



EXÉRCITO  
PORTUGAL

TU FAZES A  
DIFERENÇA

Ao serviço dos Portugueses

EXÉRCITO  
PORTUGAL

# PROPOSTA DE VALOR



EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL  
ÚNICA E ENRIQUECEDORA



CULTURA ORGANIZACIONAL



FORMAÇÃO E QUALIFICAÇÃO  
PROFISSIONAL



QUADRO DE INCENTIVOS

## CONDIÇÕES DE ADMISSÃO

- ▶ Ter nacionalidade portuguesa
- ▶ Ter, no mínimo, 18 anos de idade
- ▶ Ter altura mínima de 1,60m (masc.) e 1,56m (fem.)
- ▶ Ter aptidão psicofísica adequada
- ▶ Não estar inibido do exercício de funções públicas
- ▶ Não ter sido condenado criminalmente em pena de prisão efetiva
- ▶ Possuir habilitações literárias adequadas

	HABILITAÇÕES ACADÉMICAS		IDADE MÁXIMA	
		RV/RC <sup>1</sup>	RCE <sup>2</sup>	
Oficiais/Sargentos/Praças	Cidadãos provenientes da reserva disp.			35 anos
	Habilitação Académica própria (Capelães)			34 anos
	Mestrado Integr. (Medicina, Especialista)			34 anos
	Mestrado Integrado (Medicina)			30 anos
	Grau de Licenciado ou Mestre			27 anos
	Restantes cidadãos			24 anos
	Licenciatura (Medicina)	30 anos		
	Licenciatura	27 anos		
	12.º ano (Sargentos e Praças)	24 anos		
	9.º ano (Praças)	24 anos		

<sup>1</sup> Regime de Contrato (Lei do Serviço Militar - Lei n.º 174/99)

<sup>2</sup> Regime de Contrato Especial (Decreto-Lei n.º 130/2010 e Decreto-Lei n.º 75/2018)



As candidaturas para a categoria de Praças  
estão permanentemente abertas.

### ONLINE

[www.exercito.pt](http://www.exercito.pt) (Clica nos botões "JUNTA-TE A NÓS e CANDIDATA-TE ONLINE")

### PRESENCIAL

Dirige-te pessoalmente ao Centro de Recrutamento ou Gabinete de Atendimento ao Público da tua área de residência com os seguintes documentos:

- ▶ Formulário de candidatura
- ▶ Registo Criminal
- ▶ Cartão de Cidadão
- ▶ Número Internacional de Conta Bancária (IBAN)
- ▶ Certificado de Habilitações Literárias
- ▶ Carta de Condução (no caso de seres detentor)



Apenas mediante abertura de concurso em  
Diário da República!

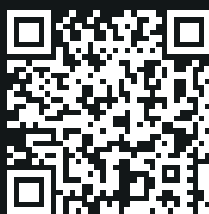
O ingresso nas categorias de Oficial e de Sargento, em regime de contrato, efetua-se mediante candidatura a concurso publicado em Diário da República. O concurso é geralmente publicado com 90 dias de antecedência à data de incorporação, sem prejuízo de pontuais alterações.



Se pretendes ser notificado sobre a abertura do concurso  
envia-nos um e-mail para: [recrutamento@exercito.pt](mailto:recrutamento@exercito.pt)

## CANDIDATURA

## CONTACTA-NOS



CANDIDATA-TE

☎ 800 201 274 (CHAMADA GRATUITA)

📞 WHATSAPP 800 201 274

✉ RECRUTAMENTO@EXERCITO.PT

🌐 WWW.EXERCITO.PT

### CENTROS DE RECRUTAMENTO

V.N. Gaia ..... 220 735 410

Lisboa ..... 213 567 753 - 913 773 797

### GABINETES DE ATENDIMENTO AO PÚBLICO

Aveiro ..... 913 773 862

Braga ..... 913 774 881

Bragança ..... 913 773 789

C. Branco ..... 272 092 011

Chaves ..... 276 348 279

Coimbra ..... 239 090 578

Évora ..... 266 760 193

Funchal ..... 291 222 124

Guarda ..... 271 214 008

Lamego ..... 254 619 328

P. Delgada ..... 296 653 000

Santarém ..... 249 730 797

Tavira ..... 913 775 551

Tomar ..... 249 327 220

V. Real ..... 259 303 590

Viseu ..... 232 431 285

### SEGUE-NOS NAS REDES SOCIAIS



@EXERCITORECRUTAMENTO

# PROVAS DE CLASSIFICAÇÃO E SELEÇÃO



Provas de Aptidão Física



Provas de Aptidão Psicológica



Prova de Avaliação Médica



Entrevista de Orientação

# PROVAS DE APTIDÃO FÍSICA

➤ AS PROVAS DE APTIDÃO FÍSICA SÃO DE EXECUÇÃO OBRIGATÓRIA  
➤ NÃO SÃO MOTIVO DE ELIMINAÇÃO

PROVAS FÍSICAS*	10 Valores		20 Valores	
	F	M	F	M
Salto do muro	60 cm			
Extensões de braços no solo	16	32	36	52
Abdominais (1 minuto)	33	38	58	63
Corrida (12 minutos)	2200m	2500m	3000m	3500m

# ÁREAS DE ATIVIDADE

- INFANTARIA
- ARTILHARIA
- CAVALARIA
- SAÚDE
- MATERIAL
- ADMINISTRAÇÃO MILITAR
- ENGENHARIA
- TRANSMISSÕES
- TRANSPORTES
- MÚSICA
- SERVIÇOS GERAIS
- SECRETARIADO

# FORÇAS ESPECIAIS



# INCENTIVOS\*

## APOIO À OBTENÇÃO DE HABILITAÇÕES ACADÉMICAS

- Estatuto do trabalhador-estudante
- 2,5% vagas no acesso ao Ensino Superior Público
- 2,5% vagas no acesso ao Ensino Superior mais de 23 anos
- Possibilidade de apoio ao pagamento de propinas

## APOIO SOCIAL

- Assistência na doença, proteção familiar, à maternidade e paternidade
- O tempo de serviço militar conta para a reforma

## APOIO À INSERÇÃO NO MERCADO DE TRABALHO

- Prestação pecuniária correspondente a uma remuneração mensal por cada ano completo de serviço prestado
- Subsídio de desemprego até 30 meses

## CONDIÇÕES PREFERENCIAIS DE INGRESSO NAS FORÇAS ARMADAS, FORÇAS DE SEGURANÇA E OUTRAS ENTIDADES <sup>a)</sup>

Quadros Permanentes das Forças Armadas	35%	30%	25%	15%
Pessoal Civil das Forças Armadas	✓			
Ingresso Categoria Oficiais GNR		✓		
Formação Guardas GNR		✓		
Pessoal militarizado da Polícia Marítima		✓		
Apoio à Investigação Criminal da P. Judiciária			✓	
Investigação Criminal da Polícia Judiciária				✓
Ingresso na carreira da Polícia Municipal			✓	
Bombeiros Profissionais Municipais			✓	
Corpo da Guarda Prisional			✓	
Polícia de Segurança Pública				✓
Serviço de Estrangeiros e Fronteiras				✓
Autoridade de Segurança Alimentar e Económica				✓
Guarda Florestal	✓			

# REMUNERAÇÃO MENSAL\*

POSTO	1.ª Posição Remuneratória	2.ª Posição Remuneratória	3.ª Posição Remuneratória
<b>OFICIAIS</b> Capitão <sup>1</sup>	2.344,90 €	2.406,87 €	-
Tenente	1.849,09 €	1.973,04 €	2.035,01 € <sup>1</sup>
Alferes	1.663,17 €	1.725,14 €	-
Asp. Oficial	1.105,39 €	-	-

SARGENTOS	1.ª Posição Remuneratória	2.ª Posição Remuneratória	3.ª Posição Remuneratória
1.º Sargento <sup>1</sup>	1.663,17 €	1.725,14 €	-
2.º Sargento	1.539,20 €	1.601,18 €	-
Furriel	1.105,39 €	1.167,35 €	1.229,33 €
2.º Furriel	993,82 €	-	-

PRAÇAS	1.ª Posição Remuneratória	2.ª Posição Remuneratória	3.ª Posição Remuneratória
Cabo-Adjunto	1.039,27 €	1.105,39 € <sup>1</sup>	1.167,35 € <sup>1</sup>
1.º Cabo	931,87 €	993,82 €	-
2.º Cabo	875,70 €	-	-
Soldado	-	830,50 €	875,70 €

EM FORMAÇÃO, DURANTE AS 5 PRIMEIRAS SEMANAS DE INSTRUÇÃO: 665,00€<sup>1</sup>

\* Valores ilíquidos (Inclui Suplemento de Condição Militar)

<sup>1</sup> Aplicável apenas para o Regime de Contrato Especial

\* Não dispensa a consulta do Regulamento de Incentivos à Prestação de Serviço Militar (Decreto-Lei 76/2018, 2018-10-11).  
a) As percentagens de vagas mencionadas na tabela ao lado destinam-se a militares que prestem ou tenham prestado serviço em Regime de Contrato, desde que cumpridos 3 anos nesta forma de prestação de serviço, ou 8 anos em Regime de Contrato Especial e até ao limite de 3 anos subsequentes à data de cessação do contrato.

\* Valores em vigor em janeiro de 2021.