



Caros colegas,

No passado mês de novembro completamos um ano desde a criação desta Newsletter. Ao longo de 14 publicações, abordamos todos os assuntos úteis para quem trabalha no Gabinete de Apoio ao Emigrante. A segurança social nas suas variadas vertentes desde a pensão de velhice, viuvez, incapacidade para o trabalho, pensão de alimentos e muitos outros temas foram aqui tratados. Com mais ênfase em Países como a França e Suíça, mas também sobre outros membros da União Europeia. Cobrimos igualmente as questões relacionadas com o Reino Unido, Estados Unidos da América, Canadá e Brasil.

Para além da segurança social, reforçamos a informação básica sobre as questões fiscais, assistência médica, importação de bens e de automóvel, cartas de condução, equivalências no ensino, Programa Regressar e outras igualmente importantes, mas menos frequentes no atendimento.

Apesar do carácter essencial da teoria, houve a preocupação de incluirmos, para cada tema, casos práticos que facilitam a compreensão das questões. Nesta Newsletter, e à semelhança do passado mês de agosto, incluímos apenas casos práticos escolhidos entre os pedidos que nos chegam diariamente. Esta foi aliás a modalidade que nos pareceu interessante no decurso das formações/encontros realizados em 2025, que tiveram lugar em Famalicão, Vila Real, Mangualde, Belmonte e Lourinhã. Estiveram presentes 52 municípios, num total de 82 formandos.

No ano de 2025, pela primeira vez, esta Direção de Serviços deslocou à Suíça uma equipa técnica onde foram realizadas 9 ações de esclarecimento junto da comunidade portuguesa emigrante que pretende regressar a Portugal. Uma experiência nova que provou ter sido muito útil e com agrado dos participantes.

A fim de podermos ir ao encontro das necessidades e maiores preocupações dos colegas, apelo que nos transmitam quais os temas que gostariam que fossem mais frequentemente abordados, sendo certo que passaremos a repetir as matérias que foram sendo divulgadas ao longo do último ano.

Filipa Ponces

Exemplo prático:

Matilde, de 28 anos, trabalha em Portugal, mas pretende emigrar para a Finlândia no verão. Quais as medidas e cuidados a ter no processo emigratório?

Para que a Matilde possa emigrar com tranquilidade, deve ter em consideração o seguinte processo:

Ainda em Portugal:

- Situação fiscal – Uma vez que a Matilde é sujeita passiva de IRS e ainda possa eventualmente ter rendimentos no ano em que emigra, deverá, aquando da sua partida, alterar a residência fiscal. Para esse efeito, deve dirigir-se ao serviço local de finanças, ou em alternativa, proceder à alteração do domicílio no Cartão de Cidadão, já na Finlândia.

Se não o fizer, continuará a ser residente fiscal em Portugal e fica sujeita a declaração de IRS, mesmo com os rendimentos obtidos no estrangeiro;

- Saúde – A Matilde deve ser portadora do CESD, para os primeiros dias, já que, iniciando atividade remunerada na Finlândia e com a respetiva inscrição no sistema de segurança social/saúde, fica com todos os direitos e obrigações inerentes à sua qualidade de residente comunitária;

- Segurança social – Iniciando atividade laboral remunerada, entra no sistema de segurança social;

- Reconhecimento de competências – Não sabendo ainda qual a profissão que vai exercer, deve levar consigo todos os diplomas profissionais que tenha. Já na Finlândia, deverá solicitar as respetivas equivalências.

- Como a Finlândia subscreveu a Convenção de Haia sob a Apostila (1961), todos os documentos autênticos ou autenticados emitidos por autoridade pública portuguesa, para valerem na Finlândia, devem ser apostilados. Para o efeito, deve dirigir-se à Procuradoria-Geral da República.

No caso de exigirem tradução, esta tem de ser feita por tradutor oficial, com a sua assinatura reconhecida e também objeto de apostila. A Matilde deve solicitar esta informação junto da entidade finlandesa, já que, poderão só exigir a tradução para inglês, prescindindo da apostila.

**Exemplo prático:**

Alcindo faleceu recentemente. Era beneficiário de pensões da França e da Suíça.

A sua esposa nunca trabalhou nestes países e quer fazer o pedido de pensão de sobrevivência. Deve fazê-lo no mesmo formulário do CNP, indicando sempre os países onde o marido trabalhou ou deve fazê-lo em formulários separados?

Sendo o falecido titular de pensões à data da morte, deve ser comunicado o óbito às respetivas caixas.

Quando é feito o pedido de pensão de sobrevivência às entidades estrangeiras competentes, deverá identificar os países onde foram exercidas atividades profissionais.

Deve ser preenchido um requerimento em separado para cada país, neste caso, um requerimento com anexo da declaração de carreira da França e um outro, também com anexo, da carreira na Suíça.

Exemplo prático:

Firmino fez o seu pedido de pensão de velhice a França no início de 2025. Foi recebendo cartas daquele país, mas nunca respondeu.

Tendo em consideração o tempo que já passou desde a receção da correspondência, deve enviar a documentação preenchida, mesmo fora do prazo?

Se o Firmino ainda não recebeu uma notificação de indeferimento ou de arquivamento do processo por parte da França, deve dar resposta e remeter por correio normal a documentação devidamente preenchida com o que lhe foi solicitado.

Exemplo prático:

Arlete, de 62 anos, tem nacionalidade brasileira. Reside em Portugal, mas nunca aqui fez descontos. A sua carreira contributiva é no Brasil e na Alemanha (13 anos). Apesar de a Alemanha lhe determinar uma incapacidade de 70 % para o trabalho, não auferir qualquer pensão.

Arlete quer obter o extrato de contribuições do Brasil e saber como proceder para pedir a pensão de invalidez a ambos os países onde trabalhou.



A Arlete deve elaborar uma carta ao INSS do Brasil, identificando-se com o seu nº de segurança social a solicitar o seu extrato de remunerações e descontos.

Como a Arlete é residente em Portugal, deve, através do CNP, apresentar o seu pedido de pensão de invalidez a cargo dos dois países onde tem carreira contributiva (Brasil e Alemanha).

Exemplo prático:

O Manuel nasceu em 1959 (67 anos) e trabalhou na Alemanha de 1978 a 1984. Quando solicitou a reforma em Portugal não fez menção de que trabalhou naquele país.

Manuel não se lembra de pormenores, mas sabe que escreveu cartas para a Alemanha já depois de ter regressado a Portugal e lembra-se de ter enviado o nº da conta bancária para aquele país.

Tem direito à pensão de velhice da Alemanha?

Pelo que o Manuel se lembra de ter enviado, provavelmente terá sido reembolsado dos descontos efetuados na Alemanha, nos termos da Convenção Bilateral sobre segurança social entre Portugal e este país, que vigorou até à adesão de Portugal à CEE (1986). Caso seja esta a situação, o Manuel não pode pretender a nenhuma pensão daquele sistema de segurança social.

Fevereiro de 2026