

	Abril	Maio	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro
Tema Mestre	Autoconhecimento	Emoções	Foco e Gestão do Tempo	Comunicação	Trabalho em Equipe	Fala e Escuta	Problema e Solução	Empreender na Vida
Encontro (1h30)	<i>FOCO: Autoconhecimento, pra quê?</i>	<i>FOCO: Ansiedade e Saúde Mental</i>	<i>FOCO: Proatividade x Procrastinação</i>	<i>COMUNICAÇÃO: Gestão de Conflitos</i>	<i>COMUNICAÇÃO: Diálogos Colaborativos</i>	<i>COMUNICAÇÃO: Escuta Empática</i>	<i>FOCO: Resolução de Problemas</i>	<i>SONHOS: Criatividade, pronto para inovar?</i>
Facilitadores e Facilitadoras	Filipe Mescolotto	Filipe Mescolotto	Filipe Mescolotto	Solange Fonseca	Solange Fonseca	Solange Fonseca	Filipe Mescolotto	Francis Fróes
Convidados e Convidadas	Lizandra Iwersen	Sandro Lobo	Fernando Serra	Franciny Bartolo	Talita Matos	Rogério Malveira	Talita Matos	Priscila Westphal
UFFS	19/04 - 19h15 às 20h45	11/05 - 19h15 às 20h45	15/06 - 8h15 às 9h45	05/07 - 19h15 às 20h45	09/08 - 19h15 às 20h45	02/09 - 19h15 às 20h45	07/10 - 19h15 às 20h45	17/11 - 19h15 às 20h45
Workshop (3 horas - 1 encontro)	<i>ESM - FOCO Autoliderança e seus Desafios</i>	<i>ESM - FOCO Emoções - O que você sabe sobre elas?</i>	<i>FOCO Foco e Gestão do Tempo</i>	<i>COMUNICAÇÃO Comunicação Não-Violenta na Prática</i>	<i>COMUNICAÇÃO Trabalho em Equipe e Engajamento</i>	<i>COMUNICAÇÃO Conversas Assertivas</i>	<i>FOCO Errei, e agora?</i>	<i>SONHOS Empreenda seus Sonhos</i>
Facilitadores e Facilitadoras	Solange Fonseca e Priscila Westphal	Solange Fonseca e Filipe Mescolotto	Filipe Mescolotto e Priscila Westphal	Solange Fonseca e Lilian Rodrigues	Filipe Mescolotto e Anne Flekner	Solange Fonseca e Lilian Rodrigues	Filipe Mescolotto e Francis Fróes	Solange Fonseca e Anne Flekner
UFFS	26/04 - 19h15 às 22h15	17/05 - 19h15 às 22h15	29/06 - 19h15 às 22h15	13/07 - 19h15 às 22h15	19/08 - 19h15 às 22h15	17/09 - 19h15 às 22h15	14/10 - 19h15 às 22h15	24/11 - 19h15 às 22h15
Vídeo-aulas (V1 e V2 - 30 min/cada)	<i>V1 - Equilíbrio entre Corpo e Mente</i>	<i>V1 - Afetividade e Cuidado</i>	<i>V1 - Motivação e Força de Vontade</i>	<i>V1 - Sinceridade ou Autenticidade?</i>	<i>V1 - Ética Social, você sabe o que é?</i>	<i>V1 - Construa Pontes e não Muros</i>	<i>V1 - Amplie sua Visão - Olhar Sistêmico</i>	<i>V1 - Abundância x Escassez</i>
	<i>V2 - Autogestão - Ser e Fazer</i>	<i>V2 - O Propósito da Raiva</i>	<i>V2 - Distrações, o que fazer?</i>	<i>V2 - Afirmações x Julgamentos</i>	<i>V2 - Medo x Confiança</i>	<i>V2 - Respeito e Autorespeito</i>	<i>V2 - Pense Positivo</i>	<i>V2 - Porque Planejar?</i>
Facilitadores e Facilitadoras	V1 - Filipe Mescolotto V2 - Solange Fonseca	V1 - Filipe Mescolotto V2 - Solange Fonseca	V1 - Francis Fróes V2 - Solange Fonseca	V1 - Solange Fonseca V2 - Filipe Mescolotto	V1 - Solange Fonseca V2 - Filipe Mescolotto	V1 - Solange Fonseca V2 - Filipe Mescolotto	V1 - Solange Fonseca V2 - Filipe Mescolotto	V1 - Solange Fonseca V2 - Priscila Westphal
UFFS	23/04	18/05	22/06	08/07	12/08	09/09	11/10	19/11