


## INFORMAÇÃO PESSOAL

## Jorge Sousa

 Rua Antonio Aleixo, N3 RC Dto, 2690-413 Lisboa (Portugal)

 (+351)916642003

 jsousa1990.o@hotmail.com

## EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

2 mai 08

**Estagiário**

Cimpomóvel Gestão e Participações, Lisboa (Portugal)

- Manutenção de Computadores.
- Ajuda na ligação e manutenção de redes.
- Ajuda na organização e armazenagem do material informático.

13–16

**Remodelação de Interiores**

Paulo Silva, Lisboa (Portugal)

- Pinturas e acabamentos.
- Ajuda em ligações electrónicas e qualquer outra função necessária

16–18

**Recepcionista**

Elizabete Lopes, Lisboa (Portugal)

## EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

out 06–mai 11

**Curso/ Itinerário de Formação Profissional de Instalação e Operação de Sistemas Informáticos, do percurso Tipo 3**

Escola Digital, Rumos, Lisboa (Portugal)

Domínio Geral:

Português, Matemática, Inglês, Educação Física, Formação Cívica e Física-Química.

set 16–mar 17

**Certificado de Língua Japonesa**

Instituto de Línguas da Universidade Nova de Lisboa, Lisboa (Portugal)

## COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna

Português

Línguas estrangeiras

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
Inglês	C2	C2	C2	C2	C2
Espanhol	B1	B1	A1	A1	A1
Japonês	B2	B2	B2	B2	C1

Níveis: A1 e A2: Utilizador básico - B1 e B2: Utilizador independente - C1 e C2: Utilizador avançado  
Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas

Competências de comunicação

Boa comunicação verbal.

Competências de organização Considero-me uma pessoa organizada, pro-activa, responsável e com elevado espírito de equipa.

Competências relacionadas com o trabalho Boa capacidade de resolução de conflitos e de trabalho sob pressão.

## Competências digitais

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador avançado

Competências digitais - Grelha de auto-avaliação