



POLIDIAGNOSTICO
Empresas

**A linha do
conhecimento**

**SAÚDE DO
TRABALHO**

SAÚDE NO TRABALHO
SEGURANÇA NO TRABALHO

SEGURANÇA ALIMENTAR
SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS

Riscos Comportamentais: Como agir

Componente Prática

Objetivos

Dotar os formandos de competências práticas que lhe permitam comunicar, gerir conflitos, o tempo e o stress com maior sucesso, contribuindo para uma maior produtividade e bem-estar.

Conteúdos Programáticos

- Aplicar estratégias facilitadoras da comunicação
- Aplicar estratégias de comunicação e de gestão de conflitos eficazes nas Relações intrapessoais e interpessoais
- Promoção de estratégias de gestão de stress e desativação emocional
- Definir funções e formular objetivos de trabalho;
- Planificar a sua atividade em função de objetivos;
- Usar técnicas de planeamento e gestão de prioridades
- Identificar desperdiçadores de tempo e estratégias de intervenção

Destinatários

Trabalhadores que frequentaram a componente teórica

Formador

Patricia Vitorino – Psicóloga



POLIDIAGNOSTICO
Empresas

A linha do conhecimento



Carga Horária

8 horas

Data e local

12 de Dezembro de 2019- Horário 9h-13h | 14h-18h

Av. Marques de Pombal Lote nº2 7º Andar (sala de formação do Grupo Beatriz Godinho)
2411-904 Leiria

Investimento:

O investimento é de 80€ (oitenta euros).

Inscrição, em simultâneo, na Componente Teórica e Prática beneficia de 10% de desconto.

O valor apresentado é isento de IVA.

Observações

Formação de acordo com o referencial do Catálogo Nacional de Qualificações e registada na plataforma do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO).

Formação certificada pela Direção Geral do Emprego e das Relações de Trabalho (DGERT).



CERTIFICADO Nº 3546/2019