



## Workshop “Viver a tua vida de forma inteligente!”

A Direção do SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, através do Pelouro Recreativo e Cultural, vem informar que estão abertas as inscrições para o **workshop “Viver a tua vida de forma inteligente!”** que se realiza a **17 de junho**, às **21h**, online via **Zoom**.

**Daniel Goleman**, psicólogo e pesquisador de Harvard, foi o responsável por dar notoriedade à Inteligência Emocional, nos anos 90, com a publicação do seu livro e dos seus trabalhos científicos.

Inteligência Emocional é um conceito em Psicologia que descreve a capacidade de reconhecer e avaliar as próprias emoções e as emoções no outro, assim como a capacidade de lidar com elas. Ou seja, é a competência responsável por boa parte do sucesso e da capacidade de liderança de um ser humano.

Um indivíduo emocionalmente inteligente é aquele que consegue identificar as suas emoções com mais facilidade, ter autocontrolo e criar bons relacionamentos interpessoais.

Neste *workshop*, online, vou falar de:

- ▶ O que é Inteligência emocional;
- ▶ Os pilares da alta performance emocional,
- ▶ Três formas de medir a inteligência emocional;
- ▶ O ciclo da realidade para o sucesso.



A sua vida nunca mais será a mesma!

Contamos consigo?...

Sou **Cândida Paiva**, Gestora, Mentora, Coach, fascinada por ajudar pessoas a viverem uma vida confiante, leve e abundante.

### PREÇO POR PESSOA

**17 de junho de 2023**  
**21h**  
**online via ZOOM**

Associados	<b>8 €</b>
Não Associados	<b>10 €</b>

Esta iniciativa só se realiza-se com um mínimo de **6** e o máximo de **100 formandos**.

As inscrições deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN (Rua Cândido dos Reis, 130-2º, 4050-151 Porto) até **15 de junho de 2023**.

Para mais informações contactar a Loja de Atendimento do SBN, através do telefone 223 398 843 (**chamada fixa nacional**) ou sag@sbn.pt.

[WWW.SBN.PT](http://WWW.SBN.PT)

Saudações Sindicais  
A DIREÇÃO



Workshop “Viver a tua vida de forma inteligente!”  
17 de junho de 2023, 21h

Inscrição Nº

Nome Associado(a)  Associado Nº

Telemóvel  E-mail  Ativo  Reformado

**Inscreve:**

Nome completo  Familiar  Acompanhante

Data Nascimento  N.º Contribuinte

Nome completo  Familiar  Acompanhante

Data Nascimento  N.º Contribuinte

Assinatura  Data