



CERTIFICADO

A CEFIS inscrita sob o CNPJ 20.799.537/0001-70 e através da Resolução do MEC CNE nº 04/99 - (art.7º, §3º) emite Certificado de Conclusão e proficiência para:

Wilson Soares Neto

***.278.703-**

No curso Produtividade Saudável: Equilibrando Saúde e Desempenho

com duração de **2 Horas**, abordando os seguintes temas:

Introdução. Etapas. Porque é importante?. Estatísticas. Elementos chaves. Evolução histórica. Produtividade tradicional vs saudável. Ocupado vs produtivo. Sinais de produtividade tóxica. Pilar 1. Pilar 2. Pilar 3. Pilar 4. Autoavaliação. Gestão do tempo. Planejamento noturno. Padrões energéticos. Distrações digitais. Distrações ambientais. Pomodoro. Eisenhower. Vida profissional e pessoal. Programa de 30 dias. Exercício. Próximos Passos. Encerramento



CEFIS

Curso concluído em

18 de setembro de 2026

Código de Validação: **3948965799b**

cefis.com.br/valida

