

CURSOS BREVES PRR 2024

GESTÃO DE TEMPO E

ORGANIZAÇÃO PESSOAL

1ª Edição

EDITAL

1. Enquadramento dos Cursos Breves PRR

Os Cursos Breves PRR do Instituto Politécnico do Cávado e do Ave (IPCA) são uma oferta formativa enquadrada no âmbito do projeto Skills Boost 2025@IPCA e financiado pelo Programa Impulso Adultos do Programa de Recuperação e Resiliência (PRR), e que visa reforçar e diversificar a formação pós-secundária, garantindo a reconversão e atualização de competências através do desenvolvimento de soluções de qualificação flexíveis. Os Cursos Breves PRR do IPCA são orientados para a formação de curta duração com uma forte ligação ao mercado empresarial.

2. Enquadramento do Curso

Este curso destina-se a todos os que necessitem de melhorar a sua organização pessoal e gestão do tempo no sentido de conseguir uma maior eficácia e eficiência no seu dia-a-dia profissional.

O presente curso tem como objetivos:

- Identificar e aplicar técnicas individuais de gestão de tempo.
- Planificar tarefas e atividades de trabalho.
- Identificar desperdiçadores profissionais e pessoais.
- Planificar a agenda de trabalho quer manual quer eletrónica.
- Fazer escolhas conscientes e orientadas para alcançar os resultados pretendidos.

3. Conteúdos Programáticos

- Técnicas individuais de trabalho
- Planeamento de tarefas: para uma gestão eficaz
- Desperdiçadores de tempo: estabelecer objetivos e prioridades
- Estratégias da Gestão de tempo
- Agenda tradicional
- Agenda eletrónica
- Delegação eficaz

4. Edições

Este curso tem uma 1ª edição. Caso o número de inscrições assim o justifique será possível promover novas edições.

5. Regras sobre Admissão

Podem candidatar-se ao acesso ao Curso Breve PRR:

- a) Os titulares de um curso de ensino secundário ou de habilitação legalmente equivalente;
- b) Os titulares de um curso de ensino superior, diploma de técnico superior profissional, licenciatura ou de outro grau de ensino superior, que pretendam a sua requalificação profissional;

Não podem apresentar candidatura ao curso:

- a) Quem não cumprir com o disposto na alínea a) no que se refere ao nível habilitacional do ponto 5.

6. Destinatários

O curso está aberto a todos os destinatários que cumpram as regras de admissão, sem limitações de âmbito profissional.

7. Modalidade do curso

O curso funcionará na modalidade de ensino online, através da plataforma ZOOM.

8. Calendário e Horário de Funcionamento

O curso tem a duração de 20 horas de contacto e 30 horas de trabalho autónomo do formando e funcionará em horário pós-laboral, de acordo com o cronograma disponibilizado na página da internet do IPCA: [Cursos Breves PRR 2024 – IPCA](#) .

9. Formadores

Maria Isabel Areias.

10. Diplomas

O curso é enquadrado como um Curso Breve com 2 ECTS, sendo conferente de certificado para os formandos que obtenham aprovação através da avaliação final definida para cada curso e tenham frequentado pelo menos 50% das sessões.

11. Vagas

A 1ª edição do curso tem 80 vagas disponíveis para o contingente geral e Alumni.

- a) 90% das vagas são destinadas ao contingente geral.
- b) 10% das vagas são destinadas aos Alumni do IPCA.
- c) As vagas previstas na alínea anterior que não sejam preenchidas, serão disponibilizadas pelo contingente geral.

12. Propina

A frequência do curso não implica o pagamento de qualquer propina.

13. Processo de Candidatura

O processo de candidatura é efetuado exclusivamente online através de formulário de inscrição disponibilizado na página da internet do IPCA: [Cursos Breves PRR 2024 – IPCA](#), nos prazos definidos neste edital, sendo instruído com os seguintes documentos:

- Formulário de candidatura;
- Certificado de habilitações escolares.

14. Prazos de Candidatura

Calendário de candidaturas: De 02/04/2024 a 14/04/2024

Publicação da lista ordenada dos candidatos: 17/04/2024

Período de reclamações: 18/04/2024

Início da formação: 23/04/2024

15. Critérios de Seroiação e Seleção

Contingente geral (90% das vagas)

A seleção dos candidatos seguirá os seguintes critérios:

- 1.º - Ordem de inscrição (dia e hora);
- 2.º - Instrução correta e completa dos documentos de candidatura.

Caso o candidato esteja inscrito em mais do que um curso será tida em conta a primeira inscrição efetuada ou, no caso de existirem mais candidatos do que vagas, a inscrição no curso com mais vagas disponíveis.

Contingente Alumni (10% das vagas)

A seleção dos candidatos seguirá os seguintes critérios:

- 1.º - Ordem de inscrição (dia e hora);
- 2.º - Instrução correta e completa dos documentos de candidatura.

As vagas não preenchidas por Alumni do IPCA serão destinadas ao contingente geral. Se o número de inscrições de Alumni for superior ao número de vagas do contingente Alumni, os não colocados serão incluídos no contingente geral.

Caso o candidato esteja inscrito em mais do que um curso será tida em conta a primeira inscrição efetuada ou, no caso de existirem mais candidatos do que vagas, a inscrição no curso com mais vagas disponíveis.

16. Processo de Inscrição

A inscrição fica automaticamente efetiva, caso a informação da candidatura esteja correta.

Barcelos, 27 de março de 2024

Assinado por: PEDRO MANUEL RIBEIRO NOVO DE MELO
Num. de Identificação: 12091480

Coordenador do Projeto Skills Boost 2025@IPCA



