



© Paulo Marcelo Martins / Pixels

Instalar-se em Paris

Guia prático para
facilitar a sua chegada !


Département
Stage & Emploi


CAP MAGELLAN
AGITATEUR LUSOPHONE
DEPUIS 1991!



Département
Stage & Emploi

Tu es étudiant,
jeune diplômé,
ou en reconversion
professionnelle ?



**PARTICIPE
AUX ATELIERS
PARCOURS PRO!**
+ d'infos sur capmagellan.com



INSCRIS-TOI VITE!



Au programme :

L'entretien d'embauche

La recherche d'emploi et/ou de stage

Atelier CV et Lettre de Motivation

Mon projet pro et le marché du travail



Sumário



I	A ASSOCIAÇÃO CAP MAGELLAN	4
	Quem somos? ; Algumas das nossas actividades ;	4
	As nossas publicações ; O DSE da Cap Magellan ;	5
II	AS FORMALIDADES ADMINISTRATIVAS	6
	Inscrição no Consulado ; Nacionalidade francesa ;	6
	Autorização de residência ; Declarações para os impostos ;	6
	Registo civil ; Abrir uma conta bancária ; A Segurança Social ;	7
III	APRENDER O FRANCÊS	8
	Cursos Municipais para adultos ;	8
	As formações propostas pelas associações ;	9
	CIR ; A Alliance Française ;	9
IV	ALOJAR-SE	10
	O arrendamento ; Apoios ao arrendamento ; A compra ;	10
	És estudante e procuras um alojamento ; Como preparar a partida ;	11
V	ENCONTRAR UM EMPREGO	12
	Tradução de documentos oficiais ;	12
	Obter uma equivalência ; As profissões regulamentadas ;	13
	As profissões não regulamentadas ;	13
	Procurar um emprego ;	14
	Estudos ; O desemprego ; A reforma ;	15
VI	OS MEIOS DE TRANSPORTE	16
	Os transportes públicos (Paris) ; O passe Navigo (Paris) ; Mobilis (Paris) ;	16
	O Velib' (Paris) ; O automóvel ; Matrícula ; Viajar ;	17
VII	ENDEREÇOS ÚTEIS	18
	Aulas de Francês ; Advogados ; Alojamento ; Psicólogos lusófonos ;	18
	Representações diplomáticas ; Orgãos franceses ;	19

capmagellan.com



édition
2024

CAP MAGELLAN

Adresse : 7, avenue de la Porte de Vanves, 75014 Paris

Contact : 01 79 35 11 00 ; info@capmagellan.org / Site : www.capmagellan.com

Direction Artistique : Diane Ansault ; Rédaction : Révision : Alexandra Marques, Rita Aguiar, Cap Magellan

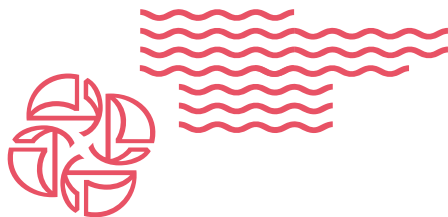
Com o apoio de:



COMUNIDADES
PORTUGUESAS



I A associação Cap Magellan



a. Quem somos?

Fundada em Paris a 24 de novembro de 1991, Cap Magellan é a **primeira e maior associação de jovens lusófonos e lusófilos**, partilhando o mesmo desejo de promover a língua portuguesa e a cultura lusófona.

Hoje, Cap Magellan tem uma política de trabalho em rede: uma sede em Paris, uma filial na Universidade Panthéon-Assas, jovens referentes locais em mais de 10 cidades, contactos regulares com 164 associações e 69 professores de portugueses em toda a França!

Dispõe igualmente de **5 domínios de atividade** ao serviço dos jovens lusófonos:

- Os Eventos
- As Campanhas
- A Rede
- Emprego e Estudos
- Comunicação



**CAP
MAGELLAN**
#AGITATEUR LUSOPHONE
DEPUIS 1991!

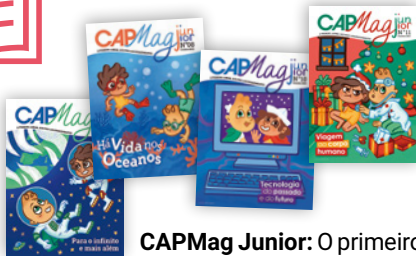
b. Algumas das nossas actividades

- **Campanha de divulgação do ensino superior português e de apoio à candidatura à quota de 7%:** o objetivo é mostrar que o ensino superior português é de elevada qualidade e apoiar os jovens que queiram estudar em Portugal.
- **Campanha Quem vota Conta:** Desde 1998, campanhas de informação e sensibilização sobre o voto e o recenseamento nas eleições legislativas e presidenciais portuguesas, bem como nas eleições europeias e municipais francesas.
- **Campanha Sécur'été - Verão em Portugal:** Desde 2003, campanha de segurança rodoviária com grande impacto junto dos jovens condutores e dos perigos de sair à noite.
- **Noite de gala de entrega de prémios:** com vários prémios atribuídos num evento anual.
- **Encontro Europeu de Jovens Lusodescendentes:** O Encontro que tem como objetivo incentivar o intercâmbio entre jovens lusodescendente no âmbito de um encontro com Europa, promovendo simultaneamente a cultura lusófona.
- **Departamento de Estágios e Emprego (DSE)** da Cap Magellan, criado em 1993, é um instrumento de ajuda à inserção profissional dos jovens, nomeadamente dos jovens lusófonos, em França e no estrangeiro.

As nossas publicações



CAPMag:
Uma revista bilingue publicada 11 vezes por ano.



CAPMag Junior: O primeiro e único jornal inteiramente em português dedicado às crianças dos 8 aos 12 anos, publicado 3 vezes por ano



Guias de informação prática: Guia de Verão, Guia LusoSup, Guia de Instalação em França



Departamento de Estágios & Emprego da Cap Magellan

O DSE da Cap Magellan foi criado em 1993 para ajudar os jovens, nomeadamente os jovens lusófonos, a encontrar emprego em França e no estrangeiro.

O Departamento de Estágios e Emprego estabelece uma ligação entre os empresários que enviam as suas ofertas de emprego e os candidatos a emprego que enviam os seus currículos, os quais são diretamente inscritos numa base de dados com o objetivo de encontrar o perfil adequado para cada nova oferta recebida.

Simultaneamente, O DSE oferece uma série de serviços, desde a ajuda na redação de CV até à formação em novas tecnologias.

O DSE também procura fornecer um apoio aos novos imigrantes em França e em 1998, foi assinado um protocolo com o IEFPP (Instituto de



Emprego e Formação Profissional) para apoiar as ações O DSE também procura fornecer um apoio aos novos imigrantes em França.

Em fevereiro/março, é organizado um Fórum de emprego para todos os jovens Portugueses e Lusodescendentes lusófilos em França. Organizado inicialmente apenas em Paris, o Fórum de emprego estende-se agora a Lyon, Bordéus e Lille, mantendo-se o objetivo de diversificar as cidades em que estas ações ocorrem.

Todos os nossos serviços são gratuitos!

Contactar o DSE:

Tel: + 33 1 79 35 11 00

Email: dse@capmagellan.org

Consulte as nossas ofertas de trabalho:

LinkedIn: [cap-magellan](https://www.linkedin.com/company/cap-magellan)

Website: [capmagellan.com/postes](https://www.capmagellan.com/postes)

II As formalidades administrativas

Quais são as etapas necessárias para assegurar a sua instalação em França com sucesso?

Inscrição no Consulado

Registe-se no Consulado Geral de Portugal da sua área de residência, levando um documento de identidade e uma foto. Este registo é essencial para assistência em problemas, inscrição nas listas eleitorais e exercício do direito de voto.

Consulte o final do guia para a lista de Consulados e suas circunscrições.

Autorização de residência

Como cidadão da União Europeia, pode permanecer e trabalhar livremente no território francês sem autorização de residência.

Após um período de 5 anos, pode obter um direito de residência permanente. Esta autorização não é vinculativa, mas pode facilitar o procedimento administrativo. Poderá pedir a sua carta de residência e a lista dos documentos a fornecer na sua prefeitura.

www.service-public.fr

Nacionalidade francesa

A obtenção de nacionalidade francesa pode-se fazer de duas formas :

- Por filiação (jus sanguinis) se pelo menos um dos parentes for francês.
- Por aquisição de pleno direito (se um dos dois parentes tiver nascido em França), por declaração (casamento com um francês), por decreto de naturalização.

Para reivindicar a naturalização, deve ser maior de idade e residir em França de maneira habitual, contínua e regular após cinco anos (existem exceções). Deve-se iniciar este procedimento com a prefeitura do seu departamento. Se todas as condições forem preenchidas, o tribunal entregará-lhe a certidão de nacionalidade.

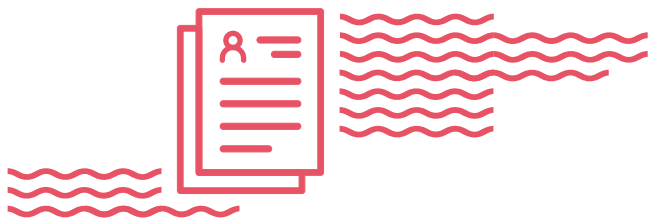
www.service-public.fr

Declarações para os impostos

Deve fazer a sua primeira declaração para os impostos no centro de impostos mais próximo do seu local de residência. Uma versão previamente preenchida, a completar, será enviada de seguida. Esta versão terá que ser transmitida antes da data indicada.

www.impots.gouv.fr





Registo civil

Certidão de casamento ou de União de Facto (PACS)

Se pretender casar-se, deverá contrair o matrimónio na Câmara Municipal (“Mairie”) para oficializar a vossa união. O presidente da Câmara, junto com os futuros esposos e os testemunhos, celebrará a união. Um tradutor-intérprete pode igualmente estar presente. Depois do vosso casamento, receberão um livrete de família com todas as informações relativas ao direito da família (casamento, adopção, poder familiar, etc).

A União de Facto (PACS) é um contrato concluído entre duas pessoas maiores de idade para organizarem as suas vidas comuns. É registado pelo tribunal de instância ou por um notário para depois ser transmitido aos serviços do registo civil.



Certidão de nascimento

Uma cópia da certidão de nascimento é frequentemente pedida durante as formalidades administrativas, como o casamento civil. Pode pedir gratuitamente esta cópia na Câmara Municipal do seu local de nascimento. Esta cópia é válida durante três meses.

Certidão de óbito

Para obter uma certidão de óbito, deverá enviar o seu pedido à Câmara Municipal do último local de residência do falecido. Em caso de óbito em França, os herdeiros podem escolher a fiscalidade do país europeu de origem.

Abrir uma conta bancária

É útil abrir uma conta bancária em França se desejar instalar-se no país. Esta conta é indispensável para receber o seu salário, facilitar o pagamento das suas despesas, prever a compra de um carro ou de um imóvel. Um número de identificação bancária (IBAN) será pedido ao assinar o contrato de trabalho. Para abrir uma conta, informe-se sobre a oferta dos diferentes bancos disponíveis em França.

A Segurança Social

Se trabalhar em França como empregado ou trabalhador independente, deverá ser exclusivamente assegurado(a) em França, perdendo automaticamente a sua qualidade de assegurado(a) no seu país de origem. Deverá filiar-se ao regime francês de segurança social. Para obter mais informações, consulte o site da Caisse Primaire d'Assurance Maladie :

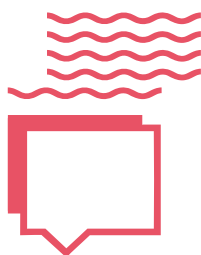
www.ameli.fr

III Aprender o francês

Será mais fácil seguir os procedimentos administrativos e conseguir um emprego se tiver algumas noções de francês. Existe, em Paris, uma variedade de ofertas de formações à língua francesa para todos os níveis e perfis.

Ação linguística com objetivo profissional	Ensino do francês para uma autonomia profissional pela aquisição de conhecimentos do mundo do trabalho e dos setores profissionais
Alpha (alfabetização)	Ensino da leitura e da escrita a um público não escolarizado no seu país de origem
Atelier sociolinguístico (ASL)	Ensino do francês para uma autonomia social e cidadã
Francês língua estrangeira (FLE)	Ensino do francês oral e escrito a um público já escolarizado no seu país de origem

No seu procedimento de aprendizagem do francês, pode dirigir-se a diferentes organismos :

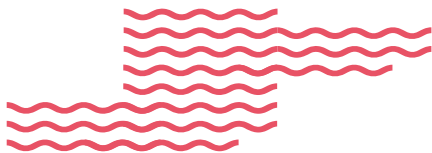


Cursos Municipais para adultos

Destinados aos particulares de mais de 18 anos, francófonos ou não, escolarizados ou não no seu país de origem, **os cursos de francês ocorrem em cerca de quarenta estabelecimentos de ensino** (primárias ou secundárias) situados na região de Île-de-France.

Cursos semestrais, anuais, no mês de julho ou durante as férias escolares, as aulas duram entre 20 a 180 horas, podem ter regime diurno ou noturno. Para mais informações, dirija-se à Câmara Municipal do seu local de residência.

cma.paris.fr



As formações propostas pelas associações

Algumas associações propõem aulas de francês para todos os níveis. Para conhecer as associações que dispensam aulas de francês perto do seu local de residência em Paris, verifique quais são as associações lusófonas da sua área de residência. Poderá encontrar a lista de algumas associações no final deste guia.

CIR - Contrato de Integração Republicano (Contrat d'Intégration Républicain)

Levado a cabo pelo Ministério do interior através do OFII - Serviço francês de imigração e integração (Office français de l'immigration et de l'intégration), o CIR é um dispositivo de formação linguística que se destina aos recém-chegados (há menos de 5 anos no território francês) e propõe uma formação de 600 horas no máximo para as pessoas que necessitam. Existem quatro tipos de formações após as quais serão entregues certificados de conclusão da formação.

www.ofii.fr

A Alliance Française

A Alliance Française propõe aulas de francês para todos os níveis em várias cidades francesas, desde o nível iniciante até ao nível autónomo. Segundo as suas necessidades, é possível seguir aulas intensivas, extensivas ou aulas noturnas.

alliancefr.org/fr

© Andy Barbour /Pexels



Alliance Française: © Chloé Vollmer-Lo



IV Alojjar-se

a. O arrendamento

Está à procura de um arrendamento privado ?

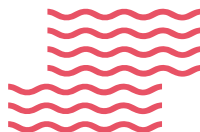
A Câmara Municipal do seu local de residência pode fornecer-lhe informações úteis para a sua pesquisa. Poderá consultar os anúncios imobiliários na imprensa nacional (le Figaro immobilier por exemplo), regional ou local, redigidos por particulares ou agências imobiliárias. Vários sites também propõem anúncios de arrendamento, como por exemplo:

www.seloger.com
www.flatlooker.com

A aplicação Jinka pode ser muito útil na busca de alojamento em França pois permite filtrar os anúncios consoante as características desejadas (tamanho m2, orçamento, zona...), detetar os anúncios falsos e concentrar a pesquisa em apenas, uma plataforma, pois a aplicação reúne os anúncios da maioria dos sites.

O arrendamento de alojamento privados dentro de residências para estudantes também é possível.

Consultar sites como :
www.nexity-studea.com



b. Apoios ao arrendamento

O Estado propõe benefícios financeiros de apoio ao arrendamento. O Subsídio de Habitação Sociale (ALS) ou o Apoio à Habitação Personalizado (APL) são geridos pelo abono de família (CAF) e podem ser emitidos a todas as pessoas com rendimentos modestos, independentemente da idade, da situação familiar e do local principal de residência. Para mais informações, contacte a CAF do seu local de residência ou visite o site da CAF.

www.caf.fr

c. A compra

Quer adquirir um bem imóvel ?

A maneira mais simples é dirigir-se a uma agência imobiliária. Antes de concluir um contrato com uma agência imobiliária, certifique-se que a agência apresenta as garantias exigidas pela lei.



d. És estudante e procuras um alojamento

Existem alojamentos para estudantes, lares e residências sociais para jovens trabalhadores. Para descobrir os procedimentos a seguir para solicitar um alojamento de estudante, entre em contacto com o CROUS. www.crous-paris.fr

A Casa de Portugal, Cidade universitária Internacional de Paris propõe anualmente alojamentos aos estudantes. A partilha de alojamento pode permitir economizar

e morar num espaço convívial ! Para mais informações sobre as tarifas e condições de admissão, visite o site abaixo. No entanto, a estadia na Casa de Portugal está limitada a 3 anos.

www.ciup.fr/residence-andre-de-gouveia

O arrendamento de alojamento privados dentro de residências para estudantes também é possível. Consultar sites como :

www.nexity-studea.com

e. Como preparar a partida

Ao começar a procura de alojamento é importante ter preparados uma série de documentos que vão formar o “Dossier locataire”, que será requisitado pela maioria das agências, residências ou proprietários.

Por norma, para os estudantes este dossier contém :

- uma cópia do cartão de cidadão
- um certificado de escolaridade
- dossier “garant” ou garantia
- RIB
- Apresentação de 3 últimos recibos de renda da casa

O que é um “garant” ?

Em França, um garant é uma pessoa ou entidade que fornece garantia ou segurança financeira para um contrato de arrendamento residencial, assegurando ao proprietário que a renda será paga caso o inquilino não possa cumprir com suas obrigações financeiras.

O garant pode ser um membro da família do inquilino, um amigo próximo ou uma organização de garantia, como uma seguradora. Se não tiver possibilidade de fornecer um garant “físico” (uma pessoa que pague impostos em França), seguradoras como Visale ou Garantme fornecem esse serviço.

garantme.fr ; www.visale.fr

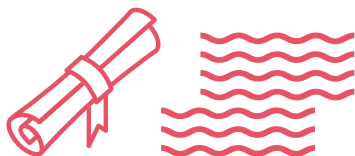


Na procura de alojamento e nos procedimentos administrativos do estado é necessário um numero de telefone francês (+33).

V Encontrar um emprego

a. Tradução de documentos oficiais

Para certos procedimentos administrativos, os **documentos estrangeiros, como diplomas não estabelecidos em francês, devem ser obrigatoriamente acompanhados por uma cópia oficial em francês certificada conforme à original.**



Para tal, deverá contactar um tradutor francês/português oficial ou juramentado cuja lista está disponível no site do tribunal de cassação e também no Consulado Geral de Portugal em Paris. Poderá encontrar o endereço do Consulado no final do guia.

www.consuladoporugalparis.org
www.courdecassation.fr

b. Obter uma equivalência

Está a trabalhar e deseja obter uma equivalência dos seus diplomas ?

Em França, como nos outros países da comunidade europeia, para exercer certas profissões é necessário ser titular de um diploma ou de certificados especiais.



Se a sua profissão é regulamentada em França, terá que obter o reconhecimento das suas qualificações antes de exercer a profissão. Neste caso, certos procedimentos, como a obtenção de uma equivalência ou a tradução de um diploma, devem ser realizados antes de iniciar a sua procura de trabalho.

Para as equivalências dos diplomas portugueses, poderá contactar a Coordenação Geral do ensino português em França.

www.epefrance.org

c. As profissões regulamentadas

Existem dois tipos de profissões regulamentadas em França:

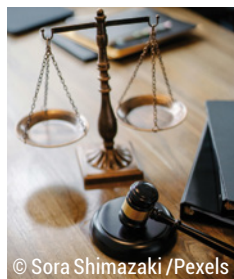
- As profissões liberais de serviço público (médicos, advogados, paramédicos, etc)
- As profissões comerciais e artesanais incluindo, em particular, as profissões relacionadas com a construção, o setor automóvel até à assistência a pessoas. Poderá encontrar o anuário das profissões regulamentadas no site do Centro Internacional dos Estudos Pedagógicos (CIEP).

Se a sua profissão é regulamentada em França, poderá obter mais informações junto do centro ENIC-NARIC sobre os procedimentos a seguir para obter as autorizações de exercício da profissão em questão em França.

www.ciep.fr



© Karolina Grabowska / Pexels



© Sora Shimazaki / Pexels

d. As profissões não regulamentadas

Não existe nenhum princípio jurídico de equivalência entre títulos e diplomas obtidos no exterior e diplomas franceses emitidos pelo Ministério da educação nacional, do ensino superior e da investigação.

Apenas um **certificado de correspondência** pode ser obtido junto do centro ENIC-NARIC. Esse certificado permitirá valorizar o seu diploma estrangeiro e apoiar a sua procura de emprego.



© Nur and Gusma / Pexels

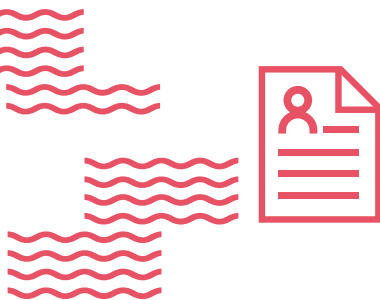


e. Procurar um emprego

Na qualidade de cidadão do Espaço Económico Europeu (EEE) ou da Suíça, poderá procurar livremente um emprego no território francês.

Entre em contacto com os serviços da rede EURES. Um conselheiro poderá fornecer-lhe informações sobre o mercado de trabalho em França. Encontrará online informações sobre as ofertas de empregos e as condições de vida e de trabalho em França.

ec.europa.eu/eures/public



Poderá contactar as agências de trabalho temporário que destacam colaboradores temporários para as empresas.

Poderá igualmente entrar em contacto com as Câmaras de Comércio e de Indústria e com as associações. **O Departamento de Estágios e Empregos (DSE) da Cap Magellan** estabelece o contacto entre empresas e os oradores de Português, especialmente através da publicação de ofertas de emprego no nosso site: capmagellan.com/postes

Mais informações sobre o DSE na página 5

INFORMAÇÕES ÚTEIS

Não se esqueça que **tem os mesmos direitos que os trabalhadores franceses**, no que diz respeito a salários, condições de trabalho, segurança social, filiação sindical, etc. As condições de trabalho são reguladas pelo Código do Trabalho, disponível online.

www.legifrance.gouv.fr

Estas normas enquadram o tempo de trabalho semanal, as condições de despedimento, etc. Se for vítima de violações do Código de Trabalho, poderá recorrer ao tribunal de Justiça do Trabalho (Prud'hommes).

www.service-public.fr



f. Estudos

Como para as profissões não regulamentadas, para um registo no 1º ciclo ou continuar os estudos já iniciados noutro país, não existe um sistema de equivalências, existe apenas um **certificado de correspondência**. Ele permite iniciar os procedimentos necessários numa instituição de ensino superior, se esta o exigir.

Quando um diploma estrangeiro não é equivalente a um nível de diploma em França, o centro ENIC-MARIC estabelece, se for possível, um certificado de reconhecimento de estudos / de formações estrangeiras.



h. A reforma

Em França, a idade mínima da reforma é fixada entre 64 e 67 dependendo do ano de nascimento. Para obter a sua pensão de reforma, deverá entrar em contato com o fundo de pensões francês: a Caisse nationale d'assurance vieillesse (CNAV)

para os trabalhadores, e a Sécurité Sociale pour les Indépendants (SSI) para os comerciantes e artesãos.

As normas europeias prevêm uma coordenação no que diz respeito à reforma logo que tenha sido submetido(a) à

legislação da segurança social de pelo menos dois Estados. Cada Estado no qual esteve assegurado atribui a sua parte de reforma desde que reúna as condições necessárias para beneficiar de mesmo.

www.lassuranceretraite.fr

INFORMAÇÕES ÚTEIS

O certificado de correspondência é um documento oficial da responsabilidade do centre ENIC-NARIC France. Este não possui **nenhum valor legal** e não é obrigatório.

A decisão final em relação a uma candidatura de emprego ou a uma continuação dos estudos, pertence ao empregador, à instituição de formação ou a outra instituição administrativa.

g. O desemprego

Quais são os subsídios de desemprego ?

Se estiver inscrito como desempregado, poderá ter direito a ajudas junto de France Travail (antigo Pôle Emploi), o que poderá, dependendo da sua situação, atribuir-lhe um subsídio de desemprego. Para mais informações, visite o site de France Travail.

www.francetravail.fr



VI Os meios de transporte



a. Os transportes públicos (Paris)



A RATP propõe diferentes títulos de transporte para se deslocar nos diversos meios de transportes públicos (autocarro, elétrico, metro, RER) na região de Île-de-France (diferentes pacotes equivalentes existem em cada grande cidade de França).

Pode comprar o seu bilhete nas estações de metro, de RER, de elétricos e em alguns terminais de autocarro. Para mais informações sobre os pacotes semanais e mensais adaptados às suas viagens, visite o site RATP.

www.ratp.fr/titres-et-tarifs



b. O passe Navigo (Paris)

É um título de transporte renovável, usado pela maioria dos usuários dos transportes públicos em Paris. Para o obter, peça um formulário nos espaços Transilien em várias estações ou num balcão. Os estudantes beneficiam de uma tarifa preferencial.

- A não validação da subscrição no elétrico e no autocarro está sujeita a 5€* de multa a ser paga imediatamente.
- A não validação da subscrição no RER está sujeita a 35 €* de multa a ser paga imediatamente.
- A não apresentação do título de transporte está sujeita a 50 €* de multa a ser paga imediatamente.

*Estas multas podem ser aumentadas

INFORMAÇÕES ÚTEIS

Os empregadores da região de Île-de-France devem assumir no mínimo 50% do preço dos transportes na base da tarifa em vigor da RATP, da SNCF e dos autocarros de subúrbio. Isso diz apenas respeito aos pacotes Navigo.

c. Mobilis (Paris)

Se não conseguir criar imediatamente o Passe Navigo poderá utilizar um título de transporte Mobilis que é um bilhete que lhe permite mover-se de maneira **ilimitada o dia inteiro, em todos os tipos de transporte com um preço fixo.**

Pacotes equivalentes ao Passe Navigo e ao Mobilis existem em todas **grandes cidades francesas.**

d. O Velib' (Paris)

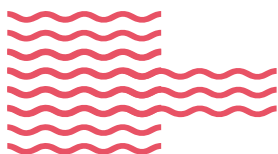


Meio de transporte ecológico, trata-se de um **sistema de aluguer de bicicletas em self-service disponível 24h/24 e 7dias/7**. Mais de 1400 estações principais (com terminal de locação), estão disponíveis em Paris e em 30 municípios limítrofes da capital. Estando munido(a) de um cartão de crédito, é possível alugar uma bicicleta nos terminais previstos, efetuar o trajeto e deixar a sua bicicleta num ponto de fixação livre em qualquer estação de Vélib'. A primeira meia hora é grátis. Poderá obter mais informações sobre as tarifas e as subscrições no site de Velib'.

www.velib-metropole.fr

f. Matricula

Se se instalar e declarar a sua **residência principal** em França (reside há mais de seis meses e paga o seus impostos em França), deverá matricular igualmente o seu veículo em França. O procedimento tem que ser realizado num prazo de um mês depois da sua instalação. A não mudança do endereço no registro do veículo estará sujeita a uma multa.



e. O automóvel

Se for titular de uma carta de condução válida num país da União Europeia, poderá mover-se de carro. Para ser válida em França, **a sua carta de condução deve estar dentro do prazo de validade**.

Se desejar trocar a sua carta por uma carta de condução francesa, solicite a mesma à prefeitura ou à sob-prefeitura do seu local de residência. Esta medida não é obrigatória salvo a ocorrência de uma infracção, suspensão, anulação ou retiro de pontos.



g. Viajar

Tem entre 12 e 30 anos e deseja viajar na Europa? Poderá beneficiar de inúmeras vantagens em várias áreas e em 37 países europeus com o Cartão jovem europeu. Válido durante 1 ano e renovável por um montante de 10 euros por ano, poderá pedir o cartão ou informações sobre as vantagens que oferece visitando o site francês do EYCA.

www.cartejeunes.fr



VII Endereços úteis



a. Aulas de Francês

Associação dos trabalhadores sem fronteiras

14 rue de la Liberté - 95870 Bezons
Tel: +33 (0) 1 39 81 80 33; +33 (0) 1 30 76 87 07
✉: atsf@wanadoo.fr; fernande.r@hotmail.fr;
dacostaleite@hotmail.fr; philysolene8@yahoo.fr

Associação Cantares

3 avenue de la Gare - 93160 Noisy-le-Grand
Tel: +33 (0) 6 73 89 89 45; +33 (0) 6 09 61 92 66
✉: cantares2noisy@gmail.com

Associação Segunda Aldeia

10 rue du 11 novembre - 95360 Montmagny
Tel: +33 (0) 6 50 60 15 59
✉: a.f.p.montmagnysegundaaldeia@live.fr

Associação O Sol de Portugal

9 rue Saint-Rémi - 33000 Bordeaux
✉: osoldeportugal@gmail.com
Tel: +33 (0) 5 56 01 04 19
Site: osoldeportugal.e-monsite.com

c. Alojamento

O CROUS de Paris

35 avenue Georges Bernanos - 75005 Paris
Da segunda-feira à quinta-feira das 9h às 12h
Tel: +33 (0) 1 40 51 62 00
Site: crous-paris.fr

Caisse d'Allocations Familiales de Paris (Abono de família)

101 rue Nationale - 75013 Paris
Site: www.caf.fr

Casa de Portugal - André de Gouveia

7 P, boulevard Jourdan - 75014 Paris
Tel: +33 (0) 1 40 79 02 40
Site: ciup.fr/residence-andre-de-gouveia

b. Advogados

Dra Velloso Ferreira Isabel

35 rue Hameau - 75015 Paris
16 avenue Marceau - 91190 Gif sur Yvette
Tel: +33 (0) 1 55 76 61 40 / +33 (0) 7 62 52 34 16
✉: alexandrina.ferreira23@gmail.com
Site: avocat-ferreiraalexandrina.fr

Dra Maranhão-Guitton Maria

20 rue des Halles (1^{er} étage droite) - 75001 Paris
Tel: +33 (0) 1 44 78 09 39
Site: consultation.avocat.fr
✉: m.maranhaoguitton@free.fr

SOS-Avocats

Consultas por telefone da segunda-feira à sexta-feira das 19h às 23h30 sem marcação
Tel: 0828 393 300 (0.15€ la minute)

Avocat Barreau de Paris

Consultas gratuitas durante todo o ano, exceto nos dias feriados
Tel: +33 (0)1 80 27 19 20
Site: avocats.paris/contacts
✉: accueil_palais@avocatparis.org

d. Psicólogos lusófonos

Lucinéia de Souza

11 bis, avenue Elisée Reclus - 75007 Paris
✉: psychologue@psy-paris7.fr
Tel: 06 85 45 13 71; Site: www.psy-paris7.fr

Noémi Schwab

6, rue Alasseur - 75015 Paris; Tel: 09.52.72.33.88
✉: noemi.schwab.psychologue@gmail.com
Site: noemi-schwab-psychologue.com



e. Representações diplomáticas

Embaixada de Portugal

1 rue de Noisiel - 75116 Paris; **Tel:** +33 (0) 1 47 27 35 29

✉: embaixada.paris@mne.pt

Site: www.paris.embaixadaportugal.mne.pt

Coordenação do Ensino do Português

6, Passage Dombasle - 75015 Paris

Tel: +33 (0) 1 53 68 78 53; **Site:** epefrance.org

✉: cepe.franca@camoes.mne.pt

Consulado Geral de Portugal em Bordéus

11, rue Henri Rodel - 33000 Bordeaux

Tel: (0) 5 56 00 68 20; **✉:** consulado.bordeus@mne.pt

Site: bordeus.consuladoportugal.mne.gov.pt

Consulado de Portugal em Clermont-Ferrand

Groupe Titel Z.I. de Ladoux, rue Bleue - 63118 Cébazat;

Tel: +33 (0) 4 73 93 81 92; **✉:** clermontferrand@mne.pt

Consulado Geral de Portugal de Lyon

71 rue Crillon - 69006 Lyon; **Tel:** +33 (0) 4 78 17 34 40

✉: consulado.lyon@mne.pt

Site: lyon.consuladoportugal.mne.gov.pt

Consulado Geral de Portugal em Paris

6 rue Georges Berger - 75017 Paris

Tel: +33 (0) 6 95 83 57 1; +33 (0) 1 56 33 81 00

✉: cgparis@mne.pt; **Site:** consuladoportugalparis.org

f. Órgãos franceses

Ministère français de l'Enseignement

supérieur, de la Recherche et de l'Innovation

1 rue Descartes - 75005 Paris

Ministère de la santé

DHOS M1 Bureau de l'exercice médical

14, avenue Duquesne - 75350 Paris Cedex 07 SP

Tel: +33 (0) 1 40 56 41 21; **Site:** solidarites-sante.gouv.fr

Vice-consulado de Portugal em Toulouse

33 Avenue Camille Pujol - 31500 Toulouse

Tel: +33 (0) 5 61 80 43 45; **✉:** toulouse@mne.pt

Site: toulouse.consuladoportugal.mne.gov.pt

Consulado Geral de Portugal em Marselha

141 avenue du Prado - 13008 Marseille

Tel: +33 (0) 4 91 29 95 30 (31/32/34/35/36/37);

+33 (0) 6 18 72 27 90

Site: consulportugalmars.jimdo.com

✉: consulado.marselha@mne.pt

Consulado Geral de Portugal em Estrasburgo

16 rue Wimpheling - 67000 Strasbourg

✉: consulado.strasbourg@mne.pt

Site: estrasbourg.consuladoportugal.mne.gov.pt

Tel: +33 (0) 3 88 45 60 40

Consuladonorário de Portugal em Montpellier

27 rue de l'École de Droit - 34000 Montpellier

Tel: +33 (0) 4 67 56 95 57;

✉: consul.honoraire.portugal.montpellier@orange.fr

Consulado honorário de Portugal em Nice

28 boulevard Victor Hugo - 06000 Nice

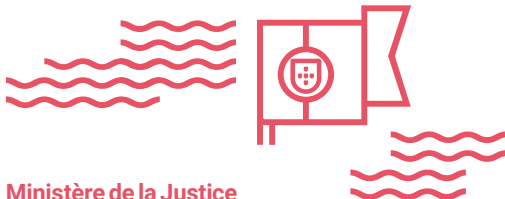
Tel: +33 (0) 4 93 79 51 10; **E-mail:** consulat@chptn.pt

Consulat honorário de Portugal em Orléans

27-D rue Marcel Proust - 1^{er} étage - 45000 Orléans

✉: consuladoportugalorleans@hotmail.fr

Tel: +33 (0) 2 38 54 18 65



Ministère de la Justice

Direction des affaires civiles et du Sceau

Bureau de la réglementation des professions

13, place Vendôme - 75042 Paris Cedex 01

Ministère du Travail, du Plein emploi et de l'Insertion

127 rue de Grenelle - 75007 Paris

CAP MAGELLAN
CAP MAGELLAN
CAP MAGELLAN



REJOIGNEZ
L'ÉQUIP(AG)E!



JUNTEM-SE
À EQUIPA(GEM)!

capmagellan.com



CAP MAGELLAN
#AGITATEUR LUSOPHONE
DEPUIS 1991!

La plus grande association de jeunes luso-descendants,
luso-phones et luso-fans !

Contactez-nous !

Cap Magellan
7 avenue de la porte de Vanves
75014 Paris
Tel. : 01 79 35 11 00
e-mail : info@capmagellan.org

Retrouvez-nous !

 www.capmagellan.com
 [capmagellan1](https://www.facebook.com/capmagellan1)
 [cap_magellan](https://www.instagram.com/cap_magellan)
 [Cap Magellan](https://twitter.com/CapMagellan)
 [@capmagellan](https://www.linkedin.com/company/capmagellan)