

## E-mail de Apresentação e de Motivação

### Objetivos:

- Demonstrar alguns exemplos de e-mail's de apresentação e de motivação para envio às empresas de acolhimento da Formação Prática em Contexto de Trabalho.

### EMAIL DE APRESENTAÇÃO E DE MOTIVAÇÃO

Depois de selecionares as empresas que mais se adequam a ti, a fase seguinte será da candidatura. Para fazeres a tua apresentação e promoveres as tuas capacidades no mercado laboral é imprescindível que elabores um *curriculum vitae* e um e-mail (carta) de apresentação/ motivação.

Tendo em conta que se trata de uma apresentação da imagem que tens de ti próprio, estes demonstrarão o teu valor e o teu grau de autoestima.

O e-mail de apresentação deve ser um resumo do *curriculum*, de três ou quatro parágrafos, no máximo, de extensão.

Quando a estiveres a redigir, adota o papel de vendedor, indicando as necessidades que a empresa tem e as vantagens que obteria contratando-te ou acolhendo-te para completares a tua formação através de um estágio.

O e-mail servirá para despertar o interesse do recrutador pelo teu curriculum e para destacar os dados que fazem de ti o candidato ideal para a função a desempenhar nessa empresa.

Tudo aquilo que possas utilizar para que consigas destacar-te é de grande importância. Tal acontece, porque a maioria dos candidatos desvaloriza esta questão. Aproveita esta vantagem: um email de apresentação juntamente com argumentos que demonstrem a tua motivação para a estágio/função.

### EXEMPLO 1

Exmos.,

O meu nome é **XXX** e encontro-me a frequentar o curso **XXX** no CESAE Digital.

Venho deste modo aferir a V/ disponibilidade para integrar em FPCT (Formação Prática em Contexto de trabalho – “estágio curricular”) na **XXXX**, com o intuito de cooperar convosco nos projetos diários e com isso desenvolver as minhas competências na área de **XXXXX**.

Mediante o meu percurso nesta formação, desenvolvi competências em **XXX**, **XXX** e **XXX**, competências essas que considero fundamentais para o meu percurso profissional enquanto colaborador na vossa empresa.

A FPCT tem início previsto a **XXXXXX** e decorre até **XXXXXX**, com uma carga horária diária de 7horas (total 400 horas), sendo o horário de formação na empresa a definir por vocês.

O curso é totalmente financiado pelo IEFP, não havendo lugar a qualquer encargo por parteda empresa parceira que acolhe o formando durante este período.

A responsabilidade da empresa será, através da sua realidade, proporcionar ao formando o desenvolvimento de atividades de forma eficiente, atribuindo tarefas inerentes ao posto de trabalho de acordo com as qualificações e experiências adquiridas pelo formando durante a sua formação.

Anexo o meu CV e conteúdos do curso para V/ análise.

Encontro-me disponível para qualquer questão.

Atentamente,

---

#### EXEMPLO 2

Estimado/a,

Gostaria de apresentar a minha candidatura a uma eventual vaga de estágio na XXX.

Como podem constatar mediante consulta ao CV em anexo, encontro-me a terminar o curso de **XXX**, o qual me habilita para **XXX**.

Ao longo do meu percurso académico, fui capaz de desenvolver aptidões - nomeadamente de trabalho em equipa - ao fazer uso eficaz da comunicação e ao expor de forma crítica e assertiva argumentos de modo a resolver problemas com as equipas, tendo superado, com sucesso, todos os desafios que me foram apresentados. Acredito que o carácter prático da formação se revelará uma mais-valia no meu desempenho na **XXX**.

Por último, de referir que a FPCT (Formação Prática em Contexto de Trabalho) à qual me candidato, compreenderá um total de 400 horas, numa frequência diária de oito horas, isenta de encargos para a XXX.

Disponibilizo-me, desde já, para uma eventual entrevista – presencial ou online – em função da vossa disponibilidade.

Atentamente,

---

#### EXEMPLO 3

Bom/Boa dia/tarde,

O meu nome é **XXX** e frequento o Curso **XXX no CESAE Digital**.

Sou especializado em **XXX**, nomeadamente em **XXX**. Tenho também conhecimentos em XXX. Possuo como objetivo aprofundar os meus conhecimentos não apenas de XXX, mas também de XXX, temas abordados no Curso XXX.

---

Venho, desta forma, aferir a V/ disponibilidade para integrar em FPCT (Formação Prática em Contexto de Trabalho - estágio curricular) na XXX. Tendo formação em XXX, penso que me adequo às necessidades da empresa.

A FPCT tem início previsto a 14 de novembro e decorre até 24 de janeiro, com carga horária diária de 8 horas (total 400 horas), sendo o horário de formação na empresa a definir por vocês.

O curso é totalmente financiado pelo IEFP, não havendo lugar a qualquer encargo por parte da empresa parceira que acolhe o formando durante este período.

A responsabilidade da empresa será, através da sua realidade, proporcionar ao formando o desenvolvimento de atividades de forma eficiente, atribuindo tarefas inerentes ao posto de trabalho de acordo com as qualificações e experiências adquiridas pelo formando durante a sua formação.

Anexo o CV, Carta Motivacional e conteúdos do curso para V/ validação.

Fico a aguardar feedback.

Com os melhores cumprimentos,

---

**Bom trabalho! ☺**