

CUIDADOS | Formato e tipo de informação que deve ser inserida varia com a carreira

Especialistas dão dicas para não errar na hora de fazer um currículo

Ser objetivo e incluir dados sobre cursos que fez são algumas dicas

BEATRIZ CUNHA
beatriz.cunha@jee.com.br

Um currículo bem estruturado é a porta de entrada para qualquer profissional ou estudante no mercado de trabalho. Funciona como um cartão de visitas, já que pode levar a empresa a ter uma primeira (e boa) impressão sobre o profissional. Para o psicólogo e doutor pelo Núcleo de Estudos em Trabalho, Saúde e Subjetividade da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), Guilherme Barati, a escolha do modelo de currículo vai depender da relevância das informações para aquela vaga e da clareza e organização com que o candidato as coloca.

Aos jovens universitários que estão ingressando no mercado de trabalho, a especialista da área de Atendimento do Estagiários Online - plataforma de seleção e recrutamento especializada em oportunidades de estágio -, Beatriz Caromano, acredita que esses estudantes podem buscar dicas ou até mesmo uma consultoria de Recursos Humanos para criar seu currículo. "Qualquer ajuda é válida. Se o aluno não sabe por onde começar e nunca elaborou um currículo, é um bom recurso, já que o estágio é a porta de entrada para a sua carreira. E essas dicas seguem pelo restante de sua trajetória profissional", comenta Beatriz Caromano.

No entanto, sabemos que há diferentes tipos de currículos destinados para cada perfil profissional. Para os especialistas, o modelo deve estar de acordo com a vaga e a empresa em que se deseja atuar. "Alguém que faz Design Gráfico deve mandar seu portfólio, algo mais criativo, já que na maioria das vezes, ele é online. Já as pessoas da área administrativa não podem mandar arquivos com formatos tão extravagantes", exemplifica Beatriz Caromano.

Para Guilherme Barati, é preciso pensar que também há currículos de candidatos que trabalham mais por projetos e isso deve ser realçado, como no caso dos profissionais de Publicidade e os consultores de gestão. "Já outros trabalham por atividades e processos, como a área de Produção.



Carla Moreira recomenda destacar resultados alcançados, no caso de currículos da área de Finanças



Guilherme Barati: currículo de um professor deve enfatizar publicações e participações em congressos

Enquanto isso, para o professor de uma universidade, será relevante apresentar publicações e participações em congressos. Isso já não se aplicaria a um analista financeiro ou a um vendedor, por exemplo", explica o psicólogo.

Já a consultora da People Oriented, Carla Moreira, recomenda para áreas mais específicas, como o segmento de Finanças, apresentar no currículo foco nos resultados obtidos, através de números. "Nos segmentos de Indústria e Engenharia, por exemplo, os profissionais devem ter mais informações técnicas sobre projetos. Perfis muito técnicos e especialistas na área de TI geralmente apresentam muitas informações específicas e jargões da área também. Provavelmente o profissional apresentará uma série de cursos de atualização na área, pois a mesma muda em uma velocidade muito grande", avalia a consultora.

Para aqueles que têm muita experiência, Carla Moreira dá dicas de como elaborar um currículo bom, mas que não seja canônico para o recrutador. "O profissional deve ter objetividade na descrição de cada passagem profissional, focando em suas experiências mais relevantes, onde ele fez a diferença e contribuiu para a empresa sair de uma pata-



mar para outro. Experiências menos relevantes podem ser colocadas em poucas linhas e experiências muito antigas, que não eram de liderança, podem ser retiradas do currículo, para que ele não se torne muito extenso", explica a consultora.

Quanto ao número de folhas de um currículo, Carla Moreira explica que o ideal é ter, no máximo, duas páginas. "Pessoas que passaram por muitas empresas podem necessitar de uma terceira folha, mas, se for o caso, é bom tentar resumir algumas passagens menos relevantes. Profissionais que fizeram mestrado e/ou doutorado, por exemplo, não precisam encaminhar o Currículo Lattes, apenas as informações de suas atribuições nas empresas e não acadêmicas", conclui a consultora.

5 dicas imprescindíveis no currículo

1. Tenha objetividade e clareza
2. Resuma suas qualificações com as principais áreas, atividades ou projetos em que atuou
3. Inclua experiência profissional
4. Coloque sua formação acadêmica
5. Informe os cursos complementares que fez

5 dicas do que NÃO se deve colocar no currículo

1. Mentira!
2. Características comportamentais
3. Número do documento pessoal
4. Fatos sobre a própria vida
5. Excesso de páginas

ESTÁGIOS E TRAINEE

Ipiranga: inscrições para estágio, com bolsa-auxílio de R\$1.250 mensais

● O Instituto Capacitare, consultoria de Recursos Humanos especializada em programas de estágio e trainee, recruta universitários para o Programa de Estágio da Ipiranga, empresa do ramo de combustíveis. A oportunidade é para estagiar no bairro de São Cristóvão, na Zona Central do Rio de Janeiro. Há vagas para funções de coordenador de engenharia industrial e segurança, coordenador de vendas, com foco no mercado marítimo, assessoria de relações trabalhistas e coordenador de compras de materiais. Podem concorrer estudantes dos cursos superiores de Engenharia (Mecânica, Civil, Elétrica e de Produção), Administração, Direito, Ciências Contábeis e Economia, que tenham Inglês e pacote Office intermediários ou avançados. A carga horária dos estagiários será de quatro horas diárias, totalizando 20 horas semanais, que serão estabelecidas de acordo com a disponibilidade do candidato. A Ipiranga informa que oferece bolsa-auxílio no valor de R\$1.250, auxílio-transporte de R\$163, alimentação no local e estacionamento. Os interessados devem enviar o currículo para o e-mail <currículos@institutocapacitare.com.br>.

MRS prorroga inscrições para programa de estágio no Rio de Janeiro

● A MRS, operadora logística, prorroga as inscrições para o seu Programa de Estágio 2018/2019, em algumas regiões, incluindo o Rio de Janeiro. O objetivo é recrutar jovens profissionais que desejam vivenciar o dia a dia da sua profissão por meio de experiências práticas, visando ao desenvolvimento dos futuros trainees da empresa. O Programa de Estágio tem duração de até 24 meses e contempla vagas em diferentes áreas e localidades da empresa. No Estado do Rio, há oportunidades para estudantes dos níveis médio e superior, nas cidades do Rio de Janeiro, Barra do Pirai, Itaguaí e Volta Redonda. Para participar, os universitários devem ter disponibilidade para estagiar até dois anos e ter previsão de conclusão de curso em dezembro de 2019. Para ambos os estágios, a MRS não tem restrição de curso. O processo seletivo será realizado por meio de inscrições e provas online, painel com gestores e entrevista individual. Os estagiários irão atuar seis horas diárias, com uma hora e 30 minutos para o almoço, e receberão, segundo a MRS, bolsa-auxílio compatível com mercado, vale-transporte e benefícios como vale-refeição/alimentação, assistência médica e seguro de vida. As inscrições devem ser feitas até esta sexta, dia 22 de dezembro, pelo site <www.gruposelpe.com.br/mrs2018>, através da aba "Programa de Estágio MRS".

Russel Serviços oferece estágio na área de Tecnologia da Informação

● A Russel Serviços - empresa especializada no fornecimento de mão de obra operacional - abre vagas para estudantes da área de Tecnologia da Informação (TI). As oportunidades são para estagiários de WordPress, na Barra da Tijuca, na Zona Oeste do Rio de Janeiro. Para concorrer às vagas, é necessário cursar a graduação na área de TI, em cursos como de Análise e Desenvolvimento de Sistemas, Sistemas de Informação ou áreas correlatas. A empresa também pede que os candidatos tenham experiência e conhecimentos em Design responsivo (Bootstrap) e Woocommerce. Os jovens participarão de processos seletivos, com entrevistas com o setor de Recursos Humanos e com o gestor e teste na ferramenta de trabalho. A empresa informa que oferecerá aos selecionados bolsa-auxílio de R\$600 mais vale-transporte e vale-refeição. A carga horária será de segunda a sexta-feira, das 8h às 15h. A Russel Serviços informa que o contrato dos estagiários será até o final da faculdade. Além disso, os jovens selecionados terão chances de crescimento na empresa, podendo ser efetivados dependendo do desempenho ao longo do estágio. A previsão de início das atividades é para janeiro de 2018 e os interessados devem enviar o currículo para o e-mail <vagasestagjob@gmail.com>, até esta sexta-feira, dia 22 de dezembro.

VG&P Advogados recruta trainees e oferece salário inicial de R\$4 mil

● O VG&P Advogados, escritório de advocacia, abre pela primeira vez seu Programa de Trainee Profissional. As oportunidades são para advogados formados há até dois anos, no período entre dezembro de 2015 e dezembro de 2017, com registro na Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) e interesse em ingressar na carreira da Advocacia Empresarial. Os aprovados poderão atuar em áreas como: Cível Corporativo (contencioso), Cível Corporativo (consultivo) e Direito Societário. Os candidatos devem informar qual a área de interesse no ato da inscrição. Além disso, é preciso ter disponibilidade para morar na cidade de Curitiba (PR). Após cumprir com êxito o programa, o trainee poderá ser convidado a ser sócio do escritório. Segundo o VG&P Advogados, o salário inicial é de R\$4 mil para o primeiro ano e de R\$5 mil para o segundo. Os selecionados receberão ainda vale-refeição, auxílio-transporte ou estacionamento, plano de saúde, bolsa educação anual de R\$1 mil, para participação em congressos e eventos que contribuam para o programa, além de treinamentos internos de desenvolvimento e capacitação profissional. Os candidatos devem se inscrever até o dia 14 de janeiro, através do site <trainee.vgplaw.com.br/inscricao-pro>.

REVO LUCIONE SEU MUNDO

PCERJ

NÍVEL MÉDIO E SUPERIOR
COM SALÁRIOS DE ATÉ **R\$4.454,93**

🕒 Maior carga horária do mercado.

🚩 Mais de 2.250 aprovados nos últimos concursos.

GARANTA DESCONTOS MATRICULANDO-SE AGORA!

COLÉGIO - PRÉ-TÉCNICO - PRÉ-VEST - PRÉ MILITAR
CONCURSOS PÚBLICOS - CURSOS TÉCNICOS

CURSOPROGRESSAO.COM.BR

CAXIAS: 2674-9599 | N.IGUAÇU: 2667-1392 | ILHA: 2467-2512
MARECHAL: 2489-6914 | PIABETÁ: 2659-7861

NOTÍCIAS DO CIEE Rio

O CENTRO DE INTEGRAÇÃO EMPRESA-ESCOLA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - CIEE/RIO agradece às empresas parceiras que, no decorrer de 2017, em função dos contratos firmados para a administração dos diferentes programas e projetos, tornaram possível acolher mais de 170.000 jovens em todo território fluminense.

Foi o ano em que conseguimos realizar a Feira Virtual; o Seminário sobre Automutilação e Suicídio; o Seminário da Aprendizagem; o Prêmio de Responsabilidade Social; o Prêmio Literário Arnaldo Niskier; a criação do Coral Sidney Marzullo, integrado por deficientes visuais; plantamos mais 100 árvores no Parque Estadual da Pedra Branca, dentro do programa Carbono Zero; renovamos nossa permanência no Conselho Estadual de Assistência Social; o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos ampliou o atendimento a novos territórios, congregando milhares de famílias de jovens participantes dos nossos diferentes programas e projetos.

Por tudo isso, desejamos aos nossos parceiros, cumprindo nossa Missão como instituição de Assistência Social

UM FELIZ NATAL E UM ANO DE 2018 DE MUITA PROSPERIDADE.

www.ciee.org.br