

CURSO PRÁTICO DE PRODUTIVIDADE: GESTÃO DE TEMPO E PRODUTIVIDADE

(baseado em GTD, 5 S's e Kaizen)

PERMITE ACUMULAR 20 HORAS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL PARA O CUMPRIMENTO DAS 40 HORAS ANUAIS DE FORMAÇÃO CONTÍNUA OBRIGATÓRIA DE ACORDO COM O CÓDIGO DO TRABALHO

OBJETIVOS

Trata-se de um Curso de Formação eminentemente prático que visa dotar os participantes de conhecimentos para gerirem melhor o seu tempo, as suas tarefas e as suas prioridades, fortalecendo as competências para melhoria da produtividade.

Inclui também informação para gestão de Tele-trabalho.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

MÓDULO 1 GESTÃO DO TEMPO

Conceitos de gestão do tempo

Avaliação da utilização do tempo – análise diária

Desperdiçadores de tempo

Organização da Agenda

Princípios do bom gestor de tempo

Gestão de Tele-trabalho

Teste de avaliação do módulo 1

MÓDULO 2

GESTÃO DO ESPAÇO

Os 5 S's

Organização do espaço de trabalho

As ferramentas essenciais

O espaço para Tele-trabalho

Teste de avaliação do módulo 2

MÓDULO 3

GESTÃO DAS PRIORIDADES

Projeto versus Tarefa

Priorizar tarefas – matriz de Eisenhower

Priorizar tarefas – sistema ABC

Planos de trabalho mensais, semanais e diários

Planos de contactos

Critérios limitadores

Teste de avaliação do módulo 3

MÓDULO 4

GESTÃO DA PRODUTIVIDADE

Horizontes de foco

Os 3 tipos de trabalho

Como funciona a nossa mente

Decisão versus Execução

Perfeição versus Conclusão

Passar à Ação

Teste de avaliação do módulo 4

AVALIAÇÃO FINAL

Teste de Avaliação Final para obtenção de Certificado de Formação. O teste final inclui questões de escolha múltipla sobre todos os temas da formação.

Inquérito de Avaliação da Formação



226 066 442

935 569 146 . 935 569 148



FORMAÇÃO Porto / Lisboa / Coimbra

www.certform.pt geral@certform.pt

CERTIFICAÇÃO

Aos formandos que completarem todos os módulos com avaliação positiva, será emitido um Certificado de Formação Profissional através da SIGO, tal como previsto na Portaria nº 474/2010, de 8 de Julho.

Este Certificado é válido para efeito do cumprimento de 20 horas, das 40 horas anuais de formação obrigatória, de acordo com o Código do Trabalho.

DESTINATÁRIOS

Todos aqueles que pretendam aperfeiçoar as suas capacidades de organização, para melhor gerirem o seu tempo e otimizarem a sua Produtividade.

DURAÇÃO: 20 horas

PREÇO: 130 euros

FORMADORES

ENG.ª PATRÍCIA TABORDA

Licenciada em Engenharia Biológica (pré-Bolonha) pela Universidade do Minho. Mestre em Tecnologias do Ambiente (pré-Bolonha), pela Universidade do Minho, Pós-Graduada em Lean Management, pela CLT Services. Formadora Certificada pelo IEFP.

Percurso profissional desenvolvido na função pública, primeiro numa Câmara Municipal e, desde 2004, numa Empresa Municipal, nomeadamente na coordenação de equipas de trabalho, gestão e implementação de projetos, planeamento da área operacional, definição de objetivos e monitorização de resultados, formação interna de equipas operacionais e administrativas.

Possui vários cursos de formação contínua em áreas tão diversas como Empreendedorismo, Higiene e Segurança Alimentar - HACCP, Liderança, Gestão da Qualidade, Método KonMari, Método GTD, entre outros.

Regras de funcionamento do Curso GESTÃO DO TEMPO E PRODUTIVIDADE – E-LEARNING

- 1- O candidato deverá preencher a ficha de inscrição através do site da CERTFORM;
- 2- Após contacto da secretaria deverá ser efetuado o pagamento do valor;
- 3- Serão atribuídas as credenciais para entrada na plataforma de E-LEARNING da CERTFORM;
- 4- O formando tem acesso ao primeiro módulo do curso (materiais para estudo);
- 5- Após o teste de avaliação do primeiro módulo, será disponibilizado o segundo módulo e assim sucessivamente;
- 6- O formando pode fazer o estudo dos materiais através da plataforma ou fazer o download para o seu próprio dispositivo. Os materiais são não editáveis.
- 7- Tendo todos os módulos concluídos o formando terá acesso ao teste de avaliação final. O teste final contempla a avaliação a matérias de toda a formação.
- 8- Os testes do Curso são testes de escolha múltipla. Os testes são compostos por 5 questões. O formando terá de responder a três questões corretamente para avançar para o módulo seguinte. Caso o formando não alcance no mínimo três questões corretas repetirá o teste. No final do teste o formando terá acesso à chave de resolução. Os testes são realizados na própria plataforma E-LEARNING.
- 9- Após conclusão do teste de avaliação final, será disponibilizado um inquérito de avaliação da formação em que o formando avalia a formação em diversos parâmetros.
- 10- Uma vez concluído o percurso formativo será emitido o certificado de formação profissional através da SIGO, tal como previsto na Portaria nº 474/2010, de 8 de julho
- 11- O certificado será enviado em suporte papel pelos CTT para a morada do formando.



226 066 442

935 569 146 . 935 569 148



FORMAÇÃO Porto / Lisboa / Coimbra

www.certform.pt geral@certform.pt