

## Percurso 1

Percurso de competências básicas em leitura, escrita, cálculo e informática, para pessoas com habilitações inferiores ao 1º ciclo ou com lacunas evidentes de competências nestas áreas:

Módulos	Duração
Competências Básicas – Leitura e Escrita - Iniciação	50h
Competências Básicas – Leitura e Escrita - Aprofundamento	50h
Competências Básicas – Leitura e Escrita - Consolidação	50h
Competências Básicas – Cálculo - Iniciação	50h
Competências Básicas – Cálculo - Aprofundamento	50h
Competências Básicas – Sensibilização às Tecnologias de Informação e Comunicação	50h
TOTAL	300h

## Percurso 2

- Percursos formativos para aquisição de competência pessoais e sociais, para facilitação da integração no mercado de trabalho

Módulos	Duração
Construção do Projeto Pessoal, Social e Profissional	25h
Cidadania e Globalização	25h
Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego	25h
Direito à igualdade e à não-discriminação	25h
Educação para a Saúde	25h
Relacionamento Interpessoal	25h
Gestão de Stress e Gestão de Conflitos	25h
Igualdade de Oportunidades	25h
Informática - noções básicas	25h
Empreendedorismo	50h
TOTAL	275h

## Percurso 3

- Percursos formativos para aquisição de competência profissionais, para facilitação da integração no mercado de trabalho, tendo por base as orientações do Sistema de Antecipação de Necessidades de Qualificação, a especialização tecnológica da região e as características do público-alvo em questão:

### Percurso de Costureiro/a Industrial de Tecidos

Módulos	Duração
Operações em vários tipos de máquinas industriais	25
Caracterização e funcionamento das máquinas ponto preso e orlar	50
Operações de acabamento de peças	50
Noções de corte industrial	25
Preparação e montagem de vestidos de vários modelos	50
Preparação de vários modelos de casacos de senhora	50
Preparação de vários tipos de saias	25
Preparação de vários modelos de calças	25
Formação em Contexto de Trabalho	120h
TOTAL	370h

### Percurso de Agente em Geriatria

Módulos	Duração
Saúde da pessoa idosa – cuidados básicos	25
Prevenção e primeiros socorros - geriatria	50
Saúde mental na terceira idade	25
Alimentação da pessoa idosa em lares e centros de dia	50
Higiene da pessoa idosa no domicílio	50

Animação em Lares e Centros de Dia	50
Formação em Contexto de Trabalho	120h
<b>TOTAL</b>	<b>370h</b>

#### Percurso de Operador/a de Fabrico de Calçado

Módulos	Duração
Tecnologia de modelos e de materiais de calçado	25h
Aplicação de técnicas de costura em diferentes peças de calçado	50h
Costura, materiais e equipamentos	50h
Costura de diferentes modelos de calçado	50h
Acabamento de calçado	50h
Formação em Contexto de Trabalho	120h
<b>TOTAL</b>	<b>345h</b>

#### Percurso de Operador/a Agrícola

Módulos	Duração
Modos de produção agrícola e agricultura sustentável	50h
Modo de produção biológico	25h
Processos e métodos de proteção fitossanitária e de aplicação de produtos fitofarmacêuticos	50h
Viticultura em modo de produção integrada	50h
Cultura de pomares de Pomóideas em modo de produção integrada (macieiras e pereiras)	50h
Formação em Contexto de Trabalho	120h
<b>TOTAL</b>	<b>345h</b>

#### Percurso de Operador/a de Marroquinaria

Módulos	Duração
Modelos de marroquinaria, matérias e materiais aplicados	50h
Modelos e técnicas de costura de modelos de pequena marroquinaria	25h
Modelos e técnicas de costura de modelos de pequena marroquinaria	50h
Modelos e técnicas de costura de bolsas e carteiras	25h
Modelos e técnicas de costura de pastas e malas	25h
Técnicas de montagem e de acabamento de modelos de marroquinaria - bolsas, carteiras, pastas e malas	50h
Formação em Contexto de Trabalho	120h
<b>TOTAL</b>	<b>345h</b>

## CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO

### FICHA DE PRÉ-INSCRIÇÃO

#### Identificação

Nome: \_\_\_\_\_

B. I./CC Nº: \_\_\_\_\_ Data de Emissão: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Validade: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Nacionalidade: \_\_\_\_\_

Nº de Identificação Fiscal: \_\_\_\_\_ Naturalidade: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Código Postal: \_\_\_\_ - \_\_\_\_ Localidade: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_ Telemóvel: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

#### Habilitações

Habilitações Académicas: \_\_\_\_\_

#### Situação Face ao Emprego/ Apoios Segurança Social

Desempregado há mais de 12 meses (DLD)

Beneficiário de Apoio Social

Outro. Especifique \_\_\_\_\_

Se é beneficiário/a de algum apoio social indique qual \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Assinatura: \_\_\_\_\_

Os dados pessoais constantes neste impresso são confidenciais de acordo com a legislação aplicada à protecção dos dados pessoais (Lei 67/98). Autorizo a Mutação – Consultoria, Estudos e Serviços de Formação, Lda. a utilizar os meus dados pessoais, relativos a identificação, contactos e endereço para divulgação de acções de formação e/ou outros eventos relacionados com a sua actividade.

Autorizo Mutação a fornecer à Direção de Serviços de Qualidade e Acreditação os meus dados pessoais relativos a identificação e contactos para efeitos de uma eventual auscultação sob a forma de inquérito, no âmbito dos procedimentos de auditoria a entidades formadoras.

**Documentos a anexar (só após entrega de todos os documentos a pré-inscrição é considerada válida)**

Cópia do Bilhete de Identidade ou cartão de cidadão

Cópia de Cartão de Contribuinte ou cartão de cidadão

Cópia do Certificado de Habilitações

Comprovativo do IEFP em como se encontra desempregado

Comprovativo da Segurança Social em como recebe apoio social (subsídio de desemprego,

Subsídio social de desemprego, rendimento social de inserção)

Comprovativo do NIB