



# COACHING 5.0

FOR CONSCIOUS LEADERSHIP eXtended by AI

70h

*Activate Your Best Version*  
eXtended bi AI



Curso reconhecido por:



**COACHING 5.0 orientado para a Liderança Consciente e Excelência Pessoal, em tempos de Transformação**  
**Disciplina Nuclear de Autoconhecimento Aplicado – Integra a ferramenta IA**  
**Inclui 2 sessões de Coaching Personalizado**

**Objectivos**

- Compreender a importância de uma Visão claramente construída e partilhada
- Desenvolver Soft & Fundamental Skills, Autoconhecimento e Desenvolvimento Integral
- Dominar principais técnicas de COACHING5.0 aplicadas no autocoaching e atitude Coach
- Dominar as grandes variáveis da disciplina COACHING5.0 aplicada a Grupos e Liderança
- Utilizar eficazmente técnicas de COACHING5.0 para Excelência na Comunicação

**Coaching Trainer**

- Licenciado em Engenharia Electrotécnica, ramo de Telecomunicações e Computadores pela FEUP- Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto
- Formação Internacional nas áreas da Psicologia, Desenvolvimento Pessoal e 'Peak Performance'
- Coach com Formação Internacional reconhecida pela ICF-International Coach Federation (EUA)
- Certified Master Coaching Trainer - CMCT, pela ISPC com mais de 15.000 horas de atividade
- Orador nas áreas do Coaching, Falar em Público e Desenvolvimento Pessoal
- Prof. Convidado em Mestrados, Pós-graduações e MBA's em instituições do Ensino Superior
- Desenvolveu funções de Direcção e Administração em várias empresas nas áreas de Marketing, Desenvolvimento de Recursos Humanos e Novas Tecnologias da Informação (1985-1999)
- Fundador e Presidente da DigitalVision.com, SGPS (2000-2006)
- Fundador e CEO da Newdream.com, SA (2000-2006)
- Fundador e Diretor da Empresa Portal do SER- Centro de Desenvolvimento Pessoal (2006- ...)
- Fundador e Presidente da Associação Portuguesa de Coaching- APCOACHING (2009- ...)
- Fundador e Presidente da ISPC-International School of Professional Coaching (2009- ...)



Viana Abreu

**Coach**

- Licenciada em Economia pela Universidade de Coimbra
- DBA com especialização em Gestão de Recursos Humanos pelo ISTE
- Coach com Formação reconhecida pela ICF-International Coach Federation (EUA)
- Consultora nas áreas de Estratégia de Investimento, Marketing, Financeira e Recursos Humanos
- CMPC-Certified Master Professional Coach, pela ISPC-International School of Professional Coaching
- Executive Coach e Wellness Coach com mais de 2500h desde 2004
- Coach Mentor com mais de 500h desde 2007
- Fundadora e Diretora da empresa Portal do Ser- Centro de Desenvolvimento Pessoal.
- Fundadora e Vice-Presidente da Associação Portuguesa de Coaching-APCOACHING
- Fundadora e Vice-Presidente da ISPC-International School of Professional Coaching



Fátima Matos



**Informações gerais**

Destinatários:

- Pessoas em:
- processos de mudança
  - desenvolvimento profissional
  - desenvolvimento pessoal

Local da formação:

- Porto, Sede do Portal do Ser
- Lisboa, Parque das Nações Hotel MELIA Lisboa Oriente

Duração: 70 (34+3+33) horas

Datas:

- Porto:
- 31 jan, 1, 14, 15 fev (fim de semana)
  - ou 6, 7, 13, 14, 15 mar (fim de semana)

- Lisboa:
- 21, 22, 28 fev. e 1 mar (fim de semana)

Horários:

- Laboral e fim-de-semana - 9:00 → 13:00 e 14:30 → 18:30
- Pós-laboral - 18:30 → 22:30

Número de Participantes:

máximo de 7

Preço: 750 €

- grupo/estudantes - 680 €
- (isento de IVA nos termos do art. 9º alínea 11 do CIVA)

Inclui:

- Coffee Break
- Documentação de suporte.
- Certificado Internacional **COACHING5.0**



*“Nunca ninguém me disse de uma forma tão simples o quanto poder está dentro de mim”*  
Claudio Valente, 32 anos – Dir. de Recursos Humanos

*“O sonho comanda a vida! A nossa vontade e poder concretizam esse sonho.”*  
Ana Barrocas, 38 anos - Assistente Social

*“A viagem mais intensa e vibrante que fiz até hoje. Obrigada a todos”*  
Teresa Sousa, 46 anos- Psicologa/Formadora

*“Para quem gosta de ver as pessoas brilhar”*  
Miguel Alves, 27 anos- Eng. de Manutenção e Coach

*“O tempo é o que fazemos com ele e este foi o melhor tempo de todo o meu tempo. Hoje sou mais conhecedora de mim e o mundo jamais voltará a ser o mesmo. Obrigada Viana Abreu”*  
Sofia Henriques, 31 anos – Dir. Pedagógica e Assessora

