

# VALCIR PEREIRA AMARAL

Centro - São Fidélis - RJ | Celular: (22) 9923 - 27158 / (22) 9994-72001  
E-mail: [valcirkpereira34@gmail.com](mailto:valcirkpereira34@gmail.com) | LinkedIn: [www.linkedin.com/in/valcirkpereira](https://www.linkedin.com/in/valcirkpereira)

## AUXILIAR TÉCNICO EM MECÂNICA | AUXILIAR DE MOVIMENTAÇÃO DE CARGA | HOMEM DE ÁREA

### Resumo de Qualificações:

Profissional recém-formado em Técnico em Mecânica, com sólida vivência embarcado como Ajudante de Cozinha em plataformas offshore. Ao longo da jornada, desenvolveu habilidades essenciais para a rotina embarcada, como disciplina, resistência a ambientes adversos, trabalho em equipe e cumprimento rigoroso de normas de segurança. Possui certificações atualizadas como CBSP, T-HUET, CA-EBS, NR-33 e NR-35, além de cursos de Movimentação de Carga e Homem de Área. Pronto para migrar para a área operacional offshore, unindo o conhecimento técnico à experiência prática do ambiente marítimo. Comprometido, versátil e preparado para novos desafios.

### Formação Acadêmica

- Técnico em Mecânica - Centro de Qualificação Técnica - Conclusão: Abril/2025
- Ensino Médio - Colégio Estadual São Fidélis - Conclusão: Dezembro/2008

### Histórico Profissional

#### ELASA - ELO ALIMENTACAO S/A.

Cargo: Ajudante de Cozinha

Período: Out/2024 até o momento

- Auxílio no preparo de refeições em grande escala (cozinha industrial)
- Higienização de hortifruti, carnes e grãos conforme boas práticas
- Apoio na montagem de marmitas e distribuição em refeitório
- Controle de porcionamento e apoio na pesagem dos alimentos
- Limpeza e organização da cozinha, bancadas, equipamentos e utensílios
- Reposição de alimentos nas áreas de serviço
- Apoio no controle de validade e armazenamento de insumos
- Cumprimento das normas de higiene e segurança alimentar (uso de EPIs)

#### FRATELLI COSULICH COMERCIO E SERVICOS LTDA

Cargo: Ajudante de Cozinha

Período: Mai/2021 até Mar/2024

- Apoio no preparo de refeições variadas, incluindo dietas específicas
- Auxílio aos cozinheiros no pré-preparo (corte, separação e pesagem de alimentos)
- Lavagem e higienização de legumes, verduras, carnes e utensílios
- Controle de sobras e apoio na reutilização responsável de alimentos
- Manutenção da limpeza e organização da cozinha em todas as etapas do turno
- Apoio na conferência e armazenamento de produtos recebidos
- Cumprimento rigoroso das normas da vigilância sanitária e uso correto de EPIs
- Apoio na montagem de pratos, bandejas e marmitas para distribuição

#### CIS BRASIL LTDA.

Cargo: Ajudante de Cozinha

Período: Mar/2020 até Abr/2021

- Apoio direto à equipe de cozinha no preparo de refeições para grandes volumes
- Higienização e corte de alimentos conforme padrões de segurança alimentar
- Organização e limpeza de utensílios, equipamentos e áreas de trabalho
- Separação de ingredientes e auxílio na montagem de pratos e marmitas
- Apoio na lavagem de louças e utensílios durante e após o serviço
- Controle de validade dos produtos e conservação dos alimentos perecíveis
- Apoio na distribuição de refeições e atendimento em linha de serviço
- Cumprimento das normas da vigilância sanitária e utilização de EPIs

### Formação Complementar

Instituição: MULT-MARINE

Conclusão: Março/2025

- ✓ NR-33 (Espaços Confinados)
- ✓ NR-35 (Trabalho em Altura)

**Instituição:** RELYON NUTEC

**Conclusão:** Julho/2023

- ✓ CA-EBS (Capacitação inicial para acionamento do Sistema de Respiração de Emergência com Ar Comprimido) -
- ✓ T-HUET (Treinamento de Escape de Aeronave Submersa)

**Instituição:** FOX TREINAMENTO

- ✓ Curso Básico de Segurança de Plataforma - CBSP – Conclusão : Julho/2023
- ✓ NR-17 – Movimentação Manual de Cargas – Conclusão: Janeiro/2022

**Instituição:** WEST GROUP TREINAMENTOS

- ✓ Montador de Andaime – Conclusão: Novembro/2021
- ✓ Curso de Auxiliar de Movimentação de Cargas / Homem de Área – NR 34/11 – Conclusão: Fevereiro/2021

**Instituição:** SOMATYQUE

**Conclusão:** Março/2021

- ✓ Movimentação de Carga

**Instituição:** SENAI

**Conclusão:** Junho/2016

- ✓ Soldador de Aço Carbono