



## PROJETO CÍRCULO DE CONHECIMENTO

07 de  
dezembro  
de 2016

### Workshop Formativo

#### »» INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Esta Ação de Formação integra-se no projeto **Círculo de Conhecimento** iniciado em 2012, e que pretende proporcionar a aquisição e partilha de conhecimentos entre organizações e profissionais, que atuam no território do distrito de Setúbal no âmbito do terceiro setor. Pretende-se através da sua criação valorizar por um lado o *know-how* e a experiência adquirida pelos/as profissionais, permitindo simultaneamente o acesso e a partilha de informação e saberes.

Este projeto foi criado no âmbito da rede de Associados/as do Núcleo Distrital de Setúbal da EAPN Portugal /Rede Europeia Anti-Pobreza procurando desta forma, promover o trabalho em rede e parceria.

---

#### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Definição de inteligência emocional;  
Diferença entre QI e QE;  
Dimensões específicas da Inteligência Emocional;  
Emoções e sentimentos;  
Regulação emocional.

---

#### OBJECTIVO

Compreender o papel e a importância da inteligência emocional na vida pessoal e profissional.

---

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Distinguir inteligência cognitiva e inteligência emocional;  
Identificar emoções;  
Gerir emoções;  
Promover a inteligência emocional nas crianças.

---

#### METODOLOGIAS DE DINAMIZAÇÃO

A formação privilegia a utilização de um método expositivo e interativo com aplicação de exercícios práticos e aplicação de simulações.



# PROJETO CÍRCULO DE CONHECIMENTO

07 de  
dezembro  
de 2016

**DIA:** 07 de dezembro de 2016

**HORÁRIO:** 14h00 – 17h00

**DURAÇÃO:** 3horas

**LOCAL:** Hospital Nossa Senhora da Arrábida - Azeitão - Rua Ary dos Santos, 11 Brejos de Azeitão

**INSCRIÇÃO:** Gratuita

**DESTINATÁRIO/AS:** Profissionais de organizações que intervêm nas áreas social, educação e saúde, Qualquer pessoa interessada.

**CRITÉRIOS DE SELEÇÃO** Prioridade a Associad@s (coletivos e individuais) da EAPN Portugal / Entidades que aderiram ao Círculo de Conhecimentos/ Número de ordem de receção da inscrição

**CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO:** Todos/as os/as participantes receberão Certificado de Participação no final da sessão

**FACILITADOR/A:** Irina Morgado - Psicóloga Clínica no CAFAP "O Farol" da Associação Meninos de Ouro

## FICHA DE INSCRIÇÃO

Nome \_\_\_\_\_

Profissão \_\_\_\_\_

Entidade \_\_\_\_\_

Morada \_\_\_\_\_

Telefone \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_ Website \_\_\_\_\_

As inscrições são limitadas a **20 participantes** e devem ser realizadas até ao próximo dia **5 de dezembro** para:

e-mail: [ana.meninosdeouro@gmail.com](mailto:ana.meninosdeouro@gmail.com)

Tel.: 212180703 / 936873916

**Como tomou conhecimento desta Ação?** \_\_\_\_\_

Os dados recolhidos serão alvo de tratamento, única e exclusivamente no âmbito desta atividade.

