



Newsletter 2 - junho 2023



EMPOWERED Formação para mulheres

O EMPOWERED Formação para mulheres corresponde a uma formação modular, dirigida a mulheres que querem aceder ao mercado de trabalho ou mudar o seu percurso profissional, mas que enfrentam desafios que as desencorajam de o fazer.

Na criação dos módulos, os parceiros do projeto EMPOWERED:

- adaptaram o conteúdo formativo e o currículo da Found.ation Business Academy (FBA) às necessidades das formandas;
- desenvolveram uma estrutura formativa que pretende capacitar as formandas a enfrentar os desafios, através do empoderamento psicológico.

[**Saiba mais**](#)



No EMPOWERED Formação para mulheres, a aprendizagem é realizada na modalidade de *b-learning* e compreende um total de 13 módulos, distribuídos por 30 horas de formação, que visam o desenvolvimento de competências digitais e transversais.

Para o desenvolvimento das competências digitais, foram criados os seguintes módulos:

- Módulo 1 – Transformação digital;
- Módulo 2 – Trabalho remoto;
- Módulo 3 – Introdução aos media digitais e princípios de *marketing*;
- Módulo 4 – Introdução ao *design thinking*;
- Módulo 5 – Criatividade e inovação.

Para o desenvolvimento das competências transversais, foram criados os seguintes módulos:

- Módulo 6 – Competências de comunicação;
- Módulo 7 – Motivação e empoderamento individual;
- Módulo 8 – Gestão de tempo;
- Módulo 9 – Equilíbrio entre vida profissional e pessoal;
- Módulo 10 – Definição de objetivos;
- Módulo 11 – Resolução de problemas;
- Módulo 12 – Autopromoção;
- Módulo 13 – Apresentações eficazes.



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões. Projeto n.º 2021-1-RO01-KA220-ADU-000026741



EMPOWERED Plataforma comunitária

A EMPOWERED Plataforma comunitária é uma plataforma online que disponibiliza o EMPOWERED Formação para mulheres às formandas e aos profissionais de educação para adultos e tem por objetivo fomentar a sua participação e a troca de experiências. Nesta plataforma, as participantes podem partilhar o impacte que o projeto tem nas suas vidas, para além de tópicos adicionais que desejem discutir.

A plataforma é também o espaço online que conecta as mulheres a formadores, a conselheiros de carreira e a organizações da sociedade civil, aumentando os benefícios futuros do projeto.

Para além de alojar o EMPOWERED Programa de Formação, a plataforma apresenta as seguintes características:

- permite acolher múltiplas discussões online;
- é de fácil utilização;
- apoia a partilha de comentários sobre textos e artigos online;
- permite a realização de sessões de formação online.



Beneficiários do EMPOWERED

Os potenciais beneficiários e utilizadores da plataforma são:

- mulheres que desejam aceder ao mercado de trabalho ou mudar de carreira;
- formadores e prestadores de educação para adultos;
- conselheiros de carreira e outros profissionais envolvidos na facilitação do acesso ao emprego;
- organizações da sociedade civil que trabalham com mulheres, procurando soluções para melhorar a sua situação económica e social;
- *stakeholders* que possam participar ativamente na implementação e desenvolvimento do projeto, bem como na transmissão das suas ideias.

O carácter inovador da EMPOWERED Plataforma comunitária reside no facto de não ser apenas mais uma plataforma de *b-learning*, mas um espaço online para as mulheres desenvolverem as suas competências digitais e transversais.



Quem somos

O consórcio do projeto é composto pelas seguintes entidades: **Mindshift** (Portugal), **Asociatia Culturala Artec** (Roménia), **Municipality of Castiglione del Lago** (Itália), **Found.ation** (Grécia) e **Wisefour** (Chipre).

