



Identidade e desenvolvimento pessoal

2026/2027

Cronograma

N.º Sessão	Módulo	Datas	Horário	Formador(es)	N.º de Horas
1	- Apresentação da Unidade Curricular; - Critérios de avaliação; - Portefólio digital (Digipad https://digipad.app/)	12/09	Sábado 9h-13h 14h-17h	Todas	2h
	Módulo 1: Identidade Pessoal/Profissional			Cristina Duarte	5h
	TRABALHO				2h
2	Módulo 2: A Essência do Eu	19/09	Sábado 9h-13h 14h-17h	Ana Teixeira	7h
	TRABALHO				2h
3	Módulo 3: A relação do Eu com os outros	26/09	Sábado 9h-13h 14h-17h	Ana Teixeira Cristina Duarte	7h
	TRABALHO				2h
4	Módulo 4: Papel da Comunicação	3/10	Sábado 9h-13h 14h-17h	Edite Oliveira	7h
	TRABALHO				2h
5	Módulo 5: A gestão do Tempo	10/10	Sábado 9h-13h 14h-17h	Sandrine Silva	7h
	TRABALHO				2h
6	Apresentação dos trabalhos/finalização dos trabalhos	17/10	Sábado 9h-14h	Todas	5h