

## Apoios nacionais a estudantes do Ensino Superior

Ficha IES: Universidade do Minho		
Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
Acolhimento e vida académica	<a href="https://www.uminho.pt/PT/uminho/Orgaos-da-Universidade/Provedoria/Provedor-do-Estudante/Paginas/default.aspx">https://www.uminho.pt/PT/uminho/Orgaos-da-Universidade/Provedoria/Provedor-do-Estudante/Paginas/default.aspx</a> <a href="https://alumni.uminho.pt/pt">https://alumni.uminho.pt/pt</a> <a href="https://www.aaeum.pt/">https://www.aaeum.pt/</a> <b>Manual de Acolhimento nas Residências Universitárias</b> <a href="https://www.sas.uminho.pt/pdf-manual-de-acolhimento">https://www.sas.uminho.pt/pdf-manual-de-acolhimento</a> <a href="https://www.sas.uminho.pt/sasum/">https://www.sas.uminho.pt/sasum/</a>	
	<a href="https://sou.uminho.pt/pt/">https://sou.uminho.pt/pt/</a>	Plataforma de acolhimento e integração  Renovação anual da nomeação de <b>Equipa Mista</b> , de natureza interdisciplinar, que visa desenvolver e planificar o processo de acolhimento dos novos estudantes. Integra unidades de serviços dos Sistemas de informação e Comunicações (USSIC), de Apoio às Atividades de Educação (USAAE), de Gestão Académica (USGA), do Gabinete de Comunicação e Imagem (GCI) e Apoio à Internacionalização (USAI); Conselhos Pedagógicos das Unidades Orgânicas (CP) e da Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM); Associação Recreativa e Cultural Universitária do Minho (ARCUM).
	<a href="https://www.eaad.uminho.pt/pt/layouts/15/UMinho.PortaisUOEL.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=62134">https://www.eaad.uminho.pt/pt/layouts/15/UMinho.PortaisUOEL.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=62134</a>	EAAD > Sessão de Acolhimento aos novos estudantes com todos os intervenientes na vida académica dos novos estudantes: Presidente da Escola, Presidente do Conselho Pedagógico, Diretores de Curso, secretariados dos cursos

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<a href="https://express.adobe.com/page/FtagAqGDWvNBi/">https://express.adobe.com/page/FtagAqGDWvNBi/</a>	EAAD > Criação de um Manual de Acolhimento com informação detalhada sobre a instituição, a Escola e um conjunto alargado de FAQs, sobre os mais diversos assuntos
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Receção, orientação e acompanhamento de estudantes refugiados.
	<a href="https://www.portanova.pt/about">https://www.portanova.pt/about</a> <a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a> <a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Receção e orientação de estudantes de Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Tutorias: Incentivar a manutenção de relações estáveis e contínuas no tempo entre a pessoa tutora e a(s) pessoa(s) tutoranda(s), a fim de promover as melhores adaptação e integração das novas pessoas estudantes.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Tutorias Kit de Receção às Novas Pessoas Estudantes: Promover a integração das pessoas estudantes do 1o ano curricular do percurso original e 3o ano curricular do percurso alternativo
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Tutorias Receção, orientação e acompanhamento de estudantes ingressantes.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Tutorias Cerimónia da Bata Branca: Realçar a importância das responsabilidades das futuras gerações de profissionais de saúde no que diz respeito às competências clínicas e à dimensão humana inerente à profissão médica.
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	Receção, orientação e acompanhamento de estudantes refugiados.
	<a href="https://www.portanova.pt/about">https://www.portanova.pt/about</a> <a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a> <a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	Receção e orientação de estudantes de Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa.

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	Kit de Receção às Novas Pessoas Estudantes: Promover a integração das pessoas estudantes do 1o ano curricular do percurso original e 3o ano curricular do percurso alternativo
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	Cerimónia da Bata Branca: Realçar a importância das responsabilidades das futuras gerações de profissionais de saúde no que diz respeito às competências clínicas e à dimensão humana inerente à profissão médica.
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	Receção, orientação e acompanhamento de estudantes ingressantes.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	Tutorias: Incentivar a manutenção de relações estáveis e contínuas no tempo entre a pessoa tutora e a(s) pessoa(s) tutoranda(s), a fim de promover as melhores adaptação e integração das novas pessoas estudantes.
	<a href="http://www.gpi.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=0&amp;tabid=1&amp;pageid=1&amp;lang=pt-PT">http://www.gpi.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=0&amp;tabid=1&amp;pageid=1&amp;lang=pt-PT</a> Plano Estratégico do NPIDSE Planos de Atividade do NPIDSE Relatórios de Atividade do NPIDSE	Apoio na transição de Estudantes com Necessidades Específicas (ENE) do Ensino Secundário para o Ensino Superior através da realização de sessões de esclarecimento e informação nos Agrupamentos de Escolas (AE) Apoio na orientação e mobilidade para ENE com mobilidade condicionada (deficiência visual e motora)
<b>Apoio Académico</b>	<a href="https://alunos.uminho.pt/PT/Estudantesin/Paginas/default.aspx">https://alunos.uminho.pt/PT/Estudantesin/Paginas/default.aspx</a> <a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Tutorias-por-Pares/Paginas/default.aspx">https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Tutorias-por-Pares/Paginas/default.aspx</a> <a href="https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/ProgramaORI.aspx">https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/ProgramaORI.aspx</a> <a href="https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/CursoLP.aspx">https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/CursoLP.aspx</a> <a href="https://elearning.uminho.pt/">https://elearning.uminho.pt/</a> <a href="https://www.uminho.pt/PT/uminho/Internacionalizacao">https://www.uminho.pt/PT/uminho/Internacionalizacao</a> <a href="https://alunos.uminho.pt/pt/contactosmobilidade">https://alunos.uminho.pt/pt/contactosmobilidade</a> <a href="http://www.usaae.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=2&amp;tabid=8&amp;pageid=196&amp;lang=pt-PT">http://www.usaae.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=2&amp;tabid=8&amp;pageid=196&amp;lang=pt-PT</a>	

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<p><a href="https://www.paie.sas.uminho.pt/">https://www.paie.sas.uminho.pt/</a></p> <p><b>Programa de Apoio Informático a Estudantes</b>  <a href="https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/regulamento-do-paie">https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/regulamento-do-paie</a></p>	<p>Medidas Internas &gt; Regulamento do Programa de Apoio Informático a Estudantes</p> <p>Medida Financiada &gt; &gt; Projeto "Aliança de Pós-Graduação - Competências para o Futuro", com financiamento do Plano de Recuperação e Resiliência (ao abrigo dos investimentos Impulso Jovens STEAM e Impulso Adultos)</p> <p><b>Programa de Apoio Informático a Estudantes</b></p> <p>O PAIE visa apoiar os estudantes da UMinho em condições de carência económica através do empréstimo de equipamentos informáticos para o acompanhamento das atividades letivas, em regime de ensino não presencial, através da modalidade de empréstimo de curta duração.</p>
	<p><a href="https://sou.uminho.pt/pt/NovosEstudantes/Paginas/uminho4u.aspx">https://sou.uminho.pt/pt/NovosEstudantes/Paginas/uminho4u.aspx</a></p>	<p>Medidas Financiadas &gt; POCH-02-5312-FSE-000037   <b>UMINHO4U</b> promoveu várias ações que se irão prolongar até Nov/23 sendo previsto a sua continuidade:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• EAA - Competências de Estudo e Autorregulação da Aprendizagem no Ensino Superior: Melhorar o desempenho académico através do desenvolvimento de estratégias de estudo. PÚBLICO ALVO: estudantes a frequentar o 1.º ano curricular de qualquer curso de 1.º ciclo ou mestrado integrado da UMinho interessados em melhorar o seu sucesso académico;</li> </ul>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• DROP-IN Laboratórios de aprendizagem: Melhorar o desempenho académico através de apoio extra-curricular pontual em matérias de áreas científicas associadas ao insucesso ou abandono significativo da UMinho. PÚBLICO ALVO: estudantes com dificuldades de natureza científica a frequentar o 1.º ano curricular de UCs ou módulos da UMinho em áreas científicas, tradicionalmente com elevadas taxas de insucesso ou abandono na UMinho.</li> <li>• First Success @UMinho - Sucesso dos estudantes no primeiro ano para docentes: evento único com diferentes perspetivas de sucesso académico, avaliação de estratégias e o retrato atual da organização.</li> <li>• Programa Initiating Circles- Programa de tutoria em que Alumni e estudantes mais velhos apoiam a integração no ensino superior dos novos estudantes, contribuindo também para reduzir o abandono e insucesso escolares.</li> <li>• Backing up - Programa de Colaboração na UMinho que promove e disponibiliza aos estudantes oportunidades de colaboração em eventos e iniciativas promovidas por diferentes serviços e Unidades Orgânicas da UMinho, possibilitando apoio financeiro complementar e o desenvolvimento de competências importantes para o futuro profissional.</li> </ul>
	<a href="https://www.eaad.uminho.pt/pt/Ensino/Paginas/FAQs.aspx">https://www.eaad.uminho.pt/pt/Ensino/Paginas/FAQs.aspx</a>	EAAD > Disponibilização de uma área com informação detalhada, no formato pergunta/resposta sobre diversas questões administrativas, académicas e outras,

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<p>contribuindo para uma melhoria da comunicação com os estudantes</p> <p>EAAD &gt; Promoção da proximidade dos docentes, o que permite um acompanhamento do percurso académico do estudante de forma a identificar casos de insucesso escolar em tempo útil, e coordenação com as respetivas direções de curso</p> <p>EAAD &gt; Sensibilização, junto de estudantes com dificuldades diversas, da importância do Núcleo de Promoção da Inclusão, Desenvolvimento e Sucesso Escolar. A sinalização da especificidade de cada estudante, permitirá aos docentes e Escola agir em conformidade com as suas necessidades (justificação de faltas em casa de saúde; adaptação de metodologias de ensino quando necessário)</p>
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Sessões de orientação pedagógica realizadas de modo individual ou workshop em grupo.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Fora da Caixa: Promover o desenvolvimento de aptidões essenciais ao desenvolvimento pessoal e profissional das pessoas estudantes do MIMED da EM-UM.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Dr. Quiz: Proporcionar à comunidade estudantil do MIMED da EM-UM oportunidades cativantes para que possam testar e aprofundar os seus conhecimentos para a PNA de forma interativa e dinâmica
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Let's Get Clinical: Proporcionar momentos de treino prático de gestos clínicos e/ou cirúrgicos e de

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<p data-bbox="416 371 725 400"><a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a></p> <p data-bbox="416 504 725 533"><a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a></p> <p data-bbox="416 571 1173 600"><a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a></p> <p data-bbox="416 671 725 700"><a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a></p> <p data-bbox="416 810 636 839"><a href="#">Home (uminho.pt)</a></p> <p data-bbox="416 879 831 908"><a href="#">Núcleos de Estudantes (uminho.pt)</a></p>	<p data-bbox="1400 308 2047 363">aplicação de conhecimentos teóricos essenciais na prática clínica.</p> <p data-bbox="1400 371 2047 496">EMED &gt; PNAlogia: Dar a conhecer às pessoas estudantes do MIMED da EM-UM as diferentes plataformas de estudo para a PNA, assim como alguns aspetos relevantes ao acesso à formação especializada</p> <p data-bbox="1400 504 2047 560">EMED &gt; My Med PAL: Melhorar o acesso e a qualidade dos momentos de ensino das diversas competências clínicas</p> <p data-bbox="1400 568 2047 663">EMED &gt; Atividades dedicadas ao nivelamento de conteúdos aos estudantes de Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa.</p> <p data-bbox="1400 671 2047 807">EMED &gt; Tese Me: Capacitar o corpo discente no que diz respeito a diversos conceitos e burocracias envolvidas na elaboração do Projeto Final de Mestrado</p> <p data-bbox="1400 815 2047 871">ELACH &gt; Acessibilidade à informação em português e inglês: informação relativa aos cursos</p> <p data-bbox="1400 879 1951 908">ELACH &gt; Apoio associativo &gt; núcleo dos estudantes</p>
	<p data-bbox="416 946 1361 1018"><a href="http://www.gpi.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=0&amp;tabid=1&amp;pageid=1&amp;lang=pt-PT">http://www.gpi.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=0&amp;tabid=1&amp;pageid=1&amp;lang=pt-PT</a></p> <p data-bbox="416 1026 1361 1169">RAUM, artigos 92º ao 99º: <a href="https://www.uminho.pt/PT/uminho/Informacao-Institucional/Planos-e-Relatorios/Regulamentos/Regulamento%20Acade%CC%81mico%20UMinho%20(2019).pdf">https://www.uminho.pt/PT/uminho/Informacao-Institucional/Planos-e-Relatorios/Regulamentos/Regulamento%20Acade%CC%81mico%20UMinho%20(2019).pdf</a></p> <p data-bbox="416 1177 1249 1289">ROUS, artigo 41º: missão do NPIDSE <a href="https://www.uminho.pt/PT/uminho/Informacao-Institucional/Planos-e-Relatorios/Regulamentos/Despacho_RT-44_2020.pdf">https://www.uminho.pt/PT/uminho/Informacao-Institucional/Planos-e-Relatorios/Regulamentos/Despacho_RT-44_2020.pdf</a></p> <p data-bbox="416 1297 770 1326">Plano Estratégico do NPIDSE</p>	<ul data-bbox="1400 946 2047 1350" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="1400 946 2047 1058">• Direitos, adequações pedagógicas e outras medidas de apoio aos Estudantes com Necessidades Específicas (ENE)</li> <li data-bbox="1400 1066 2047 1169">• Apoio na identificar barreiras arquitetónicas e de acesso à informação digital e contribuir para a sua eliminação</li> <li data-bbox="1400 1177 2047 1241">• Realização de iniciativas de formação, divulgação e sensibilização nos domínios da inclusão</li> <li data-bbox="1400 1249 2047 1313">• Adequação de materiais de apoio ao estudo, materiais de suporte às aulas e enunciados de provas</li> <li data-bbox="1400 1321 1682 1350">• Apoio no acesso às TIC</li> </ul>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	Planos de Atividade do NPIDSE Relatórios de Atividade do NPIDSE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoio a projetos de investigação e outros trabalhos académicos no domínio da inclusão</li> </ul> Estabelecer redes de parceria e promover o trabalho conjunto com outros serviços de apoio de outras Instituições de Ensino Superior
<b>Apoio Financeiro</b>	<a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Paginas/servicos-de-acao-social.aspx">https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Paginas/servicos-de-acao-social.aspx</a> <a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes">https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes</a> <a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Paginas/default.aspx">https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Paginas/default.aspx</a> <a href="https://alunos.uminho.pt/PT/Paginas/InfoUteisPremios.aspx">https://alunos.uminho.pt/PT/Paginas/InfoUteisPremios.aspx</a>	
	<a href="https://alumnimedicina.com/programa-de-acao-social/">https://alumnimedicina.com/programa-de-acao-social/</a>	EMED > Fundo de Emergência Social – Fundo que apoia estudantes, com sucesso académico e que se encontram a passar dificuldades, evitando que a conclusão do curso possa ser colocada em causa por questões financeiras.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Orçamento participativo: Criar oportunidades para que qualquer pessoa estudante possa dar o seu contributo para o desenvolvimento de um projeto coeso, objetivo e importante para a comunidade estudantil.
	<b>Bolsa de Estudo</b> <a href="https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo">https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo</a> <b>Fundo de Apoio Social</b> <a href="https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/candidatura-fundo-de-apoio-social">https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/candidatura-fundo-de-apoio-social</a> <b>Bolsa de Colaboração de Estudantes</b> <a href="https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/regulamento-colaboracao-de-estudantes">https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/regulamento-colaboracao-de-estudantes</a> <a href="https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/Alojamento.aspx">https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/Alojamento.aspx</a>  <b>Residências Universitárias</b> <a href="https://www.sas.uminho.pt/alojamento">https://www.sas.uminho.pt/alojamento</a>	<b>Bolsa de Estudo</b> Bolsa de estudo é um apoio social direto aos estudantes economicamente mais carenciados, cujos agregados familiares não consigam, por si só, fazer face aos encargos inerentes à frequência da Universidade. A bolsa de estudo anual corresponde a um ano letivo completo e compreende dez prestações mensais, exceto nas situações em que o bolseiro frequente curso de duração diferente, sendo, nesse caso, o número de prestações igual ao número de meses de frequência do respetivo curso.



Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<p><b>Serviços de Alimentação</b>  <a href="https://www.sas.uminho.pt/alimentacao/">https://www.sas.uminho.pt/alimentacao/</a></p>	<p>As bolsas de estudo são cofinanciadas pelo Fundo Social Europeu e pelo Estado Português no âmbito do POISE.</p> <p><b>Fundo de Apoio Social</b>  O Fundo de Apoio Social (FAS) é uma prestação de natureza financeira atribuída a fundo perdido, isenta de quaisquer taxas, que se destina a colmatar situações pontuais decorrentes de contingências ou dificuldades económico-sociais dos estudantes, evitando o insucesso e abandono escolares, que não possam ser convenientemente colmatadas no âmbito dos apoios atribuídos através da ação social escolar do Ensino Superior.</p> <p><b>Bolsa de Colaboração de Estudantes</b>  A bolsa de colaboração de estudantes tem por objetivo apoiar os estudantes através da sua participação em atividades.  A bolsa de colaboração de estudantes visa ainda o combate ao abandono escolar, bem como contribuir para a aquisição por parte dos estudantes de competências complementares à formação académica que sejam facilitadoras da integração no mercado de trabalho.</p> <p><b>Residências Universitárias</b>  Os SASUM dispõem atualmente de quatro residências universitárias, com um total de 1399 camas, 845 em Braga e 554 em Guimarães.</p> <p>As residências universitárias destinam-se ao alojamento de estudantes, professores e investigadores da Universidade do Minho, que se encontram deslocados da</p>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<p>área de residência do agregado familiar, tendo prioridade de acesso os estudantes bolseiros.</p> <p><b>Serviços de Alimentação</b> Os Serviços de Alimentação da UMinho são geridos pelo Departamento Alimentar dos SASUM que, integra todas as unidades alimentares que apoiam a população universitária com o objetivo de fornecer refeições sociais, valorizando a diversificação alimentar e promovendo hábitos de alimentação saudáveis. Para o efeito, os SASUM contam com três cantinas universitárias e três bares onde são servidas refeições sociais, disponibilizando um total de 1818 lugares sentados, 922 em Braga e 896 em Guimarães.</p>
<b>Alojamento e alimentação</b>	<p><a href="https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/Alojamento.aspx">https://alunos.uminho.pt/PT/estudantesin/Paginas/Alojamento.aspx</a></p>	
<b>Saúde e bem-estar</b>	<p><a href="http://www.usaae.uminho.pt/Default.aspx?tabid=1&amp;pageid=225&amp;lang=pt-PT">http://www.usaae.uminho.pt/Default.aspx?tabid=1&amp;pageid=225&amp;lang=pt-PT</a>  <a href="https://saudemental.p5.pt/">https://saudemental.p5.pt/</a></p> <p><a href="https://apsi.uminho.pt/pedido-de-consulta/">https://apsi.uminho.pt/pedido-de-consulta/</a>  <a href="http://www.usaae.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=7&amp;tabid=8&amp;lang=pt-PT&amp;pageid=302">http://www.usaae.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=7&amp;tabid=8&amp;lang=pt-PT&amp;pageid=302</a> – projeto entre ajuda</p> <p><a href="https://apsi.uminho.pt/portfolio/de-stressar-saudavelmente/">https://apsi.uminho.pt/portfolio/de-stressar-saudavelmente/</a></p> <p><b>Apoio Clínico dos SASUM</b>  <a href="https://www.sas.uminho.pt/apoio-clinico">https://www.sas.uminho.pt/apoio-clinico</a></p>	<p>O Projeto Entre-Ajuda é uma iniciativa da Escola de Psicologia da Universidade do Minho, em parceria com a APsi – Associação de Psicologia da Universidade do Minho, com o apoio do P5 da Escola de Medicina da Universidade do Minho, da Reitoria da Universidade do Minho e da Associação Académica da Universidade do Minho. Este projeto pretende ajudar os estudantes do primeiro ano da Universidade do Minho a lidar com questões psicossociais (isolamento, dificuldades de adaptação à Universidade, sintomas ligeiros de ansiedade e depressão, etc.). O projeto consiste na participação em quatro sessões de workshops em grupo. Os grupos serão compostos por, no máximo, oito estudantes de diferentes cursos da Universidade do Minho e vão ser orientados por dois psicólogos clínicos.</p>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<p>De-Stressar Saudavelmente é um programa de promoção da saúde que tem como base as noções de coerência fisiológica e cronobiologia, ao longo das sessões. O programa pretende promover mudanças positivas ao nível do estilo de vida saudável bem como estratégias de gestão de stress, gestão do tempo, regulação emocional, comunicação e relacionamentos saudáveis contribuindo para uma maior resiliência e performance cognitiva. Este programa é dirigido a estudantes do Ensino Superior que estejam a frequentar um curso.</p> <p>Medida Financiada &gt; POCH-02-5312-FSE-000037   UMINHO4U promoveu várias ações que se irão prolongar até Nov/23 sendo previsto a sua continuidade:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “We’re HERE” – Programa de Promoção da Saúde Mental direcionado aos estudantes, com uma vertente focada em atividades que promovam, de forma geral, a integração, o desenvolvimento pessoal e o sucesso académico e outra vertente mais direcionada para o combate a situações mais complexas de foro vocacional ou de saúde mental que carecem de um acompanhamento mais personalizado e atento;</li> </ul> <p><b>Apoio Clínico dos SASUM</b> Os SASUM facultam Serviços de Apoio Clínico visando contribuir para o bem-estar geral da comunidade académica e promover comportamentos mais saudáveis. A Comunidade Académica dispõe de cuidados de Enfermagem, nomeadamente os decorrentes de</p>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<p>acidentes, da realização de exames de rotina médica e de medidas gerais da promoção da saúde.</p> <p>Os SASUM promovem e colaboram com outras entidades na realização de campanhas de rastreio e sensibilização.</p> <p>Os Estudantes podem usufruir de Consultas de Psicologia, mediante marcação prévia.</p>
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Sessões em grupo sobre técnicas de mindfulness para o dia a dia.
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Sessões individuais de Aconselhamento Psicológico.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Sensibilização da <i>Red Party</i> - Consciencializar o corpo discente para a importância dos riscos de exposição associados às diferentes Infeções Sexualmente Transmissíveis.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Caminhada Vital: Combater o sedentarismo populacional e enfatizar a importância da prática de exercício físico, através da dinamização de uma caminhada em parceria com a Câmara Municipal de Braga.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Primeiros Socorros Psicológicos 101:Capacitar o corpo discente da EM-UM para os cuidados básicos de saúde mental.
<b>Social, cultural de desportivo</b>	<a href="https://www.uminho.pt/PT/viver/Desporto">https://www.uminho.pt/PT/viver/Desporto</a> <a href="https://www.uminho.pt/pt/cultura">https://www.uminho.pt/pt/cultura</a>  <a href="https://www.sas.uminho.pt/desporto/">https://www.sas.uminho.pt/desporto/</a> Serviços Desportivos  Atividades Culturais	<p>- O Departamento de Desporto e Cultura integra as unidades de apoio ao desporto e cultura que apoiam a população universitária com o objetivo de garantir as condições para o acesso à prática desportiva e à cultura, incentivando à adoção de hábitos de vida saudáveis e promoção de saúde e bem-estar.</p>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<p>Programa Tutorum</p> <p>Premio de Mérito Desportivo</p>	<p>- O Departamento de Desporto e Cultura disponibiliza o acesso a serviços desportivos diversificados, desde atividades de musculação e fitness, desportos individuais e coletivos, atividades aquáticas, desportos de combate, avaliações físicas e planos de treino e desporto de competição, assim como a promoção e apoio à atividades dos grupos culturais.</p> <p>- O Departamento de Desporto e Cultura disponibiliza o um Programa de Apoio Tutorial aos Estudantes Atletas de Alta Competição da UMinho, que consiste na criação de um sistema de apoio tutorial aos estudantes de alto rendimento desportivo matriculados na Universidade do Minho.</p> <p>- O Departamento de Desporto e Cultura promove o desenvolvimento das carreiras duais, reconhecendo e valorizando os estudantes-atletas que obtenham sucesso académico e resultados desportivos através da atribuição de prémios de mérito desportivo.</p>
		<p>EAAD &gt; Criação de salas de convívio, tanto na Garagem Avenida como no Instituto de Design, fomentando a convivência entre estudantes de diferentes anos/cursos</p>
	<p><a href="https://www.eaad.uminho.pt/pt/_layouts/15/UMinho.PortaisUOEI.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=61948">https://www.eaad.uminho.pt/pt/_layouts/15/UMinho.PortaisUOEI.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=61948</a></p>	<p>EAAD &gt; Promoção do Atelier Aberto, mostra de trabalhos de final de semestre das unidades curriculares de Projeto dos diferentes cursos da EAAD, contribuindo para uma partilha de conhecimentos e uma maior sociabilização</p>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<a href="https://www.eaad.uminho.pt/pt/_layouts/15/UMinho.PortaisUOEI.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=60229">https://www.eaad.uminho.pt/pt/_layouts/15/UMinho.PortaisUOEI.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=60229</a>	EAAD > Promoção de exposição de Final de Ano, transversal às três áreas de formação da Escola, contribuindo para um convívio entre estudantes de diferentes anos e cursos, com os docentes de diferentes áreas
	<a href="https://www.portanova.pt/about">https://www.portanova.pt/about</a>	EMED > Realização de evento social - lanche com grupo de estudantes Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	EMED > Grupo de partilha com médico guienense convidado.
	<a href="https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx">https://www.med.uminho.pt/pt/Escola/NID/Paginas/default.aspx</a>	
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Aloha MED <i>Life</i> - Fomentar a interação entre os diversos membros da comunidade estudantil da EM-UM e integrar as pessoas estudantes do primeiro ano curricular no ambiente académico.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > NEMUM <i>Music Sessions</i> - Dinamizar um momento de convívio entre a comunidade estudantil, aliado a experiências musicais
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Quem sabe, sabe - Contribuir para a bagagem cultural da comunidade académica da Universidade do Minho e fomentar o conhecimento das pessoas estudantes em diversas áreas culturais.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Vamos a Jogo - Proporcionar momentos de interação e de convívio entre a comunidade estudantil da Universidade do Minho, através da dinamização de atividades desportivas
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Sob As Estrelas - Fomentar a cultura cinematográfica da comunidade estudantil da Universidade do Minho
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Sarau Cultural da Semana Cultural Professor Joaquim Pinto Machado - Proporcionar momentos de

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	<p>convívio, de partilha e de expressão artística à comunidade estudantil do MIMED da EM-UM. NEMUM Sob As Estrelas <a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a> Fomentar a cultura cinematográfica da comunidade.</p> <p>EMED &gt; <i>Euphoria Glow Party</i> - Fomentar um ambiente de inclusão, integração e confraternização entre a comunidade estudantil</p>
Empregabilidade	<a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/empregabilidade/">https://www.uminho.pt/PT/ensino/empregabilidade/</a>	
	<p><a href="https://alumni.uminho.pt/pt/jobs/Paginas/Bolsa-de-Emprego.aspx">https://alumni.uminho.pt/pt/jobs/Paginas/Bolsa-de-Emprego.aspx</a> - Bolsa de Emprego (disponibiliza oportunidades de Emprego)</p> <p><a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Mentorias-UMinho/Paginas/default.aspx">https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Mentorias-UMinho/Paginas/default.aspx</a> - Programa Mentoria UMinho</p> <p><a href="https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Mentorias-Internacionais-UMinho/Paginas/default.aspx">https://www.uminho.pt/PT/ensino/apoioaosestudantes/Mentorias-Internacionais-UMinho/Paginas/default.aspx</a> - Programa de Mentoria Internacional UMinho.</p>	<p>Medidas financiadas &gt; Projeto "Aliança de Pós-Graduação - Competências para o Futuro", com financiamento do Plano de Recuperação e Resiliência (ao abrigo dos investimentos Impulso Jovens STEAM e Impulso Adultos):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Programa de Desenvolvimento Global e de Integração Profissional - que visa promover o desenvolvimento global (pessoal, profissional, cultural, cívico e humano) dos estudantes e, por essa via, o sucesso académico, a empregabilidade e a prontidão de carreira dos nossos estudantes. Este programa integra medidas como: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa Mentorias UMinho - em que ALUMNI UMinho com percursos profissionais de sucesso fazem mentoria, presencial, a estudantes de diferentes áreas, ajudando-os a pensar as suas competências e a transição para o mundo do trabalho ao mesmo tempo que promovem o contacto com o dia-a-dia da sua empresa;</li> <li>- Programa Mentoria Internacional UMinho - em que ALUMNI UMinho que desenvolvem as suas carreiras fora do país fazem mentoria, online, a estudantes de diferentes áreas com interesse</li> </ul> </li> </ul>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<p>pelas realidades e desafios do mercado de trabalho internacional. Este programa inclui uma visita de estudo em grupo a uma organização internacional;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa Mentoria Internacional em parceria com a IMFAHE - International Mentorship Foundation for the Advancement of Higher Education, em Boston, dedicado a estudantes de doutoramento/investigadores;</li> <li>- Workshops sobre temas relevantes para o desenvolvimento pessoal e profissional, abertos a todos os estudantes da UMinho;</li> <li>- Visitas a diferentes empresas/organizações, abertos a estudantes de todas as áreas/cursos.</li> </ul> <p>Medidas Financiadas &gt; POCH-02-5312-FSE-000017   no âmbito do "Skills 4 Pós-COVID - Competências para o futuro no Ensino Superior" a UMinho está a promover várias ações, prevendo-se a continuidade de iniciativas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Start Point Summit – evento de emprego, empreendedorismo e formação dirigido a todos os estudantes da Universidade do Minho e à comunidade envolvente. Este evento visa promover o contacto com as realidades profissionais e com empresas/organizações, incluindo ações de formação sobre temas</li> </ul>



Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		<p>relevantes, workshops, mostra empresarial, ações de speed mentoring, speed interviews, etc.;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciativas orientadas à promoção do empreendedorismo e inovação</li> <li>• Programa Minds Without Walls, que procura incentivar a criatividade e o pensamento inovador dos estudantes, uma das competências críticas para os profissionais do futuro</li> </ul> <p>Medidas Financiadas &gt; POCH-02-5312-FSE-000037   UMINHO4U promoveu várias ações que se irão prolongar até Nov/23 sendo previsto a sua continuidade:</p>
	<p><a href="http://www.gpi.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=0&amp;tabid=1&amp;pageid=1&amp;lang=pt-PT">http://www.gpi.uminho.pt/Default.aspx?tabindex=0&amp;tabid=1&amp;pageid=1&amp;lang=pt-PT</a> Plano Estratégico do NPIDSE Planos de Atividade do NPIDSE Relatórios de Atividade do NPIDSE</p>	<p>Apoio na transição de Estudantes com Necessidades Específicas (ENE) para o Mercado de trabalho e/ou inserção na vida ativa através da realização de sessões de informação sobre apoios públicos para candidatos com deficiência ou doença incapacitante e entidades empregadoras</p>
	<p><a href="https://www.facebook.com/tutoriasementoriasuminho">https://www.facebook.com/tutoriasementoriasuminho</a> <a href="https://www.instagram.com/tutorias_e_mentorias_uminho/?hl=en">https://www.instagram.com/tutorias_e_mentorias_uminho/?hl=en</a></p>	<p>Programa Mentorias + Inclusivo</p>
	<p><a href="https://www.eaad.uminho.pt/pt/_layouts/15/UMinho.PortaisUOEL.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=61753">https://www.eaad.uminho.pt/pt/_layouts/15/UMinho.PortaisUOEL.UI/Pages/EventsDetail.aspx?id=61753</a></p>	<p>EAAD &gt; Através do Projeto Triangular, promover o contacto dos estudantes das Artes Visuais com entidades profissionais na área das “Artes” tais como “A Oficina”, o CIAJG – Centro Internacional das Artes José de Guimarães e CAAA – Centro para os Assuntos da Arte e Arquitetura, permitindo uma melhor compreensão das saídas</p>

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
		profissionais, e promovendo as primeiras experiências profissionais
		EAAD > Assinatura de Protocolos com Empresas e outras instituições da região, no âmbito da unidade curricular “Projeto Indústria da Licenciatura em Design do Produto, em que os estudantes têm contacto e desenvolvem projetos em contexto empresarial/industrial
		EAAD > Estabelecimento de parcerias e colaborações com empresas, gabinetes de Arquitetura, importantes na oferta de estágios profissionais a recém-licenciados.
		EAAD > Promoção da ligação com o GPE na divulgação das oferta da Bolsa de Emprego da UMinho na área de Arquitetura, Arte e Design, junto dos recém licenciados e restantes Alumni.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Percursos da Casa - Dar a conhecer diversos percursos clínicos e/ou não clínicos pelos quais as pessoas estudantes do MIMED da EM-UM poderão optar.
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > TicTac Especialidade - Dar a conhecer, pelo menos, nove especialidades à comunidade estudantil do MIMED da EM-UM
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Sou Mestre em Medicina: E Agora? - Capacitar as pessoas participantes no que concerne a questões burocráticas e/ou logísticas associadas à prática profissional.

Áreas de Intervenção	Links na Página Web da Instituição de Ensino superior	Medidas identificadas
	<a href="https://www.nemum.com/">https://www.nemum.com/</a>	EMED > Internato Médico no Estrangeiro - Promover o esclarecimento de dúvidas relativamente à realização do internato médico no estrangeiro.
	<a href="http://www.uminho.pt">Home (uminho.pt)</a>	ELACH > Mestrados com vertente de mercado de trabalho e estágios profissionais e articulação com o Gabinete de Projetos Especiais relativamente a ofertas de emprego.