

Cronograma da Ação

Curso de Gestão do Tempo com Mindfulness

Ação/Grupo:

n.º 1

Data de início: setembro

Formador(es): Cristina Carvalho

Data de finalização: setembro

Horário: Laboral ou pós-laboral

Local: EAD ou Campus da Maiêutica

Nº de horas: 20

setembro	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	
						3h30		3h30		3h			3h30		3h30		3h															
setembro	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom	seg	ter	qua		
																3h				3h		3h		3h			3h		3h	2h		

Horários das sessões:

Horário laboral	9h - 12h30
Horário pós-laboral	19h00 - 22h00