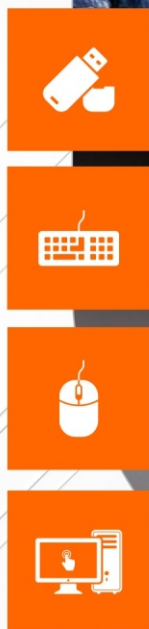


Curso de
Informática
Básica

Módulo III

Internet e o Mundo do Trabalho



 **CRC**
PARANÁ
Centro de Recondicionamento
de Computadores do Paraná

 **E-LETRO**[®]
RECUPERAÇÃO
DE ELETRÔNICOS

 **NCS**



Introdução

Bem-vindo ao Módulo 3 do curso de Informática Básica! Neste módulo, vamos explorar como a internet pode abrir portas para você no dia a dia e no mundo do trabalho. Se você nunca navegou na web ou criou um e-mail, não se preocupe: usaremos uma linguagem simples e explicaremos cada passo. Aqui, você aprenderá a usar navegadores para acessar sites, criar um e-mail profissional, fazer pesquisas seguras na web e tomar os primeiros cuidados de segurança digital. Além disso, vamos mostrar como essas habilidades ajudam na procura de emprego – desde montar um currículo até encontrar vagas online e se preparar para entrevistas.

A internet pode parecer complicada no início, mas ela traz muitas oportunidades quando utilizada com autonomia e segurança. Ao final deste módulo, você estará mais confiante para usar a web no seu cotidiano: seja para conversar com amigos e família, buscar informações úteis ou entrar no mercado de trabalho. Vamos começar esta jornada passo a passo, integrando todos os assuntos das lições 11 a 15 de forma transversal – isto é, conectando os temas para que você compreenda o panorama completo. Prepare-se para navegar com confiança, criar sua presença digital e dar novos passos em direção aos seus objetivos!



Explorando a Internet e Criando seu E-mail

Antes de mais nada, vamos entender como navegar na web e criar um e-mail, pois essas são bases importantes. Navegadores de internet (como Google Chrome, Mozilla Firefox ou Microsoft Edge) são programas usados para acessar sites da web. Para usá-los, você digita um endereço (por exemplo, www.google.com) ou termo de busca na barra de endereços e aperta Enter. Em seguida, o navegador exibirá a página ou os resultados de pesquisa correspondentes. Navegar é como “visitar” páginas de uma biblioteca digital gigante que é a internet.

Dica: No navegador, você pode reconhecer se um site é confiável observando se o endereço começa com “https://” e se aparece um cadeado ao lado – esses são sinais de conexão segura. Sempre que visitar sites onde vai informar dados pessoais (como ao criar cadastro ou fazer compras), verifique esses detalhes de segurança. Além disso, evite clicar em janelas ou botões suspeitos que às vezes se abrem sozinhos; se algo inesperado aparecer, feche a aba ou janela.

Agora que você já sabe o básico de navegação, vamos criar um e-mail. Ter um e-mail é fundamental para se cadastrar em redes sociais, enviar mensagens e, claro, se candidatar a vagas de emprego. Recomendamos criar uma conta em um provedor gratuito e confiável, como o Gmail (do Google) ou Outlook (da Microsoft). Vamos ver um exemplo simples usando o Gmail:

Passo 1:

Abra o navegador e acesse a página de criação de contas Google (Accounts Google). Você pode digitar o endereço accounts.google.com e clicar em “Criar conta”. Em seguida, escolha a opção “Para uso pessoal”. (Veja a imagem abaixo que destaca onde clicar em “Criar conta”)

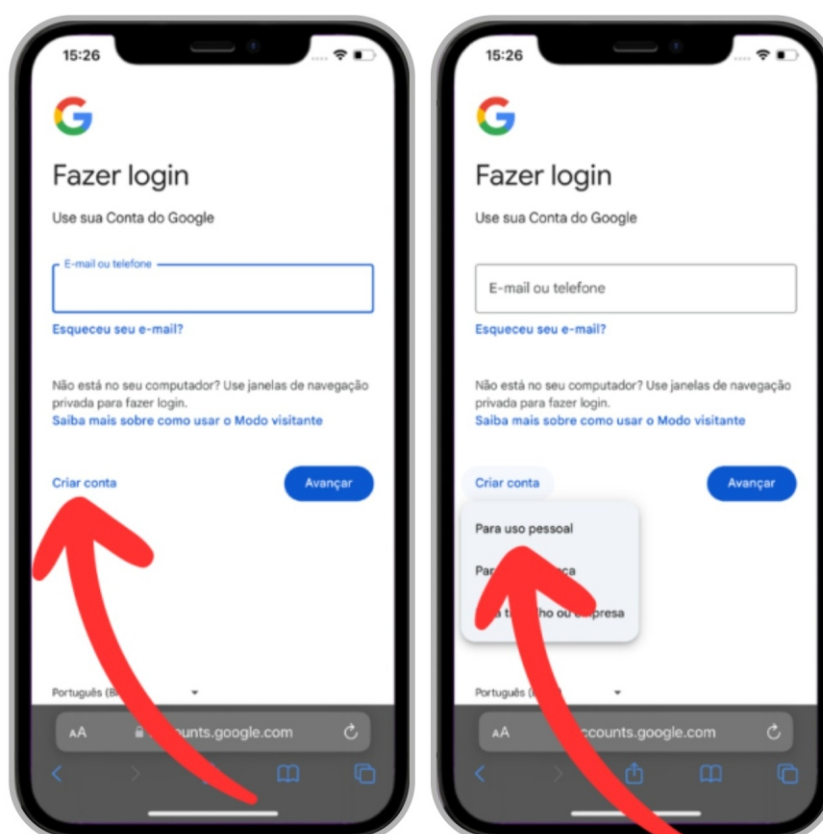
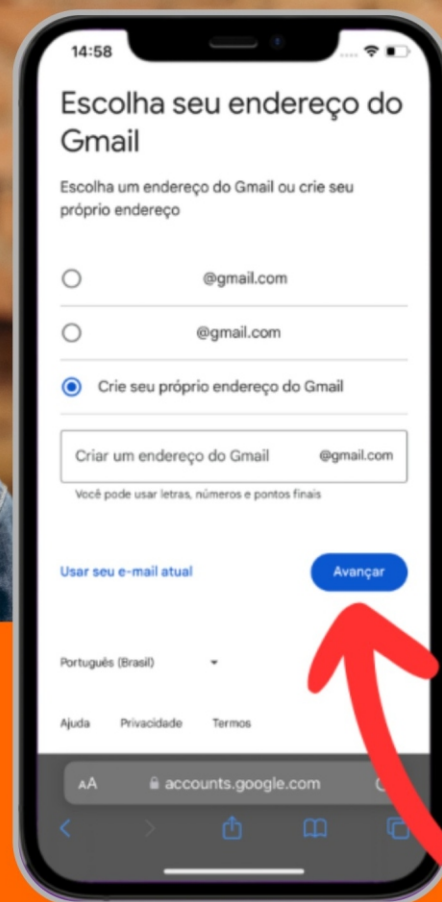


Imagem: Tela inicial de criação de conta Google, com botão “Criar conta” destacado.



Passo 2:

O site vai pedir algumas informações básicas. Preencha seu nome completo, data de nascimento e talvez um número de telefone para verificação (isso ajuda a proteger sua conta). Você também deverá escolher um endereço de e-mail - que será o seu login. O Gmail pode sugerir alguns endereços disponíveis, ou você pode criar um endereço personalizado. Por exemplo, um formato profissional é usar seu nome e sobrenome (como joao.silva@gmail.com). Evite apelidos ou muitos números, pois queremos um e-mail profissional e fácil de lembrar. (A imagem acima ilustra a escolha do endereço no Gmail)



Passo 3:

Escolha uma senha segura para sua conta. Use uma combinação de letras, números e símbolos que você consiga lembrar, mas que outras pessoas não adivinhem facilmente. Nunca compartilhe sua senha com ninguém. Se possível, anote em um local seguro fora do computador.

Passo 4:

Siga as etapas finais mostradas na tela (como verificar o telefone, aceitar os termos de uso) para concluir a criação. Pronto, agora você tem um e-mail novo! Anote seu endereço e senha num caderno particular, caso precise lembrar depois. Acesse sua Caixa de Entrada e tente enviar uma mensagem de teste para você mesmo ou para um colega, só para praticar.



Dica: Um e-mail profissional deve passar credibilidade. Por isso, como mencionado, use um endereço adequado (nome e sobrenome). Além disso, comece a praticar a escrita de mensagens com educação e clareza. Por exemplo, ao enviar um e-mail para se candidatar a um emprego, cumprimente, seja objetivo e despeça-se cordialmente. Pequenas atitudes assim fazem parte da netiqueta (etiqueta na internet) e causam boa impressão.

Montando seu Currículo e Portfólio Digital

Com o e-mail pronto e alguma familiaridade em navegar, você já pode criar um currículo – documento que apresenta suas experiências, formações e habilidades para potenciais empregadores. Hoje em dia, existem ferramentas online gratuitas que facilitam a elaboração de um currículo bonito e organizado, mesmo que você nunca tenha feito um. Vamos focar em Google Docs, Google Apresentações (Slides) e Canva, que são acessíveis e fáceis de usar.



1. Currículo no Google Docs:

O Google Docs é como um “Word online”. Para usá-lo, basta entrar no site (docs.google.com) estando logado com seu e-mail Google. Uma vantagem é que ele oferece modelos prontos de currículo. Logo na página inicial, você verá a opção “Galeria de Modelos” no canto – clique ali e encontrará modelos de currículo formatados profissionalmente. Escolha um modelo que você goste (por exemplo, “Currículo Serif” ou “Currículo Coral”) e ele abrirá como um novo documento editável. Agora, substitua os textos de exemplo pelas suas informações: seu nome, contato (e-mail e telefone), objetivo, experiências de trabalho (se tiver), cursos realizados, habilidades etc.

1. Currículo no Google Docs:

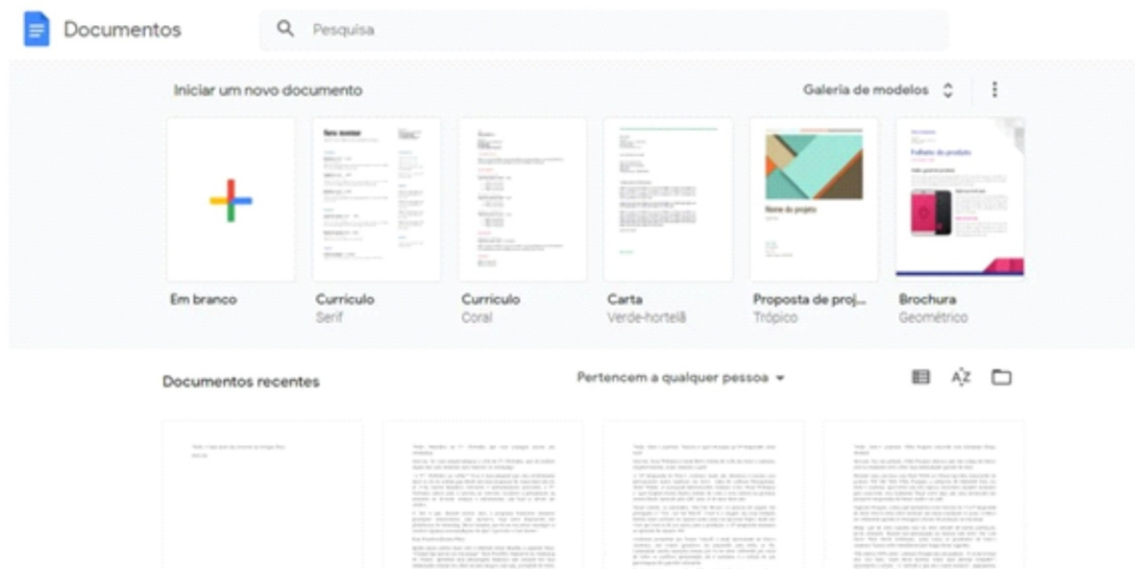


Imagem: Galeria de modelos do Google Docs com opções de currículos pré-formatados.

Preencha tudo com calma e peça ajuda se não souber algum termo. Ao terminar a edição, o Google Docs salva automaticamente seu trabalho na nuvem (no Google Drive). Você pode então clicar em Arquivo > Fazer Download > PDF para salvar seu currículo no computador ou pen drive. É recomendável salvar em PDF porque assim o formato não se altera e fica mais profissional para enviar. Se preferir, também pode usar o botão Compartilhar do Google Docs para enviar o currículo direto por e-mail – útil se estiver no celular e quiser mandar rapidamente para alguém. Lembre-se de revisar o conteúdo: verifique se não há erros de português e se as informações estão atualizadas.




2. Portfólio Digital:

Além do currículo, dependendo da área em que você pretende trabalhar, um portfólio pode ser muito interessante. Mas o que é isso? Portfólio é uma coleção de trabalhos ou projetos que você já fez, mostrando suas habilidades na prática. Por exemplo, se você quer trabalhar com design, pode incluir artes que criou; se é na construção, fotos de algo que ajudou a construir; se ainda não tem experiência profissional, pode colocar projetos de cursos ou da escola. Um portfólio digital funciona como um cartão de visitas atrativo – às vezes chega a chamar mais atenção do que o currículo ead.com.br. Ele pode ser o diferencial para um recrutador decidir te chamar para uma entrevista.

Você pode montar um portfólio usando ferramentas simples como o Google Apresentações (Slides) ou o Canva. O Google Apresentações é semelhante ao PowerPoint, mas online e gratuito. Nele, você consegue criar slides com textos, fotos e até pequenos vídeos. Poderia fazer, por exemplo, uma apresentação intitulada "Meu Portfólio" contendo: no primeiro slide, uma breve apresentação sua (nome, área de interesse, contato); nos slides seguintes, imagens e descrições de projetos que já realizou ou sabe fazer. Já o Canva é um site (canva.com) que fornece modelos visuais prontos – inclusive modelos de apresentações de portfólio e de currículos. No Canva, você escolhe um template e substitui os elementos com seus dados e imagens. É bem intuitivo: a própria página do Canva ensina o passo a passo (escolher um template grátis, adicionar seus conteúdos e depois publicar ou baixar o arquivo) canva.com. Vale a pena explorar essas ferramentas e escolher a que você achar mais fácil.





Dica: Mesmo que você ainda não tenha muita coisa para colocar num portfólio, você pode incluir atividades da sua vida que mostrem qualidades. Exemplo: participou de algum trabalho voluntário? Então pode inserir uma foto ou relato disso - voluntariado demonstra iniciativa e empatia. Ou, durante o curso, fez algum projeto de aula de que se orgulhou? Coloque também. O importante é que seu portfólio conte uma história positiva sobre você, complementando seu currículo. E claro, tanto no currículo quanto no portfólio, mantenha uma aparência simples e limpa: fontes legíveis, fundo claro, contraste alto (texto escuro em fundo branco, por exemplo) para facilitar a leitura, inclusive para quem imprimir em preto e branco.

Buscando Emprego Online com Segurança

Agora que você já tem um currículo bem feito e talvez um portfólio, é hora de aprender a buscar vagas de emprego na internet. Antigamente, muita gente procurava empregos em jornais ou entregando currículo em mãos. Hoje, embora isso ainda exista, grande parte das oportunidades está anunciada online, seja em sites especializados ou em redes sociais profissionais. Vamos conhecer alguns recursos importantes e estratégias para encontrar vagas na web.



1. Sites de Emprego:

Existem diversos sites de emprego onde empresas publicam vagas e candidatos podem se candidatar. No Brasil, alguns dos mais populares são: LinkedIn, InfoJobs, Vagas.com, Indeed e o Site Nacional de Empregos (SINE), entre outros. Vale a pena se cadastrar em mais de um, para ampliar suas chances. Vejamos detalhes de dois deles:

▪ **LinkedIn:**

É uma mistura de rede social profissional com site de vagas e currículo online. Nele, você cria um perfil que funciona como um currículo público, pode conectar-se com outras pessoas (colegas, recrutadores, empresas) e também buscar vagas na aba "Empregos". O LinkedIn permite filtrar as buscas por cargo, localização, empresa etc. Por ser uma rede profissional, mantenha sua foto de perfil e informações bem apresentadas. É um dos espaços mais utilizados para networking hoje - ou seja, para construir uma rede de contatos que pode te ajudar a encontrar oportunidades. Dica: há vários tutoriais ensinando a criar um bom perfil no LinkedIn (como o artigo "5 dicas para criar um bom perfil no LinkedIn" do Guia da Carreira). Você não precisa pagar nada para usar o básico do LinkedIn; há planos pagos, mas comece pelo gratuito mesmo.

▪ **SINE (Site Nacional de Empregos):**

Apesar do nome, este SINE é uma plataforma privada/gratuita fundada em 2000, que reúne vagas de várias regiões. É simples: você entra no site (ou app para celular), faz um cadastro com seus dados e currículo, e já pode pesquisar vagas por cargo e cidade. Ele lista milhares de oportunidades e você consegue se candidatar online mesmo, enviando seu currículo. Importante: Não confunda com o Sistema Nacional de Emprego do governo (que também é chamado de Sine) - aqui estamos falando de um site de classificados de vagas aberto a todos. O SINE site não cobra do candidato; desconfie de sites de emprego que peçam pagamento apenas para você se candidatar.

Além desses, visite também o Emprega Brasil (gov.br) – portal oficial do Governo Federal para emprego e seguro-desemprego, onde dá para buscar vagas usando seu login gov.br. E não esqueça de verificar se na sua cidade há serviços públicos de emprego online ou perfis de redes sociais anunciando vagas locais.

2. Estratégias para encontrar vagas:

Buscar emprego online exige dedicação e alguns cuidados:

- **Mantenha seu currículo atualizado nos sites:**

Depois de fazer seu cadastro e enviar o currículo para a plataforma (LinkedIn, SINE, etc.), atualize sempre que aprender algo novo ou ganhar experiência. Muitos recrutadores usam filtros para achar candidatos; se seu perfil estiver completo e com palavras-chave certas (ex: "auxiliar administrativo", "atendimento ao cliente"), as chances de aparecer para eles aumentam.

- **Use filtros de busca:**

Nos sites de vaga, refine sua pesquisa por região, área ou nível de experiência. Por exemplo, se busca primeiro emprego ou estágio, use esses termos. No LinkedIn, dá para filtrar por vagas "entrada" ou "júnior". Em outros sites, há categorias como "sem experiência" ou "aprendiz". Assim você não perde tempo com vagas muito fora do seu perfil.

- **Cuidado com oportunidades falsas:**



Infelizmente, assim como em outros meios, na internet podem aparecer golpes disfarçados de vagas. Desconfie de ofertas de emprego milagrosas (que pagam muito por pouco trabalho) ou que peçam dinheiro adiantado (por exemplo, para fazer um curso obrigatório antes de contratar – muitos golpistas usam isso para enganar quem procura emprego). Uma dica é pesquisar no Google o nome da empresa + “vagas” e ver se é uma empresa real e se há reclamações. Nunca forneça dados muito pessoais (como número de documentos, conta bancária) numa candidatura inicial antes de ter certeza de que a vaga e empresa são legítimas.

- Esteja ativo e acompanhe as respostas:

Faça da busca um hábito diário ou semanal. Separe um tempo para entrar nos sites e checar novas vagas. Quando se candidatar a alguma, fique de olho no seu e-mail e também nas notificações do site, para não perder um eventual contato de entrevista. Algumas plataformas enviam mensagens diretas ou até ligações via aplicativo, então preste atenção.

3. Networking e redes sociais comuns:

Além dos sites especializados, use também suas redes sociais pessoais a seu favor. Avise amigos e familiares (no Facebook, WhatsApp, grupos da comunidade) que está procurando emprego – às vezes uma indicação vale muito. Porém, lembre-se da imagem digital: evite postar coisas negativas ou inapropriadas publicamente, pois algumas empresas podem dar uma olhada no perfil do candidato nas redes abertas. Mantenha uma postura respeitosa online, isso faz parte da sua identidade digital.

Por fim, considere participar de grupos online da sua área (no Facebook ou grupos de WhatsApp/Telegram de empregos locais). Muitas vagas são divulgadas ali primeiro. Só tome cuidado para não compartilhar dados pessoais nesses grupos abertos.

▪ **Preparação para Entrevista de Emprego**

Oba! Todo o seu esforço de navegação, criação de e-mail e candidatura deu resultado e você foi chamado para uma entrevista de emprego – seja presencial ou online. E agora? Calma, vamos passar algumas dicas práticas de como se preparar e se portar bem, aumentando suas chances de sucesso. Lembre-se: a entrevista é a etapa em que você vai mostrar pessoalmente quem você é além do papel (currículo). Então, foque em transmitir confiança, interesse e profissionalismo. Seguem as orientações:

Antes da entrevista:

▪ **Pesquise sobre a empresa:**

É essencial conhecer a empresa que vai te entrevistar e entender a vaga. Visite o site da empresa, redes sociais ou notícias relacionadas. Saiba o que ela faz, quais serviços ou produtos oferece, sua história e cultura. Você não precisa virar um expert, mas essa pesquisa vai te ajudar a responder perguntas e a mostrar entusiasmo. Por exemplo, se perguntarem "Por que quer trabalhar aqui?", você pode citar algo positivo que descobriu sobre a empresa durante sua pesquisa.

▪ **Revise seu próprio currículo:**

Parece óbvio, mas leia seu currículo antes para lembrar o que colocou. Pense em exemplos concretos das suas experiências ou habilidades, pois podem pedir para você contar mais. Se no currículo diz que você fez um curso X, esteja pronto para falar o que aprendeu nele. Se não tem experiência, tudo bem: tenha histórias da sua vida que demonstrem qualidades (como trabalho em equipe, resolução de problemas, vontade de aprender – pode vir de situações pessoais, escolares ou voluntárias).



- **Pratique respostas para perguntas comuns:**

Muitos entrevistadores fazem perguntas clássicas, como: “Fale sobre você”, “Quais são seus pontos fortes e fracos?”, “Por que devemos te contratar?” ou “Onde se vê em 5 anos?”. Prepare mentalmente respostas objetivas e sinceras para essas questões. Não precisa decorar texto, mas tenha uma ideia do que dizer para não ficar completamente em branco. Também esteja pronto para falar sobre a vaga específica: “Por que quer esta vaga?” – conecte com o que você gosta de fazer ou quer aprender.

- **Escolha a roupa adequada:**

A primeira impressão conta. Separe uma roupa limpa e apropriada para o ambiente de trabalho. Não precisa ser nada chique, mas evite camisetas informais demais, bonés ou chinelos. Para a maioria das vagas, uma roupa simples e arrumada funciona (por exemplo, calça jeans sem rasgos + camisa ou blusa lisa). Se tiver dúvidas, é melhor pecar por arrumado demais do que de menos. E sim, isso vale mesmo que a entrevista seja virtual – vista-se como se fosse presencial, pois isso também te coloca no estado de espírito profissional.



▪ **Logística:**

Se a entrevista for presencial, planeje como chegar no local com antecedência. Veja o endereço no mapa, calcule o tempo de deslocamento e saia mais cedo para não se atrasar. Chegar com 10-15 minutos de antecedência é bom. Se for entrevista online (por videochamada), verifique antes se seu celular ou computador está funcionando, teste o link ou aplicativo (Zoom, Teams, etc.), e escolha um lugar silencioso com boa internet. Como dica do time da Vagas.com, em entrevistas online é bom ficar de costas para uma parede neutra e garantir que não tenha distrações no fundo. Isso evita imprevistos constrangedores.



Durante a entrevista:

Cumprimente e sorria:

Ao encontrar o entrevistador (ou entrar na sala virtual), cumprimente com um “Bom dia/boa tarde, prazer em conhecê-lo(a)”. Um sorriso leve e um aperto de mão firme (no caso presencial) transmitem simpatia e confiança. Se estiver muito nervoso, respire fundo antes de entrar e lembre-se que o entrevistador já gostou do seu currículo – você já passou uma boa impressão inicial, agora é confirmar pessoalmente.

Escute com atenção e responda com clareza:

Deixe o entrevistador conduzir. Ouça a pergunta até o fim, não interrompa. Se não entender algo, não tenha medo de pedir para repetir ou esclarecer – é melhor perguntar do que responder algo nada a ver. Ao responder, seja objetivo: vá direto ao ponto, sem enrolar demais, mas também não responda só “sim” ou “não” secamente; desenvolva um pouquinho. Por exemplo, se te perguntam “Você trabalha bem em equipe?”, em vez de só dizer “Sim”, você pode dizer: “Sim, nos projetos da escola eu sempre gostei de dividir tarefas e ajudar meus colegas, acho que trabalhar em equipe faz a tarefa ficar mais leve e eficaz”. Dê essas pinceladas que mostram suas atitudes.

Fale sobre seus pontos fortes com humildade:

A entrevista é sua chance de destacar qualidades, então prepare para mencionar 2 ou 3 pontos fortes (responsável, esforçado, bom em atender público, etc.) e 1 ponto fraco de forma sincera (todo mundo tem algo a melhorar – pode ser timidez, ansiedade, inglês básico, enfim). Quando falar de um ponto fraco, mostre que você está tentando melhorar nele. Exemplo: “Sou um pouco tímido para falar em público, mas estou trabalhando isso, fiz até um curso online de comunicação para melhorar”. Isso mostra honestidade e vontade de evoluir.

Postura profissional:

Mantenha uma postura corporal atenta: sente-se com as costas eretas (nem largado demais, nem duro como uma estátua). Olhe nos olhos do entrevistador ao falar e ouvir – no caso de vídeo, olhe para a câmera para simular contato visual. Evite cruzar os braços (passa impressão de insegurança ou defensividade) e controle movimentos de ansiedade, como balançar pernas ou roer unhas. Fale em tom audível e pausado, articulando as palavras. Se ficar muito nervoso(a), não tem problema dar uma respirada antes de responder; você pode até admitir um leve nervosismo – entrevistadores entendem, muitos de nós já passamos por isso.

Mostre interesse e seja você mesmo:

Demonstre entusiasmo pela vaga. Você pode mencionar alguma coisa que te atrai no trabalho ou na empresa, tipo: “Gosto muito de atender pessoas, por isso essa vaga em atendimento ao cliente me interessou”. Seja autêntico – não invente habilidades que não tem, nem precisa usar palavras difíceis para impressionar. A sinceridade e a vontade de aprender contam muito. Se não souber responder algo, seja franco dizendo que não tem aquela experiência mas está disposto a aprender.

Faça perguntas (se tiver oportunidade):

·Quase no final, é comum o entrevistador perguntar: “Você tem alguma pergunta?”. Ter uma ou duas perguntas para fazer pode causar boa impressão, porque mostra que você está realmente interessado. Por exemplo, pode perguntar “Quais seriam os próximos passos do processo seletivo?” ou “Como é o dia a dia de trabalho nessa função?”. Evite perguntar sobre salário ou benefícios logo de cara nessa primeira entrevista, a não ser que o entrevistador toque no assunto – essas questões geralmente vêm depois ou na proposta.



▪ **Depois da entrevista:**

Ao terminar, agradeça o entrevistador pelo tempo e oportunidade: “Obrigada pela entrevista, aguardo notícias. Tenha um bom dia!”. Depois disso, é hora de esperar. Algumas empresas dão retorno, outras não - infelizmente faz parte. Se passar uma semana ou mais do prazo dado e você não tiver resposta, pode enviar um e-mail educado perguntando se há novidades do processo. Enquanto espera, não desanime e continue procurando outras oportunidades também. Assim você não fica ansioso(a) focado em uma chance só.

Lembre-se: cada entrevista é um aprendizado. Se não conseguir a vaga, não se frustre, use a experiência para melhorar na próxima. E quando conseguir, parabéns! Seu empenho valeu a pena.

Navegação Segura na Internet: Cuidados Iniciais

Ao longo deste módulo, falamos bastante sobre usar a internet para coisas boas: comunicação, informações, emprego. Mas precisamos falar também sobre segurança digital, pois a internet, assim como o mundo real, tem alguns riscos. Aqui vamos ensinar cuidados básicos para você navegar de forma segura, evitando cair em golpes, fraudes ou vírus. Essas dicas valem não só para buscar emprego, mas para qualquer uso da web – desde redes sociais até bancos online. Vamos lá:

▪ **Identifique sites confiáveis:**

Conforme mencionamos antes, sempre verifique se o site tem HTTPS e cadeado na barra de endereço. Isso indica que a conexão é criptografada (mais segura). Porém, atenção: ter cadeado não garante 100% que o site é confiável, mas é o primeiro passo. Olhe também se o endereço (URL) é o correto da instituição. Golpistas às vezes criam páginas falsas com nome parecido de bancos ou empresas. Exemplo: em vez de bancodobrasil.com.br, um site falso poderia ser banc0dobrasil.com (trocando a letra “o” pelo número zero). Portanto, leia bem o endereço antes de inserir seus dados.

▪ **Cuidado com e-mails e mensagens suspeitas:**

Você pode receber e-mails estranhos, parecendo ser de bancos, lojas ou mesmo do governo, dizendo coisas como “Confirme seus dados urgentemente” ou “Você ganhou um prêmio, clique aqui”. Desconfie! Instituições financeiras sérias não costumam pedir dados pessoais por e-mail dessa forma. E órgãos oficiais não marcam intimações ou multas via e-mail comum. Em caso de receber algo do tipo, não clique em links nem abra anexos. Muitas vezes são golpes de phishing, que tentam roubar suas informações ou instalar vírus no seu dispositivo. Se for um e-mail de um serviço que você realmente usa (por exemplo, seu banco), em vez de clicar no link do e-mail, entre manualmente no site oficial do banco ou ligue para a agência para confirmar se aquela comunicação é real. Na dúvida, apague o e-mail suspeito.



▪ **Proteja seus dados pessoais:**

Nunca forneça informações sensíveis (CPF, RG, número de cartão de crédito, senhas) em sites ou formulários não verificados. Para cadastros de emprego, geralmente pedem nome, e-mail, telefone e talvez CPF para preencher no sistema – isso é normal em sites conhecidos. Mas se algum “empregador” que você nem conhece pedir, por exemplo, foto do seu documento por WhatsApp do nada, cuidado. Somente compartilhe documentos pessoais em processos que você tenha certeza da legitimidade (como quando você já foi contratado e está entregando documentos para registro – e mesmo assim, faça preferencialmente presencialmente).

▪ **Desconfie de estranhos online:**

Nas redes sociais ou apps de conversa, se alguém que você não conhece direito começar a pedir informações demais ou dinheiro, não caia nessa. Há relatos de pessoas que conhecem “amigos virtuais” e acabam enganadas por histórias tristes falsas pedindo ajuda financeira (isso é um golpe chamado scam, bastante comum). Lembre-se: não divulgue coisas particulares para estranhos na internet. Isso inclui endereço, fotos dos seus documentos, rotina diária, etc. Mantenha certa privacidade, especialmente com quem você não tem confiança.

▪ **Mantenha seu dispositivo seguro:**

Atualize regularmente o sistema do seu computador ou celular. Ative um antivírus (há opções gratuitas boas) e o mantenha atualizado também. Esses programas ajudam a bloquear vírus e alertar sobre sites perigosos. Quando instalar aplicativos ou programas, prefira as lojas oficiais (Google Play, Apple Store, sites oficiais dos fornecedores). Evite instalar programas piratas, pois além de não ser correto, podem vir com vírus embutidos.

▪ Cuidados em locais públicos:

Se você acessa internet em computadores públicos (telecentros, lan houses, computador de um amigo) para ver seu e-mail ou sites de emprego, lembre-se de sair da sua conta (logout) ao terminar, para que o próximo usuário não acesse suas coisas. Nunca selecione a opção "lembrar senha" ou "manter conectado" em computadores que não sejam seus. Em redes Wi-Fi públicas (por exemplo, Wi-Fi de praça, ônibus, café), evite fazer login em sites importantes ou digitar senhas de banco, pois essas redes podem ser menos seguras. Use-as apenas para navegação simples. Se for algo sensível, prefira sua rede móvel ou uma rede Wi-Fi de confiança.

▪ Senhas e autenticação:

Já falamos de senhas fortes ao criar o e-mail, mas vale reforçar: use senhas diferentes para serviços diferentes. Se alguém descobrir sua senha, pelo menos não terá acesso a tudo. Uma boa prática é ativar verificação em duas etapas nas contas importantes – por exemplo, o Gmail e o Facebook oferecem isso: ao logar em um novo dispositivo, além da senha, pedem um código que chega por SMS no seu celular. Isso dificulta invasões, pois mesmo que alguém saiba sua senha, sem o código do seu celular não entra. Considere ativar esses recursos de segurança extra nas contas de e-mail e redes sociais, pois aumentam bastante a proteção.

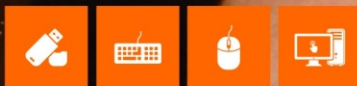
Em resumo, navegar seguro é igual a andar numa cidade: precisamos ficar atentos aos “sinais de trânsito” da web. Vá com calma, desconfie do que é bom demais para ser verdade e, se algo der errado (por exemplo, você acha que foi infectado por um vírus ou caiu num golpe), procure ajuda de alguém mais experiente ou de um técnico de confiança. Existem também materiais gratuitos, como a Cartilha de Segurança na Internet do CERT.br, que trazem dicas e explicam como evitar boatos, golpes e proteger seus dispositivos – uma ótima leitura complementar se você quiser se aprofundar.



Atividades Práticas

Vamos colocar em prática o que aprendemos? Aqui estão algumas sugestões de atividades para você praticar e ganhar autonomia no uso da internet.

Tente realizar estas tarefas no seu ritmo, e lembre-se: não tenha medo de errar, o importante é tentar!



Atividades Práticas

1. Explorando o Navegador:

Abra o navegador de internet do computador (por exemplo, Chrome). Digite na barra de endereços o site de busca Google (www.google.com). Pesquise por um assunto do seu interesse – pode ser uma notícia do dia ou “dicas para primeiro emprego”. Observe os resultados, clique em um link que pareça útil e leia um pouco da página. Depois, identifique se o site que você acessou é seguro (tem “https” e o cadeado). Com essa simples exploração, você pratica navegação e busca de informação.

2. Criando seu E-mail:

Siga os passos descritos na seção de e-mail para criar uma conta de e-mail (se você já não tiver uma). Pode ser no Gmail ou outro provedor gratuito. Após criar, envie uma mensagem de apresentação para um colega do curso ou para o instrutor: escreva um pequeno texto dizendo quem é você e que está praticando enviar e-mail. Peça para a pessoa confirmar se recebeu sua mensagem. Assim, você treina a escrita formal e o uso do e-mail na prática.

3. Baixando um Currículo Modelo:

Visite o site do Google Docs e abra um modelo de currículo conforme explicado. Mesmo que você não tenha experiência profissional ainda, preencha com seus dados (nome, educação, cursos do projeto que participou, habilidades pessoais como “bom em comunicação”, “organizado”, etc.). Peça ajuda de alguém do curso se tiver dúvida sobre o que escrever em cada campo. Depois salve seu currículo em PDF. Essa atividade vai te dar confiança de ter um currículo básico pronto para editar no futuro. Se já tiver um currículo em papel, tente reproduzi-lo no computador usando o modelo.



Atividades Práticas

4. Criando algo no Canva:

Acesse o site Canva.com e experimente criar um design simples – pode ser um currículo usando os templates de lá ou um cartaz de apresentação pessoal. O objetivo é você se familiarizar com ferramentas online de edição. No Canva, escolha um modelo e troque as informações pelo seu conteúdo. Ao terminar, salve a imagem/PDF no seu dispositivo. Dica: Existe um aplicativo do Canva que funciona em celular, caso não tenha acesso fácil a computador – você pode tentar por lá também.

5. Pesquisa de Vagas Online:

Escolha um dos sites de emprego discutidos (por exemplo, o InfoJobs ou Indeed, que não precisam de convite) e faça um cadastro simples. Use seu e-mail recém-criado para isso. Depois busque vagas na sua cidade ou região para o tipo de trabalho que você deseja. Veja os resultados, clique em algumas vagas para ler a descrição. Mesmo que não vá se candidatar agora, pratique navegar nessas plataformas. Note os requisitos que pedem nas vagas – isso pode te dar ideias de quais cursos fazer ou habilidades desenvolver. Se se sentir à vontade, candidate-se a alguma vaga real apenas para vivenciar o processo (mas capriche nas informações do perfil!). Lembre-se: sua segurança em se expor vai aumentando conforme pratica.

6. Simulação de Entrevista:

1. Treine responder as perguntas comuns de entrevista com um amigo ou familiar. Peça para a pessoa fazer 3 perguntas de entrevista para você (use as que listamos anteriormente, como “Fale sobre você”, “Quais seus pontos fortes e fracos?”). Responda em voz alta, como se estivesse na entrevista de verdade. Depois peça um feedback sincero: você falou muito baixo? Usou muitos vícios de linguagem (“né”, “tipo”)? Conseguiu se lembrar de destacar suas qualidades? Essa prática, embora possa parecer engraçada no começo, vai te deixar bem mais preparado quando chegar a situação real.



Atividades Práticas

7. Checklist de Segurança:

Faça uma lista de 5 cuidados de segurança online que você vai seguir daqui para frente, inspirados no que aprendeu. Por exemplo: (a) Não reutilizar a mesma senha em tudo; (b) Atualizar o antivírus todo mês; (c) Conferir o cadeado nos sites antes de inserir dados; (d) Desconfiar de e-mails alarmantes; (e) Não compartilhar informações pessoais com desconhecidos na internet. Cole essa lista perto do computador ou no seu caderno. Revise-a de vez em quando até virar um hábito.



Todas essas atividades são formas de colocar a mão na massa e fixar o conhecimento. Se travar em algum passo, não desanime - releia a apostila, peça orientação ao instrutor ou troque ideias com os colegas (aprender em conjunto é mais fácil e divertido!). Cada pequena conquista, como enviar um e-mail sozinho ou criar um documento, já é um avanço rumo à sua autonomia digital.

Conclusão

Você chegou ao final do Módulo 3 – parabéns pela dedicação! Nesta apostila, percorremos uma jornada desde entrar na internet pela primeira vez até usá-la como aliada na busca por emprego. Vimos como criar um e-mail profissional (sua porta de entrada para o mundo online), aprendemos a navegar com consciência, montamos currículos e portfólios utilizando ferramentas gratuitas, exploramos sites de emprego e dicas para entrevistas, além de reforçar cuidados fundamentais de segurança digital.

Mais do que aprender “tecnologia pela tecnologia”, nosso foco foi mostrar o lado prático: como essas habilidades podem melhorar sua vida no cotidiano e no trabalho. Agora você pode, por exemplo, enviar um currículo por e-mail para uma vaga, conversar com um recrutador pelo LinkedIn, ou simplesmente pesquisar no Google algo que não souber coisas que talvez antes pareciam distantes, mas que estão ao seu alcance. Cada novo conhecimento te deixa mais autônomo(a) e conectado(a) com as oportunidades modernas.

Lembre-se sempre de manter a curiosidade e a cautela. A tecnologia muda rápido, então continue explorando, vendo tutoriais, perguntando quando tiver dúvidas. Ao mesmo tempo, mantenha as práticas de segurança: elas serão sua base de confiança para não ter medo de navegar e experimentar. Você, que chegou até aqui, já demonstrou uma qualidade muito importante no mercado de trabalho atual: a capacidade de aprender coisas novas. Use isso a seu favor daqui em diante.

Encerrando, queremos encorajá-lo(a) a aplicar tudo que aprendeu: atualize seu currículo, candidate-se àquela vaga dos sonhos, mande uma mensagem por e-mail para retomar contato com alguém, descubra novos cursos gratuitos online (há muitos disponíveis!). O mundo digital deixa de ser um obstáculo quando passa a ser uma ferramenta a seu favor. Você não está mais à margem dele – agora faz parte e pode ir longe! Conte conosco nessa caminhada e sucesso em suas próximas conquistas.

Vamos em frente!



Aprenda mais consultando:

Como criar uma Conta Google para uso pessoal Tecnoblog

<https://tecnoblog.net/responde/como-criar-uma-conta-no-google/>

Como fazer um currículo no Google Docs - TecMundo

<https://www.tecmundo.com.br/mercado/237913-fazer-curriculo-google-docs.htm>

Como fazer um portfólio digital criativo e gratuito

<https://www.ead.com.br/blog/como-fazer-um-portfolio-digital-criativo-e-gratuito>

Criar Portfolio Online Gratuito: Cria um website de portfolio | Canva

https://www.canva.com/pt_pt/criar/portfolios/

Melhores Sites de Emprego: Como conseguir uma vaga?

<https://www.guiadacarreira.com.br/blog/os-melhores-sites-de-emprego>

12 dicas para sua primeira entrevista de emprego | VAGAS Profissões

<https://profissoes.vagas.com.br/primeira-entrevista-de-emprego/>

10 dicas de segurança na internet para iniciantes

<https://www.oficinadanet.com.br/post/13423-10-dicas-de-seguranca-para-iniciantes>

Cartilha de Segurança para Internet

<https://cartilha.cert.br/>



Módulo III

Internet e o Mundo do Trabalho

