



Europass Curriculum Vitae

Informação pessoal

Apelido(s) / Nome(s) próprio(s) **Hélder Jorge da Cunha Prazeres**

Morada(s) Rua de São Félix, nº15, porta 15, 1º, 1200 - 838 Lisboa (Portugal)

Telefone(s) 21 395 16 70 Telemóvel | 96 886 47 57

Endereço(s) de correio electrónico heldercunhaprazeres@sapo.pt

Nacionalidade Portugal

Data de nascimento 12 de Maio de 1976

Sexo Masculino



Experiência profissional

Datas	2006 - 2011
Função ou cargo ocupado	Driver / Assistente de Produção
Principais actividades e responsabilidades	<ul style="list-style-type: none">- Área de Contacto.- Organização e gestão do transporte.- Entrega e montagem de materiais.- Transporte de Equipas e colaboradores.
Nome e morada do empregador	Free-lancer
Datas	2001 - 2006
Função ou cargo ocupado	Driver / Assistente de Produção (free-lancer)
Principais actividades e responsabilidades	Colaboração com várias produtoras na produção de filmes publicitários.
Datas	2001 - 2005
Função ou cargo ocupado	Organização e gestão de eventos, catering, decoração e hospitality, comercial / assistente de produção
Principais actividades e responsabilidades	<p>Gestão de contas de fornecedores.</p> <p>Organização administrativa e a coordenação de colaboradores em eventos, nomeadamente:</p> <ul style="list-style-type: none">- Festival "Isle of MTV" (Jardins da Torre de Belém);- Lançamento de produtos - modelo automóvel Citroen C3;- Nova Gama Pantene;- Pavilhão Atlântico (Enrique Iglesias, Moby, Roger Waters, Scorpions, Alice Cooper, Santana, Sakamoto, Jane Mohnneit, Anjos, Ópera La Traviata, Red Hot Chilli Peppers);- Festas de Apresentação - Capital Models/Capital Actors;- Endemol - catering para telenovelas;- Nff - catering para filmes publicitários;- Ópera La Traviata - catering, 8 dias, (Pavilhão Atlântico).
Nome e morada do empregador	Pedro Bourbon de Sousa Coutinho, Lda.
Datas	1997 - 2001
Função ou cargo ocupado	Comunicação Audiovisual
Principais actividades e responsabilidades	Produção televisiva, publicidade e institucionais. Assistente de produção, imagem, som e iluminação em estúdio e exterior.

Nome e morada do empregador	Duvideo II - Profissionais de Imagem, S.A.
Datas	12/04/1999 - 11/10/2000
Função ou cargo ocupado	Assistente Administrativo
Principais actividades e responsabilidades	Departamento de Receção e Expedição de Sangue do Centro Regional de Sangue de Lisboa.
Nome e morada do empregador	IPS - Instituto Português do Sangue
Datas	1998 →
Função ou cargo ocupado	Assistente do Pavilhão do Conhecimento dos Mares
Principais actividades e responsabilidades	Acompanhamento e guia de visitantes "Expo 98" - Exposição Mundial de Lisboa.
Nome e morada do empregador	Parque Expo, S.A.

Educação e formação

Datas	09/2000 - 06/2003
Designação da qualificação atribuída	Curso Superior de Marketing e Publicidade (Licenciatura antes de Bolonha)
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	Escola Superior de Marketing e Publicidade - I.A.D.E (Instituto de Artes Visuais e Design)
Nível segundo a classificação nacional ou internacional	3º ano concluído com classificação final de 14 valores.
Datas	09/1995 - 07/1998
Designação da qualificação atribuída	Curso Superior de Ciências da Comunicação e da Cultura (Licenciatura antes de Bolonha)
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	ISMAG - Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
Nível segundo a classificação nacional ou internacional	3º ano concluído com classificação final de 17 valores.
Datas	09/1991 - 07/1995
Designação da qualificação atribuída	Ensino Secundário
Principais disciplinas/competências profissionais	Frequência do 8º, 9º, 10º/11º e 12º anos.
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	Externato Latino Coelho
Nível segundo a classificação nacional ou internacional	Classificação final 14 valores

Aptidões e competências pessoais

Primeira língua	Português
Outra(s) língua(s)	

Auto-avaliação	
Nível europeu (*)	

Inglês

Francês

Compreensão				Conversação				Escrita	
Compreensão oral		Leitura		Interacção oral		Produção oral			
B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente
B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente	A2	Utilizador básico	B1	Utilizador independente	A2	Utilizador básico

(*) [Nível do Quadro Europeu Comum de Referência \(CECR\)](#)

Aptidões e competências sociais	<p>Espírito de equipa;</p> <p>Capacidade de adaptação a ambientes multiculturais;</p> <p>Excelente capacidade de comunicação;</p> <p>Espírito de entreajuda e cooperação;</p> <p>Espírito de iniciativa;</p> <p>Autodidata.</p>
Aptidões e competências de organização	<p>Capacidade de liderança e motivação de equipas de trabalho (vida profissional);</p> <p>Sentido de organização;</p> <p>Capacidade de iniciativa e gestão de projetos e equipas.</p>
Aptidões e competências técnicas	<p>Terapeuta de Shiatsu.</p>
Aptidões e competências informáticas	<p>Domínio do software Office, na ótica do utilizador em plataforma PC (Windows, Excel, PowerPoint, Access e Internet).</p>
Aptidões e competências artísticas	<p>Percussão</p> <p>Teatro</p> <p>Cinema (curtas e longas metragens nacionais e estrangeiras).</p>
Outras aptidões e competências	<p>Aptidões para a Natação, Btt e Surf.</p>
Carta de condução	<p>A, B</p>
Informação adicional	<ul style="list-style-type: none"> - Certificado de Aptidão Profissional (CAP) para Transporte Colectivo de Crianças. - Curso de Shiatsu, 3 anos, (nível avançado) com o Mestre Toshio Funada. - Voluntariado na Comunidade Vida e Paz (apoio de rua para os sem-abrigo e ex toxicodependentes).