SEGURANÇA SOCIAL

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

GUIA PRÁTICO

SUBSÍDIO PARCIAL POR CESSAÇÃO DE ATIVIDADE PARA TRABALHADORES INDEPENDENTES ECONOMICAMENTE DEPENDENTES

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, I.P.

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Guia Prático – Subsídio Parcial por Cessação de Atividade para Trabalhadores Independentes Economicamente Dependentes

(6010 – v1.20)

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.seg-social.pt

DATA DE PUBLICAÇÃO

16 de outubro de 2026

Índice

A – O que é? 4
B – A quem se destina? 4
C – Quais as condições para ter direito? 4
D – Qual o valor a receber? 5
D1. Qual o valor a receber? 5
D2. Como se calcula o valor do subsídio? 6
D3. Como pode receber? 7
D4. Como registar ou alterar o IBAN (Número de Identificação Conta Bancária Internacional)? 7
E - Qual a duração? 8
E1. Quando começa a receber? 8
E2. Durante quanto tempo pode receber o subsídio? (período de concessão) 8
E3. Quando deixa de receber temporariamente? 8
E4. Quando termina o direito ao subsídio (cessação?) 8
E5. O que acontece depois do contrato a tempo parcial terminar? 9
F – Como pedir? 11
F1. Onde pedir? 11
F2. Quais os formulários a preencher? 11
F3. Quais os documentos necessários? 11
F4. Prazo para pedir 11
G – Posso acumular com outros benefícios? 12
G1. Pode acumular com: 12
G2. Não pode acumular com: 12
H - Quais os deveres e sanções? 12
H1. Deveres: 12
H2. Sanções: 13
I - Documentação de apoio 14
I1. Legislação Aplicável 14
J - Glossário 15
K - Perguntas Frequentes 17

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

A – O que é?

É uma **prestação paga em dinheiro** a trabalhadores independentes economicamente dependentes, que:

- pediram o Subsídio por Cessação de Atividade e quando terminaram o contrato com a entidade contratante, tinham:
    - um trabalho por conta de outrem a tempo parcial, cuja retribuição é **inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade** ou;
    - uma atividade independente, cujo rendimento relevante é **inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade.**
- recebem o Subsídio por Cessação de Atividade e comecem a:
    - trabalhar por conta de outrem a tempo parcial, com retribuição **inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade** ou;
    - exercer uma atividade independente, com rendimento **relevante inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade.**

B – A quem se destina?

- Trabalhadores independentes;
- Pessoas que pedem o Subsídio por Cessação de Atividade;
- Pessoas que recebem o Subsídio por Cessação de Atividade.

C – Quais as condições para ter direito?

Tem direito ao Subsídio Parcial por Cessação de Atividade se **cumprir com todas as seguintes condições:**

- morar em Portugal ou for equiparado a residente;
- terminar o contrato com a empresa de forma involuntária;
- cumprir o prazo de garantia, ou seja, tiver, pelo menos, o registo de 360 dias (12 meses) de salários, nos últimos 24 meses antes do fim do contrato de prestação de serviços;
- for economicamente dependente da empresa no ano antes do fim do contrato;
- for economicamente dependente na data do fim do contrato;
- estiver inscrito/a no centro de emprego do local onde mora.

Para além das condições gerais, tem de cumprir com as seguintes condições:

1. **se, à data do desemprego, já trabalhava a tempo parcial por conta de outrem ou tinha outra atividade independente, em acumulação com a atividade principal que terminou:**
    - reunir as condições para receber o Subsídio por Cessação de Atividade;
    - o salário do trabalho a tempo parcial ou o rendimento relevante da atividade independente for inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade.

2. **se começar um trabalho a tempo parcial ou uma atividade independente enquanto está a receber o subsídio:**
    - estiver a receber o Subsídio por Cessação de Atividade;
    - o salário do trabalho a tempo parcial ou o rendimento relevante da atividade independente for inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade.

Notas:

- não é permitido trabalhar, seja como trabalhador/a por conta de outrem ou independente, na empresa que fez o despedimento nem em empresas do mesmo grupo empresarial que tenha uma relação de domínio com essa empresa;
- a informação que está neste guia não se aplica a trabalhadores independentes com atividade empresarial e os gerentes e administradores das pessoas coletivas, que também têm direito a proteção no desemprego nos termos de legislação própria.

  Decreto-Lei n.º 12/2013, de 25 de janeiro, alterado pelo *Decreto-Lei nº 53/2018, de 02 de Julho*

D – Qual o valor a receber?

D1. Qual o valor a receber?

O valor a receber do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade corresponde:

- **no caso de trabalho a tempo parcial:** à diferença entre o valor do Subsídio por Cessação de Atividade mais 35% deste valor e o valor do salário do trabalho a tempo parcial;
- **no caso de trabalhar como independente:** à diferença entre o valor do Subsídio por Cessação de Atividade mais 35% deste valor e o valor do duodécimo do seu rendimento anual relevante ou;
- **no caso em que iniciou atividade independente no próprio ano em que iniciou o Subsídio por Cessação de Atividade**: à diferença entre o valor do Subsídio por Cessação de Atividade mais 35% desse valor e o valor do duodécimo do rendimento estimado para impostos;

Nota: O valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade nunca pode ser superior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade.

- O **valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade é igual ao Subsídio por Cessação de Atividade** nas situações em que:
    - o Subsídio por Cessação de Atividade mais 35%, é inferior ao salário mínimo, que em 2026 é igual a 920,00€;

      Exemplo: O Pedro recebe um Subsídio por Cessação de Atividade de **600,00€.** Ao calcular 35% desse valor, obtemos 210,00€. A soma do subsídio mais 35% (600,00€ + 210,00€= **810,00€**) é inferior ao salário mínimo de 920,00€. Portanto, o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade que o Pedro recebe é igual ao Subsídio por Cessação de Atividade, ou seja, **600,00€.**

    - a soma dos salários do trabalho a tempo parcial ou de trabalho independente e do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade é menor que o salário mínimo.

Exemplo: A Ana tem rendimentos de trabalho independente de 200,00€ e recebe um Subsídio Parcial por Cessação de Atividade de 600,00€. A soma dos rendimentos (200,00€ + 600,00€= **800,00€**) é menor que o salário mínimo de 920,00€. Assim, o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade que a Ana recebe é igual ao Subsídio por Cessação de Atividade, ou seja, **600,00€**.

- o Subsídio Parcial por Cessação de Atividade é superior ao Subsídio por Cessação de Atividade.

  Exemplo: A Jéssica recebe um Subsídio por Cessação de Atividade de 650,00€ e vai trabalhar a tempo parcial a receber 200,00€.

  Para calcular o Subsídio Parcial de Atividade, seguimos **3 passos**:

  - **Passo 1.** Calculamos 35% do valor que a Jéssica recebe de Subsídio por Cessação de Atividade: 650,00€ x 0,35 = **227,50€;**
  - **Passo 2.** Somamos esse valor (227,50€) ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade que a Jéssica recebe 227,50€ + 650,00€ = **877,50€;**
  - **Passo 3.** Subtraímos a este valor (877,50€) o valor do salário que a Jéssica recebe pelo trabalho a tempo parcial e temos o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade que a Jéssica vai receber, por mês: 877,50€ – 200,00€ = **677,50€.**

Neste caso, o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade é **igual** ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade que o beneficiário estava a receber, ou seja, **650,00€**, uma vez que o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade nunca pode ser superior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade que lhe serviu de cálculo.

D2. Como se calcula o valor do subsídio?

- **no caso de trabalho a tempo parcial:**

Valor a receber = (Subsídio por Cessação de Atividade + (0,35 x Subsídio por Cessação de Atividade)) – salário do trabalho por conta de outrem

Exemplo: A Mafalda recebe **500,00€** de Subsídio por Cessação de Atividade e vai trabalhar a tempo parcial com um salário de **350,00€.**

Para calcular o valor que a Mafalda vai receber, seguimos **3 passos**:

Passo 1. Calculamos 35% do valor que a Mafalda recebe de Subsídio por Cessação de Atividade: 500,00€ x 0,35 = **175,00€;**

Passo 2. Somamos esse valor (175,00€) ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade que a Mafalda recebe 175,00€ + 500,00€ = **675,00€;**

Passo 3. Subtraímos a este valor (675,00€) o valor do salário que a Mafalda recebe pelo trabalho a tempo parcial e temos o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade que a Mafalda vai receber, por mês: 675,00€ – 350,00€ = **325,00€.**

- **no caso de exercício de atividade como trabalhador independente:**

Valor a receber = (Subsídio por Cessação de Atividade + (0,35 x Subsídio por Cessação de Atividade)) – rendimento relevante mensal da atividade independente

Exemplo: O João recebe **500,00€** de Subsídio por Cessação de Atividade e continua a trabalhar como trabalhador independente. No ano anterior, teve um volume de vendas de 15 000,00€.

Para calcular o valor que o João vai receber, seguimos 4 passos:

Passo 1. Calculamos 35% do valor que o João recebe de Subsídio por Cessação de Atividade:
500,00€ x 0,35 = **175,00€;**

Passo 2. Somamos esse valor (175,00€) ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade que o João recebe:
175,00€ + 500,00€ = **675,00€;**

Passo 3. Calculamos o rendimento relevante mensal da atividade independente. Como se trata de venda de bens, considera-se 20% do valor anual das vendas dividido por 12:
(15 000,00€ x 0,20): 12 = **250,00€ por mês;**

Passo 4. Subtraímos este valor **(250,00€)** ao total do subsídio aumentado em 35% (675,00€), e temos o valor do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade que o João vai receber, por mês:
675,00€ – 250,00€ = **425,00€.**

D3. Como pode receber?

Pode receber o subsídio de **2 formas**:

- por vale postal emitido pelos CTT para a sua morada ou;
- por transferência bancária.

D4. Como registar ou alterar o IBAN (Número de Identificação Conta Bancária Internacional)?

1. **No Portal da Segurança Social**

Pode registar ou alterar o IBAN, no menu Iniciar Sessão > Perfil > Conta bancária > Consultar e decidir pedidos de alteração de conta bancária.

2. Nos serviços de atendimento da Segurança Social

Para registar ou alterar o IBAN deve preencher o formulário Requerimento Registo ou Alteração de IBAN – MG 14, disponível no site da Segurança Social em Formulários, e juntar o documento do banco, comprovativo do IBAN, onde conste obrigatoriamente o nome da pessoa que fez o pedido ou da pessoa que tem direito ao **Subsídio Parcial por Cessação de Atividade** como titular da conta.

Nota: O IBAN fica a aguardar validação da Segurança Social. Quando confirmado, será enviada informação para o Menu Mensagens.

Serviços Mínimos Bancários

Se ainda não tem uma conta à ordem, abra uma conta de Serviços Mínimos Bancários, em qualquer banco.

O custo anual é inferior a 1% do salário mínimo nacional.

Para mais informação sobre os Serviços Mínimos Bancários, consulte o Portal do Cliente Bancário.

E - Qual a duração?

E1. Quando começa a receber?

O pagamento do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade começa:

1. na data em que começa a nova atividade (por conta de outrem ou independente), se esta tiver início durante o período em que já está a receber o Subsídio por Cessação de Atividade, desde que entregue as provas **até 90 dias** depois do início da nova atividade ou;

   Nota: Se entregar as provas depois dos 90 dias, o pagamento só começa a contar a partir da data em que entrega as provas e o subsídio fica interrompido entre o início da nova atividade e a entrega das provas.

2. na data em que faz o pedido do Subsídio por Cessação de Atividade, se já estiver a trabalhar (por conta de outrem ou como independente) antes do desemprego.

E2. Durante quanto tempo pode receber o subsídio? (período de concessão)

No caso de trabalho a tempo parcial:

- recebe enquanto durar o contrato a tempo parcial, mas tem como limite o tempo que estava previsto receber o Subsídio por Cessação de Atividade.

No caso de exercício de atividade como trabalhador independente:

- recebe enquanto estiver a exercer atividade independente, mas tem como limite o tempo que estava previsto receber o Subsídio por Cessação de Atividade.

E3. Quando deixa de receber temporariamente?

Quando**:**

- receber Subsídio por Risco Clínico Durante a Gravidez, Subsídio por Interrupção da Gravidez, Subsídio Parental ou Subsídio por Adoção;
- sair do país, exceto durante o período anual de dispensa (ex: ir 1 mês de férias) ou para tratamento médico, desde que justificado, devendo informar o centro de emprego através da rede de serviços de emprego do Instituto de Emprego e Formação Profissional, IP (IEFP, IP);

  Para saber mais sobre a rede de serviços de emprego, consulte o guia prático Subsídio de Desemprego.

- estiver detido/a ou tiver outras medidas que privem a liberdade;
- não puder trabalhar por doença ou por motivos de paternidade/maternidade, mas sem direito a Subsídio por Risco Clínico Durante a Gravidez, Subsídio por Interrupção da Gravidez, Subsídio Parental ou Subsídio por Adoção.

  Nota: Nestes casos, continua a receber o mesmo valor do Subsídio por Cessação de Atividade durante o tempo em que não puder trabalhar.

E4. Quando termina o direito ao subsídio (cessação?)

O direito ao subsídio termina quando **deixar de cumprir com, pelo menos, uma das seguintes condições**:

- deixar de cumprir com, pelo menos, uma das condições necessárias para ter direito ao subsídio;

  Para mais informação, consulte a secção C - Quais as condições para ter direito?

- passar a ser pensionista por invalidez;
- atingir a idade para pedir a Pensão de Velhice, se tiver cumprido o prazo de garantia para ter direito a esta pensão;
- der informações falsas, omitir informações ou utilizar meios fraudulentos para obter o subsídio ou influenciar o valor a receber;
- não cumprir os deveres e ter a inscrição para emprego anulada no centro de emprego;
- terminar o contrato a tempo parcial, sendo que neste caso, para voltar a receber o Subsídio de Desemprego a pessoa deve:
    - atualizar a inscrição no centro de emprego;
    - apresentar a declaração de situação de desemprego, emitida pela entidade empregadora, comprovativa da situação de desemprego involuntária.

E5. O que acontece depois do contrato a tempo parcial terminar?

- **Se ainda estiver dentro de período de pagamento do Subsídio por Cessação de Atividade**

Para voltar a receber o Subsídio por Cessação de Atividade deve:

- atualizar a inscrição no Serviço de Emprego;
    - entregar a declaração de situação de desemprego passada pelo empregador, através do formulário Declaração de Situação de Desemprego – RP 5044, que comprova que a situação de desemprego é involuntária e entregá-la no Serviço de Emprego.

- **Se já tiver passado o período de pagamento do Subsídio por Cessação de Atividade para trabalhadores independentes economicamente dependentes**

Pode pedir o **Subsídio por Cessação de Atividade** se:

- tiver prazo de garantia, ou seja, pelo menos 360 dias de trabalho dependente economicamente dependente;

  Nota: Para completar este prazo é contado, se for necessário, os períodos de registo de salários do regime geral dos trabalhadores por conta de outrem (TCO) e do regime dos trabalhadores independentes (TI), desde que a respetiva taxa contributiva inclua a proteção no desemprego.

- contribuições pagas num período de 24 meses imediatamente antes da data do fim do contrato de prestação de serviços, de forma involuntária.

Pode pedir o **Subsídio de Desemprego** para trabalhadores por conta de outrem se:

- tiver prazo de garantia, ou seja, pelo menos, 360 dias de trabalho nos últimos 2 anos.

Nota: Para completar este prazo é contado, se for necessário, os períodos de registo de salários do regime dos trabalhadores independentes (TI), desde que a respetiva taxa contributiva inclua a proteção no desemprego.

Pode pedir o **Subsídio Social de Desemprego Inicial** para trabalhadores por conta de outrem se:

- não tiver prazo de garantia para o Subsídio de Desemprego para trabalhadores por conta de outrem, mas tiver, pelo menos 180 dias de trabalho no último ano e o rendimento por mês, médio, por elemento do agregado familiar, não ultrapassar 429,70€ (80% do valor do Indexante dos Apoios Sociais (IAS) que, em 2026, é igual a 537,13€)

O rendimento por mês, por elemento do agregado familiar corresponde à soma de todos os rendimentos por mês do agregado familiar da pessoa que pede o subsídio, a dividir pelos elementos do seu agregado familiar, considerando a seguinte ponderação por cada elemento:

Pela pessoa que pede o subsídio	1
Por cada adulto:	0,7
Por cada menor	0,5

Exemplo: A Lucília quer pedir o Subsídio Social de Desemprego Inicial. Ela vive com o João, que é o seu marido, e com 2 filhos menores.

- Lucília: 1
- João: 0,7
- Filho 1: 0,5
- Filho 2: 0,5

Total da ponderação = 1 (Lucília) + 0,7 (João) + 0,5 (Filho 1) + 0,5 (Filho 2) = 2,7

O rendimento total mensal da família é de 900,00€.

Para saber o rendimento médio por pessoa, a Lucília divide o rendimento total pela ponderação:

900,00€ : 2,7 = 333,33€

Como o rendimento médio por pessoa está abaixo dos 418,00€, a Lucília pode pedir o Subsídio Social de Desemprego Inicial, desde que cumpra as outras condições.

Nota: O direito ao Subsídio Social de Desemprego Inicial é concedido apenas a pessoas, sozinhas ou com o restante agregado familiar, cujo **património mobiliário** (depósitos bancários, ações, certificados de aforro ou outros ativos financeiros) de valor inferior a 128 911,20€ (240 vezes o valor do IAS).

Importante: O Subsídio Social de Desemprego Inicial apenas poderá ser pedido até 30 de dezembro de 2026:

- Preferencialmente, no Portal da Segurança Social em www.seg-social.pt;
- Em alternativa, em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social.

A partir de 31 de dezembro de 2026 esta prestação deixará de existir para novos pedidos.
Os atuais beneficiários manterão o direito à prestação até ao fim do respetivo período de concessão.

Para mais informação, consulte o guia prático Condição de Recursos.

F – Como pedir?

F1. Onde pedir?

Em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social;

F2. Quais os formulários a preencher?

Não é necessário.

Nota: Só pode receber o Subsídio Parcial por Cessação de Atividade quem pedir ou já estiver a receber o Subsídio por Cessação de Atividade e cumprir as condições, desde que entregue os comprovativos necessários na Segurança Social.

F3. Quais os documentos necessários?

Se for trabalhador/a por conta de outrem:

- Contrato de trabalho a tempo parcial, com indicação do salário.

Se for trabalhador/a independente:

- Tipo de atividade exercida (profissional livre ou empresário/a em nome individual);
- Prova dos rendimentos da atividade profissional exercida.

Nota: Se não entregar os comprovativos ou se os rendimentos do trabalho (por conta própria ou parcial) forem iguais ou superiores ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade:

- o subsídio pode ser interrompido, se já o estiver a receber ou;
- recusado, se estiver a trabalhar no momento em que ficou desempregado/a.

F4. Prazo para pedir

Até 90 dias depois da data em que começou a trabalhar ou do pedido do Subsídio por Cessação de Atividade, dependendo se começou a trabalhar durante o tempo em que já recebia o subsídio ou se já trabalhava antes de ficar desempregado/a.

Se entregar o contrato de trabalho fora do prazo, os dias de atraso são descontados no tempo em que pode receber o Subsídio Parcial por Cessação de Atividade.

Importante: O Subsídio Social de Desemprego Inicial apenas poderá ser pedido até 30 de dezembro de 2026:

- Preferencialmente, no Portal da Segurança Social em www.seg-social.pt;
- Em alternativa, em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social.

A partir de 31 de dezembro de 2026 esta prestação deixará de existir para novos pedidos.
Os atuais beneficiários manterão o direito à prestação até ao fim do respetivo período de concessão.

G – Posso acumular com outros benefícios?

G1. Pode acumular com:

- indemnizações e pensões por riscos profissionais e equiparadas (ex: para pessoas com deficiência das Forças Armadas);
- salário do trabalho a tempo parcial, desde que o valor do salário ou do rendimento relevante da atividade independente seja inferior ao Subsídio por Cessação de Atividade;
- Prestação Social para a Inclusão.

G2. Não pode acumular com:

- outros subsídios que compensem a perda de salários (Subsídio de Doença, Subsídio Parental inicial ou Subsídio por Adoção);
- pensões atribuídas pela Segurança Social ou por outro sistema de proteção social obrigatório, incluindo o da função pública e sistemas de Segurança Social estrangeiros;
- pensões de sobrevivência e invalidez relativa, quando superiores a 1 IAS;
- pré-reforma e outros pagamentos regulares (ex: rendas), realizados pelo empregador por causa do fim do contrato de trabalho;
- Subsídio de Apoio ao Cuidador Informal Principal.

H - Quais os deveres e sanções?

H1. Deveres:

1. para com a Segurança Social:
    - comunicar à Segurança Social até 5 dias úteis depois de saber da situação:
        - qualquer situação que faça com que deixe de receber temporariamente ou determine o fim do pagamento do Subsídio Parcial por Cessação de Atividade;
        - a decisão do tribunal no caso de processo contra a entidade contratante (por exemplo, quando o contrato termina por justa causa e há desacordo entre as partes).

Nota: Deve comunicar estas informações à Segurança Social, através do formulário Declaração de alterações – GD 63 e entregar:

- por correio para o Centro Distrital do local onde mora ou;
- em qualquer Serviço de Atendimento da Segurança Social ou;
- pelo Balcão e-Clic.

2. para com o Serviço de Emprego:
    - aceitar emprego conveniente a tempo inteiro;
    - aceitar e cumprir o Plano Pessoal de Emprego;
    - avisar o Serviço de Emprego, no prazo de **5 dias úteis**, a contar da data em que souber da situação, se:

- mudar de morada;
- viajar para fora do país, indicando quanto tempo vai estar ausente;
- ficar doente;

Nota: Deve entregar o Certificado de Incapacidade Temporária para o Trabalho por estado de doença (CIT) emitido pelo Serviço Nacional de Saúde, até 5 dias úteis depois de ficar doente, ao Serviço de Emprego. Se for convocado pelo Serviço de Emprego, mas ficar doente e por esse motivo não puder comparecer à convocatória, para justificar a falta deve apresentar o CIT, até 5 dias seguidos a contar do dia em que faltou.

- começar a receber Subsídio por Risco Clínico Durante a Gravidez, Subsídio por Interrupção da Gravidez, Subsídio Parental ou Subsídio por Adoção, indicando quando começa e quando termina o subsídio.

Nota: Os desempregados a receber prestações de Subsídio Parcial por Cessação de Atividade, não são obrigados a procurar ativamente emprego, nem de provar essa procura junto do Serviço de Emprego.

H2. Sanções:

- se forem usados meios ilegais para obter o reembolso indevidamente, terá de pagar coimas pelas falsas declarações;
- ficar até **2 anos sem poder receber o subsídio**, se não comunicar o início de uma nova atividade profissional;
- perde o direito ao subsídio e a inscrição no Serviço de Emprego é anulada se, sem justificação:
  - recusar uma oferta de emprego conveniente;
  - recusar, desistir ou for excluído de:
    - formação profissional ou;
    - trabalho socialmente necessário ou;
    - medidas ativas de emprego;
  - recusar a criação do Plano Pessoal de Emprego (PPE), presencialmente ou recusar através da falta de comparência no momento de criação do PPE;
  - faltar a convocatórias, diretamente ou através da rede de Gabinetes de Inserção Profissional (GIP) depois de já ter recebido uma advertência escrita;
  - não comparecer noutra entidade indicada pelo Serviço de Emprego (por exemplo, para uma entrevista);
  - houver uma 2ª falta injustificada.

Nota: Tem até 5 dias seguidos, a partir do dia da falta, para a justificar.
Se a inscrição for anulada, só se pode inscrever novamente passado **90 dias seguidos** da anulação.

I - Documentação de apoio

I1. Legislação Aplicável

Decreto-Lei n.º 166/2026, de 13 de agosto

Cria a prestação social única no âmbito do subsistema de solidariedade.

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

Atualiza o valor do Indexante dos Apoios Sociais (IAS) de 2026, em 537,13€.

Decreto-Lei n.º 139/2025, de 29 de dezembro

Atualiza o valor da retribuição mínima mensal garantida (RMMG) para 2026 em 920,00€.

Lei n.º 55-A/2025, de 22 de julho

Altera o Código do Imposto sobre o Rendimento das Pessoas Singulares.

Despacho n.º 236-A/2025, de 6 de janeiro

Aprova as tabelas de retenção na fonte sobre rendimentos do trabalho dependente e pensões auferidas por titulares residentes no continente para vigorarem durante o ano de 2025.

Decreto Regulamentar n.º 6/2018, de 02 de julho

Republica a regulamentação do Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Decreto-Lei n.º 65/2012, de 15 de março

Regime geral de proteção social no desemprego dos trabalhadores independentes que prestam serviço a uma entidade contratante da qual dependem economicamente.

Decreto-Lei n.º 70/2010 de 16 de junho

Estabelece as regras para a determinação da condição de recursos a ter em conta na atribuição e manutenção das prestações do subsistema de proteção familiar e do subsistema de solidariedade.

Por força da remissão efetuada pelo artigo 7.º com redação dada pelo **Decreto-Lei n.º 90/2017, de 21 de junho,** o rendimento anual relevante dos trabalhadores independentes passou a ser apurado nos termos do disposto no artigo 162.º do Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial (**Lei n.º110/2009, de 16 de setembro)**

Lei n.º 110/2009, de 16 de setembro

Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social.

Portaria n.º 8-B/2007, de 3 de janeiro alterada pela Portaria n.º 282/2016, de 27 de outubro

Proteção no desemprego para trabalhadores por conta de outrem.

Lei n.º 53-B/2006, de 29 de dezembro

Indexante dos Apoios Sociais (IAS), regras da sua atualização e das pensões e outras prestações sociais do sistema de segurança social.

Decreto-Lei 220/2006, de 03 de novembro

Regime geral de proteção social no desemprego dos trabalhadores por conta de outrem.

J - Glossário

Data do desemprego

Dia imediatamente a seguir àquele em que o contrato de prestação de serviços terminou.

Desemprego involuntário

Considera-se situação de desemprego involuntário o fim do contrato de prestação de serviços quando:

- há iniciativa de terminar o contrato pela entidade contratante;
- o contrato de prestação de serviços termina e o/a trabalhador/a não passa a receber uma pensão;
- o contrato é terminado por iniciativa do/a trabalhador/a, mas com justa causa;
- a atividade profissional é interrompida por decisão do/a trabalhador/A que tenha o estatuto de vítima de violência doméstica.

Emprego conveniente

Um emprego é considerado conveniente quando cumpre, ao mesmo tempo, os seguintes critérios:

- garante, pelo menos, o salário mínimo nacional, que, em 2026, é igual a 920,00€ e cumpre outras condições previstas na lei;
- inclui tarefas que a pessoa está apta a realizar, tendo em conta a sua condição física, nível de escolaridade, experiência, competências e formação profissional, mesmo que seja numa área diferente da do emprego anterior;
- assegura salário bruto (antes dos descontos) igual ou superior ao valor da prestação do Subsídio por Cessação de Atividade se a oferta de emprego for feita:
    - durante os **primeiros 12 meses** do subsídio: o salário deve ser igual ou superior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade + 10%;
    - **a partir do 13º mês** do subsídio: o salário deve ser igual ou superior ao valor do subsídio por Cessação de Atividade.

Nota: Um emprego é sempre considerado conveniente se garantir um salário bruto (antes dos descontos) igual ou superior ao do último emprego da pessoa.

- as despesas com transportes públicos (ida e volta entre casa e trabalho) devem cumprir com **uma** das seguintes condições:
    - não ultrapassam **10%** do salário bruto (antes dos descontos) ou;

Exemplo: A Laura ganha 750,00 por mês. O valor máximo que pode gastar em transportes é 75,00€.

    - são iguais ou inferiores às despesas que tinha no emprego anterior ou;

- são pagas pela entidade empregadora ou esta oferece transporte gratuito.

- o tempo médio diário de deslocação entre casa e trabalho deve ser:
  - **inferior a 25%** do horário de trabalho diário ou;

Exemplo: O Joel trabalha 8 horas por dia. O tempo de deslocação (ir e vir) para o trabalho não pode ser superior a 2 horas.

  - ser inferior a 20% se tiver filhos menores ou dependentes a cargo.

Exemplo: A Carla trabalha 8 horas por dia e tem filhos menores. O tempo de deslocação (ir e vir) para o trabalho não pode ser superior a 1 hora e 36 minutos.

Nota: Se ultrapassar os 25%, só é aceite se for inferior ao tempo de deslocação do emprego anterior.

Entidade Contratante

São consideradas entidades contratantes, as pessoas coletivas ou singulares com atividade empresarial, independentemente da sua natureza e objetivos, que no mesmo ano civil recebam, pelo menos, **80%** do valor da atividade de trabalhador independente.

Plano Pessoal de Emprego (PPE)

O PPE é o plano que ajuda os desempregados a encontrarem trabalho, definindo as etapas para a sua (re)integração no mercado de trabalho.

É feito com o gestor de carreira, caso a inscrição seja presencial, ou de forma autónoma pela pessoa desempregada, no caso de inscrição *online*, através do netemprego, sendo depois validado pelo serviço de emprego.

O PPE inclui:

- ações para conseguir emprego;
- exigências mínimas na procura ativa de trabalho;
- outras ações de acompanhamento e avaliação feitas pelo serviço de emprego.

O PPE pode ser alterado pelo Serviço de Emprego e termina quando:

- a pessoa desempregada encontra emprego;
- a inscrição no Serviço de Emprego é cancelada.

Prazo de garantia

É o período mínimo de descontos para a Segurança Social que é necessário para ter acesso a um apoio.

Rendimento relevante

O rendimento anual relevante dos trabalhadores independentes é calculado de acordo com o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial, sendo:

- 70% do valor total dos serviços prestados, ou;

- 20% dos rendimentos relacionados com a produção e venda de bens, além de serviços em áreas como hotelaria, restauração e bebidas ganhos no ano civil imediatamente anterior.

Trabalho socialmente necessário

São atividades com fins sociais e de interesse coletivo, promovidas por entidades públicas ou privadas sem fins lucrativos.

Quem está a receber Subsídio por Cessação de Atividade pode ser chamado pelo Serviço de Emprego para realizar essas atividades. Além do subsídio, recebe uma bolsa mensal complementar de **20% do IAS**.

K - Perguntas Frequentes

1. **Estava a receber Subsídio por Cessação de Atividade, fui contratado a tempo parcial por 6 meses e passei a receber o Subsídio Parcial por Cessação de Atividade. No entanto, ao fim de 4 meses despedi-me (sem justificação). Ainda tenho direito ao Subsídio por Cessação de Atividade?**

   R: Não pode reiniciar o pagamento do Subsídio por Cessação de Atividade. Dado que se despediu sem justa causa, o desemprego é considerado voluntário.

2. **Os valores que recebo da Segurança Social a título de Subsídio Parcial por Cessação de Atividade devem ser declarados para efeitos de IRS?**

   R: Não, não necessita de declarar, para efeito de IRS, os valores recebidos a título de subsídio por cessação de atividade.

3. **Se estiver a receber Subsídio por Cessação de Atividade e receber uma proposta de trabalho a recibos verdes tenho direito ao Subsídio Parcial por Cessação de Atividade?**

   R: Sim, desde que se verifiquem as seguintes condições:

   - Esteja a receber Subsídio por Cessação de Atividade;
   - O exercício da atividade, como independente, não seja feito na empresa que efetuou o despedimento do trabalhador e que determinou a atribuição do respetivo Subsídio por Cessação de Atividade ou em empresa ou grupo empresarial que tenha uma relação de domínio ou de grupo com aquela;
   - O rendimento relevante da atividade independente seja inferior ao valor do Subsídio por Cessação de Atividade.

4. **Quando terminar o trabalho a tempo parcial posso retomar o Subsídio por Cessação de Atividade que estava a receber antes?**

   R: Pode, se ainda estiver dentro de período de pagamento do Subsídio por Cessação de Atividade. Neste caso deve:

   - atualizar a inscrição no Serviço de Emprego;
   - se estava a trabalhar a contrato, deve apresentar no Serviço de Emprego a declaração de situação de desemprego passada pelo empregador, através do formulário Declaração de Situação de Desemprego – RP 5044 que comprove que a situação de desemprego é involuntária;

- se esteve a trabalhar a recibos verdes, deve apresentar no Serviço de Emprego a prova de que terminou atividade como trabalhador independente nas Finanças.