

WORKSHOPS E SESSÕES DE INFORMAÇÃO

SESSÕES BREVES DINAMIZADAS POR PARCEIROS DA CIDADE DAS PROFISSÕES DE CASCAIS

● ONLINE

Inscreva-se em www.cascais.pt/workshops e receberá no seu e-mail, no dia anterior, o link para aceder à sessão.

FERRAMENTAS EMPLOY – COMPETÊNCIAS DE EMPREGABILIDADE

5 abril | 18h00-19h00

Workshop sobre empregabilidade e preparação para o mundo do trabalho, dirigido a estudantes do 9º ao 12º ano. Incluído na Quinzena da Orientação e Ensino Profissional – Edu Cascais.

Dinamização: Cidade das Profissões de Cascais / Projeto Employ.eu

CERTIFIQUE A SUA EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL!

6 abril | 10h00-12h00

Trabalha há vários anos na área de secretariado, administrativa, multimédia ou comercial? Domina diversas tarefas e competências profissionais, sem que tenha qualquer certificado das mesmas? Nesta sessão será apresentado o processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências Profissionais (RVCC Pro), através do qual poderá obter uma qualificação profissional de nível 4. Trata-se de um processo gratuito, atualmente desenvolvido à distância.

Dinamização: Centro Qualifica do Citeforma

EDIÇÃO DE VÍDEO I / II

7 e 9 abril | 10h00-12h00

Introdução prática ao software de Edição Vídeo, organização do ambiente de trabalho, técnicas básicas de footage, seleção de planos e edição na timeline. Serão demonstradas algumas ferramentas de edição, técnicas de sonorização, técnicas FX e técnicas de grafismo (oráculos, legendas,...).

Dinamização: Rui Dias – Editor de Vídeo

CONHECER O PROGRAMA CASCAIS SURF PARA

A EMPREGABILIDADE (9ª ed.)

8 abril | 11h00-12h00

Sessão *live no facebook Cidade das Profissões de Cascais* para saber tudo sobre este programa e colocar as suas questões.

O surf é a ferramenta base que aliada a outras vai apoiar os participantes no desenho e concretização do seu percurso pessoal/profissional ao longo deste programa de 5 semanas.

● Candidaturas até 19 abril

Dinamização: Associação Surf Social Wave

REDE EURES: COMO TRABALHAR NOUTRO PAÍS EUROPEU

23 abril | 14h30-16h00

Sessão de informação com uma conselheira da Rede EURES (rede europeia de serviços de emprego criada pela Comissão Europeia) para saber como aceder a ofertas de trabalho e conhecer o mercado laboral de outros países europeus. Ficará ainda a conhecer os apoios EURES para a realização de entrevistas, realocação, etc.

Dinamização: EURES Portugal

UNIVERSIDADE ABERTA: ESTUDAR ONDE ESTIVER, AO SEU RITMO

26 abril | 18h00-19h00

Apresentação da única universidade pública de ensino a distância em Portugal, do seu modelo pedagógico e dos cursos de licenciatura em oferta.

Público-alvo: pessoas com mais de 21 anos que desejam voltar a estudar ou prosseguir estudos tendo em vista a sua valorização pessoal e profissional.

Dinamização: Universidade Aberta

PLENITUDE: REFLEXÕES SOBRE A VIDA

28 abril | 14h30-16h30

Uma oportuna introspeção sobre experiências de vida. Um ponto de situação que, em meia idade, se revela emergente em dias de muita incerteza. O autoconhecimento como forma de favorecer os nossos percursos.

Dinamização: José Antunes – Desenvolvimento pessoal

COMUNICAR EM ESPANHOL, ADEUS AO PORTUÑOL

3 maio | 10h00-12h00

Vamos falar sobre como comunicar e enfrentar entrevistas de emprego, conversas telefónicas ou reuniões de trabalho em Espanhol. E ainda perceber questões culturais como a formalidade ou informalidade na hora de negociar com futuros clientes, diferenças entre Espanha e América Latina, etc.

Dinamização: Instituto Espanhol

SEGREDOS PARA A LIDERANÇA DE EQUIPAS

5 maio | 10h00-12h00

Um/a líder de sucesso sabe que o segredo reside em ter uma equipa que é sua aliada. Uma equipa que o/a segue, admira e representa. Como obter essa equipa?

Como gerir personalidades, humores e características e fazer de tudo isso o maior trunfo?

Dinamização: Art Healing

by Vilma Vieira

ÁREAS PROFISSIONAIS QUE + RECRUTAM

7 maio | 11h00-12h00

Entidade convidada: Randstad

4 junho | 11h00-12h00

Entidade convidada: Trivalor

2 julho | 11h00-12h00

Sessões informativas sobre quais as profissões que registam mais ofertas de emprego, quais as condições gerais destas ofertas e que requisitos são procurados e valorizados pelos empregadores. Visam aproximar as pessoas que procuram emprego, estudantes e técnicos de emprego da realidade do mercado de trabalho.

CRIAR CAMPANHAS DE CROWDFUNDING DE SUCESSO

10 maio | 14h30-16h30

Sessão para empreendedores e criativos com a intenção de criar uma campanha de crowdfunding. O objetivo é conhecer esta ferramenta de financiamento através da experiência da equipa do PPL e do testemunho de um caso de sucesso. Vem aprender como concretizar os projetos que tens na gaveta!

Dinamização: PPL Crowdfunding

HOW TO COME UP WITH A 1 BLN€ IDEA?

(workshop in English)
12 maio | 10h00-12h00

This workshop focuses on developing knowledge and skills about the ideation process and coming up with global ideas. Participants will train their inner ambition to be open-minded, think globally and have the courage to think differently. They will learn how to use their creative minds to come up with new unique ideas that can help to solve large scale problems.

Dinamização: European Innovation Academy

WORKSHOP PARA PAIS E FILHOS SOBRE EXPLORAÇÃO VOCACIONAL

14 maio | 18h00-19h00

Workshop para conhecer a plataforma Design the Future com mais de 200 entrevistas em vídeo sobre profissões, questionários de auto-conhecimento e informação sistematizada para ajudar a conhecer o mundo do trabalho e planear a carreira.

Dinamização: Design the Future

PERCURSOS DE INSERÇÃO

19 maio | 17h00-18h00

Com vários convidados, vamos conversar sobre a inserção profissional de pessoas com deficiência. Sessão destinada a professores, técnicos, empregadores, famílias, pessoas com necessidades especiais e outros interessados.

Dinamização: Cercica

MELHORAR QUALIFICAÇÕES EM CASCAIS: FORMAÇÃO PROFISSIONAL GRATUITA

21 maio | 10h00-11h30

Saiba quais os próximos cursos a iniciar e os apoios disponíveis para formandos. Há cursos de curta duração para melhorar competências e o CV e também cursos mais longos, com formação nas empresas, que conferem novo nível de qualificação.

Dinamização: Centro de Formação e Reabilitação Profissional de Alcoitão - IEFP

GESTÃO EMOCIONAL, UMA CHAVE PARA A PARENTALIDADE E SUCESSO PROFISSIONAL!

24 maio | 18h00-20h30

Vamos desenvolver estratégias e ferramentas que ajudarão pais e educadores a estar mais conscientes de si e da sua esfera emocional. Deste modo, terão uma atitude mais positiva e assertiva perante os desafios que podem surgir diariamente com as suas crianças e jovens e no equilíbrio da sua vida profissional e familiar.

Dinamização: Causas XXI

LIBERDADE INTERIOR COM COACHING

26 maio | 14h30-16h30

Workshop para quem pretende maior liberdade interior. Inteligência Emocional, Inteligência Mental e Auto-Coaching com o objetivo de gerir as suas emoções e orientar os seus pensamentos para os objetivos a que se compromete.

Dinamização: Michael Ribeiro - Coach existencial

COMUNICAÇÃO POSITIVA

31 maio | 20h00-22h00

Já pararam para pensar a maneira como comunicamos? A sua comunicação constrói pontes ou muros? Cria espaços de escuta ativa nos seus diálogos? Qual é a importância da escuta empática? E como criar espaços para diálogos genuínos? A comunicação é um mundo complexo e estão convidados a explorá-lo!

Dinamização: Nathalia Gaiarim e Érica Liberato (Especialistas em Sustentabilidade e Ambiente com abordagem ecossistémica)

COMO CERTIFICAR A MINHA EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL E COMPLETAR O ENSINO BÁSICO OU SECUNDÁRIO

2 junho | 17h00-18h30

Tem muita experiência profissional mas não um diploma formal? Quer usar a sua experiência para terminar o ensino secundário? Nesta sessão informativa, fique a conhecer o Programa Qualifica para melhorar as suas habilitações.

Dinamização: Centro Qualifica do Centro de Formação e Reabilitação Profissional de Alcoitão - IEFP

CONHECE O CONTA CONNOSCO - PROFISSIONAIS UNIDOS PARA TE AJUDAR

14 junho | 18h00-19h00

Sessão live no [facebook Cidade das Profissões de Cascais](#) para conhecer o projeto Conta Connosco que reúne uma equipa de profissionais com disponibilidade para conversar e apoiar quem procura emprego, quer preparar uma entrevista ou procura informação sobre uma área profissional: Estratégia

Digital, Criatividade, Recrutamento & Formação, Desenvolvimento & Programação, Gestão & Operações, Marketing, Media & Vendas, Finanças & Contabilidade, Ciências & Engenharia, Direito do Trabalho, Empreendedorismo.

Dinamização: Conta Connosco

PREPARAR-SE PARA ENTREVISTA DE EMPREGO

21 junho | 17h00-19h00

A entrevista de emprego é uma excelente oportunidade para demonstrar a qualquer recrutador todo o leque de competências e personalidade. Neste workshop serão abordadas as possíveis estruturas de entrevista e exemplificadas algumas questões - e tipos de respostas - colocadas em momento de entrevista, tanto por parte do recrutador/a, como por parte do candidato/a.

Dinamização: Booming - Gestão de Carreira

ALINHAR VALORES E OBJETIVOS PROFISSIONAIS

28 e 29 junho | 14h30-16h30

Neste workshop vamos abordar o que são valores e como nos podem orientar nas ações e escolhas profissionais. Será um espaço de reflexão sobre o que realmente importa, como quer usar o seu tempo, e como o trabalho pode contribuir para estas escolhas.

Dinamização: Cidade das Profissões de Cascais

EMPREGOS VERDES

6 julho | 19h00-20h30

Entidade convidada: Érica Liberato (Esp em Sustentabilidade e Ambiente com abordagem ecossistémica)