

CURSOS BREVES PRR 2024

PROGRAMA DE FORMAÇÃO PARA O SECTOR SOCIAL

Gestão do 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.

Em 2024, o IPCA delineou um Plano de Formação de Cursos Breves PRR que está organizado em quatro grandes Programas de Formação: Competências Transversais, Transformação Organizacional da Administração Pública, Empresas e Sector Social. De sublinhar que muitos destes cursos têm vagas destinadas aos Alumni do IPCA.

O presente Curso Breve está integrado no Programa de Formação para o Sector Social.

2. Enquadramento do Curso

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;
- Agenda tradicional;

- Agenda eletrónica;
- Delegação eficaz;
- Estratégias da Gestão de tempo.

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) do ponto anterior no que se refere ao nível habilitacional.

6. Destinatários

Este curso destina-se a colaboradores de entidades do sector social.

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 10 horas de trabalho autónomo do formando e funcionará em horário 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 1 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 40 vagas disponíveis, com a seguinte distribuição:

- a) 90% das vagas são destinadas ao contingente do sector social.
- b) 10% das vagas são destinadas aos Alumni do IPCA.
- c) Caso as vagas previstas nas alíneas anteriores para cada um dos contingentes não sejam preenchidas, serão disponibilizadas a participantes do outro contingente.

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 pelo IPCA às entidades do sector social, e nos prazos definidos neste edital. Constituem documentos de candidatura:

- Formulário de candidatura;
- Certificado de habilitações escolares.

14. Prazos

Apresentação de candidaturas: De 16/07/2024 a 06/09/2024

Publicação da lista ordenada dos candidatos: 16/09/2024

Período de reclamações: 19/09/2024

Início da formação: 24/10/2024

15. Critérios de Seriação e Seleção

Contingente geral (90% das vagas)

A seleção dos candidatos seguirá os seguintes critérios:

- 1.º - Validação da inscrição pela entidade empregadora, que poderá definir candidatos prioritários;
- 2.º - Uma vez cumprido o primeiro ponto: ordem de inscrição (dia e hora);
- 3.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 1ª Inscrição efetuada.

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.

Caso o candidato esteja inscrito em mais do que um curso será tida em conta a 1ª Inscrição efetuada.

16. Processo de Inscrição

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

Barcelos, 15 de julho de 2024

Coordenador do Projeto Skills Boost 2025@IPCA