

INFORMAÇÃO PESSOAL



Mariana Maria da Silva Cardoso

📍 Rua da Fonte da Carregosa, nº508, 4750 - 483, Galegos S. Martinho, Barcelos (Portugal)

📞 964 611 259

✉ cardoso.mms@hotmail.com

Sexo Feminino | Data de nascimento 08/08/1990 | Nacionalidade Portuguesa

POSTO DE TRABALHO A QUE
SE CANDIDATA

Motorista de pesados de mercadorias

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

De 14/03/2015 até ao momento

Operadora de charcutaria, em regime part-time (aos sábados e domingos)
Modelo Continente Hipermercados, SA. Localizado na Rua de S. Simão, Vila Frescainha (S. Pedro), Barcelos.

- Atendimento ao cliente;
- Limpeza do local e materiais de trabalho;
- Reposição de lineares, frentes e retrobalcões.

Tipo de empresa ou setor de atividade Hipermercados.

De 5/01/2015 até 13/02/2015

Trabalhadora de limpeza

Matadouro e Carnes Linda Rosa, Lda. Situado na Rua de Freitas, Tamel S. Veríssimo, 4750-725 Barcelos.

- Fabricação de fiambre e limpeza do respectivo material;
- Limpeza do diverso material utilizado na desmancha das carcaças;
- Limpeza de câmaras frigoríficas;
- Embalamento de carnes;
- Preparação de chouriços.

Tipo de empresa ou setor de atividade Matadouros.

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

Agosto de 2015

Qualificação Inicial Acelerada (140h) para o exercício da profissão
de motorista de pesados de mercadorias

Escola de condução formação Santa Luzia

- Mecânica e eletrónica (7h);
- Condução defensiva, económica e ambiental (21h);
- Regulamentação laboral (7h);
- Regulamentação da atividade (14h);
- Sinistralidade (14h);
- Prevenção da criminalidade nos transportes (7h);
- Saúde, segurança e higiene no trabalho (7h);
- Situações de emergência e primeiros socorros (7h);
- Relações interpessoais e qualidade de serviço (14h);
- Contexto económico e organizacional empresarial (14h);
- Tecnologias de informação e comunicação (14h).

Outubro de 2009 até julho de
2014

Licenciatura em Engenharia Mecânica (13 valores)

Instituto Politécnico de Bragança- Escola Superior de Tecnologia e Gestão

Nível 6 do QRC

- Materiais de Construção Mecânica;
- Órgãos e Projeto de Máquinas;
- Projeto;
- Termodinâmica I e II;
- Transferência de Calor.

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna Portuguesa

Outras línguas

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interacção oral	Produção oral	
Inglês	A1	A1	A1	A1	A1

Níveis: A1/2: Utilizador básico - B1/2 utilizador independente - C1/2: utilizador avançado
Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas

Competências de comunicação

- Boa capacidade de comunicação, sobretudo no atendimento ao cliente, adquirida em contexto profissional.

Competências de organização

- Boa capacidade em planificar e organizar todos os trabalhos que me são indicados, de uma maneira segura, rápida e profissional.

Competências informáticas

- Conhecimentos do *software* Microsoft Office na óptica do utilizador (Word, Excel e PowerPoint);
- Conhecimentos do programa CAD (AutoCad e SolidWorks).

Outras competências

- Experiência no manuseamento de máquinas e alfaias agrícolas, tais como, tratores com e sem reboques, máquinas de rachar lenha, etc.
- Experiência em retroescavadoras.

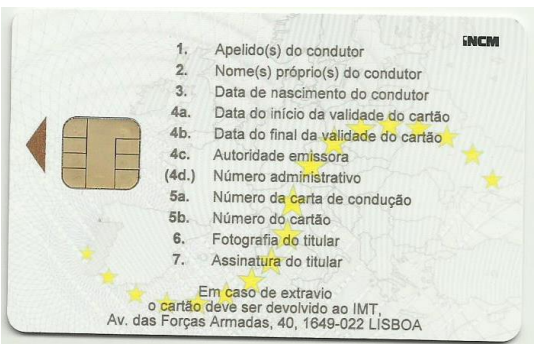
Carta de Condução

- B e subcategoria B1;
- BE;
- C e subcategoria C1;
- CE;
- C1E.

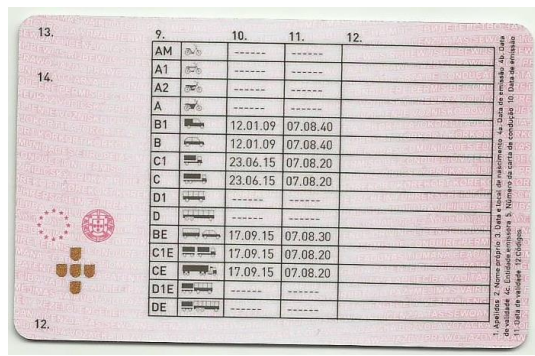
ANEXOS

- Cópia do cartão do condutor;
- Cópia da carta de condução;
- Cópia da Carta de Qualificação de Motorista (CQM).

Cartão de condutor/ Cartão para tacógrafo digital:



Carta de condução:



Carta de Qualificação de Motorista (CQM):

