a ofertas de emprego especificamente para Portugal,
- ser selecionado(a) para uma ou mais entrevistas com empregadores portugueses,
- acompanhar apresentações dos empregadores portugueses ou sobre procura de emprego, condições de vida e trabalho em Portugal (dinamizadas por conselheiros EURES), eventualmente incluídas no Programa,
- contactar diretamente com os empregadores e recrutadores, para um primeiro contacto exploratório,
- beneficiar de aconselhamento personalizado por parte de conselheiros EURES de Portugal.

Para mais informações sobre os eventos programados, consulte [europeanjobdays.eu](http://europeanjobdays.eu) ou o [calendário de eventos](#) no portal EURES.

### **Que aspetos devo ter em conta na minha candidatura a um emprego em Portugal?**

**Encontrou uma oferta de emprego interessante? Ou uma empresa ou organização em que gostaria de trabalhar? Então está na hora de se candidatar. Mas, quais são os procedimentos de candidatura em Portugal?**

### **Que idioma escolher para a sua carta de apresentação e currículo?**

Escreva o seu curriculum vitae (CV) e carta de apresentação no idioma solicitado na oferta. Se não for indicado um idioma preferencial é melhor candidatar-se no idioma da oferta. Em Portugal, a maioria das ofertas estão em português. É importante que a sua carta e o seu CV sejam verificados por alguém que escreva corretamente o português.

### **Não consegue escrever o seu currículo e carta em português?**

Em Portugal, muitas pessoas falam inglês razoavelmente bem. Alguns empregadores provavelmente compreenderão se enviar o seu currículo e carta em inglês. Se a oferta indicar que são necessários conhecimentos linguísticos específicos, também pode responder nesses idiomas.

## **Carta de apresentação**

A sua carta de apresentação deve ser escrita em computador, não ultrapassar uma folha A4, e deve ser curta e profissional.

Na carta de apresentação deve indicar onde encontrou a oferta, porque gostaria deste trabalho em particular, quem é e o que o torna adequado para esse trabalho, bem como o que pode oferecer à empresa ou organização. No final, deve indicar que gostaria de ser convidado para uma entrevista.

É cada vez mais frequente substituir a carta por um e-mail de candidatura, com o mesmo tipo de conteúdo, ao qual anexa o seu CV.

Cópias de certificados de habilitações apenas são requeridas mais tarde, na altura do recrutamento propriamente dito.

Em média, o processo de recrutamento pode demorar cerca de 1 a 2 meses – mas isso depende também da urgência, por parte do empregador, no preenchimento da posição.

## **Curriculum Vitae**

Um CV português, de uma maneira geral, é apresentado por ordem cronológica inversa (começando pelas experiências e qualificações adquiridas mais recentemente), com 1 a 2 páginas no máximo. O modelo funcional (para profissionais com experiências diversificadas) ou o modelo infográfico (para profissionais com pouca ou nenhuma experiência profissional) são também cada vez mais utilizados.

O modelo Europass CV é aceite, embora os empregadores e recrutadores portugueses valorizem cada vez mais uma abordagem própria e criativa por parte do(a) candidato(a).

Por vezes é requerida a apresentação de fotografia.

Na sua estrutura, deve incluir os seguintes pontos: 1. dados pessoais (morada, telefone/telemóvel, e-mail, página no LinkedIn, conta de Skype, etc.); 2. experiência profissional; 3. educação (nível máximo de escolaridade concluído); 4. formação profissional (categoria distinta da educação inicial; indicar os cursos de formação e estágios e a referência a carteira ou certificado de aptidão profissional); 5. outros conhecimentos (de línguas estrangeiras, de informática e referência à carta de condução); 6. atividades de lazer / interesses pessoais (opcional).



## **Entrevista**

Os entrevistadores valorizam mais a experiência profissional, a formação profissional, conhecimentos relativos à empresa e ao seu principal setor de atividade.

Deve levar para a entrevista alguns documentos, nomeadamente pelo menos uma cópia do seu CV, diplomas, comprovativos de experiências anteriores (certificados de trabalho), recomendações de antigos empregadores e outros documentos que considere úteis – mas só deve apresentá-los se solicitado.

## **Tipos de contrato**

**Qual será a sua situação contratual quando aceitar um emprego em Portugal? E quais os seus direitos enquanto trabalhador?**

Existem vários tipos de contratos de trabalho em Portugal. Cada contrato confere às partes diferentes direitos e obrigações, por exemplo, no que diz respeito ao período experimental e ao período de aviso prévio.

Enquanto trabalhador(a) sujeito(a) à legislação do trabalho portuguesa, deve também estar ciente dos seus direitos e deveres, em geral.

Consulte no portal EURES a [informação sobre condições de trabalho](#) em Portugal.

**Onde encontro informações sobre condições de vida e de trabalho em Portugal?**

**Está familiarizado(a) com o funcionamento da sociedade portuguesa? Fala português? Como vai procurar alojamento? Como tratar do acesso ao sistema de saúde? Como vão os seus filhos entrar na escola, a meio do ano letivo?**

É importante entender estas e outras questões práticas antes de partir para Portugal.

O portal EURES disponibiliza informações sobre as [condições de vida e de trabalho em Portugal](#) para si e para a sua família.

## **Qual a situação e tendências do mercado de trabalho em Portugal?**

Antes de se mudar para Portugal, deve recolher informação atualizada sobre a situação económica e o mercado de trabalho em Portugal – que lhe dará uma perspetiva mais clara sobre a sua probabilidade efetiva de encontrar um emprego na área profissional em que procura.

## **O mercado de trabalho em Portugal**

No portal EURES, encontra informações atualizadas pelo menos anualmente sobre o [mercado de trabalho português](#).

Tem alguma questão adicional sobre as oportunidades disponíveis no mercado de trabalho português? Na cidade / região para a qual pretende mudar-se? Contacte um(a) [conselheiro\(a\) EURES](#).

## **Existem apoios à mudança para Portugal?**

Deve também saber que, no seu processo de mudança para Portugal para trabalhar, a rede EURES tem ao seu dispor um conjunto de apoios aos quais se pode candidatar previamente (se reunir os requisitos):

- para participação numa entrevista de recrutamento em Portugal;
- aquando da mudança / relocalização para Portugal;
- se a aprendizagem da língua (portuguesa) for necessária para aceitar um emprego / iniciar um contrato de trabalho em Portugal;
- se, para o exercício da sua profissão em Portugal, for necessário um processo de reconhecimento profissional com custos associados.

Para mais informações, consulte a secção Apoios a Mobilidade ([TMS/Yfej](#)) do sítio web do EURES Portugal. Pode também contactar-nos por e-mail: [yfej@iefp.pt](mailto:yfej@iefp.pt)