

INFORMAÇÃO PESSOAL



Paulo Manuel Henrique Da Costa

 Rua Armando Monteiro Ribeiro Edf Titanic 2º Esq, 3520-010 Nelas (Portugal)

 +351 927472459  232942378

 paulocosta47@gmail.com

Sexo Masculino | **Data de nascimento** 06/06/1975 | **Nacionalidade** Portuguesa

POSTO DE TRABALHO A QUE SE CANDIDATA

Motorista de pesados articulados

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

06/11/2014–28/05/2015

Motorista de pesados articulados

Patinter, Mangualde (Portugal)

Internacional

03/01/2010–30/06/2010

Motorista de pesados articulados

Transportes Roças Lda, Mangualde (Portugal)

Viagens a Inglaterra

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

6º Ano de Escolaridade

Formação de segurança e higiene no trabalho

Nível 7 QRQ

Gbeiras, Nelas (Portugal)

32 Horas

Segurança na condução de máquinas elevatórias

Nível 7 QRQ

Qbeiras, Nelas (Portugal)

16 Horas

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna

português

Outras línguas

inglês

COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
A2	A1	A1	A2	

Níveis: A1 e A2: Utilizador básico - B1 e B2: Utilizador independente - C1 e C2: Utilizador avançado
Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas

Competências de comunicação

Espírito de equipa e capacidade de comunicação adquiridos através da experiência profissional durante o tempo de trabalho

Competências de organização Capacidade do trabalho em equipa adquirida através da experiência profissional

Competências relacionadas com o trabalho Tenho competência para fazer viagens de longo curso

Competência digital

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador avançado	Utilizador básico	Utilizador básico	Utilizador básico	Utilizador básico

Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

Utilização do microsoft windows

Outras competências Condução de empilhadores na área da logística

Carta de Condução CE