E-BOOK GRATUITO

PORTUGAL SEM PERRENGUES

Guia prático para chegar a
Portugal mais preparado



@JOSEEMPORTUGAL



ANTES DE TUDO

OLÁ! QUE BOM QUE VOCÊ CHEGOU ATÉ AQUI.

Eu sou o José, e este aqui na foto é o **Zezinho**: o personagem que viveu na pele os perrengues que quase todo imigrante passa nos primeiros meses em Portugal.

A boa notícia: **dá para evitar quase todos eles com planejamento**. Neste guia você encontra, para cada perrengue, o que costuma dar errado e um passo a passo do que fazer antes de embarcar e logo que chegar.

Leia com calma, marque os checklists e guarde o arquivo no celular. Ele foi feito para ser consultado várias vezes.

1 A casa compartilhada p. 3

2 Encontrar emprego p. 5

3 O frio dentro de casa p. 7

4 Morar longe de tudo p. 9

5 Converter tudo para real p. 11



01

PERRENGUE 1

A CASA COMPARTILHADA

> *“Aluguei o primeiro quarto que achei na internet. Cheguei e parecia uma festa: três pessoas no fogão, geladeira sem espaço nem para um ovo e zero paz na hora de dormir.”*

1 COMO RESOLVER

Chegue com a moradia resolvida desde o Brasil

Pagar hotel, Airbnb ou pousada e sair procurando quarto às pressas é o caminho mais curto para a cilada: com pressa, a gente aceita qualquer quarto, de qualquer jeito.

CENÁRIO 1 · VOCÊ CONHECE ALGUÉM EM PORTUGAL

1. **Peça indicação a um amigo ou parente** que já mora aqui. Quem conhece a cidade sabe onde vale a pena morar.
2. **Peça para ele ver o quarto (ou a casa) antes de você chegar:** quantas pessoas moram, barulho, limpeza e humidade.
3. **Feche com contrato e recibo de renda.** Você vai precisar deles para banco, centro de saúde e AIMA.

Assim você economiza o relocation e chega com segurança.

CENÁRIO 2 · VOCÊ NÃO CONHECE NINGUÉM

Se a ideia é sair do aeroporto direto para uma casa boa, sem lotação, sem barulho e organizada, o caminho é um **relocation**: uma empresa cujos profissionais procuram e visitam o imóvel por você, seja quarto ou casa.

🧳 **INDICAÇÃO DO JOSÉ: MALA CHEIA**

Para relocation, eu indico a Mala Cheia. Fale com eles pelo WhatsApp: **wa.link/0rbetg**. O contato também está em **joseemportugal.com/links**.

⚠ **CUIDADO COM GOLPES**

Nunca pague “sinal” ou caução por um quarto que ninguém de confiança viu, nem a senhorio que “está fora do país”.



02

PERRENGUE 2

ENCONTRAR EMPREGO

> *"Imprimi 50 currículos e em todo lugar ouvi a mesma coisa: 'deixa aí que depois te ligamos'. O telefone não tocou, mas o dinheiro foi embora todo santo dia."*

2 COMO RESOLVER

Chegue com tudo pronto para trabalhar

1. **Venha do Brasil com as vagas em mente.** Pesquise antes e escolha a cidade que combina com as vagas da sua área.
2. **Documentação completa:** NIF, NISS, visto e uma conta bancária com IBAN.
3. **Currículo no modelo europeu:** resumido, objetivo e voltado para a sua área. No artigo **Currículo para Portugal** eu ensino como fazer, em detalhes.
4. **Candidate-se online em várias plataformas:** Net-Empregos, Indeed, LinkedIn e IEFP (centro de emprego público).
5. **Vá também pessoalmente às agências de emprego.** Veja quais são no artigo **Emprego em Portugal para brasileiros**.

🏦 **CONTA COM IBAN: REVOLUT**

A conta que eu indico é a Revolut, com abertura gratuita: **abra a sua conta Revolut aqui**. O link também está em **joseemportugal.com/links**.

Abra só quando chegar em Portugal. Aberta no Brasil, a conta fica brasileira e não serve para Portugal.

💡 **DICA DO ZEZINHO**

Com documentos, currículo certo e candidaturas online e presenciais ao mesmo tempo, o emprego chega bem mais rápido.



03

PERRENGUE 3

O FRIO DENTRO DE CASA

> *"Lá fora um sol bonito, dentro de casa uma geladeira. Três casacos, quatro cobertores, aquecedor ligado... e quando chegou a conta de luz, eu suei de susto."*

3 COMO RESOLVER

MUITAS CASAS NÃO TÊM AQUECIMENTO CENTRAL. PREPARE-SE PARA ISSO.

1. **Veja o certificado energético** do imóvel (de A+ a F), que deve constar no anúncio. Quanto mais perto do A, menos frio e menos conta.
2. **Pergunte sobre as contas antes de assinar:** estão incluídas na renda? Há limite de consumo? Qual foi o valor no inverno passado?
3. **Combata a humidade:** abra as janelas 10 minutos por dia, não seque roupa dentro do quarto e, se puder, use um desumidificador. Ar seco aquece mais rápido.
4. **Aqueça o corpo, não a casa inteira:** roupa térmica por baixo, meias grossas, botija de água quente e manta no sofá custam pouco e funcionam.
5. **Escolha bem o aquecedor:** o a óleo mantém o calor por mais tempo; o termoventilador aquece rápido, mas gasta muito se ficar ligado horas.
6. **Compare o tarifário** no simulador da ERSE. A tarifa bi-horária pode compensar se você usa mais energia à noite.

⚠ **ERRO COMUM**

Deixar o aquecedor ligado a noite toda num quarto com janela mal vedada. Feche cortinas grossas ao anoitecer e use uma tira de vedação na porta.

📘 **GUIA COMPLETO NO BLOG**

Roupa certa (primeira pele, segunda pele, cachecol) e casa preparada: está tudo no artigo **Frio em Portugal: como se vestir e preparar a casa para o inverno**.



04

PERRENGUE 4

MORAR LONGE DE TUDO

> *“Achei um quarto baratinho e esqueci de pesquisar a localização. Supermercado longe, trabalho longe, perdi o autocarro... e fiz caminhada na chuva.”*

4 COMO RESOLVER

CENTRO, OU NO MÁXIMO 10 A 15 MINUTOS DELE

1. **O ideal é morar no centro.** Se não der, fique a no máximo 10 a 15 minutos dele: é uma distância tranquila para trabalho, mercado e serviços.
2. **Vai ter carro desde o início?** Aí dá para morar mais afastado e pagar um pouco menos. Mesmo assim, ficar isolado de tudo não é uma boa experiência.
3. **Sem carro, teste o trajeto no horário real** (Google Maps ou Moovit, às 8h e às 19h) e veja a frequência dos transportes: ônibus de hora em hora muda a sua vida.
4. **Confira tudo antes de vir**, com o relocation ou o amigo que vai ver o imóvel: distância do centro, transporte, mercado, farmácia e o movimento do bairro à noite.

A CONTA QUE NINGUÉM FAZ

Custo real = renda + transporte + tempo perdido.

	Quarto A (centro)	Quarto B (longe)
Renda	450 €	350 €
Passe / transporte	40 €	40 € + táxi às vezes
Tempo por dia	40 min	2h30

Valores ilustrativos. Na Grande Lisboa, o passe Navegante Metropolitano custa cerca de 40 € por mês; no Porto, veja o Andante. Confirme os valores atuais.

DICA DO ZEZINHO

O quarto barato e longe pode sair caro: some aluguel, transporte e o tempo perdido antes de decidir.



05

PERRENGUE 5

CONVERTER TUDO PARA REAL

> *“Peguei um produto de cinco euros e comecei a fazer contas. Meu Deus, mais de 30 reais! Saí do supermercado com fome e com a calculadora sem bateria.”*

5 COMO RESOLVER

No primeiro mês, o real vira euro. E tudo bem.

No primeiro mês não tem jeito: você vai gastar os reais que trouxe, agora convertidos em euros. O segredo é fazer um exercício mental para se desprender da ideia de que está "gastando real".

1. **Encare o primeiro mês como investimento.** Você juntou dinheiro justamente para essas despesas, e não dá para fugir delas.
2. **Pare de converter cada compra.** Pense em euro desde o primeiro dia e monte o seu orçamento em euros.
3. **Escolha uma cidade onde o emprego chega rápido.** Em Vila Nova de Famalicão, por exemplo, dá para começar a trabalhar já no primeiro mês. Veja no artigo **Como é morar em Vila Nova de Famalicão**.
4. **A partir do segundo mês, quem paga as contas é o seu salário.** Aí você já não gasta o real convertido que trouxe.
5. **Economize no dia a dia:** compare supermercados (Lidl, Aldi, Continente, Pingo Doce, Mercadona), use marca própria e cozinhe em casa.

💶 **LEMBRE-SE**

Desprender-se do real no começo faz parte da mudança. É uma fase, e ela passa quando chega o primeiro salário.

💡 **DICA DO ZEZINHO**

Mercados municipais e feiras costumam ter fruta e legumes da época mais baratos e mais frescos do que o supermercado.

PARA IMPRIMIR OU SALVAR

Checklist antes de embarcar

DOCUMENTOS

- [ ] Passaporte válido e visto adequado
- [ ] NIF pedido (ou plano para pedir)
- [ ] Documentos e diplomas apostilados
- [ ] Seguro de saúde para os primeiros meses

MORADIA

- [ ] Alojamento temporário reservado
- [ ] Lista de bairros pesquisados
- [ ] Trajetos testados no horário real
- [ ] Perguntas ao senhorio prontas

TRABALHO

- [ ] Currículo em português de Portugal
- [ ] Versão adaptada por área
- [ ] Perfil no LinkedIn atualizado
- [ ] Contas nos sites de emprego

DINHEIRO

- [ ] Reserva para pelo menos 3 meses
- [ ] Orçamento mensal em euros
- [ ] Roupa de inverno (sim, mesmo no sol!)
- [ ] Cartão para usar no primeiro mês

PEQUENO DICIONÁRIO DE SOBREVIVÊNCIA

Em Portugal	No Brasil	Em Portugal	No Brasil
Renda	Aluguel	Autocarro	Ônibus
Senhorio	Proprietário	Paragem	Ponto de ônibus
Caução	Depósito	Comboio	Trem
Frigorífico	Geladeira	Telemóvel	Celular
Casa de banho	Banheiro	Pequeno-almoço	Café da manhã



AGORA VOCÊ CHEGA SEM PERRENGUES!

Tem dúvida, história ou perrengue para contar? Manda para mim. As melhores viram episódio do Zezinho.

SIGA PARA MAIS DICAS

@JOSEEMPORTUGAL

+ SEGUIR

Informações de referência em novembro de 2026. Regras, preços e prazos mudam: confirme sempre nas fontes oficiais (AIMA, Finanças, Segurança Social, ERSE).