

Oferta formativa 2023

STCW
Pescas
Tráfego local
Comércio
Máquinas marítimas
Formação de formadores
Outras áreas de formação



Temos um Polo próximo de si.

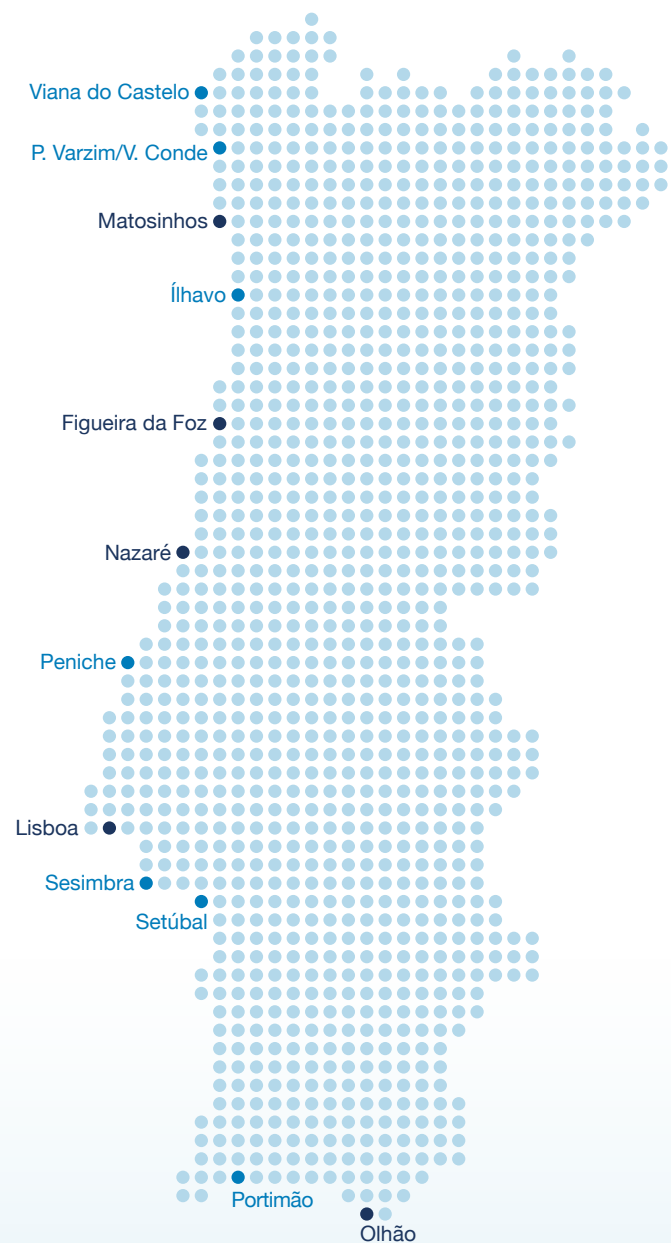
Somos 12 Polos, de Norte a Sul do país, empenhados em promover atividades de formação profissional para a valorização dos recursos humanos dos setores ligados à economia do mar.

Ministramos formação destinada a jovens e adultos.

Nos cursos de início de carreira marítima, oferecemos apoios sociais aos formandos, como forma de incentivar a adesão de novos profissionais ao setor marítimo.

● Polo do FOR-MAR

● Polo do FOR-MAR com certificação STCW



Cursos de iniciação e progressão

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

👤🚗 | Misto

Contramestre 👤🚗	225h
Contramestre pescador 👤🚗	300h
Eletricista 👤🚗	541h
Maquinista prático de 2ª classe 👤🚗	300h
Marinheiro de 2ª classe 👤🚗	291h
Marinheiro de 2ª classe do tráfego local 👤🚗	191h
Marinheiro maquinista 👤🚗	466h
Marinheiro pescador 👤🚗	366h
Pescador 👤🚗	191h



Cursos de preparação para exames

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

👤👤 | Misto

Arrais de pesca 👤👤	75h
----------------------	-----

Arrais de pesca local 👤👤	50h
----------------------------	-----

Maquinista prático de 1ª classe 👤👤	125h
--------------------------------------	------

Mestre do tráfego local 👤👤	225h
------------------------------	------

Mestre costeiro pescador 👤👤	200h
-------------------------------	------

Mestre do largo pescador 👤👤	225h
-------------------------------	------

Operador de guas flutuantes 👤👤	25h
----------------------------------	-----



Cursos STCW

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤👤 | Misto



Atualização em segurança básica 👤 🔄	21h
---------------------------------------	-----

Controlo de multidões e segurança para pessoal que presta assistência direta aos passageiros 👤 🔄	16h
--	-----

Exercício de funções específicas de proteção 👤 💻	9h
--	----

Segurança básica 👤 🔄	66h
------------------------	-----

Sensibilização para a proteção 👤 💻	5h
--------------------------------------	----

Cursos para obtenção de certificações específicas

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤👤 | Misto



Atividades marítimas e de recreio 👤👤	147h	GMDSS A1 e A2 👤👤	25h
Utilização das plataformas Capitania Online e Bmar 👤💻	10h	Observador de radar 👤👤	25h
Condução de motores de potência igual ou inferior a 250kW 👤👤	50h	Operador radiotelefonista da classe A 👤💻	18h
Condução motores de potência igual ou inferior a 350 kW 👤👤	100h	Segurança e saúde no trabalho para empregador/trabalhador designado 👤💻	50h
Diário de pesca eletrónico 👤💻	21h	Suporte básico de vida 👤	4h
Formação combinada para marítimos estrangeiros 👤	91h	Suporte básico de vida com desfibrilhação automática externa 👤	7h

Cursos de educação e formação de adultos (EFA) e aprendizagem

Regimes disponíveis

- 📍 | Presencial
- 🎓 | Misto

9º | EFA B3 - confere o 9º ano

NS | EFA NS - confere o nível secundário

A | Curso aprendizagem

Operador de logística 📍 🎓 9º	1520-1960h
Operador de transformação do pescado 📍 🎓 9º	1420-1860h
Técnico de controlo de qualidade alimentar 📍 🎓 NS	1635-1845h
Técnico de informação e animação turística 📍 🎓 NS	1910-2120h
Técnico de informação e animação turística 📍 A	3625h



Cursos de outras áreas de formação

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤👤 | Misto



Análise volumétrica 👤👤	25h	Construções metalomecânicas - maquinaria 👤👤	50h
Atividades marítimo turísticas 👤👤	55-400h	Criar e editar conteúdos digitais 👤💻	25h
Ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho 👤💻	25h	Educação ambiental 👤💻	25h
Apanha e produção de moluscos bivalves 👤👤	125h	Eletromecânico de refrigeração e climatização 👤👤	200-300h
Atendimento e técnicas de comunicação 👤💻	25h	Ergonomia e movimentação manual de cargas 👤👤	25h
CAD - inventor 👤	125h	Familiarização em navios ro-ro de passageiros e controlo de multidões 👤	25h
CAD - modelação tridimensional 👤	50h	Folha de cálculo 👤💻	50h
Câmaras frigoríficas - instalação de automatismo 👤👤	50h	Folha de cálculo - funcionalidades avançadas 👤💻	25h
Caracterização da atividade aquícola e dos sistemas de produção 👤💻	25h	Formação em CAD 👤	200h
Condução e manobra de equipamentos de carga e descarga 👤👤	25h	Gestão ambiental a bordo 👤💻	25h
Crescimento microbiano 👤👤	25h	Gestão da produção aquícola 👤💻	25h

Cursos de outras áreas de formação

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤💻 | Misto



Gestão da produção, comercialização e marketing de produtos aquícolas 👤 💻	50h	Legislação turística 👤 💻	25h
Gestão na pequena pesca 👤 💻	25h	Liderança, gestão e motivação de equipas 👤 💻	25h
Higiene e segurança alimentar 👤 💻	25h	Língua alemã - atendimento 👤 💻	50h
Implementação e avaliação do sistema HACCP 👤 💻	50h	Língua alemã - logística 👤 💻	25h
Informação e promoção da região 👤 💻	50h	Língua espanhola 👤 💻	25h
Informática - folha de cálculo e base de dados 👤 💻	25h	Língua espanhola - informação 👤 💻	25h
Informática - noções básicas 👤	50h	Língua francesa - informação turística da região 👤 💻	25h
Informática na ótica do utilizador - folha de cálculo e intranet 👤 💻	25h	Língua francesa - serviço de restaurante/bar 👤 💻	25h
Informática na ótica do utilizador - fundamentos 👤	25h	Língua francesa 👤 💻	25h
Iniciação à aquacultura estuarina 👤 🎧	200h	Língua inglesa - apresentação e informação 👤 💻	25h
Internet - navegação 👤 💻	25h	Língua inglesa - atendimento 👤 💻	50h
		Língua inglesa - atividade marítima 👤 💻	25h

Cursos de outras áreas de formação

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤👤 | Misto



Língua inglesa - informação turística 👤 💻	25h	Noções de HACCP 👤 💻	25h
Língua inglesa 👤 💻	25h	Nutrição 👤 💻	25h
Literacia digital - iniciação 👤	25h	Nutrição e administração de alimento às espécies aquícolas 👤 💻	25h
Malformações e patologias em espécies aquícolas 👤 💻	50h	Operações básicas de manutenção de componentes mecânicos 👤	25h
Manuseamento e conservação do pescado a bordo 👤 🗣️	25h	Organização pessoal e gestão do tempo 👤 💻	25h
Máquinas elétricas - caracterização 👤 🗣️	50h	Português língua de acolhimento - A1 👤	75h
Meios de comunicação digital 👤 💻	25h	Português língua de acolhimento - A2 👤	75h
Medidas higio-sanitárias, profiláticas e terapêuticas em unidades aquícolas 👤 💻	50h	Primeiros socorros 👤 🗣️	25h
Meteorologia náutica 💻	25h	Primeiros socorros básicos a bordo 👤 🗣️	25h
Movimentação e operação de empilhadores 👤 🗣️	50h	Processador de texto - funcionalidades avançadas 👤 💻	25h
Navegação astronómica 👤 🗣️	50h		

Cursos de outras áreas de formação

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤👤 | Misto



Rastreabilidade e segurança alimentar na pesca 👤 💻	25h	Segurança, higiene e segurança no trabalho a bordo das embarcações 👤 💻	25h
Reciclagem, segurança e sobrevivência no mar e pesca 👤	25h	Sistema HACCP 👤 💻	25h
Relacionamento interpessoal 👤 💻	25h	Soldadura eletrogénea e oxi-acetilénica 👤	50h
Reparação de avarias e manutenção de embarcações de PRFV 👤	50h	Técnicas de socorrismo - princípios básicos 👤 👤	25h
Reparação e montagem de componentes em frigoríficos, congeladores e desumidificadores 👤	50h	Teletrabalho 💻	25h
Segurança e saúde no trabalho - situações epidémicas/pandémicas 👤 💻	25h	Turismo náutico e ambiente 👤 👤	575h

Cursos de formação de formadores

Regimes disponíveis

👤 | Presencial

💻 | E-learning

👤👤 | Misto

🔒 | Curso disponível apenas para inscritos na Bolsa de Formadores do FOR-MAR



Formação pedagógica contínua do formador a distância (e-Formador) | 👤 💻 60h

Formação pedagógica inicial de formadores | 👤 👤 90h

Dinâmicas interativas em salas de formação | 💻 25h

Moodle para formadores: técnicas e ferramentas essenciais | 💻 🔒 4h



Para mais informações e orientações,
contacte as nossas equipas.

Polos do FOR-MAR

Viana do Castelo

Tel.: 963 386 843
E-mail: viana@for-mar.pt

P. Varzim / V. Conde

Tel.: 963 386 812
E-mail: conde@for-mar.pt

Matosinhos

Tel.: 963 386 800
E-mail: matosinhos@for-mar.pt

Ílhavo

Tel.: 963 386 704
E-mail: ilhavo@for-mar.pt

Figueira da Foz

Tel.: 963 386 764
E-mail: figueira@for-mar.pt

Nazaré

Tel.: 963 386 271
E-mail: nazare@for-mar.pt

Peniche

Tel.: 963 387 148
E-mail: peniche@for-mar.pt

Lisboa

Tel.: 965 544 493
E-mail: lisboa@for-mar.pt

Sesimbra

Tel.: 963 387 335
E-mail: sesimbra@for-mar.pt

Setúbal

Tel.: 963 385 945
E-mail: setubal@for-mar.pt

Portimão

Tel.: 962 033 915
E-mail: portimao@for-mar.pt

Olhão

Tel.: 963 387 178
E-mail: olhao@for-mar.pt

Serviços Centrais

Av. Brasília, edifício FOR-MAR
Pedrouços, 1400-038 Lisboa
Tel.: 213 037 100
E-mail: for-mar@for-mar.pt



Inscrições no site
for-mar.pt



formarpt



for-mar