



## PLANO DE FORMAÇÃO INTERNA

*[Handwritten signature]*  
Plausível

2022							
DEPARTAMENTO DE PLANEAMENTO, DESENVOLVIMENTO E INTERVENÇÃO SOCIAL							
DATA/HORA	DESIGNAÇÃO	Nº Horas	DESTINATÁRIOS (Nº formandos)	FORMADOR	OBJECTIVOS	AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA	
						Método e critérios	Prazo
02/03/2022 a 29/04/2022 Cf. Cronograma da UFCD	7229 – Gestão do stress profissional	25 horas	Todos os colaboradores	Mutação	Identificar o conceito de stress, causas, consequências do mesmo; Identificar as técnicas preventivas, de controlo e gestão de stress profissional; caraterizar o conceito de emoção.	Ficha de Avaliação de Eficácia da Formação	Até 6 meses
<b>Maio</b> Data e Horário a definir	Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho	2 horas	Todos os colaboradores	Empresa de prestação de serviços de Higiene e Segurança no Trabalho	Avaliação de riscos e organização de meios destinados à prevenção e proteção coletiva e individual.	Ficha de Avaliação de Eficácia da Formação	Até 6 meses
<b>Junho</b> Data a definir 10h-12h 14h-16h 16h-18h	Plano de Segurança contra incêndio	1h30	Todos os colaboradores	Responsável da segurança	Elucidar e capacitar os colaboradores da instituição para prevenir e responder eficazmente a situações de emergência e de catástrofe.	Ficha de avaliação da eficácia da formação	Até 6 meses
12/09/2022 a 09/11/2022 Cf. Cronograma da UFCD	4478 - Técnicas de socorrismo - princípios básicos	25 horas	Todos os colaboradores	Mutação	Aplicar técnicas básicas de socorrismo.	Ficha de Avaliação de Eficácia da Formação	Até 6 meses



# CRONOGRAMA

Nº Projeto:	POISE-01-3524-FSE-003669	Entidade Beneficiária:	MUTAÇÃO – CONSULTORIA, ESTUDOS E SERVIÇOS DE FORMAÇÃO, LDA.
Área de Formação:		UFCD:	
Duração:	50 horas	N.º de ação:	1
Data de realização:		Local de Realização:	Centro Social Santa Cruz do Douro - Rua Camilo Castelo Branco, 2652; 4640-435 Baião

mar/22				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
HORÁRIO				T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q
17H	30	18H	30		7229		7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229
18H	30	19H	30		7233		7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233
19H	30	20H	30		7233		7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233
20H	30	21H	0																															

abr/22				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
HORÁRIO				S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	
17H	30	18H	30		7229		7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229			7229
18H	30	19H	30		7233		7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233
19H	30	20H	30		7233		7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233			7233
20H	30	21H	0																															

set/22				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
HORÁRIO				Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	
17H	30	18H	30												4478						4478			4478						4478			4478	
18H	30	19H	30												4478						4478			4478						4478			4478	
19H	30	20H	30												4478						4478			4478						4478			4478	
20H	30	21H	0																															

out/22				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
HORÁRIO				S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	
17H	30	18H	30			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478
18H	30	19H	30			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478
19H	30	20H	30			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478
20H	30	21H	0																																

nov/22				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
HORÁRIO				T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q		
17H	30	18H	30			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478
18H	30	19H	30			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478
19H	30	20H	30			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478
20H	30	21H	0			4478									4478						4478			4478					4478			4478			4478

Módulo	Duração	Formador
7229	Gestão do Stress do profissional	25h
7229	Gestão do Stress do profissional	25h
7229	Gestão do Stress do profissional	25h
4478	Técnicas de socorrismo - princípios básicos	25h
4478	Técnicas de socorrismo - princípios básicos	25h
4478	Técnicas de socorrismo - princípios básicos	25h

341  
341  
341  
621  
621  
621