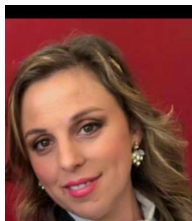


## INFORMAÇÃO PESSOAL



## Tânia Sofia Pires da Silva

📍 Rua do Lagar n.91, 4845-024 Rio Caldo Braga (Portugal)

📞 963818721

✉️ sofiasilv153@gmail.com

POSTO DE TRABALHO A QUE  
SE CANDIDATA

## Assistente Operacional

## EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

01/02/2013–22/11/2019

## Socorrista

Cruz Vermelha Portuguesa de Rio Caldo, Braga (Portugal)

- Contacto direto com doentes em situações de emergência, prestando-lhe cuidados de primeiros socorros, aplicando técnicas de alívio de dor e sofrimento, criando empatia socorrista/doente por forma a acalmá-lo e conscientizá-lo do seu estado.
- Transporte de doentes urgentes e não urgentes, nomeadamente doentes em situação de emergência e criando condições de segurança no seu transporte, acomodando-os de forma segura e acompanhando-os do início ao fim do seu socorro. No caso de doentes não urgentes: acompanhamento em consultas, fisioterapia e todas as demais que forem necessárias.
- Faturação: elaboração de faturas/recibos dos serviços prestados.
- Requisição de material nas lojas de venda de material hospitalar.
- Limpeza e higienização de ambulâncias e de todo o material existente nas mesmas e reposição de material em falta.

## EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

17/09/2018–30/11/2018

## Técnico de Ambulância e Socorro

Escola de Socorrismo da Cruz Vermelha Portuguesa, Braga (Portugal)

- Suporte Básico de Vida Pediátrico e Adulto com DAE;
- Emergências de Obstetrícia e reanimação neonatal;
- Emergências Pediátricas;
- Competências psicológicas;
- Emergências Médicas;
- Emergências de trauma; Técnicas de extração e imobilização de vítimas;
- Estágio de integração em Ambulâncias do INEM.

18/09/2006–14/06/2009

## Técnico de Termalismo nível III

Escola Profissional Amar Terra Verde, Braga (Portugal)

- Técnicas de Hidroterapia;
- Técnicas e Terapia de Apoio à Actividade Termal;
- Saúde e Termalismo.

## COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna Portuguesa

## Línguas estrangeiras

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
Espanhol	A2	A2	A2	A2	A1
Francês	A2	A2	A2	A2	A1
Inglês	A1	A1	A1	A1	A1

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 capacidade de comunicação e interação.
- Facilidade de enquadramento nas dinâmicas de grupo e rápida adaptação aos modelos de trabalho.

## Competências de organização

- Boa capacidade de organização e rapidez na tomada de decisões priorizando o que é fundamental em momentos de pressão.
- Facilidade em lidar com momentos stressantes, desafiadores e imprevisíveis.
- Estas capacidades foram adquiridas em contexto laboral mais concretamente na prestação de socorro e auxílio em emergência médica.

## Competências relacionadas com o trabalho

- Conhecimento de técnicas de auxílio e primeiros socorros.

## Competências digitais

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador independente	Utilizador independente	Utilizador independente	Utilizador básico	Utilizador independente

Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

Carta de Condução B1, B