formação

Trabalho em Equipa

Duração: 16 horas

A promoção da saúde mental e do bem-estar no contexto de trabalho tem sido progressivamente apontada como incontornável num contexto de mercado globalizado e competitivo e no qual apenas as forças de trabalho saudáveis, qualificadas e motivadas podem vingar. Com efeito, vários dados demonstram que as empresas que promovem e salvaguardam a saúde mental e o bem-estar dos trabalhadores encontram-se entre as mais sustentáveis e competitivas. Torna-se fundamental atender adequadamente às questões relacionadas com a doença mental dos trabalhadores no sentido de desenvolver estratégias individuais e coletivas que garantam o bem-estar dos trabalhadores e o bom funcionamento das organizações.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

- Adquirir conhecimentos acerca das medidas de prevenção e promoção da saúde mental em contexto de trabalho.

Objetivos Específicos

- Identificar os riscos profissionais para a saúde mental dos colaboradores;
- Distinguir as diferentes tipologias e eficácia das intervenções no âmbito da saúde mental;
- Identificar e analisar medidas de prevenção e promoção da saúde e do bem-estar mental aos níveis organizacional e individual;
- Interpretar as orientações políticas na prevenção e promoção da saúde e bem-estar mental;
- Enumerar e especificar as obrigações dos empregadores e papel dos trabalhadores na prevenção da saúde e do bem-estar mental.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Definição e contextualização da saúde mental

- Definição dos conceitos de saúde e bem-estar mental;
- Riscos para a saúde e impacto no bem-estar mental;
- Saúde mental no local de trabalho: relação causa-efeito.

Medidas de prevenção e promoção da saúde mental

- Medidas de prevenção e promoção da saúde mental ao nível organizacional;
- Medidas de prevenção e promoção da saúde mental a nível individual.

Orientações intervenientes na promoção e prevenção da saúde mental

- Orientações políticas na prevenção e promoção da saúde e bem-estar mental;
- Obrigações dos empregadores e papel dos trabalhadores nas orientações e prevenção da saúde e bem-estar mental.

DESTINATÁRIOS

- Trabalhadores em geral;
- Técnicos de segurança, coordenadores de segurança, trabalhadores designados, quadros com responsabilidades nas áreas da segurança, higiene e saúde no trabalho;
- Todos os interessados na temática.

MODALIDADE E FORMA DE ORGANIZAÇÃO

Online

REQUISITOS

Para frequentar esta formação é necessário ter acesso a um computador ou um tablet com ligação à Internet e um browser (programa para navegar na web), como o Chrome, Safari, Firefox ou Internet Explorer.

Pode aceder à formação a partir de qualquer computador (por exemplo, em casa e no escritório), tablet ou smartphone.

Não necessita de instalar quaisquer programas no seu computador para poder aceder à formação.

formação

Esta formação não requer qualquer conhecimento prévio do tema.