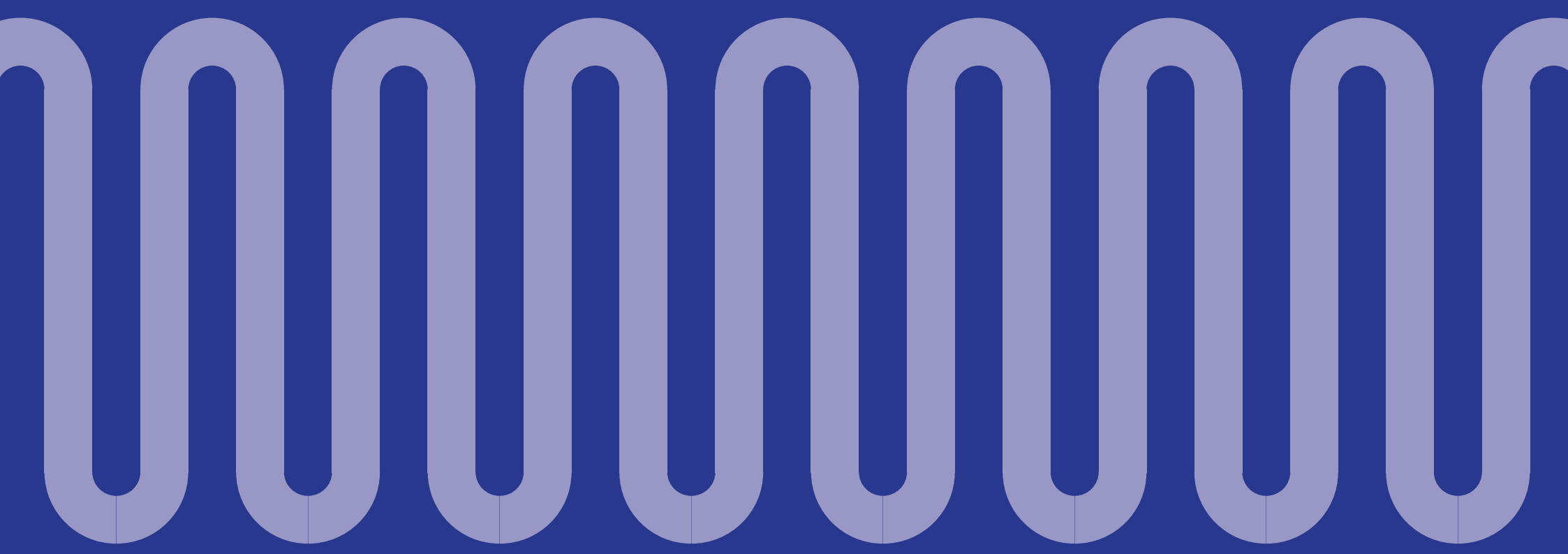


Oferta formativa 2025

for-mar Centro de Formação
Profissional das Pescas
e do Mar



O FOR-MAR

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.

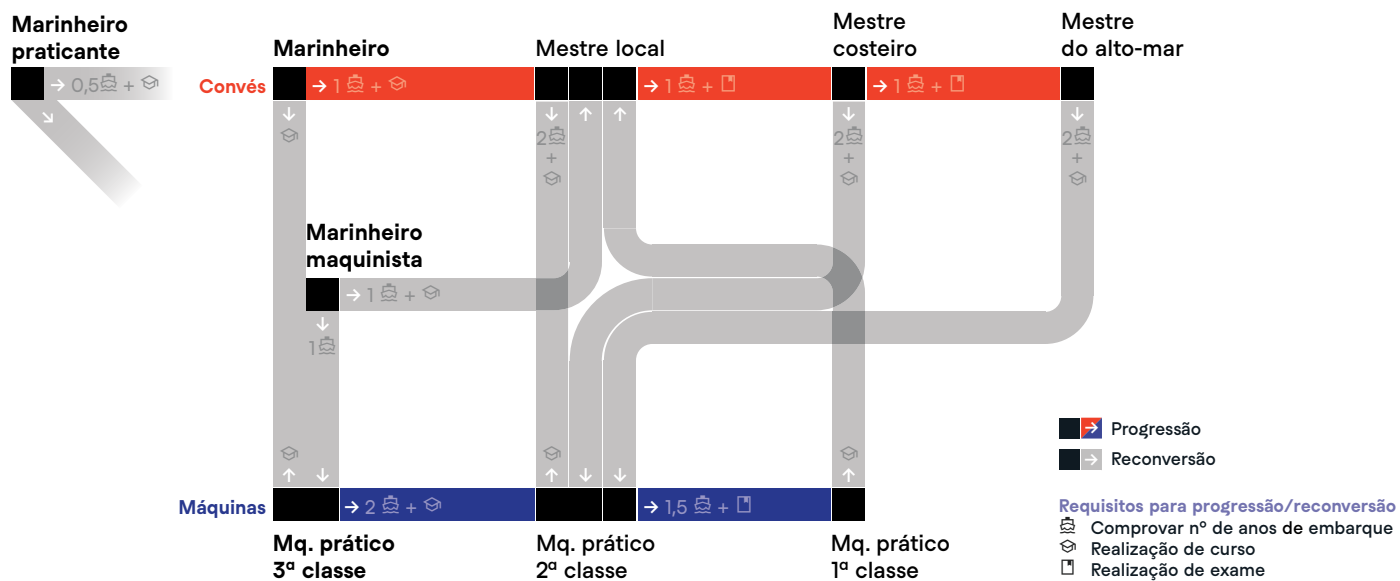
Ministramos formação destinada a jovens e adultos.

- Polo do FOR-MAR
- Polo do FOR-MAR com certificação STCW



Carreira marítima

Iniciação e progressão



Regimes disponíveis

- Presencial
- Misto

Iniciação

Marinheiro praticante	110h
Marinheiro	366h
Marinheiro maquinista	606h
Maquinista prático de 3ª classe	428h

Progressão

Mestre local	285h
Maquinista prático de 2ª classe	257h

Carreira marítima Reconversão

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

* Detentor de um certificado de condução de motores de potência propulsora igual ou inferior a 350kW não limitado, por um período não inferior a 24 meses

Origem	Destino	Horas	Regimes
Marinheiro	Marinheiro maquinista	240	† Ⓞ
Mestre do alto mar* Mestre costeiro* Mestre local*	Maquinista prático de 2ª classe	272	† Ⓞ
Maquinista prático de 2ª classe Maquinista prático de 1ª classe	Mestre local	373	† Ⓞ
Maquinista prático de 3ª classe	Marinheiro	214	† Ⓞ

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
Formação de formadores marítimos † 🎧	98h
Formação de formadores em simulador † 🎧	30h
Segurança básica † 🎧	66h
Sensibilização para a proteção † 📺	5h

Certificações específicas

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

Apanhador de algas † Ⓞ	25h	Operação de gruas hidráulicas montadas em embarcações † Ⓞ	16h
Apanhador de animais marinhos e pescador apeado † Ⓞ	25h	Operador radiotelefonista da classe A † □	18h
Atividades marítimas e de recreio † Ⓞ	147h	Piloto de ROV †	25h
Atualização em Nadador-Salvador † Ⓞ	16h	Segurança e saúde no trabalho para empregador/trabalhador designado † □	50h
Utilização das plataformas Capitania Online e Bmar † □	10h	Suporte básico de vida †	4h
Condução de motores de potência igual ou inferior a 250kW † Ⓞ	50h	Suporte básico de vida com desfibrilhação automática externa †	7h
Condução de motores de potência igual ou inferior a 350 kW † Ⓞ	100h	Tecnologia da pesca - reparação de avarias simples em artes de pesca † Ⓞ	104h
Diário de pesca eletrónico † □	21h	Tecnologia da pesca - reparação de avarias simples em aparelho de anzol † Ⓞ	16h
Formação combinada para marítimos estrangeiros †	91h	Tecnologia da pesca - reparação de avarias simples em redes de arrastar † Ⓞ	48h
GMDSS A1 e A2 † Ⓞ	25h	Tecnologia da pesca - reparação de avarias simples em redes de cercar e de sacada † Ⓞ	48h
Nadador-Salvador † Ⓞ	150h	Tecnologia da pesca - reparação de avarias simples em redes de emalhar † Ⓞ	48h
Observador de radar † Ⓞ	25h		

Educação e formação de adultos e aprendizagem

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

A | Aprendizagem

E | Educação e Formação de Adultos

Técnico de aquacultura † Ⓞ A	3950h
Técnico de controlo de qualidade alimentar † Ⓞ E A	1845h
Técnico de gestão do ambiente † Ⓞ E A	3775h
Técnico de informação e animação turística † Ⓞ E A	3612h
Técnico instalador de sistemas eólicos † Ⓞ E A	3900h
Técnico de logística † Ⓞ E A	3750h
Técnico de refrigeração e climatização † Ⓞ E A	3825h
Técnico de serviços marítimos † Ⓞ A	3975h
Técnico de turismo ambiental e rural † Ⓞ E A	1520h

Outras áreas

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

Atividades marítimo-turísticas † Ⓞ	55-400h	Construções metalomecânicas - maquinação † Ⓞ	50h
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 † Ⓞ	25h	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
Competências digitais básicas para marítimos † Ⓞ	25h	Gestão ambiental a bordo † □	25h
Condução e manobra de equipamentos de carga e descarga † Ⓞ	25h	Gestão da produção, comercialização e marketing de produtos aquícolas † □	50h
Conservação e sustentabilidade do oceano † Ⓞ □	25h	Gestão na pequena pesca † □	25h

Outras áreas

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

Higiene e segurança alimentar † □	25h	Língua alemã - logística † □	25h
Implementação e avaliação do sistema HACCP † □	50h	Língua espanhola - informação † □	25h
Informação e promoção da região † □	50h	Língua francesa - informação turística da região † □	25h
Informática - folha de cálculo e base de dados † □	25h	Língua francesa - serviço de restaurante/bar † □	25h
Informática - noções básicas †	50h	Língua inglesa - apresentação e informação † □	25h
Informática na ótica do utilizador - folha de cálculo e intranet † □	25h	Língua inglesa - atendimento † □	50h
Informática na ótica do utilizador - fundamentos †	25h	Língua inglesa - atividade marítima † □	25h
Internet - navegação † □	25h	Língua inglesa - comunicações marítimas † Ⓞ □	25h
Legislação turística † □	25h	Língua inglesa - informação turística † □	25h
Liderança, gestão e motivação de equipas † □	25h	Língua inglesa - iniciação † □	50h
Língua alemã - atendimento † □	50h	Literacia digital - iniciação †	25h
		Malformações e patologias em espécies aquícolas † □	50h

Outras áreas

Regimes disponíveis

- † | Presencial
- | E-learning
- Ⓞ | Misto

Manuseamento e conservação do pescado a bordo † Ⓞ	25h	Operações básicas de manutenção de componentes mecânicos † Ⓞ	25h
Máquinas elétricas - caracterização † Ⓞ	50h	Organização pessoal e gestão do tempo † □	25h
Meios de comunicação digital † □	25h	Português língua de acolhimento - A1 †	75h
Meteorologia náutica † □	25h	Português língua de acolhimento - A2 †	75h
Montagem de quadros elétricos † Ⓞ	50h	Português língua de acolhimento utilizador independente - B1 †	100h
Movimentação e operação de empilhadores † Ⓞ	50h	Português língua de acolhimento utilizador independente - B1 †	75h
Navegação astronómica † Ⓞ	50h	Português língua de acolhimento utilizador independente - B2 †	75h
Noções de HACCP † □	25h	Primeiros socorros † Ⓞ	25h
Nutrição † □	25h	Primeiros socorros básicos a bordo † Ⓞ	25h
Nutrição e administração de alimento às espécies aquícolas † □	25h	Processador de texto - func. avançadas † □	25h
Observação de cetáceos † Ⓞ	25h	Rastreabilidade e segurança alimentar na pesca † □	25h
Operação com cartas eletrónicas † Ⓞ	25h		

Outras áreas

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

Reciclagem, segurança e sobrevivência no mar e pesca | † □ 25h

Relacionamento interpessoal | † □ 25h

Reparação de avarias e manutenção de embarcações de PRFV | † 50h

Reparação e montagem de componentes em frigoríficos, congeladores e desumidificadores | † 50h

Segurança e saúde no trabalho - situações epidémicas/pandémicas | † □ 25h

Segurança, higiene e segurança no trabalho a bordo das embarcações | † □ 25h

Sistema HACCP | † □ 75h

Soldadura eletrogénea e oxi-acetilénica | † Ⓞ 50h

Técnicas de socorrismo - princípios básicos | † Ⓞ 25h

Teletrabalho | † □ 25h

Turismo náutico e ambiente | † Ⓞ 575h

Formação de formadores

Regimes disponíveis

† | Presencial

□ | E-learning

Ⓞ | Misto

fvm | Disponível apenas para participantes da bolsa de formadores do FOR-MAR

Aprendizagens ativas em contexto de formação □	25h
Formação de formadores marítimos (STCW) † Ⓞ	98h
Formação de formadores em simulador (STCW) † Ⓞ	30h
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 □ fvm	4h

Para mais informações, contacte as nossas equipas.

Inscreva-se no site.



for-mar.pt

[f](#) [in](#) [@](#) [v](#) formarpt

Polos

Viana do Castelo

Tel.: 258 808 600

Tlm.: 963 386 843

E-mail: viana@for-mar.pt

P. de Varzim/V. do Conde

Tel.: 252 614 890

Tlm.: 963 386 812

E-mail: conde@for-mar.pt

Matosinhos

Tel.: 229 397 110

E-mail: matosinhos@for-mar.pt

Ílhavo

Tel.: 234 325 000

Tlm.: 963 386 704

E-mail: ilhavo@for-mar.pt

Figueira da Foz

Tel.: 233 201 110

Tlm.: 963 386 764

E-mail: figueira@for-mar.pt

Nazaré

Tel.: 262 553 993

Tlm.: 963 386 271

E-mail: nazare@for-mar.pt

Peniche

Tel.: 262 782 689

Tlm.: 963 387 148

E-mail: peniche@for-mar.pt

Lisboa

Tel.: 213 037 177

Tlm.: 965 544 493

E-mail: lisboa@for-mar.pt

Sesimbra

Tel.: 212 280 760

Tlm.: 963 387 335

E-mail: sesimbra@for-mar.pt

Setúbal

Tel.: 265 245 610

Tlm.: 963 385 945

E-mail: setubal@for-mar.pt

Portimão

Tel.: 282 483 607

Tlm.: 962 033 915

E-mail: portimao@for-mar.pt

Olhão

Tel.: 289 702 649

Tlm.: 963 387 178

E-mail: olhao@for-mar.pt

Serviços Centrais

Tel.: 213 037 100

E-mail: for-mar@for-mar.pt

Av. Brasília, Edifício FOR-MAR
Pedrouços - 1400-038 Lisboa