



COMPORTAMENTAL

Rua dos Lusíadas nº 63 – 1300-366 Lisboa – Portugal

internacional.peopleandskills.pt | internacional@peopleandskills.pt

+351 211 953 454

PEOPLE & SKILLS: TRAINING CENTER

A **People & Skills: Training Center** foi criada para responder às necessidades de um mercado cada vez mais apostado em desenvolver e consolidar competências que garantam uma vantagem competitiva. A formação, experiência profissional e pedagógica dos nossos consultores, oriundos de diversas áreas de actuação, traduzem-se numa combinação teoria/prática que nos diferencia.

Face ao exposto, assumimo-nos como um projecto empresarial apostado na excelência do seu desempenho e estamos vocacionados para a prestação de serviços de formação no âmbito da actualização e aperfeiçoamento de competências dos recursos humanos, assim como para a gestão de todas as etapas e processos associados à formação profissional.

Somos uma equipa multidisciplinar, com mais de 20 anos de experiência no mercado da formação e desenvolvemos soluções formativas integradas na área de Soft Skills & Competências Empresariais e também na área de Tecnologias de Informação – duas áreas formativas essenciais ao Sucesso das Empresas e dos Profissionais.

FORMAÇÃO EM SOFT SKILLS & COMPETÊNCIAS EMPRESARIAIS

A formação **People & Skills: Training Center** em áreas tradicionalmente definidas por Soft Skills tem uma forte componente prática, orientada para as necessidades do mercado, e focada no impacto directo que terá na produtividade dos colaboradores e nos Resultados da Organização, sendo suportada por Tecnologias de Informação.

A Oferta formativa **People & Skills: Training Center** em Soft Skills engloba as áreas Gestão e Cultura das Organizações, Gestão e Marketing, Segurança e Saúde do Trabalho entre outras.

FORMAÇÃO EM TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO

A **People & Skills: Training Center** disponibiliza formação em áreas tão variadas como SAP, Sistemas, Cisco, Virtualização/Segurança, Programação, Bases de Dados/ Business Intelligence, Microsoft Office, Microsoft Dynamics, SIG/CAD, Web e Design Gráfico e Web Marketing, Android entre outras.

O QUE DIZEM OS NÚMEROS SOBRE NÓS?

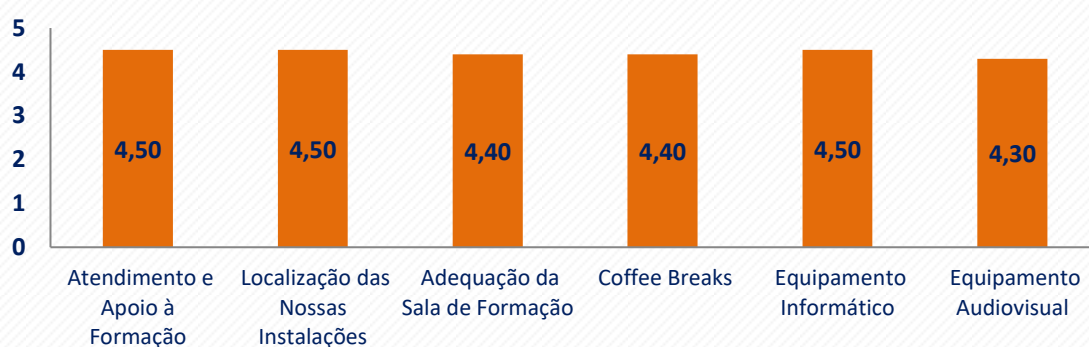


850 Turmas de formação

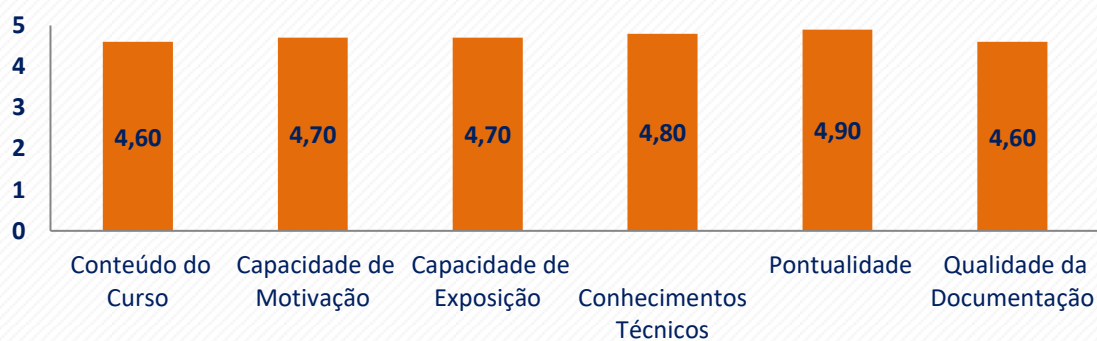
17286 Horas de formação ministrada

3439 Alunos formados

INSTALAÇÕES E SERVIÇOS



O QUE DIZEM SOBRE AS NOSSAS ACÇÕES DE FORMAÇÃO



MÉDIA TOTAL DE 4,60

OBRIGADO A TODOS QUE NOS AJUDARAM A CONSTRUIR O SUCESSO

OS FORMANDOS

O progresso das aulas foi célere e objetivo. As inúmeras dúvidas existentes foram respondidas no momento e o material existente para a formação não faltou. Em suma, foi um prazer trabalhar com a People & Skills para obter formação adicional.

Christophe Zucchetto formando de CCNA
Sistemas de Informação no Banco de Investimento Global, S.A.

Hoje em dia, quando falamos de empreendedorismo, falamos não apenas da criação de novos negócios, mas também na capacidade empreendedora que tem de existir nos negócios atuais. Este curso permitiu-me ver claramente essa questão e, mais importante ainda do que esse reconhecimento, foi o de me colocar à disposição um conjunto de ferramentas que me permite criar um ambiente de inovação e empreendedorismo, estabelecendo objetivos e caminhos nas diferentes áreas de negócio.

Hugo Bastos Alves formando do curso de Empreendedorismo e Gestão de PME
Gestor de negócio no Grupo Lei

OS PARCEIROS

Estando a SAP Education empenhada numa expansão sustentada das capacidades formativas SAP certificadas existentes em Portugal, e a People and Skills, sendo uma referência na excelência de formação, é com enorme satisfação que esta parceria é um sucesso real garantindo uma orientação clara de apoio às empresas na aquisição, desenvolvimento e optimização das melhores práticas do mercado empresarial e o conhecimento das soluções SAP através de várias opções de formação, presencial ou à distância.

Sara Buísel
Education Account Executive na SAP Portugal

OS FORMADORES

Sou formador desde 2009 na altura em que conheci a P&S, procurava novos desafios que me entusiassem nesta área, o que veio a acontecer desde então, devido à postura e enquadramento da P&S na oferta de formação “à medida”, o que faz cada vez mais sentido hoje em dia.

Fiquei surpreendido pela positiva com o que vim a encontrar na P&S. Sendo uma empresa jovem a dar os primeiros passos, as condições de trabalho oferecidas ao nível de instalações e equipamento, quer aos formandos quer aos formadores foram desde sempre as melhores. Senti sempre uma grande preocupação por parte da P&S para com os seus formandos, na tentativa de fazer sempre mais e melhor. No tocante aos formadores e no meu caso pessoal, senti sempre um total apoio e disponibilidade por parte de toda a equipa P&S, sendo por isso verdade que é sempre um prazer para mim colaborar com a P&S, um Training Center de excelência, de Pessoas, para Pessoas.

Nuno Lopes
Formador de Logística

CALENDÁRIO 2025

COMPORTAMENTAL

Como se sente quando comunica em público?

Como encara as situações de stress do dia-a-dia, ou os momentos mais conflituosos?

Perante o actual contexto económico e os constantes desafios dos indivíduos e organizações é essencial encontrar e desenvolver estratégias que garantam a adaptação e o alcance de resultados e melhorem a qualidade de vida.

Neste sentido a People & Skills: Training Center, desenvolve um conjunto de formações na área comportamental, subdivididas nas seguintes áreas:

- ✓ Gestão e cultura nas organizações
- ✓ Strategic / Presentation / Writing Skills

Consulte o nosso calendário e descubra tudo.

Acções de Formação	Duração	Valor 1ª Inscrição	Valor 2ª Inscrição	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Gestão e Cultura nas Orgnizações															
Desenvolvimento Competências interpessoais para Gestores e Lideres	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13		3		5		7		1		3	
Excelência Interpessoal - Processos, Metodologias e Comportamentos	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	20		10		12		14		8		10	
Comunicação Interpessoal - Abordagens e Técnicas para Melhorar as Relações de Trabalho	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	27		17		19		21		15		17	
Como desenvolver o Carisma, a Influência e o Impacto Pessoal na Organização	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	13		24		26		28		22		24	

Rua dos Lusíadas nº 63 – 1300-366 Lisboa – Portugal

internacional.peopleandskills.pt | internacional@peopleandskills.pt

+351 211 953 454

Desenvolver o impacto pessoal através da PNL (Programação Neurolinguística)	24 h / 4 d	1 800,00 €	900,00 €	20		31		5		7		1		3	
Promover a Autoestima e Melhorar as Relações do Trabalho	24 h / 4 d	1 800,00 €	900,00 €		3		7		2		4		6		2
A importância das Relações Sociais individuais no sucesso da Empresa	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		10		14		16		11		13		9
Liderar e Gerir com Inteligência Emocional	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		17		21		23		18		20		15
Como desenvolver e utilizar a sua Inteligência Emocional	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		24		28		30		25		27		2
Assertividade - Como Melhorar as Relações de Trabalho através da Assertividade	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		3		7		2		4		6		2
Análise Transaccional para Melhorar e Desenvolver Relações Interpessoais	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		10		14		16		11		13		9
A importância da Comunicação Não Verbal - Técnicas de Expressão Corporal e Voz	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		17		21		23		18		20		15
Gestão da Performance Individual - Minimizar o Stress e Maximizar Resultados	24 h / 4 d	1 800,00 €	900,00 €	13		3		5		7		1		3	
Marketing Pessoal - Reforçar a Imagem, Relacionamentos e Desempenho	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	20		10		12		14		8		10	
Protocolo Empresarial e Social - Etiqueta e Boas Maneiras à Mesa	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	27		17		19		21		15		17	
Gestão e Cultura nas Organizações															
Gestão do Tempo e Prioridades - Especial Chefias e funções técnicas	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13		24		26		28		22		24	
Organização do Trabalho e Gestão do Tempo	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	20		31		5		7		1		3	
Gestão do Tempo e das Reuniões	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13		3		5		7		1		3	

Rua dos Lusíadas nº 63 – 1300-366 Lisboa – Portugal

internacional.peopleandskills.pt | internacional@peopleandskills.pt

+351 211 953 454

Condução Eficaz de Reuniões e Grupos de Trabalho	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	20	10	12	14	8	10
Gerir o Caos - Como definir Prioridades e Decidir sob Pressão	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	27	17	19	21	15	17
Estratégias e Técnicas de Negociação	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13	24	26	28	22	24
Skills e Técnicas Avançadas de Negociação	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	20	31	5	7	1	3
Negociação Intercultural	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13	3	5	7	1	3
Gestão e Resolução de Conflitos	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	20	10	12	14	8	10
O Líder Coach - Princípios e Boas Práticas	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	27	17	19	21	15	17
A Inteligência Emocional	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	24	28	30	25	27	2
Comunicação Interpessoal - Abordagens e Técnicas para Melhorar as Relações de Trabalho	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	3	7	2	4	6	2
Saber Comunicar com Diplomacia, Tacto e Credibilidade	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	10	14	16	11	13	9
Comunicar Eficazmente em Situações de Stress ou com Públicos Difíceis	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	17	21	23	18	20	15
Como Lidar e Gerir Pessoas Difíceis	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	3	7	2	4	6	2
Comunicar Assertivamente e Gerir Conflitos	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	10	14	16	11	13	9
Melhorar a Comunicação Oral	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	17	21	23	18	20	15
Ler Rapidamente e Memorizar o Importante	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	3	7	2	4	6	2

Treinar a Escuta Ativa para Comunicar com Sucesso	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		10		14		16		11		13		9
Como Melhorar as Relações Humanas na Empresa	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		17		21		23		18		20		15
Strategic / Presentation / Writing Skills															
A Arte da Conversação - Desenvolvimento das Competências de Conversão	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		3		7		2		4		6		2
Técnicas e Boas Práticas de Comunicação	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		10		14		16		11		13		9
Como conseguir Resultados sem Autoridade Formal	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		17		21		23		18		20		15
Técnicas de Apresentação - Preparar, Construir e Apresentar uma Exposição	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		3		7		2		4		6		2
Técnicas Profissionais para Falar em Público	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		10		14		16		11		13		9
Apresentações de Grupo com Máximo Impacto	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		17		21		23		18		20		15
A importância da Comunicação Não Verbal - Técnicas de Expressão Corporal e Voz	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €		3		7		2		4		6		2
PowerPoint - Princípios, Regras e Boas Práticas para Criar Apresentações Profissionais	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €		10		14		16		11		13		9
Melhorar a Comunicação Escrita	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13		3		5		7		1		3	
Revisão Gramatical - Cartas, fax, mails e relatórios profissionais	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	20		10		12		14		8		10	
Melhorar a Comunicação Escrita e Revisão Gramatical	24 h / 4 d	1 800,00 €	900,00 €	27		17		19		21		15		17	
Reforçar as Competências de Escrita para Profissionais da Função Administrativa	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13		24		26		28		22		24	

Saber Ouvir e Escrever - A Escuta Ativa e Técnicas de Escrita como base para uma boa Comunicação	12 h / 2 d	930,00 €	465,00 €	20		31		5		7		1		3	
A Escrita de Informação Técnica - Como melhorar a escrita de documentação técnica	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	13		3		5		7		1		3	
Escrita Profissional de E-mails - Princípios e Boas Práticas	6 h / 1 d	500,00 €	250,00 €	20		10		12		14		8		10	
Workshop de Técnicas de Escrita para Negócios e Relatórios	18 h / 3 d	1 390,00 €	695,00 €	27		17		19		21		15		17	

PEOPLE & SKILLS EXPERIENCE

Tudo o que necessito saber sobre a logística People & Skills, para tirar o melhor partido da minha formação.

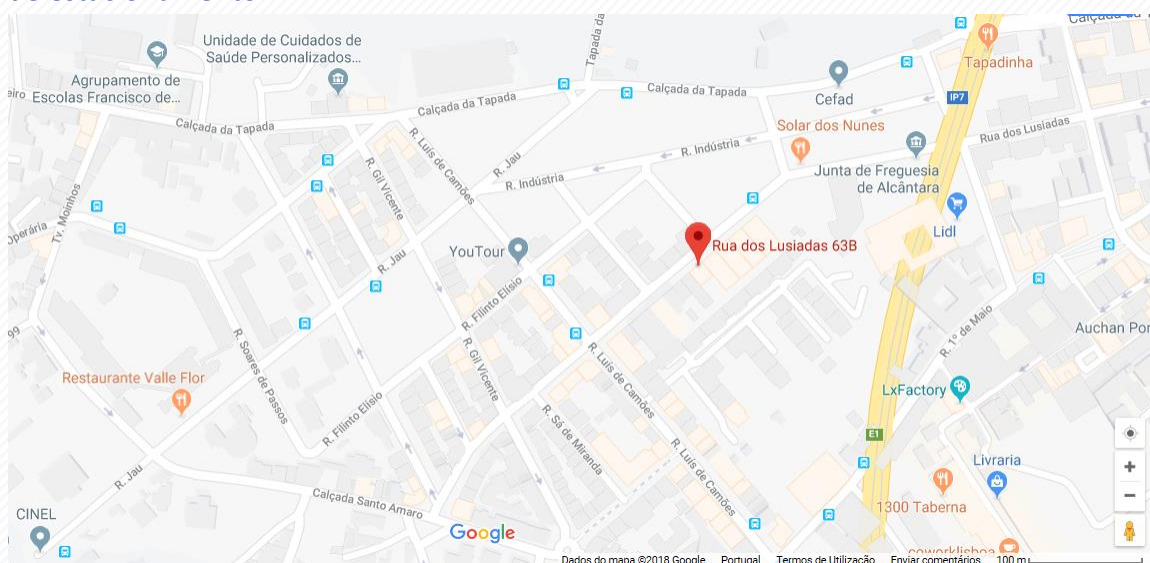
CENTRO DE FORMAÇÃO People & Skills

Morada: Rua dos Lusíadas nº 63 B, 1300 – 366 Lisboa

Tel: (+351) 211 953 454 | **e-mail:** internacional@peopleandskills.pt

LOCALIZAÇÃO E CONTACTOS

Estamos na Rua dos Lusíadas nº 63 B (a 2 minutos do Museu da Carris e 5 do Centro de Congressos Lisboa. Somos servidos por inúmeros transportes públicos, além da existência na proximidade de parques públicos de estacionamento.



INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Miguel Teixeira | miguel.teixeira@peopleandskills.pt | + 351 211953454

HORÁRIOS DE FORMAÇÃO

Laboral das 09:30 às 12:30 e das 14:00 às 17:00

Pós-Laboral das 18:30 às 21:30

Sábados das 09:00 às 13:00 e das 14:00 às 18:00.

Site: <http://internacional.peopleandskills.pt/> | [FACEBOOK](#) | [LINKEDIN](#) | [TWITTER](#)

PROCEDIMENTOS DE INSCRIÇÃO

Depois de efectuar a inscrição em qualquer um dos cursos pode logo começar a preparar a sua viagem, pois os mesmos são **TODOS DE REALIZAÇÃO GARANTIDA**, para tal necessita apenas de enviar os seguintes dados:

- ✓ Nome completo
- ✓ Nome do curso que pretendo frequentar
- ✓ Cópia digitalizada do passaporte

Seguidamente a People & Skills emite a carta de chamada, e após a formalização e envio do comprovativo de pagamento será enviado um e-mail de confirmação de inscrição.





PAGAMENTOS

Os pagamentos devem ser efectuados por transferência bancária para:

- ✓ **Banco:** BPI
- ✓ **NIB:** 0010 0000 48080170001 05
- ✓ **IBAN:** PT50 0010 0000 4808 0170 0010 5
- ✓ **SWIFT / BIC:** BBPT PT PL

COMO CHEGAR ATÉ NÓS

 A People & Skills é servida pelas seguintes estações do Metropolitano de Lisboa:

LINHA	ESTAÇÃO	PERCURSO
 Gaiivota	Marques de Pombal/ Lina Girassol/ Rato	Santa Apolónia ⇄ Amadora
 Oriente	S. Sebastião/Linha Gaiivota (D.Sta Apolónia)/ Marquês de Pombal/ Lina Girassol/ Rato	São Sebastião ⇄ Aeroporto
 Girassol	Rato	Largo do Rato ⇄ Odivelas
 Caravela	Baixa Chiado/linha Gaiivota(D. Reboleira)/Marquês de Pombal/ Lina Girassol/ Rato	Telheiras ⇄ Cais do Sodré

Nota: No Rato deve apanhar o autocarro 738 (Direção Alto Sto. Amaro) que tem paragem na Rua dos Lusíadas.

 Paragens de autocarros mais próximas do Centro de Formação People & Skills:

CARREIRA	SAÍDA	PERCURSO
738	Rua dos Lusíadas	Qta dos Barros ⇄ Alto Sto. Amaro
724	Alcântara C. da Tapada	Pontinha ⇄ Alcântara C. da Tapada
742	Rua Luis de Camões	Bº Madre Deus ⇄ Casalinho Ajuda
756	Calvário	Olaias ⇄ Rua da Junqueira (centro de congressos)
714	Calvário	Pç. Figueira ⇄ Outurela
727	Calvário	Est Roma Arreiro ⇄ Restelo Av. Descobertas
732	Calvário	Marquês Pombal ⇄ Caselas
751	Calvário	Est. Campolide ⇄ Outurela
720	Calvário	Picheleira ⇄ Alto Sto Amaro
760	Calvário	Cemitério Ajuda ⇄ Gomes Freire

 Paragens de Elétricos mais próximas do Centro de Formação People & Skills:

LINHA	ESTAÇÃO	PERCURSO
15E	Calvário	Pc.Figueira ⇄ Algés
18E	Calvário	Cais Sodré ⇄ Cemitério Ajuda

 Coordenadas de GPS: **N 38.7320837 W -9.1521091**

 Estacionamento

O estacionamento poderá ser feito no parque dos Lusíadas na Rua dos Lusíadas nº 5 Tel. 21362619 Horário: Fecha às 20:00. Tendo ainda como alternativa, o estacionamento na rua zona livre de parquimetro.

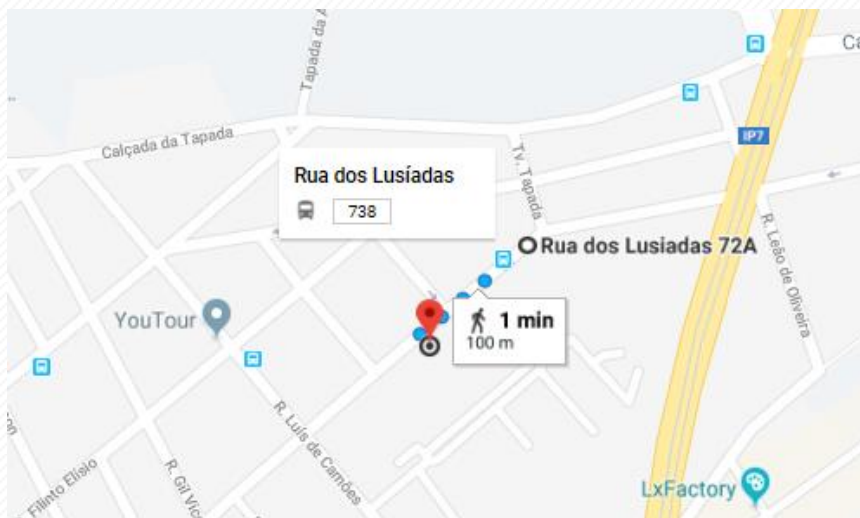
Rua dos Lusíadas nº 63 – 1300-366 Lisboa – Portugal

internacional.peopleandskills.pt | internacional@peopleandskills.pt

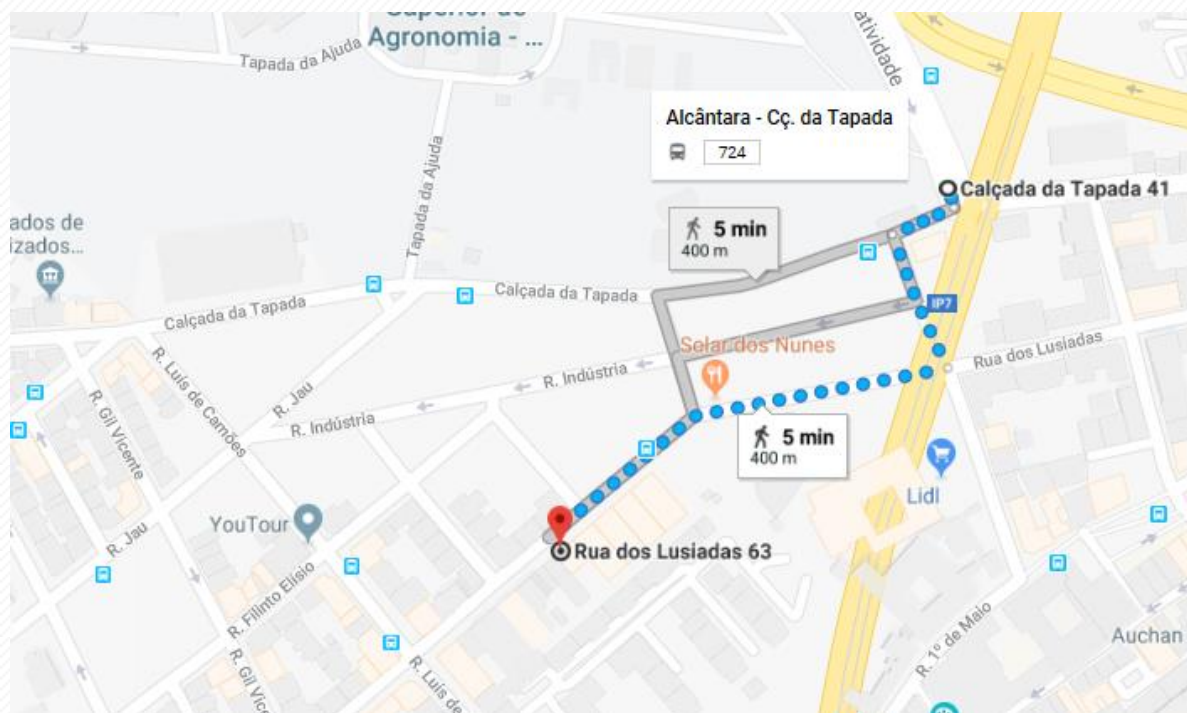
+351 211 953 454

Mapas das estações/saídas ao centro:

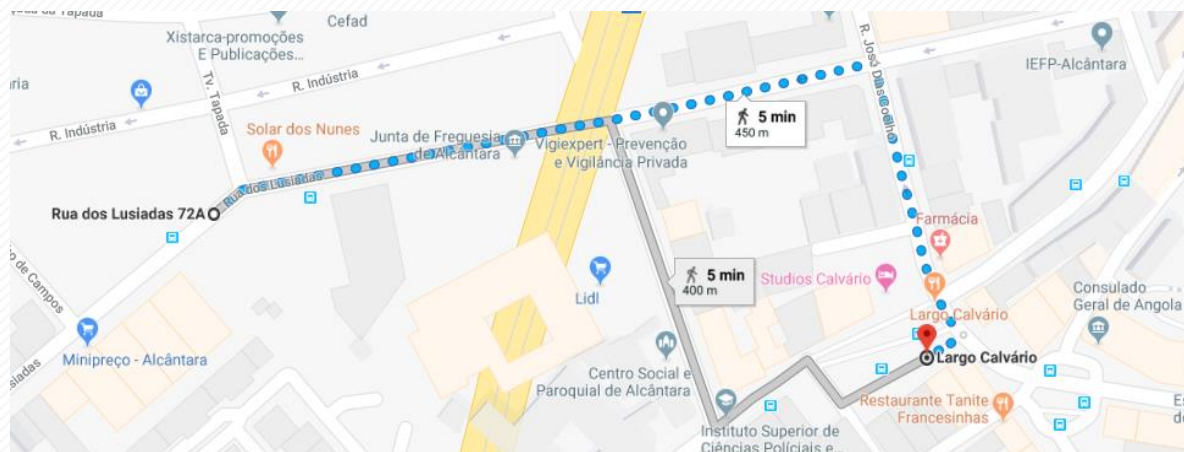
Saída Rua dos Lusíadas:



Saída Alcântara – Cç. Da Tapada:



Saída Calvário:



Onde ficar:

HOTEL	MORADA	RESERVAS	DISTÂNCIA PEOPLE & SKILLS
Pestana Palace Lisboa Hotel & National Monument (5 estrelas)	Rua Jau, 54,	Telefone: +351213615600 Telefone reservas:808 252 252 Email reservas: guestpestana.com	5 minutos a pé
Vila Galé Opera (4 estrelas)	Travessa Conde da Ponte	Telefone: +351 213 605 400 Email reservas: opera@vilagale.com; opera.reservas@vilagale.com	8 minutos a pé
As Janelas Verdes (4 estrelas)	Rua das Janelas Verdes, 47	Telefone: +351 213 968 143 Email reservas: reservations@heritage.pt	9 minutos de carro

Pontos de interesse:

Miradouro P7: <https://www.visitlisboa.com/>



Mosteiro dos Jerónimos: <http://www.mosteirojeronimos.gov.pt>



Pastéis de Belém: www.pasteisdebelem.pt/



Torre de Belém: <http://www.torrebelem.gov.pt>



Palácio Nacional da Ajuda: www.palacioajuda.gov.pt



Padrão dos descobrimentos: www.padraodosdescobrimentos.pt



Museu coleção Berardo: <http://pt.museuberardo.pt>



Museu de Etnologia: www.patrimoniocultural.gov.pt/



Museu da Electricidade: www.maat.pt



Museu da Carris: <http://museu.carris.pt/>



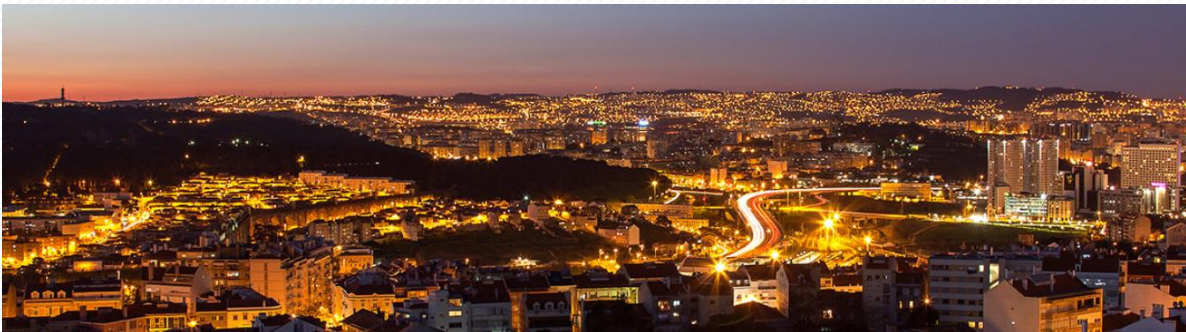
Aquário Vasco da Gama: ccm.marinha.pt/pt/aquariovgama



LXFactory: www.lxfactory.com



Amoreiras 360º Panoramic View : <http://www.amoreiras360view.com/>



Mercado da Ribeira: <http://www.cm-lisboa.pt/>

