

ESTÁGIOS DA INICIATIVA ALMA

REGULAMENTO ESPECÍFICO



Ficha Técnica

Título

Estágios da iniciativa ALMA | Regulamento específico

Entidade Responsável

© Instituto do Emprego e da Formação Profissional, I. P.

Conceção de Conteúdos

© Departamento de Formação Profissional e Departamento de Emprego | Instituto do Emprego e da Formação Profissional, I. P.

Revisão Técnica

© Departamento de Formação Profissional e Departamento de Emprego | Instituto do Emprego e da Formação Profissional, I. P.

Conceção Gráfica

© Departamento de Formação Profissional | Instituto do Emprego e da Formação Profissional, I. P.

Princípios de redação

Documento elaborado de acordo com os princípios da Linguagem Clara

Histórico de versões

Versão 1.0 - MÊS de 2026- Versão inicial do documento

Índice

1. ENQUADRAMENTO	6
2. OBJETO E ÂMBITO DE APLICAÇÃO	7
3. CARACTERIZAÇÃO DO PROJETO	8
3.1. Estrutura e duração	8
4. OBJETIVOS	9
5. DESTINATÁRIOS	10
5.1. Público-Alvo	10
5.2. Condições de acesso	10
6. ENTIDADES INTERVENIENTES	12
6.1. Entidade Coordenadora	12
6.1.1. Serviços Centrais – Departamento de Formação Profissional (DFP) e Departamento de Emprego (DEM)	12
6.1.2. Serviços de Coordenação regionais	13
6.1.3. Serviços de Emprego	13
6.1.4. Serviços de Formação Profissional	13
6.2. Entidade de Acompanhamento	14
6.3. Entidade de Acolhimento do espaço da UE	15
6.4. Entidade de Estágio do espaço da UE	15
7. FASES DO PROJETO	17
7.1. FASE 1 - Preparação para a Mobilidade	18
7.1.1. Seleção dos participantes e constituição dos grupos	18
7.1.2. Capacitação para a mobilidade	19
7.1.3. Identificação das entidades de acolhimento e/ou estágio nos países de destino	20
7.2. FASE 2 - Mobilidade Internacional	20
7.3. FASE 3 - Retorno e Acompanhamento	21
8. PLANO DE CAPACITAÇÃO	22
9. APOIOS	23
9.1. Encargos com os participantes	23
10. FINANCIAMENTO E GESTÃO FINANCEIRA	24

11. MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO	25
12. CRONOGRAMA	26
13. DISPOSIÇÕES FINAIS	27



Sigla Utilizadas

ALMA	Aim, Learn, Master, Achieve	DEM	Departamento de Emprego
DFP	Departamento de Formação Profissional	EEE	Espaço Económico Europeu
UE	União Europeia	IEFP	Instituto do Emprego e Formação Profissional, IP
NEET	Not in Employment, Education or Training	RSI	Rendimento Social de Inserção
SIGAE	Sistema de Informação e de Gestão da Área do Emprego	TPE	Técnicas de Procura de Emprego
UC	Unidade de Competência	UFCD	Unidades de Formação de Curta Duração

1. ENQUADRAMENTO

ALMA (Aim, Learn, Master, Achieve)¹ é uma iniciativa da Comissão Europeia destinada a apoiar a capacitação social de jovens em situação de desvantagem.

A iniciativa dirige-se a jovens NEET (Not in Employment, Education or Training), com idades entre os 18 e os 29 anos, que enfrentam dificuldades no acesso ao emprego ou à formação, por motivos individuais ou estruturais, tais como deficiência, desemprego de longa duração, fraco desempenho escolar, insuficiência de competências profissionais ou antecedentes migratórios, entre outros.

A iniciativa ALMA é implementada através de uma abordagem personalizada, que inclui aconselhamento aos jovens no seu país de origem e a realização de uma experiência profissional supervisionada noutro Estado-Membro da União Europeia.

O objetivo é apoiar a integração dos participantes no mercado de trabalho e na sociedade do seu Estado-Membro de origem, conforme definido no princípio 4 do Pilar Europeu dos Direitos Sociais e concretiza o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 8- Trabalho Digno e Crescimento Económico (ODS 8.6), previsto na Agenda 2030 das Nações Unidas para o Desenvolvimento Sustentável.

Em Portugal, a iniciativa ALMA enquadra-se no âmbito do Plano Nacional de Implementação de Uma Garantia Jovem (PNI-GJ), aprovado pela [Resolução do Conselho de Ministros n.º 104/2013](#), de 31 de dezembro, na sua atual redação e da Estratégia Nacional de Combate à Pobreza 2021-2030, nomeadamente no eixo estratégico 2, que visa promover a integração de jovens em situação de vulnerabilidade.

O Instituto do Emprego e da Formação Profissional, IP (IEFP), enquanto entidade pública responsável pela promoção do emprego e da formação profissional em Portugal e ainda enquanto responsável pela coordenação nacional da Garantia para a Juventude, nos termos da [Resolução do Conselho de Ministros n.º 134/2025](#), de 9 de setembro, reconhece a importância estratégica da integração dos jovens NEET no mercado de trabalho e na sociedade, pelo que apostou neste projeto de capacitação, a título de projeto-piloto experimental.

¹ ALMA – Procurar, Aprender, Dominar, Alcançar

2. OBJETO E ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O IEFP assume-se como responsável pela gestão, coordenação e execução dos estágios da iniciativa ALMA.

Para o efeito, aprova o presente regulamento, cujo objetivo é definir os procedimentos a observar no âmbito do projeto-piloto a implementar.

Os estágios da iniciativa ALMA decorrem no período de 2026 a 2027. A fase de planeamento realiza-se no primeiro semestre de 2026, seguindo-se a fase de execução no segundo semestre de 2026 e ano de 2027, podendo algumas das ações terminar ainda em 2028, se necessário.

O projeto é implementado em território continental, abrangendo as cinco Delegações Regionais, sob coordenação e acompanhamento dos serviços centrais do IEFP.

A seleção dos Centros de Emprego e Formação Profissional a envolver é da responsabilidade do Departamento de Formação Profissional, em articulação com as respetivas Delegações Regionais.

Este Regulamento aplica-se à rede de centros de gestão direta do IEFP, I.P..

3. CARACTERIZAÇÃO DO PROJETO

Os estágios da iniciativa ALMA destinam-se a jovens em situação de vulnerabilidade.

Cada estágio tem 3 fases: a realização de uma experiência prática em contexto de trabalho, em países da União Europeia, precedida de uma fase de formação e capacitação e seguida de uma fase de preparação para a integração no mercado de trabalho.

O projeto tem como objetivo promover a integração dos jovens no mercado de trabalho ou apoiar o prosseguimento dos seus estudos.

3.1. Estrutura e duração

O projeto realiza-se em Portugal e no estrangeiro, com a duração máxima de 8 meses, estruturando-se em fases sequenciais e obrigatórias:

- a) Formação e acompanhamento intensivo dos participantes, com o objetivo de preparar a estada no país de acolhimento, com duração máxima de 3 meses;
- b) Estágio no estrangeiro, com a duração de 3 meses, realizado em contexto de trabalho numa empresa ou entidade empregadora;
- c) Apoio contínuo após o regresso, para aplicação das competências recém-adquiridas, visando a integração no mercado de trabalho ou o prosseguimento de estudos, com duração máxima de 2 meses.

4. OBJETIVOS

O Programa tem como principais objetivos:

- ✓ Reforçar a empregabilidade de jovens NEET através de experiências de mobilidade europeia;
- ✓ Estimular a motivação para o regresso ao percurso formativo ou à inserção profissional;
- ✓ Desenvolver competências transversais e sociais por meio de experiências internacionais;
- ✓ Promover a inclusão social e a igualdade de oportunidades;
- ✓ Reforçar as práticas de acompanhamento individualizado de jovens por parte do IEFP.

5. DESTINATÁRIOS

5.1. Público-Alvo

São destinatários os jovens em situação de especial vulnerabilidade e desfavorecimento, que não estejam integrados em projetos de formação, de educação ou de emprego, com idades entre os 18 e 29 anos, inscritos no Serviço Público de Emprego.

Considera-se que um jovem se encontra em situação de vulnerabilidade e desfavorecimento quando cumpre, pelo menos, um dos seguintes critérios:

- ✓ ser imigrante ou ter origem imigrante, com residência legal em Portugal;
- ✓ estar em situação de vulnerabilidade económica, aferida pelo seu nível de rendimento, ou do seu agregado familiar;
- ✓ ser pessoa com deficiência ou incapacidade;
- ✓ estar desempregado há mais de 12 meses.

5.2. Condições de acesso

Para poderem participar, os destinatários devem cumprir os seguintes requisitos obrigatórios:

- ✓ ter idade entre os 18 e os 29 anos;
- ✓ cumprir, pelo menos, um dos critérios de vulnerabilidade e desfavorecimento acima identificados;
- ✓ possuir, pelo menos, o ensino secundário completo;
- ✓ estar inscrito no IEFP;

São requisitos preferenciais, a avaliar durante o processo de seleção:

- ✓ ter entre os 23 anos e os 29 anos;
- ✓ ter uma qualificação de nível 4 ou 5, ou superior;
- ✓ demonstrar motivação para participar numa experiência internacional;
- ✓ evidenciar algum domínio da língua inglesa.
- ✓

Elegibilidade de cidadãos estrangeiros

Podem participar nos estágios ALMA:

- ✓ Cidadãos nacionais de países da União Europeia, do Espaço Económico Europeu (EEE) ou da Suíça;

- ✓ Cidadãos nacionais de países terceiros residentes em Portugal, desde que possuam um documento de identificação ou título válido que lhes permita viajar e realizar o estágio num país da UE, e que o seu grau académico seja reconhecido através de equivalência concedida por um estabelecimento de ensino nacional ou por outra entidade competente.

Aferição das condições de acesso

As condições de acesso dos destinatários são verificadas na data da seleção feita pelos Serviços Públicos de Emprego.

Número de destinatários a abranger

São destinatários deste projeto 250 jovens que cumpram os requisitos identificados.

6. ENTIDADES INTERVENIENTES

As entidades intervenientes são o IEFP, responsável pela gestão, coordenação e execução do projeto, e as entidades parceiras, nacionais e do Espaço da UE, responsáveis pelo acompanhamento, acolhimento e realização dos estágios.

6.1. Entidade Coordenadora

O projeto será coordenado a nível nacional pelo IEFP, que assume as seguintes responsabilidades:

- a) Assegura a gestão e monitorização global do projeto;
- b) Promove a articulação institucional com autoridades nacionais e europeias;
- c) Gere o financiamento e controla da execução física e financeira;
- d) Contrata entidade idónea para apoio à implementação do projeto, mediante concurso público, nos termos do Código dos Contratos Públicos (CCP);
- e) Supervisiona a entidade externa a contratar.

Conforme a alínea d), o IEFP pode subcontratar a uma entidade terceira a execução de algumas fases do processo, nomeadamente o acompanhamento dos jovens, desde que tal decisão seja devidamente fundamentada e que a entidade demonstre experiência comprovada em atividades de natureza similar, nos termos do ponto 6.2.

No âmbito da implementação, organização, desenvolvimento e avaliação do Estágios da iniciativa ALMA, competem ao IEFP, através dos seus serviços, as seguintes responsabilidades:

6.1.1. Serviços Centrais – Departamento de Formação Profissional (DFP) e Departamento de Emprego (DEM)

Compete ao DFP, em articulação direta com o DEM, assegurar as várias etapas preparatórias necessárias à implementação do projeto, bem como o respetivo desenvolvimento e avaliação, designadamente:

- ✓ Planeamento e organização do projeto, incluindo a definição da respetiva arquitetura (DFP/DEM);
- ✓ Definição do modelo de intervenção, bem como dos procedimentos e instrumentos a aplicar (DFP/DEM);
- ✓ Elaboração do caderno de encargos e do programa do concurso público, nos termos do CCP (DFP) e acompanhamento do processo de contratação, integrando o júri do concurso e assumindo a qualidade de gestor de contrato, após adjudicação à entidade de acompanhamento selecionada;
- ✓ Seleção dos Serviços de Formação Profissional e dos Serviços de Emprego a envolver (DFP/DEM);
- ✓ Validação e decisão sobre as entidades de acolhimento e de estágio propostas pela entidade de acompanhamento;
- ✓ Marcação e pagamento das viagens de avião, de ida e regresso dos jovens, necessárias à realização do estágio;
- ✓ Monitorização e controlo a execução física e financeira do projeto (DFP);
- ✓ Assegurar a conformidade com as regras nacionais e comunitárias de publicidade e comunicação;

- ✓ Realização dos pagamentos a efetuar à entidade de acompanhamento, definidos no contrato de prestação do serviço;
- ✓ Avaliação do projeto piloto (DFP/DEM);
- ✓ Cooperar nas auditorias e verificações técnicas e financeiras.

6.1.2. Serviços de Coordenação regionais

Compete aos Serviços de Coordenação regionais:

- ✓ Apoiar a implementação do Programa junto dos Serviços de Emprego e dos Serviços de Formação Profissional envolvidos na respetiva área de intervenção;
- ✓ Cooperar nas auditorias e verificações técnicas e financeiras.

6.1.3. Serviços de Emprego

Compete aos serviços de emprego envolvidos:

- ✓ Identificar e sinalizar candidatos a emprego potencialmente elegíveis para os Estágios ALMA;
- ✓ Articular com o serviço de formação profissional e com a entidade de acompanhamento o calendário e os prazos do processo de recrutamento e seleção dos participantes, em conformidade com o plano aprovado;
- ✓ Realizar sessões coletivas do Programa junto de potenciais participantes, prestando toda a informação necessária à sua adesão voluntária dos mesmos;
- ✓ Efetuar o registo dos encaminhamentos e intervenções no SIGAE, com código específico;
- ✓ Apoiar, sempre que necessário, a equipa do serviço de formação profissional envolvido e a entidade de acompanhamento no processo de seleção e constituição dos grupos;
- ✓ Participar na fase 3, relativa ao retorno e acompanhamento dos jovens, em articulação com a entidade de acompanhamento, com vista ao apoio à transição para o mercado de trabalho;
- ✓ Assegurar a implementação e o acompanhamento das fases 1 e 3, independentemente de estas serem executadas diretamente ou pela entidade de acompanhamento;
- ✓ Cooperar nas auditorias e verificações técnicas e financeiras.

6.1.4. Serviços de Formação Profissional

Compete aos serviços de formação profissional envolvidos:

- ✓ Participar no processo de seleção dos jovens encaminhados pelos serviços de emprego, em articulação com a entidade de acompanhamento;
- ✓ Constituir os grupos de jovens a integrar no projeto;
- ✓ Assegurar a execução do plano de capacitação da Fase 1 – Preparação para a Mobilidade;
- ✓ Registar as atividades nas aplicações informáticas do IEFP;
- ✓ Inserir os jovens na apólice de seguro de formandos em vigor no IEFP, garantindo a informação atempada à companhia seguradora do estágio de cada jovem em território da EU;
- ✓ Assegurar o pagamento dos apoios sociais aos jovens formandos, quer em território nacional, quer enquanto estejam no país de realização da formação em contexto de trabalho;
- ✓ Garantir a conformidade com as regras nacionais e comunitárias de elegibilidade de despesas e de publicidade;
- ✓ Assegurar o acompanhamento local dos jovens antes e após a mobilidade, em articulação com a entidade externa contratada;
- ✓ Cooperar nas auditorias e verificações técnicas e financeiras.

6.2. Entidade de Acompanhamento

Será contratada, através de concurso público, uma entidade externa especializada, responsável por:

- ✓ Dinamizar e operacionalizar as Fases 1 a 3 do projeto, em articulação com o IEFP, e sob a sua supervisão;
- ✓ Participar no processo de seleção dos jovens encaminhados pelos serviços de emprego, em articulação com o serviço de formação profissional, assegurando a motivação dos participantes;
- ✓ Acompanhar os participantes, individualmente ou em grupo, ao longo de todo o processo, dinamizando as atividades nas fases 1,2 e 3;
- ✓ Participar no processo de capacitação dos jovens, sempre que não se trate de formação certificada, a qual é assegurada pelos serviços de formação profissional envolvidos;
- ✓ Identificar, selecionar e propor ao IEFP as entidades de acolhimento e/ou de estágio nos países de destino, assegurando a sua adequação às áreas de preferência dos jovens, bem como articular com essas entidades sempre que necessário;
- ✓ Designar um ponto focal para articulação com as entidades externas, para cada jovem em estágio;
- ✓ Assegurar o acompanhamento dos jovens e das entidades envolvidas no território de outro Estado-Membro da UE, garantindo a aquisição de competências em contexto real de trabalho no estrangeiro;
- ✓ Implementar um plano de acompanhamento personalizado e de *follow-up* para cada jovem, assegurando a monitorização contínua do seu percurso;
- ✓ Assegurar as condições de permanência no país de destino durante todo o período de estágio, nomeadamente, assegurando o alojamento necessário ao desenvolvimento do estágio, nos termos a acordar com o IEFP;

- ✓ Proceder ao registo das atividades e ao reporte da informação, de acordo com os termos e instrumentos definidos pelo IEFP;
- ✓ Participar nas reuniões de acompanhamento do projeto, sempre que solicitado;
- ✓ Apoiar o IEFP na avaliação da iniciativa, fornecendo a informação e a colaboração necessárias.

A entidade contratada deve ainda:

- ✓ assegurar a recolha e organização da documentação de suporte do pagamento aos formandos, para entrega mensal nos serviços de formação profissional;
- ✓ garantir a conformidade com as regras nacionais e comunitárias de elegibilidade de despesas e de publicidade;
- ✓ Cooperar nas auditorias e verificações técnicas e financeiras.

6.3. Entidade de Acolhimento do espaço da UE

A Entidade de Acolhimento (EA) no Espaço da União Europeia é a organização, identificada no país onde se realiza o estágio, responsável pelo acolhimento e acompanhamento dos participantes.

A colaboração entre as partes deve ser formalizada através de protocolo ou acordo a assinar entre essa entidade e a entidade de acompanhamento, ratificado pelo IEFP, sendo da responsabilidade da Entidade de Acolhimento:

- ✓ Designar um ponto focal para articulação;
- ✓ Propor à entidade de acompanhamento o alojamento e os transferes no país de destino para os participantes;
- ✓ Participar em sessões online de preparação, com o objetivo de conhecer os participantes antes da sua chegada;
- ✓ Definir e implementar atividades culturais destinadas aos participantes durante a estadia;
- ✓ Participar nas reuniões de acompanhamento do projeto, sempre que solicitado.

6.4. Entidade de Estágio do espaço da UE

É a entidade responsável por assegurar a integração do jovem estagiário na sua atividade produtiva. Compete-lhe:

- ✓ Designar um ponto focal para articulação;
- ✓ Participar na identificação das atividades a realizar pelo estagiário, em colaboração com a EA e a entidade de acompanhamento;
- ✓ Garantir as condições logísticas, materiais e de higiene e segurança necessárias para possibilitar ao jovem a aquisição e/ou consolidação de competências em contexto de trabalho, o desenvolvimento de relações interpessoais e a sua integração e adaptação ao ambiente profissional;
- ✓ Articular regularmente com a EA e a entidade de acompanhamento;

- ✓ Avaliar o estágio desenvolvido;
- ✓ Participar nas reuniões de acompanhamento do projeto, sempre que solicitado.

⚠ A entidade de acolhimento e a entidade de estágio podem ser a mesma. A identificação dessa entidade deve ser efetuada, para cada jovem, com base na listagem partilhada pela União Europeia ou por sinalização da entidade de acompanhamento, a qual deve verificar a idoneidade da entidade identificada.

7. FASES DO PROJETO

Os Estágios da iniciativa ALMA integram uma componente de capacitação socio-emocional e formativa para a mobilidade, seguida da realização de um estágio em contexto de trabalho a desenvolver num país da União Europeia. O processo termina em território nacional, com ações de acompanhamento e mentoria, destinadas a promover a integração no mercado de trabalho ou o prosseguimento de estudos.

O projeto tem uma duração total de 8 meses, e é desenvolvido em três fases a decorrer no biénio 2026-2027 (ver Cronograma).

A duração da fase 2 deve corresponder, obrigatoriamente, a 30% da duração total do projeto.

Fase 1

Preparação para a Mobilidade

Duração Máxima: até 3 meses

Etapas

Intervenientes

Seleção dos participantes e constituição dos grupos

- ✓ Serviço de emprego/Serviço de formação profissional
- ✓ Entidade de acompanhamento

Capacitação para a mobilidade

- ✓ Serviço de formação profissional
- ✓ Entidade de acompanhamento

Identificação e aprovação das entidades de acolhimento

- ✓ Entidade de acompanhamento
- ✓ Serviço de emprego/Serviço de formação profissional

Fase 2

Mobilidade Internacional

Duração: 3 meses

Etapas

Intervenientes

Estágio no estrangeiro

- ✓ Entidade de acompanhamento
- ✓ Entidade de acolhimento
- ✓ Entidade de estágio

Fase 3

Retorno e Acompanhamento

Duração Máxima: até 2 meses

Etapas

Intervenientes

Follow-up pós mobilidade

- ✓ Serviço de emprego
- ✓ Entidade de acompanhamento

7.1. FASE 1- Preparação para a Mobilidade

Nesta fase são desenvolvidas as ações necessárias à implementação do projeto e à preparação dos jovens para a mobilidade. Estas ações estão organizadas em três etapas: seleção dos participantes e constituição dos grupos, capacitação dos jovens e identificação das entidades de acolhimento e de estágio no estrangeiro.

7.1.1. Seleção dos participantes e constituição dos grupos

Esta etapa é assegurada pelos serviços de emprego, em articulação com a entidade de acompanhamento e o serviço de formação profissional, e compreende as seguintes atividades:

- ✓ divulgação da iniciativa;
- ✓ realização de sessões de informação coletivas, presenciais e online;
- ✓ recrutamento e mobilização dos jovens;
- ✓ condução de entrevistas individuais;
- ✓ realização de dinâmicas de grupo para avaliação dos candidatos;
- ✓ Identificação, seleção e confirmação dos jovens participantes.

Considerando que a participação nos Estágios da iniciativa ALMA é voluntária, o processo de recrutamento e seleção dos participantes depende da manifestação de interesse dos jovens.

Nesta manifestação de interesse, prévia à integração no projeto, o jovem deve provar a sua situação de vulnerabilidade, confirmar que não se encontra em processo educativo, formativo ou de emprego, bem como atestar o cumprimento das restantes condições de acesso.

Divulgação e recrutamento dos participantes (responsabilidade do DFP e do serviço de emprego)

A divulgação do projeto é feita pelo DFP através dos canais de comunicação do IEPF, em especial através das redes sociais, assim como por email dirigido a todos os jovens inscritos com perfil de destinatários do projeto.

Em complemento, os serviços de emprego da área de abrangência do serviço de formação profissional envolvido são responsáveis pela divulgação dos Estágios da iniciativa ALMA, realizada através de sessões de informação coletiva previamente convocadas, direcionadas a utentes ou candidatos a emprego inscritos, potenciais destinatários do projeto.

Após as sessões de divulgação, os serviços de emprego identificam e encaminham para o respetivo serviço de formação profissional os jovens interessados em participar no projeto, para que integrem o processo de seleção, desenvolvido em articulação com a entidade de acompanhamento.

Seleção dos participantes e constituição dos grupos (responsabilidade da entidade de acompanhamento/serviço de formação profissional):

A entidade de acompanhamento é responsável pela avaliação e seleção dos candidatos que manifestaram interesse. Para tal, o serviço de formação profissional convoca os candidatos pré-selecionados pelo serviço de emprego e realiza, em articulação e ou delegando na entidade de acompanhamento, as entrevistas individuais e/ou dinâmicas de grupo. Estas atividades têm como objetivo:

- ✓ Avaliar se os jovens possuem competências sociais e relacionais mínimas para participar de um piloto desta natureza;
- ✓ Verificar a motivação dos jovens para participar nesta experiência no estrangeiro e, posteriormente, considerar a integração no mercado de trabalho ou a prossecução de estudos.

Nesta fase, também são identificadas as áreas de interesse dos jovens para a realização dos estágios, de modo a possibilitar, sempre que possível, o alinhamento com as suas expetativas.

A constituição final dos grupos é da responsabilidade dos serviços de formação profissional, realizada em articulação com a entidade de acompanhamento.

Após a constituição dos grupos, o serviço de formação profissional cria a ação em sistema de informação, associa cada jovem à ação e regista o resultado das convocatórias e encaminhamentos efetuados pelo serviço de emprego.

Após a conclusão das atividades individuais ou em grupo do processo de seleção, a entidade de acompanhamento elabora e entrega um relatório nominal que fundamente a escolha final dos participantes para arquivo do processo técnico-pedagógico da ação.

7.1.2. Capacitação para a mobilidade

Esta etapa, assegurada pelos serviços de formação profissional no caso de formações certificadas, e/ou pela entidade de acompanhamento em processos de capacitação, deve garantir a preparação efetiva dos jovens para a mobilidade.

Inclui a capacitação dos participantes para o estágio, através de atividades em áreas específicas, tais como: aprendizagem da língua, desenvolvimento de autonomia na vida quotidiana, conhecimento das regras de convivência e de trabalho no país de acolhimento e preparação profissional.

O plano de capacitação, a ser implementado pelos serviços de formação profissional envolvidos, encontra-se descrito no [ponto 8](#) do presente Regulamento.

7.1.3. Identificação das entidades de acolhimento e/ou estágio nos países de destino

Nesta fase, inclui-se também o início das atividades de identificação e contacto com as entidades de acolhimento e/ou estágio nos países de destino, a cargo da entidade de acompanhamento.

A seleção das entidades a envolver é realizada em articulação com o IEFP, com base na listagem disponibilizada pela iniciativa comunitária (atualizada a agosto de 2025), que inclui 74 entidades identificadas como de acolhimento, distribuídas por vários Estados Membros. Também são considerados os contactos e parceiros transnacionais que têm colaborado com o IEFP.

Para além da inscrição na listagem disponibilizada pela EU e ou de sinalização de parceiros do IEFP – fatores que permitem atestar a idoneidade da entidade – requer-se ainda experiência neste tipo de projetos transnacionais com jovens.

7.2. FASE 2- Mobilidade Internacional

Esta fase tem uma duração de 3 meses, correspondendo a, pelo menos, 30% da duração total do Programa. É da responsabilidade das entidades de acompanhamento, de acolhimento e de estágio, sob supervisão do IEFP.

Consiste na realização de um estágio em contexto de trabalho, numa empresa ou entidade empregadora, em áreas profissionais de interesse dos jovens, em países a definir.

Durante esta fase, os jovens desenvolvem um estágio num país da União Europeia, o que requer acompanhamento contínuo ao longo de todo o período de mobilidade, bem como articulação com as entidades transnacionais de acolhimento e/ou estágio. A preparação dos locais de estágios deve ser planeada, de forma a garantir o acolhimento eficaz e adequado dos jovens nos países de destino pelas entidades de acolhimento e empresas.

O acompanhamento será realizado de forma regular durante toda a estada no país de destino, abrangendo tanto o estágio na entidade empregadora como a vivência diária, a realizar através dos pontos focais, a quem os participantes podem recorrer a qualquer momento, em caso de necessidade.

Deve ser garantida a realização de sessões individuais e de grupo ao longo do estágio, assim como o acompanhamento presencial pela entidade de acompanhamento durante as primeiras duas e a última semana do estágio.

Nesta fase, devem ser assegurados os seguintes pontos:

- ✓ Integração dos jovens nas entidades de acolhimento e nas empresas, para a formação em contexto de trabalho;
- ✓ Acompanhamento pelos pontos focais, realizado presencialmente sempre que possível, ou online em alternativa pontual;
- ✓ Registo das experiências e avaliação das competências adquiridas pelos jovens.

7.3. FASE 3- Retorno e Acompanhamento

Esta fase ocorre após a conclusão do estágio no estrangeiro e corresponde a um período de acompanhamento e mentoria, destinado a apoiar a integração profissional e ou a continuação dos estudos. Este acompanhamento é assegurado pela entidade de acompanhamento, em colaboração com o serviço de emprego.

As ações a desenvolver nesta fase, com o apoio da equipa da entidade de acompanhamento, incluem a implementação de plano personalizado e de *follow-up* para apoiar a reintegração social, formativa ou profissional de cada jovem. Estas ações podem incluir:

- ✓ sessões de avaliação e partilha de experiências;
- ✓ sessões individuais baseadas em técnicas de *coaching*;
- ✓ sessões de grupo, por exemplo, utilizando técnicas socio dramáticas;
- ✓ ações de aproximação ao mercado de trabalho, à educação e ou à formação;
- ✓ sessões de técnicas de procura de emprego, de construção de cv, de realização de entrevistas para emprego;
- ✓ atividade final de encerramento com os jovens, como por exemplo, *bootcamps*.

As ações de aproximação ao mercado de trabalho, centradas no desenvolvimento de competências de acesso ao emprego, nomeadamente, as Técnicas de Procura de Emprego (TPE), são realizadas pelos serviços de emprego e, se necessário, pelos serviços de formação profissional. Estas ações podem concretizar-se através da integração dos jovens em percursos de formação transversal, designadamente formação modular em TPE, ou com o apoio dos Gabinetes de Inserção Profissional localizados na área de residência dos jovens.

As ações de apoio à transição para o mercado de trabalho, a desenvolver pelo serviço de emprego em articulação com a entidade de acompanhamento, quando necessário, incluem a preparação e realização de entrevistas de emprego, bem como o acesso a informação e a instrumentos de apoio à procura de ativa emprego. Estas ações devem ser definidas em conjunto com o jovem, no âmbito do respetivo plano pessoal de emprego.

Para este efeito, a equipa da entidade de acompanhamento deve contactar o serviço de emprego responsável pelo encaminhamento, com vista à identificação conjunta das modalidades de integração laboral mais adequadas a cada jovem. Deve ainda ser assegurada a disponibilização de informação sobre os apoios e medidas de emprego existentes, bem como o estabelecimento dos contactos necessários com empregadores, com vista à identificação de ofertas de emprego compatíveis com as competências adquiridas e com as funções que os jovens se encontram aptos a desempenhar.

Todas estas intervenções são registadas nos sistemas de informação do emprego e da formação profissional.

8. PLANO DE CAPACITAÇÃO

No plano de capacitação, assegurado pela equipa de acompanhamento, com a duração máxima de 3 meses, devem ser desenvolvidas, em cada grupo, as seguintes atividades:

- ✓ sessões individuais;
- ✓ sessões de grupo, nomeadamente com recurso a técnicas socio dramáticas;
- ✓ sessões de grupo sobre a vida quotidiana e a cultura do país de destino;
- ✓ sessões individuais com as entidades estrangeiras selecionadas, destinadas à preparação do estágio;
- ✓ formação em língua estrangeira adequada aos países de destino, com uma duração mínima de 50 horas.

A componente de formação e capacitação deve ter uma duração compreendida entre 100 e 200 horas, a definir de acordo com as necessidades de cada formando, as quais são avaliadas em diagnóstico individual prévio devidamente documentado.

A entidade de acompanhamento deve garantir a preparação dos jovens para a fase de mobilidade internacional, promovendo o desenvolvimento de competências pessoais que favoreçam a autonomia e a integração no país de acolhimento, através de conteúdos relacionados com a vida quotidiana, as características culturais e as regras de convivência no país de destino.

Os conteúdos da fase de capacitação e ou de formação podem ser desenvolvidos, sempre que necessário, com recurso a formação de desenho específico.

Alguns conteúdos devem, contudo, ser desenvolvidos com recurso a Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD) ou Unidade de Competência (UC) do Catálogo Nacional de Qualificações, nomeadamente, a formação em línguas estrangeiras. Esta formação é assegurada pelos serviços de formação profissional envolvidos.

9. APOIOS

9.1. Encargos com os participantes

Os apoios sociais aos participantes são pagos diretamente pelo IEFP.

Durante a fase 1 e 3:

- a) Estando em território continental, os jovens têm direito a receber os apoios sociais indicados no [Guia dos Apoios Sociais](#) em vigor no IEFP.

⚠ O jovem participante que se enquadre na situação pessoa com deficiência e incapacidade tem direito ao pagamento das despesas de transporte ou à atribuição de um subsídio de transporte no montante equivalente a 10% do IAS*, sempre que existam despesas decorrentes da sua utilização.

Durante a fase 2 – Estágio no estrangeiro:

- a) Pagamento feito pelo IEFP:
- ✓ Da viagem de ida e volta entre Portugal e o país de destino do estágio no estrangeiro;
 - ✓ De bolsa mensal, em montante definido consoante o país de destino (tendo por base de cálculo os montantes praticados no programa Erasmus +) destinada a cobrir despesas de transportes, alimentação e vivência diária;
 - ✓ De extensão internacional do seguro de acidentes pessoais da formação por todo o período do estágio.
- b) Pagamento feito pela entidade de acompanhamento:
- ✓ Do alojamento condigno à estadia no Estado-Membro, para realização do estágio em contexto de trabalho.

Em resumo:

Apoios	FASE 1 (Preparação para a mobilidade)	FASE 2 (Mobilidade internacional)	FASE 3 (Retorno e acompanhamento)
Bolsa mensal	✓	✓	✓
Refeição ou subsídio de refeição	✓		✓
Despesas com viagem, alojamento, transportes e alimentação		✓	
Seguro de acidentes pessoais (com extensão na Fase 2)	✓	✓	✓
Majoração em despesas ou subsídio de transporte (pessoas com deficiência e incapacidade)	✓		✓

10. FINANCIAMENTO E GESTÃO FINANCEIRA

O Programa é financiado por fundos europeus e nacionais, no âmbito dos Estágios da iniciativa ALMA, previstos na [Portaria n.º 268/2025/1](#), de 15 de julho (SECÇÃO XXXII- Estágios na iniciativa ALMA), na sua atual redação.

O IEFP assume a condição de beneficiário da medida, tendo a responsabilidade pela implementação, gestão e reporte financeiro do programa.

O financiamento comunitário ao IEFP cumpre o definido no REGULAMENTO DELEGADO (UE) 2022/2175 da Comissão, de 5 de agosto de 2022.

11. MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO

O projeto contará com um sistema de monitorização contínua, baseado nos seguintes indicadores:

1. Participação e conclusão

- Nº de jovens integrados no projeto
- % de jovens que concluem com aproveitamento o estágio no estrangeiro – com avaliação positiva da entidade de estágio
- Taxa de permanência no projeto- excluindo do apuramento as saídas justificadas por emprego, continuação de estudos, emigração, mudança de residência, doença, maternidade ou falecimento

2. Empregabilidade e continuidade de percurso

- % de participantes em **emprego, formação ou estágio** até 3–6 meses após o regresso – por interface com a Segurança Social
- % de participantes que prosseguem **percursos de qualificação** – por inquérito

3. Satisfação e qualidade da experiência

- Grau de **satisfação dos participantes** – por questionário de avaliação no final do projeto
- Avaliação pelos **parceiros de acolhimento** – por questionário de avaliação no final da Fase 2

As boas práticas serão compiladas num relatório final e disseminadas.

12. CRONOGRAMA

O cronograma de implementação do programa abrange o período compreendido entre 2026 e 2027, podendo o ano de 2028 ter ainda ações em fase de conclusão.

O projeto será organizado em grupos de 15 a 20 participantes, distribuídos por cada delegação regional em função dos centros de emprego e formação profissional a envolver.

A escolha destes centros terá em conta o n.º de jovens inscritos com o perfil necessário e a capacidade instalada para desenvolver a fase 1 e 3.

13. DISPOSIÇÕES FINAIS

O IEFP poderá emitir orientações complementares a este Regulamento, se necessário.

Este Regulamento entra em vigor após aprovação do Conselho Diretivo do IEFP.