fitManagers
ENHANCING NON-PROFESSIONAL COMPETENCES

Newsletter #1

O PROJETO FIT-MANAGERS

➤ **O que é o projeto?**

Fit-Managers é um projeto Leonardo da Vinci, que visa reduzir o efeito do stress profissional. É um programa inovador de desenvolvimento de competências, para ajudar gerentes (nível médio e executivos) a lidar com o stress.

A brochura de apresentação do projeto já está disponível!

➤ **Em que ponto está o projeto?**

Até agora, o projeto está na fase de pesquisa. Researchers de quatro países europeus: a Lituânia, Portugal, Roménia e Espanha, estão a levar a efeito questionários, que visam tentar perceber como o stress afecta, diariamente, a vida profissional e pessoal de quadros médios e executivos.
Pelo menos 100 gerentes (nível médio e executivos) responderão a este questionário (25 de cada pais).
Em paralelo, os Researchers também estão a conduzir entrevistas com 40 especialistas e investigadores de áreas como: medicina, nutrição, desporto, coaching, prevenção de riscos laborais, etc.. Eles vão ajudar a definir como sua área de especialização pode contribuir para ajudar a lidar com o stress dos gestores no trabalho.

➤ **Fit-Managers On-line Community:**

Os parceiros e Researchers envolvidos no desenvolvimento do projeto Fit-Managers são parte de uma comunidade on-line. Gerentes e especialistas são muito bem vindos para se juntar a nós, para participar em discussões, compartilhar informações e aceder ao produto final.

Visite-nos em:
www.fitmanagers.eu

FOCUS: O QUE É O STRESS LABORAL?

O stress do trabalho é um problema que tem recebido atenção crescente na Europa. Em 2004, após nove meses de negociações, a organizações europeias de parceiros sociais assinaram um acordo sobre o stress do trabalho reconhecendo que a sua identificação, prevenção e gestão era necessário e possível.

Eurofound

A Fundação Europeia para a Melhoria das Condições de Vida e de Trabalho (Eurofound) define o stress do trabalho como: «um padrão de reações que ocorre quando os trabalhadores são confrontados com exigências no trabalho que não correspondem aos seus conhecimentos ou competências e que desafiam sua capacidade de lidar com a situação.

A Eurofound aponta características físicas e psicológicas, tais como aptidão física ou um alto nível de otimismo, desempenham um papel essencial no desenvolvimento de reações de stress. Intervenções individualmente dirigidas, visando a adequação de cada indivíduo ao seu ambiente, são reconhecidas como as mais eficazes para enfrentar os efeitos do stress.

PRÓXIMO PASSO

➤ **A Etapa de Desenvolvimento:**

Um relatório com as principais conclusões da pesquisa sobre os gestores e as entrevistas de especialistas serão preparados e apresentados para avaliação a nível europeu. Os researchers vão, assim, projetar o diamante Saúde—Nutrição—Desportiva—Atitudes, que será a base para o desenvolvimento do programa desenvolvimento de competências não-profissionais. Esta etapa deve então começar em Setembro de 2011.

Entidade Contratante:

Confederación de Cuadros y Profesionales
www.confuadros.com

Entidade Coordenadora:

Instituto de Formación Integral—IFI
www.ifionline.com

Confédération européenne des Cadres
www.cec-managers.org

Fundação Escola Profissional Setúbal
www.eps.pt

Kaunas University of Technology
www.ktu.lt

SC ELITE Training S.R.L.
www.etcoaching.eu

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Education and Culture DG
Lifelong Learning Programme
Education and Training