

INFORMAÇÃO PESSOAL



Fernando Sousa Suárez Igreja

 Avenida Antero de Quental, 18 9°C, 4710-353 Braga (Portugal)

 918108931

 ferngreja@gmail.com

Nacionalidade Portuguesa

POSTO DE TRABALHO A QUE SE CANDIDATA

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

02 de Abril 2013 – 17 de Maio 2013

Formação Espanhol

AEVC - Associação Empresarial de Viana do Castelo, Viana do Castelo (Portugal)

Curso de 50 horas de espanhol com o código UFDC (unidade de formação de curta duração) 5446. Nível 4. Para desempregados com formação superior ao 9º ano de escolaridade.

01 de Fevereiro 2012 – Presente

Sócio Gerente

Ingrediente Secreto - Serviços Publicitários, Lda, Braga (Portugal)

Direcção Comercial e Financeira.

Tipo de empresa ou sector de actividade Publicidade e Comunicação

01 de Janeiro 2010 – 01 de Junho 2010

Director Comercial e de Produção

S7VEN, Braga (Portugal)

Negociação e angariação de clientes; apresentar e gerir processo de negociação com promotores imobiliários e insígnias; gestão de carteira de clientes e contactos com proprietários, promotores e clientes. Liderança de equipa de venda.

Tipo de empresa ou sector de actividade Actividades Imobiliárias

01 de Janeiro 2008 – 31 de Dezembro 2009

Chefe de Departamento

E. Leclerc, Braga (Portugal)

Compre e negociações com fornecedores; escolha de gamas e de produtos; gestão dos stocks; gestão económica e financeira do departamento para a obtenção dos objectivos traçados, assim como a gestão contabilística dos seus sectores. Liderança de equipa de oito elementos.

Tipo de empresa ou sector de actividade Distribuição de Retalho

01 de Abril 1996 – 31 de Dezembro 2007

Várias

Makro - Comércio por Grosso, Lda., Braga (Portugal)

1 Ago 07 - 31 Dez 07

Staff Planner

Organização e optimização de Recursos Humanos e Tempo através de um novo software chamado BART (Best Allocation of Resources and Time).

01 Jan 07 - 31 Jul 07

Power User de MDW (Data Warehouse)

Actualização de dados informáticos e criação de listagens para uma melhor focalização, gestão de produto e de visualização das necessidades dos clientes. Recolher e fazer tratamento de dados informáticos para visualização e análise.

1 Jan 06 - 31 Dez 06

Store Planner e Gestão de Stocks

Realização, manutenção e actualização dos planogramas de loja, assim como pela gestão de stocks de toda a área de Não Frescos de loja. Análise e optimização de dados para gestão de stocks por parte das diferentes chefias. Planificação e gestão do espaço de venda da loja.

1 Mai 05 - 31 Dez 05

Gestor de Cartão de Crédito

Atribuição de cartões de crédito assim como da gestão e acompanhamento da carteira de clientes com cartão de crédito da empresa

1 Mai 99 - 30 Abr 05

Operador Principal

Subchefe de sector. Desempenha funções de gestão da área: encomendas; gestão de stocks.

1 Abr 96 - 28 Fev 99

Operador de Loja

Vendedor na área dos electrodomésticos. Arrumação, exposição e reposição de artigos. gestão de clientes

Tipo de empresa ou sector de actividade Comércio Grossista

01 de Janeiro 1992 – 31 de Março 1996

Import Export - Productos Papelaria

Conta Própria, Braga (Portugal)

01 de Setembro 1987 – 01 de Janeiro 1989

Segurança

Prosegur, Vigo (Espanha)

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

01 de Outubro 2010 – 01 de Outubro 2011

Pós-Graduação - Sociologia das Organizações e do Trabalho

Universidade do Minho, Braga (Portugal)

Esta Pós Graduação qualifica-o para áreas relacionadas com: "Sociologia das Organizações"; "Sociologia do Trabalho"; "Sociologia dos Estilos de Vida"; "Sociologia da Saúde"; e "Sociologia das Políticas Sociais".

01 de Outubro 2000 – 01 de Outubro 2005

Licenciatura Sociologia - Ramo Políticas e Sociais

Universidade do Minho, Braga (Portugal)

Esta licenciatura qualifica-o para áreas relacionadas com: "Sociologia das Organizações"; "Sociologia do Trabalho"; "Sociologia dos Estilos de Vida"; "Sociologia da Saúde" e "Sociologia das Políticas Sociais".

Finalizou o Seminário de Investigação no curso de Sociologia na Universidade do Minho, com o projecto de estudo sobre a comunicação interna nas empresas, sob o título: "A comunicação Interna na Ómega A – Estudo de Caso" com nota de 18 valores.

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna português

Outras línguas

COMPREENDER	FALAR	ESCREVER

	Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
espanhol	C2	C2	C2	C2	C2
Diploma de Espanhol como Língua Estrangeira					
inglês	B1	B1	A2	A2	A2
Galego	C2	C2	C1	C1	C1

Níveis: A1/A2: Utilizador básico - B1/B2: utilizador independente - C1/C2: utilizador avançado
[Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas](#)

Competências de comunicação

Capacidade de comunicação;Espírito de equipa;Flexibilidade e adaptação à mudança;Dinâmica e empenhada;Capacidade de organização;Capacidade de adaptação a ambientes multi culturais;Auto-estima e estabilidade emocional.

Competências adquiridas através de experiência adquirida nas várias empresas em que trabalhei e das formações:

Participação no Seminário “Intervenção Organizacional e Gestão de Recursos Humanos” na Universidade do Minho.

Participação nas jornadas de Sociologia da Universidade do Minho.

Formação na Makro sobre “Técnicas de Venda”

Formação na Makro sobre “Negociação para Chefias”

Formação na Makro sobre “Marketing de Clientes”

Formação na Makro sobre “Atendimento ao Cliente”.

Competências de organização

Capacidade de Liderança e Organização de equipas de trabalho pela minha experiência como Chefe de Sector e Departamento na distribuição e pelas formações:

Participa no Seminário “Intervenção Organizacional e Gestão de Recursos Humanos” na Universidade do Minho.

Formação na Makro sobre “Negociação para Chefias”

Formação sobre Liderança no E. Leclerc de Braga.

Competências técnicas

Competências relacionadas com a Grande Distribuição obtidas pela minha vasta experiência profissional e pelas formações:

Formação de BART (Best Allocation of Resources and Time).

Formação informática de Power User de MDW (MainData Warehouse).

Participa no Seminário “Intervenção Organizacional e Gestão de Recursos Humanos” na Universidade do Minho.

Participa nas jornadas de Sociologia da Universidade do Minho.

Formação na Makro sobre “Gestão da Carteira de Clientes”

Formação na Makro sobre “Técnicas de Venda”

Formação na Makro sobre “Negociação para Chefias”

Formação na Makro sobre “Merchandising”

Formação na Makro sobre “Marketing de Clientes”

Formação na Makro sobre “A Grande Distribuição”

Formação na Makro sobre “Atendimento ao Cliente”.

Competências informáticas

Bons conhecimentos em ambiente Word, Excel e PowerPoint.

Bons conhecimentos de Spaceman (Nielsen) – Programa de localização e gestão de Stocks através da construção de planogramas.

Razoáveis conhecimentos em ambiente Access e Office Project.

Bonsconhecimentos de Internet.

INFORMAÇÃO ADICIONAL

CAP **CAP** – Certificado de Aptidão de Formador com o certificado N° EDF 553055/2010 DN

Outras Aptidões e Competências

Administrador de blogue pessoal e da Associação de Cicloturismo de Lanhas:
<http://galaicominhoto.blogspot.com/>
<http://cclanhas.blogspot.com/>

Carta de Condução Tipo B