



Associação Nacional dos Industriais de Prefabricação em Betão

**CIRCULAR N.º 043/2016**

**Assunto: Formação**

Caros Associados,

Reencaminhamos informação relativa a alguns eventos formativos que poderão ser do vosso interesse:

- Juntamos Agenda Formativa de Maio de 2016 da APQ – Associação Portuguesa para a Qualidade.
- A FUNDEC - Associação para a Formação e o Desenvolvimento em Engenharia Civil e Arquitetura, irá realizar os seguintes cursos:

**"A ARTE E A TÉCNICAS DAS APRESENTAÇÕES EM PÚBLICO"**

Junto se envia o programa com os testemunhos dos formandos da 1ª edição do curso e a ficha de inscrição.

**Coordenação:** Prof.ª Cristina Marta Castilho Gomes (IST)

**Data:** 11 e 14 de Maio de 2016

**Horário:** 14h00 às 19h30 (1º dia) | 9h30 – 16h00 (2º dia)

**Destinatários:** Dirigentes/responsáveis de empresas e todos os profissionais que pretendam ser proficientes na comunicação em público.

**Objetivos:** Esta formação visa a aquisição, ou a melhoria, de competências de comunicação oral, tanto num contexto formal de apresentação em público como noutros contextos profissionais (reuniões de equipa, reuniões com clientes ou outros).

Num mundo em que a comunicação assume um papel preponderante, a eficácia na transmissão de ideias, a nível oral, é uma das "soft skills" que o mercado valoriza, encontrando-se estreitamente ligada às capacidades de liderança. A formação em Engenharia desenvolve essencialmente as "hard skills" e residualmente as competências "soft" ou transversais, que contudo se podem revelar determinantes na progressão na carreira. Assim, é importante reforçar estas capacidades, nomeadamente no que diz respeito à comunicação oral. De referir que a melhoria destas competências beneficiará os participantes não só a nível profissional como também a nível social e de relacionamento interpessoal.

Com recurso a exercícios individuais e de grupo, nesta formação será dada atenção a cada formando em particular, promovendo-se um ambiente propício à reflexão e auto-análise sobre a comunicação em público. A formação culmina com a elaboração de um Plano de Desenvolvimento Pessoal.

No final do curso os participantes estarão aptos a:

1. Identificar os principais fatores de sucesso num processo de comunicação e ter uma visão auto-crítica;

R. D. Filipa de Vilhena, 9 - 2.º Dto. - 1000-134 LISBOA  
(telefone) +351 21 799 53 70/4 - (fax) +351 21 796 40 56

(e-mail) [anipb@netcabo.pt](mailto:anipb@netcabo.pt)  
(web) [www.anipb.pt](http://www.anipb.pt)



Associação Nacional dos Industriais de Prefabricação em Betão

2. Identificar e adotar as técnicas adequadas para apresentações em público.

**Local de realização:** IST - DECivil, Sala V1.01 (Piso 1), Av. Rovisco Pais, 1049-001 Lisboa  
**Custo:** 250€ + IVA 23% (307,5€)

**"DIMENSIONAMENTO AO INCÊNDIO DE ESTRUTURAS SEGUNDO OS EUROCÓDIGOS"**, para o qual estão abertas as inscrições.

Em anexo envia-se o **Programa**, que detalha os destinatários, objetivos e conteúdos, e a **Ficha de inscrição**.

**Coordenação:** Prof. João Paulo C. Rodrigues (UC) e Prof. Luís Calado (IST)

**Data:** 20 de Maio, 3 e 17 de Junho de 2016

**Horário:** 9h00 às 19h00

**Local de realização:** IST - DECivil, Av. Rovisco Pais, 1049-001 Lisboa

**Custo:** 500€ + IVA 23% (615€)

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos cumprimentos,

(Iris Vilela)

Lisboa, 02 de maio de 2016



## Agenda Formativa Maio 2016

### AUDITORIAS E GESTÃO DE CLIENTES E FORNECEDORES

#### Serviço de Excelência no Atendimento ao Cliente

- Lisboa – 4 de maio [Saber mais»](#)
- Porto – 19 de maio [Saber mais»](#)

#### Gestão das Reclamações – Abordagem à NP ISO 10002

- Lisboa – 13 de maio [Saber mais»](#)
- Porto – 20 de maio [Saber mais»](#)

#### Marcação CE de Estruturas Metálicas. Enquadramento normativo

- Porto – 31 de maio [Saber mais»](#)

#### Marcação CE de Produtos da Construção. Enquadramento legal e normativo

- Porto – 31 de maio [Saber mais»](#)

### FERRAMENTAS DA QUALIDADE

#### APP – Planeamento Avançado da Qualidade

- Porto – 23 e 24 de maio [Saber mais»](#)

### AMBIENTE

#### Integração de Sistemas Ambiente ISO 14001:2015 e Energia ISO 50001:2011

- Lisboa - 9 e 10 de maio [Saber mais»](#)
- Porto – 18 e 19 de maio [Saber mais»](#)

### GESTÃO DO RISCO

#### FMEA – Um Instrumento de Gestão do Risco

- Porto – 11 de maio [Saber mais»](#)

## HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR

BRC| Versão 7 – Nova Edição da Norma Global Standard Food Safety

- Lisboa- 12 de maio [Saber mais»](#)

## QUALIDADE

Workshop ISO 9001 – Transição com enfoque no Risco do Negócio e Estratégia Empresarial

- Lisboa – 9 e 10 de maio [Saber mais»](#)
- Porto – 2 e 3 de maio [Saber mais»](#)

## SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

Formação básica em Transporte de Mercadorias Perigosas por estrada – ADR

- Lisboa – 6 de maio [Saber mais»](#)
- Porto – 30 de maio [Saber mais»](#)

Produtos Químicos: Regulamento REACH

- Porto – 10 de maio [Saber mais»](#)

Produtos Químicos: Regulamento CLP

- Porto – 31 de maio [Saber mais»](#)

## GESTÃO E MELHORIA DE DESEMPENHO DAS ORGANIZAÇÕES

Implementação de um Sistema de Gestão da Continuidade do Negócio de acordo com a Norma ISO 22301

- Lisboa – 25 de maio [Saber mais»](#)
- Porto – 16 de maio [Saber mais»](#)

## MELHORIA CONTÍNUA – LEAN, SIX SIGMA

Workshop Lean Six Sigma

- Lisboa - 18 e 19 de maio [Saber mais»](#)

## MODELO DE EXCELÊNCIA DA EFQM

Leaders for Excellence

- Porto - 9 e 10 de maio [Saber mais»](#)

## RESPOSTAS SOCIAIS

## Auditores Internos EQUASS

- Lisboa - 23, 24, 30 e 31 de maio [Saber mais»](#)

## OUTROS

## Prospecção Eficaz de Clientes

- Lisboa - 4 de maio [Saber mais»](#)
- Porto - 13 de maio [Saber mais»](#)

Para proceder à inscrição envie-nos o **FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO** por e-mail para [formacao@apq.pt](mailto:formacao@apq.pt).

Esta e outras formações podem ser realizadas à medida da sua organização. Contacte-nos e peça uma proposta para [formacao@apq.pt](mailto:formacao@apq.pt)



Visite-nos em  
[www.apq.pt](http://www.apq.pt)



## A ARTE E A TÉCNICA DAS APRESENTAÇÕES EM PÚBLICO (2ª EDIÇÃO)

11 E 14 DE MAIO DE 2016

### INSCRIÇÕES

- 200,00€ + IVA 23% (246,00€)  
Pagamento até 27/04/2016
- 250,00€ + IVA 23% (307,50€)  
Pagamento após 27/04/2016
- Nº de participantes: 8 a 12

### COORDENADORA

**Prof.ª Cristina Marta Castilho Gomes:** Professora Auxiliar do Departamento de Engenharia Civil, Arquitectura e Georrecursos do Instituto Superior Técnico.

### DESTINATÁRIOS

Dirigentes/responsáveis de empresas e todos os profissionais que pretendam ser proficientes na comunicação em público.

### OBJECTIVOS

Esta formação visa a aquisição, ou a melhoria, de competências de comunicação oral, tanto num contexto formal de apresentação em público como noutros contextos profissionais (reuniões de equipa, reuniões com clientes ou outros).

Num mundo em que a comunicação assume um papel preponderante, a eficácia na transmissão de ideias, a nível oral, é uma das "soft skills" que o mercado valoriza, encontrando-se estreitamente ligada às capacidades de liderança. A formação em Engenharia desenvolve essencialmente as "hard skills" e residualmente as competências "soft" ou transversais, que contudo se podem revelar determinantes na progressão na carreira. Assim, é importante reforçar estas capacidades, nomeadamente no que diz respeito à comunicação oral. De referir que a melhoria destas competências beneficiará os participantes não só a nível profissional como também a nível social e de relacionamento interpessoal.

Com recurso a exercícios individuais e de grupo, nesta formação será dada atenção a cada formando em particular, promovendo-se um ambiente propício à reflexão e auto-análise sobre a comunicação em público. A formação culmina com a elaboração de um Plano de Desenvolvimento Pessoal.

No final do curso os participantes estarão aptos a:

1. Identificar os principais factores de sucesso num processo de comunicação e ter uma visão auto-crítica.
2. Identificar e adoptar as técnicas adequadas para apresentações em público.

### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

1. O processo de comunicação.
2. Os "medos" de falar em público e a arte de seduzir.
3. Os factores críticos de sucesso numa apresentação pública:
  - a. O corpo, o rosto e o olhar;
  - b. A voz, a respiração, a dicção, a articulação e a entoação;
  - c. O discurso e a emoção;
  - d. O conteúdo e os suportes.
4. Arte e técnica na eficácia da comunicação em público: discussão.
5. Auto-análise e Plano de Desenvolvimento Pessoal (PDP).

### METODOLOGIA

No curso serão realizados exercícios individuais e de grupo e autoscópias (exercícios filmados, com visionamento).

### FORMADORAS

- Professora Generosa do Nascimento
- Professora Cristina Marta Castilho Gomes

**Generosa do Nascimento** é Professora Auxiliar do Departamento de Recursos Humanos e Comportamento Organizacional do ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa. É uma reconhecida especialista na área da comunicação e das técnicas de expressão pessoal, sendo responsável de disciplinas de cursos do ISCTE-IUL com programas que coincidem, em parte, com o deste curso. Leccionou uma disciplina semelhante no Mestrado em Logística, de colaboração entre o IST e o ISCTE-IUL. Possui ainda uma vasta experiência de formação do mundo empresarial nesta área.

**Cristina Marta Castilho Gomes** é Professora Auxiliar do Departamento de Engenharia Civil, Arquitectura e Georrecursos do Instituto Superior Técnico, na área de Sistemas e Gestão. Concluiu os cursos de Formação de Formadores (do Instituto do Emprego e Formação Profissional) e de Técnicas de Voz e Comportamentos I (para professores da Universidade Técnica de Lisboa), assim como outras acções de formação de menor duração versando a comunicação e o coaching. Integra o corpo docente da disciplina de Competência Transversal II do 4º ano do Mestrado Integrado em Engenharia Civil, na qual lecciona um módulo sobre comunicação oral e escrita.

---

### TESTEMUNHOS DOS FORMANDOS DA 1ª EDIÇÃO DO CURSO

“Parabéns pela excelente formação.”

“Excelente método de ensino, muito adaptado às necessidades do grupo. De salientar a dedicação a cada formando de forma individual.”

“A Prof.ª Cristina Marta Gomes mostrou ser uma formadora dedicada, competente e pragmática.” “Denota vivência e investimento pessoal na temática.”

“A Prof.ª Generosa do Nascimento revelou uma vasta experiência, energia e entusiasmo. Criou uma grande empatia com os formandos transmitindo sempre um feedback muito positivo.”

“A Prof.ª Generosa do Nascimento é uma facilitadora da libertação pessoal, ajudando cada formando a ultrapassar as suas inibições e constrangimentos de falar em público.”

“Fica a vontade de aprender mais sobre o tema.”

“Tendo efectuado os quatro módulos do Curso de Alta Velocidade Ferroviária, posso afirmar que a qualidade se mantém numa área completamente distinta. Parabéns!”

---

#### LOCAL E HORÁRIO

O curso terá lugar no Instituto Superior Técnico, Departamento de Engenharia Civil, Arquitectura e Georrecursos, Sala V1.01 (Piso 1), sito na Avenida Rovisco Pais, 1049-001 Lisboa, dia 11 e 14 de Maio de 2016, das 14h00 às 19h30 (1º dia) e das 9h30 às 16h00 (2º dia).

#### CERTIFICADO

Os participantes que frequentem o curso recebem um Certificado de Frequência de Formação Profissional.

#### CONTACTOS / SECRETARIADO

Fernanda Correia / Vanessa Silva  
Tel.: 21 841 80 42  
Fax: 21 841 81 93  
e-mail: fundec@tecnico.ulisboa.pt

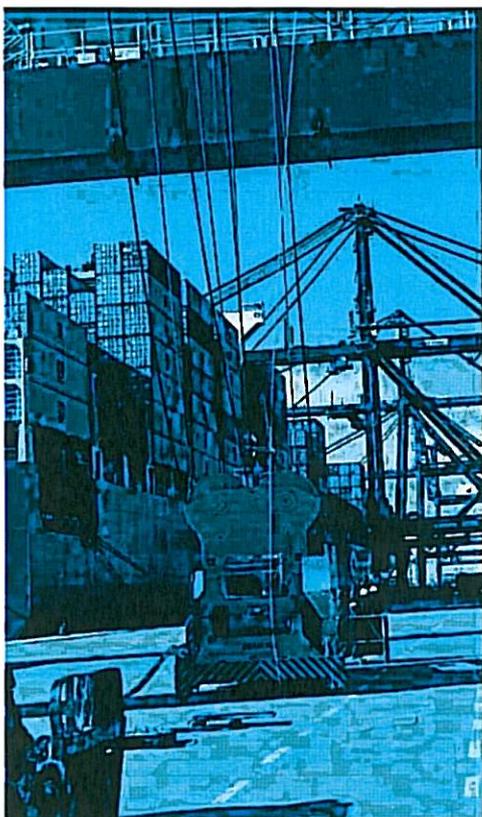
# A ARTE E A TÉCNICA DAS APRESENTAÇÕES EM PÚBLICO (2ª EDIÇÃO)

11 e 14 de Maio de 2016

Coordenação  
 Prof.ª Cristina Marta Castilho Gomes (IST)

**CUSTO:**

- 200,00€ + IVA 23% (246,00€)  
 Pagamento até 27/04/2016
- 250,00€ + IVA 23% (307,50€)  
 Pagamento após 27/04/2016



O pagamento da inscrição deverá ser efectuado antes do início do curso através de transferência bancária para o IBAN PT50 0035 0373 00010891530 17, ou por cheque emitido à ordem da FUNDEC e enviado para: FUNDEC - IST - DECivil, Av. Rovisco Pais, 1049-001 Lisboa.

No caso de transferência bancária, agradece-se o envio de comprovativo de pagamento para o e-mail: [fundec@tecnico.ulisboa.pt](mailto:fundec@tecnico.ulisboa.pt).

Caso o participante pretenda cancelar a inscrição, deverá comunicar a sua pretensão à FUNDEC (por fax ou e-mail) com antecedência mínima de 48 horas, sob pena de pagamento de 50% do valor da inscrição.

A FUNDEC reserva-se no direito de adiar o curso caso não atinja o nº mínimo de formandos.

NOME COMPLETO: \_\_\_\_\_

TÍTULO: \_\_\_\_\_

TEL: \_\_\_\_\_ TM: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_

RESIDÊNCIA: \_\_\_\_\_

LOCALIDADE: \_\_\_\_\_

CP: \_\_\_\_\_ NIF: \_\_\_\_\_

NATALIDADE: \_\_\_\_\_

NACIONALIDADE: \_\_\_\_\_

DATA NASCIMENTO: \_\_\_\_\_ BI/CC: \_\_\_\_\_

LOCAL EMISSÃO: \_\_\_\_\_ DATA EMISSÃO: \_\_\_\_\_

EMPRESA: \_\_\_\_\_

ENDEREÇO: \_\_\_\_\_

LOCALIDADE: \_\_\_\_\_

CP: \_\_\_\_\_ NIF: \_\_\_\_\_

TEL: \_\_\_\_\_ FAX: \_\_\_\_\_

RECIBO EM NOME DE: \_\_\_\_\_

**INSCRIÇÕES**

- 500€ + IVA 23% (615€)
- Pagamento por transferência bancária  
IBAN: PT50 0035 0373 00010891530 17

**COORDENAÇÃO**

**Prof. João Paulo C. Rodrigues:** Professor do Departamento de Engenharia Civil da Universidade de Coimbra.

**Prof. Luís Calado:** Professor do Departamento de Engenharia Civil, Arquitectura e Georrecursos do Instituto Superior Técnico.

**OBJECTIVOS**

A regulamentação Europeia, na área da engenharia de estruturas, é hoje complexa e exigente tendo Portugal, como membro da União Europeia, que adotar a mesma. Os Eurocódigos Estruturais são documentos únicos que vieram revolucionar a forma de dimensionar as estruturas em toda a Europa havendo também já países terceiros que adotaram ou adaptaram os mesmos à sua realidade. Os Eurocódigos estão neste momento em fase de alteração e uma nova geração está prestes a emergir com algumas alterações à forma de dimensionar as estruturas. A informação trazida pelos Eurocódigos é imensa e projetar hoje em dia segundo os mesmos exige um constante aperfeiçoamento e aprendizagem pelo que urge a realização de cursos desta natureza para os diferentes tipos de estruturas ou ações. Os Eurocódigos são compostos por várias partes, tendo quase todos eles uma parte referente ao dimensionamento das estruturas para a situação de incêndios, as partes 1.2.

O curso agora apresentado pretende dar uma visão das partes de dimensionamento ao incêndio dos diferentes tipos de estruturas e por meio de exemplos simples de cálculo ensinar os projetistas a dimensionar as estruturas. Neste curso serão abordadas as partes 1.2 dos Eurocódigos Estruturais e seus anexos nacionais, a saber: EC 1 - 1.2 (ações em situação de incêndio); EC 2 - 1.2 (estruturas de betão); EC 3 - 1.2 (estruturas de aço); EC 4 - 1.2 (estruturas mistas de aço e betão); EC 5 - 1.2 (estruturas de madeira); EC 6 - 1.2 (estruturas de alvenaria) e EC 9 - 1.2 (estruturas de alumínio e suas ligas).

**PROGRAMA\*****Sexta-feira, 20 de Maio de 2016**

09H00 – 09H15	Abertura do curso.
09H15 – 11H15	Princípios gerais da segurança ao incêndio. Incêndios reais e incêndios padrão. Resistência ao fogo. Propriedades mecânicas e térmicas dos materiais. Protecção das estruturas para a situação de incêndio.
11H15 – 11H30	Intervalo para café
11H30 – 13H30	Eurocódigo 1 – Ações em situação de incêndio. Ações térmicas e ações mecânicas. Exemplos de aplicação.
13H30 – 14H30	Intervalo para almoço
14H30 – 16H30	Eurocódigo 3 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de aço.
16H30 – 17H00	Intervalo para café
17H00 – 19H00	Eurocódigo 3 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de aço. Exemplos de aplicação.

**Sexta-feira, 3 de Junho de 2016**

09H00 – 11H00	Eurocódigo 2 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de betão.
11H00 – 11H30	Intervalo para café
11H30 – 13H30	Eurocódigo 2 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de betão. Exemplos de aplicação.

**PROGRAMA (cont.)**

13H30 – 14H30	Intervalo para almoço
14H30 – 16H30	Eurocódigo 4 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas mistas de aço e betão.
16H30 – 17H00	Intervalo para café
17H00 – 19H00	Eurocódigo 4 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas mistas de aço e betão. Exemplos de aplicação.

**Sexta-feira, 17 de Junho de 2016**

9H00 – 11H00	Eurocódigo 5 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de madeira.
11H00 – 11H30	Intervalo para café
11H30 – 13H30	Eurocódigo 5 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de Betão. Exemplos de aplicação.
13h30 – 14H30	Intervalo para almoço
14H30 – 15H30	Eurocódigo 6 – Dimensionamento ao incêndio de estruturas de alvenaria. Exemplos de Aplicação.
15H30 – 16H30	Eurocódigo 9 – Dimensionamento ao incêndio de alumínio e suas ligas. Exemplos de Aplicação.
16H30 – 17H00	Intervalo para café
17H00 – 18H15	Avaliação e reparação de estruturas após incêndio.
18H15 – 19H00	Vídeos de incêndios e suas consequências nas estruturas.

**FORMADOR****João Paulo C. Rodrigues**

Professor do Departamento de Engenharia Civil da Universidade de Coimbra (UC). Mestre em Engenharia Civil - Estruturas pela UC. Doutoramento e Agregado em Engenharia Civil pelo Instituto Superior Técnico (IST) de Lisboa. Engenheiro Sénior e especialista em Engenharia de Segurança pela Ordem dos Engenheiros. Membro de várias comissões científicas internacionais na área das estruturas em situação de incêndio, RILEM HTC (betão), ECCS TC3 (aço), CIB W014 (fogo), fib TG 4.3 (betão), ASTM E05 (fogo). Coordenador e Professor do Programa de Pós-graduação em Segurança aos Incêndios Urbanos da UC. Autor de centenas de publicações científicas na área da segurança de estruturas em situação de incêndio.

\*Programa sujeito a alterações

**LOCAL E HORÁRIO**

O curso terá lugar no Instituto Superior Técnico, Departamento de Engenharia Civil, Arquitectura e Georrecursos, sito na Avenida Rovisco Pais, 1049-001 Lisboa, dias 20 de Maio, 3 e 17 de Junho de 2016, das 9h00 às 19h00.

**CERTIFICADO**

Os participantes que frequentemente o curso recebem um Certificado de Frequência de Formação Profissional.

**CONTACTOS / SECRETARIADO**

Fernanda Correia / Vanessa Silva  
Tel.: 21 841 80 42  
Fax: 21 841 81 93  
e-mail: fundec@tecnico.ulisboa.pt

## DIMENSIONAMENTO AO INCÊNDIO DE ESTRUTURAS SEGUNDO OS EUROCÓDIGOS

20 de Maio, 3 e 17 de Junho de 2016

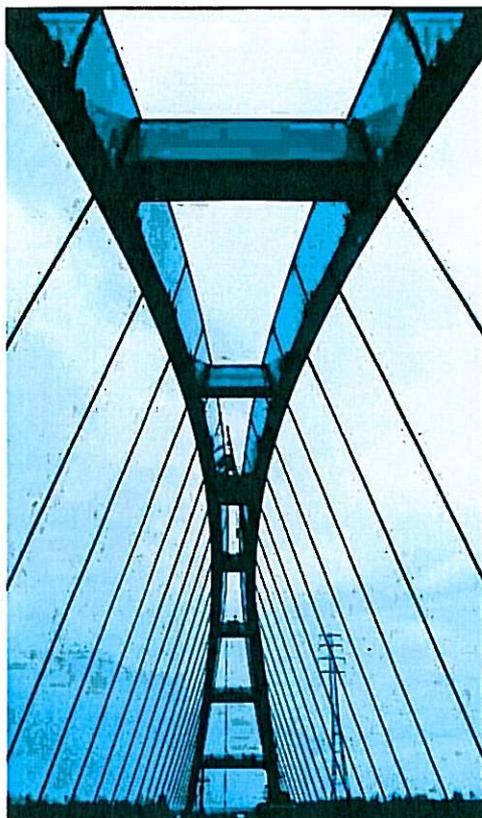
Coordenação

Prof. João Paulo C. Rodrigues (UC)

Prof. Luís Calado (IST)

CUSTO:

• 500,00€ + IVA 23% (615,00€)



O pagamento da inscrição deverá ser efectuado antes do início do curso através de transferência bancária para o IBAN PT50 0035 0373 00010891530 17, ou por cheque emitido à ordem da FUNDEC e enviado para: FUNDEC - IST - DECivil, Avenida Rovisco Pais, 1049-001 Lisboa.

No caso de transferência bancária, agradece-se o envio do comprovativo de pagamento para o e-mail:

[fundec@tecnico.ulisboa.pt](mailto:fundec@tecnico.ulisboa.pt).

Caso o participante pretenda cancelar a inscrição, deverá comunicar a sua pretensão à FUNDEC (por e-mail ou fax) com antecedência mínima de 48 horas, sob pena de pagamento de 50% do valor da inscrição.

A FUNDEC reserva-se no direito de adiar o curso caso não atinja o número mínimo de formandos.

NOME COMPLETO: \_\_\_\_\_

TÍTULO: \_\_\_\_\_

TEL: \_\_\_\_\_ TM: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_

RESIDÊNCIA: \_\_\_\_\_

LOCALIDADE: \_\_\_\_\_

CP: \_\_\_\_\_ NIF: \_\_\_\_\_

NATALIDADE: \_\_\_\_\_

NACIONALIDADE: \_\_\_\_\_

DATA NASCIMENTO: \_\_\_\_\_ BI/CC: \_\_\_\_\_

LOCAL EMISSÃO: \_\_\_\_\_ DATA EMISSÃO: \_\_\_\_\_

EMPRESA: \_\_\_\_\_

ENDEREÇO: \_\_\_\_\_

LOCALIDADE: \_\_\_\_\_

CP: \_\_\_\_\_ NIF: \_\_\_\_\_

TEL: \_\_\_\_\_ FAX: \_\_\_\_\_

RECIBO EM NOME DE: \_\_\_\_\_