



# Pós Graduação em Gestão do Stress

## Ano Lectivo 2009-2010



- **Coordenadora:** Prof. Doutora Teresa Andrade
- **Destinatários:**
- Esta pós graduação poderá ser particularmente relevante para licenciados em áreas da saúde (ex. médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, psicólogos, terapeutas da fala, terapeutas ocupacionais, cardiopneumologistas, entre outros), mas também se destina a professores, educadores de infância, assistentes sociais, polícias e de um modo geral a todas as pessoas que trabalhem diariamente em contextos que impliquem maior adaptação ao stress ou que estejam a dar apoio a pessoas que se encontrem a viver circunstâncias indutoras de stress ( ex. pacientes, grupos sociais de risco, crianças e famílias com dificuldades especiais, idosos, entre outros)
- **Objectivos:**

Este ciclo de estudos destina-se a prover e aprofundar conhecimentos e estratégias em gestão do stress através de metodologias pedagógicas dinâmicas e em formato de seminários com forte componente prática.

Tem como objectivo principal formar especialistas na área da gestão do Stress capazes de diagnosticar e intervir em situações diversificadas envolvendo Stress.

O ensino apresenta um forte contributo de todas as áreas dominantes nas actuais linhas de investigação e intervenção no fenómeno do Stress.

Para além de uma mais valia profissional esta pós graduação constitui igualmente um enriquecimento pessoal na gestão do stress que enfrentamos enquanto indivíduos no dia a dia, especialmente para os que trabalham em situações de maior exposição ao stress.
- **Vagas:** 30 vagas disponíveis

- **Critérios de Selecção:**

- Os candidatos serão seleccionados de acordo com o seu curriculum vitae.

- **Local e Horário de Funcionamento:**

- Escola Superior de Saúde Egas Moniz , Quintas e Sextas das 17h00 às 22h00

- **Data de Início:** 06-11-09

- **Inscrições:** As inscrições terão lugar entre 25 de Setembro e 31 de Outubro de 2009, data dos CTT

- **Propinas e Candidatura:**

- Candidatura: 100 euros
- Propina : 3000 euros (propina anual única) ou 300 euros mensais repartidos por 10 prestações
- O pagamento repartido em mensalidade deve ser efectuado até ao dia 8 de cada mês, sendo a primeira prestação no acto da matrícula
- Reserva-se o direito de o curso não abrir sem um número mínimo de alunos, sendo o valor da candidatura devolvido ao candidato.

- **Contactos:** 21294 67 09

- **[ibaroseiro@egasmoniz.edu.pt](mailto:ibaroseiro@egasmoniz.edu.pt)**

