



GUIA PRÁTICO

INSCRIÇÃO, ALTERAÇÃO E CESSAÇÃO DE SEGURO SOCIAL VOLUNTÁRIO

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Guia Prático - Inscrição, Alteração e Cessação de seguro social voluntário
(1004 – v5.45)

PROPRIEDADE

Instituto da Segurança Social, I.P.

AUTOR

Departamento de Prestações e Contribuições

PAGINAÇÃO

Departamento de Comunicação e Gestão do Cliente

CONTACTOS

Linha Segurança Social: 210 545 400 | 300 502 502, dias úteis das 9h00 às 18h00.

Linha de Marcações: 210 548 888 | 300 088 888, dias úteis das 9h00 às 18h00, para atendimento personalizado, e 24 horas por dia, 7 dias da semana para atendimento automático.

Site: www.seq-social.pt

DATA DE PUBLICAÇÃO

30 de abril de 2026

ÍNDICE

A – O que é?	4
B - A quem se destina?	4
C - Qual a duração?	4
C1. Quando começa o enquadramento a ter efeito?	4
C2. Durante quanto tempo está inscrito/a?	4
C3. Quando termina o enquadramento no regime de seguro social voluntário? (cessação).....	5
C4. Quando termina a obrigação contributiva?	5
D - Como se pode inscrever?	5
D1. Onde se pode inscrever?.....	5
D2. Quais os formulários a preencher?	6
D3. Quais os documentos necessários?	6
D4. Prazo para pedir.....	7
D5. Como saber a situação das minhas contribuições?	7
D6. Quando é que confirmam a inscrição/enquadramento?	8
E - Quais os direitos, deveres e sanções?	8
E1. Direitos	8
E2. Deveres	11
E3. Sanções	15
F - Documentação de apoio.....	16
F1. Legislação Aplicável	16
G - Glossário	17

A informação contida neste guia prático não dispensa a consulta da lei.

A – O que é?

É um regime contributivo **facultativo**, cujo objetivo é garantir o direito à Segurança Social para pessoas **maiores de 18 anos** aptas para trabalhar e que não se enquadram nos regimes de proteção social obrigatórios.

Consideram-se abrangidos pelo **regime de seguro social voluntário**:

- cidadãos portugueses que não estão a trabalhar, mas estão aptos para trabalhar;
- cidadãos estrangeiros ou apátridas (sem nacionalidade), que moram em Portugal há mais de 1 ano;
- cidadãos portugueses que trabalham fora de Portugal e não estão cobertos por acordos de Segurança Social com Portugal;
- trabalhadores marítimos e vigias portuguesas que trabalhem em barcos de empresas estrangeiras;
- trabalhadores marítimos portugueses que trabalhem a bordo de navios de empresas mistas de pesca;
- tripulantes dos navios registados no Registo Internacional da Madeira;
- pessoas que fazem trabalho voluntário não pago, para instituições de solidariedade social ou associações humanitárias;
- bombeiros voluntários;
- agentes da Cooperação Portuguesa que, quando começa o contrato de cooperação, não estejam no regime de Segurança Social obrigatório;
- agentes da Cooperação Portuguesa inscritos no regime de Segurança Social, mas sem contribuições (pelo que devem ser inscritos no seguro social voluntário durante a duração do contrato);
- investigadores com bolsas que trabalham em projetos científicos e não estão incluídos em outro regime obrigatório de proteção social;
- pessoas que praticam desporto de alto rendimento;
- cuidadores informais principais;
- pessoas anteriormente abrangidas pelo regime de continuação facultativa do pagamento de contribuições.

B - A quem se destina?

Pessoas abrangidas pelo regime de seguro social voluntário.

C - Qual a duração?

C1. Quando começa o enquadramento a ter efeito?

A partir do **1º dia do mês seguinte** ao pedido de inscrição, se for aprovado.

C2. Durante quanto tempo está inscrito/a?

A inscrição na Segurança Social é **vitalícia**, ou seja, só precisa de ser feita uma vez e dura toda a vida. Mesmo que a pessoa deixe de trabalhar, continua inscrita na Segurança Social.

C3. Quando termina o enquadramento no regime de seguro social voluntário? (cessação)

Quando:

- a pessoa interessada pedir para deixar de estar inscrita;
- passar a estar abrangido por um regime obrigatório de proteção social;
- não pagar as contribuições durante mais de 1 ano.

Nota: O fim do enquadramento no regime de seguro social voluntário produz efeitos a partir do mês em que for apresentado o pedido à Segurança Social, ou a partir do mês seguinte àquele em que pagou a última contribuição.

C4. Quando termina a obrigação contributiva?

- No mês seguinte ao pedido feito à Segurança Social ou;
- No mês seguinte ao último pagamento, se estiver mais de 1 ano sem pagar.

Nota: Se começar a trabalhar por conta de outrem, tem de avisar a Segurança Social. Não pode estar nos 2 regimes ao mesmo tempo. Se continuar a pagar para o regime de seguro social voluntário, esse dinheiro é devolvido e não conta para a Segurança Social.

D - Como se pode inscrever?

D1. Onde se pode inscrever?

Pessoas que vivem em Portugal

- No Centro Distrital que escolheram quando fizeram o pedido.

Portugueses que moram fora de Portugal

- Se estiver a trabalhar fora de Portugal, pode enviar pedidos ou formulários à Segurança Social por e-mail, sem necessidade de se deslocar a um balcão. O e-mail é: ISS-IINTERNACIONAIS@seg-social.pt

Voluntário social

- Nos Serviços de Atendimento da Segurança Social da área onde atua a organização onde faz voluntariado.

Nota: No caso de a organização ser estrangeira, a inscrição é feita no Centro Distrital no qual escolheu ficar abrangido quando fez o pedido.

Bombeiro voluntário

- Nos Serviços de Atendimento da Segurança Social da área da corporação de bombeiros a que pertence.

Bolseiros de Investigação

- Nos Serviços de Atendimento da Segurança Social do local onde mora.

Notas:

- se for voluntário/a social, a inscrição pode ser feita por si ou pela entidade que beneficia da atividade voluntária e o pedido deve ser entregue nos serviços da Segurança Social da área onde atua a organização onde faz voluntariado;
- se for agente da Cooperação Portuguesa, a inscrição deve ser feita pela entidade promotora ou executora da cooperação;
- se for bombeiro/a voluntário/a, deve entregar o pedido nos serviços da Segurança Social da área da corporação de bombeiros a que pertence;

D2. Quais os formulários a preencher?

- Requerimento de Seguro Social Voluntário – RV 1007;

D3. Quais os documentos necessários?

Para todas as situações:

- Documento de identificação válido (ex: Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade, Certidão de Nascimento, Passaporte e Autorização de Residência);
- Certificação médica de aptidão para o trabalho, efetuada pelos médicos do Serviço Nacional de Saúde (SNS).

Nota: Se houver dúvidas sobre a capacidade para trabalhar, a Segurança Social pode pedir um exame pelo Sistema de Verificação de Incapacidades.

Cidadãos estrangeiros e sem nacionalidade

- Fotocópia de documento de identificação válido (ex: Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade, Certidão de Nascimento, Passaporte e Autorização de Residência);
- Declaração, sob compromisso de honra, a dizer que a pessoa não está abrangida por um regime obrigatório de segurança social ou, se estiver, que esse regime não conta para o sistema de Segurança Social português.

Portugueses que moram fora de Portugal

- Declaração autenticada pelos serviços consulares portugueses.

Se estes serviços não existirem, a declaração pode ser autenticada pela embaixada de Portugal naquele país, que comprove que:

- a pessoa não trabalha ou;
- a pessoa trabalha num país sem acordo de segurança social com Portugal ou;
- a pessoa trabalha num país com acordo, mas o tipo de trabalho que faz, não está incluído nesse acordo.

Trabalhadores marítimos e vigias portuguesas que trabalham em barcos de empresas estrangeiras:

- Cópia do contrato de trabalho celebrado com o armador estrangeiro.

Neste caso, a certificação médica de aptidão para o trabalho pode ser por:

- Declaração da inspeção médica da capitania do porto;

- Declaração passada por outros serviços de inscrição marítima ou exame clínico do médico da companhia de navegação.

Voluntários sociais

- Declaração de atividade de voluntariado, emitida pela entidade que beneficia dessa atividade.

O pedido deve ser feito em conjunto pelo/a voluntário/a e a entidade que beneficia do trabalho do/a voluntário/a.

A entidade que beneficia do trabalho do/a voluntário/a é responsável pela entrega do pedido de inscrição/enquadramento do/a voluntário/a social à Segurança Social.

Bombeiros voluntários

- Declaração emitida pela Autoridade Nacional Civil (Inspeção Distrital de Bombeiros), que comprove a categoria e o exercício da atividade como bombeiro voluntário nos últimos 12 meses.

Nota: Esta declaração deve incluir o Número de identificação da Segurança Social (NISS) ou número do Cartão de Cidadão ou Bilhete de Identidade e o parecer da Inspeção Médico-Sanitária.

Desportistas de alto rendimento

- Declaração do Instituto do Desporto de Portugal, I.P., que prova que é atleta de alto rendimento.

Bolseiros de Investigação

- Declaração comprovativa do estatuto de bolseiro de investigação, emitida pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., nos casos em que esta entidade é ela própria entidade financiadora ou de acolhimento;

Nota: Quando a Fundação para a Ciência e Tecnologia não é a entidade financiadora ou de acolhimento, a prova da atividade do/a bolseiro/a é uma declaração emitida pela entidade financiadora, desde que tenha aprovado o regulamento de bolsas pela Faculdade de Ciência e Tecnologia e notificado que pode emitir os documentos comprovativos do estatuto de bolseiro/a.

D4. Prazo para pedir

Quando quiser, uma vez que o regime não é obrigatório.

D5. Como saber a situação das minhas contribuições?

Online, nos menus:

- Pagamentos e dívidas > Posição atual ou;
- Iniciar sessão > Posição atual.

Pode:

- ver os valores em dívida ou a receber, com a respetiva descrição (e imprimir se quiser);
- ver os valores que podem ser pagos e gerar o Documento de Pagamento;
- consultar os pagamentos já feitos e os detalhes desses valores.

D6. Quando é que confirmam a inscrição/enquadramento?

A confirmação depende da aprovação do pedido, o que pode levar **até 30 dias**. Quando aprovado, receberá uma carta a informar que deve **começar a pagar contribuições no mês seguinte** e, se ainda não estiver inscrito/a na Segurança Social, também receberá o Número de Identificação da Segurança Social (NISS).

Notas:

- em geral, a aprovação do pedido resulta na adesão ao regime de seguro social voluntário, com efeitos a partir do dia 1 do mês seguinte ao pedido;
- para bolseiros de investigação com bolsas de 6 meses ou mais, a adesão ao Regime de Seguro Social Voluntário começa na data de início da bolsa, desde que o pedido seja feito dentro da duração mínima da bolsa;
- se os bolseiros de investigação tiverem contratos de bolsa de menos de 6 meses e não se aplicarem as regras específicas para adesão ao regime de seguro social voluntário, mas cumprirem as outras condições, podem aderir ao regime de seguro social voluntário conforme a lei. Nesse caso, a adesão será válida a partir do 1º dia do mês seguinte ao pedido ou enquanto realizarem a bolsa como trabalhadores independentes.

Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social, art.º 169.º e seguintes

E - Quais os direitos, deveres e sanções?

E1. Direitos

Ao inscrever-se no regime de seguro social voluntário passa a ter direito a **prestações** atribuídas pela Segurança Social, nas seguintes situações:

Bolseiros de investigação

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte;
- Doenças profissionais;
- Parentalidade;
- Doença.

Agentes de cooperação

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Voluntários sociais

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte;

- Doenças profissionais.

Pessoas que praticam desporto de alto rendimento

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Pessoas abrangidas anteriormente pelo regime de continuação facultativa de pagamento de contribuições

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte;
- Encargos familiares.

Bombeiros voluntários

- Doenças profissionais;
- Velhice;
- Invalidez;
- Morte.

Trabalhadores marítimos e vigias portugueses que trabalhem em barcos de empresas estrangeiras

- Doença;
- Parentalidade;
- Doenças profissionais;
- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Trabalhadores marítimos portugueses que trabalhem a bordo de navios de empresas mistas de pesca

- Doença;
- Parentalidade;
- Doenças profissionais;
- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Cidadãos portugueses que não estejam a trabalhar e estejam aptos para o trabalho

- Invalidez;

- Velhice;
- Morte.

Cidadãos estrangeiros e sem nacionalidade que moram em Portugal há mais de 1 ano

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Cidadãos portugueses que trabalham fora de Portugal e não estão cobertas por acordos de Segurança Social com Portugal

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Tripulantes dos navios registados no Registo Internacional da Madeira

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Cuidadores informais principais

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Estagiários profissionais

- Invalidez;
- Velhice;
- Morte.

Para ter direito às prestações, o/a trabalhador/a tem de ter o pagamento das contribuições regularizado na data em que o direito à prestação é reconhecido.

Se não tiver o pagamento das contribuições regularizado, deixa de receber temporariamente as prestações a partir da data em que deveriam ser pagas.

As pessoas que estão abrangidas por um esquema de proteção mais completo podem escolher mudar para um mais simples, que só cobre **invalidez, velhice e morte**.

Para ter acesso a essa proteção, é preciso ter feito **descontos** durante:

- **Invalidez:** 72 meses (6 anos);
- **Velhice:** 144 meses (12 anos);
- **Morte:**
 - **Pensão de Sobrevivência:** 72 meses (6 anos);

- **Subsídio por Morte:** 36 meses (3 anos).

Nota: O Subsídio de Doença é pago a partir do 31.º dia após ser confirmada a doença, exceto em casos de tuberculose ou internamento hospitalar, em que começa logo no 1.º dia.

E2. Deveres

- **Escolher um escalão de rendimentos**

As pessoas inscritas no regime de seguro social voluntário têm de escolher um escalão de rendimentos, a partir do qual é calculado o valor a pagar por mês à Segurança Social e os apoios que pode vir a receber.

Os rendimentos estão organizados por escalões:

Escalões	Indexante dos Apoios Sociais (IAS)	Rendimento
1.º	1 X IAS	537,13€
2.º	1,5 X IAS	805,70€
3.º	2 X IAS	1 074,26€
4.º	2,5 X IAS	1 342,83€
5.º	3 X IAS	1 611,39€
6.º	4 X IAS	2 148,52€
7.º	5 X IAS	2 685,65€
8.º	6 X IAS	3 222,78€
9.º	7 X IAS	3 759,91€
10.º	8 X IAS	4 297,04€

Notas:

- no caso dos **agentes de cooperação**, a contribuição para a Segurança Social é sempre calculada a partir do 5º escalão de rendimentos (3 x IAS);
- os **bombeiros voluntários** também pagam sobre um escalão fixo (1 x IAS);
- os **bolseiros de investigação** também pagam sobre um escalão fixo (1 x IAS), mas podem escolher um escalão superior;
- quem tiver 64 anos em 2026 e não se enquadre noutros casos, só pode escolher até ao 5.º escalão (3 x IAS).

Pode escolher um escalão mais alto se:

- já tiver descontado durante mais de 12 meses para o regime geral (trabalho por conta de outrem), com valores acima do escalão mais alto do regime de seguro social voluntário;

- deixar de estar enquadrado no regime de seguro social voluntário, mas tiver descontado 12 meses noutro regime obrigatório com um valor mais alto do que o que usava antes. Ao voltar, pode escolher um escalão igual ou imediatamente acima desse valor, sem limite de idade.

Mudar o escalão de rendimentos

Mudar para um escalão **abaixo** é sempre permitido. Mudar para um escalão **acima** só é permitido se:

- tiver pago contribuições pelo mesmo escalão durante pelo menos 12 meses seguidos;
- tiver até 64 anos em 2026. A idade limite vai subindo 6 meses a cada ano, até chegar aos 65 anos. O escalão mais alto permitido nestes casos é o 5º escalão.

Tendo em conta, a **progressão da idade** de acordo com a tabela abaixo:

Ano	Idade
2011	56,5
2012	57
2013	57,5
2014	58
2015	58,5
2016	59
2017	59,5
2018	60
2019	60,5
2020	61
2021	61,5
2022	62
2023	62,5
2024	63
2025	63,5
2026	64
2027	64,5
2028	65

Notas:

- se deixar de estar inscrito no regime de seguro social voluntário e depois voltar, mantém o mesmo escalão ou pode subir para o seguinte, independentemente da idade.
- o/a trabalhador/a pode escolher outro escalão, se cumprir com as condições para mudança de escalão indicadas acima.

- o tempo entre a saída e o regresso ao regime não conta para os 12 meses seguidos exigidos.

- **Pagar as Contribuições à Segurança Social**

Quem está inscrito no regime de seguro social voluntário tem de pagar as suas contribuições todos os meses.

Quanto vai pagar?

O que vai pagar depende do tipo de trabalho que faz (e da taxa que lhe está associada) e do **escalão de rendimentos** escolhido tendo em conta a situação em que se enquadra.

Taxas Contributivas 2026	Regime de seguro social voluntário
26,90%	<ul style="list-style-type: none"> • Cidadãos portugueses que não estejam a trabalhar e estejam aptos para o trabalho.
	<ul style="list-style-type: none"> • Cidadãos estrangeiros e sem nacionalidade que moram em Portugal há mais de 1 ano.
	<ul style="list-style-type: none"> • Cidadãos portugueses que moram e trabalham fora de Portugal e não estão abrangidos por instrumentos internacionais de Segurança Social.
	<ul style="list-style-type: none"> • Pessoas que praticam desporto de alto rendimento.
	<ul style="list-style-type: none"> • Pessoas abrangidas anteriormente pelo regime de continuação facultativa de pagamento de contribuições.
	<ul style="list-style-type: none"> • Tripulantes dos navios registados no Registo Internacional da Madeira.
	<ul style="list-style-type: none"> • Agentes de cooperação;
29,60%	<ul style="list-style-type: none"> • Bolseiros de investigação; • Trabalhadores marítimo e vigias portuguesas que trabalham em barcos de empresas estrangeiras; • Trabalhadores marítimos portugueses que trabalhem a bordo de navios de empresas mistas de pesca.
27,40%	<ul style="list-style-type: none"> • Bombeiros voluntários; • Voluntários sociais.
21,40%	<ul style="list-style-type: none"> • Cuidadores Informais principais.

Nota: No caso dos agentes de cooperação, pessoas que praticam desporto de alto rendimento, cidadãos portugueses que não estão a trabalhar e estão aptos para o trabalho, cidadãos estrangeiros e sem nacionalidade que moram em Portugal há mais de 1 ano, cidadãos portugueses que moram e trabalham fora de Portugal e não estão abrangidos por instrumentos internacionais de Segurança Social, a taxa de contribuição cobre apenas situações de invalidez, velhice e morte.

Se quiserem ter também, proteção em caso de doenças profissionais, podem acrescentar 0,5% à taxa que pagam, conforme previsto na lei.

Quando pagar?

Até ao dia 20 do mês seguinte àquele a que dizem respeito essas contribuições.

Se pagar depois desse prazo, terá de pagar juros de mora.

Onde pagar?

- **No multibanco:**

- com referência multibanco, obtida *online*;
- sem referência multibanco: Serviço Especial.

O valor a pagar aparece automaticamente, sem necessidade de indicar o número de dias de trabalho.

Se tiver contribuições em atraso, também aparece o valor dos juros de mora, podendo pagar tudo em conjunto.

Nota: Guarde sempre o talão do multibanco como comprovativo de pagamento, também para efeitos fiscais.

- **Nas tesourarias da Segurança Social:**

Nas tesourarias das instituições de Segurança Social, na posse do documento de pagamento, emitido através da Segurança Social Direta ou nas tesourarias, quando solicitado pelos próprios:

- através do terminal de pagamento automático (TPA), sem limite de valor;
- em dinheiro, até ao limite de 150,00€;
- por cheque visado, cheque bancário ou cheque emitido pela Agência de Gestão da Tesouraria e da Dívida Pública- IGCP, EPE, sem limite de valor.

- **Homebanking:**

Para mais informação, consulte o guia prático Pagamento de Contribuições à Segurança Social;

- **Por débito direto:**

- *Online*, no menu Pagamentos e dívidas > Valores a pagar à Segurança Social > Autorizar débito direto para pagamento de contribuições

Notas:

- se não for possível cobrar, através do débito, durante **3 meses seguidos**, a adesão é cancelada, sendo avisado por mensagem na Segurança Social Direta;
- este sistema só cobra o valor da contribuição mensal. Dívidas de outros meses ou juros têm de ser pagos por outro meio.

Depois de pagar, o banco tem de enviar a informação à Segurança Social, o que pode demorar algum tempo. Por isso, a sua conta na Segurança Social Direta pode não ficar atualizada logo a seguir ao pagamento.

- **Por MBWAY**

Para utilizar este novo modo de pagamento:

- aceda ao menu “**Pagamentos e Dívidas**” e clique em “**Consultar na Posição Atual**”. Após autenticação, aceda à opção “**Obter documentos já emitidos.**” No separador Ações, selecione “**Pagar por MBWay**”, insira o número de telemóvel associado à aplicação e confirme o pagamento após autorização no telemóvel.

Situações com meio de pagamento obrigatório

O pagamento por cheque visado ou cheque bancário é **sempre obrigatório** nas seguintes situações:

- resgate de cheques que não foram aceites, independentemente do tipo de pagamento;
- quando é usado um único cheque para pagar contribuições de vários contribuintes;
- quando é usado um único cheque para pagar reposições de várias pessoas.

Emissão do documento de pagamento

- *Online*, no menu Iniciar sessão > Posição atual ou;
- *Online*, no menu Pagamentos e dívidas > Posição atual

Nota: O documento de pagamento tem a validade de 72 horas.

Para mais informação, consulte o guia prático Pagamento de Contribuições à Segurança Social.

- **Comunicar à Segurança Social se passar a estar abrangido por regime obrigatório de proteção social**

Se passar a estar inscrito num regime obrigatório de proteção social (por exemplo, se começar a trabalhar por conta de outrem), deve comunicar à Segurança Social, preferencialmente nos serviços do local onde mora, para deixar de estar inscrito no regime de seguro social voluntário.

No caso dos voluntários sociais, as entidades que beneficiam da atividade voluntária devem informar mensalmente à Segurança Social os voluntários que deixaram de exercer a atividade.

E3. Sanções

- **se não pagar as contribuições dentro do prazo**, perde o enquadramento no regime de seguro social voluntário, exceto se retomar o pagamento antes de 1 ano após o último pagamento.

Nota: Se retomar o pagamento antes de 1 ano, terá de pagar as contribuições em atraso com juros de mora.

- **se não comunicar à Segurança Social que passou a estar abrangido por um regime obrigatório de proteção social**, receberá uma carta a avisar da dívida, após 1 ano sem pagamento. Pode pagar a dívida e continuar no regime de seguro social voluntário ou escolher desistir.

F - Documentação de apoio

F1. Legislação Aplicável

Portaria n.º 480-A/2025/1, de 30 de dezembro

Atualiza o valor do indexante dos apoios sociais (IAS) em 2026 para 537,13€.

Lei n.º 13/2023 de 3 de abril

Alteração ao Código do Trabalho e legislação conexas, no âmbito da Agenda do Trabalho Digno, e que entrou em vigor a 01.05.2023, veio alterar o artigo 10.º do **Decreto-Lei n.º 66/2011**, de 1 de junho.

Lei n.º 24-D/2022, de 30 de dezembro

Orçamento do Estado para 2023 – O Artigo 270.º adita o artigo 23.º-B ao Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Lei n.º 100/2019, de 6 de setembro

Aprova o Estatuto do Cuidador Informal. Procede à alteração dos artigos 170.º, 172.º e 184.º do Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social, aprovado pela Lei n.º 110/2009, de 16 de setembro.

Decreto-Regulamentar n.º 6/2018, de 2 de julho

Altera pela 6ª vez o Decreto Regulamentar n.º 1 -A/2011, de 3 de janeiro, alterado pela Lei n.º 64 - B/2011, de 30 de dezembro, pelos Decretos Regulamentares nº 50/2012, de 25 de setembro, 6/2013, de 15 de outubro, e nº 22/2017, de 22 de março, e pelo Decreto-Lei n.º 93/2017, de 1 de agosto, que regulamenta o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Decreto-Lei n.º 234/2015, de 13 de outubro

Altera pela 8ª vez o Decreto-Lei n.º 96/89, de 28 de março, Tripulantes de navios registados no Registo Internacional de Navios da Madeira (MAR).

Decreto-Regulamentar n.º 50/2012, de 25 de setembro

Altera pela 2ª vez o Decreto Regulamentar n.º 1-A/2011, de 3 de janeiro, que regulamenta o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Decreto-Lei n.º 202/2012. D.R n.º 165, Série I de 2012-08-27

Altera pela 1ª vez o Estatuto do Bolseiro de Investigação, aprovado em anexo à Lei n.º 40/2004, de 18 de agosto.

Lei n.º 20/2012, de 14 de maio

Altera pela 1ª vez a Lei n.º 64-B/2011, de 30 de dezembro (Orçamento do Estado para 2012), no âmbito da iniciativa para o reforço da estabilidade financeira – pág. 2486 a 2488.

Lei n.º 66/2011, de 01 de junho

Estabelece as regras a que deve obedecer a realização de estágios profissionais.

Portaria n.º 66/2011, de 4 de fevereiro

Normas complementares de definição dos procedimentos e delimitação dos elementos e meios de prova, em cumprimento do disposto no n.º 4 do artigo 3.º do Decreto Regulamentar n.º 1-A/2011, de 3 de janeiro.

Decreto-Lei n.º 241/2007, de 21 de junho

Bombeiros Voluntários.

Despacho Normativo n.º 40/2005, de 18 de agosto

Dá nova redação ao n.º 2 do artigo 7.º do Regulamento de Equiparação a Bolseiro, constante do anexo ao **Despacho Normativo n.º 23/98, de 1 de abril**.

Lei n.º 40/2004, de 18 de agosto

Aprova o Estatuto do Bolseiro de Investigação.

Lei n.º 13/2004, de 14 de abril

Agentes da Cooperação Portuguesa.

Com as alterações do Decreto-Lei n.º 49/2018, em vigor a partir de 2018-06-22

Decreto-Lei n.º 297/2000, de 17 de novembro

Revê os benefícios consagrados no Estatuto Social do Bombeiro, no sentido do alargamento e melhoria do conjunto dos direitos e regalias sociais do bombeiro, de molde a reforçar o quadro dos incentivos ao voluntariado, contribuindo desta forma para apoiar, promover e dignificar a função social do bombeiro.

Decreto-Lei n.º 389/99, de 30 de setembro

Regulamenta a Lei n.º 71/98, de 3 de novembro (Voluntários Sociais).

Lei n.º 71/98, de 3 de novembro

Voluntários Sociais.

Decreto-Lei n.º 40/89, de 1 de fevereiro

Regime de seguro social voluntário.

Despacho Normativo n.º 208/83, de 31 de agosto

Fixa com carácter de generalidade o momento a partir do qual o valor das remunerações mínimas mensais garantidas por lei produz efeitos no cálculo das remunerações convencionais previstas para alguns esquemas de Segurança Social.

G - Glossário

Enquadramento

Quando uma pessoa se inscreve na Segurança Social, é colocada num grupo consoante o tipo de trabalho que faz. Cada grupo tem obrigações e benefícios diferentes.

Tipos de enquadramento:

- trabalhador por conta de outrem (inclui trabalho doméstico);
- trabalhador independente;
- seguro social voluntário.

Cooperantes – Agentes de Cooperação

São pessoas que, com um contrato de trabalho, participam em projetos financiados por Portugal, mas que acontecem noutros países. Esses projetos são feitos por empresas públicas portuguesas ou por empresas privadas portuguesas sem fins lucrativos.

Pessoas abrangidas antes pelo regime de continuação facultativa de pagamento de contribuições

Pessoas que já estavam inscritas na Segurança Social antes de existir o regime de seguro social voluntário e que, na altura, tinham uma profissão que não obrigava a fazer descontos para a Segurança Social ou outra entidade.

Instrumentos Internacionais sobre Segurança Social que vinculam Portugal com outros países

Portugal tem acordos com vários países para garantir a proteção social das pessoas que trabalham ou viveram fora do país. Estes acordos servem para que os direitos à Segurança Social (como reformas, subsídios, etc.) sejam reconhecidos em diferentes países.

Há 3 tipos principais de acordos:

- **Regulamentos Europeus:** Aplicam-se aos 27 países da União Europeia. Estão definidos no Regulamento n.º 883/2004 (e atualizações);
- **Regulamentos Comunitários:** Incluem também a Islândia, o Liechtenstein, a Noruega (países do Espaço Económico Europeu) e a Suíça, através de um acordo com a União Europeia sobre livre circulação de pessoas;
- **Acordos Bilaterais e Multilaterais:** São acordos feitos diretamente entre Portugal e outros países, como Andorra, Argentina, Austrália, Brasil, Bolívia, Cabo Verde, Canadá, Chile, El Salvador, Equador, EUA, Filipinas, Índia, Marrocos, Moçambique, Moldova, Paraguai, Peru, Reino Unido (Ilhas de Jersey, Guernsey, Alderney, Herm, Jethou e Man), República Dominicana, Timor-Leste, Tunísia, Turquia, Ucrânia, Uruguai, Venezuela.