

Medida de Apoio ao Regresso de Emigrantes a Portugal (medida integrada no Programa Regressar)

EM QUE CONSISTE

Apoio financeiro a conceder pelo IEFP, IP aos emigrantes ou familiares de emigrantes que iniciem atividade laboral em Portugal continental, e apoios complementares para comparticipação das despesas inerentes ao seu regresso e do seu agregado familiar.

OBJETIVO

- Incentivar o regresso e a fixação de emigrantes ou familiares de emigrantes em Portugal

DESTINATÁRIOS

São destinatários dos apoios os cidadãos que reúnam, **cumulativamente**, as seguintes condições:

- a) Iniciem atividade laboral em Portugal continental entre 1 de janeiro de 2019 e 31 de dezembro de 2025;
- b) Sejam emigrantes que tenham saído de Portugal há pelo menos três anos em relação à data de início da atividade laboral objeto de candidatura;
- c) Tenham a respetiva situação contributiva e tributária regularizada;
- d) Não se encontrem em situação de incumprimento no que respeita a apoios financeiros concedidos pelo IEFP, IP.

São, igualmente, destinatários da medida os familiares dos emigrantes que tenham saído de Portugal há pelo menos três anos, desde que reúnam as restantes condições previstas para os destinatários da medida.

Notas:

- (i) Considera-se **emigrante** o cidadão nacional que tenha residido em país estrangeiro durante, pelo menos, 12 meses, com carácter permanente.
- (ii) Considera-se **familiar de emigrante** o cônjuge ou equiparado, o parente ou afim em 2.º grau da linha reta e até ao 3.º grau da linha colateral que tenha residido em país estrangeiro, por período não inferior a 12 meses.
- (iii) Considera-se, ainda, **familiar de emigrante** o parente ou afim em qualquer grau da linha reta, sempre que o local de trabalho contratualmente definido ou a atividade profissional desenvolvida por conta própria se situe em território do Interior (Portaria n.º 208/2017, de 13 de julho)

CONDIÇÕES DE ATRIBUIÇÃO DO APOIO

São elegíveis as seguintes tipologias de atividade laboral dos destinatários:

1. **Contratos de trabalho**, nas seguintes modalidades:
 - a) Contrato de trabalho por tempo indeterminado
 - b) Contratos de trabalho a termo resolutivo certo com duração inicial igual ou superior a 12 meses
 - c) Contratos de trabalho a termo resolutivo incerto com duração previsível igual ou superior a 12 meses

CONDIÇÕES DE ATRIBUIÇÃO DO APOIO (Cont.)

E que reúnam, cumulativamente, os seguintes requisitos:

- i) Tenham início entre 1 de janeiro de 2019 e 31 de dezembro de 2025
 - ii) Garantam as condições laborais exigíveis por lei, nomeadamente ao nível da remuneração do contrato de trabalho
 - iii) Sejam celebrados a tempo completo ou parcial
- 2. Criação de empresas ou do próprio emprego** em Portugal continental, com início entre 1 de janeiro de 2019 e 31 de dezembro de 2025, e que se enquadre numa das seguintes formas:
- a) Desenvolvimento de atividade como trabalhador independente, com rendimentos comerciais ou profissionais
 - b) Constituição de entidades privadas com fins lucrativos, independentemente da respetiva forma jurídica
 - c) Constituição de cooperativas
 - d) Aquisição e cessão de estabelecimento, ou a aquisição de capital social de empresa preexistente, que decorra de aumento do capital social
- 3. Contratos de bolsa**, com duração igual ou superior a 12 meses, celebrados ao abrigo da Lei n.º 40/2004, de 18 de agosto, na sua [redação atual](#)

Notas:

- (i) Não são elegíveis contratos de trabalho celebrados com entidades que não possuam atividade registada em Portugal continental, exceto se o local de trabalho se situe em território do Interior (Portaria n.º 208/2017, de 13 de julho).
- (ii) Não são elegíveis contratos de trabalho que digam respeito a situações de regresso de trabalhador destacado para o estrangeiro.
- (iii) No caso de contratos de bolsa e da criação de empresas ou do próprio emprego, o destinatário deve criar, pelo menos, o respetivo posto de trabalho a tempo completo.
- (iv) Nas situações de constituição de entidades privadas com fins lucrativos, cooperativas, de aquisição ou cessão de estabelecimentos ou de aquisição de capital social de empresa preexistente, o destinatário deve possuir mais de 50 % do capital social e dos direitos de voto, nos casos aplicáveis.

APOIOS

Apoio financeiro nos seguintes termos:

- **7 vezes o valor do IAS***, quando se trate de:
 - ✓ contratos de trabalho por tempo indeterminado
 - ✓ contratos de bolsa com duração igual ou superior a dois anos
 - ✓ criação de empresas ou do próprio emprego
- **5 vezes o valor do IAS**, quando se trate de:
 - ✓ contratos de trabalho a termo resolutivo certo ou incerto com duração inicial ou previsível igual ou superior a 12 meses
 - ✓ contratos de bolsa com duração igual ou superior a 12 meses e inferior a dois anos

Nota: Caso a atividade seja desenvolvida a tempo parcial, o apoio financeiro é reduzido na devida proporção, tendo por base um período normal de trabalho de 40 horas semanais.

APOIOS (Cont.)

Majorações do apoio

- **20%** por cada elemento do agregado familiar do destinatário do apoio financeiro que fixe residência em Portugal, até um **limite de 3 vezes o valor do IAS**
- **25%** sempre que o local de trabalho contratualmente definido ou a atividade profissional desenvolvida por conta própria se situe em **território do Interior** (Portaria n.º 208/2017, de 13 de julho).

Apoios complementares

Ao apoio financeiro podem acrescer os seguintes apoios complementares:

- Comparticipação dos custos da viagem para Portugal do destinatário e restantes membros do agregado familiar, com o **limite máximo de 3 vezes o valor do IAS**, nos seguintes valores:
 - montante fixo de **0,75 do valor do IAS**, por cada membro do agregado familiar que regresse, para viagens com origem em país da Europa
 - montante fixo de **1,25 do valor do IAS**, por cada membro do agregado familiar que regresse, para viagens com origem em país fora da Europa
- Comparticipação dos custos de transporte de bens para Portugal, no montante fixo de **3 vezes o valor do IAS**, por agregado familiar
- Comparticipação dos custos com o reconhecimento, em Portugal, de qualificações académicas ou profissionais do destinatário, com o **limite de 1,5 do valor do IAS**, mediante a apresentação de comprovativo de despesa

Síntese dos apoios máximos a conceder pelo IEFP, IP			
Apoio e participações		Montante máximo elegível	Valor máximo elegível
Apoio financeiro	Contratos de trabalho por tempo indeterminado, contratos de bolsa iguais ou superiores a 2 anos ou criação de empresas ou do próprio emprego	7 x IAS	3 759,91 €
	Contratos de trabalho a termo resolutivo certo ou incerto com duração igual ou superior a 12 meses ou contratos de bolsa entre 12 e 23 meses	5 x IAS	2 685,65 €
Apoios complementares			
Custos de viagem do destinatário e membros do agregado familiar	Viagens com origem em país da Europa	0,75 x IAS (até 3 x IAS)	402,85 € (até 1 611,39 €)
	Viagens com origem em país fora da Europa	1,25 x IAS (até 3 x IAS)	671,41 € (até 1 611,39 €)
Custos de transporte de bens para Portugal por agregado familiar		3 x IAS	1 611,39 €
Custos com o reconhecimento de qualificações académicas ou profissionais do destinatário		até 1,5 x IAS	até 805,70 €
Majorações			
Majoração do apoio por cada membro do agregado familiar que fixe residência em Portugal		20% x (7 IAS ou 5 IAS) (até 3 x IAS)	751,98 € ou 537,13 € (até 1 611,39 €)
Majoração do apoio por local de trabalho contratualmente definido ou a atividade profissional desenvolvida por conta própria em território do interior		25% x (7 IAS ou 5 IAS)	939,98 € ou 671,41 €

* Valor do IAS (Indexante dos Apoios Sociais) em 2026: 537,13 €

Notas:

- O apoio financeiro só é concedido uma vez por cada destinatário.
- Os apoios complementares relativos à participação em custos de viagem e de transporte de bens, bem como a majoração de 20% do apoio financeiro por cada elemento do agregado familiar que fixe residência em Portugal, só são aplicáveis uma vez por agregado familiar.

APOIOS (Cont.)

Notas (Cont.):

(iii) Considera-se **agregado familiar**, para além do destinatário, as seguintes pessoas que com ele vivam em economia comum: a) Cônjuge ou pessoa em união de facto há mais de dois anos; b) Parentes e afins maiores, em linha reta e em linha colateral, até ao 3.º grau; c) Parentes e afins menores em linha reta e em linha colateral; d) Adotantes, tutores e pessoas a quem o requerente esteja confiado por decisão judicial ou administrativa de entidades ou serviços legalmente competentes para o efeito; e) Adotados e tutelados pelo requerente ou qualquer dos elementos do agregado familiar e crianças e jovens confiados por decisão judicial ou administrativa de entidades ou serviços legalmente competentes para o efeito ao requerente ou a qualquer dos elementos do agregado familiar.

Apoio adicional concedido pelo Turismo de Portugal, IP

Caso a local de trabalho contratualmente definido ou a atividade profissional desenvolvida por conta própria se situe em [território do Interior](#) (Portaria n.º 208/2017, de 13 de julho) e seja na área do Turismo, em CAE enquadrada no [Despacho n.º 11329/2023, de 7 de novembro](#), é concedido pelo um apoio adicional de 25% do valor do apoio aprovado pelo IEFP, IP.

Nota: Para a atribuição deste apoio o IEFP, IP comunica ao Turismo de Portugal, IP os potenciais beneficiários deste apoio.

PAGAMENTO DOS APOIOS

O pagamento do apoio financeiro atribuído pelo IEFP, IP é efetuado da seguinte forma:

Pagamento	Montantes	Prazos
1.º	70% do total aprovado (apoio base e majorações)	10 dias úteis após a entrega do termo de aceitação e demais documentação comprovativa
2.º	30% do total aprovado (apoio base e majorações)	13.º mês , após a data de início do contrato de trabalho ou de bolsa 14.º mês , após a data de aprovação da candidatura, no caso de trabalho por conta própria

Os apoios complementares relativos à comparticipação em custos de viagem e de transporte de bens são pagos no 1.º pagamento e o apoio ao reconhecimento das qualificações é pago em função da data de entrega do comprovativo de despesa (até 12.º mês após data de início do contrato ou aprovação da candidatura se trabalho por conta própria).

Notas:

- (i) O pagamento dos apoios fica sujeito à verificação da manutenção das condições necessárias à sua concessão.
- (ii) A comprovação da manutenção da atividade profissional, por conta própria ou por conta de outrem, é efetuada por recurso à consulta de informação disponibilizada pela segurança social ou mediante entrega de documentação adicional nos regimes equiparados.
- (iii) Os apoios financeiros às candidaturas baseadas em trabalho por conta própria só são concedidos caso as atividades profissionais ainda se mantenham à data do 1.º pagamento.

Reembolso às entidades empregadoras

As entidades empregadoras que assegurem a comparticipação aos seus trabalhadores de despesas previstas nos apoios complementares podem solicitar o reembolso desses custos ao IEFP, IP, dentro dos limites estabelecidos e desde que exista uma candidatura aprovada relativa a contrato de trabalho elegível celebrado com essa entidade empregadora.

CANDIDATURA

A candidatura é efetuada por submissão eletrónica, através do [portal iefponline](https://iefponline.iefp.pt) (<https://iefponline.iefp.pt>), no período definido pelo IEFP, IP e divulgado no seu portal eletrónico, sendo aprovadas as candidaturas até ao limite da dotação orçamental fixada.

Com a apresentação da candidatura, o destinatário deve disponibilizar os seguintes documentos:

- Documento comprovativo da situação de emigrante ou de seu familiar e do respetivo agregado familiar, conforme aplicável, emitido por autoridade diplomática ou consular portuguesa, ou outros documentos que, inequivocamente, comprovem tal ou tais situações
- Cópia do contrato de trabalho, cópia do contrato de bolsa ou cópia da declaração de início de atividade ou certidão permanente, que permita verificar o cumprimento dos requisitos para atribuição do apoio (consoante a tipologia de atividade laboral a que se candidata)
- Declaração de não dívida ou autorização de consulta online da situação contributiva perante a Autoridade Tributária e Aduaneira e a Segurança Social

ENQUADRAMENTO LEGISLATIVO E NORMATIVO

- [Portaria n.º 214/2019, de 5 de julho](#) alterada e republicada pelas [Portaria n.º 373/2019, de 15 de outubro](#), [Portaria n.º 36-A/2020, de 3 de fevereiro](#), [Portaria n.º 23/2021, de 28 de janeiro](#), [Portaria n.º 114/2023, de 2 de maio](#) e [Portaria n.º 333/2025/1, de 7 de outubro](#) - define a medida de Apoio ao Regresso de Emigrantes a Portugal (MAREP)
- [Resolução do Conselho de Ministros n.º 60/2019, de 28 de março](#) - aprova o Programa Regressar
- [Resolução do Conselho de Ministros n.º 124/2020, de 31 de dezembro](#) – procede ao prolongamento e renovação do Programa Regressar
- [Despacho n.º 11329/2023, de 7 de novembro](#) - cria o mecanismo Incentivo à Captação de Talento para o Interior
- [Resolução do Conselho de Ministros n.º 148/2023, de 17 de novembro](#) – procede ao prolongamento e renovação do Programa Regressar
- [5.ª revisão do Regulamento \(21-10-2025\)](#)

MAIS INFORMAÇÕES OU ESCLARECIMENTOS

Para obter informações mais detalhadas ou esclarecer dúvidas:

- Consulte o portal do IEFP (www.iefp.pt)
- Utilize o email: regressoaportugal@iefp.pt
- Contacte a linha Regressar 300 088 000 ou a linha de apoio do IEFP: 215 803 555 (dias úteis das 9h00 às 19h00)
- WhatsApp e Skype: 965 723 280