



CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL

GESTOR DE BEM-ESTAR E FELICIDADE ORGANIZACIONAL

Formação 100% online - 80 horas
março 2026 a julho 2026



16H-18H



17H-19H



19H-21H



20H-22H



21H-23H

4^a, 5^a e 6^a feiras



Certificação Internacional em Gestor de Bem-Estar e Felicidade Organizacional

Objetivo do Curso:

Capacitar profissionais para conceber, planejar, implementar e avaliar práticas de bem-estar e felicidade no ambiente de trabalho, promovendo um ambiente saudável e produtivo.

MÓDULO 1:

Introdução à Gestão do Bem-Estar e Felicidade Organizacional | 2 sessões 4H

Objetivos:

- Compreender os conceitos básicos de bem-estar e felicidade no trabalho.
- Conhecer as teorias e modelos que fundamentam a gestão do bem-estar organizacional.
- Aprender a medir a felicidade e o bem-estar no ambiente de trabalho.

Conteúdos:

1.1. Conceitos Básicos

- Definição de bem-estar e felicidade organizacional
- Importância da felicidade no trabalho
- Benefícios para as organizações

1.2. Teorias e Modelos

- Teorias da motivação
- Modelos de bem-estar

1.3. Medindo a Felicidade e o Bem-Estar

- Ferramentas e métricas
- Pesquisas e questionários de satisfação



MÓDULO 2:

Cultura Organizacional e Estratégia para Desenvolver uma Cultura de Bem-Estar | **4 sessões 8H**

Objetivos:

- Entender a importância da cultura organizacional no bem-estar dos colaboradores.
- Analisar o papel da comunicação e da liderança na promoção do bem-estar.
- Desenvolver estratégias para criar uma cultura de felicidade nas organizações.

Conteúdos:

2.1. Cultura Organizacional

- Definição e importância
- Elementos de uma cultura de bem-estar.

2.2. Estratégias para Desenvolver uma Cultura de Felicidade

- Programas de reconhecimento e recompensa
- Iniciativas de envolvimento dos colaboradores
- Casos de Excelência.

2.3. Comunicação e Empatia para a Felicidade

- Papel da comunicação na promoção do bem-estar
- Liderança positiva e seu impacto.

MÓDULO 3:

Práticas de Bem-Estar e Felicidade no Ambiente de Trabalho | **5 sessões 10H**

Objetivos:

- Avaliar a importância do ambiente físico e da ergonomia para o bem-estar.
- Implementar programas de promoção da saúde física e mental.
- Promover o bem-estar financeiro.



Conteúdos:

3.1. Ambiente Físico e Ergonomia:

- Importância do espaço de trabalho
- Ergonomia e segurança

3.2. Saúde Física e Mental:

- Programas de promoção da saúde
- Suporte à saúde mental
- Equilíbrio entre Vida Pessoal e Profissional

3.3. Bem-estar Financeiro:

- A importância da literacia financeira na promoção do bem-estar
- Práticas de bem-estar financeiro

3.4. Norma NP 4590:2023 - Sistema de Gestão do Bem-Estar e da Felicidade Organizacional:

- Enquadramento da Norma
- Práticas no âmbito da Norma.

MÓDULO 4:

Desenvolvimento Pessoal e Profissional | 3 sessões 6H

Objetivos:

- Desenvolver planos de carreira e estratégias de desenvolvimento pessoal.
- Implementar programas de formação contínua e capacitação.
- Estimular a inovação e a criatividade no ambiente de trabalho.

Conteúdos:

4.1. Desenvolvimento de Carreira:

- Planos de carreira e desenvolvimento pessoal
- Feedback e coaching

4.2. Formação e Capacitação:

- Programas de formação contínua
- Capacitação em habilidades emocionais e sociais



4.3. Inovação e Criatividade:

- Estímulo à inovação
- Criação de um ambiente de trabalho criativo.

MÓDULO 5:

ESG e a Gestão Pessoas | **5 sessões 10H**

Objetivos:

- Promover práticas sustentáveis no ambiente de trabalho.
- Interpretar um reporte ESG.

Conteúdos:

5.1. Conceitos gerais de ESG

- Principais temas
- Integração dos fatores ESG na estratégia de negócio.

5.2. Responsabilidade Social Corporativa (RSC)

- Programas de voluntariado
- Iniciativas de impacto social.

5.3. Reporte ESG Formador:

- Metodologia
- Boas práticas de reporte ESG.

MÓDULO 6:

Segurança Psicológica | **2 sessões 4H**

Objetivos:

- Entender o conceito e a importância da segurança psicológica..
- Implementar práticas que promovam a segurança psicológica no ambiente de trabalho.



Conteúdos:

6.1. Segurança Psicológica no ambiente de trabalho

- Definição
- Importância para um ambiente saudável e produtivo.

6.2. Indicadores de Segurança Psicológica

- Indicadores
- Aplicação.

6.3. Promover a Segurança Psicológica

- Aprender com a falha
- Estratégias para um ambiente seguro.

MÓDULO 7:

Liderança Humanizada do Futuro como Estratégia do Negócio | 4 sessões 8H

Objetivos:

- Conhecer os contributos da IA e da mentalidade agile no desenvolvimento de modelos organizacionais orgânicos, modelos de gestão mais simples e eficazes e uma cultura mais humanizada.
- Conhecer as mentalidades / competências contemporâneas habilitadoras da liderança humanizada.

Conteúdos:

7.1. Inteligência artificial, humanização e trabalho

- Inovação e inteligência generativa (natural e artificial)
- Ferramentas de IA na liderança e gestão de pessoas
- People analytics e a liderança tangível.

7.2. Organizações e liderança humanizada agile

- Economia com propósito
- Organizações orgânicas, digitais, virtuais e novos desafios da liderança
- Princípios do agile mindset (supremacia da simplicidade).

7.3. Mentalidades / Competências habilitadoras

- Competências vs. Mentalidade na era digital.
- Diversidade, equidade e inclusão.
- Personalização / singularização.

MÓDULO 8:

Liderança Bem Humorada - O papel do Humor Corporativo | 3 sessões 6H

Objetivos:

- Promover um ambiente organizacional saudável e positivo, integrando o humor no local de trabalho.
- Aumentar a coesão da equipa e a motivação, através de interações divertidas.
- Reduzir o stress e aumentar o bem-estar.

Conteúdos:

8.1. Liderança com Humor:

- Fortalecimento do espírito de equipa
- Aumento da motivação
- Promoção de um ambiente colaborativo.

8.2. O Papel do Humor na Comunicação Organizacional

- Quebra de barreiras hierárquicas
- Incentivo à criatividade
- Facilitação da resolução de conflitos.

8.3. Líderes com Noção

- Alívio do stress diário
- Prevenção do esgotamento profissional (burnout)
- Melhoria do ambiente emocional.



MÓDULO 9:

Liderança Positiva | 5 sessões 10H

Objetivos:

- Compreender os fundamentos da liderança positiva.
- Desenvolver comportamentos de um líder positivo.
- Implementar estratégias e ferramentas de liderança positiva.

Conteúdos:

9.1. Fundamentos da Liderança Positiva

- Definição e importância.
- Impacto no bem-estar organizacional.

9.2. Comportamentos de um Líder Positivo

- Foco em pontos fortes.
- Reconhecimento e valorização.

9.3. Implementação de Liderança Positiva

- Estratégias e ferramentas.
- Estudos de caso.

MÓDULO 10:

Relação entre Bem-Estar, Felicidade e Produtividade: A Felicidade é Lucrativa | 2 sessões 4H

Objetivos:

- Compreender a relação entre bem-estar dos colaboradores e produtividade.
- Conhecer indicadores de produtividade e como medi-los.
- Desenvolver estratégias para melhorar a produtividade através do bem-estar.



Conteúdos:

10.1. Impacto do Bem-Estar na Produtividade

- Relação entre bem-estar dos colaboradores e produtividade
- Estudos de caso e pesquisas.

10.2. Indicadores de Produtividade

- Ferramentas para medir a produtividade
- Indicadores-chave de desempenho (KPIs).

10.3. Estratégias para Melhorar a Produtividade através do Bem-Estar

- Implementação de políticas de bem-estar
- Estudos de caso de sucesso.

MÓDULO 11:

Planeamento e Implementação de Programas de Bem-Estar e Felicidade Organizacional | **3 sessões 6H**

Objetivos:

- Realizar diagnósticos organizacionais para avaliar o bem-estar.
- Desenvolver programas de bem-estar detalhados.
- Implementar e avaliar a eficácia dos programas de bem-estar.

Conteúdos:

11.1. Diagnóstico Organizacional:

- Avaliação das necessidades e expectativas dos colaboradores
- Análise SWOT do bem-estar organizacional.

11.2. Desenvolvimento de Programas:

- Planeamento de programas de bem-estar
- Orçamento e recursos.

11.3. Implementação e Avaliação

- Estratégias de implementação
- Monitorização e avaliação de resultados.

MÓDULO 12:

Projeto Final avaliação | 2 sessões 4H

Objetivos:

- Projeto final integrador, aplicando os conhecimentos adquiridos num estudo de caso real.



PREPARADOS PARA O FUTURO!



CERTIFICAÇÃO

Após a conclusão de todos os módulos e aprovação da avaliação final, os participantes receberão CERTIFICAÇÃO:

Certificação oficial **DGERT** e pela **INNOVA Internacional Business**.