



GUIA

**Os principais direitos
que todos os
trabalhadores devem
conhecer**



Os principais direitos que todos os trabalhadores devem conhecer

Independentemente do tipo de contrato - sem termo, a termo, trabalho temporário ou até algumas situações de estágio - existem direitos fundamentais que devem ser respeitados em qualquer relação laboral

Muitas pessoas acreditam que certos direitos só existem para trabalhadores “efetivos”, mas isso não é verdade.

A lei portuguesa prevê um conjunto de garantias mínimas aplicáveis à maioria das relações de trabalho.

Neste capítulo vamos explicar os direitos mais importantes de forma simples e direta.

 TEMA	 DIREITOS / REGRAS PRINCIPAIS	 BASE LEGAL
 Salário	✓ Pagamento dentro do prazo ✓ Transparência nos valores ✓ Registo obrigatório ✓ Recibo de vencimento obrigatório ✓ Nenhum trabalhador pode receber abaixo da remuneração mínima mensal garantida, salvo exceções legais.	 Artigos 258.º e seguintes do Código do Trabalho
 Subsídios	✓ Subsídio de Natal ✓ Subsídio de Férias ✓ Subsídio de Alimentação (muito comum) ⚠ Valores e condições podem variar conforme: • contrato • convenção coletiva • empresa • setor de atividade	 Artigos 263.º e 264.º do Código do Trabalho
 Horário de Trabalho	✓ Limite geral de 8 horas por dia ✓ Limite geral de 40 horas por semana ✓ Direitos do trabalhador: • pausas • descanso semanal • limites de horas extra ✓ horários organizados legalmente ⚠ Existem profissões com regras específicas.	 Artigos 197.º e seguintes do Código do Trabalho
 Descanso	✓ Descanso diário ✓ Descanso semanal ✓ Pausas durante o trabalho ⚠ Objetivo: proteção da saúde física; proteção da saúde mental; segurança no trabalho ⚠ Excesso de trabalho contínuo pode ser ilegal.	 Artigos 213.º e seguintes do Código do Trabalho
 Formação	✓ Direito do trabalhador à formação profissional ✓ Dever da empresa proporcionar formação ⚠ Objetivos: melhorar competências; atualizar conhecimentos; aumentar segurança e produtividade ✓ A empresa deve: garantir horas mínimas anuais e assegurar igualdade de acesso	 Artigos 130.º e seguintes do Código do Trabalho



Gostou deste recurso?
Na Biblioteca de Recursos MSM encontrará muitos mais conteúdos gratuitos.
E se quiser aprofundar este tema, conheça os nossos ebooks.