

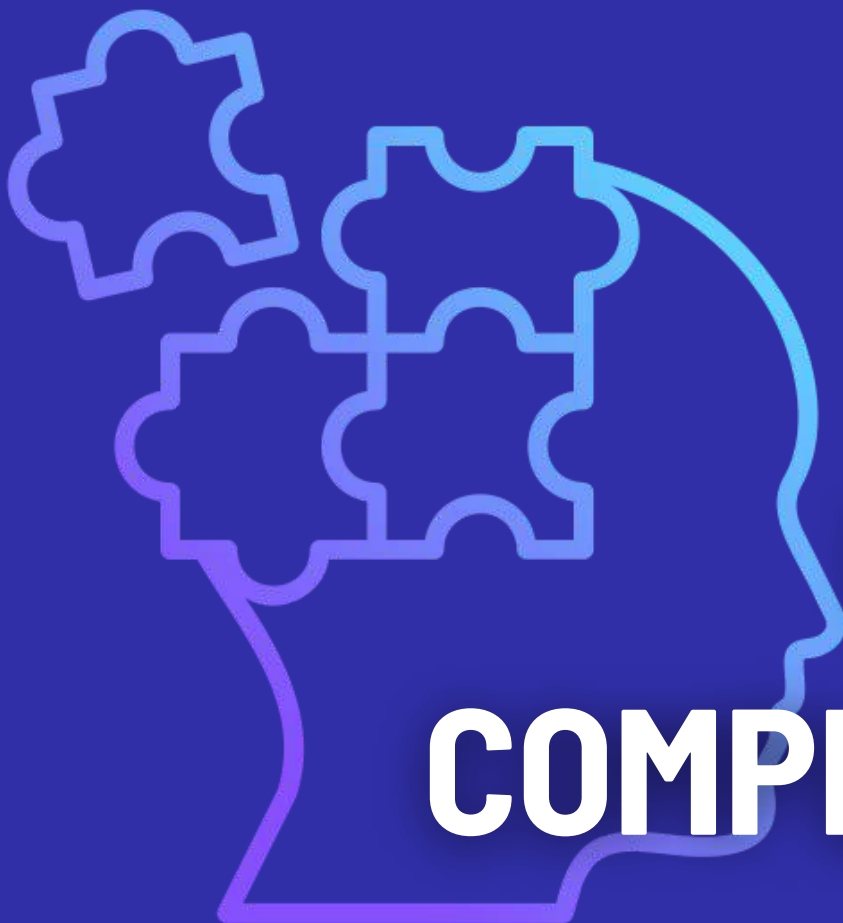
2026



Quadros  
& Metas

Plano de Formação

**ABRIL  
A JULHO**



# GERIR NA COMPLEXIDADE

Formação Certificada para a Administração  
Pública Local e Central

## Índice

Página

Seminários  
por área

03

Formação  
Avançada

36

Seminários  
por mês

39



1

# CONTRATAÇÃO PÚBLICA

# 1

# Contratação Pública

Formação Online 2026



O **Artigo 22º do CCP** enquanto **Fracionamento do Valor do Contrato** vs **Fracionamento da Despesa**



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 16 e 17 de abril



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS



**NOVO**



**Formação Avançada** em Execução Contratual para **Gestores de Contrato**



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 21 de abril a 22 de maio



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 20 horas

SABER MAIS



# 1

# Contratação Pública

Formação Online 2026



A aplicação dos **Critérios Materiais de escolha do Procedimento** na Contratação Pública



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 29 e 30 de abril



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS



**NOVO**



CCP | **Contratos em Movimento**, Alterar sem Risco: Como Evitar Erros nas **Modificações Objetivas**



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 13 e 14 de maio



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS



# 1

# Contratação Pública

Formação Online 2026



**NOVO**



## Guia Prático para a elaboração de um Caderno de Encargos de Empreitadas



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 21 e 28 de maio



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

**SABER MAIS**



**NOVO**



## As Novas Alterações ao CCP

O Essencial para Compreender, Decidir e Aplicar com Segurança



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 11 e 12 de junho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

**SABER MAIS**



# 1

# Contratação Pública

Formação Online 2026



**NOVO**



Como **preparar e formalizar** um processo de um **Concurso Público** e um **Concurso Público com Publicidade Internacional**



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 16, 18 e 19 de junho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 12 horas

[SABER MAIS](#)



Articulação entre o **CCP** e o **CPA** no âmbito da Contratação Pública



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 25 e 26 de junho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

[SABER MAIS](#)



# 1

# Contratação Pública

Formação Online 2026



2.ª Edição



CCP | Análise de Risco aos **Cadernos de Encargos** e **Verificação com Inteligência Artificial**



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Data:** 3 de julho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 4 horas

SABER MAIS



O Procedimento por **Ajuste Direto** e **Consulta Prévia** – **Questões Práticas**



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 9, 10 e 16 de julho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 12 horas

SABER MAIS



# 1

# Contratação Pública

Formação Online 2026



Como evitar o **Fracionamento da Despesa** na  
Contratação Pública



**Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 23 e 24 de julho



**Horário:** 09h00 às 12h00



**Duração:** 6 horas

SABER MAIS





2

**RECURSOS  
HUMANOS**

# 2

# Recursos Humanos


Formação Online 2026



## Ciclo Gestão de Recursos Humanos

 **Formadora:** Cristina Andrade

 **Datas:** 10 de abril a 29 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 28 horas

[SABER MAIS](#)



## Entrevista de Avaliação de Competências no âmbito do Recrutamento de Pessoal atualizado ao ReCAP

 **Formadora:** Cristina Andrade

 **Datas:** 22 e 23 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

[SABER MAIS](#)





## Despesas de Recursos Humanos

 **Formadora:** Cristina Andrade



**Data:** 30 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 4 horas

SABER MAIS



## Regime de **Férias, Faltas e Licenças** no âmbito da LGTFP e do Código do Trabalho

 **Formadora:** Cristina Andrade



**Datas:** 13 e 14 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS






## Mobilidade e Cedência de Interesse Público – Tramitação Prática

 **Formadora:** Cristina Andrade

 **Datas:** 27 e 28 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas


SABER MAIS



## Mapa de Pessoal para 2027 – Como preparar o Mapa de Pessoal no âmbito do ReCAP

 **Formadora:** Cristina Andrade

 **Data:** 18 de junho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 4 horas

SABER MAIS





## Aposentação – Uma Nova Etapa



**Formadora:** Cristina Andrade



**Datas:** 19 e 25 de junho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS



## Como adequar os **Horários de Trabalho** a cada posto de trabalho



**Formadora:** Cristina Andrade



**Datas:** 8 e 9 de julho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS





# Recursos Humanos

Formação Online 2026



## Como Tramitar Processos de **Ajudas de Custo**



**Formadora:** Cristina Andrade



**Datas:** 22 e 23 de julho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS





3

# COMPETÊNCIAS RECAP



# Competências ReCAP

Formação Online 2026



## Como implementar e gerir um **Sistema de Gestão por Objetivos** na **Função Pública**

 **Formador:** Luís Machado

 **Datas:** 21 e 22 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS



## **Liderança e Gestão de Pessoas na Função Pública:** Compromisso, Motivação e Estabilidade das Equipas

 **Formador:** Luís Machado

 **Datas:** 15, 22 e 29 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 12 horas

SABER MAIS





# Competências ReCAP

Formação Online 2026



## Tomada de Decisão

Competências Funcionais ReCAP

 **Formador:** Luís Machado

 **Data:** 26 de junho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 4 horas

SABER MAIS




## Gestão do Tempo

Como lidar com urgências e imprevistos

 **Formador:** Luís Machado

 **Datas:** 23 e 24 de julho

 **Horário:** 09h30 às 12h30

 **Duração:** 6 horas

SABER MAIS





4

**CONTRAORDENACÕES  
FISCALIZAÇÃO  
RJUE**



4.<sup>a</sup> Edição



## Curso de Formação Avançada em Direito das Contraordenações

Aspetos Substanciais e Processuais dos Regimes Geral, Ambiental, Económico e Rodoviário

 **Formadora:** Isabel Paiva

 **Datas:** 20 de abril a 8 de junho

 **Horário:** 17h30 às 19h30

 **Duração:** 28 horas

SABER MAIS



## Como Tramitar o Processo das Contraordenações Rodoviárias – Aspectos Práticos

 **Formadora:** Isabel Paiva

 **Datas:** 20 e 23 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS



# 4

## Contraordenações/Fiscalização/RJUE

Formação Online 2026



Como elaborar um **Auto de Notícia** por Infração Contraordenacional

 **Formador:** José Figueiredo

 **Datas:** 28 e 29 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS



**NOVO**



**Da Prova no Processo de Contraordenação**  
Casos Práticos

 **Formadora:** Isabel Paiva

 **Data:** 11 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 4 horas

SABER MAIS





## Os Ilícitos Contraordenacionais na violação dos Instrumentos de **Gestão Territorial**

 **Formador:** José Figueiredo

 **Datas:** 19 e 20 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS



## Da Penhora no Processo de Execução Fiscal Municipal

 **Formadora:** Isabel Paiva

 **Data:** 28 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 4 horas

SABER MAIS





## Como tramitar o **Processo de Execução Fiscal nos Municípios**: Principais Etapas

 **Formadora:** Isabel Paiva

 **Datas:** 18 e 19 de junho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS



**NOVO**



## As Recentes Alterações ao RJUE e a Fiscalização Urbanística

 **Formador:** José Figueiredo

 **Datas:** 29 e 30 de junho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS





## As Contraordenações no Código da Estrada

A importância da Fiscalização no sucesso do Processo de Contraordenação Rodoviária



**Formadora:** Isabel Paiva



**Datas:** 13 e 16 de julho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS



## Contraordenações Económicas e Autarquias

O Guia Essencial de Aplicação



**Formador:** José Figueiredo



**Datas:** 21 e 22 de julho



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 8 horas

SABER MAIS





50

**CPA**



## Código do Procedimento Administrativo (**CPA**) para **Não Juristas**

 **Formador:** Carlos Batalhão

 **Datas:** 28 e 30 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS 



## Os Meios de Reação dos Particulares no CPA e a Relevância na Prática Administrativa

 **Formadora:** Márcia Saraiva

 **Datas:** 19 e 21 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS 



## Código do Procedimento Administrativo (**CPA**) para **Juristas**

 **Formador:** Carlos Batalhão

 **Datas:** 7 e 8 de julho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS





6

**SNC-AP**



# SNC-AP

Formação Online 2026



## Transações com ou sem Contraprestação nos Municípios

Tratamento dos Rendimentos em SNC-AP



**Formadora:** Paula Duarte



**Data:** 14 de maio



**Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 4 horas

[SABER MAIS](#)





7

**OUTRAS  
ÁREAS**

# 7 Outras Áreas

Formação Online 2026



**NOVO**



## Inteligência Artificial na Administração Pública

Nível 1: Iniciação e Produtividade

 **Formador:** Nuno Lascasas

 **Datas:** 17 de abril a 8 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 15 horas

[SABER MAIS](#)



**4.<sup>a</sup> Edição**



## Ciclo de Formação em Arrendamento Social

 **Formadora:** Márcia Saraiva

 **Datas:** 21 a 29 de abril

 **Horário:** 09h30 às 13h00

 **Duração:** 14 horas

[SABER MAIS](#)



# 7 Outras Áreas

Formação Online 2026



2.<sup>a</sup> Edição



## Marketing de Cidades

Como promover uma cidade?

 **Formador:** Carlos Brito

 **Datas:** 22 e 23 de abril

 **Horário:** 09h00 às 12h30

 **Duração:** 7 horas


SABER MAIS



## A Responsabilidade Financeira e outras formas de Responsabilidade dos Titulares de Cargos Políticos e dos Funcionários e Agentes

 **Formadora:** Alexandra Moura

 **Datas:** 28 e 29 de abril

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

SABER MAIS



# 7 Outras Áreas

Formação Online 2026




**NOVO**



Da Responsabilidade Pessoal às Coimas: **O Novo Regime de Cibersegurança (DL 125/2025)** e o Papel dos Executivos

 **Formador:** Luís Valente

 **Data:** 15 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 4 horas

[SABER MAIS](#)



**NOVO**



**Linguagem Clara**  
Escrita que se entende à primeira

 **Formadora:** Luísa Amorim

 **Datas:** 26 e 27 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

[SABER MAIS](#)



# 7 Outras Áreas

Formação Online 2026



**Canal de Denúncias** como instrumento para uma efetiva **Prevenção da Corrupção**

 **Formadora:** Luísa Coimbra

 **Datas:** 16 e 17 de junho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

[SABER MAIS](#) 

**NOVO**



**Regime das Empresas Locais e Estatuto dos respetivos Gestores**

 **Formador:** Alexandre Amado

 **Datas:** 16 e 17 de junho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

[SABER MAIS](#) 



**NOVO**



## Contencioso Administrativo

O que fazer perante o recurso aos Tribunais

 **Formadora:** Márcia Saraiva

 **Datas:** 18 e 19 de junho

 **Horário:** 09h30 às 12h30

 **Duração:** 6 horas

[SABER MAIS](#)



**NOVO**



Regime dos **Crimes de Responsabilidade** de **Titulares de Cargos Políticos** e de **Funcionários** na Aceção do **Código Penal**

 **Formador:** Alexandre Amado

 **Datas:** 29 e 30 de junho

 **Horário:** 09h30 às 13h00

 **Duração:** 7 horas

[SABER MAIS](#)



# 7 Outras Áreas

Formação Online 2026



## Gestão de Reclamações com Foco no Múncipe

 **Formadoras:** Sílvia Barroso e Cláudia Silva

 **Datas:** 7 e 8 de julho

 **Horário:** 09h00 às 12h00

 **Duração:** 6 horas

[SABER MAIS](#)



**NOVO**



## Arrendamento Social: Procedimentos e Desafios na Atribuição e Cessação

 **Formadora:** Márcia Saraiva

 **Datas:** 9 e 10 de julho

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 8 horas

[SABER MAIS](#)





8

**FORMAÇÃO  
AVANÇADA**

# 8 Formação Avançada

Formação Online 2026



## Ciclo Gestão de Recursos Humanos

 **Formadora:** Cristina Andrade

 **Datas:** 10 de abril a 29 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00

 **Duração:** 28 horas

SABER MAIS 

4.<sup>a</sup> Edição



## Curso de Formação Avançada em Direito das Contraordenações

Aspetos Substanciais e Processuais dos Regimes Geral, Ambiental, Económico e Rodoviário

 **Formadora:** Isabel Paiva

 **Datas:** 20 de abril a 8 de junho

 **Horário:** 17h30 às 19h30

 **Duração:** 28 horas

SABER MAIS 

# 8 Formação Avançada

Formação Online 2026



**NOVO**



## Formação Avançada em Execução Contratual para Gestores de Contrato

 **Formadora:** Andreia Magalhães



**Datas:** 21 de abril a 22 de maio

 **Horário:** 09h00 às 13h00



**Duração:** 20 horas

[SABER MAIS](#)



**4.<sup>a</sup> Edição**



## Ciclo de Formação em Arrendamento Social

 **Formadora:** Márcia Saraiva



**Datas:** 21 a 29 de abril

 **Horário:** 09h30 às 13h00



**Duração:** 14 horas

[SABER MAIS](#)





9

# SEMINÁRIOS

abril a julho

# 9

# SEMINÁRIOS ABRIL

Formação Online 2026



10 abr a 29 mai

## **Ciclo Gestão de Recursos Humanos**

28 horas | Cristina Andrade

16 e 17 abr

## **O Artigo 22º do CCP enquanto Fracionamento do Valor do Contrato vs Fracionamento da Despesa**

8 horas | Andreia Magalhães

17 abr a 8 mai **NOVO**

## **Inteligência Artificial na Administração Pública – Nível 1: Iniciação e Produtividade**

8 horas | Nuno Lascasas

20 abr a 8 jun **4.ª Edição**

## **Curso de Formação Avançada em Direito das Contraordenações: Aspetos Substanciais e Processuais dos Regimes Geral, Ambiental, Económico e Rodoviário**

28 horas | Isabel Paiva

# 9

# SEMINÁRIOS ABRIL

Formação Online 2026



20 e 23 abr

## **Como Tramitar o Processo das Contraordenações Rodoviárias – Aspetos Práticos**

8 horas | Isabel Paiva

21 abr a 22 mai

**NOVO**

## **Formação Avançada em Execução Contratual para Gestores de Contrato**

20 horas | Andreia Magalhães

21 a 29 abr

**4.<sup>a</sup> Edição**

## **Ciclo de Formação em Arrendamento Social**

14 horas | Márcia Saraiva

21 e 22 abr

## **Como implementar e gerir um Sistema de Gestão por Objetivos na Função Pública**

8 horas | Luís Machado

# 9

# SEMINÁRIOS ABRIL

Formação Online 2026



22 e 23 abr

2.ª Edição

## **Marketing de Cidades – Como promover uma cidade?**

7 horas | Carlos Brito

22 e 23 abr

## **Entrevista de Avaliação de Competências no âmbito do Recrutamento de Pessoal atualizado ao ReCAP**

8 horas | Cristina Andrade

28 e 29 abr

## **Como elaborar um Auto de Notícia por Infração Contraordenacional**

8 horas | José Figueiredo

28 e 29 abr

## **A Responsabilidade Financeira e outras formas de Responsabilidade dos Titulares de Cargos Políticos e dos Funcionários e Agentes**

8 horas | Alexandra Moura

# 9

# SEMINÁRIOS ABRIL

Formação Online 2026



28 e 30 abr

## **Código do Procedimento Administrativo (CPA) para Não Juristas**

8 horas | Carlos Batalhão

29 e 30 abr

## **A aplicação dos Critérios Materiais de escolha do Procedimento na Contratação Pública**

8 horas | Andreia Magalhães

30 abr

## **Despesas de Recursos Humanos**

4 horas | Cristina Andrade



# SEMINÁRIOS MAIO

Formação Online 2026



11 mai

**NOVO**

## **Da Prova no Processo de Contraordenação – Casos Práticos**

4 horas | Isabel Paiva

13 e 14 mai

## **Regime de Férias, Faltas e Licenças no âmbito da LGTFP e do Código do Trabalho**

8 horas | Cristina Andrade

13 e 14 mai

**NOVO**

## **CCP | Contratos em Movimento, Alterar sem Risco: Como Evitar Erros nas Modificações Objetivas**

8 horas | Andreia Magalhães

14 mai

## **Transações com ou sem Contraprestação nos Municípios – Tratamento dos Rendimentos em SNC-AP**

4 horas | Paula Duarte

# 9

# SEMINÁRIOS MAIO

Formação Online 2026



15 mai

**NOVO**

## **Da Responsabilidade Pessoal às Coimas: O Novo Regime de Cibersegurança (DL 125/2025) e o Papel dos Executivos**

4 horas | Luís Valente

15 a 29 mai

## **Liderança e Gestão de Pessoas na Função Pública: Compromisso, Motivação e Estabilidade das Equipas**

12 horas | Luís Machado

19 e 20 mai

## **Os Ilícitos Contraordenacionais na violação dos Instrumentos de Gestão Territorial**

8 horas | José Figueiredo

19 e 21 mai

## **Os Meios de Reação dos Particulares no CPA e a Relevância na Prática Administrativa**

8 horas | Márcia Saraiva



# SEMINÁRIOS MAIO

Formação Online 2026



21 e 28 mai

**NOVO**

## **Guia Prático para a elaboração de um Caderno de Encargos de Empreitadas**

8 horas | Andreia Magalhães

26 e 27 mai

**NOVO**

## **Linguagem Clara: Escrita que se entende à primeira**

8 horas | Luísa Amorim

27 e 28 mai

## **Mobilidade e Cedência de Interesse Público – Tramitação Prática**

8 horas | Cristina Andrade

28 mai

## **Da Penhora no Processo de Execução Fiscal Municipal**

4 horas | Isabel Paiva

# 9

# SEMINÁRIOS JUNHO

Formação Online 2026



11 e 12 jun **NOVO**

## **As Novas Alterações ao CCP: O Essencial para Compreender, Decidir e Aplicar com Segurança**

8 horas | Andreia Magalhães

16 e 17 jun

## **Canal de Denúncias como instrumento para uma efetiva Prevenção da Corrupção**

8 horas | Luísa Coimbra

16 e 17 jun **NOVO**

## **Regime das Empresas Locais e Estatuto dos respetivos Gestores**

8 horas | Alexandre Amado

16 a 19 jun **NOVO**

## **Como preparar e formalizar um processo de um Concurso Público e um Concurso Público com Publicidade Internacional**

12 horas | Andreia Magalhães

# 9

# SEMINÁRIOS JUNHO

Formação Online 2026



18 e 19 jun

**NOVO**

**Contencioso Administrativo:**

**O que fazer perante o recurso aos Tribunais**

6 horas | Márcia Saraiva

18 jun

**Mapa de Pessoal para 2027 – Como preparar o Mapa de Pessoal no âmbito do ReCAP**

4 horas | Cristina Andrade

18 e 19 jun

**Como tramitar o Processo de Execução Fiscal nos Municípios: Principais Etapas**

8 horas | Isabel Paiva

19 e 25 jun

**Aposentação – Uma Nova Etapa**

8 horas | Cristina Andrade

# 9

# SEMINÁRIOS JUNHO

Formação Online 2026



25 e 26 jun

## **Articulação entre o CCP e o CPA no âmbito da Contratação Pública**

8 horas | Andreia Magalhães

26 jun

## **Tomada de Decisão: Competências Funcionais ReCAP**

4 horas | Luís Machado

29 e 30 jun

**NOVO**

## **Regime dos Crimes de Responsabilidade de Titulares de Cargos Políticos e de Funcionários na Aceção do Código Penal**

7 horas | Alexandre Amado

29 e 30 jun

**NOVO**

## **As Recentes Alterações ao RJUE e a Fiscalização Urbanística**

8 horas | José Figueiredo

# 9

# SEMINÁRIOS JULHO

Formação Online 2026



7 e 8 de jul

## **Gestão de Reclamações com Foco no Município**

6 horas | Sílvia Barroso e Cláudia Silva

7 e 8 jul

## **Código do Procedimento Administrativo (CPA) para Juristas**

8 horas | Carlos Batalhão

8 e 9 jul

## **Como adequar os Horários de Trabalho a cada posto de trabalho**

8 horas | Cristina Andrade

9 e 10 jul

**NOVO**

## **Arrendamento Social: Procedimentos e Desafios na Atribuição e Cessação**

8 horas | Márcia Saraiva

9 a 16 jul

## **O Procedimento por Ajuste Direto e Consulta Prévia – Questões Práticas**

12 horas | Andreia Magalhães

# 9

# SEMINÁRIOS JULHO

Formação Online 2026



13 e 16 jul

## **As Contraordenações no Código da Estrada – A importância da Fiscalização no sucesso do Processo de Contraordenação Rodoviária**

8 horas | Isabel Paiva

21 e 22 jul

## **Contraordenações Económicas e Autarquias: O Guia Essencial de Aplicação**

8 horas | José Figueiredo

22 e 23 jul

## **Como Tramitar Processos de Ajudas de Custo**

8 horas | Cristina Andrade

23 e 24 jul

## **Como evitar o Fracionamento da Despesa na Contratação Pública**

6 horas | Andreia Magalhães

23 e 24 jul

## **Gestão do Tempo: Como lidar com urgências e imprevistos**

6 horas | Luís Machado



# Construir o Futuro com as Pessoas e para as Pessoas!

Conheça todos os seminários e  
inscreva-se através do nosso site: [www.quadrosemetas.pt](http://www.quadrosemetas.pt)

E-mail: [info@quadrosemetas.pt](mailto:info@quadrosemetas.pt)

Telefone: +351 228 301 302 | +351 910 531 329

