



📍 Travessa do Hospital nº10 1º eq, 8300-137 Silves (Portugal)

📞 965888895

✉ helenalsequeiralves@gmail.com

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

- 21/12/2015–21/09/2016 **Estágio Profissional (IEFP)**
 Santa Casa da Misericórdia de Silves, Silves (Portugal)
 Desenvolvimento de Projeto Intergeracional "Gerafixe", envolvendo as várias valências da instituição, nomeadamente o pré-escolar, o ATL e os séniores;
 Desenvolvimento de Projeto de Tese para conclusão de Mestrado em Arte e Educação "Os Caminhos do Capuchinho Vermelho: Linguagens Artísticas na Educação Pré-Escolar".
 Tipo de empresa ou setor de atividade Educação não-formal/animação
- 01/07/2015–28/08/2015 **Animadora**
 Santa Casa de Armação de Pêra -A Gaivota, Silves
 Função desempenhada no sentido de organizar, coordenar, desenvolver, atividades de animação durante o período de pausa letiva de crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 10 anos.
 Tipo de empresa ou setor de atividade Animação
- 24/09/2014–19/06/2015 **Professora de Expressão Dramática**
 Casa do Povo de São Bartolomeu de Messines, Silves
 Ensino de crianças no desenvolvimento de competências a nível de trabalho de equipa, companheirismo, criatividade e outros, através da expressão dramática.
 Tipo de empresa ou setor de atividade Atividades de Enriquecimento Curricular
- 09/02/2015–26/06/2015 **Professora de Expressões Artísticas**
 Vector Êxito Lda, Silves
 Desenvolvimento de atividades e competências a nível de trabalho de equipa, companheirismo, criatividade e outros, através das mais diversas linguagens artísticas, com crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 5 anos, no pré-escolar, e 6 e 10 anos, no ATL.
 Tipo de empresa ou setor de atividade Educação não-formal
- 04/07/2011–30/07/2013 **Monitora/Animadora**
 Grupo Desportivo e Cultural do Enxerim, Silves
 Função desempenhada no sentido de organizar, coordenar, desenvolver, atividades de animação durante o período de pausa letiva de crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 10 anos
 Tipo de empresa ou setor de atividade Animação
- 13/09/2010–28/06/2011 **Professora de Expressão Dramática**
 Movimento Português de Intervenção Artística e Educação pela Arte (MPIAEP), Évora
 Ensino de crianças no desenvolvimento de competências a nível de trabalho de equipa, companheirismo, criatividade e outros, através da expressão dramática, em várias escolas primárias de Évora.
 Tipo de empresa ou setor de atividade Atividades de Enriquecimento Curricular

26/02/2010–11/07/2010	<p>Atriz</p> <p>Projeto final de Bruno Mendes, no âmbito do Mestrado em Dramaturgia e Encenação, sob orientação de Fernanda Lapa</p> <p>Projeto "<i>Perdedores</i>", texto de Guillermo Heras e encenação de Bruno Mendes.</p> <p>Projeto apresentado na Universidade de Évora, na Semana de escolas de Teatro do Porto e na Escola de Mulheres (Clube Estefânia), em Lisboa.</p> <p>Tipo de empresa ou setor de atividade Trabalho de ator: Interpretação/Representação</p>
01/05/2009–31/05/2009	<p>Atriz</p> <p>Projeto final no âmbito da cadeira "Área de Projeto em Teatro" da Licenciatura em Teatro, pela Universidade de Évora, Évora</p> <p>Interpretação/montagem de cenário do espetáculo "<i>Mulheres que voam</i>", com a direção de Maria do Céu Guerra.</p> <p>O projeto foi apresentado na Universidade de Évora, no Teatro Garcia de Resende e no Festival Anual de Teatro Académico de Lisboa (FATAL).</p> <p>Tipo de empresa ou setor de atividade Trabalho de ator: Interpretação/Representação</p>

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

02/2013–Presente	<p>Mestrado em Arte e Educação</p> <p>Universidade Aberta, Lisboa</p>
24/04/2013–27/05/2013	<p>Técnicas e Práticas de Animação Sócio-Cultural</p> <p>EVOLUI.COM - formação e-learning</p>
14/03/2011–04/04/2011	<p>Terapias Ativas e Expressivas</p> <p>EVOLUI.COM -formação e-learning</p>
27/01/2011–04/03/2011	<p>Formação Pedagógica Inicial de Formadores</p> <p>i.zone knowledge systems</p>
17/09/2010–18/12/2010	<p>Contributo para a Intervenção em contextos Social, Educativo e de Saúde - Formação em Terapias Expressivas</p> <p>Cultideias: Gestão, Consultoria, Avaliação e Formação para o Desenvolvimento</p>
06/09/2010–08/09/2010	<p>Educação pela Arte - Ação de formação</p> <p>Movimento Português de Intervenção Artística e Educação pela Arte (MPIAEPa)</p>
19/11/2009–22/11/2009	<p>Comunicar com o corpo - Ação de Formação</p> <p>Orientação de JoãoPedro Correia e participação especial de Artur Carvalho, na Casa das Artes de Portimão</p>
10/2006–06/2010	<p>Licenciatura em Teatro</p> <p>Universidade de Évora</p>

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna Português

Outras línguas

Inglês

COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
B1	B1	A2	A2	A2

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

Capacidade de comunicação, expressão, trabalho em equipa;
 Facilidade em criar empatia;
 Boa gestão de conflitos.

Competências de organização

Boa capacidade de coordenação e trabalho sob pressão;
 Elevadas competências de organização.

Competências relacionadas com o trabalho

Dinamismo;
 Capacidade de resolução de conflitos;
 Capacidade de relativizar problemas e negociar/encontrar soluções;
 Sentido de responsabilidade, criatividade e inovação.

Competência digital

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador avançado

Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

Carta de Condução

B