



A Autoconfiança apresenta-se como o principal suporte para a tomada de decisão e para a resiliência.

### Conteúdo programático

- 01 > Conceito de Autoconfiança e Resiliência
- 02 > Estratégias para desenvolver autoconfiança
- 03 > Estratégias para aumentar a resiliência

Formador | Sofia Albuquerque

Data | 19 de maio

Horário | 16h00 às 18h00

Local | Plataforma Microsoft TEAMS