

GESTÃO DE CARREIRA

CONSTRUIR UMA MARCA PESSOAL FORTE

15 e 22 maio 2025 | 19h – 21h | 6h

FORMAÇÃO E-LEARNING (SÍNCRONA)

INÊS TORRES

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

Mais do que nunca, a **gestão de carreira** e a construção de uma marca pessoal forte são essenciais para quem procura destacar-se no mercado de trabalho. Estes conceitos ajudam a direcionar a trajetória profissional, mas também a estabelecer uma identidade única e memorável que pode abrir portas e criar oportunidades. No universo do desporto, a gestão de carreira é determinante devido à competitividade do contexto.

Esta formação pretende dotar os formandos de conhecimentos e ferramentas para apostarem nas suas carreiras e aprenderem a construir a sua marca pessoal. Ser autêntico, ter clareza dos objetivos e manter-se atualizado pode fazer toda a diferença em contextos profissionais.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *e-learning*, através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões**, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional. Todas as dúvidas e intervenções poderão ser feitas a qualquer momento da formação.

Data	Horário	Temática
15 maio 2025	19h – 21h (2h)	MÓDULO 1 Gestão de carreira: a sua importância Ferramentas de autoconhecimento Definição de metas e projeto de carreira
22 maio 2025	19h – 21h (2h)	MÓDULO 2 Construir a marca pessoal Técnicas de comunicação eficaz Networking e construção de rede de contactos
Sessão assíncrona (2h)		Trabalho autónomo – Será atribuída uma tarefa aos formandos. Estes poderão colocar dúvidas à formadora através de e-mail. A tarefa deverá ser entregue, via e-mail, até ao dia 25 de maio .

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

15 e 22 de maio 2025 – 19h00-21h00

Sessão assíncrona com 2h de duração
(6 horas)

DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos
- Técnicos de exercício físico
- Diretores técnicos
- Todos os interessados pela temática.

FORMADORES

Inês Torres

Natural do Porto, Inês Torres nasceu em 1991, tem formação académica em vídeo e marketing, e é Mestre em Gestão do Desporto. Desde 2021 que se vocacionou para a área do coaching e desenvolvimento pessoal na área particular do Futebol, sendo este o foco profissional. Tem formações em scouting, direção desportiva e outras de relevo, em entidades tais como Federação Portuguesa de Futebol e Liga Portugal. É também Delegada ao Jogo da FPF desde 2022. Tendo desenvolvido um programa de ginásio mental específico para jogadores e treinadores de futebol, atualmente faz acompanhamentos a nível individual e coletivo a atletas e equipas de escalões diversos, nas divisões Campeonato Nacional de Juniores, Campeonato de Portugal, Liga 3 e Ligas Profissionais.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	50€
--------------------	------------

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

