

# CURRICULLUM VITAE



Nome: Sílvia Cristina Soares Rosa Duque

Filiação: Edmundo Fernando Duarte Rosa Duque

Maria Lurdes Silva Soares Rosa Duque

Naturalidade: S. João do Souto, Braga

Residência: Rua José António Cruz n182 r/c dr firt

S. Vitor – Braga

Data de Nascimento: 28 Dezembro 1973

Estado Civil: Solteira

B.I.: 10369340 8ZY5 Arq.: Braga Validade: 02/11/2020

N. Fiscal: 212979230

N. Benef.: 10296143243

Carta de Condução: BR - 288038 9 Categoria: B

## **Habilitações Literárias:**

- 10º Ano Área Saúde – Esc. Sec. D. Maria II
- 10º Ano Área Desenho – Esc. Sec. D. Maria II
- 12º Ano Área de Design – Esc. Profissional Braga
- 12º Ano Área de Estética e Cosmetologia - Nível 4 – Esprominho Braga
- Bacharelado - Técnico Auxiliar de Saúde – Nível 5 – Mazagão - IEFP

## **Habilitações Técnico - Profissionais:**

- Curso Técnico Design de Construção Civil – Esc. Profissional Braga
- Curso Técnico Inglês – Esc. Técnica de Exeter England
- Curso Técnico Castelhana – Esc. Técnica de Hotelaria Coruña – Colégio Liceu Los Lagos
- Curso Técnico de Gestão de Grupos - ASCREDNO/Esprominho – Esc. Profissional do Minho
- Curso técnico de Esteticismo e Cosmetologia – Esprominho – Esc. Profissional do Minho
- Curso Técnico de Socorrismo – ASCREDNO/ Esprominho – Esc. Profissional do Minho

- Curso Técnico de Animação Sociocultural – ASCREDNO/Esprominho – Esc. Profissional do Minho
- Curso Técnico Auxiliar de Saúde – Nível 5 – IEFPP- Mazagão
- Curso Técnico Higiene e segurança no Trabalho- SEFOSAPE – UGT Braga

### **Habilitações Profissionais:**

- Operadora de hotelaria – Grupo McDonald’s Braga (18 meses)
- Operadora de Loja – Éden Lingerie (1 ano)
- Técnica Gestora de Vendas – Grupo Sonae (9 meses)
- Promotora - Vendedora (Agros, Adega Cooperativa Redondo) (Part-time/ 1 ano)
- Rececionista – Operadora Turística – Gerente de Loja -Vip Travel – Agência de Viagens (5 anos)
- Estágio de Formação de Esteticismo e Cosmetologia – Gabinete de Estética “Lurdes & Júlia” (3 meses)
- Esteticista e Cosmetologista – Gabinete de Estética “Lurdes & Júlia” (8/9meses)
- Estágio de Formação de Técnico Auxiliar de saúde – Grupo Mello – Hospital Escala Braga- Serviço de Ortopedia (210h)
- Assistente Operacional – Técnica Auxiliar de Saúde – Grupo Mello – Hospital Escala Braga- Serviço de Cirurgia geral (3/6 meses)
- Assistente Operacional – Técnica Auxiliar de Saúde – Grupo Mello – Hospital Escala Braga- Serviço de Unidade Cuidados Intensivos. (Maio 2016 até Março 2017)
- Assistente Operacional – Técnica Auxiliar de Saúde – Grupo Mello – Hospital Escala Braga- Serviço de Gastroenteriologia exames e consultas. (Maio 2016 até Março 2017)
- Assistente Operacional – Técnica Auxiliar de Saúde – Hospitais Luz – Hospital privado de Guimarães – Serviço de Internamento (Abril /Julho 2017)
- Assistente operacional de controlo qualidade - Bocsh Car Multimédia (Outubro 2017 / Setembro 2018)
- Assistente Operacional – Técnica Auxiliar de Saúde – Grupo Lusiadas – Clinica Sta Tecla Braga – Serviço de Internamento ((Outubro 2017 até Novembro 2018)
- Operadora de Hotelaria – SKIARENA – Bergrestaurant Milez – (Dezembro 2018 até Abril 2019)

- Assistente Operacional-Técnica Auxiliar de Saúde- Casa saúde do Bom Jesus, Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração – Ala 2 S. Bento – (Junho 2019 até à data)

### **Habilitações Extracurriculares:**

- Formação em Informática a nível do Operador – Obtida no curso Técnico de Design
- Formação de Primeiros Socorros – Obtidos nos cursos Técnico de Esteticismo e no curso Técnico Auxiliar Saúde.
- Formação de Primeiros Socorros Infantis – Workshop técnico no Hospital Lusíadas Porto.

### **Aptidões e competências pessoais**

Diversificação de conhecimentos em ambiente hospitalar por aprendizagem directa nos respectivos serviços.

Aquisição de conhecimentos de materiais específicos sua utilização e respectivo trato.

Excelente capacidade de adaptação e integração.

### **Língua materna**

Português

Outra (s) língua (s)

Auto-avaliação

Compreensão				Conversação				Escrita	
Compreensão oral		Leitura		Interacção oral		Produção oral			
Inglês	Excelente	Inglês	Excelente	Inglês	Excelente	Inglês	Excelente	Inglês	Muito bom
Francês	Muito Bom	Francês	Muito Bom	Francês	Razoável	Francês	Razoável	Francês	Razoável
Cast.	Muito Bom	Cast.	Muito Bom	Cast.	Muito Bom	Cast.	Bom	Cast.	Razoável

### **Aptidões e competências Sociais**

Interacção com os outros em contextos formais ou informais, com capacidade de diálogo e discussão de ideias.

Competências verbais adequadas a diferentes situações sociais.

Boa capacidade de se adaptar a novos contextos, sejam eles de natureza pessoal, escolar ou profissional, respondendo de forma satisfatória ou boa às exigências que lhe são colocadas. Gosta particularmente de dinamizar grupos de debate, sabendo estimular os outros a exporem os seus pontos de vista e debaterem as divergências, numa lógica de exposição de argumentos e apresentação de hipóteses possíveis para a resolução dos problemas.

### **Aptidões e competências de Organização**

Boa capacidade de coordenar um projecto, a nível profissional. Apresenta bons resultados na gestão de recursos humanos e materiais. Boa relação com a equipa de trabalho, procurando solucionar problemas através do diálogo. Participação activa na planificação e organização de actividades.

### **Aptidões e competências Artísticas**

Capacidade de produção criativa