NEWSLEAN

EDIÇÃO SEMESTRAL

2025/2026



ÍNDICE

Dedicatória	3
Quem somos?	4
Para além das ferramentas: as competências humanas desenvolvidas pela cultura Lean	5 - 6
Lean Study	7 - 9
Lean Across Minds	10
Da JELA para o mundo	11
A expansão do Lean para Setores não Industriais	12
JEday 2025	15
Que tipo de líder és?	16
Sopa de Letras	17

NEWSLEAN

JELA

JÚNIOR EMPRESA LEAN DE AVEIRO

Esta edição é dedicada a todos os estudantes, docentes e colaboradores que contribuem diariamente para a construção de uma cultura de conhecimento, inovação e excelência académica. Aos Alumni que partilham as suas experiências e percursos inspiradoras, e aos membros da JELA que, com iniciativa e espírito empreendedor, promovem projetos que fortalecem a ligação entre a universidade e a comunidade. Que estas páginas reflitam o valor do trabalho coletivo e incentivem novas gerações a aprender, criar e transformar.

Equipa **NEWSLEAN**,
Thainá Pereira, Joana Tavares, Luís Lima, Inês Pinho e Afonso Oliveira



QUEM NÓS SOMOS ?

A Júnior Empresa Lean de Aveiro (JELA) é uma associação sem fins lucrativos constituída por alunos da Universidade de Aveiro e tem como principal objetivo formar os seus membros na filosofia Lean através de “Lean by doing”.

Distinguimo-nos no mercado por oferecer soluções competitivas, focadas na otimização de processos através da filosofia e das ferramentas Lean.

Procuramos ser a ponte entre o mundo académico e o profissional, preparando de forma ativa os estudantes que integram a nossa equipa.

Atualmente, a JELA conta com 37 membros ativos, formando uma equipa multidisciplinar, empreendedora e orientada pelo rigor e profissionalismo. Adicionalmente, dispomos de uma vasta rede de Alumni e um conjunto de entidades parceiras que apoiam o nosso crescimento.







PARA ALÉM DAS FERRAMENTAS: AS COMPETÊNCIAS HUMANAS DESENVOLVIDAS PELA CULTURA LEAN

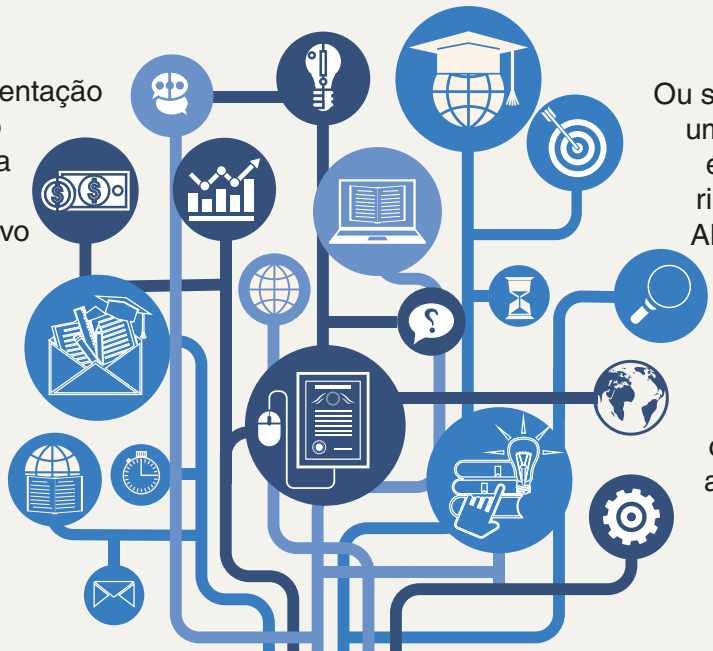
Como a procura pela eficiência operacional se torna numa alavanca de carreiras, desenvolvendo líderes, comunicadores e pensadores metódicos.

Quando se aborda o tema "**Lean**", o debate foca-se, maioritariamente, nas ferramentas como o **Kanban**, **5S** e **Kaizen**, e no seu principal objetivo: A eliminação de desperdício e a otimização de processos. No entanto, esta visão é incompleta, uma vez que a verdadeira transformação Lean não reside nas ferramentas que se implementam, mas nas pessoas que se desenvolvem.

O **A3 Thinking** exige que o profissional defina o problema com precisão, deslocando-se ao gemba (o local real onde o trabalho decorre) para observar factos concretos, em vez de se basear em suposições.

De seguida, exige uma análise da causa raiz, usando ferramentas como "5 Porquês"

Ou seja, uma implementação bem-sucedida não só ultrapassa a eficiência operacional, mas também forma um novo tipo de profissional, o qual possui um conjunto de aptidões comportamentais (soft skills) de elevado valor, que os tornam essenciais em qualquer contexto.



Ou seja, é mais do que um simples relatório, é uma metodologia rigorosa e científica. Além disso, também é uma ferramenta de equipa, pois o seu obriga o autor a partilhar o seu raciocínio com colegas e gestores até se chegar a um consenso.

Esta transformação tem um ponto fundamental: o domínio da resolução de problemas através do **A3 Report**.

O nome, que pode parecer abstrato, é na verdade literal: refere-se à folha de papel de tamanho A3 onde o problema é analisado, desde a causa até à solução.

A consequência é uma mudança de mentalidade: o profissional deixa de fugir aos problemas e passa a vê-los como oportunidades para melhorar.

Em paralelo, o Lean redefine o conceito tradicional de **liderança**. O modelo hierárquico é substituído por uma liderança focada em servir e apoiar a equipa. Assim num tal ambiente, o líder não tem todas as respostas e a sua principal função é desenvolver as pessoas da sua equipa, para que sejam elas a resolver os problemas.

O líder Lean atua como um mentor, focando-se em qualificar a equipa construindo autonomia e responsabilidade, ou seja, em vez de prescrever soluções, coloca questões orientadoras, como: "Qual é o problema que estás a tentar resolver?" ou "Como é que te posso ajudar para testar essa solução?". Desta forma, o profissional Lean aprende, assim, a liderar pelo exemplo, humildade e empatia, desenvolvendo uma aptidão notória para o coaching.

Naturalmente, esta colaboração exige um pilar fundamental: a **comunicação eficaz**. O desperdício de informação – seja por falta, excesso ou ambiguidade – é uma das maiores dificuldades nas organizações. Diante deste cenário, o Lean responde a este problema tornando a comunicação transparente e visual. Através de quadros Kanban ou nos painéis de controlo de desempenho, a comunicação torna-se direta e assertiva, uma vez que essas ferramentas permitem a qualquer pessoa compreender o estado do processo num instante. Além disso, esta transparência é reforçada nas rápidas reuniões de ponto de situação (huddles), onde as equipas se organizam para identificar o que os impede de avançar e, através de uma escuta ativa, pode-se ouvir e compreender quem executa o trabalho no gemba quais são os problemas e como diagnosticá-los. Como resultado, o profissional Lean torna-se num comunicador eficaz, capaz de sintetizar informação complexa e de garantir que toda a equipa partilhe dos mesmos objetivos.

Isto conduz-nos ao pilar final: o **trabalho em equipa**. O Lean é, na sua essência, um desporto coletivo, uma vez que nenhum processo complexo pode ser melhorado por uma única pessoa. É possível citar a melhoria contínua (Kaizen) como um exemplo, pois ela depende da colaboração entre diferentes departamentos e áreas para resolver um problema. Assim, ao valorizar o conhecimento de todos os envolvidos, a equipa inteira assume o processo como seu e sente-se responsável pelo sucesso. Por conseguinte, o profissional "pós-Lean" é um colaborador nato, focado no objetivo comum e não na projeção individual.

Fica claro, deste modo, que a implementação do Lean, quando levada a sério, atua como um verdadeiro "ginásio" de competências comportamentais. As ferramentas são apenas o "equipamento" de treino; o verdadeiro resultado é a transformação de quem o pratica. O profissional "pós-Lean" é, por definição, alguém capaz de resolver problemas com método, um comunicador claro, um colaborador nato e um líder com mentalidade de coach, as quais não são restritas a uma só área e sim ao atual mercado de trabalho.

MAIS DO QUE OTIMIZAR UMA LINHA DE PRODUÇÃO, O LEAN OTIMIZA O POTENCIAL HUMANO.



LEAN STUDY

A APLICAÇÃO DOS PRINCÍPIOS LEAN NA VIDA UNIVERSITÁRIA

A vida universitária representa, para muitos estudantes, um período de intenso crescimento intelectual, acompanhado de desafios constantes relacionados com gestão do tempo, das tarefas e das múltiplas responsabilidades.
A pressão dos prazos, a acumulação de trabalhos, o ritmo das aulas e a necessidade de equilibrar estudo, vida pessoal e, por vezes, emprego, tornam indispensável a procura por métodos eficazes de organização.

Nesse contexto, a aplicação dos princípios Lean emerge como uma abordagem prática e contemporânea para melhorar o desempenho académico e a qualidade de vida. Embora tradicionalmente associado à indústria, o Lean apresenta ferramentas altamente adaptáveis ao quotidiano estudantil, auxiliando na eliminação de desperdícios, na clarificação de prioridades e na otimização de rotinas. Ao adotar uma mentalidade Lean, o estudante passa a encarar o seu dia não como um conjunto caótico de tarefas, mas como um fluxo contínuo e aperfeiçoável.

Então, como incorporar o Lean na minha rotina de estudos?



Método 5S

Um dos primeiros passos para incorporar o Lean na rotina académica é a implementação dos 5S, uma metodologia que promove a **organização física e mental**.



O método 5S é uma ferramenta de organização e gestão originada no Japão, bastante usada em empresas, fábricas, escritórios e até na vida pessoal. O objetivo é melhorar a produtividade, a qualidade e criar um ambiente mais limpo, seguro e eficiente.

SEIRI

SENSO DE UTILIZAÇÃO

Orienta a remover materiais desnecessários, mantendo apenas aquilo que agrega valor imediato ao estudo.

SEITON

SENSO DE ORGANIZAÇÃO

Estabelece lugares definidos para cada item, garantindo rapidez no acesso e reduzindo distrações

SEISO

SENSO DE LIMPEZA

Introduz a manutenção regular do espaço de estudo, criando um ambiente mais agradável e propício ao foco

SEIKETSU

SENSO DE PADRONIZAÇÃO

Reforça a criação de rotinas consistentes, como preparar materiais com antecedência ou rever apontamentos semanalmente.

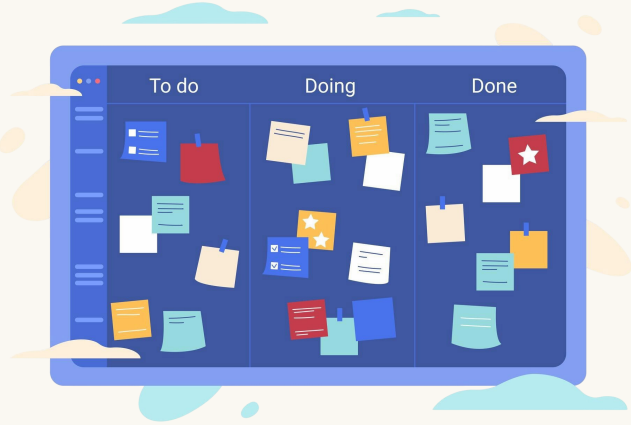
SHITSUKE

SENSO DE DISCIPLINA

Assegura a continuidade desses hábitos, prevenindo o retorno ao estado inicial de desordem.

A implementação dos 5S favorece um estudo mais fluido, reduz o stress e melhora significativamente a concentração.

Método Kanban



Ferramentas digitais, como Trello ou Miro, permitem a integração de prazos, prioridades e checklists

Para além da organização do espaço, a gestão do trabalho desempenha um papel central na vida académica.

Nesse domínio, o método Kanban destaca-se como uma ferramenta visual simples e eficiente. Ao categorizar tarefas em “A Fazer”, “Em Progresso” e “Concluído”, o estudante adquire uma visão clara das suas responsabilidades, evitando sobrecarga cognitiva e a prática improdutiva da multitarefa.

A limitação do trabalho em progresso (WIP) incentiva o foco em poucas atividades por vez, promovendo maior qualidade e previsibilidade no estudo.

MUDA

No contexto académico, desperdícios manifestam-se sob diversas formas: tempo excessivo em redes sociais, deslocações desnecessárias, espera por respostas, tarefas duplicadas, materiais dispersos, entre outros. Reconhecer o Muda é o primeiro passo para combatê-lo. Ao analisar a própria rotina, pode-se compreender quanto tempo é consumido por atividades que não agregam valor, facilitando o estabelecimento de prioridades.



Algumas estratégias: Definir horários fixos para leitura de e-mails, realizar um planeamento semanal, centralizar o material académico ou otimizar percursos

A metodologia Lean também se revela uma aliada valiosa no processo de procura de emprego ou estágio, momentos decisivos ao longo da formação universitária. Ao encarar o currículo, as candidaturas e as entrevistas como processos suscetíveis de melhoria contínua, o estudante assume uma postura estratégica e proativa. O Kaizen incentiva ajustes incrementais, desde a revisão do CV à melhoria do portefólio, passando pela preparação de entrevistas com base em feedback prévio. Mapear o processo de candidatura — desde a pesquisa de oportunidades até ao follow-up — permite identificar pontos de fricção e aumentar a eficácia de cada etapa. Essa abordagem não só eleva as probabilidades de sucesso, como também desenvolve competências de autogestão, comunicação e profissionalismo.

VSM



O Value Stream Mapping (VSM) da rotina diária constitui uma ferramenta poderosa para analisar detalhadamente o uso do tempo e identificar onde reside o valor real.
Ao mapear o dia desde o momento em que acorda até o momento de se deitar, o estudante visualiza padrões ocultos: períodos improdutivos, transições longas entre tarefas, interrupções frequentes e falta de descanso. Diferenciar atividades que agregam valor — como estudo focado, exercício físico, descanso adequado ou participação em projetos — das que não agregam permite reorganizar o dia de forma mais consciente, equilibrando produtividade e bem-estar.

Aplicar o Lean à vida universitária ultrapassa a utilização de ferramentas isoladas; trata-se de adotar uma mentalidade de melhoria contínua. O estudante que internaliza esses princípios torna-se mais organizado, eficiente e autoconfiante. Ganha tempo, reduz stress e melhora a qualidade do seu trabalho. Mais do que uma competência útil, o Lean representa uma vantagem competitiva num mercado cada vez mais exigente — mas, sobretudo, constitui um caminho para uma vida académica e pessoal mais equilibrada, produtiva e intencional.

"LEAN ACROSS MINDS":
You choose your path



No dia 25 de novembro, a JELA, empenhada em conectar o meio académico com o mercado de trabalho, organizou com sucesso o evento "Lean Across Minds - You Choose Your Path" para os estudantes da Universidade de Aveiro. Tratou-se de uma Roundtable que se propôs a desmistificar e partilhar a aplicação prática da metodologia Lean em três mundos profissionais distintos: Saúde, Indústria e Consultoria.

O principal objetivo do evento foi permitir que os participantes ouvissem, comparassem e questionassem as perspetivas reais de profissionais que aplicam o Lean no seu quotidiano, ajudando os estudantes a entender qual dos "caminhos traçados" faz mais sentido para o seu futuro. A iniciativa destacou-se por apresentar o Lean não como um conceito teórico, mas como uma ferramenta viva de otimização e inovação, seja num hospital, numa fábrica ou num projeto estratégico.





O evento contou com a moderação de Gonçalo Santana (alumni da JELA, com experiência em logística e RH), e reuniu um painel de convidados de excelência e com percursos diversificados:

- Rui Cortes (CEO da Lean Health Portugal), com vasta experiência na indústria farmacêutica e saúde)
- Ana Bilé (HealthCare Lead na MSD Portugal), especialista em gestão e melhoria contínua no setor da saúde)
- Gil Jorge (Lean Consultant na Reshape Solutions), com foco em consultoria e transformação organizacional)
- Francisca Martins (Responsável de Melhoria Contínua na Ria Stone), com background em engenharia alimentar e gestão de qualidade)

Através dos testemunhos partilhados, os estudantes puderam ter uma visão única de como a filosofia Lean está a moldar o futuro. A diversidade dos painelistas sublinhou a universalidade do pensamento Lean, comprovando que este é um diferencial crucial em qualquer área de atuação.

O "Lean Across Minds" foi, assim, um momento de aprendizagem e inspiração, reforçando o compromisso da JELA em fornecer aos alunos insights práticos e relevantes para a sua jornada profissional.



DA JELA PARA O MUNDO LEAN:
A TRAJETÓRIA DE UM ESPECIALISTA

Nesta edição, conversamos com um Alumni da Universidade de Aveiro que construiu uma carreira sólida na área do Lean, unindo a formação em Engenharia e Gestão Industrial à experiência prática adquirida na JELA. Nesta entrevista, partilha a sua trajetória, os principais desafios culturais da implementação LEAN e os conselhos práticos para os estudantes que desejam destacar-se neste campo.



Miguel Sebastião, mestre em Engenharia e Gestão Industrial, assíduo participante de atividades associativas de EGI e Alumni da JELA. Ganhou o gosto pelo Lean nesta associação e foi-se desenvolvendo ainda mais na TEKA. Neste momento, está a tentar explorá-lo ao máximo, num curso de Lean Black Belt, procurando a excelência operacional e a transformação Lean.

Poderia falar-nos um pouco sobre a sua formação na Universidade de Aveiro e como foi a sua primeira introdução ao conceito Lean ?

Eu comecei na Universidade de Aveiro e entrei no mestrado integrado em EGI. Durante o curso, em algumas cadeiras, foi abordado alguns conceitos sobre o Lean, mas nunca tivemos nenhuma cadeira em que dedicasse completamente ao Lean. Assim para procurar essa formação surgiu a vontade e o interesse em entrar na JELA.

O seu envolvimento com a JELA foi ativo, enquanto membro do departamento de Gestão de Operações. Como essa participação, e o contacto inicial com a comunidade Lean, moldaram o seu entendimento e a sua ambição profissional?

Eu entrei na JELA no meu terceiro ano e tivemos bastantes formações com pessoas externas, como a Lean Academy e com pessoas que também estiveram na JELA. Portanto essa parte foi super importante na complementação do meu foco académico. Além disso, a participação da JELA foi importante também nas aplicações nos projetos, como na Refood e também num canil em que meu grupo participou. Na altura, ajudamos na parte da gestão da alimentação e medicação, no qual foi criada uma base de dados para gerir a alimentação e os medicamentos de cada animal. Em geral, essa parte foi importante, relativamente em relação ao conteúdo teórico, mas também, obviamente, a parte de estar numa associação em que lidamos com equipas, empresas, na organização de eventos.

Qual é o conhecimento ou competência que aprendeu durante o seu período na UA e que se revelou absolutamente crucial nos seus primeiros anos de vida profissional?

Acredito que com o que eu lido no meu dia a dia, a parte mais importante é conhecer as ferramentas e como é que devem ser aplicadas. Ou seja, sabermos analisar caso a caso e sabermos quando e qual ferramenta devemos usar. Além disso, o próprio lidar com as pessoas é extremamente importante nesta área, porque não se consegue implementar nada com sucesso sem envolver quem está no terreno.

Enquanto Coordenador Lean, qual considera ter sido o maior desafio cultural ou operacional que enfrentou ao tentar enraizar os princípios Lean na Teka? Qual ferramenta se provou ser a mais impactante para si e porquê?

O maior desafio foi transversalizar a cultura Lean do topo até à base. Mesmo com melhorias pontuais, a resistência existe porque o Lean exige uma mudança profunda de mentalidade, não apenas de processo.
Quanto às ferramentas, a base inegociável é o 5S e o Standard Work; sem padronização, não há melhoria mensurável, uma vez que não é possível analisar e perceber onde estão os problemas. Destaco também o VSM (Value Stream Mapping) para obter uma visão macro e identificar os focos de desperdício.

Como vê a evolução da filosofia Lean face aos desafios e oportunidades da tecnologia? O foco no desperdício muda?

A parte digital de suporte, como o tratamento de dados, é muito importante, principalmente porque sem dados não conseguimos decidir o que deve ser feito. Nos processos manuais, sofremos com erros de registo e atrasos na disponibilidade da informação. Logo, o componente digital elimina esse ruído, permitindo-nos tomar decisões rápidas baseadas em factos concretos, o que é essencial para a gestão moderna.

Olhando para a sua área, quais são as grandes tendências que o Lean pode ajudar a abordar nos próximos 5 anos?

Futuramente eu diria que a parte da inteligência artificial (AI) vai ser um ponto que vai tocar a todos. Na parte do LEAN, até agora, tem sido na parte de ajuda de análise de dados. Vejo a IA como um acelerador na análise de dados, permitindo-nos identificar padrões e desperdícios muito mais depressa do que hoje. O futuro passa por essa simbiose entre a metodologia de melhoria e a velocidade de processamento de dados.

Como Alumni e alguém com uma carreira consolidada em Lean, que conselho prático daria aos atuais estudantes da UA, sobre como preparar-se para ser um profissional Lean diferenciado no mercado de trabalho?

Apostem na formação contínua e não se limitem ao currículo académico. Atualmente estou num curso de LEAN da LEAN Academy e em todas as aulas surge-me algumas ideias e ajuda-me a juntar aquelas pontas soltas. E depois, é a interação com as pessoas, uma vez que o LEAN não é só uma questão de processo, é também uma questão de pensamento.

O PRINCIPAL DESAFIO NÃO É MUDAR PROCESSOS, MAS MUDAR MENTALIDADES



A EXPANSÃO DO LEAN PARA SETORES NÃO INDUSTRIAIS: EFICIÊNCIA ALÉM DA INDÚSTRIA

Num contexto marcado pela crescente competitividade e pela necessidade de diferenciação organizacional, observa-se um aumento significativo do interesse pela filosofia Lean. Originalmente desenvolvida no setor industrial, especialmente a partir das práticas do *Toyota Production System*, a abordagem *Lean Manufacturing* demonstrou, ao longo das últimas décadas, resultado em eficiência, qualidade e redução dos desperdícios

A sua consolidação permitiu a evolução para o conceito de **Lean Thinking**, que se baseia em princípios universais, aplicáveis além do ambiente fabril. Assim, torna-se pertinente analisar a forma esses princípios têm sido adaptados e implementados em setores não industriais, principalmente os serviços e o agrícola.

Concebido inicialmente para a indústria automóvel, o Lean expandiu-se para diversos setores devido à sua filosofia orientada para “fazer mais com menos”, promovendo eficiência, qualidade e envolvimento das pessoas. Nos serviços e na agricultura, a adaptação dos princípios Lean tem demonstrado resultados promissores, reforçando a sua versatilidade e relevância num mundo onde a agilidade e a inovação são indispensáveis. Assim, o Lean deixa de ser apenas um conjunto de ferramentas e assume-se como um modo de pensar, agir e gerir, cuja aplicação transversal tem potencial para transformar organizações e aumentar significativamente o valor entregue à sociedade.

LEAN NOS SERVIÇOS: DA CONSCIENCIALIZAÇÃO À IMPLEMENTAÇÃO ESTRUTURADA

A incorporação do Lean nos serviços ocorreu de forma gradual, acompanhando mudanças socioeconómicas e transformações nas expectativas do consumidor. Este percurso pode ser dividido em quatro fases principais:

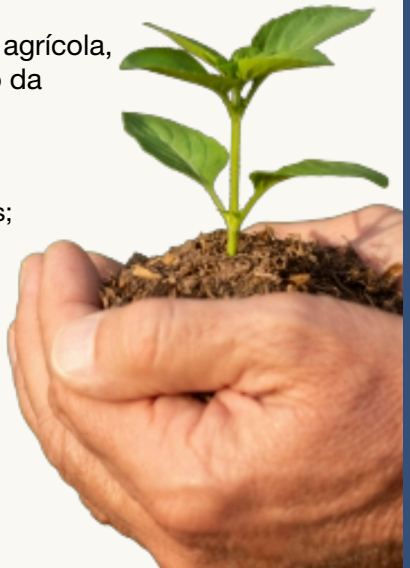
- Pré-Lean (antes de 1998): surgem os primeiros esforços para melhorar a produtividade em empresas prestadoras de serviços.
- Consciencialização (1998–2003): cresce o debate sobre a necessidade de responder à globalização com processos mais eficientes e orientados ao cliente.
- Exploração (2004–2008): verifica-se a aplicação efetiva do Lean em setores específicos, como saúde, educação, logística e tecnologia.
- Implementação (2009–presente): expandem-se estudos empíricos e metodologias adaptadas, consolidando os Lean Services como um campo de investigação e prática estruturado.

Apesar dos avanços na adoção do Lean nos serviços, a sua aplicação ainda enfrenta desafios relevantes. A intangibilidade dos desperdícios, a simultaneidade entre produção e consumo, a variabilidade da experiência do cliente e a falta de padronização dificultam a identificação de falhas e a medição de desempenho. Como o cliente participa do processo em tempo real, erros tornam-se rapidamente visíveis, como atrasos, falhas de comunicação ou inconsistências no atendimento. Assim, a padronização, mapeamento de processos, gestão visual e melhoria contínua, permitem reduzir tempos de espera, aumentar a eficiência e reforçar a satisfação do cliente, promovendo processos mais estáveis, flexíveis e orientados ao valor percebido pelo utilizador final.



LEAN NA AGRICULTURA: EFICIÊNCIA, SUSTENTABILIDADE E CADEIAS DE VALOR MAIS ÁGEIS

No setor agrícola, o Lean tem ganho destaque pela capacidade de lidar simultaneamente com desafios operacionais e exigências de mercado, especialmente relacionadas com frescura, rapidez e sustentabilidade. A produção agrícola depende de ciclos sensíveis e de janelas temporais curtas entre colheita, processamento e entrega.
Assim, desperdícios como excesso de stock, perdas pós-colheita, transportes ineficientes e comunicação fragmentada tornam-se particularmente críticos.
A metodologia Lean contribui para otimizar todo o ciclo produtivo agrícola, desde o planeamento e mapeamento do processo até ao controlo da produção e gestão logística.



Entre as melhorias observadas destacam-se:

1. Redução do desperdício de sementes, fertilizantes e recursos hídricos;
2. Utilização mais eficiente de máquinas e equipamentos;
3. Padronização de procedimentos para evitar retrabalho;
4. Melhor coordenação entre equipas, reduzindo erros sistemáticos;
5. Aumento da produtividade e da sustentabilidade ambiental.

Países como a Nova Zelândia e o Reino Unido têm registado ganhos significativos na produtividade agrícola ao integrar princípios Lean nas cadeias de abastecimento, promovendo maior colaboração entre produtores, distribuidores e fornecedores.

OS CINCO PRINCÍPIOS LEAN

Independentemente do setor a implementação do Lean baseia-se em cinco princípios estruturantes:

1. Definir Valor: compreender o que o cliente efetivamente valoriza.

2. Mapear a Cadeia de Valor: identificar atividades que agregam valor e eliminar aquelas que representam desperdício.

3. Criar Fluxo Contínuo: garantir processos estáveis, sem interrupções ou esperas desnecessárias.

4. Estabelecer um Sistema Pull: produzir apenas o necessário, alinhado com a procura real do mercado.

5. Procurar a Melhoria Contínua (Kaizen): promover um ciclo ininterrupto de aprendizagem, normalização de boas práticas e evolução constante.



O impacto do Lean nos setores não industriais não reside em replicar práticas industriais, mas sim em adaptar a mentalidade Lean às características e necessidades específicas de cada área. Trata-se de compreender processos, envolver pessoas, promover transparência e colocar o cliente no centro das decisões — independentemente de se tratar de um paciente, um estudante, um agricultor ou um consumidor final.

JEday 2025





DIA MUNDIAL DA JÚNIOR EMPRESA

No dia 22 de novembro de 2025, a Júnior Empresa Lean de Aveiro (JELA) marcou presença no JEday — Dia Mundial da Júnior Empresa, promovido pelo Movimento Júnior Português. O evento destacou-se como um espaço de partilha de conhecimento, promoção de networking e incentivo à inovação, reforçando o compromisso da JELA com a excelência, o desenvolvimento contínuo e a capacitação dos seus membros.

Durante a iniciativa, a JELA teve ainda a oportunidade de realizar uma apresentação institucional, na qual partilhou a sua trajetória, os seus principais marcos e o papel que desempenha no ecossistema júnior nacional. A participação no JEday consolidou a presença da JELA no movimento e evidenciou a sua dedicação em criar impacto académico, profissional e social.

NEWSLEAN
2025/2026

QUE TIPO DE LÍDER ÉS?

RESPONDE ÀS PERGUNTAS ABAIXO ESCOLHENDO A OPÇÃO QUE MAIS COMBINA CONTIGO. NO FINAL, SOMA AS LETRAS E VÊ QUAL RESULTADO APARECE MAIS

1. COMO TOMAS DECISÕES?
A) Analiso dados antes de decidir
B) Confio na intuição e decido rapidamente
C) Peço opiniões do grupo
D) Procuro sempre uma solução criativa

2. O QUE MAIS TE MOTIVA NUMA EQUIPA?
A) Eficiência e organização
B) Resultados rápidos
C) Harmonia e colaboração
D) Inovação e ideias novas

3. COMO LIDAS COM CONFLITOS DENTRO DA EQUIPA?
A) Investigo a causa e sigo um processo estruturado para resolver
B) Enfrento o problema imediatamente, sem rodeios
C) Promovo diálogo para que todos expressem o seu ponto de vista
D) Procuro soluções criativas que satisfaçam ambas as partes

4. COMO PREFERES COMUNICAR COM A TUA EQUIPA?
A) Objetivo, direto e com instruções claras
B) Focado em metas e desafios
C) Escutando todos e garantindo inclusão
D) De forma inspiradora e com entusiasmo

5. QUAL É O TEU MAIOR PONTO FORTE COMO LÍDER?
A) Organização e estratégia
B) Confiança e rapidez
C) Empatia e mediação
D) Criatividade e visão de futuro

6. QUANDO SURGE UM PROBLEMA INESPERADO, TU...
A) Criar um plano estruturado para resolver
B) Tomar a iniciativa e agir logo
C) Reunir a equipa para discutir a solução
D) Procurar uma abordagem não convencional



A- LÍDER ESTRATÉGICO

Planeador, analítico e organizado.
Vês o todo antes de agir e trazes estabilidade à equipa.
Ideal para projetos que exigem lógica e visão a longo prazo.



B- LÍDER EXECUTOR

Decidido, dinâmico e orientado para resultados.
Avanças rápido, resolves problemas e manténs o foco no objetivo.
Brilhas em momentos de pressão.



C- LÍDER COLABORATIVO

Empático, comunicativo e diplomático.
Promoves união, escutas e crias um ambiente saudável.
Equipas contigo sentem segurança e motivação.



D- LÍDER VISIONÁRIO

Criativo, inspirador e inovador.
Vês oportunidades novas e contagias a equipa com entusiasmo.
Excelente para projetos que precisam de renovação e novas ideias.

NEWSLEAN
2025/2026

SOPA DE LETRAS: TEMAS LEAN

K A N B A N M U D A X G T
A E M E L H O R I A R S G
I S E I R I P A D R O N I
Z T G E M B A H L W O Z Z
E O A D E S P E R D I C I
N P L L E O X C A I Z E N
F L U X O R M B S P L U L
R V S M C N D K A N B A N
E H I T S U K E E J M X G
Q A I Z E N T R B Y S E T
U D E S P E R D I C I O A
J P A D R O N I Z A C A O
D H G E M B A L U F M K R
O M U D A W S Z N L T A B
S E I R I X F L U X O P Y

KANBAN- KAIZEN- GEMBA- MUDA- VSM
FLUXO- PULL- MELHORIA- PADRONIZAÇÃO
DESPERDÍCIO- 5S



JELA

JÚNIOR EMPRESA LEAN DE AVEIRO

https://www.jelaveiro.com