





## Conheça os seus direitos.

O estágio bem-feito é o primeiro passo de uma carreira de sucesso. É o momento que o estudante aprimora seus conhecimentos no mercado de trabalho e desenvolve suas qualidades profissionais e pessoais. Para isso se tornar realidade existem algumas regras básicas que todos precisam saber. Neste manual explicaremos cada uma delas para você.

Com a nova Lei do Estágio, que já está em vigor, muita coisa mudou. Novos parâmetros foram estabelecidos e agora você tem mais direitos:

- A carga horária está limitada a seis horas diárias/trinta horas semanais para ensino superior, educação profissional e ensino médio regular; e quatro horas diárias/vinte horas semanais para estudantes de educação especial e dois anos finais do ensino fundamental, na modalidade profissional de educação de jovens e adultos;

- Você tem direito a recesso de 30 dias após um ano de estágio na mesma empresa ou o proporcional do tempo de estágio, se menos de 12 meses;
- Dois anos é o tempo máximo que você pode estagiar na mesma empresa, exceto se você for portador de alguma necessidade especial;
- Sua remuneração e seu auxílio-transporte são compulsórios, exceto no caso de seu estágio ser obrigatório;
- O capital segurado do Seguro de Acidentes Pessoais, cujo número da apólice e o nome da seguradora precisam constar do contrato de estágio, deve ser compatível com os valores de mercado.

## Vantagens de ser um estagiário:

O estágio é a melhor forma para você ingressar no mercado de trabalho e adquirir qualificação na sua área de formação. Além disso, você pode vivenciar o dia-a-dia de uma empresa, aprendendo na prática o que é estudado em sua formação acadêmica. Essa experiência é essencial para o sucesso da sua formação profissional. Saiba que os estagiários possibilitam às empresas manterem-se sempre atualizadas, pois os jovens trazem inovações e mudanças que oxigenam os modelos de operação.

## Um bom estagiário é:

- Assíduo
- Atualizado
- Comunicativo
- Disciplinado
- Organizado
- Participativo
- Pontual
- Proativo
- Conectado com a realidade da empresa

## Um bom estágio ensina:

- A trabalhar em equipe e se relacionar em grupo
- A ter alta produtividade
- A ter comprometimento
- A manter a qualidade do trabalho e o cumprimento dos prazos
- A desenvolver a liderança, a leitura da realidade e a projeção de cenários
- A propor soluções para os problemas da empresa
- A ter domínio básico de tecnologias de comunicação e informação

## O que as empresas esperam do estagiário:

- Estar preparado para desafios como diagnosticar problemas e propor soluções
- Pensar estrategicamente
- Saber que a empresa é um complexo conjunto de atividades
- Propor aperfeiçoamento e inovações
- Escrever com clareza
- Ajudar na elaboração de projetos
- Identificar-se com os valores, normas e cultura da empresa
- Pensar criativamente
- Ter visão globalizada e atualizada sobre o campo de atuação da empresa
- Conviver em grupo de maneira produtiva
- Aceitar críticas e aprender com os erros
- Ter atitude empreendedora
- Ser proativo