

12.804 VAGAS EM OFERTA!

jovem

ANO III - Nº 54 - 20/01/20201

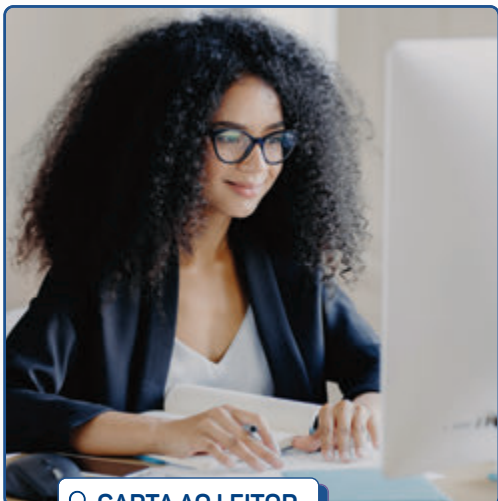
**APRENDER
SEMPRE,
A RECEITA
PARA O
SUCESSO NA
CARREIRA**



**TECNOLÓGOS NA
ÁREA DA SAÚDE
GANHAM ESPAÇO**



**ENEM E BOLSA
DE ESTUDO PARA
OUTROS PAÍSES**



Q CARTA AO LEITOR

A oferta de 62 mil vagas de estágio e aprendizagem até março continua como destaque no CIEE neste começo de ano. É também época de trazer dicas e informações sobre carreiras promissoras e tendências de um mercado de trabalho que sofre constantes transformações geradas em especial pelas inovações em tecnologia. Mas o novo cenário não deve afligir os jovens, como mostram diversas reportagens desta edição dedicadas a indicar os caminhos que podem levar à formação de futuros profissionais com competência e habilidade para se adaptar às mudanças. Também trazemos dicas para auxiliar o ingresso em universidades do exterior, como as renomadas Oxford, de Coimbra e de Nova York. Para concretizar essa aspiração, o estudante precisa apresentar ótimo desempenho no ensino médio e pesquisar as facilidades que mais se alinham às suas condições pessoais e financeiras, lembrando que pode contar com estímulos como bolsa de estudo integral ou parcial, e também com a possibilidade de utilizar a nota do Enem, que conta pontos na avaliação para aceitação em diversas graduações.

Leia, acompanhe, colabore e divulgue.
Jacyra Octaviano, editora executiva

Índice



» PÁGINA 3

Oportunidade | **Fatura de vagas em época de pandemia**
• Medalhas valem pontos no perfil



» PÁGINA 4 E 5

CARREIRA | **Aprendizado contínuo, motor do sucesso**
• CIEE prepara para hoje e para o futuro



» PÁGINA 6, 7 E 8

Cursos | **Bolsas e outras facilidades para estudar no exterior**
• Como estudar de graça em Oxford
• Enem pode ser passaporte para universidade no exterior
• Tecnólogos: portas abertas para o presente e o futuro



» PÁGINA 9 | Anúncio | **Inclui CIEE**



» PÁGINA 10

Ponto de partida | **Valor de uma oportunidade**
• De aprendiz a supervisor



» PÁGINA 11 | Anúncio | **Por que se cadastrar no CIEE**



» PÁGINA 12 | **Vagas de aprendiz**



» PÁGINA 13 | **Vagas de estágio**



» PÁGINA 14 |

Saúde | **Aumentam casos de jovens com covid-19**
• Cuide dos péscom carinho



» PÁGINA 15 | Anúncio | **Grave o número do CIEE**



» PÁGINA 16 | Anúncio | **Mídias sociais CIEE**

OPORTUNIDADES

Fatura de vagas em época de pandemia

Até março, o CIEE está ofertando **62 mil novas vagas de estágio e aprendizagem** em todo o país, para jovens interessados em adquirir experiência prática na futura carreira e, em paralelo, contar com uma remuneração mensal, entre outros benefícios.

Podem concorrer para **estágio** estudantes dos ensinos médio, técnico e superior, com idade acima de 16 anos. O requisito é que estejam matriculados e apresentem um

currículo que atenda ao perfil da vaga aberta na empresa contratante.

As oportunidades de **aprendizagem** são destinadas a jovens com 14 a 24 anos de idade, cursando ou tendo concluído o ensino médio, interessados em receber formação socioprofissional em empresas da indústria, do comércio, de serviços e do agronegócio.

Duas dicas para não perder a chance de conquistar uma vaga:

1 Fazer ou atualizar o perfil no site do CIEE, sem esquecer de corrigir endereço, e-mail, número de celular ou telefone, pois esse será o meio de contatar os jovens para os processos seletivos

2 Ficar atento aos chamados para a seleção, que poderão ser feitos por três canais: o Portal CIEE, o Fale com o CIEE e as Centrais de Atendimento (estas aparecerão com o número 3003-2433).



MEDALHAS VALEM PONTOS EM SELETIVOS

Quer dar um up no seu currículo? Aproveite a oportunidade oferecida pela Universidade Estadual Paulista (Unesp) e se inscreva gratuitamente até 19 de fevereiro para o processo seletivo voltado às Olimpíadas Científicas 2021. São 195 vagas nessa seletiva: 131 na área de exatas, 36 em biológicas e 28 em humanas.

Os interessados podem se inscrever em até duas modalidades de graduação. Alguns dos requisitos para a participação: os interessados

unesp

devem estar em fase de conclusão ou ter concluído o ensino médio, além de terem sido premiados em olimpíadas

de conhecimentos e competições científicas ou similares regionais, nacionais, ibero-americanas e internacionais.

A classificação, por curso, será feita de acordo com os pesos e as pontuações atribuídas à premiação anterior (só será considerada uma delas), conforme a tabela Pontuação Olímpicas. ●

» **Mais informações: site da Unesp**

PONTUAÇÃO OLÍMPIADAS

	Regionais	Brasileiras	Ibero-americanas	Internacionais
Participação	-	-	240	360
Medalha de Bronze	70	140	280	420
Medalha de Prata	85	170	340	510
Medalha de Ouro	100	200	400	600



CARREIRA

APRENDIZADO CONTÍNUO, MOTOR DO SUCESSO



Ao analisar as mudanças que podem ocorrer até 2025 no mercado de trabalho, o Fórum Econômico Mundial aponta *a aprendizagem ativa e estratégias de aprendizado* como a segunda competência a ser mais requisitada no mundo corporativo (relatório *O futuro do trabalho*). Ou seja, reforça a importância de aprender sempre, independente do cargo ocupado. Esse processo já ganhou um nome em inglês: *reskilling*, que significa atualizar habilidades e competências, de forma a alinhá-las às inovações à medida que forem surgindo.

Uma boa dica é começar a desenvolver a prática do aprendizado contínuo desde o período de estágio ou de aprendizagem. Mesmo que você ainda não tenha clareza sobre trajetória profissional que pretende construir, há vários pontos em que pode investir para se preparar para potencializar sua empregabilidade, seja qual for o rumo que escolher.

O primeiro deles é a *fluência digital*. Estudo do McKinsey Global Institute avalia que 375 milhões de profissionais – ou 14% da força de trabalho do mundo – poderão precisar trocar de ocupação até 2030, como consequência dos avanços da digitalização, automação e inteligência artificial na produção de bens e serviços.

Para acompanhar os novos tempos, você não precisará de uma gra-

duação em tecnologia da informação, mas deve ter conhecimentos sobre temas como pensamento computacional, colaboração virtual, gerenciamento de projetos, administração de finanças. Entre outras, essas serão competências técnicas (*hard skills*) com destaque em muitas carreiras, ao lado do domínio de conhecimentos específicos da função exercida, e podem ser aprendidas em cursos online, alguns dos quais oferecidos gratuitamente.

Um pouco mais difíceis de desenvolver,

as habilidades comportamentais são também muito valorizadas.

Isso porque são fundamentais para que o profissional aceite e se adapte rapidamente às inovações. Exatamente para atender à velocidade crescente das mudanças no trabalho, as empresas procuram cada vez mais candidatos com boas doses de criatividade, comunicação, flexibilidade e liderança – atributos avaliados desde o primeiro momento.

Num caderno, um bloco de post it, um arquivo no word ou aplicativos, como slack e trello, faça uma retrospectiva dos conhecimentos adquiridos no ano passado, identificando o que aprendeu vendo, ouvindo, vivenciando experiências, acertando ou errando.

Na sequência, responda às três primeiras perguntas para ter base na elaboração de seu plano para 2021: o que eu quero aprender?/ por que quero adquirir esses conhecimentos?/ como atingir minhas metas? As três perguntas visam auxiliar você a não cair em modismo, mas, sim, a fazer escolhas pelos motivos corretos.

Ao pensar no como, lembre que o aprendizado ocorre nas mais diferentes situações e nem sempre depende de um especialista ou professor para mediar a



VOCÊ SABIA?

Pesquisa da consultoria McKinsey aponta que dois terços das empresas globais estão ampliando ou aderindo à automação. Nessa corrida, os robôs estão saindo à frente e, com base em estudo da Robo Global, deverão compor uma base acima de 3,2 milhões de unidades instaladas em indústrias o final de 2021, movimentando um mercado mundial que baterá na casa dos 73 bilhões de dólares somente na área de robótica industrial. Isso vale como dica para quem está de olho em áreas promissoras de atuação.



aquisição de conhecimentos. Vale a pena, por exemplo, seguir perfis que tratem do foco de interesse, ler livros especializados, assistir a documentários, ouvir podcasts, conversar com quem entende o tema e tentar uma vaga de estágio ou aprendizagem para aprender na prática.

As dicas acima foram baseadas em recomendações da professora da Faculdade Cásper Líbero e da Associação Brasileira de Comunicação Empresarial (Aberje), Vivian Cristina Rio Stella. Ela esclarece que dá o último desses conselhos “para a pessoa não sair se inscrevendo em cursos, mesmo que estejam abertos e gratuitos, porque muita gente se frustrou ao se matricular em vários cursos e não terminar nenhum”. Para finalizar, Vivian enfatiza: “Pesquisas apontam que 50% da força de trabalho precisará passar por reskilling nos próximos anos, então não podemos nos deixar levar pela rotina corrida e deixar aprendizado fora do radar”. ●



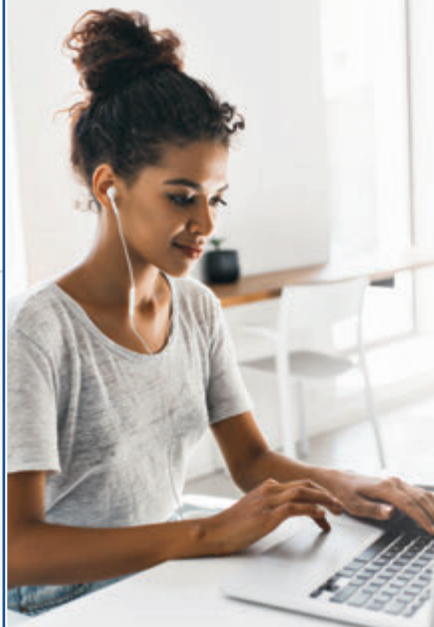
CIEE PREPARA PARA HOJE E PARA O FUTURO

É recorrente ouvir dizer, aí incluído o Fórum Econômico Mundial, que 2/3 dos estudantes do ensino básico atual, quando adultos, trabalharão em profissões hoje inexistentes. Mas isso não é motivo de aflição. O mercado – instituições de ensino, indústria, comércio, serviços – criará as condições para a evolução das práticas profissionais. Como fica o futuro profissional no aqui e agora? Como a preparação para a inclusão profissional vem sendo tratada? Há esforços para tornar os jovens aptos a ingressar num mercado de trabalho em rápida mutação, a exemplo do programa **Aprendiz CIEE**, que acaba de ser ampliado, com o lançamento de um ramo dedicado a to-

das as atividades envolvidas no promissor setor do agronegócio brasileiro. “Além disso, continuamos estimulando a abertura de vagas de estágio, tanto no modelo tradicional quanto num novo formato, desenvolvido com o nome de **Jovem Talento CIEE**”, explica Luiz Gustavo Coppola, superintendente nacional de atendimento.

Para auxiliar os estudantes cadastrados a ter sucesso nos processos seletivos e, depois, no desempenho de suas atividades como estagiário ou aprendiz – e, como consequência ampliar as chances de efetivação –, a plataforma **CIEE Saber Virtual** oferece mais de 30 cursos online gratuitos (ver quadro).

CIEE Saber Virtual e seus conteúdos



» **Trilha 1 – Preparação para o mundo do trabalho:** assuntos relacionados à seleção, como fazer um currículo, participar de dinâmicas e entrevistas, informações sobre testes, etc.

» **Trilha 2 – Lidando com a informática:** conhecimentos que aumentam as oportunidades de ingresso no mundo do trabalho, pois são competências técnicas fundamentais no universo corporativo.

» **Trilha 3 – Orientação e informação profissional:** auxílio para a escolha profissional, abrangendo fatores que permeiam este momento da vida.

» **Trilha 4 – A comunicação e a matemática:** conceitos, dicas e estratégias para lidar com duas áreas relevantes no trabalho, na universidade e no dia a dia. ●

CURSOS

BOLSAS E OUTRAS FACILIDADES PARA ESTUDAR NO EXTERIOR

Com amplo portfólio nas áreas de música, cinema, negócios, tecnologia e programas de gestão, o Trebas Institute, faculdade profissionalizante privada com mais de 40 anos de tradição, oferece para brasileiros bolsa de estudo no valor de 10 mil dólares canadenses, para cursos de graduação em Montreal, Quebec. E-commerce & Online Business Management; e Audio & Vídeo Post-Production são os dois cursos oferecidos, e o candidato deve dominar o inglês ou o francês. Com dois anos de duração, os cursos são elegíveis ao Post-Graduation Work Permit (Pgwp), que é o visto de trabalho por até três anos após a conclusão dos estudos, com possibilidade de estender a permanência por até cinco anos; e de solicitar o visto permanente.

“Ao se matricular, o estudante pode levar o cônjuge, que tem direito a trabalhar.



Trebas
Institut-Institute



Os filhos terão direito a estudar em escolas públicas gratuitas a partir da idade escolar, em torno de cinco anos”, explica Helicon Alvares, CEO da Seda Intercâmbios, agência responsável pelo programa no Brasil. Os interessados devem realizar prova online e entrevista, sem necessidade de teste de proficiência. Há taxa de 250 dólares canadenses para matrícula e, antes do embarque, pagamento de 25% referentes ao primeiro ano de curso (além da bolsa, 9 mil dólares canadenses para E-commerce; 11 mil dólares canadenses para Audio & Vídeo). O saldo pode ser parcelado e pago no Canadá, quando o aluno já estiver estudando e trabalhando. Inscrições até 31 de janeiro.●

» Mais informações:
<http://bit.ly/trebas-institute>

Fonte: Informamedia

Como estudar de graça em Oxford

Até outubro, você tem chance de se preparar para concorrer à bolsa de estudo internacional oferecida pela Universidade de Oxford, através do programa Reach Oxford Scholarship (Alcance a Bolsa de Estudo da Oxford, em tradução livre). Considerada a melhor universidade do mundo, à frente da norte-americana Harvard, a Oxford mudou em 2020 as regras para obtenção de bolsas. Antes, aceitava somente candidatos com

desempenho escolar máximo – A*A*A* ou AAA. Agora, no caso de estudantes de baixa renda, passou a aceitar notas ABB de candidatos que “precisam de um apoio adicional para fazer a transição bem-sucedida da escola para a Oxford.”

Após a seleção, serão admitidos 250 alunos de escolas de vários países, sendo 50 estudantes com “alto potencial acadêmico” financiados pela Fundação Oxford, enquanto a Opportunity Oxford (Oportunidade Oxford)

admitirá 200 estudantes de origens socioeconômicas desfavorecidas.

Para participar na seleção, é indispensável a inscrição prévia no Universities and Colleges Admissions Service (Ucas), serviço centralizado para as admissões em graduação. Trata-se de órgão independente, que tem por objetivo auxiliar as universidades a lidar com múltiplas inscrições e incentivar estudantes do exterior a considerar cursos no Reino Unido. ●

Fonte: Hotcourses Brasil

» Mais informações sobre o Reach Oxford Scholarship em <http://twixar.me/HcJm>; e detalhes sobre a UCAS em <https://www.ucas.com/>



Enem pode ser passaporte para universidade no exterior

Todo estudante do ensino médio sabe que a nota do Enem vale para ingresso em instituições de ensino superior, mas vale também atentar para uma possibilidade não tão bem conhecida: a avaliação brasileira de de-

sempenho também é aceita para acesso a universidades de outros países, somada a outros requisitos, como pontuação mínima e, em muitos casos, a participação em vestibulares locais. Veja os exemplos abaixo.

» PORTUGAL

A facilidade começou com a **Universidade de Coimbra**, a partir de 2014, que exige uma pontuação mínima de 600 pontos. De lá para cá, é oferecida para graduação em uma alentada lista de 50 instituições.

» REINO UNIDO

As universidades de **Oxford**, Kingston e Bristol exigem a nota do Enem para matrícula, mas avalia outros itens, como fluência em inglês, histórico escolar e atividades extracurriculares.

» FRANÇA

Além da nota do Enem, as instituições de ensino francesas exigem, na maioria dos casos, que o candidato tenha sido aprovado no Brasil em vestibulares para os mesmos cursos que pretendem seguir por lá.

» ESTADOS UNIDOS

A **Universidade de Nova York** aceita que o próprio aluno envie a pontuação do Enem para todos os cursos de graduação, em substituição às provas padronizadas tradicionais (SAT ou ACT). Mas exige que os responsáveis pela escola onde o candidato concluiu o ensino médio validem a informação.

» CANADÁ

Uma das melhores do país, a **Universidade de Toronto** exige que o candidato apresente a nota do Enem juntamente com o certificado de conclusão do ensino médio.



ATENÇÃO

1. A nota do Enem não será suficiente para garantir vaga numa universidade

estrangeira, que costumam exigir outros documentos, como currículo, carta de motivação, cartas de recomendação e histórico escolar.

2. Muitas das universidades estrangeiras que aceitam o Enem costumam cobrar anuidade. Por isso, é importante fazer um planejamento financeiro, caso você opte por uma delas. Outra dica é procurar aquelas que oferecem bolsas de estudo.

3. As condições para aceitar o Enem variam de universidade para universidade. Por isso, é importante que o candidato faça uma lista de suas preferências e pesquise nos sites das instituições de ensino selecionadas e de outras fontes oficiais, como embaixadas e consulados. ●



TECNOLÓGOS: PORTAS ABERTAS PARA O PRESENTE E O FUTURO

Sempre atenta em prospectar caminhos promissores de inclusão profissional, a redação da **JOVEM CIEE** lançou o olhar sobre as organizações da área da saúde que, em especial nesta época de pandemia, têm urgência em formar e contratar profissionais para atender as demandas que vieram para ficar.

Uma das possibilidades para encurtar o tempo de formação acadêmica (em relação ao bacharelado) são os *cursos de tecnólogo de nível superior*. Oficializados pelo Ministério da Educação (MEC), há vários deles para a área da saúde. São instrumentos úteis para quem precisa trabalhar com urgência, e para profissionais cujo aperfeiçoamento poderá resultar em melhores cargos. A seguir, listamos alguns.

» GESTÃO HOSPITALAR

Duração: dois a três anos.

Função: supervisão de convênios e outros contratos; avaliação e elaboração de pareceres técnicos; coordenação de planejamento estratégico, dentre outros.

Áreas de atuação: centros de pesquisas; clínicas; hospitais, laboratórios, entre outras.

» OFTÁLMICA

Duração: dois a três anos.

Função: supervisão de exames oftálmicos, operação de equipamentos, promoção da saúde ocular, integrando equipes multidisciplinares, em conjunto com o médico oftálmico.

Áreas de atuação: centros de diagnósticos, clínicas, hospitais, laboratórios.

» RADIOLOGIA

Duração: média de três anos.

Função: obter imagens utilizadas no diagnóstico de doenças e respectivas evoluções, e executar procedimentos para imagens na radioterapia, medicina nuclear, veterinária.

Áreas de atuação: clínicas, hospitais, laboratórios de diagnóstico por imagem.

» SISTEMAS BIOMÉDICOS

Duração: dois a três anos.

Função: planejamento de instalação, teste e utilização de equipamentos médico-assistenciais, avaliação de equipamentos para verificar necessidade de modernização, com especial atenção aos quesitos de segurança.

Áreas de atuação: centros de diagnóstico, clínicas, hospitais, laboratórios, policlínicas.

ONDE CURSAR

Cursos de tecnólogo para a área de saúde e outras são ofertados por várias instituições de ensino superior, muitas das quais oferecem bolsas de estudo, dentre as quais a Anhanguera, a Cruzeiro do Sul e a Universidade de Franca (Unifran). Para cursar, o interessado deve ter concluído o ensino médio. Algumas faculdades têm vestibular próprio, outras, aceitam a nota do Enem. Somado ao presencial, o formato à distância é ofertado para a grande maioria dos mais de 100 cursos de tecnólogo aprovados pelo MEC e divididos em 13 áreas de atividades, que são revisadas periodicamente, de acordo com a demanda do mundo do trabalho.

O Relatório Excelsior, produzido pelos órgãos governamentais União das Câmaras de Comércio Italianas e Agência Nacional de Políticas Ativas do Trabalho (respectivamente, Unioncamere e Anpal, nas siglas em italiano) dá conta que por volta de 35%, entre as muitas novas profissões que surgirão num futuro próximo, exigirão alta qualificação, ou seja, profissões especializadas e técnicas, em particular na área da saúde.

O diploma de tecnólogo abre porta importante tanto para o presente – urgência para trabalhar; como para o futuro, porque aquele que o possui é apto a cursar especialização, mestrado ou doutorado. ●





CAPACITAÇÃO, INCLUSÃO
E DESENVOLVIMENTO PARA
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA.



 /oficial.ciee

 /oficial.ciee

 /ciee_oficial1

 /company/oficialciee

 /oficialciee

(11) 3040-4516

inclui@ciee.org.br
www.ciee.org.br

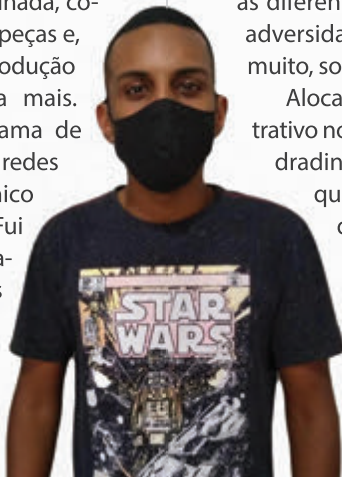
 CENTRO DE
INTEGRAÇÃO
EMPRESA-ESCOLA

PONTO DE PARTIDA

VALOR DE UMA OPORTUNIDADE

Aos 20 anos, o agora ex-aprendiz **Ezequiel dos Santos Climaco** festejou a efetivação nos quadros da unidade da JBS em Andradina, um dos polos da agropecuária paulista. Não é o primeiro emprego de Ezequiel, que começou a trabalhar aos 15 anos, sem carteira assinada, como ajudante em loja de autopeças e, depois, como assistente de produção contratado. Mas ele queria mais. Quando descobriu o programa de aprendizagem do CIEE pelas redes sociais, cursava ensino técnico profissionalizante noturno. "Fui para o CIEE levando o que havia aprendido em empregos anteriores, mas a experiência era mínima."

Ezequiel ainda se emociona ao lembrar o dia 23 de setembro de 2020, quando



escreveu a carta de despedida ao CIEE. Ele só tem elogios às instrutoras da capacitação teórica do CIEE: "Foram professores, com letra maiúscula; abriram a porta para a carreira com a qual eu sonhava". Nesse período "inesquecível", aprendeu como lidar com as diferenças de cada um e a superar adversidades. "O CIEE acrescentou muito, sou grato por me fazer crescer."

Alocado como assistente administrativo no almoxarifado da JBS em Andradina, encontrou profissionais que vibram na mesma sintonia que o envolvia no CIEE e faz questão de citar um a um. "Meus mentores na empresa – Gustavo, Kaio, Marcelo (hoje meu chefe), Carlos, Ederson, Edvaldo, Abner, Gideão – são repletos de vigor para

alcançar seus objetivos, e foram eles que me deram força para eu atingir o meu próprio objetivo na empresa." Reconhece o valor das oportunidades e da confiança que recebeu: "Não esquecerei cada palavra que ouvi deles, e agradeço por me permitirem fazer parte desta família".

Quanto à sua família de nascimento, Ezequiel relata que a mãe, Joana Marta, desde cedo foi muito atenta e rígida com a educação dele e do irmão mais velho, Isaque, contando com o apoio de Regina Célia, a tia que mora com eles. O pai, José Malaquias, afastou-se da família quando Ezequiel era bebê. "Desde de que consigo lembrar, tenho memórias de uma infância feliz, cercada de carinho e muitas brincadeiras com meu irmão. Mantenho hábitos e prazeres adquiridos desde cedo, como ir à igreja, cantar, tocar violão, mas desde os dez anos penso em ter boa carreira", complementa.●



» Ezequiel (segundo a direita) com Marcelo Rubio Tavares e a equipe do almoxarifado



De aprendiz a supervisor

Em 2012, **Taison Gomes Souza** começou como aprendiz no almoxarifado do Grupo Otávio Lage, um dos maiores grupos do setor sucroalcooleiro do Brasil, sediado em Goiás. A partir daí, tudo aconteceu muito rápido. Com apenas um mês e meio no programa, foi efetivado como auxiliar de almoxarife. Menos de quatro anos depois, surgiu nova oportunidade, dessa vez na área de manutenção de máquinas, caminhões e implementos. Após oito meses, assumiu o posto de supervisor de produção agrícola de sementes e grãos na área de soja e milho. "O Grupo me apoiou desde o início" diz Taison, que com a bolsa de estudos oferecida pela empresa cursou agronomia. "Tenho muito orgulho de ter participado do programa de aprendizagem do CIEE e é muito gratificante receber todas essas oportunidades."●



POR QUE SE CADASTRAR NO CIEE?

Porque o CIEE:

- » tem o maior número de empresas e órgãos públicos parceiros do Brasil
- » tem também a maior oferta de vagas para estágio e aprendizagem
- » tem o maior volume de serviços e apoios para facilitar o ingresso no mercado de trabalho

E É TUDO DE GRAÇA PARA O ESTUDANTE.

Para se cadastrar, clique aqui:
www.ciee.org.br

FATOS QUE VOCÊ PRECISA SABER

O CIEE é uma organização não governamental especializada em oferta de estágio e aprendizagem

O CIEE não cobra nada dos jovens cadastrados em seu Banco de Talentos

Disponibiliza cursos gratuitos online e presenciais para desenvolvimento pessoal e profissional

Oferece atendimento presencial, online e telefônico para esclarecer dúvidas e receber sugestões

Promove ampla programação cultural, com palestras, seminários, ciclos de cinema, shows musicais, concertos

★ PAINEL DE VAGAS

Vagas CIEE para aprendiz

- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** varejo. **Horário:** 9h a 15h, terça-feira a sábado. **Salário:** R\$ 1.045. **Benefício:** vale-transporte. **Requisitos:** 18-22 anos; sexo masculino; quite com o serviço militar. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03392810
- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 9h a 15h. **Salário:** R\$ 708. **Benefícios:** vale-transporte; vale-refeição. **Requisito:** 18-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Brooklin). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03393805
- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 12h30 a 18h30. **Salário:** R\$ 1.360. **Benefícios:** vale-transporte; assistência médica e odontológica. **Requisito:** 18-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Bela Vista). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03393510
- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** produção. **Horário:** 11h a 17h. **Salário:** R\$ 1.108. **Benefícios:** vale-transporte; assistência médica. **Requisito:** 18-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Parque Anhanguera). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03418158
- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 9h a 15h. **Salário:** R\$ 942. **Benefícios:** vale-transporte; vale-refeição; assistência médica. **Requisito:** 14-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03418004
- » **Curso:** Ensino médio em curso. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 9h a 15h. **Salário:** R\$ 1.045. **Benefícios:** vale-transporte; vale-refeição. **Requisito:** não há. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03402944
- » **Curso:** Ensino médio em curso. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 8h a 14h. **Salário:** R\$ 736,24. **Benefícios:** vale-transporte; cesta básica. **Requisito:** 14-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03397921
- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 10h a 16h. **Salário:** R\$ 1.360. **Benefícios:** vale-transporte; vale-refeição; assistência médica e odontológica. **Requisito:** 18-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Brooklin Novo). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03390436
- » **Curso:** Ensino médio concluído. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 9h a 15h. **Salário:** R\$ 708. **Benefícios:** vale-transporte; vale-refeição; assistência médica e odontológica. **Requisito:** 18-22 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Brooklin Paulista). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03393805
- » **Curso:** Ensino médio em curso. **Área:** arco administrativo. **Horário:** 14h a 18h. **Salário:** R\$ 477. **Benefício:** vale-transporte. **Requisito:** 15-16 anos. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o código 03413957 ●

3.090*
VAGAS PARA
APRENDIZ EM
OFERTA NO CIEE



Consulta para estudantes já inscritos
no Banco CIEE de Talentos e
inscrições para os não cadastrados:
WWW.CIEE.ORG.BR

★ IMPORTANTE

**TODOS OS SERVIÇOS CIEE SÃO GRATUITOS
PARA OS JOVENS CADASTRADOS.**

*Total em 21/01/2021, podendo haver pequena variação diária para mais ou menos.

★ PAINEL DE VAGAS

Vagas CIEE para estágio

- » **Curso:** Direito, 7º a 9º sem. **Área:** administrativa jurídica. **Horário:** 10h a 16h, com 1h de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.250. **Benefícios:** auxílio-transporte; vale-refeição. **Requisito:** carteira OAB estagiário. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03390100
- » **Curso:** Comunicação social e marketing, 4º a 8º sem. **Área:** marketing. **Horários:** 9h30 a 16h30, com 1h de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.100. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisito:** pacote Office. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03417209
- » **Curso:** Odontologia, 1º a 7º sem. **Área:** saúde. **Horário:** 12h30 a 18h30. **Bolsa-auxílio:** R\$ 900. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisito:** sexo feminino. **Local:** São Paulo/SP (bairro República). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03424307.
- » **Curso:** Hotelaria e turismo, 1º a 6º sem. **Área:** hotelaria e turismo. **Horários:** 9h a 15h15, com 15min. de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 900. **Benefícios:** auxílio-transporte; vale-refeição. **Requisito:** inglês intermediário. **Local:** São Paulo/SP (bairro Cidade Monções). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03416841
- » **Curso:** Administração, 2º a 4º sem. **Área:** administração. **Horários:** 9h a 16h, com 1h de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.200. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisito:** sexo feminino. **Local:** São Paulo/SP (bairro Vila Carrão). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03389505
- » **Curso:** Direito, 1º a 7º sem. **Área:** administrativa jurídica. **Horários:** 8h30 a 15h, com 30min. de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.500. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisito:** não há. **Local:** São Paulo/SP (bairro Centro). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03383516
- » **Curso:** Administração, 3º a 6º sem. **Área:** comercial. **Horário:** 10h a 16h. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.200. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisito:** não há. **Local:** São Paulo/SP (bairro Liberdade). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03391760
- » **Curso:** Engenharia elétrica, 3º a 6º sem. **Área:** informática/indústria elétrica. **Horário:** 8h a 14h. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.500. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisitos:** 18-27 anos; inglês avançado. **Local:** São Paulo/SP (bairro Brooklin). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03281551
- » **Curso:** Administração, 1º a 6º sem. **Área:** administrativa/gestão. **Horários:** 9h a 16h, com 1h de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.360. **Benefícios:** auxílio-transporte; vale-refeição. **Requisitos:** inglês intermediário; pacote Office. **Local:** São Paulo/SP (bairro Vila Gertrudes). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03381135
- » **Curso:** Ciência contábeis, 3º a 6º sem. **Área:** fiscal/contabilidade. **Horários:** 9h a 16h, com 1h de intervalo. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.600. **Benefício:** auxílio-transporte. **Requisitos:** sexo masculino; 17-22 anos; pacote Office. **Local:** São Paulo/SP (bairro Cidade Monções). **Contato:** (11) 3003-2433, informar o **código** 03409317 ●

★ PAINEL DE VAGAS PARA PCDS



Vagas para PCDs estágio

» Organização privada sem fins lucrativos, sediada em Jundiaí/SP, oferece vagas de estágio para pessoa com deficiência, cursando ensino superior em administração, gestão em RH, engenharia de produção, contabilidade ou marketing, para atuação nas cidades de **Paraíso/SP**; **Jundiaí/SP**; e **Sorocaba/SP**. **Área:** de acordo com o curso. **Horário:** a combinar. **Bolsa-auxílio:** R\$ 1.626. **Benefícios:** vale-transporte de R\$ 182; vale-refeição de R\$ 550; assistência médica. Enviar CV e laudo para: incluir@ciee.org.br informando no **Assunto:** Paraíso – 0338422; Jundiaí – 03371462; Sorocaba – 03392606 ●

Vagas para PCDs aprendiz

» Empresa do segmento de esportes em **São Paulo/SP** (Zona Sul), oferece vaga de aprendiz para pessoa com deficiência, para jornada de 4 horas/dia. **Horário:** a combinar. **Salário:** R\$ 552,55. **Benefícios:** vale-transporte; vale-refeição ou vale-alimentação (R\$ 400); assistência médica e odontológica. Enviar CV e laudo para: incluir@ciee.org.br informando no **Assunto:** Zona Sul de SP 3423234 ●

9.714*
VAGAS PARA
ESTÁGIO EM
OFERTA NO CIEE



Consulta para estudantes já inscritos no Banco CIEE de Talentos e inscrições para os não cadastrados:
WWW.CIEE.ORG.BR

SAÚDE



Aumentam casos de jovens com covid-19

Com a segunda onda da pandemia, veio uma notícia preocupante: o aumento do contágio em jovens de até 29 anos nos últimos meses. Segundo o governo paulista esse grupo – antes dado como pouco vulnerável à contaminação – já se aproxima dos 30%, contra os 20% registrados em junho de 2019. Além de enfrentarem as dolorosas complicações com casos sintomáticos, os jovens constituem vetores para a transmissão do vírus nos círculos familiar e de amigos, em especial entre os mais idosos.

Aqui e em outros países onde também ocorre, os infectologistas atribuem esse crescimento ao desrespeito a uma medida importantíssima para conter a disseminação do vírus: evitar aglomerações (baladas, shows, reuniões, encontro de grupos em restaurantes e bares, etc.).

Como ainda há tempo de cada um fazer sua parte para proteger a própria saúde, a dos familiares, a de amigos e outras pessoas, os especialistas reforçam as recomendações de proteção, entre as quais se destacam:

- » Lave frequentemente as mãos, utilizando água e sabão ou álcool em gel
- » Mantenha a distância segura de 1,5 a 2m de outras pessoas
- » Use máscara
- » Não toque os olhos, o nariz ou a boca
- » Não compartilhe copos, pratos e talheres
- » Se se sentir doente, fique em casa
- » Se tiver febre, tosse e dificuldade respiratória, procure assistência médica. ●



CUIDE DOS PÉS COM CARINHO

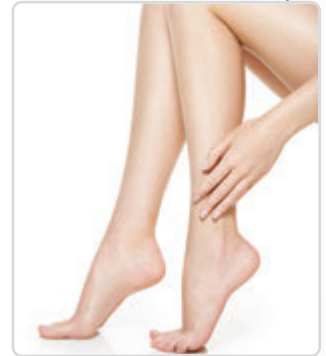
Quase todo mundo concorda que não sabe o que é pior: se dor de dentes ou dor dos pés. Dicas para a prevenção da primeira daremos numa das nossas próximas edições. Hoje vamos cuidar do conforto dos pés, com quatro conselhos simples de seguir. São eles que ajudam a sustentar o corpo e têm um grande número de músculos e articulações que precisam ser exercitados para evitar problemas como fascite plantar, fibrose, joanetas e câimbras – que afetam principalmente quem trabalha em pé ou sentando e, ainda, que anda muito.

Vamos criar coragem e praticar ter exercícios básicos, muito simples. Treine por algum tempo, e seus pés agradecerão.

1. PRESSIONE O CHÃO.

Fortalece os dedos, os arcos plantares e os músculos dos pés.

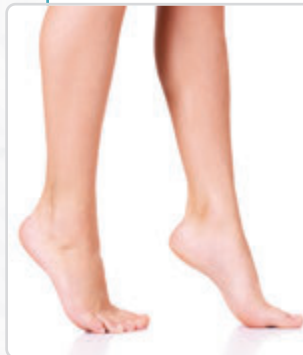
Sente-se num local confortável, de forma que seus pés fiquem firmes no chão. Levante levemente os calcanhares e pressione os dedos contra o chão por alguns segundos. Faça uma sequência de dez repetições e descanse um tempinho entre elas.



2. LEVANTE O DEDÃO.

Fortalece os chamados músculos estabilizadores dos pés, principalmente os que sustentam o arco.

Com os pés no chão, mantenha os dedos contraídos, pressionando o chão. Levante o dedão e relaxe os outros quatro por dois ou três segundos. Repita 20 vezes. Depois, faça o contrário: firme o dedão no chão e levante os outros dedos sem prostrar o pé (ou seja, entortar para fora).



3. ANDE NA PONTA DOS PÉS.

Parece brincadeira, mas é ótimo exercício para trabalhar o equilíbrio, fortalecer os pés e as panturrilhas.

Descalço, fique na ponta dos pés e ande de um lado para o outro para aquecer, durante uns 20 segundos, descanse e repita oito vezes. Com o tempo, vá aumentando o tempo e a intensidade. Quando tiver mais prática, pode repetir o exercício mais de uma vez por dia.

4. APANHE A TOALHA NO CHÃO.

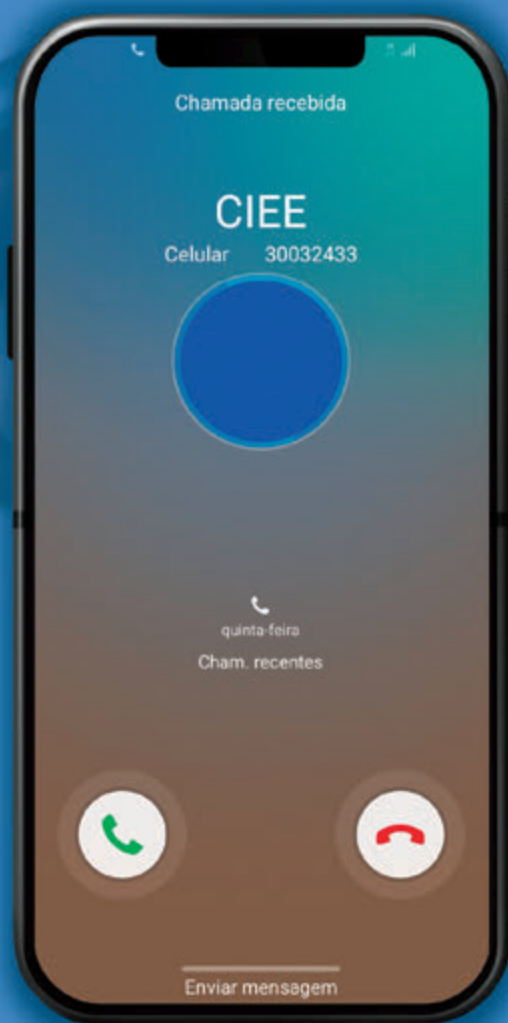
Simple e eficiente para fortalecer os músculos que mantêm firme o arco dos pés.

Coloque uma toalha macia aberta no chão e tente pegá-la com a ponta dos pés, curvando os dedos. Levante um pouco e devolva ao chão, repetindo o exercício por 5 a 10 minutos, duas ou três vezes por semana para perceber os resultados. ●

Jovem, GRAVE O NÚMERO 3003-2433 COMO "CIEE"

Assim, quando você receber uma ligação, saberá que somos nós ligando para você. Caso não consiga atender, não se desespere: basta ligar de volta, nesse mesmo telefone, que você será atendido.

O custo é de uma ligação local em qualquer região do País, mesmo que solicite o DDD.



TODO MUNDO ESTÁ CURTINDO!



**Siga o CIEE nas redes sociais e
fique atualizado!**

- ✓ Oportunidades
- ✓ Carreira
- ✓ Comportamento
- ✓ Dicas
- ✓ Atualidades



www.ciee.org.br • Telefone: 3003-2433*

* O custo é de uma ligação local em qualquer região do país, mesmo que solicite o DDD.

