



CURSOS de FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Cofinanciado por:



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL, IP



GOVERNO DA REPÚBLICA
PORTUGUESA

CERCICA QUALIFICAÇÃO E EMPREGO



OBJETIVOS

Transmitir conhecimentos e competências comportamentais e técnicas, necessárias ao desempenho de uma profissão no mercado de trabalho. Proporcionar uma formação profissional personalizada de acordo com a avaliação das aptidões e interesses pessoais.

DESTINATÁRIOS

Jovens com idade igual ou superior a 18 anos (excepcionalmente 16 anos), com deficiência intelectual ligeira e/ou dificuldades de aprendizagem, com autonomia e potencial para o exercício de uma atividade profissional, residentes preferencialmente nos concelhos de Cascais ou Oeiras.

DURAÇÃO

Os cursos com Dupla Certificação têm de 2000 até 3600 horas de duração, incluindo período de estágio em empresas.

CARGA HORÁRIA

35 horas semanais.

APOIOS E INCENTIVOS AOS DESTINATÁRIOS

- Subsídio de transporte;
- Subsídio de alimentação;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Bolsa de formação.

INSCRIÇÕES

Tel. (+351) 21 465 85 90

Email: formacaoprofissional@cercica.pt

**Aposta
na tua
formação!**



Empregado/a de mesa

“Executa, sob supervisão, o serviço de mesa em estabelecimentos de restauração e bebidas, integrados ou não em unidades hoteleiras”.

CNQ
(Catálogo Nacional de Qualificações)

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Empregado/a de mesa



O que faz?

- Participa no arranjo da sala de refeições, de acordo com as características do serviço a executar, preparando as mesas e dispondo adequadamente os couverts;
- Obtém as informações relativas à ementa, à carta de restaurante, à carta de vinhos e à organização do trabalho/distribuição de tarefas;
- Atende os clientes na sala de refeições, assegurando a ligação com a cozinha e a cave-dia;
- Executa o serviço de mesa em situações especiais;
- Encaminha reclamações de clientes tendo em conta a necessidade de assegurar um bom clima relacional.

Que competências deve ter?

- Conhecimentos básicos de leitura, escrita e cálculo, pesos e medidas;
- Boa expressão oral e gosto pelo contato com o público;
- Dinamismo;
- Capacidade de relacionamento interpessoal;
- Capacidade de atenção e concentração;
- Boa memória;
- Agilidade motora e orientação espacial;
- Apresentação pessoal cuidada.

Onde pode trabalhar?

- Cafés, restaurantes, pastelarias, cervejarias e estabelecimentos similares.



Cozinheiro/a

“Prepara, cozinha e emprata alimentos, sob supervisão, em estabelecimentos de restauração e bebidas, integrados ou não em unidades hoteleiras”.

CNQ
(Catálogo Nacional de Qualificações)

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Cozinheiro/a



O que faz?

- Armazena e assegura o estado de conservação das matérias-primas utilizadas no serviço de cozinha;
- Prepara o serviço de cozinha, de forma a possibilitar a confeção das refeições necessárias;
- Confecciona entradas, sopas, sobremesas, pratos de carne, de peixe, de marisco e de legumes, e outros alimentos e acordo com receituários e em função da ementa estabelecida;
- Articula com o serviço de mesa os pedidos de refeições e colabora em serviços especiais;
- Efetua a limpeza e arrumação dos espaços, equipamentos e utensílios do serviço, verificando as existências e controlando o seu estado de conservação.

Que competências deve ter?

- Conhecimentos básicos de cálculo numérico, pesos e medidas;
- Dinamismo e capacidade para trabalhar em equipa;
- Capacidade de atenção e concentração;
- Coordenação motora e robustez física;
- Estabilidade emocional;
- Apresentação pessoal cuidada.

Onde pode trabalhar?

- Restaurantes, refeitórios, cantinas, hotéis e estabelecimentos similares.



Empregado/a de andares

“Executa, sob supervisão, o serviço de limpeza, arrumação e decoração dos quartos, andares e zonas comuns e do serviço de lavandaria/rouparia da unidade hoteleira”.

CNQ
[Catálogo Nacional de Qualificações]

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Empregado/a de andares



O que faz?

- Efetua o trabalho de limpeza, arrumação e decoração dos quartos, andares e zonas comuns;
- Assegura a assistência a clientes durante a sua estada;
- Colabora com o serviço de lavandaria/rouparia;
- Controla o estado de conservação dos equipamentos da área de alojamento da unidade e dos produtos de consumo e materiais necessários ao serviço de limpeza e arrumação, e ao serviço de lavandaria/rouparia;
- Colabora com o seu superior hierárquico no aprovisionamento, controlo e gestão do stock dos produtos de consumo e dos materiais necessários aos serviços;
- Participa na elaboração periódica do inventário das roupas, dos objetos e dos equipamentos afetos aos serviços;
- Preenche documentação relativa ao exercício da sua atividade.

Que competências deve ter?

- Autonomia e responsabilidade pessoal;
- Capacidade de atenção e de observação;
- Capacidade de se orientar em diferentes espaços;
- Coordenação motora e robustez física.

Onde pode trabalhar?

- Condomínios; estabelecimentos comerciais; hotéis.



Operador/a gráfico de acabamentos

“Efetua, sob supervisão, o acabamento de livros, brochuras e outros produtos gráficos, por processos manuais e mecânicos”.

CNQ
(Catálogo Nacional de Qualificações)

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Operador/a gráfico de acabamentos



O que faz?

- Executa cortes de papel e de cartão utilizando diferentes tipos de guilhotinas, mecânicas e electrónicas e outras máquinas de acabamentos;
- Dobra folhas de papel manual e mecanicamente;
- Ordena cadernos, folhas e outros elementos, manual e mecanicamente, por processos de alçamento e encasamento, com vista à constituição de livros, brochuras e outros produtos gráficos;
- Costura à linha livros alçados, manual e mecanicamente;
- Cose a arame livros, revistas e brochuras encasados, utilizando máquinas de grampar;
- Arma e cola capas e embalagens, utilizando processos manuais e mecânicos;
- Doura e estampa capas e outros produtos gráficos, utilizando processos mecânicos;
- Encapa livros manual e mecanicamente.

Que competências deve ter?

- Conhecimentos básicos de leitura, escrita e cálculo, peso e medidas;
- Capacidade de atenção e de concentração;
- Coordenação motora e destreza manual.

Onde pode trabalhar?

- Gráficas e centro de cópias.



Operador/a de jardinagem

“Efetua, sob supervisão, tarefas relativas à instalação e manutenção de jardins e espaços verdes”.

CNQ

[Catálogo Nacional de Qualificações]

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Operador/a de jardinagem



O que faz?

- Prepara o terreno, para instalação de jardins e espaços verdes;
- Instala as espécies ornamentais de acordo com as orientações recebidas;
- Procede à manutenção de jardins e espaços verdes, tendo em conta os hábitos vegetativos das espécies e as condições edafoclimáticas, de acordo com as orientações recebidas;
- Opera com máquinas e equipamentos de jardinagem e agrícolas adequados às atividades a realizar, de acordo com as orientações recebidas;
- Executa a conservação e a limpeza dos equipamentos e instalações inerentes ao trabalho desenvolvido.

Que competências deve ter?

- Capacidade de atenção e de observação;
- Capacidade de se orientar em diferentes espaços;
- Coordenação motora e robustez física;
- Gosto pelo trabalho em equipa;
- Gosto pelo trabalho ao ar livre.

Onde pode trabalhar?

- Espaços verdes das câmaras municipais; empresas de jardinagem; centros de jardinagem.



Tratador/a de animais

“Executa as atividades relativas à higiene, alimentação, sanidade, reprodução e manejo de animais respeitando o bem estar animal e de acordo com as normas de proteção do ambiente, segurança, higiene e saúde do trabalho”

CNQ

(Catálogo Nacional de Qualificações)

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Tratador/a de animais



O que faz?

- Prepara os alimentos (rações) previamente determinados e distribui-os aos animais;
- Abastece os bebedouros;
- Limpa e desinfeta os animais e as suas instalações a fim de tratar ou evitar o aparecimento de doenças ou parasitas;
- Procede à escovagem e, por vezes, pode realizar tosquiadas utilizando tesouras especiais;
- Aplica curativos ou medicamentos no caso de pequenos ferimentos e infeções;
- Cuida das fêmeas durante as partições;
- Por vezes treina animais, nomeadamente cães, tendo em vista um objetivo específico;
- Pode dedicar-se ao tratamento de uma só espécie de animais.

Que competências deve ter?

- Conhecimentos básicos de pesos e medidas;
- Capacidade de atenção e concentração;
- Capacidade de se orientar em diferentes espaços;
- Robustez física e destreza manual;
- Gosto pelo contato animal.

Onde pode trabalhar?

- Lojas de animais; clínicas/hospitais veterinários; canis públicos e privados e hotéis para cães.



Viveirista

“Executa num viveiro de plantas, ao ar livre ou em estufas, as tarefas necessárias à cultura de sementes, bolbos, porta-enxertos, arbustos, árvores e flores para propagação”.

CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- . O que faz?
- . Que competências deve ter?
- . Onde pode trabalhar?

Viveirista



O que faz?

- Prepara o material vegetal para propagação;
- Multiplica as espécies de acordo com as orientações recebidas;
- Procede à manutenção, conservação das espécies propagadas e garante a conformidade dos pés-mãe, de acordo com as orientações recebidas;
- Efetua arranjos florais simples;
- Opera ferramentas agrícolas adequadas às atividades a realizar, de acordo com as orientações recebidas;
- Identifica necessidades de matérias e materiais, e comunica-as de acordo com os critérios preestabelecidos e garante o seu correto armazenamento e conservação;
- Executa a conservação e a limpeza dos equipamentos, ferramentas de trabalho e instalações inerentes ao trabalho desenvolvido.

Que competências deve ter?

- Capacidade de atenção e de concentração;
- Capacidade de se orientar em diferentes espaços;
- Coordenação motora e robustez física;
- Gosto pelo trabalho ao ar livre.

Onde pode trabalhar?

- Viveiros; centros de jardinagem; espaços verdes das câmaras municipais; empresas de jardinagem.