

## 13º Programa Cascais Surf para a Empregabilidade

v005 de 18 de Março

DCTM SEMANA 1	2ª Feira(28/3)	3ª Feira(29/3)	4ª Feira(30/3)	5ª Feira(31/3)	6ª Feira(01/4)
09:00		SURF	Desconstrução	SURF	Construção
10:00					
11:00		YOGA		YOGA	
12:00					
13:00		ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:30	APRESENTAÇÃO				
15:00		Orador	Desconstrução	Orador	Cross Fit
16:30					
17:00	Desconstrução				
18:00		COACHING		COACHING	COACHING
Nº de Horas/Dia	4	6	8	6	6

DCTM SEMANA 2	2ª Feira(04/4)	3ª Feira(05/4)	4ª Feira(06/4)	5ª Feira(07/4)	6ª Feira(08/4)
09:00	Planeamento	SURF	Construção	SURF	Construção
10:00					
11:00	Time management	YOGA		YOGA	
12:00					
13:00	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:30					
15:00		Orador	Macroeconomia, Política e Sociedade	Liderança	Contabilidade
16:30	Aspetos Legais				
17:00					
18:00	COACHING	COACHING		COACHING	COACHING
Nº de Horas/Dia	7	6	8	6	6

DCTM SEMANA 3	2ª Feira(11/4)	3ª Feira(12/4)	4ª Feira(13/4)	5ª Feira(14/4)	6ª Feira(15/4)
09:00	Project Management	SURF	Microeconomia e Gestão	SURF	FERIADO
10:00					
11:00		YOGA		YOGA	
12:00					
13:00	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	
14:30					
15:00	Emprendedorismo	Orador	Linkedin	Organizational Behaviour and Leadership	
16:30					
17:00					
18:00	COACHING	COACHING	COACHING	COACHING	
Nº de Horas/Dia	6	6	7	6	

## 13º Programa Cascais Surf para a Empregabilidade

v005 de 18 de Março

DCTM SEMANA 4	2ª Feira(18/4)	3ª Feira(19/4)	4ª Feira(20/4)	5ª Feira(21/4)	6ª Feira(22/4)
09:00	Desenvolvimento de Carreira	SURF	Marketing Digital	SURF	Empregabilidade em Cascais
10:00					
11:00		YOGA		YOGA	
12:00					
13:00	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:30					
15:00	Orador	Comunicação	Marketing	Speed Interview Day	DNA Cascais
16:30					
17:00					
18:00	COACHING	COACHING	COACHING	COACHING	
Nº de Horas/Dia	6	6	7	7	8

DCTM SEMANA 5	2ª Feira(25/4)	3ª Feira(26/4)	4ª Feira(27/4)	5ª Feira(28/4)	6ª Feira(29/4)
09:00	FERIADO	SURF	Projeto	SURF	Projeto
10:00					
11:00		YOGA		YOGA	
12:00					
13:00		ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:30					
15:00		Orador	Project Sustainability	Orador	
16:30					
17:00					
18:00		COACHING	COACHING	COACHING	COACHING
Nº de Horas/Dia		6	7	6	4

DCTM SEMANA 6	2ª Feira(02/5)	3ª Feira(03/5)	4ª Feira(04/5)	
09:00	Projeto	Projeto		Sessão encerramento
10:00				
11:00				
12:00				
13:00	ALMOÇO	ALMOÇO		
14:30				
15:00		PITCH		
16:30				
17:00				
18:00				
Nº de Horas/Dia	4	8	3	

