

ESTÁ PROCURANDO UMA VAGA? VENHA MARATONAR NO CIEE.

- 12 mil ofertas para estágio e aprendiz
- 尽 Remuneradas e preenchimento imediato
- Inscrições gratuitas
- ↗ Oportunidades em todo o país





uma época em que está cada vez mais difícil conquistar uma boa vaga no mercado de trabalho, o CIEE organiza a 1ª Maratona de Vagas do Brasil, com a oferta de mais de 12 mil oportunidades para jovens interessados em estágio e aprendizagem – todas para preenchimento imediato, remuneradas e com mais benefícios. Como todos os serviços que presta aos estudantes, a inscrição é gratuita no CIEE, que ainda disponibiliza apoio para os candidatos às vagas, incluindo inscrições online, chat para esclarecer dúvidas, guia prático para ingressar no mercado de trabalho, etc.

Esta edição traz ainda uma boa visão de uma carreira pouco falada: a diplomacia, que tem muitos encantos, mas exige muito empenho dos candidatos. Conta também quais são os caminhos para entrar no mercado das startups, seja como empreendedor, seja como empregado ou estagiário. Para dar um tempero, revela um pouco do universo das startups que atingiram a categoria de unicórnios, com valor de mercado avaliado de um bilhão de dólares para cima.

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

Índice



» PÁGINA 3

Oportunidade | **Está procurando uma vaga? Venha maratonar no CIEE.**



» PÁGINAS 4 E 5

Ponto de partida | Exemplo de superação e compromisso social



» PÁGINA 6

CARREIRA | Os encantos e desafios da diplomacia



» PÁGINA 7 | Anúncio | 1º Maratona de Vagas do Brasil



» PÁGINAS 8 E 9

Empreendedorismo | Como ser o dono ou ser empregado em startup



» PÁGINA 10

Educação | **História**, a ciência mestra que ajudar a não repetir os erros



» PÁGINA 11 | Anúncio | Inclui CIEE



» PÁGINA 12

Dicas de português | **Crase: tirando dúvidas** Saúde | **De olho no psicológico**



» PÁGINA 13

Vagas de estágio



» PÁGINA 14

Depoimento | Multifunções

· Vagas de aprendiz



» PÁGINA 15 | Anúncio | Grave o número do CIEE



» PÁGINA 16 | Anúncio | Mídias sociais CIEE

ESTÁ PROCURANDO UMA VAGA? **VENHA MARATONAR NO CIEE.**

- » Mais de 12 mil vagas de estágio e aprendizagem
- » Preenchimento imediato
- » Inscrições online gratuitas

- » Cursos gratuitos de desenvolvimento pessoal e profissional
- » Chat para esclarecer dúvidas
- » Guia prático para orientar o acesso a mercado de trabalho

MARATONA DE VAGAS

O ANO JÁ COMEÇOU NO CIEE I

QUERO UMA VAGAI

Brasil. De 26 a 28
poníveis podem se co https://porta

Desenvolvido exc to, conta com esp ficado e recupera chat para esclared maior facilidade,

este início de ano marcado por dificuldades de conseguir vagas no mercado de trabalho, o CIEE não poderia trazer notícia melhor para os jovens: 12 mil vagas em oferta para interessados em se tornar estagiário ou aprendiz. Todas com remuneração mensal, contrato assinado, respeito às legislações específicas e mais uma série de benefícios, tais como vales para transporte, férias e outros que as empresas decidirem ofertar

Para facilitar ainda mais participação nos processos seletivos, o CIEE promove durante uma semana a 1º Maratona de Vagas do Brasil. De 26 a 28 de fevereiro, as vagas disponíveis podem ser consultadas no endereço https://portal.ciee.org.br/maratona. Desenvolvido exclusivamente para o evento, conta com espaço para cadastro simplificado e recuperação de senha, além de chat para esclarecimento de dúvidas. Para maior facilidade, o espaço possibilita dois tipos de acesso: um para quem já está cadastrado na entidade e outro para quem está chegando agora.

Se você estiver inseguro sobre como participar de processos seletivos, a recomendação é baixar gratuitamente o *Guia prático para ingressar no mundo do trabalho*, organizado pelo CIEE e disponível em www.ciee.org.br, com informações essenciais para quem está em busca da primeira oportunidade profissional.

Para estágio, podem se candidatar alunos dos ensinos médio e superior, com idade superior a 16 anos. Para aprendizagem, as oportunidades vão para jovens de 14 a 22 anos, que estejam cursando ou tenham concluído o ensino médio. Os jovens que estão cursando ensino médio e desejam uma vaga de estágio contam com uma novidade que o CIEE acaba de criar: o **Programa Jovem Talento**, que busca estimular a contratação de estudantes pelas micros e pequenas empresas, oferecendo suporte para a administração de seus estudantes, visto que a maioria não possuir em seus quadros profissionais para executar tal tarefa.

Para o jovem estudante do ensino médio, sem experiência no mundo do trabalho, o CIEE oferece gratuitamente treinamentos e cursos para desenvolver habilidades comportamentais e educacionais. Os conteúdos permitem a aquisição de comportamentos e atitudes que vão garantir o bom desempenho em atividades práticas, solucionando um dos entraves na inclusão dos jovens no mercado de trabalho. Ou seja, os estudantes preparados pelo CIEE vão aprender como agir no ambiente corporativo, cuidando desde a apresentação pessoal (roupas, higiene, etc.) até habilidades para reforçar a comunicação, integração na equipe de trabalho, uso de e-mails corporativos, respeito à hierarquia, pontualidade, bom atendimento a cliente, entre outros aspectos. •

▼ PONTO DE PARTIDA



» Anderson Campos durante o webinar Formando jovens talentos, construindo futuros

Exemplo de superação e compromisso social

cerca de 90 km a sudoeste da capital paulista, Sorocaba é capital de uma região metropolitana composta por 27 municípios. Vários indicativos a destacam no cenário nacional, como Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) de 0,798 na projeção 2020 do IBGE. Contudo, a cidade não escapa do sério problema da 'desigualdade territorial', estigma que ontem como hoje se reflete na rotina de quem busca emprego. Sobre essa questão, o advogado Anderson Campos é autoridade, primeiro por ter enfrentado preconceito por ter nascido e vivido no "bairro mais violento da região mais violenta de Sorocaba", e agora por ali atuar como conselheiro tutelar. "Quando jovem, escrever na proposta de emprego que eu morava na zona norte já era ruim, e piorava quando no endereço aparecia Vila Helena".

Hoje bem-sucedido advogado, Anderson atravessou sérias dificuldades durante a infância e a juventude, mas sua vida começou a mudar quando, "em um dia como qualquer outro, participava de joguinho de futebol como qualquer outro" e alguém se aproximou e o convidou a fazer estágio pelo CIEE. "Eu não sabia o que era CIEE, não sabia o que era estágio, mas aceitei." Fez o teste e, aprovado, começou a trabalhar no fórum da cidade e a cumprir o programa do CIEE.

"Não quero pensar nem de leve o que teria sido a minha vida, não fosse o CIEE", contando que alguns dos seus amigos da juventude estão mortos, e outros, no tráfico de drogas. "Sou exceção no bairro de onde venho, e sou exemplo também para meus irmãos, que decidiram cursar faculdade depois que me formei em direito".

No fórum, Anderson encontrou pessoas que acreditaram e semearam nele a ideia de que era possível sair da realidade na qual estava inserido. "Lembro que pessoas me traziam livros dos quais eu nunca tinha ouvido falar e, depois, descobri o quanto eram necessários para a minha vida – os livros e as pessoas que investiram na minha capacitação, no meu crescimento intelectual e como ser humano".

Tudo ia bem, mas chegou para Anderson o momento da incerteza – o término do período de estágio no fórum. Mas, como ali convivia com profissionais cientes dos seus papeis de cidadãos, foi incentivado a não desanimar. Eles fizeram currículo com muitos elogios e um deles rendeu o ingresso num dos cartórios extrajudiciais da cidade, onde estagiou por um ano, foi efetivado e permaneceu por mais dez anos.

Amigos que conquistou no trabalho também foram importantes na sua história. "Eu acreditava que fazer faculdade era coisa fora da minha realidade." Incentivado a prosseguir nos estudos, pesquisou o que era direito, o mundo das leis. "Prestei vestibular e entrei em uma das faculdades mais conceituadas da cidade." Formado, atuou como advogado, como escrevente extrajudicial e, hoje, como conselheiro tutelar – "tudo porque pessoas acreditaram que era possível investir num jovem que poderia ser rotulado como mais um a entrar na criminalidade".

Convocação para apoio à empregabilidade jovem

Se no aspecto pessoal a vida de Anderson evoluiu para muito melhor, a sua história o empurrou para enfrentar o desafio de fazer a diferença no ambiente transverso onde nasceu e cresceu, mas na outra ponta da linha. "Nós, do Conselho Tutelar, assim como aqueles que trabalham na Promotoria da Infância e Juventude, sabemos que o jovem que vende algo em semáforos está em situação irregular", explica. "Apenas elogiá-los porque 'estão trabalhando e não roubando' não leva a nada." Para ele, é preciso agir. "Ao encontrar um adolescente nessa condição, nós o encaminhamos ao CIEE, que o acolhe, o orienta, estimula o aprendizado e até procura fortalecer os vínculos da família dele."

"É por esse motivo que dou tanta importância ao programa **Jovem Talento do CIEE**, que consiste numa forma in-

teligente e possível para inserir no estágio remunerado jovens que cursam o ensino médio e o técnico." Convicto da importância de envolver as empresas conscientes de sua responsabilidade social na causa da empregabilidade jovem, ele conclui: "Deixo meu apelo para que os micro e pequenos empresários conheçam e se interessem pelo programa". Lembra que os jovens têm expectativas. "Eles querem e podem ser agentes de transformação, mas é necessário abrir portas, dar oportunidades a eles."

Como conselheiro tutelar, pede a atenção da sociedade, do Estado e do empresariado. "Façamos, todos, nossa parte. Precisamos unir forças para que a expectativa dos nossos jovens se torne realidade, e eles possam construir bom futuro, para si e como agentes de transformação da nossa nação".

Texto elaborado a partir de entrevista concedida por Anderson Campos, conselheiro tutelar em Sorocaba/SP, à jornalista Giorgia Marcucci, e de declarações proferidas durante o webinar **Formando jovens talentos, construindo futuros**, realizado em 18/11/2020 e disponível no canal Youtube do CIEE



VEJA TAMBÉM NA



» Aqui tem CIEE

Série de entrevistas pelo país mostra a atuação nacional do CIEE, adaptada à realidade de cada cidade e/ou estado

» CIEE Explica

Série de posts rápidos com dicas para estudantes e aprendizes

» CIEE Update

Vídeos rápidos com sugestões de atrações artísticas e culturais

» CIEE Filantropia

Depoimentos e entrevistas retratando as ações dos Centros de Cidadania do CIEE

» Eventos

Análise e debates sobre temas variados em webinars, palestras, seminários e outros encontros promovidos pelo CIEE

E MUITO MAIS. CONFIRA EM

PORTAL.CIEE.ORG.BR/ TV-CIEE/ **▼** CARREIRA

OS ENCANTOS E DESAFIOS DA DIPLOMACIA



esar de ser uma carreira árdua, a diplomacia fascina aqueles jovens que têm vontade de conhecer o mundo, conviver com outras realidades e participar de negociações nas áreas da economia, política e cultural, que podem fazer a diferença. O diplomata é o servidor público nomeado pelo governo para conduzir negociações oficiais, mediar relações em outros países – enfim, representar o país.

No Brasil, o ingresso nesse universo

exige nível superior em qualquer área, idade mínima de 18 anos e aprovação no rigoroso concurso de admissão a Instituto Rio Branco, dedicado a harmonizar os conhecimentos adquiridos na universidade com a formação para a carreira, a desenvolver a compreensão dos elementos centras da formulação e execução da política externa e a preparar o aluno nas práticas e técnicas da carreira.

Consideradas bem difíceis, as provas in-

cluem idiomas (além do inglês, conhecimento de espanhol e francês; e, claro, domínio do português), geografia, política internacional, economia, história do Brasil e mundial e noções de direito e direito internacional. Após a aprovação, o jovem passa a atuar como terceiro-secretário, ponto de partida para as etapas seguintes da carreira: segundo-secretário, primeiro-secretário, conselheiro, ministro de segunda classe e ministro de primeira classe ou embaixador.



Salário atraente e requisitos especiais



Em concurso público do ano passado, foram oferecidas 25 vagas, divididas em 18 para ampla concorrência, cinco para negros e duas para candidatos com deficiência, com salário inicial de 19.199 reais. Os ingressantes são preparados para tratar – sempre com foco na defesa dos interesses do país – de uma série de temas, que vão desde paz e segurança, normas

de comércio e relações econômicas e financeiras até direitos humanos, meio ambiente, tráfico ilícito de drogas, fluxos migratórios, passando pelo fortalecimento dos laços de amizade e cooperação do Brasil com seus parceiros externos.

Encantos à parte, além do crivo para ingresso, o trabalho no exterior exige disposição para mudar constantemente de país, flexibilidade para se adaptar a diferentes realidades e culturas, habilidade para interagir com diferentes interlocutores e compatibilizar interesses diversos, postura adequada a um representante de país e competência para defender os interesses nacionais. É preciso investir continuamente na formação educacional e no desenvolvimento de habilidades pessoais, como vontade de conhecer os outros e respeitar as diferenças pessoais e culturais.

A atualização em três áreas de conhecimento é importantíssima para o sucesso do profissional, considerando que estão em constante mutação: cenário econômico, do direito internacional e da história (antiga e recente dos povos), "que está na base da geopolítica". Também, o diplomata de carreira não deve ter medo de enfrentar novos desafios, que inevitavelmente virão com as transferências para vários países, cada um deles com suas peculiaridades.





PARTICIPE DA MARATONA DE VAGAS CIEE

DE 22 A 26 DE FEVEREIRO

portal.ciee.org.br/maratona



uitos jovens acalentam o sonho de trabalhar numa startup, mais ainda numa startup unicórnio. Mas, como tudo que é bom na vida, é preciso investir para concretizar as aspirações. Um exemplo é o processo de seleção para ocupar uma cobiçada vaga na Stone, startup brasileira dona da maquinha verde, uma das tops na área de meios de pagamento, com ações na Nasdaq (bolsa de valore americana para as tecnológicas) e valor de mercado de 25 bilhões de dólares, atingido em menos de dez anos de fundação.

"O processo tem nome de O Recruta, duração longa e exige muito do candidato", resume o jornalista e escritor **Daniel Bergamasco**, autor do livro *Da ideia a bilhão – Estratégias, conflitos e aprendizados das primeiras startups unicórnio do Brasil.* "O que eu assisti levou quatro meses", relata. Começa com testes online e, para as provas presenciais, o candidato recebe uma lista de livros e deve escolher um para ler. Depois de ler, é convidado a fazer a relação entre ele, os valores que enxerga na empresa e o livro. "Trata-se de observar o pensamento crítico do candidato, o que eu acho fora de série", comenta.

Daniel estende a conversa para contar sobre a finalíssima de O Recruta, que aconteceu em fazenda na cidade de Itu, interior de São Paulo. "Se o processo é extenuante, a finalíssima é ainda mais." De repente, aparece o Bernardinho do vôlei e começa a treinar – vamos lá pessoal, corram, mexam-



"O PROFISSIONAL
CONHECEDOR DE
EMPREENDEDORISMO
TRABALHA DIFERENTE,
INOVA, USA NOVAS
PRÁTICA DE GESTÃO E
CONECTA A EMPRESA
COM A NOVA ECONOMIA."

» Daniel Bergamasco



se. "Verdadeira maratona, com a presença de 200 colaboradores na empresa, para os quais os finalistas fizeram uma apresentação. "Muitos não conseguiriam trabalhar numa empresa assim, que é muito piradaça", acredita Daniel. "Para alguns, seria o inferno na Terra, porém, para quem se identifica com o estilo é oportunidade de crescimento muito rápido".

Para seu livro, ele entrevistou fundadores de dez startups, traçou seus perfis e destacou o que considera comum a todos: espírito empreendedor, grande disposição em ficar o tempo todo com a mão na massa, estudar e aprender sempre, com a leitura de livros, cursos, documentários, não importa o quanto estejam ocupados. "Escrevi o livro para disseminar o conhecimento que pode ser útil para quem deseja empreender e para quem é contratado, como eu", explica. "O profissional conhecedor de empreendedorismo trabalha diferente, inova, usa novas prática de gestão e conecta a empresa com a nova economia."

USE E ABUSE DOS CURSOS DO CIEE PARA APRENDER A SER EMPREENDEDOR

Para auxiliar o jovem a se capacitar para o empreendedorismo, inclusive em suas atividades como colaborador na empresa, a plataforma **CIEE Saber Virtual** leva o participante a entender, conhecer e aprender sobre esse mundo em crescimento. Intitulada *Empreendedorismo CIEE & Sebrae* e criada em parceria pelas duas entidades, a



preciso que a sociedade produza constantemente profissionais capacitados, corajosos e com espírito empreendedor.

Pessoas devem ser estimuladas pelo conhecimento e pelo ambiente a procurar desafios e a inovar. A educação é o instrumento fundamental para a transformação das populações. Foi isso que o Instituto Tecnológico da Aeronáutica (ITA) fez com a indústria aeronáutica brasileira e a região em que ele foi instalado. Se houvesse mais instituições educacionais do nível do ITA em outras áreas de conhecimento, certamente os cidadãos realizariam maiores proezas no desenvolvimento de empresas e do país."

**Ozires Silva*,

**engenheiro fundador da Embraer – uma das mais bem-sucedidas empresas do Brasil –, às vésperas de completar 90 anos e ainda grande defensor da causa jovem, a exemplo dos anos em que foi conselheiro do CIEE.

Foto: Johnson Barros

trilha oferece quatro cursos online, com carga total de oito horas:

- » Formando jovens empreendedores I
- » Formando jovens empreendedores II
- » Atitude empreendedora
- » Educação financeira.

Com finalidade de desenvolver habilidades empreendedoras, assim como preparar os jovens para interagir com cenários em constante mutação, os cursos são grátis e as inscrições são feitas no Portal do CIEE, com login na plataforma https://portal.ciee.org.br/estudantes/saber-virtual. Pode ser, porque não, o primeiro passo para você conseguir ser empreendedor ou sair-se bem em exigentes processos de seleção. Boa sorte!



» O webinário em que Daniel Bergamasco fala sobre o livro Da ideia ao bilhão, e conta cases de dez startups brasileiras está disponível no Canal CIEE do Youtube.







TRÊS CASOS DE SUCESSO

» 99

Primeira startup unicórnio do Brasil, em 2018 foi avaliada em um bilhão de dólares durante o processo de compra pela chinesa Didi Chu Xing, maior plataforma mundial de transportes por aplicativo. Foi lançada quando havia no mundo vários aplicativos para táxi, mas sobressaiu por série de inovações, inclusive subsidiando a tarifa por algum tempo, tirando da própria receita desconto de 30% – decisão arriscada, mas que se mostrou eficiente, pois a 99 passou a dominar o mercado.

» iFood

Quando nasceu, várias empresas de delivery existiam, mas operavam através de sites. Seus criadores foram os primeiros a pensar em aplicativo. Deu certo e acabaram comprando a grande maioria dos concorrentes já em operação.

» Stone

Outro empreendimento bem-sucedido na área de fintechs, é dona da maquininha verde (meio de pagamento) e oferece apoio na gestão de negócios. Tem ações na Nasdaq (bolsa de empresas de tecnologia dos Estados Unidos) e vale um dinheirão no mercado – 25 bilhões de dólares.

▼ EDUCAÇÃO

HISTÓRIA, A CIÊNCIA MESTRA QUE AJUDA A NÃO REPETIR ERROS

a primeira vez que a humanidade atravessa crise como a da pandemia do novo coronavírus? Com essa pergunta o jornalista e historiador **Heródoto Barbeiro** participou do lançamento do curso História da cidadania passo a passo, já disponível na plataforma CIEE Saber Virtual e que vem se somar a outros 90 deles sobre os mais diferentes temas, todos gratuitos e ofertados online.

Ele mesmo responde: "Olho para traz e vejo a crise de 1929, que abateu a Bolsa de Valores de Nova York e abalou o sistema capitalista da época e que, quando pegou o Brasil, lá por 1931, levou o país para o brejo." Lembra que, em 2020, quando a nossa economia co-

meçava a de-

colar, veio a pandemia e deu no que deu. "Dar uma espiadinha naquela crise nos ajuda a entender o que acontece agora", compara.

Com conteúdo tratado com leveza, o novo curso traz conhecimentos sobre a história do Brasil e valoriza a importância do protagonismo do jovem. O professor

David Nogueira, da Secretaria de Educação do Distrito Federal e doutor em história política contemporânea, destaca que nós somos nós, mais as nossas circunstâncias - políticas, sociais, culturais. Por isso, "é muito importante o jovem estar ligado em tudo o que acontece, entender as suas

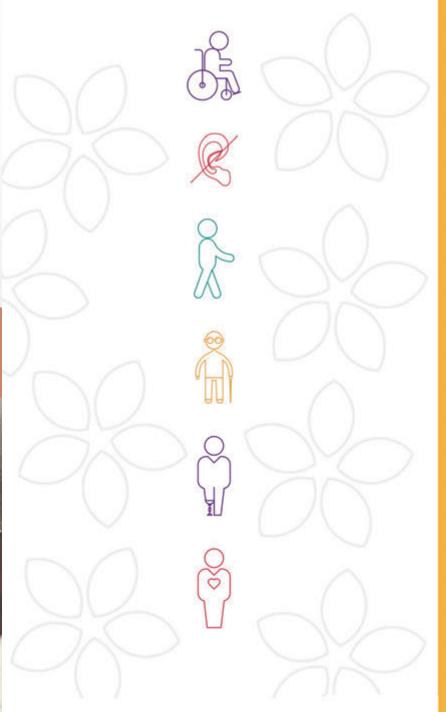
circunstâncias, o mundo que o cerca, para poder tomar as suas decisões e ser protagonista da sua vida".

Heródoto conta ter escrito o livro Com a bola no pé e a urna na cabeça, que origitimes, mas não lembrarem o nome do vereador em quem votaram na última eleição. "Quer fazer uma experiência?, provoca. "Pergunte a seu pai, sua mãe, amigo em quem eles votaram para vereador na última eleição." Ele continua indagando se saber disso leva a alguma coisa. "Sim, leva a mexer na sociedade, no dia a dia". Dá exemplo: "O vereador, em cidade pequenina, trabalha uma vez por semana e olhe lá. E o professor? Trabalha todo dia, é responsável pelo desenvolvimento do jovem. Então, por que o salário de vereador é maior do que o dele?" Ainda provocando, dispara: "Dá para mudar isso? Sim, depende de a gente ser cidadão".

O curso foi construído para cutucar o jovem, dizer coisas que importam a todos, porque precisamos construir país melhor, explica Heródoto. Não no futuro, mas agora. "Para isso, precisamos estudar, saber o que ocorre hoje, e toda vez que eu quiser saber melhor acerca do que ocorre hoje, tenho que visitar a história". E o CIEE está aí para ajudar os jovens estudantes interessados em se desenaspectos da realidade.







CAPACITAÇÃO, INCLUSÃO E DESENVOLVIMENTO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA.



- f /oficial.ciee
- oficial.ciee
- /ciee_oficial1
- in /company/oficialciee
- /oficialciee

(11) 3040-4516

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



▼ DICAS DE PORTUGUÊS



CRASE: TIRANDO DÚVIDAS



um sinalzinho de nada, que vem acima da preposição a. Passa quase despercebido, mas derruba pontos e mais pontos nas redações. Estamos falando, é claro, da crase – essa praga na vida dos estudantes, dizem muitos deles. Mas, ela não é tão difícil de ser dominada, bastando observar algumas normas. Por isso, vale voltar a assunto, até para refrescar a memória.

» SÓ PARA FEMININAS

A primeira é a regra de ouro: como é contração da preposição a com o artigo a(s), só pode vir antes de palavra feminina. Exemplos: As garotas foram à loja de sapatos. // Preste atenção às palavras do mestre.

Dica infalível: na dúvida, troque a palavra feminina por uma masculina; se aparecer o **ao**, você deve usar a crase. **Exemplo**: *As garotas foram ao cinema*.

» INDICAÇÃO DE HORA

Para indicar as horas, use sempre a crase. **Exemplo**: As aulas começam às 8 horas.

Dica: Se as horas estiverem antecedidas das preposições até, desde e para, esqueça a crase. Exemplos: Kika esperou o namorado até as 9 horas. // Logo foi embora, porque estava na fila desde as 8h30. // Remarcou o encontro para as 15 horas.

» TEMPO, LUGAR E MODO

Locuções adverbais que dão ideia de tempo (à noite, às vezes, etc.), lugar (à direita, à esquerda) e modo (às pressas, às claras, etc.) sempre pedem a crase. **Exemplo**: **Às vezes**, João se coloca à direita da mesa e faz a leitura da pauta da reunião às pressas.

» PALAVRAS MASCULINAS

Sabe aquela regrinha de ouro, que diz que crase só pode vir antes de palavras femininas? Pois é, também tem exceção. É quando antes da palavra masculina está subentendida a expressão à moda de. Exemplo: Pedro pediu um corte de cabelo à Ronaldinho Gaúcho (à moda de).

» CRASE OPCIONAL

Antes dos **pronomes possessivos femininos ou de nomes femininos**, use a crase se quiser. Isso porque, diante de tais palavras, pode vir ou não o pronome **a**, pois sem o **pronome a** não existe contração com a **preposição a**. Então, nesses casos, dê adeus à crase. **Exemplo**: *Expliquei nossa ausência a (ou à) minha professora.* // Dê bom dia **a (ou à)** Maria Rita.

Depois da **preposição até**, se a palavra seguinte for feminina, você também decide se usa ou não a crase. **Exemplo**: *Meu pai me levou até* **a** (ou á) **porta** da escola.

▼ SAÚDE

DE OLHO NO PSICOLÓGICO

uidar da própria saúde – atitude entendida em todas as dimensões da proposta – é ainda mais importante nestes tempos de pandemia, quando nos sentimos pressionados pelo distanciamento das pessoas e atividades, pela sobrecarga de preocupações, pelas incertezas quanto a futuro e outras dificuldades. Para ajudar os jovens a manter uma vida saudável, a Unicef lançou um guia com dicas de autocuidado. A **Jovem CIEE** vai reproduzir a série, começando pelo lado psicológico.

O autocuidado psicológico envolve atividades que ajudem a cuidar da saúde mental e gerenciar o estresse da rotina. Veja algumas sugestões do que você pode fazer e tente descobrir outras atividades prazerosas.



- » Escrever em um diário
- » Ler literatura que motive você
- » Permitir que os outros conheçam diferentes aspectos sobre você
- » Observar sua experiência interior perceber seus pensamentos, julgamentos, crenças, atitudes e sentimentos
- » Dedicar um tempo a uma nova área do conhecimento, participando de atividades digitais ou presenciais, como visitar um museu de arte, ouvir música, desvendar histórias, acompanhar um evento esportivo ou assistir a uma performance teatral
- » Ser curioso(a)
- » Dizer "não" às responsabilidades extras às vezes e respeitar os próprios limites
- » Buscar ajuda quando não conseguir resolver questões que promovem o sofrimento interno.

★ PAINEL DE VAGAS

Vagas CIEE para estágio

- » Cursos: Administração, comunicação social, marketing, 3° a 6° sem. Área: comercial. Horário: 10h a 16h. Bolsaauxílio: R\$ 1.200. Benefício: auxíliotransporte. Requisito: não há. Local: São Paulo/SP (bairro Liberdade). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03391760
- » Curso: Ciências econômicas, 1º a 3º sem. Área: financeira. Horário: 12h30 a 18h30. Bolsa-auxílio: R\$ 900. Benefício: auxílio-transporte. Requisito: pacote Office. Local: São Paulo/SP (bairro República). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03447766
- » Curso: Direito, 8° sem. Área: processos. Horário: 10h a 13h; 14h a 17h. Bolsaauxílio: R\$ 1.000. Benefício: auxíliotransporte. Requisito: sexo masculino. Local: São Paulo/SP (bairro Vila Buarque). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03439118
- » Curso: Administração, 1º a 6º semestre. Área: administrativa/gestão. Horários: 8h; 12h; 13h; 16h. Bolsa-auxílio: R\$ 1.360. Benefícios: auxílio-transporte; vale-refeição. Requisitos: inglês intermediário e pacote Office. Local: São Paulo/SP (bairro Vila Gertrudes). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03381135
- » Curso: Administração, a se formar de 12/2022 até 12/2024. Área: administrativa. Horários: 8h; 12h; 13h;

- 15h. Bolsa-auxílio: R\$ 1.200. Benefício: auxílio-transporte; vale refeição. Requisito: pacote Office. Local: São Paulo/SP (bairro Cidade Monções). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03432971
- » Empresa do segmento de aromas, sediada em Barueri/SP (bairro Tamboré/, região de Alphaville), oferece vaga de estágio para universitários negros, cursando administração de empresas, economia, relações internacionais, farmácia e química, a partir do 2º semestre, com disponibilidade para estagiar por dois anos. Bolsa: R\$ 1.950. Benefícios: valetransporte: assistência médica e odontológica; seguro de vida; van para transporte com saída de diferentes pontos. Enviar CV e laudo para inclui@ciee.ong.br informando no Assunto: Vaga Diversidade Negros e Pardos 03440543 •

Estágios para PCD

» Entidade privada sem fins lucrativos oferece vaga de estágio para estudantes com deficiência, cursando ensino superior em administração, gestão em RH, engenharia de produção, publicidade ou marketing, para atividades nas regiões de Paraíso/SP, Jundiaí/SP e Sorocaba/SP. Área: de acordo com o curso. Horário: a combinar. Bolsa-auxílio: R\$ 1.626. Benefícios: auxílio-transporte (R\$ 182); vale-refeição de (R\$ 550); assistência médica. Enviar CV e laudo para: inclui@ciee.ong.br, informando no Assunto: Jundiaí -03371462: Sorocaba -03392606: Araraguara: Santana - 3419881: São João da Boa Vista - 3431002 •



11.007* **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



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



uando ingressou no Grupo Otávio Lage como aprendiz, Douglas Fernandes Silva não tinha expectativa de ser efetivado, porque se tratava do seu primeiro emprego. Mesmo assim, fez o seu melhor, o que rendeu a efetivação ao final do programa, em 2010, quando foi transferido para a área de confinamento, uma das quais havia atuado como aprendiz, no cargo de auxiliar técnico da rastreabilidade Sisbov e nutrição de animais em engorda. Em 2016, promovido a analista de certificação do controle de rebanho, passou a atuar na

área de melhoramento genético bovino, produção de touros, comunicação digital da nelore OL, estoque animal das fazendas e assistência técnica aos profissionais que trabalham nas fazendas do grupo em Goiás e Tocantins. Participa, ainda, de projetos importantes da empresa, como a comercialização de touros nelore OL e projetos de desenvolvimento de lideranças (PDL). "As perspectivas são as melhores. Agradeço a todos que acreditaram e confiaram em mim, e ao Programa Jovem Aprendiz, que me deu essa oportunidade."

★ PAINEL DE VAGAS

Vagas CIEE para aprendiz

- » Curso: Ensino médio concluído. Área: arco administrativo. Horário: 9h a 15h. Salário: R\$ 942. Benefício: valetransporte; vale alimentação. Requisito: não há. Local: São Paulo/SP (bairro Centro). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03418004
- » Curso: Ensino médio cursando. Área: arco administrativo. Horário: 8h a 14h. Salário: R\$ 996. Benefícios: valetransporte; restaurante no local. Requisito: não há. Local: São Paulo/SP (bairro Centro). Contato: (11) 3003-2433, informar o **código** 03444991
- » Curso: Ensino médio concluído. Área: arco administrativo. Horário: 9h a 15h. Salário: R\$ 708. Benefício: valetransporte. Requisito: 18 a 21 anos.

- Local: São Paulo/SP (bairro Brooklin). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03383488
- » Curso: Ensino médio concluído. Área: arco administrativo. Horário: 9h a 15h. Salário: R\$ 798. Benefícios: valetransporte; vale-refeição. Requisito: 18 a 22 anos. Local: São Paulo/SP (bairro Vila Cordeiro). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03408397
- » Curso: Ensino médio concluído. Área: arco administrativo. Horário: 9h a 13h: e 13h a 17h. Salário: R\$ 500. Benefício: vale-transporte. Requisito: 18 a 22 anos. Local: São Paulo/SP (bairro Cidade Monções). Contato: (11) 3003-2433, informar o código 03448783 •

Vagas para PCD aprendiz

» Empresa no segmento de esportes, sediada na Zona Sul de São Paulo/SP, oferece vaga de aprendiz para pessoas com deficiência, para jornada de 4 h/dia. Horário: a c ombinar. Salário: R\$ 552,55. Benefícios: vale-refeição ou vale-alimentação (R\$ 400); vale-transporte; assistência médica e odontológica. Enviar CV e laudo para: inclui@ciee.ong.br informando no Assunto: Zona Sul de SP 3423234 •

3.437* **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



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

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!





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