

Ficha Descritiva

O papel dos líderes, gestores e supervisores na promoção de locais de trabalho saudáveis



Duração: 3h | Modalidade: Live Streaming

Rev. 00.29.01.2021



Objetivos Gerais:

- Caracterizar o papel dos líderes, gestores e supervisores na promoção de locais de trabalho saudáveis

Objetivos Específicos:

- Reconhecer o que são riscos psicossociais;
- Caracterizar um local de trabalho saudável;
- Reconhecer o papel dos líderes, gestores e supervisores na promoção de locais de trabalho saudáveis;
- Reconhecer boas práticas e ações simples no âmbito da promoção da saúde psicológica no local de trabalho;
- Caracterizar a gestão e redução do stress;
- Identificar e prevenir sintomas de *burnout*;
- Identificar as características da liderança positiva.

Conteúdo Programático

- O que são Riscos Psicossociais
- Características de um Local de Trabalho Saudável
- O papel dos Líderes, Gestores e Supervisores na promoção de Locais de Trabalho Saudáveis
 - Como posso prevenir o stress ocupacional?
 - Como posso saber se um colaborador tem um problema de saúde psicológica?
 - Como posso falar com um colaborador sobre um problema de saúde psicológica?
 - Como posso realizar ajustamentos e adaptações às condições de trabalho?

222 456 974 | 210 868 855
Porto • Estarreja • Palmela • Sines • Castro Verde
www.cedros.pt - cedros@cedros.pt



Ficha Descritiva

O papel dos líderes, gestores e supervisores na promoção de locais de trabalho saudáveis



Duração: 3h | Modalidade: Live Streaming

Rev. 00.29.01.2021

- Como posso facilitar o regresso ao trabalho dos colaboradores?
 - Boas práticas e ações simples que promovem a saúde psicológica no local de trabalho
 - Gestão e redução do Stress
 - Identificar e prevenir sintomas de Burnout
 - Características da Liderança Positiva

Forma de Organização da Formação

Online - Livestreaming (formação desenvolvida totalmente em videoconferência)

Metodologias de Formação

Na formação serão utilizados os métodos expositivo, interrogativo e ativo.

Metodologias de Avaliação das Aprendizagens

A Avaliação da Aprendizagem será realizada através da participação do formando nas atividades propostas.

O formando terá direito a um certificado de formação emitido através da plataforma SIGO, mediante aproveitamento.

Recursos pedagógicos/Espaços e equipamentos

O formando deverá possuir computador, com webcam e áudio e com browser atualizado.

A formação decorrerá através de videoconferência na plataforma Zoom.

Público-alvo:

222 456 974 | 210 868 855
Porto • Estarreja • Palmela • Sines • Castro Verde
www.cedros.pt - cedros@cedros.pt



Ficha Descritiva

O papel dos líderes, gestores e supervisores na promoção de locais de trabalho saudáveis



Duração: 3h | Modalidade: Live Streaming

Rev. 00.29.01.2021

Líderes, gestores e supervisores de equipas; Diretores, gestores e técnicos de recursos humanos; Diretores de segurança e saúde no trabalho; Técnicos superiores de segurança no Trabalho; Outras pessoas interessadas na temática.

Duração Total do Curso:

3h

222 456 974 | 210 868 855

Porto • Estarreja • Palmela • Sines • Castro Verde

www.cedros.pt - cedros@cedros.pt

