

CATÁLOGO FORMATIVO 2025



SWITCH ON

switchon.pt

A SWITCH ON

A Academia de Formação SwitchOn, é uma entidade formadora certificada pela DGERT desde 2012, que visa essencialmente colmatar a necessidade crescente de formação em mercados especializados.

A SwitchOn está focada no desenvolvimento de projetos de formação diferenciadores com possibilidade de atuação em mais de 20 áreas de certificação diferentes.



► MAIS DE 10 000 FORMANDOS

ON

► EQUIPA PLURIDISCIPLINAR DE FORMADORES
COM AMPLA EXPERIÊNCIA PRÁTICA

ON

► FORMAÇÃO À MEDIDA DO CLIENTE

ON

► + DE 20 ÁREAS CERTIFICADAS PELA DGERT

ON

► + DE 500 EMPRESAS FORMADAS

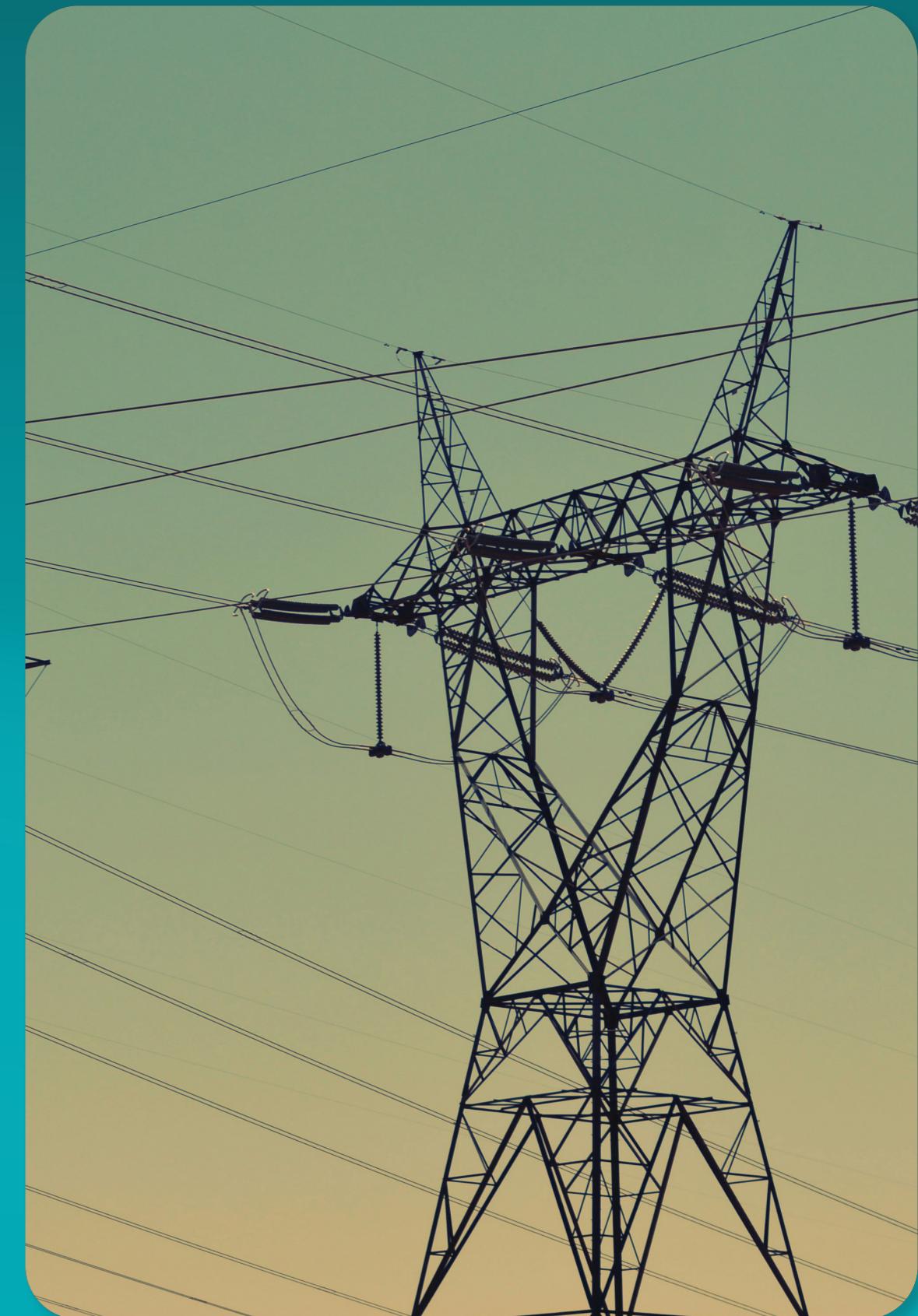
ON

► ÁREAS CERTIFICADAS PELA
AQTSE / ANACOM / INEM / IPDJ / DGADR / IEP

ON

► TOTAL FLEXIBILIDADE DE CALENDARIZAÇÃO E
DO LOCAL DE REALIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

ON



A SwitchON é uma das empresas do Grupo Painhas, responsável pela capacitação e valorização contínua dos recursos humanos das restantes empresas do conglomerado:



Painhas, SA. (f. 1980)



Eri Engenharia (f. 1995, gás & água),



PA Parques (f. 2000, parking),



PA Residel (f. 2005, energias renováveis e valorização de resíduos),



Energycon (f. 2011)



Enerline (f. 2012, mercado Angola),



PA Moçambique (f. 2014, mercado Moçambique),



PA Energie (f. 2014, mercado França),



PA Recycling (f. 2019, gestão e valorização de resíduos).



Painhas España



PA Energy (f. 2022, mercado Escócia)



APROT (f. 2024, mercado Moçambique)

MISSÃO

Ser a referência em formação técnica para empresas, oferecendo soluções inovadoras e adaptadas às necessidades do mercado, garantindo uma aprendizagem prática e impactante para o crescimento e competitividade das organizações.

VISÃO

Expandir a nossa presença e influência no setor da formação, consolidando-nos como o parceiro estratégico preferencial de empresas que procuram qualificação de excelência e inovação contínua.



VALORES

EXCELÊNCIA
TÉCNICA

VALORIZAÇÃO
DO CAPITAL
HUMANO

PERSONALIZAÇÃO
E FLEXIBILIDADE

PARCERIA E
CONFIANÇA

INOVAÇÃO E
ATUALIZAÇÃO
CONTÍNUA

QUALIFICAÇÕES E CERTIFICAÇÕES



INFRAESTRUTURAS



ÁREAS DE CERTIFICAÇÃO

DESENVOLVIMENTO PESSOAL	090
FORMAÇÃO DE PROFESSORES E FORMADORES DE ÁREAS TECNOLÓGICAS	146
LÍNGUAS E LITERATURAS ESTRANGEIRAS	222
LÍNGUA E LITERATURA MATERNA	223
COMÉRCIO	341
MARKETING E PUBLICIDADE	342
CONTABILIDADE E FISCALIDADE	344
GESTÃO E ADMINISTRAÇÃO	345
ENQUADRAMENTO NA ORGANIZAÇÃO/EMPRESA	347
CIÊNCIAS INFORMÁTICAS	481
INFORMÁTICA NA ÓTICA DO UTILIZADOR	482
METALURGIA E METALOMEÇÂNICA	521

ÁREAS DE CERTIFICAÇÃO

▶ ELETRICIDADE E ENERGIA	522 	▶ TERAPIA E REABILITAÇÃO	726
▶ ELETRÓNICA E AUTOMAÇÃO	523 	▶ SAÚDE - PROGRAMAS NÃO CLASSIFICADOS NOUTRA ÁREA DE FORMAÇÃO	729
▶ INDÚSTRIAS ALIMENTARES	541	▶ HOTELARIA E RESTAURAÇÃO	811
▶ MATERIAIS (INDÚSTRIAS DA MADEIRA, CORTIÇA, PAPEL, PLÁSTICO, VIDRO E OUTROS)	543	▶ DESPORTO	813
▶ CONSTRUÇÃO CIVIL E ENGENHARIA CIVIL	582	▶ PROTEÇÃO DO AMBIENTE	850
▶ PRODUÇÃO AGRÍCOLA E ANIMAL	621	▶ SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO	862

⚡ 522 - ELETRICIDADE E ENERGIA

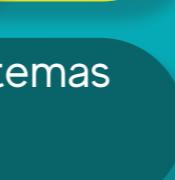
 ARC BT - Assistência à Rede e Clientes da Distribuição de Energia Elétrica de Baixa Tensão 

 ARC MT - Assistência à Rede e Clientes na Distribuição de Energia Elétrica em Média Tensão 

 Contagens de Energia BTN 

 Execução de Redes de Baixa Tensão (BT) 

 Execução de Redes de Média Tensão (MT) 

 Formação trabalhos em Tensão - Instalação de Sistemas fotovoltaicos para Produção de Energia Elétrica e Carregamento de Veículos Elétricos 

 Geradores - Ligação/Desligação 

 Instalador de sistemas solares fotovoltaicos 

 Mobilidade Elétrica - Carregadores de Veículos 

 TET BT - Redes 

 TET LZT Limpeza e Pequena Conservação em Tensão de Postos de Transformação 

 TET MT - Método de Intervenção à Distância até 30kV 



E-learning



Presencial



Misto

523 - ELETRÓNICA E AUTOMAÇÃO

-  ITED - Instalador/a Habilitante 
-  ITED - Projeto e Instalação Habilitante 
-  ITUR - Instalador/a Habilitante 
-  ITUR - Projeto e Instalação Habilitante 
-  Juntista de Fibra Ótica
-  SIRIF - Segurança na intervenção em redes e infraestruturas da rede fixa: telecomunicações 
-  RSIRIF - Segurança na Intervenção em Redes e Infraestruturas da Rede Fixa -Telecomunicações-Reciclagem 



E-learning



Presencial



Misto

090 - DESENVOLVIMENTO PESSOAL

-  Coaching empresarial para chefias
-  Coaching para Sucesso
-  Falar em Público e Apresentações de Impacto
-  Gestão de Equipas - Somos Equipa?
-  Gestão de Stress e Bem-estar no Trabalho
-  Gestão de Tempo e Planeamento de Atividades

-  Gestão e Organização do Tempo
-  Liderança Empática e Gestão Inclusiva
-  Liderança Inclusiva
-  Liderança para pessoas com funções de coordenação
-  Mindfulness e Bem-Estar no Trabalho
-  Técnicas de Vendas e Negociação Comercial



E-learning



Presencial



Misto

146 - FORMAÇÃO DE PROFESSORES E FORMADORES DE ÁREAS TECNOLÓGICAS



E-Formador: Contexto e competências pedagógicas



E-Formador: Especialização Pedagógica em Formação a Distância



Especialização em Gestão e Coordenação Pedagógica da Formação



Formação Pedagógica Inicial de Formadores



E-learning



Presencial



Misto

222 - LÍNGUAS E LITERATURAS ESTRANGEIRAS

 Espanhol – Nível I – Básico

 Espanhol – Nível II – Intermédio

 Espanhol – Nível III – Avançado

 Espanhol Técnico/Comercial

 Francês – Nível I – Básico

 Francês – Nível II – Intermédio

 Francês – Nível III – Avançado

 Francês Técnico/Comercial

 Inglês – Nível I – Básico

 Inglês – Nível II – Intermédio

 Inglês – Nível III – Avançado

 Inglês Técnico/Comercial



E-learning



Presencial



Misto

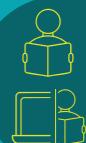
223 - LÍNGUA E LITERATURA MATERNA



Análise e interpretação de texto e discurso



Competências linguísticas em língua materna e
interpretação de texto



Comunicação Oral e Escrita – Técnicas de
expressão



Português Técnico



E-learning



Presencial



Misto

341 - COMÉRCIO

-  Atendimento ao Público
-  Atendimento e Fidelização de Clientes
-  Data Analytics para Comércio e Vendas
-  Finanças para não financeiros – conceitos básicos
-  Gestão de Reputação e Feedback Digital
-  Gestão de Stocks e Logística
-  Liderança e Gestão de Equipas Remotas em Comércio
-  Marketing Digital e E-commerce
-  Medir a satisfação do cliente
-  Merchandising e Gestão do Ponto de Venda
-  Sistema de Gestão da Qualidade: Gestão de Reclamações
-  Técnicas de Vendas e Negociação



E-learning



Presencial



Misto

342 - MARKETING E PUBLICIDADE



Branding e Storytelling Digital



Comunicação Positiva e Persuasiva



Gestão de Conteúdos Digitais



Gestão de Reputação Online e Marketing de Influência



Growth Hacking e Estratégias de Crescimento Acelerado



Marketing Digital com Inteligência Artificial



Marketing e Comunicação



Marketing Verde e Sustentável



Meios de Comunicação Digital



Neuromarketing e Comportamento do Consumidor



Técnicas de Marketing



Técnicas de Marketing Digital e Gestão de Redes Sociais



E-learning



Presencial



Misto

344 - CONTABILIDADE E FISCALIDADE



Análise Financeira



Auditoria e Revisão de Contas



Contabilidade Analítica e de Custos



Contabilidade Geral



Contabilidade Pública



Controlo de Tesouraria



Elaboração de Declarações Fiscais



Fiscalidade Empresarial



Gestão de Tesouraria



Impostos Sobre o Rendimento (IRS e IRC)



IVA – Regime Geral e Específico



Noções de Fiscalidade



E-learning



Presencial



Misto

345 - GESTÃO E ADMINISTRAÇÃO



Administração e Finanças



Aplicação do Código dos Contratos Públicos



Controlo de Gestão



Gestão da Qualidade



Gestão de Equipas



Gestão de Projetos



Gestão de Recursos Humanos



Gestão de Stocks



Gestão e Organização de Eventos



Planeamento Estratégico



Técnicas de Recrutamento, Seleção e Integração
de Pessoas



E-learning



Presencial



Misto

347 - ENQUADRAMENTO NA ORGANIZAÇÃO/EMPRESA



Auditorias a Sistemas de Gestão - NP EN ISO

19011:2019



Competências digitais de utilização ao operador
nos processos de produção automatizados



Cultura Organizacional e Inovação



Enquadramento no Sistema de Gestão da
Qualidade



Estrutura Organizacional da Empresa



Ferramentas de Colaboração Digital



Gestão da Mudança em Ambientes Dinâmicos



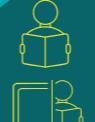
Gestão de Processos Organizacionais



Gestão de Talentos e Sucessão



Infraestrutura digital para questões de segurança
da informação



Introdução ao Lean Manufacturing e ao Kaizen



Organização do Trabalho



E-learning



Presencial



Misto

481 - CIÊNCIAS INFORMÁTICAS



Análise de Dados com Big Data



Bases de Dados



Desenvolvimento Ágil de Software



Gestão de Redes e Sistemas Informáticos



Inteligência Artificial Aplicada à Gestão



Introdução ao MS Project



PLS-CADD | SAGSEC | PLS-TOWER



Programação de Aplicações Web



Projetar com Archicad



Projetar com Revit Architecture - Nível 1



Segurança da Informação e Cibersegurança



Sistemas de Informação



E-learning



Presencial



Misto

482 - INFORMÁTICA NA ÓTICA DO UTILIZADOR



Excel - Nível I - Básico



Excel - Nível II - Intermédio



Excel - Nível III - Avançado



Introdução ao Power BI



Microsoft Office - Outlook - Nível I - Básico



Microsoft Office - Outlook - Nível II - Intermédio



Microsoft PowerPoint - Nível I - Básico



Microsoft PowerPoint - Nível II - Intermédio



Microsoft Word - Nível I - Básico



Microsoft Word - Nível II - Intermédio



Office 365 - Nível I - Básico



Office 365 - Nível II - Intermédio



E-learning



Presencial



Misto

521 - METALURGIA E METALOMECÂNICA

 Desenho Técnico Aplicado à Metalomecânica

 Desenvolvimento de Materiais e Compósitos
 Metálicos

 Fundamentos de Metalurgia e Tratamentos
Térmicos

 Fundição Inteligente e Processos de Moldagem

 Manutenção Industrial e Segurança

 Manutenção Preditiva e Análise de Vibrações

 Programação de Máquinas CNC

 Simulação Avançada de Processos Metalúrgicos


 Técnicas de Soldadura Robotizada

 Tecnologia de Soldadura: Processos e Práticas



E-learning



Presencial

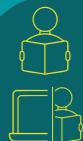


Misto

541 - INDÚSTRIAS ALIMENTARES



Código de Boas Práticas de Higiene e Fabrico



Controlo de Qualidade em Produtos Alimentares



Desperdício Alimentar: Boas Práticas e Prevenção



FOOD DEFENSE



Gestão de Resíduos Orgânicos e Economia



Circular no Setor Alimentar



Higiene e Segurança Alimentar HACCP



Gestão de não conformidades e reclamações



Conservação e Transformação de Produtos Alimentares



Rotulagem de géneros alimentícios



Inovações em Embalagens Sustentáveis e Biodegradáveis



HACCP - Sistema de Gestão de Segurança



Alimentar



Legionella - Controlo e prevenção



E-learning



Presencial



Misto

582 - CONSTRUÇÃO CIVIL E ENGENHARIA CIVIL

 Direção de Obra - Nível I

 Gestão Ambiental de Obras

 ISO/IEC 27001 - Sistema de Gestão da Segurança da Informação

 Noções Básicas de Gestão Ambiental (nível baixo/intermédio)

 Planeamento de Obra

 Sustentabilidade na Gestão de Projetos

 Sensibilização para o Consumo de Álcool e Substâncias Psicoativas no Trabalho

 Introdução ao BIM (Building Information Modeling)

 Orçamentação e Cálculo de Custos na Construção Civil

 Linguagem Python

 Leitura e Interpretação de Projetos de Construção Civil

 Eficiência Energética em Arquitetura



E-learning



Presencial



Misto

621 - PRODUÇÃO AGRÍCOLA E ANIMAL

-  Agricultura Biológica: Princípios e Técnicas
-  Agricultura de Precisão e Tecnologias Avançadas
-  Bem-Estar Animal e Legislação Aplicável
-  COTS - Conduzir e operar com o trator em segurança
-  Gestão Sustentável dos Recursos Naturais na Agricultura

DGADR
Certificado por



E-learning



Presencial



Misto

726 - TERAPIA E REABILITAÇÃO

 Ergonomia e Prevenção de Acidentes de Trabalho

 Ergonomia e Prevenção de Lesões Musculoesqueléticas

 Fisioterapia Preventiva para Ambientes Industriais

 Gestão da Dor Crônica e Reabilitação

 Noções Básicas de Fisioterapia

 Primeiros Socorros com Ênfase em Lesões Musculares

 Reabilitação Psicossocial e Desenvolvimento de Competências Sociais

 Terapias de Relaxamento no Local de Trabalho



E-learning



Presencial



Misto

729 - SAÚDE - PROGRAMAS NÃO CLASSIFICADOS NOUTRA ÁREA DE FORMAÇÃO

 Abordagem Geral das Noções Básicas de Primeiros Socorros

 Primeiros Socorros Pediátricos

 SBV - DAE - Suporte Básico de Vida e Desfibrilação Automática Externa - Acreditado INEM

 SBV - Suporte Básico de Vida - Acreditado INEM

 Sensibilização Primeiros Socorros

 Gestão de Reclamações e Situações Difíceis em Saúde

 Comunicação e Relação Interpessoal em Ambiente de Saúde

 Trabalho em Equipa e Colaboração Interdisciplinar

 Gestão de Medicamentos e Equipamentos em Clínicas de Saúde

 Boas Práticas em Mobilização e Transferência de Pacientes

 Estratégias de Cuidados a Pacientes com Mobilidade Reduzida

 Gestão de Expectativas dos Pacientes e Familiares em Unidades de Saúde

 E-learning

 Presencial

 Misto

811 - HOTELARIA E RESTAURAÇÃO

 Certificação Verde em Hotelaria: Redução de
 Plásticos e Reciclagem

 Gestão de Crise e Comunicação em Hotelaria

 Gestão de Reclamações em Hotelaria e
 Restauração

 Gestão de Resíduos Plásticos em Hotelaria e
 Restauração

 Inovação em Experiências de Cliente na
 Hotelaria

 Planeamento e Gestão de Eventos em Hotéis

 Segurança Alimentar e Higiene em Cozinhas
 Industriais

 Técnicas de Atendimento e Protocolo em
Hotelaria

 Sustentabilidade no sector da Hotelaria e
 Restauração

 Planeamento de um serviço de catering para
 eventos

 Engenharia e planeamento de ementas
 saudáveis

 Gastronomia - ingrediente diferenciador para o
Turismo



E-learning



Presencial



Misto

813 - DESPORTO

-  Avaliação Física e Prescrição de Exercício
-  Educação para a Saúde e a Atividade Física
-  Elite Coach - Excelência no Fitness
-  Inovação em Programas de Fitness Corporativo
-  Introdução ao Treino Funcional para Ambientes Empresariais
-  Mindfulness e Bem-Estar no Treino

-  Nutrição Desportiva para Técnicos de Exercício Físico
-  Organização e Gestão de Eventos Desportivos
-  Psicologia do Exercício e Motivação
-  Técnicas de Treino de Força e Resistência
-  Treino Funcional e Adaptado para Idosos
-  Treino para Populações Especiais (Idosos, Grávidas e Crianças)



E-learning



Presencial



Misto

850 - PROTEÇÃO DO AMBIENTE

 Economia Circular e Cadeia de Valor dos Plásticos

 Enquadramento Legal e Responsabilidade Ambiental

 Formação Ambiente

 Gestão Ambiental e Recursos Naturais

 Gestão de Resíduos Sólidos

 Processos de Reciclagem e Valorização de Materiais

 Reciclagem Química de Plásticos e Recuperação de Materiais

 Tecnologias de Reciclagem Avançada para Plásticos Compostáveis



E-learning



Presencial



Misto

862 - SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO

 Montagem e Desmontagem de Andaimes

 Procedimentos de Segurança e Operação de Equipamentos - Plataformas Elevatórias

 Procedimentos de Segurança e Operação de Equipamentos - Movimentação de Terras - Retroescavadora e Escavadora Hidráulica

 Procedimentos de Segurança e Operação de Equipamentos - Empilhadores

 Trabalhos em Altura e Resgate - Fachadas, Telhados e Coberturas - Reconhecido pela AQTSE

 TAR - Trabalhos em Altura e Resgate - Reconhecido pela AQTSE

 TAR BT - Trabalhos em Altura e Resgate - Baixa Tensão - Reconhecido pela AQTSE

 TAR MT e AT - Trabalhos em Altura e Resgate - Média e Alta Tensão - Reconhecido pela AQTSE

 Trabalhos em Espaços Confinados

 Transporte Manual e Mecânico de Cargas

 TSST - Técnico Superior de Segurança no Trabalho - Reconhecido pelo ACT (b-learning+120h PCT)

 VEPC - Verificação de Equipamentos por Pessoa Competente - EPI's/Máquinas



E-learning



Presencial



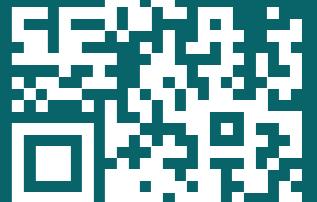
Misto



SWITCH ON
ACADEMIA DE FORMAÇÃO
DE EXCELÊNCIA GRUPO PA

255 712 081 
geral@switchon.pt 

CONHEÇA-NOS



www.switchon.pt

   switchonpt

CRIAR O FUTURO

OFF

ON

PARA MAIS INFORMAÇÕES, CONTACTE AS NOSSAS EQUIPAS.

SERVIÇOS CENTRAIS

VIANA DO CASTELO

Avenida de Cabo Verde Lote 10,
4900-568 Viana do Castelo

POLO

LOUSADA

Praça do Comércio, nº186
4620-403 Lousada

POLO

PENAFIEL

Zona Industrial II
4560-042 Penafiel

POLO

VILA REAL

Lugar do Monte Grande
5000-369Mouçós