

### | ATENDIMENTO

#### CONSULTORIA DE CV

4 e 18 dezembro | 10h00 - 12h00  
Individual por videochamada  
Técnicos da Cidade das Profissões  
de Cascais

#### CONSULTORIA DE ENTREVISTA

11 dezembro | 10h00 - 12h00  
Individual presencial ou por videochamada  
Técnicos da Cidade das Profissões  
de Cascais

#### CURSOS PROFISSIONAIS, COMO FUNCIONAM?

Mediante marcação e por videochamada  
**Parceria:** EHTE - Escola de Hotelaria  
e Turismo do Estoril

#### APOIO AO EMPREENDEDOR

17 dezembro | 10h00 e 15h30  
Individual por videochamada  
ou telefone  
**Parceria:** DNA Cascais

#### INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NO MERCADO DE TRABALHO

Mediante marcação  
Por videochamada ou presencial  
**Parceria:** Centro de Recursos para  
a Qualificação e o Emprego  
a CERCICA

#### ATENDIMENTO AO MIGRANTE SUPPORT TO MIGRANTS

Mediante marcação, vários idiomas  
Individual por videochamada ou telefone  
By appointment, various languages  
Individually by videoconference or  
telephone  
**Parceria:** Rede de Acolhimento Municipal  
ao Migrante em Cascais

#### EMPREGABILIDADE MIGRANTE

Terças | 10h00 - 17h00  
Atendimento presencial sem marcação  
**Parceria:** Gabinete de Inserção  
Profissional - GIP Imigrante

#### PROCURA ATIVA DE EMPREGO

9h30 - 13h00  
Terças | Cidade das Profissões  
de Cascais - Parede  
Quartas | Cidade das Profissões  
de Cascais - Cascais  
Atendimento presencial individual  
com marcação  
**Parceria:** Centro de Emprego  
de Cascais - IEFP

### | ATIVIDADES SEMANAIS

#### ATELIÉS DO BEM-ESTAR

CAMINHO DO AUTOCONHECIMENTO  
Práticas corporais e mentais  
na filosofia do Kung Fu  
2, 9, 16 e 23 dezembro  
Segundas | 9h30 - 10h20  
Presencial

#### MEDIAÇÃO DIGITAL

10h00 - 12h00 | Presencial  
13 dezembro - Cidade das Profissões  
de Cascais - Cascais  
20 dezembro - Cidade das Profissões  
de Cascais - Parede

### | CLUBES

#### CLUBE DE LÍNGUAS

Conversas em Português  
Portuguese conversation club  
3, 10 e 17 dezembro  
Terças | 9h30 - 10h30 | Presencial  
Conversas em Inglês  
4, 11 e 18 dezembro  
Quartas | 17h30 - 18h30 | Presencial

#### CLUBE DE JOGOS

GANHE EM EMPREGABILIDADE  
9 dezembro | 17h30 - 19h00  
Presencial

### | OFICINAS

#### COMO POTENCIAR O MEU LINKEDIN (4H30)

2, 4 e 6 dezembro | 21h00 - 22h30  
Online

#### COMUNICAÇÃO COM IMPACTO ESTRATÉGIAS PARA FALAR EM PÚBLICO (12H)

6, 10 e 12 dezembro | 14h00 - 18h00  
Presencial

### | WORKSHOPS E SESSÕES DE INFORMAÇÃO

#### STRESS, SAÚDE E CONEXÃO COMO TRILHAMOS ESTE CAMINHO?

11 dezembro | 14h30 - 16h30  
Presencial  
**Parceria:** Projeto AMA

#### MARCA PESSOAL GRUPO DE DESENVOLVIMENTO

12 dezembro | 14h30 - 16h30  
Presencial  
**Parceria:** Bless - Susana Cristina

#### DIREÇÃO E PROPÓSITO ENCONTRO COM A SUA VOCAÇÃO

16 dezembro | 15h00 - 17h00  
Presencial  
**Parceria:** Carla Bárbara - Astroreadings

📍 Parede - Rua das Clementinas, Lojas 1 e 2  
Estação de Inovação Social, 2775-184 Parede

📍 Cascais- Edifício Cascais Center  
R. Manuel Joaquim Avelar, 118 2750-281 Cascais

☎ 214 825 154  
@cidadedasprofissoes@cm-cascais.pt  
📍 Cidade das Profissões Cascais

**HORÁRIO** 2ª - 3ª - 4ª - 6ª  
9h00 - 13h00 | 14h00 - 17h00

CASCAIS  
Câmara Municipal



Inscrições em cascais.pt