

Certificado de Formação Profissional

Certifica-se que **Rute Isabel de Jesus Matos**, nascido(a) em [REDACTED] com o N.º de Identificação Civil [REDACTED] concluiu com **20 valores**, a acção de formação **Técnicas de Relaxamento para adultos e idosos** formato E-learning e Live Streaming, realizado entre o dia 22 de Novembro de 2024 e 29 de Novembro de 2024, com o(a) formador(a) Ana Cristina Sampaio e com a duração de 4 horas, organizado pela MDC Psicologia & Formação, NIF [REDACTED], sita na Avenida de França nº 256, Loja nº 17, 4050-276 Porto – Centro Empresarial Capitólio.

Conteúdos Programáticos:

- Enquadramento teórico sobre o relaxamento;
- Situações onde se aplicam o relaxamento em adultos;
- Objetivos do relaxamento em adultos;
- Tipos de relaxamento em adultos;
- Aplicação de técnicas em adultos;
- Importância do relaxamento na terceira idade;
- Benefícios do treino de relaxamento com idosos;
- Contato com as técnicas de relaxamento para o idoso;
- Aplicação das técnicas.

Destinatários:

Estudantes de Psicologia; Psicólogos; Assistentes Sociais e outros técnicos interessados na área.

Duração:

4 horas

Formador(a):

Ana Cristina Sampaio

Escala de Avaliação:


0 a 9 – Sem Aproveitamento; 10 a 20 – Com Aproveitamento

Porto, 28 de Novembro de 2024

Certificado nº 4314/2024

Decreto Regulamentar nº 396/2007, de 23 de Abril

Portaria n.º 474/2010 de 08 de Julho



Av. da França, 256 Lj. 17 Piso -1
4050 - 276 Porto
926 11 257 - 966 171 257
NIPC - 507927830
A Gerência

(Mariana Dias Cardoso)