

## DOCUMENTAÇÃO

- ❖ Cartão de cidadão;
- ❖ Declaração do/a técnico/a assistente (psiquiatra, psicólogo/a, técnica/o de serviço social, enfermeiro/a, terapeuta ocupacional) referindo a indicação para a formação como parte de um processo de (re)integração profissional;
- ❖ Atestado Médico de Incapacidade Multiuso (AMIM) ou documento equivalente;
- ❖ Declaração de inscrição no Centro de Emprego (para emprego ou formação) com a caracterização da situação face ao emprego;
- ❖ Certificado de habilitações.

## APOIOS

- ❖ Bolsa de formação;
- ❖ Subsídio de alimentação;
- ❖ Subsídio de transporte;
- ❖ Seguro de acidentes pessoais.

### UNIDADE DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

**Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa (Pavilhão 11)**

Av. do Brasil, 53\*\*\*1749-002 LISBOA

☎: 21 791 70 00 (ext.1235)

✉: [ufp@chpl.min-saude.pt](mailto:ufp@chpl.min-saude.pt)



**Formação Contínua**  
**Cidadania e Literacia Digital**  
**(M/F)**

**Projeto n.º 06/LVT/2021**



A **Unidade de Formação Profissional** é um projeto do Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa que promove formação profissional para pessoas cujos percursos pessoais e profissionais tenham sido perturbados por problemas de saúde mental.

A formação contínua destina-se a pessoas desempregadas e organiza-se em ações de curta duração visando a atualização de competências e a promoção da empregabilidade.

A frequência desta ação deverá dotar os/as formandos/as de competências que lhes permitam uma participação social mais ativa e comprometida através da apropriação extensiva e sistemática das TIC.

## Cidadania e Literacia Digital (CLD)

125 h

### **Sistemas operativos multitarefa e utilitários complementares**

- ❖ Ambiente gráfico;
- ❖ Elementos básicos da interface de utilizador;
- ❖ Operações básicas do sistema operativo de interface gráfico;
- ❖ Encerramento do ambiente de trabalho;
- ❖ Programa de gestão de ficheiros em ambiente gráfico;
- ❖ Pesquisa de ficheiros e pastas;
- ❖ Configuração do computador com o sistema operativo de interface gráfico;
- ❖ Acessórios do sistema operativo;
- ❖ Instalação/desinstalação de programas ou utilitários num sistema operativo.

### **Internet e correio eletrónico**

- ❖ Introdução à *Internet*;
- ❖ Navegação na *Web*;
- ❖ Utilização do Correio Eletrónico;
- ❖ Segurança.

### **Serviços e ferramentas *online***

- ❖ Conceitos de *Cloud Computing* ou serviços na nuvem;
- ❖ Utilização *Online/Off-line*;
- ❖ Noções de segurança dos dados;
- ❖ Visão geral das redes sociais.