

TAR(•)GET

Tema	Mês	Atividade	Horário	N.º Max. participantes	Sala
Saúde Mental e Empreendedorismo de Impacto	JANEIRO				
	17	Shot bem-estar	-	-	-
	22	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
	25	Teaser	11:30-12:30	15	Bica
	29	Workshop	11:30-13:00	20	Bica
A Certeza da Incerteza	FEVEREIRO				
	7	Shot bem-estar	-	-	-
	14	Teaser	11:30-12:30	15	Bica
	19	Workshop	11:30-13:00	20	Bica
	26	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
A Minha Saúde Mental no Outro	MARÇO				
	6	Shot Bem-estar	-	-	-
	11	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
	13	Teaser	12:00-13:00	15	Bica
	25	Workshop	11:30-13:00	20	LSE
Segurança Psicológica e Inteligência Emocional	ABRIL				
	3	Shot bem-estar	-	-	-
	8	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
	10	Teaser	11:30-12:30	15	Terraço
	15	Workshop	11:30-13:00	20	LSE
	23	Coaching individual (Online)	09:30 - 10:30 11:00 - 12:00	1	-
	24	Yoga	9:15-10:15	15	Bica
	30	Coaching individual(P)	09:30 - 10:30	1	Aquário
	30	Coaching Equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Aquário
Burnout	MAIO				
	Durante o mês	Shot bem-estar	-	-	-
	13	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
	15	Workshop/Teaser	11:30-12:30	15	Bica
	20	Workshop(ONLINE)	11:30-13:00	20	-
	24	Coaching individual (P)	09:30 - 10:30	1	Aquário
	24	Coaching equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Aquário
	28	Coaching Equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Bica
	28	Coaching individual (Online)	17:00 - 18:00 18:30 - 19:30	1	-
29	Yoga	9:15-10:15	15	Bica	
Disrupção como sinal de Saúde Mental	JUNHO				
	3	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
	5	Shot bem-estar	-	-	-
	12	Teaser	11:30-12:30	15	Bica
	17	Workshop	11:30-13:00	20	LSE
	25	Coaching individual (Online)	09:30 - 10:30 11:00 - 12:00	1	-
	26	Yoga	9:15-10:15	15	Bica
	27	Coaching Equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Aquário
	28	Coaching individual (P)	09:30 - 10:30	1	Aquário
	28	Coaching Equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Aquário
Saber Errar – A Arte da Compaixão	JULHO				
	3	Shot bem-estar	-	-	-
	8	Founders circle	9:00-10:15	10	Bica
	10	Teaser	11:30-12:30	15	Bica
	15	Workshop	11:30-13:00	20	LSE
	23	Coaching individual (Online)	09:30 - 10:30 11:00 - 12:00	1	-
	24	Yoga	9:15-10:15	15	Bica
	25	Coaching Equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Aquário
	26	Coaching individual (P)	09:30 - 10:30	1	Aquário
	26	Coaching Equipa (P)	11:00 - 12:30	5	Aquário