

MODELO EUROPEU DE CURRICULUM VITAE



INFORMAÇÃO PESSOAL

Nome **VIEIRA, José Luís dos Reis**
Morada **Rua Salvador Allende, 37 4º dto, Sacavém, Portugal**
Telefone **210 852 019 / 964 640 332**
Fax
Correio eletrónico **josvie@gmail.com**

Nacionalidade Portuguesa
Data de nascimento 18, 09, 1968

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

- Datas (de – até) Março 2012 – Atualmente
- Nome e endereço do empregador Centro Social Paroquial Nunes Alvares Pereira, Rua Guilherme Gomes Pereira, nº 7 B, 2680-115 CAMARATE
- Tipo de empresa ou sector Apoio Social
- Função ou cargo ocupado Ajudante de Ação Direta
- Principais atividades e responsabilidades Acompanhamento de beneficiários RSI; atividades para aumento de competências de utentes e familiares

- Datas (de – até) Abril de 1999 – 14 de Janeiro 2010
- Nome e endereço do empregador Betão Liz, S.A. – Rua Quinta do Paizinho, Bloco 2, 1º, 2795-237 CARNAXIDE
- Tipo de empresa ou sector Produção e fornecimento de betão pronto
- Função ou cargo ocupado Responsável de Laboratório de Central
- Principais atividades e responsabilidades Controlo, ensaio, análise e verificação de conformidade de matérias-primas, do produto produzido e dos resultados obtidos

- Datas (de – até) Outubro de 1998 – Março de 1999
- Nome e endereço do empregador Equipip, Equipamentos de Telecomunicações e Informática, Lda.
- Tipo de empresa ou sector Telecomunicações
- Função ou cargo ocupado Ajudante de Técnico de Telecomunicações
- Principais atividades e responsabilidades Instalação e testes de equipamentos de telecomunicações em domicílios e centrais telefónicas

- Datas (de – até) Setembro de 1991 – Setembro de 1998
- Nome e endereço do empregador Publifaces, Publicidade Exterior (mais tarde Terbi, Const. Mecânicas e Civis, Lda.)
- Tipo de empresa ou sector Equipamentos de publicidade
- Função ou cargo ocupado Eletricista - Técnico de painéis rotativos Prismavision
- Principais atividades e responsabilidades Instalação e manutenção de painéis publicitários

- Datas (de – até) Julho de 1990 – Julho de 1991
- Nome e endereço do empregador Unigás, Comércio de Gás e Electrodomésticos
- Tipo de empresa ou sector Comércio e distribuição de gás e eletrodomésticos

- Função ou cargo ocupado
 - Principais atividades e responsabilidades
- Datas (de – até)
- Nome e endereço do empregador
 - Tipo de empresa ou sector
 - Função ou cargo ocupado
 - Principais atividades e responsabilidades
- Datas (de – até)
- Nome e endereço do empregador
 - Tipo de empresa ou sector
 - Função ou cargo ocupado
 - Principais atividades e responsabilidades

Caixa
Gerência de loja de artigos elétricos e acessórios de eletrodomésticos e reparações de pequenos eletrodomésticos

Maio de 1988 – Junho de 1990
Electrificadora Central do Feijó
Instalação e manutenção de circuitos elétricos
A prestar serviço nas Indústrias Lever Portuguesa em Sacavém com a categoria de Ajudante de Eletricista
Instalação e manutenção de equipamento industrial

Abril de 1986 – Abril de 1988
Sociedade de Parafusos Fluorescente
Indústria
Aprendiz de Eletricista, Ajudante de Eletricista
Instalação e manutenção de equipamento industrial

FORMAÇÃO ACADÉMICA E PROFISSIONAL

- Datas (de – até)
- Nome e tipo da organização de ensino ou formação
- Principais disciplinas/competências profissionais
 - Designação da qualificação atribuída
- Classificação obtida (se aplicável)
- Datas (de – até)
- Nome e tipo da organização de ensino ou formação
- Principais disciplinas/competências profissionais
 - Designação da qualificação atribuída
- Classificação obtida (se aplicável)
- Datas (de – até)
- Nome e tipo da organização de ensino ou formação
- Principais disciplinas/competências profissionais
 - Designação da qualificação atribuída
- Classificação obtida (se aplicável)
- Datas (de – até)
- Nome e tipo da organização de ensino ou formação
- Principais disciplinas/competências profissionais
 - Designação da qualificação atribuída

2007 - 2008
Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA)
Mestrado Integrado em Psicologia Aplicada
Grau de Licenciatura conducente ao grau de Mestre na área das Ciências Psicológicas
1º ano – 14 valores

03 de Fevereiro a 19 de Julho de 2011 (300 horas)
Associação Luís Pereira da Mota
Cuidados básicos de saúde da pessoa idosa; Deontologia e ética profissional; Conceitos, princípios e técnicas de animação; Psicologia da velhice; Prevenção e primeiros socorros; Nutrição e dietética; Prevenção da saúde da pessoa idosa.
Agente em Geriatria

05 de Maio a 09 de Junho de 2010 (98 horas)
INEPI – Instituto de Ensino Profissional Intensivo
Formação Pedagógica Inicial de Formadores
Formador
Bom (17 valores)

Conclusão do secundário, após alguns anos de interregno: 2007
Escola Secundária de Sacavém
TIC (10º ano); Português; História; Psicologia
12º Ano de Escolaridade (média de 19 valores)

- Classificação obtida (se aplicável) 16 Valores na média do Secundário e 178 pontos no Exame Nacional de Português (2007)
 - Datas (de – até) 28, 05, 2014 (6 horas)
 - Nome e tipo da organização de ensino ou formação Instituto Padre António Vieira
- Principais disciplinas/competências profissionais Formação de Animadores GEPE – Grupo de Entreatajuda para a Procura de Emprego
 - Designação da qualificação atribuída Animador de grupo
- Classificação obtida (se aplicável)
 - Datas (de – até) 03, 06, 2013 a 15, 06, 2013 (20 horas)
 - Nome e tipo da organização de ensino ou formação FACCAT – Faculdades Integradas de Taquara
- Principais disciplinas/competências profissionais Naturismo em seus contextos
 - Designação da qualificação atribuída
- Classificação obtida (se aplicável)
 - Datas (de – até) 04, 12, 2007 a 06, 12, 2007
 - Nome e tipo da organização de ensino ou formação APEB – Associação das Empresa de Betão Pronto
- Principais disciplinas/competências profissionais Amostragem e Ensaio Sobre o Betão fresco
 - Designação da qualificação atribuída Operador de Laboratório de Agregados
- Classificação obtida (se aplicável) 19 Valores
 - Datas (de – até) 14, 03, 2006 a 16, 03, 2006
 - Nome e tipo da organização de ensino ou formação APEB – Associação das Empresa de Betão Pronto
- Principais disciplinas/competências profissionais Ensaio Geométricos, Físicos e Químicos
 - Designação da qualificação atribuída Operador de Laboratório de Agregados
- Classificação obtida (se aplicável) 19 Valores

APTIDÕES E COMPETÊNCIAS PESSOAIS

PRIMEIRA LÍNGUA

PORTUGUÊS

OUTRAS LÍNGUAS

- Compreensão escrita
- Expressão escrita
- Expressão oral

INGLÊS

Excelente
Bom
Excelente

FRANCÊS

- Compreensão escrita
- Expressão escrita
- Expressão oral

Bom
Elementar
Bom

APTIDÕES E COMPETÊNCIAS SOCIAIS

Professor, em regime de voluntariado, das disciplinas de Informática e Cidadania na Universidade Sénior de Sacavém (Academia dos Saberes) em 2011/2012.
Colaborador do Banco de Voluntariado de Sacavém.

Fundador da Pensamentos ao Vento - Associação em março de 2013 e atual presidente da direção.

Membro dos Corpos Gerentes do Clube Recreativo de Sacavém desde 1993 (interregno em 1996), primeiro ano como 4º Vogal da Direção, anos seguintes como Presidente da Direção até 2005. De 2006 a 2009 como Relator do Conselho Fiscal. Fundador da Secção de BTT e seu responsável durante 4 anos. Membro da atual Comissão Diretiva.

Membro da Mesa da Assembleia Geral da Associação de Pais da EB2,3 Bartolomeu Dias em Sacavém nos anos de 2005 a 2007.

Presidente da Mesa da Assembleia da Associação Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos de Camarate em 2002.

Membro de Assembleias de Voto em Sacavém em várias eleições.

Membro da GRES Estrela Independente de Sacavém, como integrante da Bateria (caixa de guerra) de 1992 a 1998 e Tesoureiro da Direção em 1996 (Escola de Samba já extinta).

Frequentador de classes de ginástica juvenil dos 6 aos 16 anos.

Participação em diversos colóquios, assembleias, congressos, torneios, etc.

APTIDÕES E COMPETÊNCIAS DE ORGANIZAÇÃO

O meu percurso laboral e associativo tem-me permitido desenvolver as capacidades organizativas e de coordenação de eventos, gestão pessoal e orçamental e relações com outras instituições privadas e públicas. A título de exemplo posso referir a organização de vários eventos como passagem de modelos, desfiles da Escola de Samba, torneios, passeios de BTT (três deles entre Sacavém e Fátima, pelo Caminho do Tejo, eventos de 2 dias), etc.

Responsável pela criação e manutenção de um website pessoal e dos atuais *sites* da Edições Fénix, da Pensamentos ao Vento – Associação e do Centro Social e Paroquial de Camarate.

Casado desde 1991, com dois filhos: um rapaz (1995) e uma rapariga (2006).

APTIDÕES E COMPETÊNCIAS TÉCNICAS

A utilização de computadores tem-me permitido desenvolver capacidades a nível informático que posso considerar ótimas nos campos de *hardware*, que me permite reparar e otimizar computadores, e *software*: Windows, Word, Excel, PowerPoint, Access, Publisher, FrontPage, CorelDraw, InDesign, WebSite X5 Evolution, entre outros.

Os meus conhecimentos de eletricidade permitem-me resolver bastantes questões relacionadas, a nível doméstico e algumas a nível industrial.

APTIDÕES E COMPETÊNCIAS ARTÍSTICAS

A Escola de Samba permitiu-me desenvolver um pouco as minhas aptidões musicais. Um dos meus passatempos é modelismo à escala, com várias peças executadas.

1º classificado, em 1988, num concurso literário levado a cabo na Escola Secundária de Sacavém, onde estudava, com um conto. 2º classificado nos Jogos Florais de Sacavém em 2000. Autor dos livros *Guia Prático de Ciclismo de Lazer* (Março de 2010) e *Guia Prático de Caminhada* (Maio de 2010), *Ser Natural* (Maio 2011), *Naturismo, um regresso às origens?* (Fevereiro 2014) publicados por Fonte da Palavra e *Naturismo, uma filosofia de vida* (2016) das Edições Fénix.

OUTRAS APTIDÕES E COMPETÊNCIAS

Experiência de Formador em Primeiros Socorros (12 horas em 2013) e em Ética e Deontologia (6 horas/ano desde 2015) para parceiros da Rede Social de Loures

Orador em conferências sobre Naturismo e Desporto

Experiência de vários anos em *part-time* como cortador de carnes verdes, durante a adolescência.

No início da minha atividade na empresa, Betão Liz, exerci funções de auxiliar de fabrico, abastecimento da central com pá carregadora, durante os três primeiros anos.

CARTA(S) DE CONDUÇÃO

Classe B, com licença de condução desde 16/05/1990

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Como se pode constatar pela minha diversificada experiência profissional, o facto de mudar de área de atividade não constitui para mim um problema mas antes um desafio, como tal, qualquer área pode ser interessante desde que também seja aliciante.

ANEXOS