



Plano soft-skill's termina com libertação à natureza de ave selvagem

Ficou concluída a 27 de maio a 6ª edição do Plano das Soft-Skill's da UTAD, com a apresentação dos projetos de grupo e a devolução à natureza de uma ave selvagem, no campus da universidade.

Fruto das contingências, devido à pandemia COVID-19, o Plano das Soft-Skill's da UTAD, foi adaptado, tendo as atividades sido realizadas através da plataforma Zoom-Colibri.

Nesta edição foi introduzida uma inovação às cinco edições anteriores, tendo sido possível a realização de um projeto de grupo, idealizado, planeado e executado pelos participantes,

cujo objetivo foi pôr em prática os conteúdos ministrados durante as palestras e treinar as competências adquiridas.

Os projetos de grupo, passaram a apresentações das atividades idealizadas, desde workshops ligados às “Perturbações Alimentares” e “O que é a Psicologia para quem não é da área”; e ações de voluntariado: “Combate à solidão dos idosos”; “Recolha de bens – roupas e brinquedos”; “Voluntariado no hospital com jovens de Vila Real”; “Plogging na UTAD – recolha de lixo no campus”.

A atividade “Plogging na UTAD”, previa, em parceria com o Centro de Recuperação de Animais Selvagens do Hospital Veterinário da UTAD (CRAS/HVUTAD), a libertação à natureza de uma Ave de rapina, tendo esta sido executada e filmada em direto, para que todos os participantes do Plano Soft-Skill’s, pudessem assistir via Zoom.

A Edição 2019/2020 do Plano Soft-Skill’s da UTAD, teve início em outubro de 2019, com mais de 60 participantes (maioritariamente alunos da UTAD), em que foram abordados 12 temas ligados às competências interpessoais (as denominadas Soft-Skills) a saber: Team Building; Expressão corporal (Biodanza); Gestão de Equipas, Conflitos e Liderança; Peer-Coaching: Alta performance de equipas de trabalhos; Voluntariado (competências e organização); Inteligência Emocional (Gerir o stress e regular as emoções); Mindfulness, Criatividade; Competências Interpessoais na procura ativa de trabalho; e Sustentabilidade (ambiente e alimentação).

Foram convidados para orientar as palestras (em formato de workshop) oradores com larga experiência e conhecimento na matéria (palestrantes da UTAD e externos), que permitiram aos participantes o contacto com algumas das técnicas e o desenvolvimento de novas competências.

Este Plano é uma iniciativa anual conjunta dos Gabinetes de Formação, de Apoio a Projetos e de Apoio à Vida Ativa e

contabiliza até ao momento, cerca de 500 participantes.