

ÁREA DE GESTÃO DE  
RECURSOS HUMANOS

ENTRAJUDA- FORMA

## BEM-ESTAR E FELICIDADE ORGANIZACIONAL

### OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Pretende-se que, no final da formação os participantes sejam capazes de:

- Compreender os princípios, objetivos, âmbito e requisitos da NP 4590:2023.
- Analisar os fatores de bem-estar e felicidade no trabalho e o seu impacto no desempenho organizacional.
- Diagnosticar o nível de maturidade da organização em bem-estar, felicidade e cultura positiva.
- Desenvolver e implementar políticas, práticas e programas alinhados com a norma.
- Definir indicadores, metodologias de monitorização e integrar o sistema com outros referenciais de gestão (ex.: ISO 45001, NP 4427).
- Preparar documentação e evidências para auditoria, promover a melhoria contínua e reforçar o papel da liderança empática e da gestão humanizada.

### Formador

Francisco Melo - APCER.

### Descrição

Esta formação apresenta a norma NP 4590:2023, que estabelece orientações para a promoção do bem-estar e da felicidade organizacional.

Os participantes conhecem os princípios da norma, os seus benefícios e a forma de a aplicar na prática, adquirindo competências para estruturar programas internos, avaliar resultados e promover ambientes de trabalho saudáveis, positivos e promotores do envolvimento e do desempenho.

### A quem se destina

Dirigentes e outros responsáveis pela gestão de organizações da economia social.



5 e 7 de maio de 2026



14h00-17h00 (6 horas no total)



Online: via Plataforma Zoom



25€ participante



**Inscrições até 28/04/2026**

# CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

## 1. Enquadramento da NP 4590:2023 e Bem-Estar Organizacional

- Conceitos de bem-estar, felicidade e saúde psicológica no trabalho.
- Princípios, estrutura e benefícios estratégicos da norma.
- Articulação com outros sistemas de gestão e políticas de RH.

## 2. Requisitos do Sistema de Gestão do Bem-Estar e Felicidade

- Requisitos normativos, partes interessadas e definição de políticas e objetivos.
- Planeamento e gestão de recursos para a implementação do sistema.

## 3. Processos, Práticas e Programas de Bem-Estar

- Desenvolvimento de iniciativas de bem-estar físico, emocional e social.
- Clima organizacional, reconhecimento, equilíbrio trabalho-vida e envolvimento.
- Comunicação interna e papel da liderança.

## 4. Monitorização, Avaliação e Melhoria Contínua

- Definição de indicadores e metodologias de avaliação.
- Análise de resultados, relatórios, ações corretivas e revisão pela gestão.

## 5. Implementação Prática e Preparação para Auditoria

- Etapas de implementação, documentação e evidências.
- Boas práticas e preparação para auditorias internas e externas.

## MODALIDADE DE FORMAÇÃO

Formação de atualização/aperfeiçoamento.

## MODELO DE ENSINO

À distância – Sessões Síncronas.

## METODOLOGIA

Método de ensino teórico prático (TP), com o objetivo de apresentar os conceitos fundamentais e relacioná-los com situações concretas nas IPSS.

## RECURSOS PEDAGÓGICOS

Computador ou dispositivo móvel com áudio, câmara vídeo e acesso à internet, que permita a utilização da plataforma Zoom; Apresentação.

## CRITÉRIOS E METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

**AVALIAÇÃO INICIAL:** Realizada através da análise do perfil dos formandos.

**AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DO FORMANDO:** Realizada através de um questionário de satisfação, no qual os formandos poderão expressar a sua opinião e sugerir propostas melhorias.

**CERTIFICADOS:** A ENTRAJUDA é uma entidade certificada pela DGERT, pelo que será emitido certificado de frequência através da plataforma SIGO. Para efeitos de certificação, é obrigatório que os formandos se identifiquem no Zoom com o formato Nome da Instituição | Nome e Apelido e mantenham a câmara ligada durante toda a formação.