

Apoios nacionais a estudantes do Ensino Superior

**Ficha IES:
Universidade de
Lisboa**

| Áreas de Intervenção | Links na Página Web da Instituição de Ensino superior | Medidas/Atividades identificadas | Descrição das medidas/atividades |
|---------------------------|---|---|--|
| Informação ULisboa | Conhecer a ULisboa ULisboa | Ações de divulgação científica | participação nas Olimpíadas Regionais da Física; Química e no Programa Ser Cientista; Projeto Engenheiras por um dia; Desafios da Engenharia Júnior |
| | | | “Descobre a ULisboa” é uma exposição que mostra o que de melhor se faz dentro da Universidade. Várias atividades científicas, culturais e desportivas fazem parte de um programa que promete desafiar os espíritos mais curiosos. Destinatários: Estudantes pré-universitários e público em geral |
| | | Campanhas de divulgação da oferta formativa | |
| | | Produção de material informativo | Guia do estudante internacional (https://estudanteinternacional.ulisboa.pt/) |
| | | Publicação de anúncios | |
| | | Envio de e-mails e/ou newsletters | |
| | | Dias abertos das Escolas | Ao longo do ano, as várias Escolas da ULisboa organizam o seu Dia Aberto. Durante um dia, de portas abertas, os participantes são recebidos pelas nossas Escolas e podem tirar todas as dúvidas junto de alunos e professores. Destinatários: Estudantes pré-universitários |
| | | Promoção de visitas de estudo às Escolas da ULisboa | |
| | | Participação em feiras internacionais | A Universidade de Lisboa está presente em Feiras de Educação Internacionais para apresentar a sua oferta educativa. |
| | | Tour@ULisboa | A ULisboa abre as suas portas aos estudantes internacionais, seus familiares e professores, que pretendam conhecer as suas Escolas, obterem esclarecimentos sobre o acesso à ULisboa e esclarecerem todas as suas dúvidas. |
| | Participação em feiras nacionais (Ex: Futurália) | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | Visitas a escolas básicas e/ou secundárias | |
| | https://www.ulisboa.pt/info/verao-na-ulisboa | Verão na ULisboa | O Verão na ULisboa é uma iniciativa da Universidade de Lisboa que proporciona a oportunidade de os estudantes conhecerem e experimentarem a vida académica. Durante uma semana, podem ser um verdadeiro veterinário, dentista, artista plástico, arquiteto, advogado, escritor, designer, cientista, treinador, geógrafo, historiador, farmacêutico, biólogo, investigador, agrónomo, geólogo, físico, economista, gestor, engenheiro. O Programa Verão na ULisboa é dirigido a estudantes que se encontram a frequentar o 8.º, 9.º, 10.º, 11.º e 12.º anos ou concluíram o 12.º ano. |
| Acolhimento e Vida Académica | https://www.ulisboa.pt/nod/e/3400 | Associação de Estudantes | As Associações de Estudantes (AE) são a estrutura organizativa que representa os estudantes de cada Escola da Universidade de Lisboa (ULisboa). Cada AE tem um papel ativo não só no acolhimento, integração e interação dos estudantes com o meio académico, mas também no desenvolvimento da cooperação com outras instituições de ensino superior. Para além de cultivarem o relacionamento dos estudantes com os Órgãos de Governo da ULisboa, as AE promovem atividades e eventos de âmbito pedagógico, académico, cultural e desportivo e disponibilizam serviços de reprografia, apoio na procura de emprego, entre outros |
| | https://ciencias.ulisboa.pt/pt/gapsi | FC - Programa de Mentorado | Programa de acolhimento aos novos alunos por alunos mais velhos. |
| | | FC - Programa de Mentorado Erasmus | Programa de acolhimento a alunos em mobilidade por alunos da FC que estiveram em mobilidade no ano anterior. |
| | | FC - Programa de Recepção aos novos alunos | Programa realizado no Departamento de Informática, com alunos mais velhos a promoverem um dia de acolhimento aos novos colegas. Destingue-se do mentorado pela menor duração das actividades de acolhimento. |
| | | FC - Recepção a Alunos de Licenciatura e de Mestrado | Programa de boas vindas e esclarecimento de dúvidas. |
| | https://www.f.f.ulisboa.pt/programa-de-mentoria/ | FF - Programa de Mentoria | Programa que visa integrar os novos estudantes da FFUL no seu ambiente académico e social. |
| https://www.letas.ulisboa.pt/pt/estudantes/apoio-ao- | FL - Programa de Mentoria | Programa que visa apoiar os estudantes de 1.º ano, 1.ª vez de Licenciatura, na transição para o Ensino Superior e na sua integração na Faculdade e no curso, durante o 1º semestre. O apoio é | |

| | | |
|---|--|--|
| estudante/programa-de-mentoria | | prestado, em regime de voluntariado, por alunos de anos mais avançado. |
| | FL - Mentoring | Programa que visa a integração dos novos estudantes no ambiente académico e social da Faculdade, através de um acompanhamento psicopedagógico pelos pares, procurando minorar as dificuldades de adaptação decorrentes da transição do ensino secundário para o ensino superior. |
| | FL - Projecto Integrar | Projecto Integrar, destinado a apoiar estudantes de Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOP) da Faculdade de Letras, tem por objectivo facilitar o seu percurso académico e integração na comunidade através da ajuda entre pares. Os estudantes têm sido apoiados ao nível da apresentação da Faculdade, seus espaços e funcionamento, da língua portuguesa (através de um curso de Português Língua Segunda), de sessões sobre ferramentas informáticas e do esclarecimento de dúvidas, em geral. |
| https://www.fmv.ulisboa.pt/pt/ensino/apoio-ao-estudante | FMV - Gabinete de Apoio ao Estudante | Gabinete que tem a seu cargo o acolhimento e acompanhamento dos estudantes do 1º ano na sua inscrição e adaptação à FMV. |
| | FMH - Programa de Buddies | Programa de apoio à integração dos estudantes em mobilidade. |
| https://www.psicologia.ulisboa.pt/ensino/apoio-ao-aluno/gape/ | FP - Programa de mentorado _ Programa de apoio a Novos Alunos - PANA | Programa de apoio aos novos alunos que ingressam na FP que lhes atribui um mentor (aluno mais velho) ao longo do primeiro ano de frequência. Os mentores têm a função de apoiar os novos colegas em questões sociais, logísticas e académicas. |
| | FP - Programa de mentorado _ Programa de apoio a Estudantes Erasmus - PAEE | Programa de apoio aos estudantes Erasmus através da plataforma Buddy que lhes atribui um mentor, aluno português que irá apoiar nas questões de integração e também nas escolhas académicas |
| http://www.ie.ulisboa.pt/gabinete-de-apoio-psicopedagogico-ao-estudante | IE - Programa de mentorado _ Programa de apoio a Novos Alunos - PANA | Programa de apoio aos novos alunos que ingressam na IE que lhes atribui um mentor (aluno mais velho) ao longo do primeiro ano de frequência. Os mentores têm a função de apoiar os novos colegas em questões sociais, logísticas e académicas. |
| | IE - Programa de mentorado _ Programa de apoio a Estudantes Erasmus - PAEE | Programa de apoio aos estudantes Erasmus através da plataforma Buddy que lhes atribui um mentor, aluno português que irá apoiar nas questões de integração e também nas escolhas académicas. |

| | | | |
|-----------------|---|--|--|
| | https://www.iseg.ulisboa.pt/aquila/instituicao/ISEG/programmes/undergraduate/mentorado | ISEG - Projeto Mentorado Fase I – Integração dos alunos no campus e fornecimento de dicas essenciais para um bom aproveitamento académico. | Programa que integra uma sessão de boas vindas aos novos alunos de 1º ano de forma a promover uma maior interação entre todos. Integra ainda outra sessão que consiste em dois desafios a realizar ao longo do semestre para potenciar o espírito de equipa e sentido crítico. Indiretamente, estas sessões contribuem para a redução do insucesso escolar, e para a união e confiança entre o grupo. |
| | https://nape.tecnico.ulisboa.pt/ | IST - Programa Mentorado | Programa Mentorado do Técnico que facilita a integração e adaptação académica de forma a apoiar estudantes recentes na sua integração na Universidade, incentivando o espírito de cooperação e promovendo atividades de desenvolvimento pessoal e profissional, bem como iniciativas de carácter formativo e lúdico. |
| Apoio Académico | https://www.ulisboa.pt/info/arquivos-e-bibliotecas | Arquivos e Bibliotecas | Os Arquivos da Universidade de Lisboa são representativos da história humana, administrativa, da investigação e do ensino da universidade. As Bibliotecas da Universidade de Lisboa compreendem 59 Bibliotecas e Centros de Documentação. |
| | https://www.ulisboa.pt/nod/e/31903 | Arquivos | Os Arquivos contêm documentação e informação produzida, recebida ou herdada de interesse científico, cultural, administrativo, probatório ou legal, e no qual se incluem, entre tantos outros, relatórios e planos de atividades e contas; atas e decisões de órgãos de gestão; processos individuais de estudantes, docentes, investigadores e pessoal administrativo e técnico; coleções de tirocínios; programas de cadeiras; livros de termos; recortes de imprensa; coleções de fotografias e diapositivos; documentos audiovisuais; documentos áudio; plantas de arquitetura e mapas. |
| | https://www.ulisboa.pt/nod/e/17824 | Bibliotecas e Centros de Documentação | As Bibliotecas e Centros de Documentação totalizam 198.876 leitores registados, ocupam uma área de cerca de 35.000 m2, distribuída geograficamente pela cidade de Lisboa, oferecendo um total de 3.350 lugares de leitura e consulta, bem como cerca de 500 postos informatizados, direcionados à comunidade académica e ao cidadão - nos quais se incluem postos destinados a alunos com necessidades educativas especiais, postos fixos para leitores, e postos universitários, com acesso integral à rede wireless. A fim de corresponder às necessidades dos utilizadores (estudantes, docentes, investigadores e pessoal técnico e administrativo), as bibliotecas da Universidade de Lisboa (ULisboa) especializam- |

| | | |
|--|---------------------------------------|--|
| | | <p>se em diversos domínios temáticos, oferecendo variados serviços, tais como a consulta e leitura presencial de livros, publicações periódicas, monografias, documentos electrónicos e documentos cartográficos; o empréstimo domiciliário; o empréstimo interbibliotecas; o acesso a bases de dados e a oferta de ações de formação.</p> |
| <p>https://www.ulisboa.pt/nod/e/31901</p> | <p>Serviço de Pesquisa da ULisboa</p> | <p>O Serviço de Pesquisa da ULisboa é uma ferramenta que permite a pesquisa, através de um único ponto de acesso, de todos os recursos da ULisboa e das suas Escolas.</p> <p>O Catálogo Coletivo da ULisboa permite efetuar pesquisas nas coleções das várias unidades orgânicas da instituição, distribuídas pelas suas 18 Escolas, o Museu Nacional de História Natural e da Ciência e o Instituto de Investigação Científica Tropical.</p> |
| <p>https://www.ulisboa.pt/info/e-learning</p> | <p>e-learning</p> | <p>A Universidade de Lisboa (ULisboa) assume a promoção da utilização das tecnologias digitais como ponto fundamental numa estratégia contínua de modernização das práticas de ensino e aprendizagem no seio da sua comunidade. Nesse sentido, os Serviços Centrais da ULisboa promovem a inclusão digital e o acesso ao conhecimento, através de mecanismos tecnológicos adaptados às diferentes necessidades dos estudantes e o acesso a tecnologias de vanguarda de suporte ao ensino, valorizando a relação pedagógica entre docentes e estudantes. Como exemplo temos a utilização do Sistema Informático FénixEdu que permite aos estudantes a realização de um conjunto vasto de atividades, tais como inscrição em unidades curriculares e em provas académicas/exames, o acompanhamento de processos, a consulta dos resultados da avaliação, etc. Para além de facultar Sistemas amigáveis, a ULisboa prepara formação em novas tecnologias, direcionada para os estudantes.</p> |

| | | |
|--|--|---|
| <p>https://www.ulisboa.pt/ieii</p> | <p>Iniciativa Empreendedorismo, Inovação e Impacto</p> | <p>Iniciativa Empreendedorismo, Inovação e Impacto A Universidade de Lisboa é uma universidade empreendedora que pretende potenciar um ambiente e cultura favoráveis à inovação aberta e empreendedorismo, conducente à cocriação de valor social, cultural ou económico. A Iniciativa de Empreendedorismo, Inovação e Impacto da Universidade de Lisboa desenvolve-se segundo dois eixos principais: - Programa de Educação em Empreendedorismo- Programa de formação em empreendedorismo e inovação para estudantes de licenciatura, mestrado e doutoramento; - Programa de Inovação para investigadores- Programa de estímulo à inovação aberta direcionado a investigadores (doutorados e doutorandos)</p> |
| <p>https://www.ulisboa.pt/info/3-minutos-de-tese-universidade-de-lisboa</p> | <p>3 Minutos de Tese – Universidade de Lisboa</p> | <p>A competição 3 Minutos de Tese oferece aos estudantes de doutoramento da Universidade de Lisboa a oportunidade de desenvolver novas competências de comunicação. Considerando que o conhecimento novo produzido nas universidades é essencial à resolução dos grandes desafios sociais, e sendo o diálogo entre a ciência e a sociedade especialmente importante neste processo de capacitação, a Universidade de Lisboa organiza a competição 3 Minutos de Tese (3MT) na Universidade de Lisboa, que pretende estimular as competências de comunicação de ciência dos estudantes de doutoramento. Os estudantes são desafiados a explicar a importância e o impacto da sua investigação a um público não especializado, ao mesmo tempo que se promove a cultura científica e se fomenta a interdisciplinaridade e conhecimento mútuo na Universidade de Lisboa. A competição académica 3MT na Universidade de Lisboa destina-se a desenvolver competências únicas dos estudantes de doutoramento, como comunicar ideias complexas de forma simples e com criatividade, para públicos diversos, em apenas 3 minutos e recorrendo a um único diapositivo. A competição é inspirada num formato desenvolvido e patenteado pela Universidade de Queensland, Austrália (3MT®).</p> |

| | | |
|--|--|---|
| <p>https://www.ulisboa.pt/info/necessidades-educativas-especiaishttps://www.ulisboa.pt/sites/ulisboa.pt/files/basicpage/docs/despacho-n.o-6255-2016_0.pdf</p> | <p>Rede NEE</p> | <p>A Universidade de Lisboa (ULisboa) procura implementar uma política de inclusão, empenhando-se de forma ativa na promoção do sucesso pleno e da participação dos Estudantes com Necessidades Educativas Especiais (ENEE) na vida académica, social, desportiva e cultural. Tendo em vista a persecução de uma educação plenamente inclusiva, a ULisboa conta com a Rede de Apoio aos Estudantes com Necessidades Educativas Especiais (Rede NEE-ULisboa) que inclui representantes das 18 Escolas, Serviço de Ação Social (SASULisboa), Estádio Universitário de Lisboa (EULisboa) e estudantes, e tem como principais objetivos: • Identificação, disseminação e implementação de boas práticas; • Partilha de recursos para melhorar as condições de frequência e sucesso académico dos Estudantes-NEE. Algumas das ações já realizadas foram a criação do Regulamento do ENEE da ULisboa; a capacitação das Escolas e Serviços com instalações adaptadas às necessidades específicas de estudantes com mobilidade reduzida (WC, rampas de acesso, lugares nos parques de estacionamento); a contratação de serviços de língua gestual para a tradução das aulas, de modo a permitir aos estudantes com capacidades reduzidas ao nível da audição e vocalização poderem acompanhar as aulas; o Projeto “Ensinar a Ensinar: Vídeos e Tutoriais”; e a organização de eventos inclusivos.</p> |
| <p>https://www.faa.ulisboa.pt/index.php/pt/all-categories-pt-pt/84-category-en-gb/176-</p> | <p>FA - Gabinete de apoio ao aluno</p> | <p>Gabinete que tem como objetivos o apoio e o acompanhamento psicopedagógico com vista à promoção do sucesso académico, versando a otimização das estratégias de aprendizagem, de estudo, de comunicação e de resolução de problemas.</p> |

| | | |
|---|--|---|
| https://www.fd.ulisboa.pt/alunos/ | FD-Alunos | <p>Faculdade de Direito (FD)A Faculdade de Direito da Universidade de Lisboa assume como um dos eixos prioritários da sua atuação o acompanhamento académico, mas também ao nível da integração profissional, dos seus alunos e antigos alunos.Nesse sentido, tem vindo a dinamizar diversas formas de apoio quer no âmbito da integração académica (estando presente no acolhimento aos novos alunos, promovendo ações de tutoria em unidades curriculares específicas dos vários anos da Licenciatura e procurando proporcionar os recursos necessários a uma aprendizagem com sucesso de alunos com necessidades especiais), quer ao nível da promoção de competências de empregabilidade e de integração profissional (mediante a realização de Feiras de Estágio e de Emprego, organizando Jornadas de Empregabilidade que permitem aos alunos o contacto com diferentes carreiras em Direito, divulgando periodicamente ofertas, apoiando na elaboração do CV e promovendo eventos e formações ao nível das soft skills). Tem vindo igualmente a incrementar a divulgação e a promoção de apoios ao prosseguimento de estudos mediante o estabelecimento de bolsas de mérito social, criando desse modo oportunidades de aquisição de formação superior a alunos em situação de carência económica.Trata-se de reconhecer e ver o aluno como um todo e de o acompanhar ao longo do seu percurso, em diversos âmbitos, tendo em vista o seu sucesso pessoal e, conseqüentemente, o sucesso da Comunidade FDUL.</p> |
| https://www.fd.ulisboa.pt/alunos/apoio-ao-aluno/tutoria/ | FD - Tutoria | <p>Sessões de Tutoria da FD que visam proporcionar um suporte complementar e personalizado ao estudo dos alunos do primeiro ciclo. Este apoio é prestado por um conjunto de Tutores selecionado no início de cada semestre letivo, estando em causa uma prestação voluntária entre colegas.</p> |
| https://www.lettras.ulisboa.pt/pt/estudantes/apoio-ao-estudante/programa-de-mentoria | FL - Programa de Mentoria | <p>Programa que promove o apoio aos estudantes do 1º ano de Licenciatura (mentorandos), por parte de colegas de anos mais avançados do mesmo curso (mentores), ao longo do 1º semestre.</p> |
| https://www.lettras.ulisboa.pt/pt/estudantes/apoio-ao- | FL - Desenvolvimento de competências e apoio psicopedagógico | <p>Sessões que têm por objectivo promover o sucesso académico dos estudantes da FL e abordam temas como a adaptação ao Ensino Superior, gestão de tempo e do calendário</p> |

| | | |
|---|---|--|
| estudante/desenvolvimento-de-competencias#apoio-psicopedag%C3%B3gico | | académico, métodos de estudo, preparação para avaliações, entre outros. |
| https://www.ltras.ulisboa.pt/pt/estudantes/apoio-ao-estudante/desenvolvimento-de-competencias#compet%C3%A2ncias-transversais | FL - Desenvolvimento de competências transversais | Workshops que abordam temáticas variadas como a gestão de tempo ou gestão de stress, com o intuito de capacitar os estudantes a encontrarem formas mais adequadas de gerirem os seus próprios recursos e de lidarem com os desafios da vida pessoal e académica, contribuindo assim não só para o seu sucesso académico, mas também para o seu desenvolvimento pessoal |
| https://www.medicina.ulisboa.pt/gabinete-de-apoio-ao-estudante | FM - Mentoring 2.0 | Programa de acompanhamento dos estudantes de anos curriculares mais avançados do Mestrado Integrado de Medicina e de Licenciatura de Ciências da Nutrição por médicos e nutricionistas, entre outros profissionais de saúde, através de apoio personalizado, baseado numa relação de mentoria, tendo em vista um maior sucesso académico, mas também uma escolha mais informada sobre o seu futuro profissional. |
| | FM - Solvin'it | Projeto de peer-teaching, desenvolvido em parceria com a Associação de Estudantes da Faculdade de Medicina de Lisboa (AEFML), e criado com o objetivo de complementar conteúdos lecionados em várias disciplinas do Mestrado Integrado de Medicina e de Licenciatura de Ciências da Nutrição. Os Monitores contam com a supervisão de Tutores (docentes) na preparação e revisão de materiais. |
| | FM - iNerd | Projeto iNerd criado em parceria com o Solvin'it com o objetivo de proporcionar momentos de aprendizagem à distância de um click. Um grupo de desenvolvimento de materiais digitais que se propõe a realizar vídeos pedagógicos disponíveis para qualquer um, em qualquer momento. |

| | | |
|---|---|--|
| https://www.fmv.ulisboa.pt/pt/ensino/apoio-ao-estudante | FMV - Grupo de Mentores | Estrutura de apoio constituída por estudantes voluntários do 2º ao 5º Ano do Mestrado Integrado em Medicina Veterinária (MIMV) e do Doutoramento em Ciências Veterinárias (DCV), sob a alçada dos docentes do GAPE, que funcionam como Tutores. |
| https://www.igot.ulisboa.pt/programa-de-mentoria | IGOT-Programa de Mentoria | Com o propósito de auxiliar a sua comunidade estudantil de licenciatura e melhorar os resultados obtidos, o IGOT-ULisboa decidiu implementar, a título experimental, um programa de mentoria. Este apoio é assegurado, em regime de voluntariado, por estudantes que se destacaram nas UC alvo desta experiência, em estreita ligação com o corpo docente. |
| https://www.iscsp.ulisboa.pt/pt/cursos/servico-de-apoio/gabinete-de-apoio-ao-estudante-internacional | ISCSP - Gabinete de Apoio ao Estudante Internacional | Gabinete que desenvolve atividades de apoio e integração na rotina académica de estudantes que apresentam dificuldades a esse nível. |
| https://www.iseg.ulisboa.pt/aquila/instituicao/ISEG/programas/undergraduate/mentorado | ISEG - Projeto Mentorado Fase II - Dotar os alunos de ferramentas de estudo e capacidades de trabalho | Sessões que abordam métodos e dicas de estudo e as inseguranças no meio académico. |

| | | | |
|------------------|---|--|--|
| | https://www.iseg.ulisboa.pt/estudar/servicos-para-estudantes/gabinete-de-apoio-ao-aluno/ | Gabinete de Apoio ao Aluno | O Gabinete de Apoio ao Aluno (GAA) tem como missão identificar as dificuldades associadas ao processo de integração académica, assegurar uma adaptação bem sucedida dos alunos, promover o sucesso académico, o desenvolvimento e o bem-estar psicológico. |
| | https://nda.tecnico.ulisboa.pt/nda/ | IST - Programa Mentorado | Programa que facilita a integração e adaptação académica, nomeadamente promover o sucesso académico dos/as estudantes do 1º ano, prevenindo o abandono. |
| Apoio Financeiro | https://www.fad.ulisboa.pt/alunos/apoio-ao-aluno/responsabilidade-social/ | FD - Gabinete de responsabilidade social | Gabinete de Responsabilidade Social que apoia os estudantes da FD com dificuldades económico-financeiras, sociais, e de integração. Atua em articulação com os SASUL (Serviços de Ação Social da Universidade de Lisboa), e ao abrigo de protocolos com os nossos parceiros, como a AAFDL e a AAADFL da FDUL, na divulgação e na criação de apoios sociais aos estudantes (designadamente, bolsas de estudo, bolsas de Mérito Social, apoios sociais indiretos, entre outros). |
| | https://www.sas.ulisboa.pt/ https://www.ulisboa.pt/info/bolsas | Bolsas de Estudo | Serviço que atribui bolsas de estudo que são uma prestação pecuniária atribuída por ano letivo para a comparticipação nos encargos com a frequência de um curso ou com a realização de um estágio profissional de carácter obrigatório, sempre que o agregado familiar em que o estudante se integra não disponha de um nível mínimo adequado de recursos financeiros. |
| | https://www.sas.ulisboa.pt/merito-social | Bolsas de mérito social | Iniciativa no âmbito da responsabilidade social da Universidade de Lisboa para apoiar os estudantes que se encontram em situação de comprovada insuficiência económica; Este apoio pode configurar-se em duas modalidades de bolsas, nomeadamente, a bolsa de apoio e a bolsa de colaboração. A bolsa de apoio tem por objetivo incentivar os estudantes a participar na vida ativa em condições apropriadas ao desenvolvimento simultâneo da atividade académica, encorajando a sua participação em ações ou atividades de formação na área académica e social, promovidas por qualquer unidade orgânica ou serviço autónomo da Universidade. |

| | | |
|---|---------------------------------------|--|
| https://www.sas.ulisboa.pt/consciencia-social | Bolsa de consciência social | Iniciativa no âmbito da responsabilidade social da Universidade de Lisboa, destinada aos estudantes matriculados e inscritos em cursos de 1º ciclo, 2º ciclo e Mestrado Integrado da Universidade de Lisboa que, no decurso do ano letivo, se encontrem em situação de comprovada insuficiência económica, com prioridade para os não bolseiros. Com este apoio pretende-se combater o abandono e insucesso escolar e, também, contribuir para a aquisição de competências transversais socialmente úteis, através da atribuição de apoios extraordinários com vista à supressão de necessidades de alimentação, alojamento, propinas, entre outros. |
| https://www.ulisboa.pt/info/bolsas-de-doutoramento-unite-ulisboa | Bolsas de Doutoramento Unite! Ulisboa | A ULisboa irá atribuir, ao abrigo do protocolo de parceria existente entre a FCT e a ULisboa, 30 bolsas de doutoramento, designadamente no âmbito da European University Unite! |
| https://www.ulisboa.pt/info/bolsas-de-doutoramento-prisc-ulisboa | Bolsas de Doutoramento PRISC Ulisboa | A Universidade de Lisboa atribui bolsas de doutoramento Portugal-Brasil, ao abrigo do protocolo de parceria existente entre a infraestrutura científica PRISC - Portuguese Research Infrastructure of Scientific Collections, através dos seus museus e jardins botânicos, em colaboração com a Universidade Federal do Rio de Janeiro, através do seu Museu Nacional, e a FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia. |
| https://www.ulisboa.pt/noticia/bolsas-gulbenkian-merito-candidaturas-ate-24-de-outubro | Bolsas Gulbenkian Mérito | Estas bolsas de mérito destinam-se a apoiar jovens de elevado potencial que se candidatam pela primeira vez ao ensino superior e que apresentam escassos recursos económicos. |
| https://www.ulisboa.pt/info/bolsas-internacionais | Bolsas Internacionais | Neste link podem ser consultadas ofertas de bolsas de estudo e de investigação destinadas apenas à comunidade académica com vínculo à ULisboa. <ul style="list-style-type: none"> • China • Nova Zelândia • Suíça • Alemanha |

| | | | |
|--------------------------|--|---|--|
| | https://www.ulisboa.pt/info/erasmus https://www.eacea.ec.europa.eu/grants_en | Programa Erasmus+, | <p>Ao nível do Ensino Superior, o Programa Erasmus+, no âmbito da sua Ação Chave 1, permite a realização de atividades de mobilidade entre instituições de ensino superior europeias, permitindo a mobilidade de estudantes, recém-graduados, docentes e não-docentes, para períodos de aprendizagem, ensino e formação, na Europa.</p> <p>A ULisboa dá as boas-vindas aos estudantes, docentes e pessoal técnico e administrativo das instituições parceiras que venham a realizar um período de mobilidade na ULisboa!</p> |
| Alojamento e alimentação | https://www.sas.ulisboa.pt/ | Apoio à alimentação | <p>Os SASULisboa fornecem refeições a toda a comunidade académica da ULisboa, a preço social. São geridas pelos SASULisboa oito unidades alimentares, duas em regime de gestão direta e seis unidades em regime de concessão. A maioria das Unidades Alimentares permitem aos seus utentes optar por um dos pratos disponibilizados entre as opções de refeição de carne, peixe, dieta ou “ovo-lacto-vegetariano”. Para além destas opções, em algumas Unidades Alimentares e Escolas existem bares, snack-bares e restaurantes disponíveis a toda a comunidade académica.</p> |
| | https://www.ulisboa.pt/info/alimentacao https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-do-campus-da-ajuda | Alto da Ajuda-820 lugares, cantina, snack-bar, TecnoBar, restaurante | 820 lugares, cantina, snack-bar, TecnoBar, restaurante |
| | https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-motricidade-humana | Faculdade de Motricidade Humana - | 08 lugares, cantina |
| | https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-economia-e-gestao | Instituto Superior de Economia e Gestão | 370 lugares, cantina, bar 1 e bar 2 |
| | https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-agronomia https://www.sas.ulisboa.pt/ | Instituto Superior de Agronomia Instituto Superior Técnico - Alameda | 312 lugares, cantina e snack bar 500 lugares, cantina e snack-bar |

| | | |
|---|---|---|
| <p>unidade-alimentar-tecnico-alameda https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-tecnico-tagus-park https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-belas-artes https://www.sas.ulisboa.pt/unidade-alimentar-cantina-velha https://www.ulisboa.pt/info/alimentacao</p> | <p>Instituto Superior Técnico - Taguspark</p> <p>Refeitório de Belas-Artes</p> <p>Refeitório - Cantina Velha</p> <p>Espaço 3l's</p> | <p>178 lugares, cantina</p> <p>170 lugares</p> <p>1000 lugares, cantina, restaurante, snack-bar e refeitório macrobiótico</p> <p>58 lugares</p> |
| <p>https://www.sas.ulisboa.pt/introducao-ao-alojamento</p> | <p>Apoio ao alojamento Alunos</p> | <p>Residências dos SAAULisboa destinadas ao alojamento de estudantes da Universidade de Lisboa, matriculados e inscritos nos 1º, 2º e 3º ciclos, deslocados da sua residência de origem e necessitem de alojamento para a frequência das atividades académicas. Têm prioridade os estudantes bolseiros deslocados e os que frequentam os 1º e 2º ciclos.</p> |
| <p>https://www.ulisboa.pt/info/alojamento</p> | <p>Alojamento para alunos e para Professores</p> | <p>Na ULisboa encontram-se em funcionamento 20 Residências Universitárias, 14 para estudantes e 5 para professores e investigadores, com mais de 1300 camas.</p> <p>Estas unidades de alojamento localizam-se em várias zonas de Lisboa, algumas das quais junto às Escolas, estando equipadas com biblioteca, sala de estudo, acesso à rede wireless, sala de convívio entre outras características que visam favorecer a estada dos utilizadores.</p> |
| <p>http://www.sas.ulisboa.pt/index.php?opt=5;27&chvP=29 https://www.sas.ulisboa.pt/residencia-antonio-aleixo</p> | <p>Residências para Estudantes</p> | <p>Residência António Aleixo</p> |

<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-benfica>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-campo-grande>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-egas-moniz>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-filipe-folque>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-luis-de-camoes>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-fmh-um>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-fmh-dois>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-ribeiro-santos>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-duarte-pacheco>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-prof-ramoa-ribeiro>
<https://www.isa.ulisboa.pt/visitantes/residencias>
<https://www.as.ulisboa.pt/residencia-lumiar>

Residência Benfica

Residência Campo Grande

Residência Egas Moniz

Residência Filipe Folque

Residência Luís de Camões

Residência Motricidade Humana 1

Residência Motricidade Humana 2

Residência Ribeiro Santos

Residência Eng.º Duarte Pacheco

Residência Prof. Ramôa Ribeiro

Instituto Superior de Agronomia

Residência Lumiar

| | | | |
|--------------------------|---|---------------------------------|--|
| | https://www.sas.ulisboa.pt/residencia-campus-da-ajuda https://www.sas.ulisboa.pt/residencia-campus-da-ajuda https://www.isa.ulisboa.pt/visitantes/residencias https://www.sas.ulisboa.pt/residencia-nossa-senhora-da-paz https://www.sas.ulisboa.pt/residencia-egas-moniz https://www.sas.ulisboa.pt/residencia-artilharia-um https://www.sas.ulisboa.pt/index.php | Residências para Professores | Residência do Campus da Ajuda Residência do Campus da Ajuda Instituto Superior de Agronomia Residência Nossa Senhora da Paz Residência Egas Moniz Residência Artilharia Um Apartamentos TTC@ULisboa |
| Saúde e bem-estar | https://www.ulisboa.pt/info/saude-e-bem-estar-na-ulisboa | Saúde e Bem Estar na ULisboa | Não há Universidade sem pessoas e por isso cuidar do seu bem-estar é uma obrigação e uma responsabilidade de todos. Este estudo reflete o compromisso da Universidade de Lisboa com os seus valores. O estudo foi realizado: <ul style="list-style-type: none"> • Aos Estudantes; • Aos Trabalhadores Técnicos e Administrativos. |
| | https://www.fsa.ulisboa.pt/index.php/pt/all-categories-pt/84-category-en-gb/176- | FA - Gabinete de apoio ao aluno | Gabinete que tem como objetivo a orientação e apoio socioeducativo, em especial nas áreas da integração e bem-estar social dos estudantes, no desenvolvimento das suas competências pessoais e sociais, na promoção da saúde e prevenção de comportamentos de risco. |

| | | |
|---|---|---|
| https://ciencias.ulisboa.pt/pt/gapsi | FC - Gabinete de apoio psicológico | Gabinete que presta apoio no âmbito da Psicologia Clínica e Educacional. |
| https://ciencias.ulisboa.pt/pt/g3s | FC-Segurança, Saúde e Sustentabilidade | A Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa é um organismo que se rege por um conjunto de valores orientados para a eficiência, eficácia e qualidade dos serviços prestados. O papel e a relevância de Ciências assentam na prossecução dos seus objetivos estratégicos e da sua missão, para a qual é determinante a segurança e saúde dos seus trabalhadores, colaboradores, alunos e visitantes. |
| https://www.fd.ulisboa.pt/alunos/apoio-ao-aluno/gabinete-de-apoio-psicologico/ | FD - Gabinete de apoio psicológico | Gabinete que visa o desenvolvimento de competências (pessoais, profissionais e académicas), facilitação de processos de transição e adaptação dos/as novos/as alunos/as, prevenção e promoção da saúde psicológica, desenvolvimento de carreira, educação inclusiva / necessidades específicas de educação e intervenção em crise. |
| https://www.f.fulisboa.pt/saude-e-bem-estar/ | Faculdade de Farmácia (FFUL) | A FFUL disponibiliza, à comunidade académica e ao público em geral, serviços com valências diretas na área da saúde, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> • Laboratório de Análises Clínicas • Unidade de Farmacovigilância Setúbal e Santarém Ao longo do ano letivo decorrem nos espaços da FFUL vários eventos, de cariz científico, sobre temáticas da saúde que são organizados e/ou promovidos pela Escola, AEFUL, LisbonPH, ULisboa e entidades parceiras. |
| https://www.fmv.ulisboa.pt/pt/ensino/apoio-ao-estudante | FMV - Gabinete de Apoio ao Estudante | Gabinete que tem por missão a congregação de esforços tendo em vista as necessidades físicas, emocionais e o bem-estar dos estudantes. |
| https://www.psicologia.ulisboa.pt/ensino/apoio-ao-aluno/gape/ | FP - Gabinete de apoio psicopedagógico ao estudante | Gabinete que presta apoio nos domínios da gestão das emoções, do desempenho académico e/ou da relação com os outros |
| http://www.ie.ulisboa.pt/gabinete-de-apoio-psicopedagogico | IE - Gabinete de apoio psicopedagógico ao estudante | Gabinete que presta apoio nos domínios da gestão das emoções, do desempenho académico e/ou da relação com os outros |

| | | | |
|---|--|--|---|
| co-ao-estudante | | | |
| https://www.lettras.ulisboa.pt/pt/estudantes/desporto-saude-e-bem-estar | | Faculdade de Letras (FLUL)-Apoio Psicológico | <p>Este apoio visa promover o bem-estar psicológico da comunidade da Faculdade de Letras e o sucesso académico dos estudantes desta instituição. Quem recorrer ao Apoio Psicológico terá oportunidade de aprofundar o seu autoconhecimento e de, juntamente com a psicóloga, desenvolver estratégias mais adequadas para ultrapassar dificuldades a nível psicológico ou para lidar com os desafios do percurso académico e da vida pessoal. Bem-estarO bem-estar é um componente fundamental da saúde, por isso nesta secção encontrará alguns materiais de apoio, em formatos diversos, que se destinam à promoção do seu bem-estar e autocuidado. Materiais de Apoio: Ansiedade e Stress Estratégias para lidar com a ansiedade »Relaxamento guiado – Lugar especial (áudio) »Procrastinação Estratégias anti-procrastinação</p> |
| https://www.medicina.ulisboa.pt/desporto-e-bem-estar | | FM-Desporto e Bem Estar | <p>Mesmo em frente às instalações da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa encontra-se o Estádio Universitário de Lisboa. O Estádio Universitário é o serviço da ULisboa que promove o desporto, a saúde e o lazer. Com preços especiais para toda a comunidade académica (estudantes, professores, investigadores e colaboradores não docentes), o Estádio Universitário de Lisboa proporciona uma oferta desportiva diversificada e de qualidade.</p> |
| https://www.medicina.ulisboa.pt/servicos-tecnicos-e-administrativos | | O Gabinete de Apoio ao Estudante (GAE) | <p>Surgiu no ano de 2018 substituindo a anterior Área de Apoio ao Aluno (3As) no âmbito de uma iniciativa partilhada entre a Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (FMUL) e a Associação de Estudantes da Faculdade de Medicina de Lisboa (AEFML), dando corpo a vários projetos partilhados mas também criando novos. A missão do Gabinete é apoiar transversalmente todas as áreas de desenvolvimento pessoal, social e profissional do estudante ao longo do seu percurso académico, favorecendo um espaço de integração e abertura à diversidade e ao crescimento...</p> |

| | | |
|---|---|---|
| https://www.fmv.ulisboa.pt/pt/ensino/apoio-ao-estudante | Faculdade de Medicina Veterinária | O Gabinete de Apoio ao Estudante (GAPE) foi criado pelo Conselho Pedagógico (CP) em fevereiro de 2018, com a missão de congregar esforços tendo em vista as necessidades físicas, emocionais e o bem-estar dos estudantes da FMV. |
| https://www.igot.ulisboa.pt/saude-e-bem-estar | Instituto de Geografia e Ordenamento do Território (IGOT)+ Desporto | A prática desportiva regular é essencial na promoção de um estilo de vida saudável e equilibrado. Na ULisboa, através dos serviços do Estádio Universitário, os estudantes e restantes membros da Comunidade IGOT podem ter acesso, em condições especiais, a um conjunto alargado de modalidades e espaços desportivos.+ SaúdeA promoção da saúde é uma prioridade para o IGOT e para a ULisboa. Toda a comunidade académica pode beneficiar de consultas de várias especialidades clínicas (Clínica Geral, Consulta do Viajante, Ginecologia, Medicina Dentária, Medicina Preventiva, Nutrição, Oftalmologia, Planeamento Familiar, Psicologia, Psiquiatria) a preços reduzidos, nas duas unidades do Centro Médico da ULisboa, uma no Campus da Cidade Universitária e outra no Campus da Ajuda. As consultas podem ser marcadas através da página do Centro Médico. Presta, igualmente, apoio a estudantes e docentes em mobilidade, residentes no estrangeiro, que necessitam de cuidados de saúde num período curto de permanência em Portugal. |
| http://www.ie.ulisboa.pt/projetos/classroom-4-0-wellbeing-resources | Instituto de Educação | Investigação e desenvolvimento de soluções de mobiliário escolar que influenciem e monitorizem o bem-estar e saúde dos alunos em sala de aula, promovendo condições para um superior desempenho escolar O projeto n.º 47130 Classroom 4.0 – wellbeing resources, visa a investigação e o desenvolvimento de soluções de mobiliário escolar que influenciem e monitorizem o bem-estar e saúde dos alunos em sala de aula. Pretende-se com este projeto o desenvolvimento experimental da incorporação de tecnologias 4.0 nas infraestruturas de sala de aula para autenticação, monitorização, registo e tratamento de dados – informação em tempo real dos parâmetros monitorizados – e também para atuação em tempo útil na infraestrutura de modo a influenciar os parâmetros ambientais monitorizados. O consórcio promotor é constituído por uma |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | | <p>empresa, Nautilus, S.A., e por duas entidades não empresariais, o INEGI – Instituto de Ciência e Inovação em Engenharia Mecânica e Engenharia Industrial e o Instituto de Educação da Universidade de Lisboa, reunindo as competências técnicas e científicas para o desenvolvimento do mesmo.</p> |
| | <p>https://tecnico.ulisboa.pt/pt/viver/servicos/servicos-de-saude/</p> | <p>Instituto Superior Técnico (IST)</p> | <p>A unidade de serviços de saúde do Técnico foi inicialmente criada com o objetivo de promover melhores condições de vida e de trabalho a todos os colaboradores da escola, proporcionando-lhes um ambiente adequado ao processo de aprendizagem e às atividades de ensino e investigação. Após um longo percurso de existência, adquirida a experiência e reunidos os recursos e parceiros, esta assume, atualmente, um papel preponderante na prestação de cuidados de saúde à população local.</p> |
| | <p>https://www.estadio.ulisboa.pt/info/centro-medico</p> | <p>Centro médico - Cidade Universitária e Campus da Ajuda</p> | <p>Centro Médico que tem como objetivo primordial promover melhores condições de vida e de trabalho à comunidade académica, proporcionando-lhes um ambiente adequado ao processo de aprendizagem e às atividades de ensino e investigação. Integra consultas de Clínica Geral, Consulta do Viajante, Medicina Dentária, Nutrição, Oftalmologia, Planeamento familiar, Psicologia e Psiquiatria.</p> |
| | <p>https://www.estadio.ulisboa.pt/info/desenvolvimento-pessoal https://www.estadio.ulisboa.pt/info/programa-de-reducao-de-stresse-com-base-em-mindfulness-8-semanas;</p> | <p>Cursos de gestão de stress</p> | <p>Sessões que promovem a prática regular de Mindfulness e outras atividades relacionadas.</p> |

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|--|
| | https://www.estadio.ulisboa.pt/info/workshop-tecnicas-de-relaxamento | | |
| Social, Cultural e Desportivo | https://www.ulisboa.pt/info/desporto-e-saude | Universidade de Lisboa (ULisboa) integra um conjunto de unidades especializadas | A Universidade de Lisboa (ULisboa) integra um conjunto de unidades especializadas que visam promover o desporto, saúde e bem-estar junto da sua comunidade académica. As várias infraestruturas desportivas disponibilizam modalidades de exercício físico (exemplos: fitness, atividades coletivas, desportos de combate, ténis, voleibol), realizando também campeonatos universitários de forma a promover a ocupação dos tempos livres de uma forma ativa e saudável junto da comunidade académica. No âmbito dos cuidados de saúde primários disponibilizam-se consultas de clínica geral e outras especialidades médicas com condições especiais de acesso para membros da ULisboa. Desporto e Saúde na ULisboa- Estádio Universitário de Lisboa A vivência cultural e associativa é parte integrante da Universidade de Lisboa (ULisboa). Ao longo do ano realizam-se, nos vários espaços da ULisboa, inúmeras iniciativas culturais que abrangem exposições, concertos, conferências, seminários, congressos, entre outros eventos. |
| | https://www.ulisboa.pt/info/cultura | ULisboa-Cultura | A Aula Magna é um dos espaços culturais de referência na cidade de Lisboa. Esta sala versátil acolhe, com frequência, a realização de importantes eventos nacionais e internacionais (com especial incidência em espetáculos e concertos). As manifestações artísticas promovidas por coros, associações de estudantes, tunas académicas, grupos na área do teatro, entre outras formas organizativas, também contribuem ativamente para a dinamização da vida académica e cultural na ULisboa. |
| | https://www.ulisboa.pt/agenda | Agenda Cultural | |
| | https://www.estadio.ulisboa.pt/ | Estádio Universitário de Lisboa (EUL) | Estádio Universitário de Lisboa (EUL) O Estádio Universitário de Lisboa, com instalações desportivas localizadas no Campus da Cidade Universitária e no Campus da Ajuda, é o serviço da Universidade de Lisboa que promove o desporto, a saúde e o lazer. |

| | | |
|---|--|--|
| https://www.estadio.ulisboa.pt/info/saude-e-bem-estar | Estádio Universitário - Cidade Universitária e Campus da Ajuda | Instalações do Estádio Universitário, que oferecem espaços e atividades no âmbito da atividade física à comunidade académica |
| https://www.ulisboa.pt/info/museus | Museus | <p>A Universidade de Lisboa (ULisboa) possui um vasto e valioso património histórico e cultural do qual se distinguem os espaços museológicos.</p> <p>Os Museus da ULisboa têm um papel importante não só na conservação como na divulgação de coleções científicas, dinamizando igualmente a vida cultural da Universidade e da cidade de Lisboa.</p> <p>Estes espaços, abertos ao público em geral, contribuem igualmente para uma maior compreensão da história e evolução científica de várias áreas do saber, tais como a Zoologia, Astronomia, Geociências, Mineralogia, Geologia, Antropologia, entre outras.</p> <p>A programação dos Museus da ULisboa é diversificada, incluindo a realização, ao longo do ano, de exposições, visitas guiadas, conferências bem como outras ações educativas, culturais e de lazer.</p> |
| https://www.ulisboa.pt/info/patrimonio | Património Cultural | Museus, jardins botânicos, coleções e património cultural de natureza científica, histórica e artística muito significativo no contexto português e internacional. |
| https://www.ulisboa.pt/info/cultura | Cultura | Iniciativas culturais que abrangem exposições, concertos, conferências, seminários, congressos, entre outros eventos |
| http://www.ie.ulisboa.pt/gabinete-de-apoio-psicopedagogico-ao-estudante/nucleo-promocao-voluntariado | Instituto de Educação Núcleo de Promoção de Voluntariado | O Núcleo de Promoção de Voluntariado (NPV) incentiva e apoia a prática do voluntariado pelos alunos do Instituto de Educação, através da oferta de propostas e/ou organização de projetos que vão ao encontro dos interesses dos estudantes e das necessidades identificadas na comunidade. |

<https://www.isa.ulisboa.pt/vida-no-isa/desporto-cultura-e-lazer>

Instituto Superior de Agronomia (ISA)-Desporto

O rugby federado, desporto com uma longa tradição no ISA, conta com dois campos relvados geridos pela Associação dos Antigos Alunos do ISA.

Também a Associação dos Estudantes do ISA está envolvida na prática de algumas modalidades desportivas entre os alunos, nomeadamente, rugby universitário, futebol 11, volei, basquetebol e futsal.

A Comunidade do ISA pode beneficiar de todos os serviços de desporto e saúde oferecidos pelo Estádio Universitário

Cultura-Grupo de Teatro Académico da Universidade de Lisboa (TUT)

O grupo de Teatro da Universidade Técnica de Lisboa (TUT), foi fundado em Outubro de 1981 pelo Prof. Jorge Listopad, a convite do Prof. Eduardo Arantes e Oliveira, o então Reitor da UTL.

Atualmente é designado como grupo de Teatro Académico da ULisboa - TUT, devido à fusão, desde Dezembro de 2012, entre a Universidade Técnica e a Universidade de Lisboa.

É dirigido por Júlio Martín da Fonseca, faz ensaios em locais do campus da Cidade Universitária, às segundas e quintas-feiras, das 19h00 às 21h00. As actividades recomeçam, todos os anos, em meados de Setembro.

<http://ae.isa.ulisboa.pt/>

Lazer-Espaço Lagar – O Espaço de Convívio e Lazer dos Estudantes do ISA

Este é um espaço há muito adquirido pela AEISA para multiusos. Com uma imagem renovada e um espaço reestruturado desde o ano lectivo 2010/2011, este espaço permite agora diversas utilizações por parte dos estudantes e não só. Desde uma grande sala de convívio para os eventos temáticos da AEISA, até às instalações da Rádio Tomatinho e da Tuna Feminina do ISA – Tunassa, este é um espaço inteiramente dedicado aos estudantes.

<https://www.iseg.ulisboa.pt/viver-iseg/associacoes-de-estudantes/>

Instituto Superior de Economia e Gestão (ISEG)-Associação de Estudantes

Sente a diversidade e energia da comunidade ISEG. O ISEG tem vários clubes e associações que existem para enriquecer a vida escolar, promover a sua cultura e construir relações entre os seus diversos indivíduos e grupos.

<https://www.iseg.ulisboa.pt/cultura-sociedade/>

Instituto Superior de Economia e Gestão (ISEG)-Cultura e Sociedade

O ISEG organiza um vasto programa cultural e social, com o envolvimento de docentes, não docentes e estudantes. O envolvimento da comunidade ISEGuiana tem como objectivo reconhecer e valorizar a importância que a cultura tem numa instituição universitária, a par do ensino e da investigação, com espírito de grande abertura à inovação e à criatividade.

<https://tecnico.ulisboa.pt/pt/viver/dia-a-dia/cultura-e-desporto/>

Instituto Superior Técnico (IST)-
Cultura e Desporto

O Técnico fomenta o espírito académico que encontra expressão num conjunto diversificado de atividades extracurriculares. As suas infraestruturas facilitam o desenvolvimento das mais variadas atividades culturais, lúdicas e desportivas, entre outras, num ambiente multicultural, de partilha e de interação entre alunos, docentes, investigadores e funcionários.

<https://diferencial.tecnico.ulisboa.pt/>
<https://www.facebook.com/GrupoTeatroIST>
<http://cantatradicional.ist.utl.pt/>
<https://nucleodeartefotografica.pt/>
<https://www.nfist.pt/pulsar>
<http://www.radiozero.pt/>

Instituto Superior Técnico (IST)-
Cultura

O cinema, o teatro, a música, a pintura, o jornalismo académico, a fotografia e a rádio, entre outras atividades, assumem grande relevância no Técnico, contribuindo para estimular e desenvolver o espírito crítico e o potencial criativo dos alunos.

<https://tfist.tecnico.ulisboa.pt/~tfist.daemon/>
<http://tuist.tecnico.ulisboa.pt/~tuist.daemon/tuist7/web/>
<https://tmist.t>

- CinemapaIST – Núcleo de Cinema do Técnico
- Diferencial – Jornal dos Alunos do Técnico
- GTIST – Grupo de Teatro do Técnico
- Grupo de Cantares Tradicionais do Instituto Superior Técnico
- NAF – Núcleo de Arte Fotográfica do Técnico
- Pulsar – Revista do Núcleo de Física do Técnico
- Rádio Zero
- Tecnológica – Revista de IT do Técnico
- TFIST – Tuna Feminina do Instituto Superior Técnico
- TUIST – Tuna Universitária do Instituto Superior Técnico
- TMIST – Tuna Mista do Instituto Superior Técnico

| | | | |
|-------------------------------|---|--|--|
| | <p>ecnico.ulisboa.pt/</p> <p>https://tecnico.ulisboa.pt/files/2016/11/aikido-taguspark-v5a.pdf</p> <p>http://www.tecnico-rugby.com/</p> | <p>Instituto Superior Técnico (IST)-Desporto</p> | <p>No Técnico é possível praticar as mais variadas modalidades desportivas: basquetebol, futebol, andebol ou rugby são alguns dos muitos exemplos. Existe ainda uma piscina coberta, um campo polidesportivo, um court e ténis e um pavilhão gimnodesportivo. • Aikido3.0MB • Andebol Masculino • Basquetebol Feminino • Basquetebol Masculino • Futebol 11 • Futsal Feminino • Futsal Masculino • Polo Aquático • Rugby • Surf/BodyBoard • Taekwondo • Ténis de Mesa • Voleibol Feminino • Voleibol Masculino</p> |
| <p>Empregabilidade</p> | <p>https://www.ulisboa.pt/sobre-nos#empregabilidade</p> | <p>Empregabilidade</p> | <p>A Universidade de Lisboa (ULisboa), comprometida com o sucesso dos seus estudantes, assume a sua competência de recolher e divulgar informação sobre o emprego e o percurso profissional dos seus diplomados, enquanto indicador do nível de ajustamento entre a oferta formativa e as necessidades do mercado de emprego.</p> |

| | | |
|---|---|--|
| https://www.ulisboa.pt/sites/ulisboa.pt/files/basicpage/docs/sintese_empregabilidade_de_2021.pdf | ULISBOA - Inquéritos à Empregabilidade dos Diplomados | Através da monitorização da empregabilidade dos seus diplomados, por inquérito online (1.º e 2.º ciclos), após pelo menos 12 meses de contacto com o mercado de emprego, a ULisboa pretende identificar os tempos de espera, as taxas e os perfis de emprego, a natureza destes vínculos laborais, bem como outros parâmetros associados à inserção. Esta monitorização foi igualmente estendida aos diplomados destes ciclos de estudo, decorridos cerca de seis e 10 anos de contacto com o mercado de trabalho, e aos diplomados do 3.º ciclo. |
| https://www.f.a.ulisboa.pt/index.php/pt/all-categories-pt-pt/123-sobre/servicos/124-gabinete-de-mobilidades-e-saidas-profissionais | FA - Divulgação de ofertas de emprego | Publicação no site institucional de informação sobre ofertas de emprego, estágios, formação, seminários e bolsas de estudo a todos os alunos e recém-licenciados. |
| https://www.belasartes.ulisboa.pt/ofertas-externas/ | FBA-Divulgação de ofertas externas | emprego, estágios, bolsas, concursos, formação e residências, entre outros— para alunos e ex-alunos da Faculdade de Belas-Artes. |
| https://ciencias.ulisboa.pt/pt/empregabilidade#toc3 | FC - Jobshop Ciências | Evento que visa promover a aproximação dos estudantes/recém-graduados de Ciências ao mercado de trabalho. |
| | FC - Página do LinkedIn do Gabinete de Empregabilidade | Meio de divulgação de ofertas e oportunidades de estágio, emprego ou outras atividades relevantes no âmbito da empregabilidade e de valorização do currículo profissional, quer nacionais quer estrangeiras, para os alunos e graduados da FC. |
| | FC - Divulgação no site de Ciências de diversas oportunidades de estágios e de recrutamento | Divulgação de diversas ofertas e oportunidades profissionais de diversos tipos bem como eventos ligados à empregabilidade, por forma a auxiliar os alunos e diplomados na sua inserção profissional. |
| https://www.f.d.ulisboa.pt/alunos/apoio-ao-aluno/saidas-profissionais/ | FD - Jornadas Profissões Jurídicas | Sessões de Esclarecimento com vários Professores do ramo do Direito. |
| | FD - Jornadas da Empregabilidade | Palestras relacionadas com mercado de trabalho e feira de emprego. |
| https://www.f.f.ulisboa.pt/empregabilidade/ | Faculdade de Farmácia | A FF realiza a análise à empregabilidade dos seus diplomados. |

| | | |
|--|---|--|
| https://www.letras.ulisboa.pt/pt/estudantes/apoio-ao-estudante/aconselhamento-de-carreira | FL - Sessões de aconselhamento de carreira | As sessões que visam promover o autoconhecimento dos estudantes da FL, capacitando-os a identificarem as suas capacidades, competências e interesses, orientando-os nas suas tomadas de decisão em matéria de educação, formação e emprego, bem como a gerirem o seu percurso individual formativo e de carreira. |
| https://www.letras.ulisboa.pt/pt/estudantes/orientacao-de-carreira https://www.letras.ulisboa.pt/pt/estudantes/orientacao-de-carreira/72-estagios-curriculares-1-ciclo | FI-Orientação de Carreira: Estágios Curriculares 1º Ciclo (Licenciatura) | |
| https://www.letras.ulisboa.pt/pt/estudantes/orientacao-de-carreira/75-estagios-extracurriculares | Estágios Extracurriculares | Actualmente, onze cursos de 1.º Ciclo (Licenciatura) da Faculdade de Letras preveem a realização de um estágio curricular no último semestre do plano de estudos. A Faculdade de Letras, através do Núcleo de Orientação de Carreira e Apoio ao Estudante, apoia os seus alunos na realização de estágios extracurriculares (estágio não previsto no plano de estudo dos cursos). O estágio extracurricular pretende proporcionar aos seus destinatários uma formação prática em contexto de trabalho considerada relevante para a respectiva formação académica, que permita a aquisição de competências profissionais e uma futura melhor integração no mercado de trabalho. |
| https://www.letras.ulisboa.pt/images/internacional/guia_out_erasmus.pdf | Guia de Estudante Erasmus+ Outgoing | |
| https://www.letras.ulisboa.pt/images/internacional/coordenadores_mobilidade.pdf | Coordenadores Erasmus+ e de Intercâmbio | |

| | | |
|---|--|---|
| https://www.lettras.ulisboa.pt/images/inter nacional/calendario_erasmus_out.pdf | Calendário de Candidaturas ao Programa Erasmus+ | |
| https://www.lettras.ulisboa.pt/pt/estudantes/apoio-ao-estudante/desenvolvimento-de-competencias#compet%C3%A2ncias-transversais | FL - Desenvolvimento de competências transversais | Workshops que abordam a empregabilidade, com o intuito de capacitar os estudantes a encontrarem formas mais adequadas de gerirem os seus próprios recursos e de lidarem com os desafios da vida profissional. |
| https://www.lettras.ulisboa.pt/pt/internacional/1812-programas-de-mobilidade | Mobilidade internacional - Estágios | O Programa Erasmus+ Estágios possibilita aos alunos e recém-graduados a realização de um estágio profissional num país da União Europeia. Com o intuito de proporcionar uma experiência enriquecedora em contexto de trabalho, este programa permite desenvolver competências muito valorizadas pelo mercado de trabalho, como o domínio de duas ou mais línguas estrangeiras e as competências necessárias para integrar com sucesso equipas multiculturais. Os alunos da Faculdade de Letras podem candidatar-se a uma mobilidade Erasmus+ para realizarem um estágio curricular ou extracurricular. O estágio tem uma duração variável, entre 2 e 12 meses. A procura de estágios é da responsabilidade dos alunos, que podem consultar plataformas como Erasmus Intern.org ou PRAXIS. Os recém-graduados podem realizar mobilidades de Erasmus+ Estágio até um ano após a data de conclusão do ciclo de estudos. O Programa Erasmus + prevê a possibilidade de atribuição de uma bolsa, cujo valor varia consoante o país de destino e a duração da mobilidade. |
| https://www.medicina.ulisboa.pt/gabinete-de-apoio-ao-estudante | FM - Mapping your way - Apoio ao desenvolvimento de carreira | Projeto em articulação com o Mentoring 2.0 - Mentoria Profissional - que visa ajudar os estudantes a pensar e orientar estrategicamente o seu percurso académico e profissional (desde o início do seu percurso académico), para que sejam bem-sucedidos na transição para o mercado de trabalho. O projeto disponibiliza consultadoria/sessões de orientação vocacional e de carreira, e outras iniciativas de capacitação e |

| | | |
|---|--|---|
| | | desenvolvimento de competências chave para o mercado de trabalho, ética e identidade profissional. |
| https://www.psicologia.ulisboa.pt/ensino/apoio-ao-aluno/gape/ | FP - Mentoring profissional | Organização e formação de um grupo de alumni para dar a conhecer o mercado de trabalho através de uma relação de mentor-mentorando e atividades de job shadowing. |
| http://www.ie.ulisboa.pt/gabinete-de-apoio-psicopedagogico-ao-estudante | IE - Mentoring profissional | Organização e formação de um grupo de alumni para dar a conhecer o mercado de trabalho através de uma relação de mentor-mentorando e atividades de job shadowing. |
| https://www.isa.ulisboa.pt/alunos/saidas-profissionais | ISA - Programa de Mentoring | Programa de Mentoring, coordenado pela alumniISA, dirigido a alunos de mestrado ou do terceiro ano de licenciatura do ISA. Constitui uma oportunidade para um primeiro contacto com o mercado de trabalho e de ter uma orientação de gestão de carreira. Para além disso, os estagiários podem aceder a uma network na sua área de formação, bastante útil na actividade profissional futura. |
| | ISA - Programa de Estágios de Verão | Programa de Estágios de Verão que visa proporcionar aos alunos do ISA uma experiência em contexto de trabalho, numa organização relacionada com o curso, durante as pausas lectivas e férias curriculares. |
| | ISA - Divulgação de ofertas de emprego a pedido das entidades empregadoras | Divulgação de ofertas profissionais entre os alunos/diplomados, de acordo com a área de formação solicitada. |
| https://www.iscsp.ulisboa.pt/pt/alunos/servicos-e-plataformas/saidas-profissionais | ISCSP - Ciclo de Workshops de Empregabilidade | Workshops que têm como objetivo potenciar os níveis de empregabilidade dos alunos e diplomados do ISCSP, no que diz respeito à sua preparação para o processo de entrada no mercado de trabalho, enquanto potenciais candidatos. |
| | ISCSP - Career Development Pitch | Acções de sensibilização, em sala de aula, para todos os alunos de 1º ano do 1º Ciclo, sobre as Saídas Profissionais, serviços e funcionalidades, plataforma das Saídas Profissionais e Build your Career. |
| | ISCSP - Career Development Awareness | Divulgação das Saídas Profissionais, serviços e funcionalidades, plataforma das Saídas Profissionais e Build your Career, através do folheto digital. |

| | | |
|---|---|---|
| | ISCSP - Sessão Esclarecimentos Estágio a todos os ciclos de estudo | Sessão de esclarecimento, em sala de aula, sobre os procedimentos e fases do processo de estágio da Unidade Curricular de Seminário de Investigação. |
| | ISCSP - OpenDay@Affinity | Evento Open Day que aproxima a comunidade discente à realidade do mercado de trabalho e de que forma este se encontra definido, considerando as diferentes áreas de formação. |
| https://www.iseg.ulisboa.pt/careers/estudantes/ | ISEG - Projeto Mentorado Fase II - Dotar os alunos de autonomia na abordagem ao mercado de trabalho | Sessão que fornece formações sobre o LinkedIn e o CV. |
| | ISEG - Career Services | Atividades organizadas pelo Career Services: 1) ISEG Career Forum 2) Company Talks 3) Open Days (nas instalações das empresas) 4) Business Breakfasts 5) Summer Internship Roadshow 6) Workshops e ações de formação sobre temas relacionados com soft skills e empregabilidade 7) Start(U)p (feira de emprego com startups) |
| | ISEG - Career Counselling | Sessões de career counselling. |
| | ISEG - Disponibilização de Plataformas de carreira | Divulgação de oportunidades de emprego e de estágio, bem como um conjunto de informação muito vasta, completa e detalhada sobre carreiras. |
| http://careercenter.tecnico.ulisboa.pt | Career Discovery@Técnico | Programa de descoberta de carreira dos estudantes do Técnico que tem como objectivo preparar os estudantes para o processos de recrutamento, sendo um facilitador nesses processos e promovendo diversas atividades junto dos estudantes e empresas. |
| | Técnico Career Discovery Sessions | Sessão de esclarecimento sobre o programa Career Discovery@Técnico direccionado a todos os alunos do Técnico. |
| | Técnico Career Workshops | Ações de formação de preparação para o processo de recrutamento (Exemplos: CV; Entrevista; Gestão de Carreira; Carreira Internacional, entre outras) |
| | Técnico Career Weeks | Semanas das Carreiras dedicadas a cada curso do Técnico com a participação de empresas de cada área através de stands, workshops e sessões de empresas, organizado por núcleos de estudantes do IST com o apoio do IST. |
| | Alumni Talks@Técnico | Sessão informal com Alumni do Técnico sobre as suas carreiras, organizado em colaboração com o Núcleo de Apoio ao Estudante. |
| | Jobbshop@Técnico by AEIST | Feira de emprego com a participação de empresas organizada pela AEIST com o apoio do IST. |
| | Talent Bootcamp@Técnico | Iniciativa de dois dias de desenvolvimento de competências de preparação para o processo de recrutamento, onde os estudantes têm |

| | | |
|---|--|--|
| | | oportunidade de efectuar um pitch a um conjunto de empresas, organizado pela Magma Studio em colaboração com o IST. |
| | Técnico Summer Internships | Programa de estágios de verão com duração entre a 4 a 8 semanas com o objectivo de os alunos terem a sua primeira experiência profissional em contexto real de trabalho. |
| | Técnico Job Bank | Portal de emprego do Técnico que disponibiliza diversas oportunidades de emprego para alunos e recém-graduados. |
| | Inside View@Técnico by BEST Lisboa | Visita acompanhada a uma empresa por um profissional da área de formação do aluno durante um dia de trabalho, organizado pelo BEST Lisboa e apoiado pelo IST. |
| | Alumni Mentoring | Programa de mentoria com duração de um ano letivo em que os mentorados terão a oportunidade de ser aconselhados por um alumni do Técnico para obter orientação e apoio sobre as escolhas, caminhos e desafios da profissão e/ou setor específico. |
| | Talent Search Meetings | Encontro informal, à mesa do pequeno-almoço, entre alunos de determinados cursos e colaboradores da empresa parceira (preferencialmente alumni do Técnico), e com a mesma formação académica que a dos alunos convidados, para partilha de experiências e percursos, desafios e dúvidas. |
| | Apresentações de empresas | Apresentações institucionais, de programas de recrutamento ou programas específicos de empresas parceiras. |
| | Meet your future - Phd Open Days | Aproximação dos estudantes de doutoramento às empresas, num ambiente descontraído e de partilha de experiências. |
| https://tecnic.o.ulisboa.pt/pt/recursos/#emprego | Instituto Superior Técnico (IST)- Emprego | Os alunos e recrutadores têm à sua disposição diversos programas e atividades que facilitam a procura e a oferta de oportunidades de emprego, estágios, trabalhos de verão, entre outros. |