

# REFERENCIAL DE FORMAÇÃO



EM VIGOR



Nível de Qualificação: **4**

## Área de Educação e Formação

## 811 . Hotelaria e Restauração

### Código e Designação do Referencial de Formação

**811183 - Técnico/a de Cozinha/Pastelaria**

### Modalidades de Educação e Formação

**Cursos Profissionais**

### Total de pontos de crédito

**198,00  
(inclui 20 pontos de crédito da Formação Prática em Contexto de Trabalho)**

### Publicação e atualizações

Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações.

1ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 16 de 29 de abril de 2013 com entrada em vigor a 29 de julho de 2013.

2ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 17 de 08 de maio de 2014 com entrada em vigor a 08 de maio de 2014.

3ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 12 de 29 de março de 2015 com entrada em vigor a 29 de março de 2015.

4ª Atualização em 01 de setembro de 2016.

5ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 19 de 22 de maio de 2020 com entrada em vigor a 22 de maio de 2020.

6ª Actualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) n.º 27 de 22 de julho de 2020 com entrada em vigor a 22 de julho de 2020.

### Observações

## 1. Referencial de Formação Global

### Formação Sociocultural

#### Português e PLNM

| Código      | Disciplina   | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|--|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0010S20 | Português  | 320   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP00A1S00 | Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A1     |       | <input type="checkbox"/> |                          |
| DACP00A2S00 | Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A2     |       | <input type="checkbox"/> |                          |
| DACP00B1S00 | Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Intermediário/B1 |       | <input type="checkbox"/> |                          |
| DACP0PL1S00 | Língua Gestual Portuguesa (PL1)                              |       |                          |                          |
| DACP0PL2S00 | Português Língua Segunda (PL2) para Alunos Surdos            |       |                          |                          |

#### Língua Estrangeira I, II ou III

| Código        | Disciplina                             | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|---------------|--|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0LE001S00 | LE I - Inglês - Nível de continuação   | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE002S00 | LE II - Inglês - Nível de continuação  | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE003S00 | LE III - Inglês - Nível de iniciação   | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE004S00 | LE I - Francês - Nível de continuação  | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE005S00 | LE II - Francês - Nível de continuação | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE006S00 | LE III - Francês - Nível de iniciação  | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE007S00 | LE I - Alemão - Nível de continuação   | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE008S00 | LE II - Alemão - Nível de continuação  | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE009S00 | LE III - Alemão - Nível de iniciação   | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE010S00 | LE I - Espanhol - Nível de continuação | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

### Formação Sociocultural

|               |   |     |                          |                          |
|---------------|---|-----|--------------------------|--------------------------|
| DACP0LE011S00 | LE II - Espanhol - Nível de continuação | 220 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE012S00 | LE III - Espanhol - Nível de iniciação  | 220 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE013S00 | LE II - Inglês - Nível de iniciação     | 220 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE014S00 | LE II - Francês - Nível de iniciação    | 220 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE015S00 | LE II - Alemão - Nível de iniciação     | 220 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0LE016S00 | LE II - Espanhol - Nível de iniciação   | 220 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**Notas:**

O aluno escolhe uma língua estrangeira. Se tiver estudado apenas uma língua estrangeira no ensino básico, iniciará obrigatoriamente uma segunda língua no ensino secundário. Nos programas de Iniciação adotam-se apenas os seis primeiros módulos do respetivo Programa.

### Área de Integração

| Código      | Disciplina         | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|--------------------|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0011S00 | Área de Integração | 220   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**Notas:**

Cada módulo deve ser constituído por três Temas-problema, um de cada Área

### Educação Física

| Código      | Disciplina      | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|-----------------|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0013S00 | Educação Física | 140   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

### TIC ou Oferta de Escola

| Código      | Disciplina                              | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|---|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0012S00 | Tecnologias da Informação e Comunicação | 100   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| DACP0038000 | Oferta de Escola                        | 100   |                          |                          |

### Cidadania e Desenvolvimento

#### Cidadania e Desenvolvimento

| Código | Disciplina | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa |
|--------|------------|-------|--------------------------|----------|
|--------|------------|-------|--------------------------|----------|

**Cidadania e Desenvolvimento**

DACP0081000 Cidadania e Desenvolvimento

**Formação Científica**

Economia

| Código      | Disciplina | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|------------|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0024C00 | Economia   | 200   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Matemática

| Código      | Disciplina | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|------------|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0032C20 | Matemática | 200   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Psicologia

| Código      | Disciplina | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa                 |
|-------------|------------|-------|--------------------------|--------------------------|
| DACP0034C10 | Psicologia | 100   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**Educação Moral e Religiosa**

Educação Moral e Religiosa

| Código      | Disciplina                 | Horas | Aprendizagens Essenciais | Programa |
|-------------|----------------------------|-------|--------------------------|----------|
| DACP0151000 | Educação Moral e Religiosa | 81    |                          |          |

**Total de Pontos de Crédito das Componentes de Formação Sociocultural e de Formação Científica: 70**

Formação Tecnológica

| Código <sup>1</sup> | Nº | UFCD obrigatórias   | Horas | Pontos de crédito |
|---------------------|----|---|-------|-------------------|
| 7731                | 1  | Higiene e segurança alimentar na restauração                                  | 25    | 2,25              |
| 8211                | 2  | Higiene e segurança no trabalho na restauração                                | 25    | 2,25              |
| 8239                | 3  | Matérias-primas alimentares   | 50    | 4,50              |
| 8283                | 4  | Organização da cozinha  | 25    | 2,25              |
| 8284                | 5  | Preparação e confeção de massas base de cozinha                               | 25    | 2,25              |
| 4667                | 6  | Preparação e confeção de molhos e fundos de cozinha                           | 25    | 2,25              |
| 8285                | 7  | Preparação e confeção de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria | 50    | 4,50              |
| 8286                | 8  | Controlo de custos na restauração   | 50    | 4,50              |
| 8287                | 9  | Capitações, fichas técnicas, cartas e ementas                                 | 25    | 2,25              |
| 7844                | 10 | Gestão de equipas   | 25    | 2,25              |
| 8260                | 11 | Comunicação, vendas e reclamações na restauração                              | 50    | 4,50              |
| 8288                | 12 | Serviço de restaurante/bar – mise-en-place e técnicas de serviço              | 50    | 4,50              |
| 4664                | 13 | Língua inglesa – cozinha/pastelaria   | 25    | 2,25              |
| 4665                | 14 | Alimentação racional, nutrição e dietética                                    | 50    | 4,50              |
| 8289                | 15 | Cozinha/pastelaria – planeamento da produção e mise-en-place                  | 25    | 2,25              |
| 8290                | 16 | Cozinha/pastelaria – aprovisionamento   | 50    | 4,50              |
| 4662                | 17 | Preparação e confeção de sopas  | 25    | 2,25              |
| 4668                | 18 | Preparação e confeção de acepipes e entradas                                  | 50    | 4,50              |
| 8291                | 19 | Preparação e confeção de peixes e mariscos                                    | 50    | 4,50              |
| 8292                | 20 | Preparação e confeção de carnes, aves e caça                                  | 50    | 4,50              |

### Formação Tecnológica

| Código <sup>1</sup> | Nº | UFCD obrigatórias                                       | Horas | Pontos de crédito |
|---------------------|----|---|-------|-------------------|
| 8293                | 21 | Preparação e confeção de doçaria tradicional portuguesa | 50    | 4,50              |
| 4673                | 22 | Preparação e confeção de cozinha tradicional portuguesa | 50    | 4,50              |
| 8294                | 23 | Preparação e confeção de pastelaria de sobremesa        | 50    | 4,50              |
| 8295                | 24 | Preparação e confeção de pastelaria internacional       | 50    | 4,50              |
| 8296                | 25 | Cozinha/Pastelaria – serviços especiais                 | 25    | 2,25              |
| 8297                | 26 | Preparações e confeções básicas de cozinha              | 50    | 4,50              |
| 4674                | 27 | Cozinhas do mundo                                       | 50    | 4,50              |
| 8298                | 28 | Cozinha criativa  | 25    | 2,25              |

**Total da carga horária e de pontos de crédito:**

**1100**

**99,00**

Para obter a qualificação de Técnico/a de Cozinha/Pastelaria, para além das UFCD obrigatórias, **terão também de ser realizadas 100 horas das UFCD opcionais** (25 horas da Área A de UFCD e 25 horas da Área B de UFCD e 50 horas da Área C de UFCD)

### UFCD opcionais

#### Área A

| Código | Nº | UFCD                                  | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|---------------------------------------|-------|-------------------|
| 4663   | 1  | Língua francesa – cozinha/pastelaria  | 25    | 2,25              |
| 8299   | 2  | Língua italiana – cozinha/pastelaria  | 25    | 2,25              |
| 8300   | 3  | Língua alemã – cozinha/pastelaria     | 25    | 2,25              |
| 8301   | 4  | Língua espanhola – cozinha/pastelaria | 25    | 2,25              |

UFCD opcionais

Área A

| Código | Nº | UFCD                                   | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|--|-------|-------------------|
| 8302   | 5  | Língua holandesa – cozinha/pastelaria  | 25    | 2,25              |
| 8303   | 6  | Língua finlandesa – cozinha/pastelaria | 25    | 2,25              |
| 8304   | 7  | Língua norueguesa – cozinha/pastelaria | 25    | 2,25              |
| 8305   | 8  | Língua sueca – cozinha/pastelaria      | 25    | 2,25              |
| 8306   | 9  | Língua chinesa – cozinha/pastelaria    | 25    | 2,25              |
| 8729   | 10 | Língua russa – cozinha/pastelaria      | 25    | 2,25              |

Área B

| Código | Nº | UFCD  | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|---|-------|-------------------|
| 8307   | 1  | Língua inglesa – turismo e hotelaria na região    | 25    | 2,25              |
| 8308   | 2  | Língua francesa – turismo e hotelaria na região   | 25    | 2,25              |
| 8309   | 3  | Língua italiana – turismo e hotelaria na região   | 25    | 2,25              |
| 8310   | 4  | Língua alemã – turismo e hotelaria na região      | 25    | 2,25              |
| 8311   | 5  | Língua espanhola – turismo e hotelaria na região  | 25    | 2,25              |
| 8312   | 6  | Língua holandesa – turismo e hotelaria na região  | 25    | 2,25              |
| 8313   | 7  | Língua finlandesa – turismo e hotelaria na região | 25    | 2,25              |
| 8314   | 8  | Língua norueguesa – turismo e hotelaria na região | 25    | 2,25              |
| 8315   | 9  | Língua sueca – turismo e hotelaria na região      | 25    | 2,25              |
| 8316   | 10 | Língua chinesa – turismo e hotelaria na região    | 25    | 2,25              |

UFCD opcionais

Área A

| Código | Nº | UFCD   | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|--|-------|-------------------|
| 8730   | 11 | Língua russa – turismo e hotelaria na região | 25    | 2,25              |

Área C

| Código | Nº | UFCD  | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|---|-------|-------------------|
| 8317   | 1  | Língua inglesa – o profissional na restauração    | 25    | 2,25              |
| 8318   | 2  | Língua francesa – o profissional na restauração   | 25    | 2,25              |
| 8319   | 3  | Língua italiana – o profissional na restauração   | 25    | 2,25              |
| 8320   | 4  | Língua alemã – o profissional na restauração      | 25    | 2,25              |
| 8321   | 5  | Língua espanhola – o profissional na restauração  | 25    | 2,25              |
| 8322   | 6  | Língua holandesa – o profissional na restauração  | 25    | 2,25              |
| 8323   | 7  | Língua finlandesa – o profissional na restauração | 25    | 2,25              |
| 8324   | 8  | Língua norueguesa – o profissional na restauração | 25    | 2,25              |
| 8325   | 9  | Língua sueca – o profissional na restauração      | 25    | 2,25              |
| 8326   | 10 | Língua chinesa – o profissional na restauração    | 25    | 2,25              |
| 8731   | 11 | Língua russa – o profissional na restauração      | 25    | 2,25              |
| 8327   | 12 | Confeção e decoração de bolos artísticos          | 50    | 4,50              |
| 8328   | 13 | Peças artísticas e decoração alimentar            | 25    | 2,25              |
| 8329   | 14 | Restauração - informação turística                | 25    | 2,25              |
| 8330   | 15 | Aplicações informáticas na restauração            | 50    | 4,50              |



UFCD opcionais

Área A

| Código  | Nº | UFCD  | Horas       | Pontos de crédito |
|---|----|---|-------------|-------------------|
| 4421  | 16 | Marketing na restauração  | 25          | 2,25              |
| 8331  | 17 | Gastronomia e cultura   | 25          | 2,25              |
| 1122  | 18 | Noções e normas da qualidade                                      | 25          | 2,25              |
| 3297  | 19 | Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)       | 25          | 2,25              |
| 7852  | 20 | Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento | 25          | 2,25              |
| 7853  | 21 | Ideias e oportunidades de negócio                                 | 50          | 4,50              |
| 7854  | 22 | Plano de negócio – criação de micronegócios                       | 25          | 2,25              |
| 7855  | 23 | Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios          | 50          | 4,50              |
| 8598  | 24 | Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego          | 25          | 2,25              |
| 8599  | 25 | Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego            | 25          | 2,25              |
| 8600  | 26 | Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego      | 25          | 2,25              |
| 10746   | 27 | Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas   | 25          | 2,25              |
| 10759   | 28 | Teletrabalho  | 25          | 2,25              |
| <b>Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica:</b> |    |   | <b>1200</b> | <b>108,00</b>     |

| Formação em Contexto de Trabalho  | Horas    | Pontos de crédito |
|---|----------|-------------------|
| A formação em contexto de trabalho nos cursos profissionais constitui-se como uma componente autónoma. A formação em contexto de trabalho visa a aquisição e desenvolvimento de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para a qualificação profissional a adquirir e é objeto de regulamentação própria. | 600 /840 | 20                |

<sup>1</sup> Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

## 2. Desenvolvimento das Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD)

### 2.1. Formação Tecnológica

| 7731             | Higiene e segurança alimentar na restauração   | 25 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar procedimentos de prevenção e controlo dos microrganismos na produção e confeção alimentar.</li> <li>2. Identificar as normas e procedimentos de higiene no manuseamento e manipulação dos alimentos – nomeadamente, na preparação, confeção/processamento, conservação e distribuição.</li> <li>3. Identificar as normas de conservação no armazenamento dos alimentos.</li> <li>4. Reconhecer a importância da limpeza e desinfeção dos alimentos, utensílios/equipamentos e instalações, de acordo com as normas higiene e segurança alimentar.</li> <li>5. Reconhecer a importância da aplicação de procedimentos de um sistema preventivo de segurança alimentar.</li> </ol> |          |

### Conteúdos

1. Noções de microbiologia dos alimentos
  - 1.1. Microrganismos - definição e ação
  - 1.2. Influência dos microrganismos nos produtos alimentares
  - 1.3. Fatores intrínsecos de desenvolvimento
  - 1.4. Fatores extrínsecos de desenvolvimento
  - 1.5. Deterioração e conservação dos produtos alimentares
  - 1.6. Bactérias agentes de toxinfecções alimentares
2. Noções de higiene

3. Procedimentos de manipulação de alimentos
  - 3.1. Preparação
  - 3.2. Confeção/processamento
  - 3.3. Conservação
  - 3.4. Distribuição
4. Contaminação dos alimentos
5. Conservação e armazenamento de géneros alimentícios
6. Noções de limpeza e desinfeção
7. Introdução à aplicação de procedimentos de um sistema preventivo, que garanta a segurança dos alimentos
  - 7.1. Regulamentação em vigor
  - 7.2. Introdução
  - 7.3. Princípios e conceitos
  - 7.4. Terminologia
  - 7.5. Etapas de aplicação do sistema

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8211</b>      | <b>Higiene e segurança no trabalho na restauração</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar as normas e procedimentos de segurança na restauração.</li> <li>2. Aplicar as normas de higiene pessoal, dos espaços, das instalações e dos equipamentos.</li> <li>3. Reconhecer a importância das normas de saúde no exercício das profissões da restauração.</li> <li>4. Aplicar procedimentos de prevenção e controlo de acidentes e riscos em contexto profissional.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Normas de segurança e higiene na restauração
  - 1.1. Sinalização de segurança das instalações e equipamentos
  - 1.2. Manuseamento de equipamentos
  - 1.3. Normas de higiene pessoal, dos espaços, das instalações e dos equipamentos
  - 1.4. Proteção coletiva e individual
  - 1.5. Uniformes
  - 1.6. Produtos perigosos (rotulagem, armazenagem e manuseamento)
2. Condições de saúde dos profissionais da restauração
3. Tipos de risco e seu controlo
  - 3.1. Incêndios
  - 3.2. Riscos elétricos
  - 3.3. Trabalho com máquinas e equipamentos
  - 3.4. Movimentação manual e mecânica de cargas
  - 3.5. Organização e dimensionamento do posto de trabalho
  - 3.6. Posturas no trabalho
  - 3.7. Iluminação
  - 3.8. Atmosferas perigosas

- 3.9. Ruído
- 4. Gestão do risco
  - 4.1. Consequências dos acidentes de trabalho
  - 4.2. Avaliação do risco profissional
- 5. Procedimentos de emergência e risco
  - 5.1. Técnicas de atuação e orientação
  - 5.2. Caixa de primeiros socorros

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8239</b>      | <b>Matérias-primas alimentares</b>  | <b>50 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os géneros alimentícios de origem vegetal e animal.</li> <li>2. Reconhecer a importância da utilização adequada e diversificada das diferentes matérias-primas na alimentação.</li> <li>3. Identificar os principais métodos de recolha, preparação, utilização e conservação das matérias-primas.</li> <li>4. Reconhecer os fatores influentes na qualidade e identificar os riscos associados.</li> <li>5. Verificar e controlar a qualidade dos géneros alimentícios.</li> <li>6. Aplicar os métodos de conservação e armazenamento dos géneros alimentícios.</li> <li>7. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Principais cereais e seus derivados
  - 1.1. Variedades
  - 1.2. Classificação
2. Principais vegetais e frutos
  - 2.1. Variedades
  - 2.2. Classificação
  - 2.3. Sazonalidade
  - 2.4. Características de frescura
3. Ervas aromáticas, condimentos e especiarias
  - 3.1. Características e efeitos benéficos
  - 3.2. Recolha
  - 3.3. Preparação e utilização
  - 3.4. Gorduras vegetais
  - 3.5. Azeites
  - 3.6. Óleos
  - 3.7. Margarinas
4. Géneros alimentícios de origem animal
  - 4.1. Carnes de açougue, criação e caça (classificação, variedades, origem, características físicas e nutritivas)
  - 4.2. Peixes e mariscos (classificação, famílias, origem, características físicas e nutritivas)
  - 4.3. Leite (tipos de leite e derivados)
  - 4.4. Ovos (classificação e derivados)

- 4.5. Gorduras animais (classificação e tipos)
- 4.6. Sazonalidade
- 5. Controlo de qualidade
  - 5.1. Fatores de influência
  - 5.2. Estado de frescura
  - 5.3. Procedimentos de conservação
  - 5.4. Condições de armazenamento (local, temperatura, outros)
  - 5.5. Riscos
- 6. Normas de higiene e segurança

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8283</b>      | <b>Organização da cozinha</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a organização e as regras de funcionamento da cozinha.</li> <li>2. Identificar os equipamentos e utensílios de cozinha adequados às diferentes técnicas de preparação e confeção dos produtos alimentares.</li> <li>3. Identificar os procedimentos inerentes à produção na cozinha.</li> <li>4. Reconhecer a importância do cumprimento das normas de higiene e segurança.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Organização e funcionamento da cozinha
  - 1.1. Tipologia de serviços
  - 1.2. Instalações (estrutura de cozinha clássica e estrutura de cozinha contemporânea)
  - 1.3. Equipamentos (fixo de confeção, de preparação, de armazenagem, de conservação, eletromecânico)
  - 1.4. Utensílios (material móvel e de corte)
  - 1.5. Indumentária
  - 1.6. Brigada de cozinha
  - 1.7. Circuitos
  - 1.8. Terminologia
2. Tecnologia dos equipamentos e utensílios de cozinha
  - 2.1. Características
  - 2.2. Funções
  - 2.3. Higienização, manutenção e conservação
3. Procedimentos de organização da cozinha
  - 3.1. Processo e suporte documental
  - 3.2. Legislação reguladora da comercialização de produtos alimentares
  - 3.3. Planeamento da produção
  - 3.4. Disposição dos meios físicos
  - 3.5. Organização do trabalho
  - 3.6. Gestão da roda de serviço
  - 3.7. Previsão dos meios necessários
  - 3.8. Limpeza da secção
4. Normas de higiene e segurança

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8284</b>      | <b>Preparação e confeção de massas base de cozinha</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1.</b> Identificar massas base de cozinha.</li> <li><b>2.</b> Elaborar fichas técnicas de acordo com as capacitações.</li> <li><b>3.</b> Preparar massas base de cozinha.</li> <li><b>4.</b> Confeccionar massas base de cozinha e respetivas aplicações.</li> <li><b>5.</b> Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

- 1.** Principais massas base de cozinha/pastelaria
  - 1.1.** Massa de crepes
  - 1.2.** Massa de fartos
  - 1.3.** Massa folhada
  - 1.4.** Massa lèveda
  - 1.5.** Massa quebrada
  - 1.6.** Massa tenra
  - 1.7.** Massa *vinhé*
- 2.** Tecnologia de matérias-primas
  - 2.1.** Composições
  - 2.2.** Utilizações
- 3.** Receitas e fichas técnicas
- 4.** Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- 5.** Técnicas de preparação de massas base de cozinha
  - 5.1.** Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2.** Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais
- 6.** Processo de confeção de massas base e respetivas aplicações
- 7.** Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 7.1.** Preparação
  - 7.2.** Confeção
  - 7.3.** Produtos finais
- 8.** Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 9.** Normas de higiene e segurança

|             |  |                 |
|-------------|--|-----------------|
| <b>4667</b> | <b>Preparação e confeção de molhos e fundos de cozinha</b> | <b>25 horas</b> |
|-------------|--|-----------------|

### Objetivos

1. Identificar molhos e fundos de cozinha.
2. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capacitações.
3. Preparar molhos e fundos de cozinha.
4. Confeccionar molhos e fundos de cozinha e respetivas aplicações.
5. Cumprir as normas de higiene e segurança.

## Conteúdos

1. Identificação dos diferentes fundos
  - 1.1. *Roux* ou embamatas
  - 1.2. Aparelhos
  - 1.3. *Court-bouillons*
  - 1.4. Fumets
  - 1.5. Geleias
  - 1.6. Marinadas
  - 1.7. Salmouras
  - 1.8. Caldos
  - 1.9. Fundos brancos
  - 1.10. Fundos escuros
2. Identificação e confeção dos diferentes molhos base e seus derivados
  - 2.1. *Demi-glace*
  - 2.2. Béchamel
  - 2.3. Maionese
  - 2.4. Holandês
  - 2.5. Bearnês
  - 2.6. Vinagrete
  - 2.7. Molho tomate
3. Identificação e composição das manteigas compostas
4. Identificação e confeção de molhos diversos
  - 4.1. Molho *Cumberland*
  - 4.2. Molho verde
  - 4.3. Molho *barbecue*
  - 4.4. Molho *chutney*
  - 4.5. Outros
5. Tecnologia de matérias-primas
  - 5.1. Composições
  - 5.2. Utilizações
6. Receitas e fichas técnicas
7. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
8. Técnicas de preparação de molhos e fundos de cozinha
  - 8.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 8.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes
9. Processos de confeção de molhos e fundos de cozinha e respetivas aplicações

- 10. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 10.1. Preparação
  - 10.2. Confeção
  - 10.3. Produtos finais
- 11. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 12. Normas de higiene e segurança

|                  |  |          |
|------------------|--|----------|
| 8285             | <b>Preparação e confeção de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria</b>   | 50 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria.</li> <li>2. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capacitações.</li> <li>3. Preparar massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria.</li> <li>4. Confeccionar massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria e respetivas aplicações.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Massas base na pastelaria
  - 1.1. Massa de crepes
  - 1.2. Massa de fartos
  - 1.3. Massa folhada
  - 1.4. Massa lêveda
  - 1.5. Massa quebrada
  - 1.6. Massa tenra
  - 1.7. Massa vinhé
  - 1.8. Massa doce
  - 1.9. Massa genoise
  - 1.10. Massa biscoito
  - 1.11. Massa para rolos
  - 1.12. Massa croissant
  - 1.13. Massa savarin
  - 1.14. Merengagem
  - 1.15. Outras
2. Principais recheios e cremes de pastelaria
  - 2.1. Creme pasteleiro
  - 2.2. Creme de ovos
  - 2.3. Chantilly
  - 2.4. Ganaches
  - 2.5. Recheio de chocolate
  - 2.6. Recheio de café
  - 2.7. Recheio de amêndoa



- 2.8. Outros
- 3. Principais tipos de molhos
  - 3.1. À base de leite
  - 3.2. À base de fruta
  - 3.3. À base de vinhos licorosos
- 4. Tecnologia de matérias-primas
  - 4.1. Composições
  - 4.2. Utilizações
- 5. Receitas e fichas técnicas
- 6. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- 7. Técnicas de preparação de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria
  - 7.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 7.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- 8. Processos de confeção de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria e respetivas aplicações
  - 8.1. Mise-en-place
  - 8.2. Ordem de introdução das matérias-primas
  - 8.3. Tempo de cozedura e temperatura
  - 8.4. Textura
  - 8.5. Acabamento
- 9. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 9.1. Preparação
  - 9.2. Confeção
  - 9.3. Produtos finais
- 10. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 11. Normas de higiene e segurança

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8286</b>      | <b>Controlo de custos na restauração</b>  | <b>50 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplicar os procedimentos relacionados com o controlo de custos e gestão do inventário.</li> <li>2. Fixar os preços de venda na ementa.</li> <li>3. Proceder ao controlo das vendas.</li> <li>4. Calcular os proveitos, custos e resultados das vendas.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

- 1. Controlo de stocks
  - 1.1. Diferentes tipos de stocks
  - 1.2. Taxa de rotação de stocks - *inventory turnover*
  - 1.3. Par Stock
  - 1.4. Análise ABC para a gestão dos stocks
  - 1.5. Movimentações das mercadorias facilmente deterioráveis
  - 1.6. Cálculo do stock de segurança

- 1.7. Cálculo do ponto de encomenda
2. Valorização de existências
  - 2.1. Valorização de mercadorias: diferentes métodos de cálculo
  - 2.2. Inventário
  - 2.3. Reconciliação de inventários de armazém
  - 2.4. Requisição de mercadorias
    - 2.4.1. Requisição de produtos ao economato
    - 2.4.2. Transferência de produtos
    - 2.4.3. Tratamento de devoluções
    - 2.4.4. Valorização de requisições
    - 2.4.5. Reconciliações
3. Fixação de preço da ementa
  - 3.1. Preço líquido e preço de venda ao público
  - 3.2. IVA
  - 3.3. Métodos de fixação de preço na ementa
4. MARK-UP custo padrão
5. Investimento (método *Hubbard*)
  - 5.1. Rácios e margens
  - 5.2. Fichas técnicas
6. Controlo de vendas
  - 6.1. Registo e controlo de vendas
  - 6.2. Análises dos potenciais de vendas
  - 6.3. Conciliação entre vendas e consumo
7. Orçamentos
  - 7.1. Proveitos, custos e resultados
  - 7.2. Orçamento
  - 7.3. Previsão de vendas
  - 7.4. Histórico de vendas

8287

**Capitações, fichas técnicas, cartas e ementas**

25 horas

**Objetivos**

1. Calcular capitações adequadas a diferentes serviços.
2. Realizar o Teste do Cortador.
3. Elaborar e valorizar fichas técnicas.
4. Elaborar cartas e ementas.

## Conteúdos

1. Fichas técnicas (aplicação informática)
  - 1.1. Causas do elevado custo de matérias-primas
  - 1.2. Padrão de Especificação das Doses – Capitações
  - 1.3. Definição das doses padrão

- 1.4. Padrão de Rendimento dos produtos alimentares
- 1.5. Cálculo das perdas e dos desperdícios de produção
- 1.6. Valorização de matérias-primas e produtos alimentares (Teste do Cortador)
- 1.7. Elaboração de receitas padrão
- 1.8. Valorização de receitas padrão
  - 1.8.1. Aplicação do fator de conversão
  - 1.8.2. Preço unitário de custo
  - 1.8.3. Preço unitário de venda
  - 1.8.4. Margem unitária de contribuição (lucro bruto)
2. Elaboração da Ementa
  - 2.1. Tipos de ementa
  - 2.2. Regras de seleção dos pratos
    - 2.2.1. Índice de rentabilidade
    - 2.2.2. Índice de popularidade
  - 2.3. Construção de ementas

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>7844</b>      | <b>Gestão de equipas</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizar e gerir equipas de trabalho.</li> <li>2. Comunicar e liderar equipas de trabalho.</li> <li>3. Identificar o sucesso do trabalho em equipa realçando vantagens e dinâmicas subjacentes.</li> <li>4. Reconhecer as especificidades e os aspetos essenciais para o sucesso no trabalho em equipa.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Organização do trabalho de equipa
2. Comunicar eficazmente com a equipa
3. Gestão orientada para os resultados e para as pessoas
4. Técnicas de motivação e dinamização da equipa
5. Gestão de conflitos
6. Orientação da equipa para a mudança
7. Liderança
  - 7.1. Liderança de equipas: fenómenos e dinâmicas próprias, desafios e problemas específicos
  - 7.2. Diferentes preferências pessoais e o seu impacto em funções de liderança
  - 7.3. Diferentes estilos de Liderança
  - 7.4. Competências necessárias à coordenação de equipas
  - 7.5. Estratégias de mobilização da equipa para um desempenho de excelência
  - 7.6. Gestão de situações problemáticas na equipa
8. Trabalho em equipa
  - 8.1. Trabalho em equipa – implicações e especificidades
  - 8.2. Excelência no trabalho em equipa

- 8.3. Diferenças interpessoais e o seu impacto no trabalho em equipa
- 8.4. Mobilização de recursos pessoais em função da equipa
- 8.5. Como ultrapassar impasses e obstáculos no trabalho em equipa

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8260</b>      | <b>Comunicação, vendas e reclamações na restauração</b>   | <b>50 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender e acolher o cliente.</li> <li>2. Aplicar técnicas de venda.</li> <li>3. Articular com os diferentes serviços de modo a satisfazer os pedidos dos clientes.</li> <li>4. Gerir reclamações.</li> <li>5. Prestar cuidados de bem-estar.</li> <li>6. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Normas técnicas e protocolares do atendimento de clientes
  - 1.1. Regras de protocolo
  - 1.2. Cooperação e articulação entre serviços
2. Comunicação no atendimento
  - 2.1. Assertividade
  - 2.2. Marketing pessoal
  - 2.3. Interação com o cliente
3. Processo de atendimento ao cliente
  - 3.1. Acolhimento, acomodação e entrega das cartas
  - 3.2. Atendimento personalizado
  - 3.3. Finalização e despedida
4. Técnicas de venda no decurso do serviço
  - 4.1. Técnicas de negociação e venda
  - 4.2. Etapas de venda
  - 4.3. Controlo de venda
5. Gestão de reclamações
  - 5.1. Técnicas de resolução de reclamações
  - 5.2. Procedimentos
  - 5.3. Encaminhamento de reclamações
6. Normas de higiene e segurança

|             |   |                 |
|-------------|---|-----------------|
| <b>8288</b> | <b>Serviço de restaurante/bar – mise-en-place e técnicas de serviço</b> | <b>50 horas</b> |
|-------------|---|-----------------|

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preparar as condições para a execução do serviço de restaurante/bar.</li> <li>2. Identificar as secções de apoio e de interface com o serviço de restaurante/bar.</li> <li>3. Identificar as técnicas de serviço de acordo com os diferentes tipos de serviço de restaurante/bar.</li> <li>4. Efetuar o aprovisionamento dos produtos alimentares, assegurando o estado de conservação dos mesmos.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |
|------------------|---|

## Conteúdos

1. Técnicas de preparação do restaurante/bar
  - 1.1. Disposição do mobiliário, dos equipamentos, utensílios
  - 1.2. Regras básicas de decoração dos espaços e mesas
  - 1.3. Normas relativas às condições de bem-estar (luminosidade, temperatura, sonoridade)
  - 1.4. Controlo, gestão e reposição de stocks
2. Mise-en-place para o serviço de restaurante/bar
  - 2.1. Preparação dos espaços, equipamentos e utensílios
  - 2.2. Secções de apoio ao serviço de restaurante
  - 2.3. Circuitos de serviço (recolha, entrega e transporte de utensílios, alimentos e bebidas)
  - 2.4. Planos de produção, cartas, ementas, receitas, fichas técnicas
3. Secções abastecedoras e de apoio ao restaurante/bar
  - 3.1. Interface entre serviços
  - 3.2. Organização e articulação com o serviço de cozinha
4. Desembaraçamento e reposição simultânea de mesas
5. Aprovisionamento dos produtos alimentares
  - 5.1. Planos de produção, tabelas de capitação e de desperdício
  - 5.2. Seleção de fornecedores
  - 5.3. Formulários de encomenda
  - 5.4. Formulário de entrega
  - 5.5. Registo de receção, conferência e verificação de qualidade
  - 5.6. Não conformidades e reclamações
  - 5.7. Regras de acondicionamento, armazenamento e conservação das matérias-primas perecíveis e não perecíveis
  - 5.8. Controlo de stocks
6. Normas de higiene e segurança

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 4664             | <b>Língua inglesa – cozinha/pastelaria</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em inglês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em inglês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua inglesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

| 4665             | Alimentação racional, nutrição e dietética  | 50 horas |
|------------------|---|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os princípios da alimentação racional.</li> <li>2. Caracterizar os constituintes alimentares e as suas funções.</li> <li>3. Analisar a rotulagem de alimentos e bebidas.</li> <li>4. Caracterizar os fatores determinantes do comportamento alimentar.</li> <li>5. Aplicar os princípios fundamentais da dietética na confeção dos diferentes tipos de dietas, tendo em consideração o valor calórico e nutricional dos alimentos.</li> <li>6. Aplicar as regras da nutrição e dietética na composição de ementas.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Alimentação racional
  - 1.1. Regras alimentares
  - 1.2. Roda dos alimentos / necessidades diárias de nutrientes
  - 1.3. Índice de Massa Corporal (IMC)
  - 1.4. Principais erros alimentares
2. Constituintes alimentares
  - 2.1. Identificação e função dos nutrientes

- 2.2. Aditivos alimentares
- 2.3. Produtos transformados
- 3. Análise alimentar
  - 3.1. Rótulos de alimentos e bebidas
- 4. Cálculo calórico e nutricional dos alimentos
- 5. Comportamento alimentar
  - 5.1. Fatores socioculturais
  - 5.2. Fatores económicos
  - 5.3. Fatores pessoais
- 6. Princípios fundamentais da dietética
- 7. Tipos de dietas
  - 7.1. Desportivas
  - 7.2. Religiosas (muçulmanas, judias, hindus...)
  - 7.3. Terapêuticas
  - 7.4. Dieta na gravidez
  - 7.5. Dieta para a infância
  - 7.6. Dieta para a adolescência
  - 7.7. Dieta para os adultos
  - 7.8. Dieta para os idosos
- 8. Tendências gastronómicas modernas
  - 8.1. Vegetariana
  - 8.2. Macrobiótica
  - 8.3. Biológica
  - 8.4. Fast food
  - 8.5. Slow food
  - 8.6. Outras
- 9. Composição de ementas saudáveis

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8289             | <b>Cozinha/pastelaria – planeamento da produção e mise-en-place</b>   | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preparar as condições para a execução do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Aplicar as técnicas de planeamento da produção do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>3. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Vocabulário técnico de cozinha/pastelaria
2. Preparação da cozinha/pastelaria
  - 2.1. Disposição do mobiliário, dos equipamentos, utensílios
  - 2.2. Controlo, gestão e reposição de stocks
3. Planeamento da produção/mise-en-place
  - 3.1. Preparação dos espaços, equipamentos e utensílios

- 3.2. Secções de apoio ao serviço de cozinha/pastelaria (interface entre economato, restaurante, bar)
- 4. Organização do trabalho da brigada de cozinha/pastelaria
  - 4.1. Gestão da roda de serviço (circuitos de serviço)
  - 4.2. Secções de cozinha
  - 4.3. Processo e suporte documental
  - 4.4. Limpeza da secção (higienização, manutenção e conservação dos espaços, equipamentos e utensílios)
- 5. Normas de higiene e segurança

| 8290             | Cozinha/pastelaria – aprovisionamento  | 50 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Implementar o circuito de mercadorias no âmbito do sistema de controlo de qualidade dos alimentos e bebidas</li> <li>2. Efetuar a compra, receção e armazenamento de produtos, assegurando o seu estado de conservação.</li> <li>3. Inventariar as existências e controlar os stocks.</li> <li>4. Efetuar o aprovisionamento dos produtos alimentares e a sua distribuição.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Sistema de controlo de qualidade dos alimentos e bebidas
  - 1.1. Circuito de mercadorias
2. Economato
  - 2.1. Caracterização, localização e organização
  - 2.2. Equipamento, maquinaria e mobiliário
  - 2.3. Categorias e funções do pessoal do economato
3. Compra das mercadorias
  - 3.1. Política de compra (padrão das especificações de compra)
  - 3.2. Seleção de fornecedores
  - 3.3. Negociação
  - 3.4. Formulários de encomenda
  - 3.5. Controlo da compra (pedidos de cotação)
4. Receção e controlo de mercadorias
  - 4.1. Formulário de entrega
  - 4.2. Registo de receção, conferência e verificação de qualidade
  - 4.3. Não conformidades e reclamações
5. Armazenamento das mercadorias
  - 5.1. Instalações e equipamento
  - 5.2. Regras de acondicionamento e armazenamento
  - 5.3. Regras de conservação das matérias-primas perecíveis e não perecíveis (processos biológicos, químicos e físicos)
  - 5.4. Tecnologias aplicadas à conservação
  - 5.5. Programas de limpeza de equipamento
6. Controlo de existência em stock/aprovisionamento



**6.1.** Requisições internas

**7.** Normas de higiene e segurança

| 4662             | <b>Preparação e confeção de sopas</b>   | 25 horas |
|------------------|---|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar diferentes tipos de sopas.</li> <li>2. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li> <li>3. Preparar e confeccionar sopas regionais e internacionais.</li> <li>4. Empratar e decorar sopas.</li> <li>5. Acondicionar e conservar sopas.</li> <li>6. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |          |

**Conteúdos**

1. Tipos de sopas, cremes, aveludados, caldos e consommés
  - 1.1. Regionais
  - 1.2. Internacionais
2. Tecnologia de matérias-primas
3. Receitas e fichas técnicas
  - 3.1. Capitações
  - 3.2. Composições
  - 3.3. Utilizações
4. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
5. Técnicas de preparação de sopas, cremes, aveludados, caldos e consommés
  - 5.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes
6. Processo de confeção de sopas, cremes, aveludados, caldos e consommés
  - 6.1. Mise-en-place
  - 6.2. Ordem de introdução da matéria-prima
  - 6.3. Tempo de cozedura
7. Técnicas de regeneração de sopas (preparados industriais e pré-cozinhados)
8. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 8.1. Preparação
  - 8.2. Confeção
  - 8.3. Produtos finais
9. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
10. Empratamento e decoração criativa
11. Normas de higiene e segurança

| 4668 | <b>Preparação e confeção de acepipes e entradas</b> | 50 horas |
|------|---|----------|
|------|---|----------|

### Objetivos

1. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capacitações.
2. Preparar e Confeccionar acepipes e entradas sólidas.
3. Empratar e decorar acepipes e entradas sólidas.
4. Acondicionar acepipes e entradas sólidas.
5. Cumprir as normas de higiene e segurança.

### Conteúdos

1. Tipos de Acepipes e entradas simples sólidas
  - 1.1. Saladas (quentes, frias)
  - 1.2. Pratos de ovos
  - 1.3. Patés
  - 1.4. Acepipes de peixe
  - 1.5. Acepipes de marisco
  - 1.6. Pastéis salgados (de massa tenra, folhados, *vol-au-vent*, pataniscas e pastéis e outros)
  - 1.7. Produtos de charcutaria
  - 1.8. Queijos
  - 1.9. Tapas
2. Tecnologia de matérias-primas
3. Receitas e fichas técnicas
  - 3.1. Capacitações
4. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
5. Técnicas de preparação de acepipes e entradas simples sólidas
  - 5.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes
6. Processo de confeção de acepipes e entradas simples sólidas
7. Técnicas de regeneração de entradas, preparados industriais e pré-cozinhados
8. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 8.1. Preparação
  - 8.2. Confeção
  - 8.3. Produtos finais
9. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
10. Empratamento e decoração criativa
11. Normas de higiene e segurança

8291

**Preparação e confeção de peixes e mariscos**

50 horas

### Objetivos

1. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
2. Preparar peixes e mariscos.
3. Confeccionar peixes e mariscos e respetivas guarnições.
4. Empratar e decorar peixes e mariscos.
5. Acondicionar e conservar peixes e mariscos.
6. Cumprir as normas de higiene e segurança.

### Conteúdos

1. Principais variedades e épocas de captura de peixes e mariscos
  - 1.1. Peixes de mar
  - 1.2. Peixes de rio
  - 1.3. Crustáceos
  - 1.4. Moluscos
2. Tecnologia de matérias-primas
  - 2.1. Variedades
  - 2.2. Utilizações (cozer, fritar, grelhar e outros)
  - 2.3. Tipos de peixe (fresco, seco, congelado e outros)
  - 2.4. Tipos de crustáceos (lagostas, lagostins, santolas, camarões, outros)
  - 2.5. Tipos de moluscos (ameijoas, mexilhões, ostras, búzios, outros)
3. Receitas e fichas técnicas
  - 3.1. Capitações
4. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
5. Técnicas de preparação de peixes e mariscos
  - 5.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2. Verificação do estado de frescura dos peixes e mariscos
  - 5.3. Seleção e capitação das matérias-primas
  - 5.4. Preparação (lavar, limpar, escamar, eviscerar, pelar, despinhar)
  - 5.5. Tipos de cortes e divisão em porções (postas, filetes, medalhões, supremos, tranches, goujonnettes, outros)
  - 5.6. Pesagens e capitações
6. Técnicas de confeção de peixes e mariscos
  - 6.1. Cozer a vapor
  - 6.2. Cozer em "court-bouillon"
  - 6.3. Fritar
  - 6.4. Panar
  - 6.5. Grelhar
  - 6.6. Escalfar
  - 6.7. Assar
  - 6.8. Ao sal
  - 6.9. Saltear
  - 6.10. Gratinar
  - 6.11. Outros

7. Preparação e confeção de guarnições de peixes e mariscos
8. Técnicas de regeneração de pratos de peixe e marisco (preparados industriais e pré-cozinhados)
9. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 9.1. Preparação
  - 9.2. Confeção
  - 9.3. Produtos finais
10. Acondicionamento e conservação de peixes e mariscos
  - 10.1. Principais técnicas de conservação (vácuo, refrigeração, congelação rápida "cook chill" e "cook freeze")
  - 10.2. Medição de temperaturas e pressões
  - 10.3. Tempo de conservação
  - 10.4. Correção dos desvios ocorridos
11. Empratamento e decoração criativa
12. Normas de higiene e segurança

| 8292             | Preparação e confeção de carnes, aves e caça   | 50 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li> <li>2. Preparar carnes, aves e caça.</li> <li>3. Confeccionar carnes, aves e caça e respetivas guarnições.</li> <li>4. Empratar e decorar carnes, aves e caça.</li> <li>5. Acondicionar e conservar carnes, aves e caça.</li> <li>6. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Carnes, aves e caça
  - 1.1. Raça/origem
  - 1.2. Espécie (bovina, suína, ovina, caprina, equídea, criação, caça de pelo e caça de penas)
  - 1.3. Apresentação inicial (carcaça, quartos e peça)
  - 1.4. Divisão anatómica (lombo, alcatra, vazia, costela, entrecosto, perna, miudezas, outros)
2. Tecnologia de matérias-primas
  - 2.1. Categorias
  - 2.2. Utilizações
3. Receitas e fichas técnicas
  - 3.1. Capitações
4. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
5. Técnicas de preparação de carnes, aves e caça
  - 5.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2. Verificação do estado de frescura de conservação e qualidade
  - 5.3. Seleção e capitação das matérias-primas
  - 5.4. Preparação (lardear, albardar, atar, chamuscar, limpar, desmanchar, cortar, desossar, picar e recheiar)
  - 5.5. Tipos de cortes e divisão em porções (escalopes, bifes, tomedós, "mutton-chop", costeletas, "entrecôte", medalhões, supremos, grenadinos, "chateaubriand", selas, coroas, carrés, rojões, febras, outros)

- 5.6. Aproveitamentos (strogonoff, molhos, outros)
- 5.7. Marinadas, aplicações de especiarias e ervas
- 5.8. Pesagens e capitações
- 6. Técnicas de confeção de carnes, aves e caça
  - 6.1. Fritar
  - 6.2. Cozer
  - 6.3. Panar
  - 6.4. Grelhar
  - 6.5. Guisar
  - 6.6. Estufar
  - 6.7. Assar
  - 6.8. Ao sal
  - 6.9. Saltear
  - 6.10. Gratinar
  - 6.11. "Au bleu"
  - 6.12. Outros (brasear, suar)
- 7. Preparação e confeção de guarnições de carnes, aves e caça
- 8. Técnicas de regeneração de carnes, aves e caça (preparados industriais e pré-cozinhados)
- 9. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 9.1. Preparação
  - 9.2. Confeção
  - 9.3. Produtos finais
- 10. Acondicionamento e conservação das carnes, aves e caça
  - 10.1. Principais técnicas de conservação (vácuo, refrigeração, congelação rápida "cook chill" e "cock freeze")
  - 10.2. Medição de temperaturas e pressões
  - 10.3. Tempo de conservação
  - 10.4. Correção dos desvios ocorridos
- 11. Empratamento e decoração criativa
- 12. Normas de higiene e segurança

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8293</b>      | <b>Preparação e confeção de doçaria tradicional portuguesa</b>   | <b>50 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elaborar fichas técnicas.</li> <li>2. Preparar doces e bolos regionais e conventuais.</li> <li>3. Confeccionar doces e bolos regionais e conventuais.</li> <li>4. Empratar e decorar doces e bolos regionais e conventuais.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Variedades de doces e bolos regionais e conventuais
2. Tecnologia de matérias-primas

- 2.1. Composições
- 2.2. Utilizações
- 3. Receitas e fichas técnicas
- 4. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- 5. Técnicas de preparação e confeção de produtos de doçaria regional e conventual
  - 5.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - 5.3. Mise-en-place
  - 5.4. Ordem de introdução das matérias-primas
  - 5.5. Importância dos pontos de açúcar
- 6. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 6.1. Preparação
  - 6.2. Confeção
  - 6.3. Produtos finais
- 7. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 8. Empratamento e decoração criativa
- 9. Normas de higiene e segurança

|                  |  |          |
|------------------|--|----------|
| 4673             | <b>Preparação e confeção de cozinha tradicional portuguesa</b>   | 50 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Elaborar fichas técnicas e capitações.</li> <li>2. Preparar pratos da cozinha tradicional portuguesa.</li> <li>3. Confeccionar pratos da cozinha tradicional portuguesa e respetivas guarnições.</li> <li>4. Empratar e decorar pratos da cozinha tradicional portuguesa.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |          |

## Conteúdos

- 1. Pratos da cozinha tradicional portuguesa
  - 1.1. Entradas e acepipes
  - 1.2. Sopas, caldos, cremes
  - 1.3. Peixe e marisco
  - 1.4. Carne, caça e aves
  - 1.5. Pratos sazonais
- 2. Tecnologia de matérias-primas
  - 2.1. Utilizações
- 3. Receitas e fichas técnicas
  - 3.1. Capitações
- 4. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- 5. Técnicas de preparação e confeção de pratos da cozinha tradicional portuguesa
  - 5.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 5.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas

6. Preparação e confeção de guarnições de pratos da cozinha tradicional portuguesa
7. Técnicas de regeneração
8. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 8.1. Preparação
  - 8.2. Confeção
  - 8.3. Produtos finais
9. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
10. Empratamento e decoração criativa
11. Normas de higiene e segurança

| 8294             | Preparação e confeção de pastelaria de sobremesa   | 50 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar as diferentes confeções de pastelaria de sobremesa.</li> <li>2. Preparar e Confeccionar diversas receitas aplicando técnicas apropriadas de pastelaria de sobremesa.</li> <li>3. Empratar e decorar produtos de pastelaria de sobremesa.</li> <li>4. Acondicionar e conservar os produtos confeccionados.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Pastelaria de sobremesa
  - 1.1. Tendências de evolução da pastelaria de sobremesa
  - 1.2. Tipologias de pastelaria
2. Confeções de sobremesa
  - 2.1. De colher
  - 2.2. De fatia
  - 2.3. Sobremesas geladas
  - 2.4. Sobremesas quente
  - 2.5. Outros
3. Tecnologia de matérias-primas
  - 3.1. Composições
  - 3.2. Utilizações
4. Receitas e fichas técnicas
5. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
6. Técnicas de preparação e confeção de pastelaria de sobremesa
  - 6.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 6.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - 6.3. Mise-en-place
  - 6.4. Ordem da introdução da matéria-prima
  - 6.5. Tempo de cozedura e temperatura
  - 6.6. Empratamento
7. Controlo de qualidade do processo de fabrico

- 7.1. Preparação
- 7.2. Confeção
- 7.3. Produtos finais
- 8. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 9. Empratamento e decoração criativa
- 10. Normas de higiene e segurança

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8295</b>      | <b>Preparação e confeção de pastelaria internacional</b>  | <b>50 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar as diferentes confeções de pastelaria internacional.</li> <li>2. Preparar e Confeccionar diversas receitas aplicando técnicas apropriadas de pastelaria internacional.</li> <li>3. Empratar e decorar produtos de pastelaria internacional.</li> <li>4. Acondicionar e conservar os produtos confeccionados.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Pastelaria e doçaria internacional
  - 1.1. Tendências de evolução da pastelaria e doçaria
  - 1.2. Evolução dos Receituários
  - 1.3. Tipologias de pastelaria
2. Confeções de pastelaria
  - 2.1. Com fruta
  - 2.2. Sortido seco
  - 2.3. À base de chocolate
  - 2.4. Unitária
  - 2.5. Outros
3. Tecnologia de matérias-primas
  - 3.1. Composições
  - 3.2. Utilizações
4. Receitas e fichas técnicas
5. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
6. Técnicas de preparação e confeção de pastelaria internacional
  - 6.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 6.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - 6.3. Mise-en- place
  - 6.4. Ordem da introdução da matéria-prima
  - 6.5. Tempo de cozedura e temperatura
  - 6.6. Empratamento
7. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 7.1. Preparação



- 7.2. Confeção
- 7.3. Produtos finais
- 8. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 9. Empratamento e decoração criativa
- 10. Normas de higiene e segurança

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8296             | <b>Cozinha/Pastelaria – serviços especiais</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os diferentes serviços especiais.</li> <li>2. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li> <li>3. Preparar e Confeccionar iguarias para serviços especiais.</li> <li>4. Empratar e decorar iguarias para serviços especiais.</li> <li>5. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |          |

## Conteúdos

- 1. Tipos de serviços especiais
  - 1.1. Banquetes
  - 1.2. Volantes (Buffets, Portos de honra, Coffee-breaks, Outros)
- 2. Tecnologia das matérias-primas, equipamentos e utensílios
  - 2.1. Tipos de iguarias a servir
  - 2.2. Mobiliário, equipamentos e utensílios
- 3. Tecnologia de matérias-primas
  - 3.1. Composições
  - 3.2. Utilizações
  - 3.3. Tipos de iguarias a servir
- 4. Receitas e fichas técnicas
  - 4.1. Capitações
- 5. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- 6. Organização e articulação do serviço com outras secções
- 7. Preparação e confeção de iguarias para serviços especiais
  - 7.1. Preparação e confeção dos alimentos
  - 7.2. Empratamento das diversas iguarias de acordo com a tipologia de serviço
  - 7.3. Montagem, disposição e reposição de alimentos quando aplicável
- 8. Empratamento e decoração criativa
  - 8.1. Corte, empratamento e decoração de peixes, mariscos, carnes, frutas, doces e queijos
  - 8.2. Peças montadas
- 9. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 10. Normas de higiene e segurança

8297

## Preparações e confeções básicas de cozinha

50 horas

### Objetivos

1. Executar as principais preparações de base de cozinha.
2. Executar as principais confeções de base de cozinha.

### Conteúdos

1. Preparações de base
  - 1.1. Descascar e cortar frutas e legumes
  - 1.2. Amanhar e cortar peixes e mariscos
  - 1.3. Desossar e cortar carnes e aves
2. Confeções de base
  - 2.1. Cozer
  - 2.2. Assar
  - 2.3. Fritar
  - 2.4. Grelhar
  - 2.5. Estufar
  - 2.6. Guisar
  - 2.7. Saltear
  - 2.8. Brasear
  - 2.9. Outras

4674

## Cozinhas do mundo

50 horas

### Objetivos

1. Reconhecer a gastronomia tradicional de diferentes países e os respetivos receituários.
2. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
3. Preparar pratos de cozinhas do mundo.
4. Confeccionar pratos de cozinhas do mundo e respetivas guarnições.
5. Empratar e decorar pratos de cozinhas do mundo.
6. Cumprir as normas de higiene e segurança.

### Conteúdos

1. Gastronomia internacional
  - 1.1. Tendências de evolução da gastronomia
  - 1.2. Evolução dos Receituários
  - 1.3. Tipologias gastronómicas
2. Pratos de cozinhas do mundo (Europa, Ásia, países lusófonos, América)
  - 2.1. Entradas e acepipes

- 2.2. Sopas, caldos, cremes e consommés
- 2.3. Peixe e marisco
- 2.4. Carne, caça e aves
- 2.5. Pastelaria e sobremesas
- 3. Tecnologia de matérias-primas
  - 3.1. Composições
  - 3.2. Utilizações
- 4. Receitas e fichas técnicas
  - 4.1. Capitações
- 5. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- 6. Técnicas de preparação e confeção de pratos de cozinhas do mundo
  - 6.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 6.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - 6.3. *Mise-en-place*
  - 6.4. Ordem da introdução da matéria-prima
  - 6.5. Tempo de cozedura
  - 6.6. Empratamento
- 7. Preparação e confeção de guarnições
- 8. Técnicas de regeneração de pratos de cozinhas do mundo
- 9. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 9.1. Preparação
  - 9.2. Confeção
  - 9.3. Produtos finais
- 10. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 11. Empratamento e decoração criativa
- 12. Normas de higiene e segurança

| 8298             | Cozinha criativa  | 25 horas |
|------------------|---|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar as novas tendências gastronómicas, as novas técnicas, as novas tecnologias e utilização de novos produtos na cozinha.</li> <li>2. Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li> <li>3. Aplicar novos processos de preparação e confeção de iguarias, utilizando novas tecnologias na cozinha.</li> <li>4. Acondicionar e conservar os produtos confeccionados.</li> <li>5. Reconhecer a importância da estética na apresentação e decoração dos produtos gastronómicos.</li> <li>6. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |          |

## Conteúdos

- 1. Cozinha criativa - influências gastronómicas, benefícios e malefícios
  - 1.1. Cozinha de autor
  - 1.2. Cozinha de fusão

- 1.3. Cozinha molecular
- 1.4. Outras
2. Novas tecnologias de cozinha
3. Noções básicas de química alimentar
4. Tecnologia de matérias-primas
  - 4.1. Composições
  - 4.2. Utilizações
5. Receitas e fichas técnicas
  - 5.1. Capitações
6. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
7. Técnicas de preparação de pratos de cozinha criativa
8. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 8.1. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
9. Processo de confeção de pratos da cozinha criativa
10. Novas técnicas de cozinha e confeção alimentar (em vácuo, cozedura a baixa temperatura, outras)
11. Novos equipamentos e utensílios de cozinha (células de arrefecimento, fornos convetores, equipamento digital)
12. Técnicas de regeneração de pratos da cozinha criativa
13. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 13.1. Preparação
  - 13.2. Confeção
  - 13.3. Produtos finais
14. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
15. Empratamento e decoração criativa
  - 15.1. Novas formas de apresentação dos produtos gastronómicos
  - 15.2. Conceitos de estética e harmonia
16. Normas de higiene e segurança

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 4663             | <b>Língua francesa – cozinha/pastelaria</b>   | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em francês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em francês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua francesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência

2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8299             | <b>Língua italiana – cozinha/pastelaria</b>   | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em italiano, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em italiano, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua italiana
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8300             | <b>Língua alemã – cozinha/pastelaria</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em alemão, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em alemão, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua alemã
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8301             | <b>Língua espanhola – cozinha/pastelaria</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em espanhol, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em espanhol, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua espanhola
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica

- 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
- 1.3. Adequação discursiva
- 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8302             | <b>Língua holandesa – cozinha/pastelaria</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em holandês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em holandês, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |          |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua holandesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar

- 2.9. Pedir autorização
- 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8303</b>      | <b>Língua finlandesa – cozinha/pastelaria</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em finlandês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em finlandês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua finlandesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8304</b>      | <b>Língua norueguesa – cozinha/pastelaria</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em norueguês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em norueguês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |



## Conteúdos

1. Funcionamento da língua norueguesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8305             | <b>Língua sueca – cozinha/pastelaria</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em sueco, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em sueco, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua sueca
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões

- 2.4. Sugerir
- 2.5. Descrever
- 2.6. Perguntar e exprimir preferências
- 2.7. Aconselhar
- 2.8. Apresentar
- 2.9. Pedir autorização
- 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| 8306             | <b>Língua chinesa – cozinha/pastelaria</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em mandarim, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>2. Interagir e comunicar em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua chinesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

|      |  |          |
|------|--|----------|
| 8729 | <b>Língua russa – cozinha/pastelaria</b> | 25 horas |
|------|--|----------|

### Objetivos

1. Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em russo, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
2. Interagir e comunicar em russo, a nível do utilizador independente.

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua russa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
  - 1.4. Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Serviço de cozinha/pastelaria

8307

**Língua inglesa – turismo e hotelaria na região**

25 horas

### Objetivos

1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em inglês, a nível do utilizador independente.
2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em inglês, a nível do utilizador independente.
3. Descrever as principais tradições da região, em inglês, a nível do utilizador independente.

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua inglesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica

- 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8308</b>      | <b>Língua francesa – turismo e hotelaria na região</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em francês, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em francês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em francês, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |                 |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua francesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação

- 3.1. Oferta turística da região
- 3.2. Oferta hoteleira da região
- 3.3. Tradições da região

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8309</b>      | <b>Língua italiana – turismo e hotelaria na região</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em italiano, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em italiano, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em italiano, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua italiana
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|             |   |                 |
|-------------|---|-----------------|
| <b>8310</b> | <b>Língua alemã – turismo e hotelaria na região</b> | <b>25 horas</b> |
|-------------|---|-----------------|

|                  |  |
|------------------|--|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em alemão, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em alemão, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em alemão, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |
|------------------|--|

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua alemã
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8311</b>      | <b>Língua espanhola – turismo e hotelaria na região</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua espanhola
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica

- 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8312</b>      | <b>Língua holandesa – turismo e hotelaria na região</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em holandês, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em holandês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em holandês, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |                 |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua holandesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação

- 3.1. Oferta turística da região
- 3.2. Oferta hoteleira da região
- 3.3. Tradições da região

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8313</b>      | <b>Língua finlandesa – turismo e hotelaria na região</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua finlandesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|             |  |                 |
|-------------|--|-----------------|
| <b>8314</b> | <b>Língua norueguesa – turismo e hotelaria na região</b> | <b>25 horas</b> |
|-------------|--|-----------------|



|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |
|------------------|---|

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua norueguesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8315</b>      | <b>Língua sueca – turismo e hotelaria na região</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em sueco, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em sueco, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em sueco, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua sueca
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica

- 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8316</b>      | <b>Língua chinesa – turismo e hotelaria na região</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |                 |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua chinesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação

- 3.1. Oferta turística da região
- 3.2. Oferta hoteleira da região
- 3.3. Tradições da região

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8730</b>      | <b>Língua russa – turismo e hotelaria na região</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em russo, a nível do utilizador independente.</li> <li>2. Descrever as principais atrações turísticas da região, em russo, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais tradições da região, em russo, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua russa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Oferta turística da região
  - 3.2. Oferta hoteleira da região
  - 3.3. Tradições da região

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8317</b>      | <b>Língua inglesa – o profissional na restauração</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região.</li> <li>2. Caracterizar a oferta de restauração da região, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua inglesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8318</b>      | <b>Língua francesa – o profissional na restauração</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em francês.</li> <li>2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em francês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em francês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua francesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir

- 2.5. Descrever
- 2.6. Perguntar e exprimir preferências
- 2.7. Aconselhar
- 2.8. Apresentar
- 2.9. Pedir autorização
- 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8319</b>      | <b>Língua italiana – o profissional na restauração</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em italiano.</li> <li>2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em italiano, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em italiano, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |                 |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua italiana
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

8320

## Língua alemã – o profissional na restauração

25 horas

### Objetivos

1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em alemão.
2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em alemão, a nível do utilizador independente.
3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em alemão, a nível do utilizador independente.

### Conteúdos

1. Funcionamento da língua alemã
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

8321

## Língua espanhola – o profissional na restauração

25 horas

### Objetivos

1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em espanhol.
2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.
3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.

### Conteúdos

1. Funcionamento da língua espanhola
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

| 8322             | <b>Língua holandesa – o profissional na restauração</b>  | 25 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em holandês.</li> <li>2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em holandês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em holandês, a nível do utilizador independente.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua holandesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar

- 2.8. Apresentar
- 2.9. Pedir autorização
- 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| <b>8323</b>      | <b>Língua finlandesa – o profissional na restauração</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em finlandês.</li> <li>2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |          |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua finlandesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

|             |  |          |
|-------------|--|----------|
| <b>8324</b> | <b>Língua norueguesa – o profissional na restauração</b> | 25 horas |
|-------------|--|----------|



### Objetivos

1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em norueguês.
2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.
3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua norueguesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

8325

## Língua sueca – o profissional na restauração

25 horas

### Objetivos

1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em sueco.
2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em sueco, a nível do utilizador independente.
3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em sueco, a nível do utilizador independente.

## Conteúdos

1. Funcionamento da língua sueca
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica

- 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
- 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização
  - 2.10. Criticar
- 3. Descrição e identificação
  - 3.1. Gastronomia nacional e regional
  - 3.2. Oferta gastronómica da região
  - 3.3. Cartas de restaurante
  - 3.4. Utensílios e equipamentos do restaurante

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8326</b>      | <b>Língua chinesa – o profissional na restauração</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em mandarim.</li> <li>2. Caracterizar a oferta de restauração da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> <li>3. Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |                 |

## Conteúdos

- 1. Funcionamento da língua chinesa
  - 1.1. Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - 1.2. Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - 1.3. Adequação discursiva
- 2. Funções da linguagem
  - 2.1. Comparar e contrastar
  - 2.2. Prestar e receber informações
  - 2.3. Ouvir e exprimir opiniões
  - 2.4. Sugerir
  - 2.5. Descrever
  - 2.6. Perguntar e exprimir preferências
  - 2.7. Aconselhar
  - 2.8. Apresentar
  - 2.9. Pedir autorização

**2.10.** Criticar

**3.** Descrição e identificação

**3.1.** Gastronomia nacional e regional

**3.2.** Oferta gastronómica da região

**3.3.** Cartas de restaurante

**3.4.** Utensílios e equipamentos do restaurante

**8731**

**Língua russa – o profissional na restauração**

**25 horas**

**Objetivos**

- 1.** Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em russo.
- 2.** Caracterizar a oferta de restauração da região, em russo, a nível do utilizador independente.
- 3.** Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em russo, a nível do utilizador independente.

## Conteúdos

**1.** Funcionamento da língua russa

**1.1.** Regras gramaticais de sintaxe e semântica

**1.2.** Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica

**1.3.** Adequação discursiva

**2.** Funções da linguagem

**2.1.** Comparar e contrastar

**2.2.** Prestar e receber informações

**2.3.** Ouvir e exprimir opiniões

**2.4.** Sugerir

**2.5.** Descrever

**2.6.** Perguntar e exprimir preferências

**2.7.** Aconselhar

**2.8.** Apresentar

**2.9.** Pedir autorização

**2.10.** Criticar

**3.** Descrição e identificação

**3.1.** Gastronomia nacional e regional

**3.2.** Oferta gastronómica da região

**3.3.** Cartas de restaurante

**3.4.** Utensílios e equipamentos do restaurante

**8327**

**Confeção e decoração de bolos artísticos**

**50 horas**

### Objetivos

1. Elaborar fichas técnicas.
2. Preparar recheios e/ou coberturas para bolos.
3. Confeccionar bolos artísticos alusivos a épocas festivas e eventos especiais.
4. Aplicar técnicas de decoração criativa em bolos artísticos.
5. Cumprir as normas de higiene e segurança.

## Conteúdos

1. Tipos de bolos artísticos
  - 1.1. Casamento
  - 1.2. Batizado
  - 1.3. Aniversário
  - 1.4. Outros
2. Principais tipos de recheios e coberturas
  - 2.1. Cremes
  - 2.2. Massapão
  - 2.3. Fondant
  - 2.4. Outros
3. Tecnologia de matérias-primas
  - 3.1. Composições
  - 3.2. Utilizações
4. Receitas e fichas técnicas
5. Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
6. Técnicas de preparação e confeção de bolos artísticos
  - 6.1. Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - 6.2. Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - 6.3. Processo de confeção e recheio de bolos artísticos
7. Técnicas de decoração
  - 7.1. Método de queda
  - 7.2. Método deslizante
  - 7.3. Transposição do desenho
  - 7.4. Moldagem
  - 7.5. Elementos decorativos (folhas de açúcar, massapão, chocolate, fitas, laços, outros)
  - 7.6. Produtos decorativos (flores, bases, figuras, fitas, laços, outros)
  - 7.7. Letragem (diferentes tipos de letra)
8. Processos de decoração
  - 8.1. Trabalho do açúcar, enrolar, moldar e cortar da massa
  - 8.2. Diferentes tipos de moldes
  - 8.3. Preparação e aplicação de coberturas
  - 8.4. Decoração com saco, com espátula, outros
  - 8.5. Transposição de desenhos
  - 8.6. Pastilhagem
  - 8.7. Aplicação de letragem

- 8.8. Aplicação de placas ornamentais e outras coberturas
- 8.9. Realização, encadeamento e acabamento criativo das peças
- 9. Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - 9.1. Preparação
  - 9.2. Confeção
  - 9.3. Produtos finais
- 10. Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- 11. Normas de higiene e segurança

| 8328             | Peças artísticas e decoração alimentar   | 25 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os diferentes estilos utilizados na decoração alimentar.</li> <li>2. Planificar os trabalhos de decoração das peças artísticas.</li> <li>3. Executar trabalhos de decoração alimentar em relevo e escultura.</li> <li>4. Aplicar as técnicas de empratamento decorativo.</li> <li>5. Realizar fotografia culinária.</li> <li>6. Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |          |

## Conteúdos

- 1. Decoração alimentar
  - 1.1. Conceitos
  - 1.2. Estilos
- 2. Planificação de trabalhos
  - 2.1. Cores, composições, contrastes, efeitos
  - 2.2. Formas e texturas
  - 2.3. Apresentação (suportes físicos e materiais, tais como iluminação, espelhos e tecidos)
  - 2.4. Materiais
  - 2.5. Perspetivas
- 3. Trabalhos em relevo e escultura
  - 3.1. Técnicas, materiais e utensílios
  - 3.2. Matérias-primas (vegetais, frutas, outras)
  - 3.3. Gelatinas, cremes, corantes, pastas
- 4. Técnicas de empratamento decorativo
  - 4.1. Com acessórios
  - 4.2. Sem acessórios
- 5. Fotografia culinária
  - 5.1. Ambiente
  - 5.2. Iluminação
  - 5.3. Apresentação dos trabalhos
  - 5.4. Fotografia
- 6. Normas de higiene e segurança

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>8329</b>      | <b>Restauração - informação turística</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definir o conceito de visitante.</li> <li>2. Identificar os diferentes tipos de visitantes.</li> <li>3. Identificar as tendências e produtos turísticos.</li> <li>4. Prestar informações de carácter turístico.</li> </ol> |                 |

### Conteúdos

1. Conceito de Visitante
  - 1.1. Turista
  - 1.2. Excursionista
2. Turismo
  - 2.1. Perfil do visitante
  - 2.2. Oferta Turística
3. Informação turística e hoteleira
  - 3.1. Património e os aspetos culturais
  - 3.2. Factos históricos, lendários e gastronómicos de cada região
  - 3.3. Locais de interesse cultural
  - 3.4. Locais de diversão
  - 3.5. Desportos
  - 3.6. Foldlore
  - 3.7. Artesanato

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>8330</b>      | <b>Aplicações informáticas na restauração</b>   | <b>50 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar software específico utilizado na restauração.</li> <li>2. Aplicar o software no registo e distribuição de pedidos.</li> <li>3. Aplicar o software na faturação.</li> <li>4. Aplicar o software no controlo de stocks.</li> <li>5. Aplicar o software no cálculo do valor nutricional das iguarias.</li> </ol> |                 |

### Conteúdos

1. Software de restauração certificado
  - 1.1. Interface gráfico
  - 1.2. Pedidos para a cozinha
  - 1.3. Análise e gráficos de venda
  - 1.4. Acesso on-line

- 1.5. Compras a fornecedores
- 1.6. Gestão de stocks/aprovisionamento
- 1.7. Pedidos através de comandos remotos
- 1.8. Zonas e desenho de sala
- 1.9. Documentos
- 1.10. Talões de venda
  - 1.10.1. Vendas a dinheiro
  - 1.10.2. Conta corrente de clientes (fatura/recibo)
  - 1.10.3. Guias de remessa (faturas de fornecedores)
  - 1.10.4. Notas de encomenda
  - 1.10.5. Encomendas
  - 1.10.6. Guias de transporte
- 2. Hardware usado com o software certificado
- 3. Software de gastronomia
  - 3.1. Cálculo do valor nutricional das iguarias
  - 3.2. Fichas técnicas

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>4421</b>      | <b>Marketing na restauração</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <b>1. Aplicar técnicas comerciais e de marketing na restauração, com vista à maximização do lucro.</b> |                 |

## Conteúdos

- 1. Marketing na restauração
  - 1.1. Impacto do marketing
  - 1.2. Benchmarking
  - 1.3. Análise de mercado
  - 1.4. Análise SWOT
  - 1.5. Segmentação de mercado
  - 1.6. Estratégias de marketing
  - 1.7. 7 P
  - 1.8. Satisfação do cliente
- 2. Marketing da ementa
- 3. Decoração do restaurante
- 4. Estratégias de comunicação

|             |                              |                 |
|-------------|------------------------------|-----------------|
| <b>8331</b> | <b>Gastronomia e cultura</b> | <b>25 horas</b> |
|-------------|------------------------------|-----------------|

### Objetivos

1. Reconhecer a importância e influência da cozinha francesa na gastronomia.
2. Identificar a evolução, desenvolvimento e impacto da gastronomia enquanto património cultural.
3. Identificar e caracterizar os produtos gastronómicos nacionais.
4. Caracterizar os principais vinhos portugueses.
5. Relacionar os hábitos e culturas alimentares com as principais tendências gastronómicas.
6. Analisar os efeitos da globalização na gastronomia portuguesa.

## Conteúdos

1. História da cozinha/pastelaria
  - 1.1. Evolução
  - 1.2. Influência da cozinha francesa na gastronomia
  - 1.3. Influências na cozinha portuguesa
2. Gastronomia
  - 2.1. Património cultural (evolução e desenvolvimento)
  - 2.2. Regional
  - 2.3. Nacional
  - 2.4. Mediterrânica
  - 2.5. Produtos gastronómicos nacionais
  - 2.6. Novos produtos culinários
  - 2.7. Produtos de qualidade certificados
  - 2.8. Vinhos
  - 2.9. Queijos, enchidos e ensacados
  - 2.10. Outros
3. Hábitos e culturas alimentares
  - 3.1. Tendências gastronómicas
  - 3.2. Cozinhas do mundo

1122

### Noções e normas da qualidade

25 horas

### Objetivos

1. Identificar o conceito e os princípios da qualidade
2. Reconhecer a importância de produzir com qualidade.

## Conteúdos

1. O que é a qualidade
2. Controlo da qualidade
3. Qualidade total: Normas ISO 9000; passos da certificação de uma empresa
4. Qualidade ambiental:



- 4.1. As empresas e a conservação do ambiente
- 4.2. Prevenção da poluição
- 4.3. Redução de desperdícios e rentabilização de recursos
- 5. Normas ISO 14000
- 6. Verificação e controlo do trabalho produzido

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| <b>3297</b>      | <b>Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplicar os princípios de análise de riscos e controlo dos pontos críticos no processo produtivo dos alimentos, de forma a garantir a segurança alimentar.</li> <li>2. Realizar a manutenção dos processos associados ao sistema HACCP.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Segurança alimentar (HACCP)
  - 1.1. Enquadramento
  - 1.2. Princípios e conceitos
  - 1.3. Terminologia
  - 1.4. Regulamentação em vigor
2. Aplicação do sistema HACCP
  - 2.1. Etapas e procedimentos
  - 2.2. Manutenção de processos

|                  |   |          |
|------------------|---|----------|
| <b>7852</b>      | <b>Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento</b>  | 25 horas |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explicar o conceito de empreendedorismo.</li> <li>2. Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor.</li> <li>3. Aplicar instrumentos de diagnóstico e de autodiagnóstico de competências empreendedoras.</li> <li>4. Analisar o perfil pessoal e o potencial como empreendedor.</li> <li>5. Identificar as necessidades de desenvolvimento técnico e comportamental, de forma a favorecer o potencial empreendedor.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Empreendedorismo
  - 1.1. Conceito de empreendedorismo
  - 1.2. Vantagens de ser empreendedor
  - 1.3. Espírito empreendedor versus espírito empresarial
2. Autodiagnóstico de competências empreendedoras

- 2.1. Diagnóstico da experiência de vida
- 2.2. Diagnóstico de conhecimento das "realidades profissionais"
- 2.3. Determinação do "perfil próprio" e autoconhecimento
- 2.4. Autodiagnóstico das motivações pessoais para se tornar empreendedor
3. Características e competências-chave do perfil empreendedor
  - 3.1. Pessoais
    - 3.1.1. Autoconfiança e automotivação
    - 3.1.2. Capacidade de decisão e de assumir riscos
    - 3.1.3. Persistência e resiliência
    - 3.1.4. Persuasão
    - 3.1.5. Concretização
  - 3.2. Técnicas
    - 3.2.1. Área de negócio e de orientação para o cliente
    - 3.2.2. Planeamento, organização e domínio das TIC
    - 3.2.3. Liderança e trabalho em equipa
4. Fatores que inibem o empreendedorismo
5. Diagnóstico de necessidades do empreendedor
  - 5.1. Necessidades de caráter pessoal
  - 5.2. Necessidades de caráter técnico
6. Empreendedor - autoavaliação
  - 6.1. Questionário de autoavaliação e respetiva verificação da sua adequação ao perfil comportamental do empreendedor

| 7853             | <b>Ideias e oportunidades de negócio</b>  | 50 horas |
|------------------|---|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os desafios e problemas como oportunidades.</li> <li>2. Identificar ideias de criação de pequenos negócios, reconhecendo as necessidades do público-alvo e do mercado.</li> <li>3. Descrever, analisar e avaliar uma ideia de negócio capaz de satisfazer necessidades.</li> <li>4. Identificar e aplicar as diferentes formas de recolha de informação necessária à criação e orientação de um negócio.</li> <li>5. Reconhecer a viabilidade de uma proposta de negócio, identificando os diferentes fatores de sucesso e insucesso.</li> <li>6. Reconhecer as características de um negócio e as atividades inerentes à sua prossecução.</li> <li>7. Identificar os financiamentos, apoios e incentivos ao desenvolvimento de um negócio, em função da sua natureza e plano operacional.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Criação e desenvolvimento de ideias/opportunidades de negócio
  - 1.1. Noção de negócio sustentável
  - 1.2. Identificação e satisfação das necessidades
    - 1.2.1. Formas de identificação de necessidades de produtos/serviços para potenciais clientes/consumidores
    - 1.2.2. Formas de satisfação de necessidades de potenciais clientes/consumidores, tendo presente as

normas de qualidade, ambiente e inovação

- 2. Sistematização, análise e avaliação de ideias de negócio**
  - 2.1. Conceito básico de negócio**
    - 2.1.1. Como resposta às necessidades da sociedade**
  - 2.2. Das oportunidades às ideias de negócio**
    - 2.2.1. Estudo e análise de bancos/bolsas de ideias**
    - 2.2.2. Análise de uma ideia de negócio - potenciais clientes e mercado (target)**
    - 2.2.3. Descrição de uma ideia de negócio**
  - 2.3. Noção de oportunidade relacionada com o serviço a clientes**
- 3. Recolha de informação sobre ideias e oportunidades de negócio/mercado**
  - 3.1. Formas de recolha de informação**
    - 3.1.1. Direta – junto de clientes, da concorrência, de eventuais parceiros ou promotores**
    - 3.1.2. Indireta – através de associações ou serviços especializados - públicos ou privados, com recurso a estudos de mercado/viabilidade e informação disponível on-line ou noutros suportes**
  - 3.2. Tipo de informação a recolher**
    - 3.2.1. O negócio, o mercado (nacional, europeu e internacional) e a concorrência**
    - 3.2.2. Os produtos ou serviços**
    - 3.2.3. O local, as instalações e os equipamentos**
    - 3.2.4. A logística – transporte, armazenamento e gestão de stocks**
    - 3.2.5. Os meios de promoção e os clientes**
    - 3.2.6. O financiamento, os custos, as vendas, os lucros e os impostos**
- 4. Análise de experiências de criação de negócios**
  - 4.1. Contacto com diferentes experiências de empreendedorismo**
    - 4.1.1. Por setor de atividade/mercado**
    - 4.1.2. Por negócio**
  - 4.2. Modelos de negócio**
    - 4.2.1. Benchmarking**
    - 4.2.2. Criação/diferenciação de produto/serviço, conceito, marca e segmentação de clientes**
    - 4.2.3. Parceria de outsourcing**
    - 4.2.4. Franchising**
    - 4.2.5. Estruturação de raiz**
    - 4.2.6. Outras modalidades**
- 5. Definição do negócio e do target**
  - 5.1. Definição sumária do negócio**
  - 5.2. Descrição sumária das atividades**
  - 5.3. Target a atingir**
- 6. Financiamento, apoios e incentivos à criação de negócios**
  - 6.1. Meios e recursos de apoio à criação de negócios**
  - 6.2. Serviços e apoios públicos – programas e medidas**
  - 6.3. Banca, apoios privados e capitais próprios**
  - 6.4. Parcerias**
- 7. Desenvolvimento e validação da ideia de negócio**
  - 7.1. Análise do negócio a criar e sua validação prévia**
  - 7.2. Análise crítica do mercado**
    - 7.2.1. Estudos de mercado**

- 7.2.2. Segmentação de mercado
- 7.3. Análise crítica do negócio e/ou produto
  - 7.3.1. Vantagens e desvantagens
  - 7.3.2. Mercado e concorrência
  - 7.3.3. Potencial de desenvolvimento
  - 7.3.4. Instalação de arranque
- 7.4. Economia de mercado e economia social – empreendedorismo comercial e empreendedorismo social
- 8. Tipos de negócio
  - 8.1. Natureza e constituição jurídica do negócio
    - 8.1.1. Atividade liberal
    - 8.1.2. Empresário em nome individual
    - 8.1.3. Sociedade por quotas
- 9. Contacto com entidades e recolha de informação no terreno
  - 9.1. Contactos com diferentes tipologias de entidades (municípios, entidades financiadoras, assessorias técnicas, parceiros, ...)
  - 9.2. Documentos a recolher (faturas pró-forma; plantas de localização e de instalações, catálogos técnicos, material de promoção de empresas ou de negócios, etc...)

|                  |  |                 |
|------------------|--|-----------------|
| <b>7854</b>      | <b>Plano de negócio – criação de micronegócios</b>   | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho.</li> <li>2. Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio.</li> <li>3. Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver.</li> <li>4. Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira.</li> <li>5. Elaborar um plano de negócio.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Planeamento e organização do trabalho
  - 1.1. Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo
  - 1.2. Atitude, trabalho e orientação para os resultados
2. Conceito de plano de ação e de negócio
  - 2.1. Principais fatores de êxito e de risco nos negócios
  - 2.2. Análise de experiências de negócio
    - 2.2.1. Negócios de sucesso
    - 2.2.2. Insucesso nos negócios
  - 2.3. Análise SWOT do negócio
    - 2.3.1. Pontos fortes e fracos
    - 2.3.2. Oportunidades e ameaças ou riscos
  - 2.4. Segmentação do mercado
    - 2.4.1. Abordagem e estudo do mercado
    - 2.4.2. Mercado concorrencial
    - 2.4.3. Estratégias de penetração no mercado

- 2.4.4. Perspetivas futuras de mercado
- 3. Plano de ação
  - 3.1. Elaboração do plano individual de ação
    - 3.1.1. Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio
    - 3.1.2. Processo de angariação de clientes e negociação contratual
- 4. Estratégia empresarial
  - 4.1. Análise, formulação e posicionamento estratégico
  - 4.2. Formulação estratégica
  - 4.3. Planeamento, implementação e controlo de estratégias
  - 4.4. Negócios de base tecnológica | Start-up
  - 4.5. Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures
  - 4.6. Estratégias de internacionalização
  - 4.7. Qualidade e inovação na empresa
- 5. Plano de negócio
  - 5.1. Principais características de um plano de negócio
    - 5.1.1. Objetivos
    - 5.1.2. Mercado, interno e externo, e política comercial
    - 5.1.3. Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa
    - 5.1.4. Etapas e atividades
    - 5.1.5. Recursos humanos
    - 5.1.6. Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)
  - 5.2. Formas de análise do próprio negócio de médio e longo prazo
    - 5.2.1. Elaboração do plano de ação
    - 5.2.2. Elaboração do plano de marketing
    - 5.2.3. Desvios ao plano
  - 5.3. Avaliação do potencial de rendimento do negócio
  - 5.4. Elaboração do plano de aquisições e orçamento
  - 5.5. Definição da necessidade de empréstimo financeiro
  - 5.6. Acompanhamento do plano de negócio
- 6. Negociação com os financiadores

| 7855             | <b>Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios</b>  | 50 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho.</li> <li>2. Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio.</li> <li>3. Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver.</li> <li>4. Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira.</li> <li>5. Reconhecer a estratégia geral e comercial de uma empresa.</li> <li>6. Reconhecer a estratégia de I&amp;D de uma empresa.</li> <li>7. Reconhecer os tipos de financiamento e os produtos financeiros.</li> <li>8. Elaborar um plano de marketing, de acordo com a estratégia definida.</li> <li>9. Elaborar um plano de negócio.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

- 1. Planeamento e organização do trabalho**
  - 1.1. Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo**
  - 1.2. Atitude, trabalho e orientação para os resultados**
- 2. Conceito de plano de ação e de negócio**
  - 2.1. Principais fatores de êxito e de risco nos negócios**
  - 2.2. Análise de experiências de negócio**
    - 2.2.1. Negócios de sucesso**
    - 2.2.2. Insucesso nos negócios**
  - 2.3. Análise SWOT do negócio**
    - 2.3.1. Pontos fortes e fracos**
    - 2.3.2. Oportunidades e ameaças ou riscos**
  - 2.4. Segmentação do mercado**
    - 2.4.1. Abordagem e estudo do mercado**
    - 2.4.2. Mercado concorrencial**
    - 2.4.3. Estratégias de penetração no mercado**
    - 2.4.4. Perspetivas futuras de mercado**
- 3. Plano de ação**
  - 3.1. Elaboração do plano individual de ação**
    - 3.1.1. Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio**
    - 3.1.2. Processo de angariação de clientes e negociação contratual**
- 4. Estratégia empresarial**
  - 4.1. Análise, formulação e posicionamento estratégico**
  - 4.2. Formulação estratégica**
  - 4.3. Planeamento, implementação e controlo de estratégias**
  - 4.4. Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures**
  - 4.5. Estratégias de internacionalização**
  - 4.6. Qualidade e inovação na empresa**
- 5. Estratégia comercial e planeamento de marketing**
  - 5.1. Planeamento estratégico de marketing**
  - 5.2. Planeamento operacional de marketing (marketing mix)**
  - 5.3. Meios tradicionais e meios de base tecnológica (e-marketing)**
  - 5.4. Marketing internacional | Plataformas multiculturais de negócio (da organização ao consumidor)**
  - 5.5. Contacto com os clientes | Hábitos de consumo**
  - 5.6. Elaboração do plano de marketing**
    - 5.6.1. Projeto de promoção e publicidade**
    - 5.6.2. Execução de materiais de promoção e divulgação**
- 6. Estratégia de I&D**
  - 6.1. Incubação de empresas**
    - 6.1.1. Estrutura de incubação**
    - 6.1.2. Tipologias de serviço**
  - 6.2. Negócios de base tecnológica | Start-up**

- 6.3. Patentes internacionais
- 6.4. Transferência de tecnologia
- 7. Financiamento
  - 7.1. Tipos de abordagem ao financiador
  - 7.2. Tipos de financiamento (capital próprio, capital de risco, crédito, incentivos nacionais e internacionais)
  - 7.3. Produtos financeiros mais específicos (leasing, renting, factoring, ...)
- 8. Plano de negócio
  - 8.1. Principais características de um plano de negócio
    - 8.1.1. Objetivos
    - 8.1.2. Mercado, interno e externo, e política comercial
    - 8.1.3. Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa
    - 8.1.4. Etapas e atividades
    - 8.1.5. Recursos humanos
    - 8.1.6. Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)
  - 8.2. Desenvolvimento do conceito de negócio
  - 8.3. Proposta de valor
  - 8.4. Processo de tomada de decisão
  - 8.5. Reformulação do produto/serviço
  - 8.6. Orientação estratégica (plano de médio e longo prazo)
    - 8.6.1. Desenvolvimento estratégico de comercialização
  - 8.7. Estratégia de controlo de negócio
  - 8.8. Planeamento financeiro
    - 8.8.1. Elaboração do plano de aquisições e orçamento
    - 8.8.2. Definição da necessidade de empréstimo financeiro
    - 8.8.3. Estimativa dos juros e amortizações
    - 8.8.4. Avaliação do potencial de rendimento do negócio
  - 8.9. Acompanhamento da consecução do plano de negócio

| 8598             | <b>Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego</b>  | 25 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definir os conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem.</li> <li>2. Identificar competências adquiridas ao longo da vida.</li> <li>3. Explicar a importância da adoção de uma atitude empreendedora como estratégia de empregabilidade.</li> <li>4. Identificar as competências transversais valorizadas pelos empregadores.</li> <li>5. Reconhecer a importância das principais competências de desenvolvimento pessoal na procura e manutenção do emprego.</li> <li>6. Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego.</li> <li>7. Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae.</li> <li>8. Identificar e selecionar anúncios de emprego.</li> <li>9. Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas.</li> <li>10. Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem (formal e informal) – aplicação destes conceitos na compreensão da sua história de vida, identificação e valorização das competências adquiridas
2. Atitude empreendedora/proactiva
3. Competências valorizadas pelos empregadores - transferíveis entre os diferentes contextos laborais
  - 3.1. Competências relacionais
  - 3.2. Competências criativas
  - 3.3. Competências de gestão do tempo
  - 3.4. Competências de gestão da informação
  - 3.5. Competências de tomada de decisão
  - 3.6. Competências de aprendizagem (aprendizagem ao longo da vida)
4. Modalidades de trabalho
5. Mercado de trabalho visível e encoberto
6. Pesquisa de informação para procura de emprego
7. Medidas ativas de emprego e formação
8. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
9. Rede de contactos (sociais ou relacionais)
10. Curriculum vitae
11. Anúncios de emprego
12. Candidatura espontânea
13. Entrevista de emprego

| 8599             | <b>Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego</b>  | 25 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explicar o conceito de assertividade.</li> <li>2. Identificar e desenvolver tipos de comportamento assertivo.</li> <li>3. Aplicar técnicas de assertividade em contexto socioprofissional.</li> <li>4. Reconhecer as formas de conflito na relação interpessoal.</li> <li>5. Definir o conceito de inteligência emocional.</li> <li>6. Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego.</li> <li>7. Aplicar as principais estratégias de procura de emprego.</li> <li>8. Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae.</li> <li>9. Identificar e selecionar anúncios de emprego.</li> <li>10. Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas.</li> <li>11. Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Comunicação assertiva



2. Assertividade no relacionamento interpessoal
3. Assertividade no contexto socioprofissional
4. Técnicas de assertividade em contexto profissional
5. Origens e fontes de conflito na empresa
6. Impacto da comunicação no relacionamento humano
7. Comportamentos que facilitam e dificultam a comunicação e o entendimento
8. Atitude tranquila numa situação de conflito
9. Inteligência emocional e gestão de comportamentos
10. Modalidades de trabalho
11. Mercado de trabalho visível e encoberto
12. Pesquisa de informação para procura de emprego
13. Medidas ativas de emprego e formação
14. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
15. Rede de contactos
16. Curriculum vitae
17. Anúncios de emprego
18. Candidatura espontânea
19. Entrevista de emprego

| 8600             | <b>Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego</b>  | 25 horas |
|------------------|--|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definir o conceito de empreendedorismo.</li> <li>2. Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor.</li> <li>3. Identificar o perfil do empreendedor.</li> <li>4. Reconhecer a ideia de negócio.</li> <li>5. Definir as fases de um projeto.</li> <li>6. Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego.</li> <li>7. Aplicar as principais estratégias de procura de emprego.</li> <li>8. Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae.</li> <li>9. Identificar e selecionar anúncios de emprego.</li> <li>10. Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas.</li> <li>11. Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

1. Conceito de empreendedorismo – múltiplos contextos e perfis de intervenção
2. Perfil do empreendedor
3. Fatores que inibem o empreendedorismo
4. Ideia de negócio e projet
5. Coerência do projeto pessoal / projeto empresarial
6. Fases da definição do projeto

7. Modalidades de trabalho
8. Mercado de trabalho visível e encoberto
9. Pesquisa de informação para procura de emprego
10. Medidas ativas de emprego e formação
11. Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
12. Rede de contactos
13. Curriculum vitae
14. Anúncios de emprego
15. Candidatura espontânea
16. Entrevista de emprego

|                  |   |                 |
|------------------|---|-----------------|
| <b>10746</b>     | <b>Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas</b>  | <b>25 horas</b> |
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar o papel e funções do responsável na empresa/organização pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em situações de epidemias/pandemias no local de trabalho.</li> <li>2. Reconhecer a importância das diretizes internacionais, nacionais e regionais no quadro da prevenção e mitigação de epidemias/pandemias no local de trabalho e a necessidade do seu cumprimento legal.</li> <li>3. Apoiar os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na implementação do Plano de Contingência da organização/empresa, em articulação com as entidades e estruturas envolvidas e de acordo com o respetivo protocolo interno, assegurando a sua atualização e implementação.</li> <li>4. Apoiar na gestão das medidas de prevenção e proteção dos trabalhadores, clientes e/ou fornecedores, garantindo o seu cumprimento em todas as fases de implementação do Plano de Contingência, designadamente na reabertura das atividades económicas.</li> </ol> |                 |

## Conteúdos

1. Papel do responsável pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em cenários de exceção
  - 1.1. Deveres e direitos dos empregadores e trabalhadores na prevenção da epidemia/pandemia
  - 1.2. Funções e competências – planeamento, organização, execução, avaliação
  - 1.3. Cooperação interna e externa – diferentes atores e equipas
  - 1.4. Medidas de intervenção e prevenção para trabalhadores e clientes e/ou fornecedores – Plano de Contingência da empresa/organização (procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em articulação com os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho da empresa, trabalhadores e respetivas estruturas representativas, quando aplicável)
  - 1.5. Comunicação e Informação (diversos canais) – participação dos trabalhadores e seus representantes
  - 1.6. Auditorias periódicas às atividades económicas, incluindo a componente comportamental (manutenção do comportamento seguro dos trabalhadores)
  - 1.7. Recolha de dados, reporte e melhoria contínua
2. Plano de Contingência
  - 2.1. Legislação e diretizes internacionais, nacionais e regionais
  - 2.2. Articulação com diferentes estruturas – do sistema de saúde, do trabalho e da economia e Autoridades Competentes
  - 2.3. Comunicação interna, diálogo social e participação na tomada de decisões
  - 2.4. Responsabilidade e aprovação do Plano

- 2.5. Disponibilização, divulgação e atualização do Plano (diversos canais)
- 2.6. Política, planeamento e organização
- 2.7. Procedimentos a adotar para casos suspeitos e confirmados de doença infecciosa (isolamento, contacto com assistência médica, limpeza e desinfeção, descontaminação e armazenamento de resíduos, vigilância de saúde de pessoas que estiveram em estreito contacto com trabalhadores/as infetados/as)
- 2.8. Avaliação de riscos
- 2.9. Controlo de riscos – medidas de prevenção e proteção
  - 2.9.1. Higiene, ventilação e limpeza do local de trabalho
  - 2.9.2. Higiene das mãos e etiqueta respiratória no local de trabalho ou outra, em função da tipologia da doença e via(s) de transmissão
  - 2.9.3. Viagens de carácter profissional, utilização de veículos da empresa, deslocações de/e para o trabalho
  - 2.9.4. Realização de reuniões de trabalho, visitas e outros eventos
  - 2.9.5. Detecção de temperatura corporal e auto monitorização dos sintomas
  - 2.9.6. Equipamento de Proteção Individual (EPI) e Coletivo (EPC) – utilização, conservação, higienização e descarte
  - 2.9.7. Distanciamento físico entre pessoas, reorganização dos locais e horários de trabalho
  - 2.9.8. Formação e informação
  - 2.9.9. Trabalho presencial e teletrabalho
- 2.10. Proteção dos trabalhadores mais vulneráveis e grupos de risco – adequação da vigilância
- 3. Revisão do Plano de Contingência, adaptação das medidas e verificação das ações de melhoria
- 4. Manual de Reabertura das atividades económicas
  - 4.1. Diretrizes organizacionais – modelo informativo, fases de intervenção, formação e comunicação
  - 4.2. Indicações operacionais – precauções básicas de prevenção e controlo de infeção, condições de proteção antes do regresso ao trabalho presencial e requisitos de segurança e saúde no local de trabalho
  - 4.3. Gestão de riscos profissionais – fatores de risco psicossocial, riscos biomecânicos, riscos profissionais associados à utilização prolongada de EPI, riscos biológicos, químicos, físicos e ergonómicos
  - 4.4. Condições de proteção e segurança para os consumidores/clientes
  - 4.5. Qualidade e segurança na prestação do serviço e/ou entrega do produto – operação segura, disponibilização de EPI, material de limpeza de uso único, entre outros, descontaminação
  - 4.6. Qualidade e segurança no manuseamento, dispensa e pagamento de produtos e serviços
  - 4.7. Sensibilização e promoção da saúde – capacitação e combate à desinformação, saúde pública e SST
  - 4.8. Transformação digital – novas formas de trabalho e de consumo

| 10759            | <b>Teletrabalho</b>   | 25 horas |
|------------------|---|----------|
| <b>Objetivos</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecer o enquadramento legal, as modalidades de teletrabalho e o seu impacto para a organização e trabalhadores/as.</li> <li>2. Identificar o perfil e papel do/a teletrabalhador/a no contexto dos novos desafios laborais e ocupacionais e das políticas organizacionais.</li> <li>3. Identificar e selecionar ferramentas e plataformas tecnológicas de apoio ao trabalho remoto.</li> <li>4. Adaptar o ambiente de trabalho remoto ao regime de trabalho à distância e implementar estratégias de comunicação, produtividade, motivação e de confiança em ambiente colaborativo.</li> <li>5. Aplicar as normas de segurança, confidencialidade e proteção de dados organizacionais nos processos de comunicação e informação em regime de teletrabalho.</li> <li>6. Planear e organizar o dia de trabalho em regime de teletrabalho, assegurando a conciliação da vida profissional com a vida pessoal e familiar.</li> </ol> |          |

## Conteúdos

- 1. Teletrabalho**
  - 1.1.** Conceito e caracterização em contexto tradicional e em cenários de exceção
  - 1.2.** Enquadramento legal, regime, modalidades e negociação
  - 1.3.** Deveres e direitos dos/as empregadores/as e teletrabalhadores
  - 1.4.** Vantagens e desafios para os/as teletrabalhadores e para a sociedade
- 2. Competências do/a teletrabalhador/a**
  - 2.1.** Competências comportamentais e atitudinais – capacidade de adaptação à mudança e ao novo ambiente de trabalho, automotivação, autodisciplina, capacidade de inter-relacionamento e socialização a distância, valorização do compromisso e adesão ao regime de teletrabalho
  - 2.2.** Competências técnicas – utilização de tecnologias e ferramentas digitais, gestão do tempo, gestão por objetivos, ferramentas colaborativas, capacitação e literacia digital
- 3. Pessoas, produtividade e bem-estar em contexto de teletrabalho**
  - 3.1. Gestão da confiança**
    - 3.1.1.** Promoção dos valores organizacionais e valorização de uma missão coletiva
    - 3.1.2.** Acompanhamento permanente e reforço de canais de comunicação (abertos e transparentes)
    - 3.1.3.** Partilha de planos organizacionais de ajustamento e distribuição do trabalho e disseminação de boas práticas
    - 3.1.4.** Identificação de sinais de alerta e gestão dos riscos psicossociais
  - 3.2. Gestão da distância**
    - 3.2.1.** Sensibilização, capacitação e promoção da segurança e saúde no trabalho
    - 3.2.2.** Reorganização dos locais e horários de trabalho
    - 3.2.3.** Equipamentos, ferramentas, programas e aplicações informáticas e ambientes virtuais (trabalho colaborativo)
    - 3.2.4.** Motivação e feedback
    - 3.2.5.** Cumprimento dos tempos de trabalho (disponibilidade contratualizada)
    - 3.2.6.** Reconhecimento das exigências e dificuldades associadas ao trabalho remoto
    - 3.2.7.** Gestão da eventual sobreposição do trabalho à vida pessoal
    - 3.2.8.** Controlo e proteção de dados pessoais
    - 3.2.9.** Confidencialidade e segurança da informação e da comunicação
    - 3.2.10.** Assistência técnica remota
  - 3.3.** Gestão da informação, reuniões e eventos (à distância e/ou presenciais)
  - 3.4.** Formação e desenvolvimento de novas competências
  - 3.5.** Transformação digital – novas formas de trabalho
- 4. Desempenho profissional em regime de teletrabalho**
  - 4.1.** Organização do trabalho
  - 4.2.** Ambiente de trabalho – iluminação, temperatura, ruído
  - 4.3.** Espaço de e para o teletrabalho
  - 4.4.** Mobiliário e equipamentos informáticos – condições ergonómicas adaptadas ao novo contexto de trabalho
  - 4.5.** Pausas programadas
  - 4.6.** Riscos profissionais e psicossociais
    - 4.6.1.** Salubridade laboral, ocupacional, individual, psíquica e social
    - 4.6.2.** Avaliação e controlo de riscos
    - 4.6.3.** Acidentes de trabalho
  - 4.7.** Gestão do isolamento

