



Centro Universitário do Minho
Rua Sá de Miranda, 52, 4700-352 Braga
www.montemuro.org/cum
cum@montemuro.org

► O CUM

O Centro Universitário do Minho é uma Associação Cultural e Desportiva sem fins lucrativos, dirigida à promoção de atividades para estudantes do ensino secundário e universitários, com o intuito de os ajudar a desenvolver as suas potencialidades de um modo transversal.

As atividades do CUM estão abertas a pessoas de todas as convicções. As atividades de formação católica estão confiadas à Prelatura do Opus Dei, cuja missão é ajudar a encontrar Deus nos afazeres quotidianos.



FORWARD

MINHO

PROGRAMA DE FORMAÇÃO



CALENDÁRIO E INSCRIÇÕES

As atividades de formação decorrem no CUM de outubro a junho, habitualmente à sexta-feira. As atividades de formação complementar terão uma duração média de cinco dias.

As candidaturas para cada ano estão abertas entre junho e setembro e passam por uma entrevista prévia.

O Forward é reconhecido por diversas instituições e empresas, que vêem nesta formação um meio eficaz para o desenvolvimento pessoal.



FORWARD

Hoje é crucial ter uma base sólida de hábitos e competências tendo em vista a vida profissional. O programa Forward colabora nessa tarefa e desafia os estudantes a preparar o futuro.

O ciclo completo tem 2 anos, mediante inscrição anual. Cada ano é constituído por um ciclo de três unidades trimestrais, cada uma com blocos temáticos específicos, e duas unidades de formação complementar.

▶ O FORWARD AJUDA

NA FORMAÇÃO DO CARÁCTER

NAS ESCOLHAS PROFISSIONAIS

A PREPARAR O FUTURO

NA AMIZADE E NA CIDADANIA

A formação é dada por professores universitários de diversas instituições académicas e por outros profissionais qualificados. Na conclusão de cada ano, o estudante recebe um certificado de participação.

▶ CRÉDITOS

10 TRIMESTRE

10 FORMAÇÃO COMPLEMENTAR

50 CONCLUSÃO DO ANO

100 CONCLUSÃO DO PROGRAMA

▶ PORQUÊ FORWARD?

Porque o desejo de levar as coisas “para a frente” (forward) é a nota da mentalidade proactiva, que quer criar em conjunto e colaborar em vez de fechar-se e ficar indiferente. E essa é a marca do programa.

▶ MÓDULOS DO PROGRAMA

O ciclo completo de 2 anos aborda

9

ÁREAS DO
CONHECIMENTO

9

TEMAS DA
ATUALIDADE

9

SOFT-SKILLS

O Forward Minho inclui ainda a formação complementar: duas visitas culturais no estrangeiro e dois planos de voluntariado (ação social).

▶ 2017/18

CIÊNCIA ● ARTES ● EQUILÍBRIO ●
APERFEIÇOAMENTO PESSOAL ●
INFORMÁTICA ● COMUNICAÇÃO

▶ 2018/19

EMPREENDEDORISMO ●
ECONOMIA E GESTÃO ● ARTES ●
HISTÓRIA ● ABROAD ● ÉTICA

Geralmente, haverá três atividades por mês nos dois primeiros meses de cada trimestre.

O programa e calendário de cada ano constam de folheto próprio.

▶ TUTORING

Para acompanhar a assimilação dos conteúdos e ajudar cada participante no desempenho académico, é atribuído um tutor a cada estudante.

O tutoring realiza-se em entrevistas quinzenais, desde o início do programa.

▶ COMPETÊNCIAS

O ciclo completo do Forward permitirá aos participantes desenvolver as seguintes competências:

AMBIENTE

1. Solidariedade
2. Sobriedade
3. Audácia

RELAÇÕES INTERPESSOAIS

4. Comunicação/Sinceridade
5. Amizade/Caridade
6. Profissionalismo

INICIATIVA

7. Criatividade
8. Optimismo
9. Ideias

MATURIDADE

10. Organização
11. Estudo
12. Responsabilidade

CARÁCTER

13. Perspicácia
14. Fortaleza
15. Inteligência emocional

INTERIORIDADE

16. Melhoria pessoal
17. Sentido transcendente
18. Abertura aos outros

SOCIAIS

PESSOAIS

▶ PREÇO

O preço inclui o jantar e a formação das sextas-feiras, o tutoring e a utilização das instalações do CUM. Não inclui as despesas da formação complementar.

O valor base é fixado anualmente no folheto próprio.