MANUAL PARA A INTERVENÇÃO DE MOTIVAÇÃO/SENSIBILIZAÇÃO DOS JOVENS NEET

(*Young people Neither in Employment nor in Education and Training*)

POAT/FSE: Gerir, Conhecer e Intervir

Título: MANUAL PARA A INTERVENÇÃO DE MOTIVAÇÃO/SENSIBILIZAÇÃO DOS JOVENS NEET

Autores: BEJA, Isabel; CIDRAIS, Álvaro; SOARES, Maria Cândida & FIALHO, José

SERGA - Serviços, Organização e Informática - 2015
Av. da República, nº 6-7º Esq.
1050-191 Lisboa
Telef. 213 909 385 | 211 582 102
Fax. 213 195 609
www.serga.pt

MANUAL PARA A INTERVENÇÃO DE MOTIVAÇÃO/SENSIBILIZAÇÃO DOS JOVENS NEET

(*Young people Neither in Employment nor in Education and Training*)

Se és um jovem desempregado ou que não estás a estudar ou a frequentar um curso de formação profissional podes aqui encontrar um conjunto de dicas e sugestões que julgamos úteis na relação com o mercado de trabalho, mas também na reflexão sobre ti próprio – dotando-te de ferramentas de apoio que permitem uma reflexão sobre o que queres ser e como lá chegar.

Este manual integra ainda, de forma organizada e sistematizada um conjunto de medidas de reinserção no sistema de ensino e de formação e de integração no mercado de trabalho, disponibilizadas pelas políticas publicas, nomeadamente através do IEFP, que poderás aproveitar, de forma a melhorares as tuas qualificações e/ou evitar estadias prolongadas na situação de desemprego.

I - O QUE QUERO SER E COMO LÁ CHEGAR?

DICAS E FERRAMENTAS DE APOIO À DEFINIÇÃO DO PERCURSO DE VIDA

A maioria dos jovens não se tornam NEET por opção – a maioria simplesmente não encontra uma oportunidade de estudo ou de trabalho que satisfaça as suas necessidades, ou então tem um percurso de insucessos e de exclusão que se iniciaram na escola que dificulta a definição dos percursos de vida e a afirmação no mundo do trabalho.

A **identificação do que é atrativo** para os jovens é essencial para que alcancem as competências que precisam para a vida e para o trabalho. É fundamental **saberes identificar os talentos, os recursos, os relacionamentos e os conhecimentos que temos de modo a definir a esfera de poder e os desafios que podemos assumir. Fundamental também saber identificar e contrariar as «ideias bloqueadoras», os pensamentos e as crenças negativas.**

Dica: E quando nós próprios não acreditamos que somos capazes de fazer alguma coisa, alguém vai acreditar em nós?

Se não se sabe para onde se quer ir torna-se difícil chegar a um local que agrade. Assim, é **fundamental saber onde e quando se quer chegar para escolher o melhor caminho a percorrer**, caso isso não acontece corre-se o risco de andar em círculos sem nunca sair do mesmo sitio.

Dica: Se queremos ser donos das nossas vidas e ter controlo, não podemos ficar dependentes da ação dos outros!

As três matrizes que se seguem, utilizadas com sucesso no âmbito de duas ações de sensibilização/motivação de jovens NEET – metodologia de *coaching* pretendem ajudar a arrumar ideias para a definição de objetivos e de percursos de vida. De forma a clarificar o modo como poderão ser utilizadas, foram preenchidas com exemplos práticos decorrentes dessas mesmas sessões.

1º MATRIZ " A MINHA VIDA É UMA FOLHA EM BRANCO...PODE SER..... O QUE DELA FIZER"

Para o preenchimento desta matriz deves ter em consideração que **todos temos um talento que devemos valorizar, independentemente das qualificações.** Não nos podemos fixar nas falhas e nas ideias de que não somos capazes de fazer.

Tudo é possível, passo a passo, com tempo, dedicação, um projeto, alguma criatividade e ação; Todos devemos aprender sempre e acreditar e nós; Todos temos de aprender a comunicar muito bem com os outros; Devemos manter os amigos e criar outros, de preferência, diferentes. **Com uma atitude positiva, a história de insucessos podes transformar-te numa história de sucessos. O que custa é o primeiro passo.**

Não basta ficares à espera do que está à tua volta, tem que se ter uma atitude positiva e não desistir do sonho. Nesta perspetiva, é importante definires:

1. **Onde quero chegar, para quê e quem pode ajudar.**
2. **Acreditares no teu talento** (**aquilo que fazes bem**) e perceber quem é que precisa do que se sabes fazer e se estás em condições de o satisfazer. Fundamental perceber quais são os **recursos** que tens para o conseguir (**conhecimentos, qualificações, relações/redes, amigos, etc...).**

Assim que tenhas uma visão que oriente o caminho que queres tomar, é mais rápido e fácil perceberes aquilo que deves fazer para obter o resultado desejado.

Exercício de Reflexão e Apoio ao Preenchimento da Matriz

imagina o que será a tua <u>profissão daqui a 3 anos</u> e começa a preparar-te, questionando:

- **Que tipo de conhecimentos vou precisar?**
- **Que línguas vou necessitar de saber?**
- **O que tenho que aperfeiçoar em termos informáticos ou de técnicas de apresentação?**
- **Existe alguma ferramenta ou curso para o qual deva fazer uma certificação?**

Não fiques à espera que te digam o que tens que fazer. Não desistas do teu objetivo apenas por achares que tens Baixas Qualificações ou que já é tarde para começar.

A maior de todas as limitações é a falta de crença/capacidade para acreditar!!!!!

A **minha vida** é uma folha em branco … pode ser … o que dela fizer

Qual é o meu maior sonho? **Onde quero chegar? Para quê?** Com quem?

Exemplo: *O meu maior sonho é ir* ***trabalhar para uma empresa nos Estados Unido****s para ser um jovem bem sucedido e vencedor. Terei que perceber quais são as qualificações e as áreas de trabalho mais requeridas, de que forma funciona o mercado de trabalho e quanto dinheiro preciso para aguentar os primeiros tempos. Deverei ver quem em Portugal me poderá ajudar, quer a nível de instituições, como de amigos e/ou conhecidos que tenham passado pela mesma experiência e de que forma a família me pode apoiar. Deverei preparar-me com as competências pessoais, sociais e profissionais para estar apto para este desafio. Se necessário deverei voltar a estudar devendo identificar qual a área de ensino formal ou profissional, que mais se adequa. Daqui a três anos quero estar nos EUA. Deverei definir um plano de tempo e de ações para concretizar este meu sonho.! Também deverei ver qual a melhor cidade e/ou Estado e conhecer um pouco da sua cultura.*

O que é que faço bem? O que estou disposto a fazer? Quais os recursos que tenho e posso usar? **O que posso entregar/dar (aos outros)?**

Exemplo: *Eu* ***sou bom em informática****, faço uns biscates para uma empresa e os clientes até valorizam e vêm pedir mais trabalho. O problema é que sou um autodidata, aprendi com a prática, só tenho o 9º ano e as minhas qualificações não estão certificadas. Passo recibos verdes, ou às vezes nem isso, a questão é que sem ser desta forma ninguém me contrata o serviço. Também não tenho condições para abrir uma empresa, por isso vou-me mantendo assim, aguardando que o Instituto de Emprego me arranje uma solução. Se sou tão bom e reconhecido pelos clientes, deverei avaliar porque é que quando vou às entrevistas as empresas não me contratam. Verifico que geralmente pedem no mínimo o 12ºano. Talvez deva certificar as minhas competências. Tenho que ver que cursos existem e como conciliar com eventual trabalho. Também poderei fazer trabalho voluntário nesta área de trabalho, de forma a poder evidenciar aos outros o que faço bem e, já agora, valorizar o meu Curriculum Vitae, demonstrando que me integro bem em organizações.*

2º MATRIZ " SENTIDO DA EXISTÊNCIA"

Todos os sectores de nossa vida precisam da devida atenção para que possamos viver em equilíbrio.

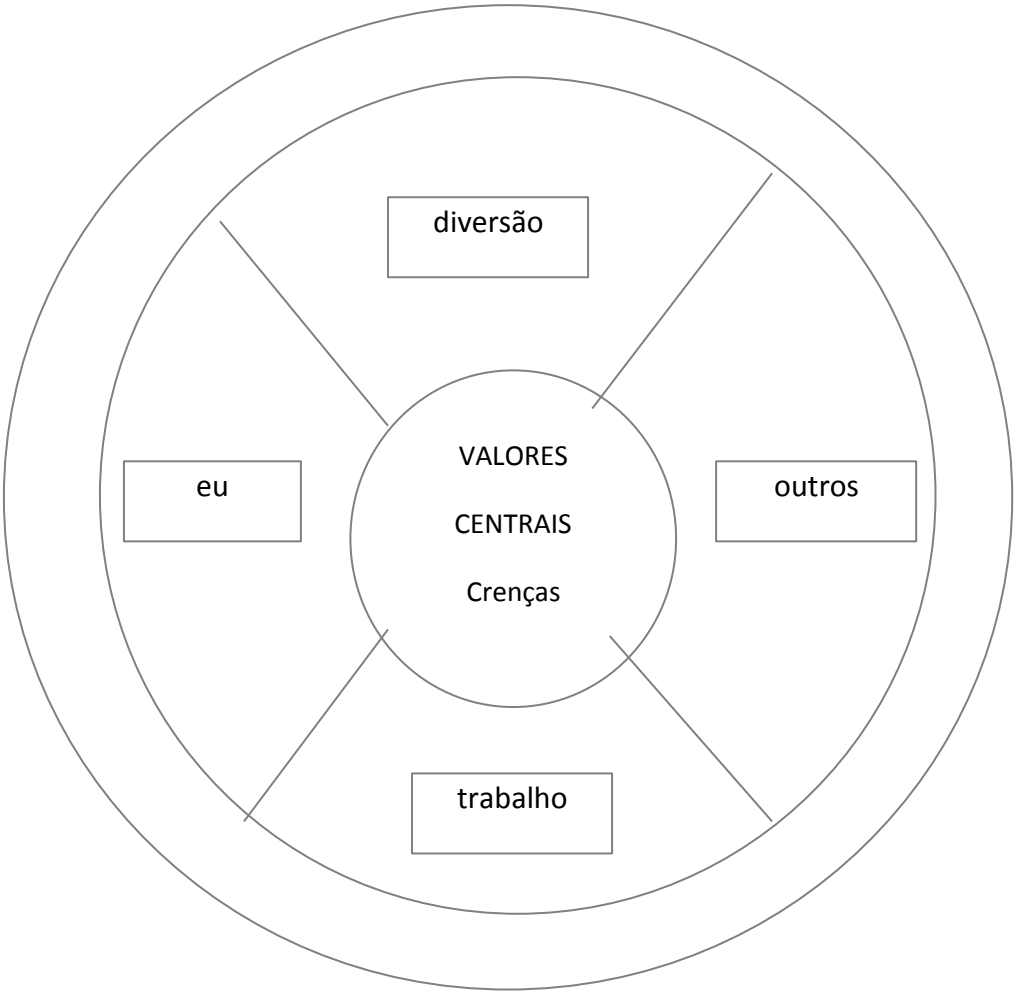
Esta segunda matriz - "**sentido da existência**" - ajuda-te a fazer uma análise sobre todas as questões vivenciais que te envolvem e ter uma perceção das que estão em défice e onde estão os desafios, através de uma simples reflexão sobre **"como usas o teu tempo diário"**, distribuído por quatro grandes grupos:

- **"Eu"** – cuidar de mim, aprender, estudar, exercício físico
- "**Outros"** – amigos, família, cuidar da relação com os outros
- "**Trabalho"** – incluindo a procura de trabalho ou o trabalho temporário
- **"Diversão"** – momentos de laser

Considerando estes quatro campos, reflete como distribuis o teu tempo de forma a obteres maior consciência sobre o caminho que estás a construir.

Na gestão desse tempo deves conhecer quais são os teus valores, ou seja aquilo em que acreditas e defendes.

SENTIDO DE EXISTÊNCIA/Roda da Vida



3º MATRIZ "OBJETIVOS DE VIDA"

A **matriz final "objetivos de vida"** enquadra os 4 campos anteriores em objetivos sequenciais no tempo, levando-te a refletir sobre o que precisas de fazer em cada um destes pontos para alcançar o teu projeto de vida.

Esta matriz tem um pressuposto essencial. **Cria uma visão do que queres fazer na vida, e em seguida, faz todos os dias alguma coisa para lá chegar, nos diferentes campos que te completam!**

Assim deverás refletir sobre o que terás que fazer ao longo do tempo (hoje, amanhã, no final da semana, no final do mês, no final do ano) de forma a atingires o que pretendes para:

- Te tornares uma melhor pessoa (foco no Eu)
- Para teres a família e os amigos que queres ter (foco nos "outros")
- Para ter o trabalho ou emprego que me dá prazer (foco no "trabalho")
- Para fazer aquilo que mais me irá divertir (foco na "diversão"

Embora dependendo de motivações pessoais e também dos contextos sociais, culturais, económicos e mesmo ambientais, em que cada um está inserido, deixamos aqui um exemplo de preenchimento, mas que apenas deve ser entendido como tal, como um auxilio. **Os objetivos a definires devem depender de ti próprio** de forma a que sejas capaz de os alcançar.

Neste processo é fundamental teres uma **atitude positiva** e implementares diariamente hábitos mais assertivos, mais capacitadores e mais alinhados com os teus desejos e expectativas, para isso é necessário **força de vontade**, **autodisciplina e persistência**. Embora não seja fácil, porque pelo caminho existem acontecimentos exteriores às nossas vidas, sobre as quais não temos controlo, mas mesmo aqui é fundamental estares focado naquilo que realmente importa para a concretização dos teus sonhos.

Dia: Cria uma visão do que queres fazer na tua vida e, em seguida, faz, todos os dias alguma coisa para lá chegar.

OBJETIVOS DE VIDA

	HOJE	AMANHÃ	NO FIM DA SEMANA	NO FINAL DO MÊS	NO FINAL DO ANO	NO FINAL DE 2017
Para me tornar **a pessoa que quero ser**	*Vou pensar e refletir sobre o que li neste manual*	*Vou definir os objetivos para a minha vida, colocando prioridades por ordem de importância*	*Vou utilizar as redes sociais para passar uma imagem positiva e empreendedora*	*Vou deixar de estar na cama a manhã toda e arranjarei tarefas diárias*	*Vou passar a fazer voluntariado numa associação perto de minha casa*	*Terei a minha vida estabilizada*
Para **ter os amigos e a família** que quero ter	*Vou sair com os amigos do costume*	*Vou estar mais atento á minha família e amigos*	*Vou almoçar com os meus irmãos e os meus pais no domingo*	*Vou com os meus pais ao médico*	*Vou ampliar a minha rede de amigos*	*Terei uma família unida e uma rede de amigos diversificada*
Para ter o **trabalho** ou emprego que me dá prazer	*Vou ao IEFP ver as propostas de emprego*	*Vou avaliar o que posso fazer para me manter mais capacitado e apto para arranjar um emprego*	*Vou a uma feira de informática*	*Todos os dias vou dedicar um tempo para a procura de emprego*	*Vou inscrever-me num curso de formação reconhecida no mercado*	*Estarei empregado na área da informática*
Para fazer **aquilo que mais me irá divertir**	*Vou jogar playstation*	*Vou passar a fazer exercício físico para me sentir mais ágil e melhor comigo mesmo*	*Vou passar o fim de semana com quem me dá o que sinto falta*	*Vou visitar outra cidade*	*Vou fazer uma Maratona*	*Diversificarei as minhas áreas de diversão fazendo desporto*

II - Como Te posicionares Perante um Mercado de Trabalho em Mudança?

Dicas e Sugestões

O trabalho tal como o conhecíamos está a morrer! Já não existem empregos para toda a vida como no tempo dos nossos pais ou avós.

O mercado de trabalho está em profunda mudança. Este novo contexto, irá (já está) a exigir muito de nós e temos que estar preparados para novos desafios, seja qual for o nível de qualificação.

Os processo de recrutamento também se estão a tornar mais árduos e os que se encontram no desemprego terão de conseguir persuadir os empregadores a oferecer-lhes emprego.

Quando vamos à procura de um trabalho aquilo que as empresas mais valorizam é a correspondência com a cultura da organização e a mais valia que trazemos na "bagagem":

- contatos
- experiências
- aptidões tecnológicas
- línguas
- nível de autonomia (essencial): organizações valorizam bastante pessoas com capacidade de tomada de decisão e que consigam realizar as tarefas sem estarem à espera de discursos de motivação ou de recompensa imediata

As empresas esperam alguém que ajude a gerar valor. Hoje em dia não chega ser licenciado ou ter uma pós graduação, temos que ser pró-ativos e contribuir com energia para o desenvolvimento da empresa, ou construir o nosso próprio negocio.

Seguidamente sistematizamos algumas dicas e sugestões para os jovens que não trabalham, nem estudam relativamente à postura perante o mercado de trabalho, independentemente das suas qualificações.

Desenvolver Competências

O mercado de trabalho está a mudar sendo exigido competências para as quais deves estar preparado. Mesmo a nível dos empregos que eram tradicionalmente vistos como empregadores para jovens de baixas competências este processo está a mudar.

Portanto é essencial teres uma mistura adequada de competências, experiência e confiança para competir no mercado de trabalho, de forma a evitar o desemprego de longa duração.

Para além das qualificações os empregadores atendem às competências mais amplas, nomeadamente a nível social e pessoal, tal como:

- **Capacidade de comunicação**
- **Conhecimento de Tecnologias de Informação e Comunicação**
- **Capacidade de trabalhar em equipa**
- **Proatividade**
- **Capacidade de resolver problemas**

O padrão de exigências e competências está a mudar, relativamente à geração dos nossos pais. São cada vez mais valorizadas as pessoas que contribuem com ideias e criatividade, comunicadores, com elevada flexibilidade e capacidade de adaptação.

Importante também perceber que nem sempre conseguimos o que queremos à primeira. A capacidade de resiliência é uma das características mais importantes que se pode desenvolver.

PREPARAR ENTREVISTAS DE EMPREGO

Quando se vai para uma entrevista de trabalho é fundamental haver uma **boa preparação**, **procurando antecipadamente conhecer a empresa e o posto de trabalho a que concorres**, preparando-te para responderes a perguntas como:

- Porque se candidata ao lugar?
- O que procura num emprego?
- Qual o motivo para ser o escolhido?
- Quais as suas maiores qualidades?
- Quais os seus maiores defeitos?
- Está preparado para trabalhar em equipa?
- Que outras experiências profissionais é que teve? O que achou delas?
- O que faz no tempo livre?

É fundamental que a empresa perceba o que te distingue dos outros candidatos, portanto prepara-te bem!

FAZER O CURRICUM VITAE (CV)

O CV é uma das formas mais utilizadas na procura de emprego, mas deve ser usado com muita cautela e prudência. **Não chega enviar mecanicamente CV, iguais para todas as empresas.** A grande probabilidade é não obter qualquer resposta.

Antes de enviares um CV é importante perceberes qual a tua mais valia para a organização. Sem responder a esta pergunta não vale a pena continuar.

Um CV deve ser enviado, enquadrado com o projeto de vida, e conhecendo a organização para onde se está a enviar.

Um CV é um "cartão de visita", portanto é fundamental que esteja bem escrito e estruturado.

Existem vários modelos já feitos que podem ser consultados na internet, bem como várias entidades que podem ajudar um jovem a desenvolver o seu CV, nomeadamente IEFP, GIP (Gabinete de Inserção Profissional, Gabinetes de Juventude, Associações Locais, etc). Na sua elaboração deve-se ter em atenção um conjunto de aspetos que seguidamente passamos a explanar:

- Ter uma apresentação cuidada e boa organização
- Não conter erros ortográficos ou gramaticais
- Tamanho reduzido (máximo de 2 ou 3 páginas)
- Incluir todas as experiências profissionais
- Incluir áreas de interesse e realizações relevantes
- Ser verdadeiro

FAZER O *PITCH* PESSOAL

Quando menos esperamos, surgem oportunidades únicas e rápidas para nos apresentarmos aos outros e darmos a conhecer a nossa atividade profissional, o nosso negócio ou simplesmente uma ideia. Por isso **devemos estar preparados para fazer um bom *pitch*, ou seja, uma apresentação de alto impacto em apenas 30 ou 60 segundos**.

O pitch (a nível pessoal) é a afirmação rápida que diz aquilo que se faz de forma profissional e apelativa. É uma competência crítica no estabelecimento de qualquer relação profissional, devendo responder a três questões:

1. **Quem eu sou?**

   Dizer o nome e a formação de base

2. **O que posso fazer por si?**

Apresentar de forma criativa e memorável aquilo que se pode fazer pela outra pessoa, estando focado nas suas necessidades

3. **Como me distingo?**

   O que faço para me distinguir das outras pessoas com trabalho idêntico ao meu

4. **Terminar com um pedido de reunião ou apresentação**

   Terminar o pitch com um pedido de telefonema ou marcação de reunião para mais tarde mostrarem detalhe aquilo que faço.

AUMENTAR A REDE DE CONTATOS E DE "AMIGOS"

O mundo atual exige mais e novas relações e conhecimentos. É fundamental aumentar a rede de contatos e de "amigos". Dão-nos novas experiências.

Para aumentar essa rede precisas de:

1 – Sair de casa, porque a probabilidade de acontecer algo é maior do que ficar em frente ao computador ou à televisão.

2 – Inscrever-te em seminários, workshops, pequenas formações de áreas que te interessam

3- Ficar com e-mails e telefones das pessoas que conheceste e contatá-las a seguir, dando continuidade à relação pela partilha de interesses comuns

4 – Quando fores a eventos vai sozinho porque será mais fácil conheceres novas pessoas

É igualmente importante utilizares as novas tecnologias de informação. Hoje em dia quando se quer saber de alguém vamos ao Google, ao facebook ou ao Linkedin para saber mais.

DESENVOLVER OUTRAS ATIVIDADES

Atualmente o grau de empregabilidade já não depende só da formação de base, mas de um conjunto mais amplo de conhecimentos e de competências. **Mais do que qualificações, o empregador interessa-se por saber sobre experiências de vida, de forma a perceber a capacidade de integração e de geração de valor.**

Ao longo do processo de procura de emprego é fundamental teres uma atitude positiva e dinâmica, **procurando desenvolver atividades paralelas que propiciem novas experiências e competências**, evitando igualmente que entres num ciclo vicioso de desmotivação. Podes, por exemplo, desenvolver algumas das seguintes atividades:

- **Fazeres voluntariado -** como forma de te manteres ativo, conheceres outras realidade, desenvolveres competências como o de trabalho em equipa e fazeres trabalho socialmente útil.

- **Participares de forma ativa no movimento associativo juvenil -** importante como espaço de cidadania e de intervenção ativa na sociedade, proporcionando o desenvolvimento de competências sociais.

- **Fazeres formação e desenvolver novas competências –** de forma a aprofundares e desenvolveres novos conhecimentos e competências (mesmo que sejas licenciado), em formações mais prolongadas ou de pequena dimensão. O essencial é perceber qual o caminho que queremos seguir e o que o mercado de trabalho necessita.

- **Manteres-te informado sobre os programas de apoio ao emprego jovem** podendo obter mais informação junto do IEFP ou do site criado no âmbito do Programa Garantia Jovem que mais à frente falaremos.

- **Criares o teu projeto de negócio** aproveitando os programas de incentivo à criação da própria empresa, bem como projetos de apoio ao empreendedorismo de entidades locais (autarquias, juntas de freguesia e associações).

- **Participares em concursos de ideias** pode estimular o espírito empreendedor, desenvolver a criatividade, manter ativo e pensar "*out of the box*".

III - Quais as principais Medidas de Apoio que estão em curso?

Existe atualmente um conjunto alargado de medidas para apoiar os jovens desde o reingresso ao sistema de ensino/formação até à sua integração no mercado de trabalho, merecendo especial destaque o **Plano Nacional de Implementação de uma Garantia Jovem** que visa concentrar esforços entre vários agentes de forma a **proporcionar a todos os jovens com menos de 30 anos uma oportunidade, de qualidade, seja de emprego, de formação permanente, de educação e formação profissional ou estágio**, **no prazo de quatro meses** após ficarem desempregados ou saírem da educação formal.

A Garantia Jovem não é uma oferta de emprego mas tem como objetivo dar aos jovens, o mais rapidamente possível, uma oportunidade para apostar na sua qualificação e estar em contacto com o mercado de trabalho, com vista a combater a inatividade e o desemprego dos jovens.

Para o efeito se tens entre os 15 e os 29 anos e não estão estás a estudar nem a trabalhar deves inscrever-te no site **www.garantiajovem.pt** de forma a seres direcionado e apoiado pela rede de parceiros.

A Garantia Jovem congrega um conjunto alargado de oportunidades de participação em medidas de ensino, formação e emprego, que seguidamente sintetizamos.

As medidas apresentadas estão sistematizadas no quadro que se segue, subdividindo-se por:

- **Ensino/Formação**: que integra as opções disponíveis para que os jovens possam concluir o percurso escolar ou reingressar no sistema, de uma forma mais prática e adaptada às suas necessidades.
- **Emprego**: enquadrando apoios e incentivos para a realização de estágios, para a incorporação trabalhadores ou para a criação do próprio emprego.

Tipo	Área	Programas/Medidas
Ensino/Formação	Cursos de Educação/Formação	Educação e Formação de Jovens Educação e Formação de Adultos
	Completar o Ensino Secundário/Formação	Cursos Vocacionais de Ensino secundário Cursos Profissionais Aprendizagem (sistema dual)
	Formação Pós-Secundário	Cursos de Especialização Tecnológica
Emprego	Estágios Profissionais	Estágios Emprego
	Apoio à Criação de Emprego	Estímulo Emprego Emprego Jovem Ativo Investe Jovem

Seguidamente sintetizamos cada uma destas medidas em matrizes, com informação essencial de apoio à decisão.

QUAIS AS MEDIDAS QUE ESTÃO EM CURSO PARA REINSERÇÃO NO SISTEMA DE ENSINO/FORMAÇÃO?

De acordo com a Comissão Europeia **16 milhões de postos de trabalho exigirão qualificações mais elevadas.** Também por este motivo a reintegração no sistema escolar de jovens com abandono escolar precoce é essencial na luta contra as taxas de abandono e no alcance da Estratégia Europa 2020.

O abandono da escola não tem que ser um "beco sem saída" no caminho para a empregabilidade. **Existe um conjunto de percursos formativos alternativos** que fornecem uma segunda oportunidade para trazer os jovens de volta aos sistema de ensino de forma a adquirirem as competências e qualificações para um emprego sustentável no futuro.

Reintegração no sistema de ensino/formação: vantagens/o que ganho com isso?

- Obter uma certificação de nível mais elevado indo ao encontro das exigências dos empregadores
- Aceder a um emprego mais favorável
- Conhecer novas pessoas e desenvolver redes de contatos
- Ajudar a redefinir um percurso de vida
- Combater anteriores insucessos atingindo objetivos que ficaram por alcançar
- Mobilizar e/ou desenvolveres capacidades e competências essenciais à vida pessoal, familiar, social e profissional

CURSOS DE EDUCAÇÃO/FORMAÇÃO

	Objetivo	Destinatários	Funcionamento	Qualificação	Funcionamento
Educação e Formação de Jovens	Destinado a jovens em risco de abandono escolar ou que já abandonaram a via regular de ensino Permite retomar a escola	Idade igual ou superior a 15 anos e inferior a 23 anos Habilitações escolares entre o 6.º e o 9º ano de escolaridade	Diferentes tipos/anos e níveis de habilitação escolar, de acordo com o ano em que o aluno se encontra. compreendem as seguintes componentes de formação: a) sócio-cultural; b) científica; c) tecnológica; d) prática.	Nível 1 ou 2 de qualificação do Quadro nacional de Qualificações Equivalência ao 6.º ano de escolaridade ou ao 9º ano de escolaridade	Escolas Outras entidades formadoras acreditadas
Educação e Formação de Adultos	Destinado a adultos que pretendam adquirir habilitações escolares e/ou competências profissionais, com vista a uma (re)inserção ou progressão no mercado de trabalho	Idade igual ou superior a 18 e inferior a 23 anos , sem a qualificação adequada para efeitos de inserção ou progressão no mercado de trabalho ou sem a conclusão do ensino básico ou do ensino secundário	Estes cursos desenvolvem-se segundo percursos de dupla certificação e, sempre que tal se revele adequado ao perfil e história de vida dos adultos, apenas de habilitação escolar	No final do curso tens O 3º ciclo ou ensino básico e o nível 2 de qualificação do Quadro nacional de Qualificações O ensino secundário e o e o nível 2 de qualificação do Quadro nacional de Qualificações	Instituições de ensino Centros de emprego e formação profissional do IEFP Centros de formação profissional de gestão participada Outras entidades formadoras acreditadas **Apoios** Bolsa de formação Subsídio de refeição Despesas/ subsídio de transporte Subsídio de acolhimento

COMPLETAR O SECUNDÁRIO/FORMAÇÂO

Cursos	Objetivo	Destinatários	Funcionamento	Qualificação obtida	Funcionamento
Cursos vocacionais de nível secundário **(Portaria n.º 276/2013 de 23 de agosto)** **Experiência-piloto**	Alternativa ao ensino secundário profissional e ao ensino secundário regular. Os cursos a desenvolver devem concretizar a ligação entre a escola e empresas	16 ou mais anos de idade 3.º ciclo do ensino básico (ou equivalente) Frequência do ensino secundário, sem conclusão Que pretendem reorientar o seu percurso escolar	Formação geral, com 600 horas, da qual fazem parte as disciplinas de Português, Comunicar em Inglês e Educação Física; Formação complementar, com 300 horas, a qual integra Matemática Aplicada e as ofertas de escola; Formação vocacional, com 700 horas; Estágio formativo, com 1400 horas.	Equivalência ao ensino secundário (12ºano) Nível 4 de qualificação do Quadro nacional de Qualificações Possibilidades de alunos prosseguirem estudos	Escolas públicas e escolas privadas ou profissionais de ensino particular ou cooperativo com base em projetos elaborados em articulação com empresas
Cursos Profissionais	São um dos percursos do nível secundário de educação, caracterizado por uma forte ligação com o mundo profissional Ensino mais prático e voltado para o mundo do trabalho	Concluído o 9.º ano de escolaridade ou formação equivalente•	Estrutura curricular organizada por módulos, o que permite maior flexibilidade e respeito pelos teus ritmos de aprendizagem. O plano de estudos inclui três componentes de formação: • Sociocultural • Científica • Técnica	Equivalência ao ensino secundário (12ºano) Nível 4 de qualificação do Quadro nacional de Qualificações Possibilidade de alunos prosseguirem estudos	Escolas profissionais, públicas ou privadas ou em escolas secundárias da rede pública **Apoios** • Bolsa de profissionalização • Subsídio de refeição • Despesas/ subsídio de transporte • Nalguns casos bolsa para material de estudo e subsídio de acolhimento

Cursos	Objetivo	Destinatários	Funcionamento	Qualificação obtida	Funcionamento
Aprendizagem (Sistema dual)	Cursos de formação profissional inicial, dirigidos a jovens, privilegiando a sua inserção no mercado de trabalho e permitindo o prosseguimento de estudos. Formação baseada num sistema de "alternância", ou seja, ao longo do curso há a possibilidade de fazer formação prática numa empresa alternando com a formação teórica.	Jovens com Idade inferior a 25 anos 3.º ciclo do ensino básico (ou equivalente) ou habilitação superior ao 3.º ciclo do ensino básico ou equivalente, sem conclusão do ensino secundário (ou equivalente).	Os planos curriculares organizam-se em componentes de formação. • Sociocultural • Científica • Tecnológica • Prática em contexto de trabalho Duração da formação varia entre 2800 e 3700 horas	Equivalência ao ensino secundário (12ºano) Nível 4 de qualificação do Quadro nacional de Qualificações Possibilidade de prosseguir estudos	**Entidades** Centros de formação profissional de gestão direta e participada do IEFP; Entidades formadoras públicas e privadas, certificadas, com exceção das escolas básicas, secundárias e profissionais **Apoios** • Bolsa de profissionalização (10% IAS/mês) • Subsídio de refeição • Despesas/ subsídio de transporte • Nalguns casos bolsa para material de estudo e subsídio de acolhimento

FORMAÇÃO PÓS-SECUNDÁRIO

Cursos	Objetivo	Destinatários	Funcionamento	Qualificação obtida	Funcionamento
Cursos de Especialização Tecnológica	Formações pós-secundárias não superiores que visam suprir as necessidades do tecido empresarial ao nível de quadros intermédios.	jovens com o ensino secundário, ou equivalente jovens com aprovação em todas as disciplinas dos 10.º e 11.º ano e que tendo estado inscritos no 12.º ano não o tenham concluído jovens com uma qualificação profissional de nível 4; jovens com um Diploma de Especialização Tecnológica (DET) ou com o ensino superior que pretendam a sua requalificação profissional;	O plano curricular de um curso de especialização tecnológica integra três componentes: - formação geral e científica, - formação tecnológica - formação em contexto de trabalho.	O nível 5 de qualificação do Quadro Nacional de Qualificações (QNQ) A possibilidade de prosseguir estudos	Formação geral e científica, Formação tecnológica Formação em contexto de trabalho.

QUAIS AS MEDIDAS QUE ESTÃO EM CURSO DE TRANSIÇÃO PARA O MERCADO DE TRABALHO

Mesmo para aqueles que concluíram com êxito a sua formação a transição entre a escola e o mercado de trabalho não é fácil.

Estar um longo período sem emprego poderá levar à desmotivação e a um impacto muito negativo na carreira futura, pelo que devem ser aproveitadas as oportunidades decorrentes das medidas de apoio à empregabilidade atualmente disponíveis e que passamos a identificar.

ESTÁGIOS PROFISSIONAIS: ESTÁGIO EMPREGO

Objetivo	Destinatários	Qualificação	Funcionamento
Promover a inserção de jovens no mercado de trabalho, através de um estágio remunerado entre 9 e 12 meses	Jovens entre 18 e 30 anos, inscritos no Centro de Emprego, e que nunca fizeste um outro estágio apoiado pelo Estado.	Jovens podem ser detentores de vários níveis de qualificações	As candidaturas são efetuadas pelas empresas ou entidades sem fins lucrativos, podendo identificar o candidato. jovens podem beneficiar de uma bolsa mensal que pode variar de 419,22Euros a 691,71Euros de acordo com o nível de qualificação e ainda dos seguintes apoios Refeição ou Subsídio de Alimentação

APOIO À CONTRATAÇÃO: ESTÍMULO EMPREGO

Objetivo	Destinatários	Qualificação	Funcionamento
Medida destinada a apoiar as empresas que contratam jovens,	Jovens entre 18 e 29 anos inscritos no Centro de Emprego há, pelo menos 60 dias consecutivos	Jovens podem ser detentores de vários níveis de qualificações	As candidaturas são efetuadas pelas empresas ou entidades sem fins lucrativos, podendo identificar o candidato. Entidades recebem apoios que variam consoante a situação contratual do jovem

EMPREGO JOVEM ATIVO

Objetivo	Destinatários	Qualificação	Funcionamento
Desenvolvimento de experiências práticas em contexto de trabalho por equipas de jovens, compostas por 2 ou 3 jovens desfavorecidos do ponto de vista das qualificações e da empregabilidade e 1 jovem qualificado, tendo em vista melhorar as suas condições de integração socioprofissional	Jovens com idade entre os 18 e os 29 anos, inclusive, inscritos como desempregados no IEFP.	Jovens que se encontram numa das seguintes situações: - Não possuem escolaridade obrigatória - Detentores no mínimo de licenciatura	Entidades promotoras são Pessoas coletivas de natureza jurídica pública ou privada, com ou sem fins lucrativos, devendo esta apresentar um projeto inetgardo. Esta medida inclui uma bolsa mensal, subsídio de alimentação e seguro de acidentes pessoais

INVESTE JOVEM

Objetivo	Destinatários	Qualificação	Funcionamento
Medida destinada a apoiar a criação da própria empresa e emprego	Jovens desempregados, inscritos no IEPF, com idade entre 18 e 29 anos, que tenham uma ideia de negócio viável	Jovens podem ser detentores de vários níveis de qualificações	Esta medida inclui: - Apoio financeiro ao investimento – (75% do investimento total elegível, sob a forma de empréstimo sem juros, amortizável em prazos a definir) Apoio financeiro à criação do próprio emprego – sob a forma de subsídio não reembolsável, podendo ir até € 2.515,32 por cada posto de trabalho (até ao limite de 4) Apoio técnico na área do empreendedorismo para ajudar a melhorar as tuas competências e apoiar na estruturação e consolidação do teu projeto

ONDE ME POSSO DIRIGIR PARA SABER MAIS INFORMAÇÃO?/ LINKS ÚTEIS

- Garantia Jovem - Região Autónoma dos Açores http://www.garantiajovem.azores.gov.pt/
- Garantia Jovem - Região Autónoma da Madeira
- Portal do IEFP https://www.iefp.pt/ http://garantiajovem.iem.gov-madeira.pt/
- Instituto de Segurança Social http://www4.seg-social.pt/
- Instituto Português do Desporto e da Juventude http://www.ipdj.pt/
- Direção-Geral da Educação http://www.dgidc.min-edu.pt/
- Direção-Geral do Ensino Superior http://www.dges.mctes.pt/DGES/pt
- Portal da Comissão Nacional de Proteção das Crianças e Jovens em Risco http://www.cnpcjr.pt
- Portal do Alto Comissariado para as Migrações http://www.acidi.gov.pt/
- Agência Nacional PROALV http://www.proalv.pt/wordpress/
- Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional - ANQEP – www.anqep.pt
- Ina – Direção Geral da Qualificação dos Trabalhadores em funções Publica – www.ina.pt
- AICEP Portugal Global – Agência para o Investimento e Comércio Externo de Portugal – http://www.aicep.pt
- Portal Autárquico –www.portalautarquico.pt
- Cooperativa António Sérgio para a Economia Social – http://www.cases.pt

CONTATOS LOURES

Câmara Municipal de Loures - www.cm-loures.pt/

CAF Formação - http://www.caf.pt

Centro de Emprego de Loures: Rua Goa 9-A, Loures; 2670-437 LOURES

Associação Empresarial do Comércio e Serviços de Loures e Odivelas - http://www.aecsclo.pt/