

FICHA SÍNTESE DE CURSO

DESIGNAÇÃO DO CURSO	Conciliação da Vida Profissional, Pessoal e Familiar
ÁREA ESTRATÉGICA	Interesse e Serviço Público
ÁREA TEMÁTICA	Gestão e Desenvolvimento de Pessoas e Equipas
DURAÇÃO	7 horas
DESTINATÁRIOS/ CONDIÇÕES DE ACESSO	Dirigentes em cargos de direção superior Dirigentes em cargos de direção intermédia Trabalhadores da carreira geral de técnico superior Trabalhadores da carreira geral de assistente técnico Trabalhadores da carreira geral de assistente operacional Trabalhadores de carreiras especiais
REGIME DE FORMAÇÃO	E-Learning
OBJETIVOS GERAIS	Conhecer as boas práticas, seus benefícios e procedimentos necessários com vista à implementação das políticas de conciliação da vida profissional, pessoal e familiar na administração pública. Entender as estratégias que permitem melhorar os níveis de conciliação entre as equipas, otimizando o seu desempenho e relações interpessoais, bem como, perceber e identificar os fatores que interferem na capacidade de autogestão e equilíbrio pessoal.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	<ul style="list-style-type: none">– Identificar Políticas Públicas de incentivo à conciliação de vida pessoal e profissional, e sua aplicabilidade– Identificar práticas de gestão recursos humanos para manutenção ambientes de trabalho saudáveis– Conhecer e identificar estratégias que permitam lidar com fatores de stress– Conhecer e identificar estratégias para aumento da produtividade em contexto de trabalho

- Desenvolver um programa pessoal para equilíbrio entre vida pessoal, familiar e profissional

PROGRAMA DO CURSO

1. Estratégias Públicas e Organizacionais
2. Conciliação: Vida Pessoal e Profissional
3. Gestão Pessoal Equilibrada
4. Autonomia e responsabilização: plano de ação