



Ana Rita Torres

Data de nascimento: 26/05/1997

Nacionalidade: Portuguesa

CONTACTO

 Rua Marques Araújo, 32 3 esq.
4765-659 Delães, Portugal
(Casa)

 anaritatorres18@gmail.com

 (+351) 919405943

SOBRE MIM

Sou uma pessoa que facilmente causo empatia nos outros pois manifesto simpatia e amabilidade tanto nas relações pessoais e profissionais. Demonstro um enorme sentido de responsabilidade dando sempre o máximo de mim naquilo em que me comprometo tendo também bastante facilidade em adaptar-me a diferentes situações aprendendo rapidamente algo que possa desconhecer. Graças ao meu fascínio pelo relacionamento com crianças decidi fazer o meu 12º ano através do curso de Técnica Auxiliar de Saúde, tendo concretizado o primeiro sonho ao estagiar numa creche sendo bem sucedida, o que me garantiu uma ótima nota (18 valores), isto também demonstra o meu grande profissionalismo e empenho nas tarefas propostas.

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

● **PT Empresas** Santo Tirso, Portugal

Operador de central telefónica

10/10/2017 – 09/01/2018

Gestão de visitas dos comerciais junto dos clientes através de chamada telefónica.

● **Polopiqué** Vilarinho, Portugal

Operadora de máquinas têxteis

06/11/2018 – 06/08/2019

Operar máquinas têxteis em torno da confeção de camisas.

● **MARIA ROSINDA MOREIRA RIBEIRO, UNIPESSOAL, LDA** Lordelo, Portugal

Operadora de embalagem e enchimento

11/07/2020 – 16/01/2021

Embalamento de peças têxteis.
Ajudante na organização do trabalho

● **Schaubtec - Tecnologia, Com. Máquinas E Acessórios Ópticos, Unip. Lda**
Delães, Portugal

Função não Específica

03/11/2020 – 28/02/2021

Verificação de material chegado à empresa e embalagem do mesmo.
Outras funções designadas para o dia, pelo chefe.

● **Ana Andrade, Unipessoal, Lda** Delães, Portugal

Costureira

08/03/2021 – 30/05/2024

Operar em máquinas de costura.

● **Centro Social Paroquial de Avidos** Famalicão, Portugal

Auxiliar de Saúde

01/06/2024 – 30/05/2025

- Prestação de cuidados de higiene e conforto aos idosos (banho, higiene pessoal, vestir e mobilização).
- Apoio nas atividades de vida diária, promovendo a autonomia e o bem-estar dos utentes.
- Ajuda na alimentação e hidratação dos residentes, de acordo com as necessidades individuais.
- Acompanhamento e vigilância do estado geral de saúde dos idosos, comunicando alterações à equipa de enfermagem.
- Apoio na mobilização, transferência e posicionamento dos utentes, utilizando técnicas seguras.

- Administração de medicação sob orientação e supervisão da equipa de enfermagem.
- Higienização e preparação dos quartos, materiais e equipamentos.
- Acompanhamento dos idosos em consultas, atividades de lazer e deslocações.
- Trabalho em equipa com enfermeiros, médicos e restantes profissionais de saúde.

Pluricosmética - Comércio de Produtos de Cosmética, S.A Guimarães, Portugal

Lojista

01/06/2025 – Atual

- Atendimento e aconselhamento personalizado ao cliente.
- Venda de produtos e operação de caixa.
- Reposição de stock e organização do espaço comercial.
- Receção de mercadoria e controlo de inventário.
- Apoio na implementação de campanhas promocionais e objetivos de vendas.

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

10/09/2013 – 15/07/2016 Vizela, Portugal

Técnica Auxiliar de Saúde Escola Secundária de Caldas de Vizela

Higiene e Segurança no Trabalho

Cuidados Paleativos

Português

Inglês

Área de Integração

Tecnologias de Informação e Comunicação

Educação Física

Matemática

Física e Química

Biologia

Saúde

Gestão e Organização dos Serviços e Cuidados de Saúde

Comunicação e Relações Interpessoais

Estágio

Endereço R. Joaquim da Costa Chicória 1, 4815-513, Vizela, Portugal | **Área de estudo** Saúde sem definição precisa |

Classificação final 20 valores | **Nível no QEQ** Nível 4 QRQ | **Classificação nacional** 20

COMPETÊNCIAS LINGUÍSTICAS

LÍNGUA(S) MATERNA(S): português

Outra(s) língua(s):

inglês

Compreensão oral A1

Leitura A1

Escrita A1

Produção oral A1

Interação oral A1

Níveis: A1 e A2: Utilizador de base; B1 e B2: Utilizador independente; C1 e C2: Utilizador avançado

COMPETÊNCIAS

Conhecimentos informáticos na ótica do utilizador | Microsoft Office | Gosto pelo trabalho em equipa | Gmail