

	QUI	SEX	SAB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	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			
Agosto	9h00 -10h00																																	
	10h00 -11h00																																	
	11h00 -12h00																																	
	12h00 -13h00																																	
	13h00 -14h00																																	
	14h00 -15h00																																	
	15h00 -16h00																																	
	16h00 -17h00																																	
	17h00 -18h00																																	
	18h00 -19h00																																	
	19h00 -20h00																																	
	20h00 -21h00																																	
	21h00 -22h00																																	
	22h00 -23h00																																	
Setembro	9h00 -10h00																																	
	10h00 -11h00																																	
	11h00 -12h00																																	
	12h00 -13h00																																	
	13h00 -14h00																																	
	14h00 -15h00																																	
	15h00 -16h00																																	
	16h00 -17h00																																	
	17h00 -18h00																																	
	18h00 -19h00																																	
	19h00 -20h00																																	
	20h00 -21h00																																	
	21h00 -22h00																																	
	22h00 -23h00																																	
Outubro	9h00 -10h00																																	
	10h00 -11h00																																	
	11h00 -12h00																																	
	12h00 -13h00																																	
	13h00 -14h00																																	
	14h00 -15h00																																	
	15h00 -16h00																																	
	16h00 -17h00																																	
	17h00 -18h00																																	
	18h00 -19h00																																	
	19h00 -20h00																																	
	20h00 -21h00																																	
	21h00 -22h00																																	
	22h00 -23h00																																	
Novembro	9h00 -10h00																																	
	10h00 -11h00																																	
	11h00 -12h00																																	
	12h00 -13h00																																	
	13h00 -14h00																																	
	14h00 -15h00																																	
	15h00 -16h00																																	
	16h00 -17h00																																	
	17h00 -18h00																																	
	18h00 -19h00																																	
	19h00 -20h00																																	
	20h00 -21h00																																	
	21h00 -22h00																																	
	22h00 -23h00																																	
Dezembro	9h00 -10h00																																	
	10h00 -11h00																																	
	11h00 -12h00																																	
	12h00 -13h00																																	
	13h00 -14h00																																	
	14h00 -15h00																																	
	15h00 -16h00																																	
	16h00 -17h00																																	
	17h00 -18h00																																	
	18h00 -19h00																																	
	19h00 -20h00																																	
	20h00 -21h00																																	
	21h00 -22h00																																	
	22h00 -23h00																																	

Curso	Formador	HIC
GTOP	Gestão do Tempo e Organização Pessoal	Maria Isabel Azeitas