



O Gabinete de Inserção Profissional (GIP) do Município de Cuba tem por objetivo apoiar jovens e adultos desempregados na definição ou desenvolvimento do seu percurso de inserção ou reinserção no mercado de trabalho, em estreita articulação com os Centros de Emprego.

**Público-alvo:**

Jovens à procura do 1º emprego

Desempregados à procura de novo emprego e/ou de reconversão profissional

Ativos em risco ou não de desemprego

**Objetivos:**

- Acolhimento;
- Informação;
- Orientação profissional;
- Apoio e acompanhamento dos jovens/adultos desempregados à procura de uma formação e/ou emprego.

**Atividades contratualizadas:**

- Sessões de informação sobre medidas de apoio ao emprego, de qualificação profissional, de reconhecimento, validação e certificação de competências e de empreendedorismo;
- Sessões de apoio à procura de emprego – Desenvolvimento de Técnicas de Procura de Emprego;
- Receção e registo de ofertas de emprego;
- Elaboração e apresentação de mapas relativos às atividades desenvolvidas;
- Divulgação e encaminhamento para Medidas de Emprego, Qualificação e

Empreendedorismo;

- Promover a articulação com entidades promotoras de formação internas (Centros de Formação Profissional) e externas ao IEFP, IP.

### Links de Interesse

- <http://www.cm-cuba.pt/concursos.php>
- <https://www.bep.gov.pt/>
- <http://ec.europa.eu/eures/home.jsp?lang=pt>
- [www.net-empregos.com](http://www.net-empregos.com)

Todos os dias, dezenas de ofertas de emprego a nível nacional em diversas áreas: comercial, serviços, tecnologias, etc.

- [www.superemprego.pt](http://www.superemprego.pt)

Diariamente, uma atualização de ofertas a nível nacional, para as áreas de Grande Consumo e Distribuição; Tecnologias de Informação e Informática, Ensino e Formação; Marketing e Publicidade, Banca e Seguros e Telecomunicações.

- [www.empregosmanager.pt](http://www.empregosmanager.pt)

O Empregos Manager é um portal de anúncios de emprego e formação em Portugal e no estrangeiro. O candidato tem possibilidade de elaborar um CV Online e de receber alertas instantâneos de emprego após ativar a ferramenta “Olheiro”.

- [www.ofertas-emprego.com](http://www.ofertas-emprego.com)

O ofertas-emprego.com é um projeto que pretende divulgar Ofertas de Emprego em Portugal. Todas as ofertas de emprego listadas são gratuitas, tanto para particulares como para empresas.

**Empresas de recursos humanos** que disponibilizam os serviços de recrutamento e seleção, outsourcing, trabalho temporário, call-center, entre outros:

[www.adecco.pt](http://www.adecco.pt)

[www.select.pt](http://www.select.pt)

[www.vedior.pt](http://www.vedior.pt)

[www.manpower.pt](http://www.manpower.pt)

[www.forumselecao.pt](http://www.forumselecao.pt)

[www.flexilabor.pt](http://www.flexilabor.pt)

## **Técnicas de Procura Activa de Emprego**

- Tem um curriculum vitae bem elaborado e atualizado?
- Sabe redigir uma carta de apresentação?
- Sabe como responder a um anúncio de oferta de emprego?
- Sabe como comportar-se numa entrevista de emprego?

Uma atitude dinâmica, ativa e positiva é fundamental para um plano de procura de emprego coerente e empenhado. Dominar as técnicas de procura de emprego faz parte integrante desta atitude, pelo que o GIP disponibiliza ajuda especializada, com o objetivo de dotar os seus utentes destas competências.

**Contacte-nos! Nós ajudamo-lo/a.**

## **GIP - Gabinete de Inserção Profissional**

De 2<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup> Feira das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

Câmara Municipal de Cuba  
Rua Serpa Pinto, 84  
7940-172 Cuba  
Tel. 284419900 - Fax 284415137

E-mail: [gip@cm-cuba.pt](mailto:gip@cm-cuba.pt)

Técnica do GIP: Cristina Candeias