



Politécnico  
de Coimbra



# Guia do Estudante 2021 | 2022

# Índice

|                                                                                         |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Politécnico de Coimbra</b>                                                           | <b>3</b>  |
| Mensagem do Presidente                                                                  | 4         |
| Mensagem do Provedor do Estudante                                                       | 5         |
| O Politécnico de Coimbra                                                                | 6         |
| Participação dos Estudantes na Garantia da Qualidade do Processo de Ensino/Aprendizagem | 15        |
| <b>Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra</b>                                | <b>16</b> |
| Mensagem do Administrador dos SASIPC                                                    | 17        |
| Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra                                       | 18        |
| <b>Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Oliveira do Hospital</b>                   | <b>25</b> |
| Mensagem da Presidente da ESTGOH                                                        | 26        |
| Mensagem do Presidente da AEESTGOH                                                      | 27        |
| Escola Superior de Tecnologia e Gestão                                                  | 28        |
| <b>Viver em Oliveira do Hospital</b>                                                    | <b>32</b> |
| Como chegar a Oliveira de Hospital?                                                     | 33        |



**Politécnico  
de Coimbra**

© outubro 2021 IPC

Todos os direitos reservados



# Juntos erguemos sonhos.

[www.ipc.pt](http://www.ipc.pt)

Politécnico de Coimbra



[www.ipc.pt](http://www.ipc.pt)



[estudaremc Coimbra@ipc.pt](mailto:estudaremc Coimbra@ipc.pt)



WhatsApp  
(00351) 961 925 545



[/PolitecnicodeCoimbra](https://www.facebook.com/PolitecnicodeCoimbra)

[@politecnicodecoimbra](https://www.instagram.com/politecnicodecoimbra)

Rua da Misericórdia,  
Lagar dos Cortiços,  
São Martinho do Bispo  
3045-093 Coimbra  
Portugal

 **Politécnico  
de Coimbra**

# Mensagem do Presidente



Neste início de ano letivo, as certezas sobre a forma como este irá decorrer ainda são poucas. A pandemia continua presente e o facto de estarmos no momento de maior desconfinamento desde março de 2020 coloca-nos uma incógnita sobre o futuro imediato. A única (quase) certeza é que, quanto mais conservadores formos na abordagem da vida social, maior será a nossa garantia de sucesso.

No Politécnico de Coimbra — em cada uma das nossas escolas e no seu conjunto — acontecem todos os dias processos de aprendizagem e transferências de saber, mas também eventos e novidades que marcam a região de Coimbra e que nos posicionam como um parceiro incontornável da vida social, económica e do desenvolvimento de Portugal.

Se chegaste agora ao Politécnico de Coimbra, vais rapidamente perceber a dinâmica e o envolvimento da vida académica e, ao longo dos próximos anos, vais criar com a tua escola laços de afetividade que ficarão para a vida. Colegas, professores e profissionais não docentes estarão sempre presentes para te acolher, para te apoiar e para te ajudar a integrar na nossa comunidade escolar. Irás compreender o valor das nossas escolas e que ser estudante do Politécnico de Coimbra é uma grande oportunidade. A tua associação de estudantes, a presidência da tua escola, a presidência do Politécnico de Coimbra, os teus professores e todos os que aqui trabalham, irão ajudar-te neste importante momento da tua vida.

Quanto mais progredires no teu curso, melhor entenderás o conjunto de vantagens que a instituição te proporciona: na internacionalização, na investigação, no empreendedorismo, no desporto, na cultura ou simplesmente na aquisição de competências que te levou a escolheres o Politécnico de Coimbra.

Aos teus familiares, queremos garantir que trabalharemos o mais possível para o teu sucesso e estamos nisso empenhados. Claro que ele depende essencialmente de ti, porque vais encontrar uma instituição exigente, onde terás de trabalhar e de te dedicar para seres um profissional de referência; porque é uma referência ser formado no Politécnico de Coimbra. O Politécnico de Coimbra é a instituição que valoriza as pessoas e o território.

Neste ano onde ainda teremos de adoptar um comportamento excecional queremos pedir-te um esforço adicional: que dentro e fora da escola respeites e faças respeitar as normas de segurança sanitária que em cada momento estejam em vigor; que te protejas a ti, sabendo que com isso estás a proteger todos os que contigo se cruzam; que nos ajudes a manter uma comunidade saudável.

Juntos erguemos sonhos!

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Jorge Conde'. The signature is stylized and fluid.

**Jorge Conde**

Presidente do Politécnico de Coimbra



# Mensagem do Provedor do Estudante

Caros Estudantes,

Bem-vindos ao Instituto Politécnico de Coimbra (IPC).

O IPC integra várias Unidades Orgânicas, cada uma com as suas características particulares, mas todas com uma forte componente de proximidade e acompanhamento dos seus alunos. As estruturas em funcionamento no Politécnico de Coimbra estão preparadas para vos disponibilizar a orientação necessária para que tenham o maior sucesso nesta nova etapa.



A Provedoria do Estudante do Politécnico de Coimbra é um órgão independente que tem como função a defesa e a promoção dos direitos e interesses dos estudantes. Além de apreciar as queixas apresentadas pelos estudantes sobre matérias pedagógicas e administrativas, tem como objetivo zelar por outros aspetos da vida académica e da ação social, tendo em vista o seu sucesso escolar. Enquanto Provedor do Estudante, saibam que contam comigo para vos escutar e promover a garantia dos vossos direitos, sempre com isenção e confidencialidade.

Seguramente saberão tirar proveito do conhecimento tecnológico e científico que vão adquirir nesta fase da vossa vida. Estou certo que saberão caminhar com motivação num percurso de desenvolvimento cultural e desportivo, humano e cívico, vivenciando uma experiência determinante nas vossas vidas, que permitirá alavancar o vosso futuro. Assim, desejo-vos o maior sucesso para este novo percurso.

Saudações Académicas,

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Luis Roseiro'. The script is fluid and cursive.

**Luis Roseiro**

Provedor do Estudante do Politécnico de Coimbra

# O Politécnico de Coimbra

O Instituto Politécnico de Coimbra é uma instituição de ensino superior pública fundada em 1979 na “cidade dos estudantes”. É uma das dez maiores instituições de ensino superior portuguesas e integra seis unidades orgânicas de ensino:

Escola Superior Agrária (ESAC)

Escola Superior de Educação (ESEC)

Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTGOH)

Escola Superior de Tecnologia da Saúde (ESTeSC)

Instituto Superior de Contabilidade e Administração (ISCAC)

Instituto Superior de Engenharia (ISEC)

Estas unidades abrangem uma grande diversidade de áreas de formação, desde Artes, Design e Estudos Musicais, Ciências Agrárias, Floresta e Ambiente, Ciências da Educação e Comunicação, Ciências da Saúde, Ciências Empresariais, Desporto, Engenharias, Gastronomia e Turismo. Com um universo de cerca de **11.000 estudantes**, o Politécnico de Coimbra ministra atualmente, através das suas escolas **23 Cursos Técnicos Superiores Profissionais, 61 Licenciaturas, 67 Pós-graduações e 50 Mestrados**, sendo uma força viva da cidade e com um papel preponderante no desenvolvimento da região e no progresso do país.

A projeção que esta instituição tem vindo a conquistar no panorama do ensino superior em Coimbra e que se traduz não só no número de candidatos por primeira opção aos cursos ministrados nas suas escolas, como também nas ótimas taxas de empregabilidade dos seus diplomados, é o resultado de ministrar um ensino de qualidade em que a forte componente prática é sustentada por uma sólida formação teórica e, não menos importante, da constante preocupação em adaptar os cursos às necessidades do mercado de trabalho e da região. São fortes apostas deste Instituto a cooperação interinstitucional, a internacionalização, o empreendedorismo, o apoio social, a inserção no mercado de emprego e a formação profissional dos seus colaboradores.



## Órgãos de Gestão

São órgãos do Politécnico de Coimbra: o Conselho Geral; o Presidente; o Conselho de Gestão; o Senado e o Provedor do Estudante.

### Presidente

A equipa presidencial do Politécnico de Coimbra é a seguinte:

#### **Presidente**

Jorge Conde

#### **Administrador**

Daniel Gomes

#### **Vice-Presidentes**

José Gaspar

Ana Ferreira

Daniel Gomes

#### **Administrador dos Serviços de Ação Social | SASIPC**

João Lobato

#### **Diretora do Centro Cultural Penedo da Saudade**

Cristina Faria

#### **Pró-Presidentes**

António Paulino

Lúcia Simões Costa

Maria João Cardoso

#### **Diretora do INOPOL | Academia de Empreendedorismo**

Sara Proença

#### **Diretora do Instituto Investigação Aplicada | i2A**

Marta Henriques

#### **Subdiretora do Instituto Investigação Aplicada | i2A**

Ana Cristina Veloso

O Presidente do IPC é o órgão superior de governo e de representação externa da instituição. É também o órgão de condução da política da instituição e preside ao Conselho de Gestão e ao Senado. O Presidente dirige e representa o IPC e tem como principais responsabilidades elaborar e apresentar ao Conselho Geral as seguintes propostas: plano estratégico de médio prazo e plano de ação para o quadriénio do seu mandato; linhas gerais de orientação no plano científico e pedagógico; plano e relatório anuais de atividades; orçamento e contas anuais consolidadas; aquisição ou alienação de património imobiliário da instituição e de operações de crédito; criação, transformação ou extinção de unidades orgânicas; propinas devidas pelos estudantes.



## Conselho Geral

### Presidente

Maria Manuel de Lemos Leitão Marques

O Conselho Geral do IPC é composto por trinta e cinco membros:

- Dezoito representantes dos professores e investigadores;
- Seis representantes dos estudantes;
- Dez personalidades externas de reconhecido mérito, não pertencentes à instituição, com conhecimentos e experiência relevantes para esta;
- Um representante dos funcionários não docentes.

Compete ao Conselho Geral organizar o procedimento de eleição e eleger o Presidente do IPC, nos termos da lei, dos estatutos e do regulamento aplicável; apreciar os atos do Presidente e do Conselho de Gestão; propor as iniciativas que considere necessárias ao bom funcionamento da instituição e desempenhar as demais funções previstas na lei ou nos estatutos. Compete ainda ao Conselho Geral, sob proposta do Presidente: a aprovação dos planos estratégicos de médio prazo e do plano de ação para o quadriénio do mandato do Presidente; a aprovação das linhas gerais de orientação da instituição no plano científico, pedagógico, financeiro e patrimonial, dos planos anuais de atividades e a apreciação do relatório anual das atividades da instituição; a fixação das propinas devidas pelos estudantes e a aprovação do estatuto disciplinar do estudante do IPC, entre outras funções.

## Conselho de Gestão

O Conselho de Gestão é composto por cinco membros:

- O Presidente do IPC, que preside;
- Um Vice-Presidente, designado pelo Presidente do IPC;
- O Administrador;
- Dois Presidentes das Unidades Orgânicas do IPC, designados pelo Presidente, por proposta dos pares, de forma rotativa;





São convocados para participar, sem direito a voto, nas reuniões do Conselho de Gestão, os restantes Presidentes das unidades orgânicas, um representante dos estudantes e um representante do pessoal não docente.

Compete ao Conselho de Gestão conduzir a gestão administrativa, patrimonial e financeira da instituição, bem como a gestão dos recursos humanos, sendo-lhe aplicável a legislação em vigor para os organismos públicos dotados de autonomia administrativa. Compete ainda ao Conselho de Gestão fixar as taxas e emolumentos.

## Senado

O Senado é composto pelos seguintes elementos:

- O Presidente do IPC, que preside;
- O Provedor do Estudante;
- Os Presidentes das Unidades Orgânicas;
- Os Presidentes dos Conselhos Técnico-Científicos das Unidades Orgânicas;
- Os Presidentes dos Conselhos Pedagógicos das Unidades Orgânicas;
- Os Presidentes das Associações de Estudantes;
- 2 trabalhadores não docentes e não investigadores (por eleição).

O Senado é um órgão consultivo do Presidente do IPC e do Conselho Geral que aprova o seu regimento, devendo ser ouvido obrigatoriamente em relação a vários assuntos: proposta de plano estratégico do IPC; linhas gerais de orientação do IPC, nos planos científico, pedagógico e de investigação e desenvolvimento; criação, transformação ou extinção de unidades de investigação e desenvolvimento; fixação de vagas para admissão de alunos nos cursos de licenciatura; criação, suspensão, extinção e avaliação de cursos; mobilidade e sistema de avaliação de docentes; criação, transformação ou extinção de unidades orgânicas e processo de avaliação do instituto, das escolas, dos cursos, dos docentes e dos alunos.

O Senado pode ainda: elaborar propostas ou emitir parecer sobre a instituição de prémios escolares; emitir parecer ou elaborar propostas de concessão de títulos ou distinções honoríficas; pronunciar-se sobre assuntos que lhe sejam submetidos pelo Presidente do IPC, por sua iniciativa ou a pedido das escolas.



## Comissão de Acompanhamento para a Integração

Na tua Escola/Instituto, existe uma Comissão de Acompanhamento para a Integração dos Estudantes do 1.º Ano. Em estreita colaboração com o Gabinete de Apoio ao Estudante (GAE), esta comissão tem como propósito promover o adequado acolhimento na comunidade académica dos estudantes do 1.º ano recém-chegados ao Politécnico de Coimbra. Este acolhimento, revestido de forte componente humana, vai ajudar-te na integração na vida académica e na criação dos primeiros laços com os restantes colegas e com os diversos serviços.

Procura-nos na tua escola ou através dos seguintes contactos:

Escola Superior Agrária (ESAC)

[www.esac.pt](http://www.esac.pt)

[integramos@esac.pt](mailto:integramos@esac.pt)

Escola Superior de Educação (ESEC)

[www.esec.pt](http://www.esec.pt)

[integramos@esec.pt](mailto:integramos@esec.pt)

Escola Superior de Tecnologia e Gestão  
de Oliveira do Hospital (ESTGOH)

[www.estgoh.ipc.pt](http://www.estgoh.ipc.pt)

[integramos@estgoh.pt](mailto:integramos@estgoh.pt)

Escola Superior de Tecnologia  
da Saúde (ESTeSC)

[www.estescoimbra.pt](http://www.estescoimbra.pt)

[integramos@estesc.pt](mailto:integramos@estesc.pt)

Instituto Superior de Contabilidade  
e Administração (ISCAC)

[www.iscac.pt](http://www.iscac.pt)

[integramos@iscac.pt](mailto:integramos@iscac.pt)

Instituto Superior de Engenharia (ISEC)

[www.isec.pt](http://www.isec.pt)

[integramos@isec.pt](mailto:integramos@isec.pt)



## Relações Internacionais

Estudar no Politécnico de Coimbra dá-te a oportunidade de ter uma experiência internacional enquanto estudante numa instituição de ensino superior fora de Portugal, enriquecendo assim o teu currículo e vivência pessoal.

### 1. Mobilidade Europeia ERASMUS+

Através do Programa Erasmus+, que fomenta a mobilidade entre instituições europeias de ensino superior, os estudantes de CTeSP, Licenciatura e Mestrado podem candidatar-se a dois tipos de mobilidade:

- **Mobilidade de estudantes para período de estudos (SMS)**

Todos os estudantes de CTeSP e Licenciatura podem realizar unidades curriculares, durante um semestre ou ano letivo, numa instituição de ensino superior europeia. Os alunos de mestrado podem realizar mobilidade tanto no primeiro como no segundo ano do curso. O período mínimo da mobilidade é de **3 meses** e o **máximo de 12 meses**.

- **Mobilidade de estudantes para período de estágio (SMT)**

Todos os estudantes de CTeSP, Licenciatura e Mestrado podem realizar, em qualquer um dos anos de matrícula, uma mobilidade de estágio curricular e/ou extracurricular numa instituição de ensino superior, entidade ou organização sediada num país da UE. O período mínimo de mobilidade é de **2 meses** e o **máximo de 12 meses**.

O mesmo estudante pode participar em diversos períodos de mobilidade até um **máximo de 12 meses** por cada ciclo de estudos, independentemente do número e do tipo de atividades de mobilidade. Os recém-diplomados também podem realizar um estágio Erasmus+ no período até um ano após a conclusão do ciclo de estudos.



### Como podes concorrer?

Os prazos de candidatura são anunciados previamente e as candidaturas decorrem anualmente através da plataforma de gestão académica NONIO - Inforestudante, no menu Candidaturas/Mobilidade *Outgoing*. Está atento às notificações e aos avisos de abertura divulgados nas redes sociais do IPC.

O montante da bolsa é definido pela Agência Nacional Erasmus+ e depende do número de dias do período de mobilidade e do país de destino, de acordo com a classificação europeia para o nível de vida no país. Existem muitas opções para seleccionares o destino da tua mobilidade Erasmus+, uma vez que o Politécnico de Coimbra detém um elevado número de parcerias com instituições de ensino superior e organizações europeias.

## 2. Mobilidade Fora da Europa

Para além da possibilidade de teres uma bolsa ou apoio para estudar/estagiar num país europeu, o IPC tem vários programas de intercâmbio com bolsas e/ou apoios que te podem proporcionar uma oportunidade de estudar em diversos países fora da Europa, como a Coreia do Sul, Bósnia-Herzegovina, Jordânia, Marrocos, Moldávia, Geórgia, Macau, Rússia, nos países de língua oficial portuguesa (CPLP) e ainda em alguns países da América Latina.

Podes obter mais esclarecimentos sobre todos os programas de mobilidade que existem no Politécnico de Coimbra através do Gabinete de Relações Internacionais da tua Escola ou através do Gabinete de Relações Internacionais dos Serviços Centrais.

Consulta o site <https://www.ipc.pt/ipc/internacional> e acompanha as novidades na página de facebook das Relações Internacionais do Politécnico de Coimbra em <https://www.facebook.com/dga.sri> ou contacta através do email: [dga.sri@ipc.pt](mailto:dga.sri@ipc.pt).

Contacta também o Gabinete de Relações Internacionais da tua Escola/Instituto:

ESAC: [ri@esac.pt](mailto:ri@esac.pt)

ESEC: [ir@esec.pt](mailto:ir@esec.pt)

ESTGOH: [gri@estgoih.ipc.pt](mailto:gri@estgoih.ipc.pt)

ESTeSC: [gri@estescoimbra.pt](mailto:gri@estescoimbra.pt)

ISCAC: [bird@iscac.pt](mailto:bird@iscac.pt)

ISEC: [ri@isec.pt](mailto:ri@isec.pt)



# Cultura

## **Centro Cultural Penedo da Saudade**

O Politécnico de Coimbra disponibiliza à comunidade um Centro Cultural. Podes encontrá-lo na zona do Penedo da Saudade, na Avenida Doutor Marnoco e Sousa, em Coimbra.

O Centro Cultural Penedo da Saudade é um local de promoção e divulgação cultural e artística que promove uma programação continuada e diversificada ao longo de todo o ano, a qual inclui exposições, concertos, palestras e outros eventos. Também recebe e promove projetos culturais e artísticos dos estudantes, ajudando-os a concretizar os seus sonhos nestas áreas. Consulta a programação atualizada na página de facebook do Centro Cultural: <https://www.facebook.com/centroculturalpenedosaudade/>, no instagram em [@cultura.ipc](https://www.instagram.com/cultura.ipc) e no website do IPC em <https://www.ipc.pt/ipc/viver/cultura/>

## **Atividades artísticas para os estudantes**

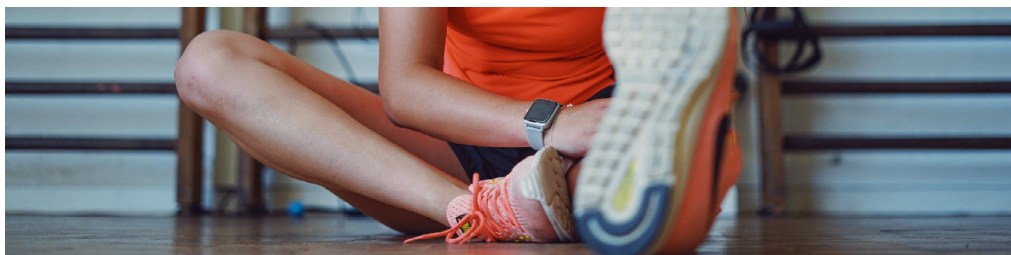
O Centro Cultural Penedo da Saudade proporciona espaços para prática artística dos seus membros (estudantes e trabalhadores docentes e não docentes) e comunidade civil. Estes espaços artísticos são orientados por formadores creditados e a sua frequência é de acesso gratuito. As atividades disponíveis variam entre as áreas da música, dança, teatro e artes plásticas, nomeadamente:

- |                              |                                                 |
|------------------------------|-------------------------------------------------|
| - Coro                       | - Teatro                                        |
| - Dança de Salão             | - Guitarra de Coimbra e Viola de acompanhamento |
| - Desenho                    |                                                 |
| - Grupo de Canção de Coimbra |                                                 |

A inscrição (gratuita) deve ser feita *online*, através do website do IPC, na secção Viver – Cultura. Os alunos, desde que o solicitem, poderão beneficiar do Estatuto de Estudante Praticante de Atividades Artísticas.

Deste Estatuto também podem beneficiar todos os estudantes do Politécnico de Coimbra que pratiquem atividades artísticas nos seus locais de origem, mediante um protocolo a firmar entre este Instituto e as Associações ou com outras entidades onde estes estudantes continuem a exercer a sua atividade artística.

Mais informações em <https://www.ipc.pt/ipc/viver/cultura/atividades-artisticas-permanentes/>



## Desporto

As atividades física e desportiva são essenciais para o bem-estar físico e mental. É também um meio de te divertires, de fazeres novos amigos, de experimentares coisas novas e uma parte importante da tua vida académica.

O Politécnico de Coimbra tem um Gabinete de Desporto que tem como missão a promoção da prática regular de atividade física e desportiva junto de toda a comunidade, o apoio e articulação das ações das Associações de Estudantes (AE) das escolas na organização da prática de atividades de carácter competitivo e não competitivo e a gestão das instalações desportivas existentes.

### Ginásio

Tens ao teu dispor um ginásio localizado na Escola Superior Agrária, onde podes praticar Desportos e Atividades de Ginásio e programas pontuais de atividades com carácter lúdico orientadas para o lazer ativo. Fica atento e consulta a nossa página <https://www.ipc.pt/ipc/viver/desporto/>

### Competições

Contacta a tua AE e consulta nas atividades físicas e desportivas que esta organiza, a fim de participares nas competições da Federação Académica de Desporto Universitário (FADU) em representação da equipa da tua escola ou do Politécnico de Coimbra.



# Participação dos Estudantes na Garantia da Qualidade do Processo de Ensino/Aprendizagem

O Politécnico de Coimbra assume na sua Política de Qualidade o compromisso de envolver e fomentar a participação ativa de todas as partes interessadas, internas e externas, no funcionamento da instituição. Para cumprimento deste propósito, o Politécnico de Coimbra disponibiliza mecanismos de recolha de opiniões sobre as necessidades e expetativas da população estudantil, procurando aumentar a sua satisfação.

Assim, enquanto estudante, é fundamental participares no processo de garantia da qualidade ao nível do ensino e aprendizagem.

**No final de cada semestre, terás a possibilidade de dar a tua opinião sobre:**

- As Unidades Curriculares do teu curso;
- Os teus docentes.

**No final do ano letivo, poderás ainda avaliar:**

- O curso em que estás inscrito;
- A Unidade Orgânica de Ensino a que pertences;
- Os serviços de apoio disponibilizados à comunidade estudantil.

Para mais informações sobre o Sistema Interno de Garantia da Qualidade do IPC, acede a <https://sigq.ipc.pt/>



**Juntos  
erguemos  
sonhos.**

# Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra



[www.sas.ipc.pt](http://www.sas.ipc.pt)



(00351) 239 802 350



[/SAS.IPCoimbra/](https://www.facebook.com/SAS.IPCoimbra/)

Rua da Misericórdia,  
Lagar dos Cortiços  
S. Martinho do Bispo,  
3045-093 Coimbra  
Portugal

  
**Serviços  
de Ação Social**  
Politécnico de Coimbra

# Mensagem do Administrador dos SASIPC



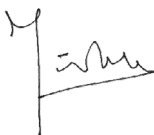
O ingresso no ensino superior é uma nova e importante fase na vida dos estudantes, confrontando-os com desafios e mudanças. Esta etapa constitui uma oportunidade de formação científica e profissional, mas também um estímulo excecional à promoção do desenvolvimento intelectual, pessoal e social.

A adaptação ao ambiente do ensino superior implica, muitas vezes, um processo de transição de estilos de vida, com inúmeros reptos de natureza académica e outros relacionados com o desenvolvimento pessoal

e psicológico, assim como os de natureza socioeconómica. Para além de cada Escola ou Instituto do IPC que tão bem acolhem os nossos novos estudantes, temos ainda disponíveis os Serviços de Ação Social do Instituto Politécnico de Coimbra (SASIPC) vocacionados para a promoção de um melhor ambiente de estudo, mediante a prestação de serviços e apoios, passando pela atribuição de várias bolsas de estudo, serviços de alimentação e nutrição, alojamento, saúde e bem-estar, e ainda proporcionar o acesso à ação cultural e desportiva.

Os SASIPC contribuem desta forma para uma frequência académica de sucesso e de plena integração, em igualdade de oportunidades a todos os estudantes, contribuindo para o fortalecimento da sua confiança na relação com o Politécnico de Coimbra.

Em nome de todas e de todos os colaboradores dos SASIPC, damos as boas-vindas e votos dos melhores sucessos aos novos estudantes do IPC, que poderão contar sempre com o nosso apoio!



**João Lobato**

Administrador dos SAS IPC

# Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra

Os Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra (SASIPC) têm como finalidade proporcionar a todos os estudantes do IPC as melhores condições de estudo e de frequência do ensino, através da prestação de serviços e da concessão de apoios.

## Gabinete de Apoio ao Estudante (GAE)

Os SASIPC dispõem em cada Escola/Instituto do IPC de um Gabinete de Apoio ao Estudante (GAE) constituído por um/a Assistente Social, um/a Psicólogo/a, um/a Professor/a e um/a Estudante.

O GAE tem como principal missão apoiar os estudantes do Politécnico de Coimbra e identificar as dificuldades inerentes ao seu processo de transição e integração académica, visando o bem-estar, a adaptação bem-sucedida e a promoção do seu sucesso escolar.

As áreas fundamentais de intervenção são:

- Apoio social (atribuição de bolsas, alojamento, alimentação e apoios em saúde);
- Apoio psicológico (questões emocionais, interpessoais e reorientação vocacional);
- Apoio pedagógico (dificuldades escolares e questões académicas);
- Apoio interpares (acompanhamento na tua integração e socialização).

O atendimento do GAE é personalizado e de preferência sob agendamento através dos seguintes contactos:

GAE ESAC [gae.esac@ipc.pt](mailto:gae.esac@ipc.pt)

GAE ESEC [gae.esec@ipc.pt](mailto:gae.esec@ipc.pt)

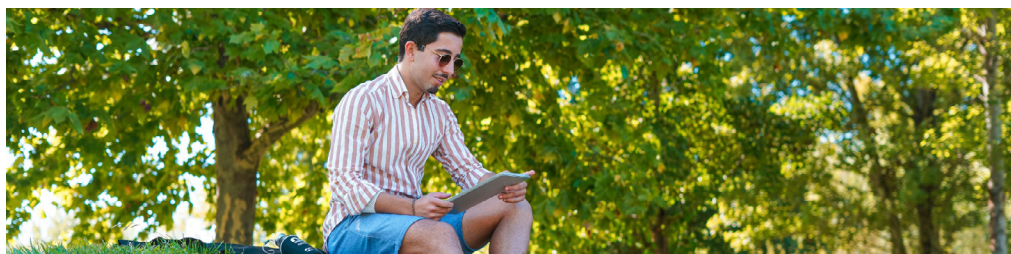
GAE ESTGOH [gae.estgoh@ipc.pt](mailto:gae.estgoh@ipc.pt)

GAE ESTeSC [gae.estesc@ipc.pt](mailto:gae.estesc@ipc.pt)

GAE ISCAC [gae.iscac@ipc.pt](mailto:gae.iscac@ipc.pt)

GAE ISEC [gae.isec@ipc.pt](mailto:gae.isec@ipc.pt)

Procura o GAE da tua Escola/Instituto para te ajudar a integrar nesta nova fase da tua vida!



## Bolsas de estudo da Direção-Geral do Ensino Superior (DGES)

Os estudantes inscritos nos CTeSP, licenciaturas e mestrados do IPC podem candidatar-se a bolsas de estudo atribuídas pela DGES através dos Serviços de Ação Social do IPC. Para o efeito, deves reunir as condições fixadas no Regulamento de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes do Ensino Superior. O processo de candidatura é efetuado *online*, diretamente na plataforma própria da DGES, no seguinte *link*: <https://www.dges.gov.pt/wwwBeon/>

Os estudantes com incapacidade **igual ou superior a 60%** podem solicitar a concessão de uma bolsa de estudo correspondente ao valor da propina efetivamente paga. O processo de candidatura é efetuado *online*, diretamente na plataforma própria da DGES, no seguinte *link*: <https://www.dges.gov.pt/wwwnee/>

## Apoio de Emergência (A2ES)

Tens ainda ao teu dispor outros apoios a que podes recorrer, como o Apoio de Emergência ao Estudante (A2ES). Trata-se de uma medida de apoio social promovida pelos SASIPC, no âmbito da qual se pretende complementar os diversos formatos de apoio social direto e indireto, atribuindo apoios pecuniários a estudantes matriculados e inscritos no Politécnico de Coimbra com reconhecida necessidade.

Os apoios do A2ES podem assumir:

- a. o pagamento das prestações da propina;
- b. o pagamento das mensalidades de alojamento;
- c. a concessão de refeições;
- d. o apoio de transporte público;
- e. a comparticipação de despesas inadiáveis de saúde;
- f. outros apoios que a Comissão entenda conceder em situação de emergência.



O apoio é requerido através de formulário próprio na página eletrónica dos SASIPC:

<https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/bolsas/apoio-de-emergencia-a2es/>

Consulta o Regulamento do A2ES na página eletrónica dos SASIPC:

<https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/bolsas/apoio-de-emergencia-a2es/>

## Bolsa de Atividades de Apoio Social (BAAS)

A Bolsa de Atividades de Apoio Social (BAAS) consiste num Programa para estudantes do IPC, possibilitando-te, através do desenvolvimento de atividades a tempo parcial nos Serviços e nas Unidades Orgânicas (Escolas e Institutos) do IPC, a obtenção de uma bolsa social individual, sob a forma de:

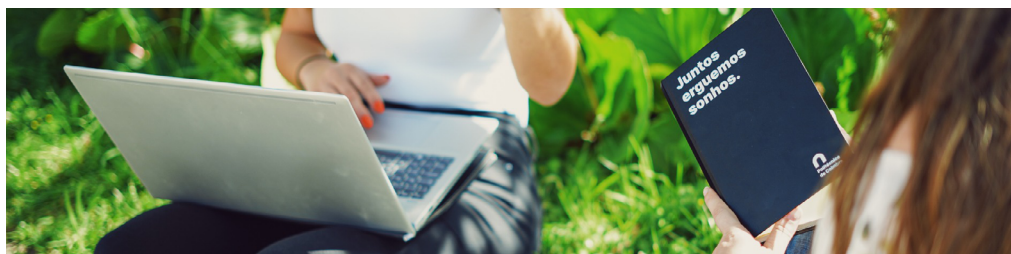
- a. uma bolsa pecuniária (em dinheiro);
- b. senhas de refeição válidas para as unidades de alimentação dos SASIPC;
- c. pagamento no alojamento nas residências dos SASIPC;
- d. contribuição no pagamento de propinas.

Os estudantes que pretendam candidatar-se a esta bolsa, através de formulário próprio, devem consultar a oferta de atividades que se encontra divulgada na página eletrónica dos SASIPC: <https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/bolsas/bolsa-de-atividades-de-apoio-social-baas/>

Consulta o Regulamento do BAAS na página eletrónica dos SASIPC:

<https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/bolsas/bolsa-de-atividades-de-apoio-social-baas/>





## Programa de Apoio Social Informático (PASI)

O Programa de Apoio Social Informático (PASI) é um programa de apoio aos estudantes do IPC de empréstimo de material informático, dando prioridade àqueles que apresentem carências económicas. Pode ainda haver empréstimo em casos de emergência, nomeadamente nos casos em que o estudante se encontre desprovido, temporariamente, de computador.

Os estudantes que pretendam usufruir deste apoio devem enviar requerimento por e-mail para [sas@ipc.pt](mailto:sas@ipc.pt).

Consulta o Regulamento do PASI na página eletrónica dos SASIPC:

<https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/bolsas/programa-de-apoio-social-informatico-pasi/>

## Programa de Acesso à Cultura e Integração Social - Politécnico+Cultural

O Programa de Acesso à Cultura e Integração Social - Politécnico+Cultural, constitui uma medida de apoio social promovida através dos Serviços de Ação Social do Instituto Politécnico de Coimbra (SASIPC) destinada a promover o acesso dos estudantes do IPC a atividades e programas culturais de distinta natureza.

## Serviços de Alojamento / Residências

Os SASIPC dispõem de dois complexos de residências de estudantes, com as seguintes localizações:

- Bencanta (R. de Saramago – S. Martinho do Bispo; 3040-316 Coimbra);
- Quinta da Nora (R. Pedro Nunes – Qta. da Nora; 3030-199 Coimbra).



Estes dois complexos integram um total de 6 blocos de residências convenientemente localizadas nas duas áreas geográficas de Coimbra onde se encontram distribuídas a maioria das Escolas/Institutos do Politécnico de Coimbra incluem quartos duplos com casa de banho, quartos adaptados a deficientes motores, copas para refeições ligeiras, lavandarias, salas de estudo e salas de convívio.

Poderás ter acesso ao alojamento **desde 76,79€/mês para bolseiros da DGES e 95€/mês para não bolseiros.**

Para Estudantes Erasmus / Internacionais estão disponíveis quartos a 125 €/mês e apartamentos a partir de 170 €/mês.

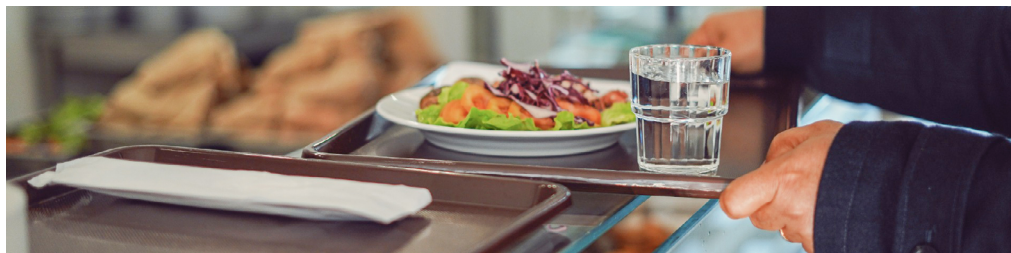
Sendo residente, poderás requerer o **suplemento de alimentação** em regime de:

- meia pensão - inclui uma refeição por dia na cantina: 44,39€/mês;
- pensão completa - inclui 2 refeições por dia na cantina: 81,08€/mês.

Caso sejas bolseiro(a) da DGES e não tenhas sido colocado(a) nas Residências dos SASIPC, após a candidatura, e se arrendares um quarto particular nas condições exigidas pela lei (com recibo), podes usufruir de um complemento que te irá ajudar a pagar a renda mensal, **num valor máximo de 241,35€/ mês.**

Existem várias fases de candidatura para os novos estudantes do IPC efetuadas através da página dos SASIPC <https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/>:

- **1ª fase do concurso ao ensino superior** de 15 a 26 de junho de 2021;
- **2ª fase do concurso ao ensino superior** de 21 de setembro a 1 de outubro de 2021.
- **3ª fase do concurso ao ensino superior** de 14 de outubro a 18 de outubro de 2021.



## Serviços de Alimentação e Nutrição (Cantinas e Cafetarias)

Tens à tua disposição 4 cantinas e várias cafetarias distribuídas pelas Escolas/Institutos do Politécnico de Coimbra, as quais proporcionam uma alimentação de qualidade a um preço social.

Nas cantinas são servidas refeições sociais a 2,65€, constituídas por pão, sopa, com 3 opções para o prato principal (peixe, carne ou vegetariano) e 2 opções para sobremesa (doce ou fruta), de 2ª a 6ª feira, durante os períodos letivos.

As cantinas têm os seguintes horários:

ESAC/ESEC/ISCAC: (Almoço) das 12h às 14h e (Jantar) das 19h às 21h

ESTeSC: (Almoço) das 12h às 14h

ISEC: (Almoço) das 12h às 14h e (Jantar) das 19h às 21h

ESTGOH (em Oliveira do Hospital) das 9h às 18h (cafetaria/snack)

### **Cantina na ESAC/ISCAC**

Bencanta

### **Cantina e Cafetaria na ESEC**

R. Dom João III, 3030-329 Coimbra

### **Cantina e Cafetaria na ESTeSC/ESEnFc (polo B)**

Rua 5 de Outubro, 3046-854 Coimbra

### **Cafetaria na ESTGOH**

R. Gen. Santos Costa 4, 3400-124 Oliveira do Hospital

### **Cantina e Cafetaria I e II no ISEC**

R. Pedro Nunes, 3030-199 Coimbra

### **Cafetaria no ISCAC**

Quinta Agrícola – Bencanta

3045-231 Coimbra



## Serviços de Saúde e Bem-Estar

Os SASIPC colocam à disposição dos estudantes do Politécnico de Coimbra um **Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico**, o qual está inserido na Unidade de Saúde e Bem-estar (USBE) e oferece um conjunto de serviços de apoio nesta área para ajudar a ultrapassar as diferentes dificuldades socio-emocionais, psicológicas, académicas ou relacionais que possam surgir neste processo de transição e de frequência no ensino superior.

Estes serviços de apoio na área da psicologia são gratuitos e incluem, nomeadamente:

- Consultas individuais (duas modalidades: presencial e *online*);
- Apoio a estudantes com dificuldades específicas (ENEE);
- As consultas de psicologia são marcadas na plataforma <https://telepsicologia.ipc.pt/> onde também está disponível informação sobre projetos de desenvolvimento pessoal ou de promoção da saúde (*soft skills*, educação pelos pares, mentorado, entre outros).

O **Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico** está localizado na Clínica do IPC situada no complexo académico da ESAC, em Bencanta: 40°12'48.5"N 8°27'03.8"W.

Outros contactos do serviço: [gpsic@ipc.pt](mailto:gpsic@ipc.pt) | 239 814 310 ou através do GAE da escola/instituto.

Mais informações em <https://www.ipc.pt/ipc/acao-social/saude-psicologia/>.



# Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Oliveira do Hospital



[www.estgoh.ipc.pt](http://www.estgoh.ipc.pt)



(00351) 238 605 170



[/estgoh.ipc.pt/](https://www.facebook.com/estgoh.ipc.pt/)

Rua General Santos Costa  
3400-124 Oliveira do  
Hospital - Portugal

# Mensagem da Presidente da ESTGOH



Caro(a) estudante,

Em primeiro lugar, quero dar-lhe os parabéns por ter escolhido a ESTGOH, a mais jovem escola de ensino superior do Politécnico de Coimbra.

A ESTGOH é uma escola que aposta numa estratégia que coloca os alunos na origem de toda a atividade institucional, fundada no desenvolvimento de três pilares:

1. Ensino
2. Investigação
3. Afirmção e Desenvolvimento Regional

No que diz respeito ao Ensino, a ESTGOH aposta na componente aplicada da formação, proporcionando assim uma formação superior especializada e focada na realidade profissional. Na ESTGOH, damos prioridade à qualidade do ensino, o que só é possível graças ao seu corpo docente altamente qualificado e, simultaneamente, mantendo uma oferta de vagas adaptada à dimensão das instalações de que dispõe. A ESTGOH disponibiliza uma oferta variada de cursos técnicos superiores profissionais (CTeSP), de licenciatura e de mestrado, nas áreas tecnológica e de gestão.

Também se pretende que os nossos estudantes tenham a oportunidade de viver uma experiência internacional e, por isso, são incentivados a integrar o programa ERASMUS, através do qual podem fazer uma parte do seu curso numa universidade europeia parceira.

Ao nível da Investigação, a ESTGOH incentiva os estudantes a integrar projetos de I&D, em colaboração com os docentes e em associação com as empresas da região, para o desenvolvimento de investigação aplicada. Finalmente, e no que concerne à Afirmção e Desenvolvimento Regional, a ESTGOH tem diversos protocolos ativos com entidades e empresas da região, ligadas a distintos setores, no âmbito da formação em contexto de trabalho, estágios curriculares e da participação em projetos de investigação e desenvolvimento. Aqui encontrarão colegas, docentes e trabalhadores não docentes, presidência, associação de estudantes e tunas que tudo farão para que se sintam integrados. Entrar na ESTGOH é um desafio estimulante para uma formação completa, prática e voltada para o futuro.

Bem-vindo à ESTGOH!

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Vera Cunha'.

**Vera Cunha**

Presidente da ESTGOH



# Mensagem do Presidente da AEESTGOH

A Associação de Estudantes da Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Oliveira do Hospital, tem, como o próprio nome indica, o seu objetivo principal a satisfação e integração dos estudantes, tanto nas instalações do Politécnico como na própria cidade onde estão inseridos. Pertencendo ao Politécnico de Coimbra, somos uma escola que se encontra mais afastada das restantes que constituem o IPC, sendo este, a ver de muitos estudantes, um ponto com muitas vertentes positivas. Apesar do distanciamento com o centro do distrito, cabe a nós, AE, reduzir essa distância, aproximando os alunos aos serviços centrais, mais concretamente aos Serviços de Ação Social.



A ESTGOH tem 2 tunas, uma masculina e uma feminina, a Estotuna e a Estunina, que, devido aos tempos difíceis que tivemos, se encontram em fase de “reconstrução”. Estas, são umas das várias atrações nesta cidade e que promovem o dinamismo entre estudantes e que com a ajuda da Associação dos Estudantes e da Comissão de Praxe irá reerguer-se e voltar a trazer aos alunos o ambiente académico que merecem.

Como AE, estamos sempre dispostos a ouvir opiniões e sugestões dos estudantes para melhor servir os seus interesses. A entreajuda integração são dois dos demais temas que nos levam a focar nos alunos e no crescimento da ESTGOH como instituição do Politécnico de Coimbra. Queremos que todos sejam bem acolhidos e se sintam em casa.

Cumprimentos,  
A Associação de Estudantes



**Emanuel Anunciação**

Presidente da Direção da AEESTGOH

# Escola Superior de Tecnologia e Gestão

A Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Oliveira do Hospital (ESTGOH) está vocacionada para o ensino das áreas de gestão e engenharia e tem como principal objetivo a formação de recursos humanos para o tecido económico do país e, especialmente, da região onde se insere.

Com forte orientação para a promoção do empreendedorismo regional, para além da relação muito próxima com a incubadora de empresas, a ESTGOH aposta na interligação com os agentes locais. Nesse sentido, é parte integrante do Programa de Desenvolvimento Local de Base Comunitária (DLBC), tendo em vista a gestão dos fundos comunitários a serem aplicados no quadro da Estratégia Europeia 2020.

## Órgãos de Gestão

### **Presidente**

Vera Lúcia Mendes da Cunha

[gap@estgoh.ipc.pt](mailto:gap@estgoh.ipc.pt)

### **Assembleia de Representantes**

#### **Presidente**

Pedro Miguel Pina de Jesus

[pedro.pina@estgoh.ipc.pt](mailto:pedro.pina@estgoh.ipc.pt)

### **Conselho Pedagógico**

#### **Presidente**

Sílvia Margarida Dinis Mendes

[silvia.mendes@estgoh.ipc.pt](mailto:silvia.mendes@estgoh.ipc.pt)

### **Conselho Técnico-Científico**

#### **Presidente**

Nuno Miguel Fortes Fonseca Santos

[nuno.fortes@estgoh.ipc.pt](mailto:nuno.fortes@estgoh.ipc.pt)



## Contactos úteis

### Serviços Académicos

Horário de atendimento presencial:

- 2ª, 4ª e 6ª das 9:00h às 10:30h
- 3ª e 5ª das 14:00h às 15:30h

Horário de atendimento telefónico:

- 2ª, 4ª e 6ª das 10:30h às 12:00h
- 3ª e 4ª das 15:30h às 16:30h

email: [academicos@estgoh.ipc.pt](mailto:academicos@estgoh.ipc.pt)

telefone: (+351) 238 605 176

Gabinete de Apoio ao Estudante

email: [gae.estgoh@ipc.pt](mailto:gae.estgoh@ipc.pt)

### Cafetaria

Horário de serviço prestado:

- 2ª a 6ª das 9h00h às 18h00h

telefone: (+351) 239 802 288

### Gabinete de Informática e Audiovisuais

Horário de funcionamento:

- 2ª a 6ª das 9:00h às 13:00h e das 14:00h às 17:00h

### AEESTGOH - Associação de Estudantes da ESTGOH

telefone: (+351) 238 605 177

email: [ae@estgoh.ipc.pt](mailto:ae@estgoh.ipc.pt)



## Estunina

Em 2005, foi fundada a tuna feminina da Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Oliveira do Hospital, com o nome de “Estunina”.

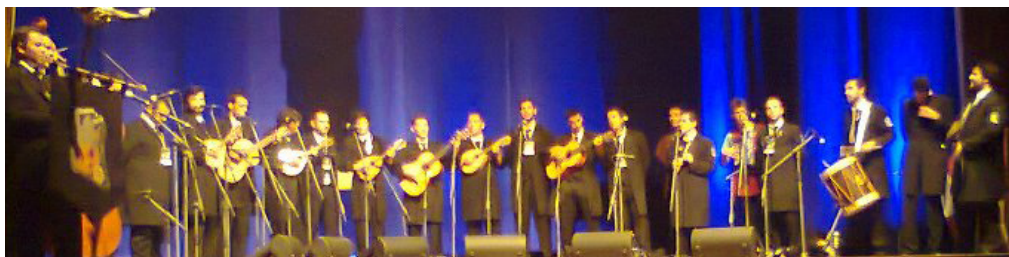
Através de cantares, convívios, instrumentos e música, associaram-se algumas alunas da ESTGOH que, ao longo dos anos, foram participando em festivais de tunas, concertos e, desse modo conquistaram alguns prémios que marcam a evolução da tuna. Em cada atuação, levamos o nome da ESTGOH e da cidade de Oliveira do Hospital, ajudando a divulgar e promover as mesmas.

De ano para ano, entre novas alunas que entram e outras que saem, a Estunina prossegue o seu caminho. Através da música que nos une, sentimos que somos uma equipa.

Uma vez estunina, estunina para sempre.

### Contacto:

- [bdsb1989@gmail.com](mailto:bdsb1989@gmail.com)



## Estotuna D'Espital

Foi em 2003 que nasceu a Estotuna D'Espital, fruto do desejo de cerca de 10 Estudantes que sentiam necessidade de iniciar, numa escola recente e onde não havia ainda atividade tunante, uma Tuna onde pudessem exprimir a sua música e conviver de forma mais regular.

A data oficial de criação ficou assinalada em 21 de janeiro de 2004.

Temos como inspiração a bela cidade de Oliveira do Hospital, que fica aos pés da Serra da Estrela cantamos a nossa cidade. Assim como as suas belas donzelas. Pautamos as nossas presenças pela alegria, camaradagem, folia, boémia, espírito académico, amizade, prazer pela música e tradição e também pela responsabilidade de pertencermos ao Instituto Politécnico de Coimbra.

É com esta atitude que temos percorrido Portugal, levando o nosso nome desde a mais pequena "tasquinha" até aos maiores palcos deste nosso país, ou seja, a qualquer lado onde a alma do trovador e do boémio Estudante se sinta bem. Embora tendo participado em diversos festivais sempre com sucesso, salientamos a presença, por duas vezes, nos Açores e no programa da RTP "Praça da Alegria".

Ainda com poucos anos de existência, a Estotuna D'Espital tem já vários originais feitos, onde a alegria e a vida de estudante é notória, organizou já por três vezes o seu Festival de Tunas intitulado "Ulveira D'Espital" e tem como objetivo gravar um CD que perpetue a sua existência.

Atualmente, realiza anualmente, em parceria com a Junta de Freguesia de Oliveira do Hospital e São Paio de Gramaços, o "fesTA.coh – festival de TUNAS ACADÉMICAS cidade de Oliveira do Hospital", que já conta com 4 edições.

Seguindo sempre os nossos princípios, continuaremos a espalhar música por este nosso Portugal e a fazer sonhar as donzelas.

Contacto: [estotunadespital@outlook.pt](mailto:estotunadespital@outlook.pt)

# Viver em Oliveira do Hospital





# Como chegar a Oliveira de Hospital?

A cidade de Oliveira do Hospital pertence ao distrito de Coimbra e tem cerca de 20855 habitantes. Para chegares à cidade, poderás fazê-lo de carro, mas também utilizando os transportes públicos, que acabam por ser uma solução mais económica e amiga do ambiente.

## Rede Expresso

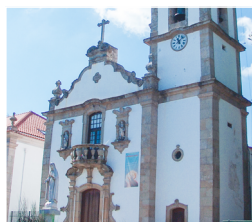
Caso optes por utilizar a Rede Expresso, tens ao teu dispor o **Bilhete JOVEM** que se destina a passageiros **entre os 13 e os 29 anos**. Para usar este bilhete, basta estar dentro deste intervalo de idade e ter um documento de identidade que o comprove. Se tiveres **mais de 29 anos**, poderás aderir ao **Cartão RFLEX**.

Para mais informações, consulta: [www.rede-expressos.pt](http://www.rede-expressos.pt).

## A cidade de Oliveira do Hospital

Antes que cheguem as primeiras frequências, deixamos-te um pequeno roteiro de Oliveira do Hospital para que possas conhecer os pontos mais emblemáticos da tua nova casa. Na cidade existem muitos exemplares de arquitetura religiosa que podem ser apreciados, como a Igreja Matriz de Oliveira do Hospital que tem como titular a exaltação da Santa Cruz. A igreja paroquial de uma só nave, com teto de madeira pintada, conserva no conjunto três capelas: Capela dos Ferreiros (séc. XIV); Capela de S. Brás e Senhora da Piedade (séc. XVI) e a Capela de Nossa Senhora da Expectação (séc. XVIII).

No adro desta igreja podes encontrar uma das maiores tílias do país, senão a maior árvore centenária desta espécie em Portugal, com mais de 25 metros de altura e perto de 7 metros de perímetro.



Igreja Matriz



Tília do adro da Igreja Matriz



O conselho de Oliveira do Hospital conta ainda com um interessante património histórico para descobrir. Podes visitar as Ruínas Romanas de Bobadela, que são um conjunto arquitectónico dos mais importantes e bem preservados, com grande valor histórico - arqueológico do “período romano” em Portugal.



Ruínas Romanas de Bobadela

Destacam-se ainda o Castelo de Avô e as antas da Arcaíinha, da Sobreda ou Curral dos Mouros e do Pinheiro dos Abraços.



Centro Histórico de Bobadela

Nos dias de maior calor podes descontrair na Praia Fluvial de Alvôco das Várzeas, de águas cristalinas, que se situa junto à belíssima ponte medieval de Alvôco das Várzeas (século XVI), e com uma vista magnífica para a serra da Estrela. Nesta zona podes aproveitar os espaços verdes e atividades de lazer.

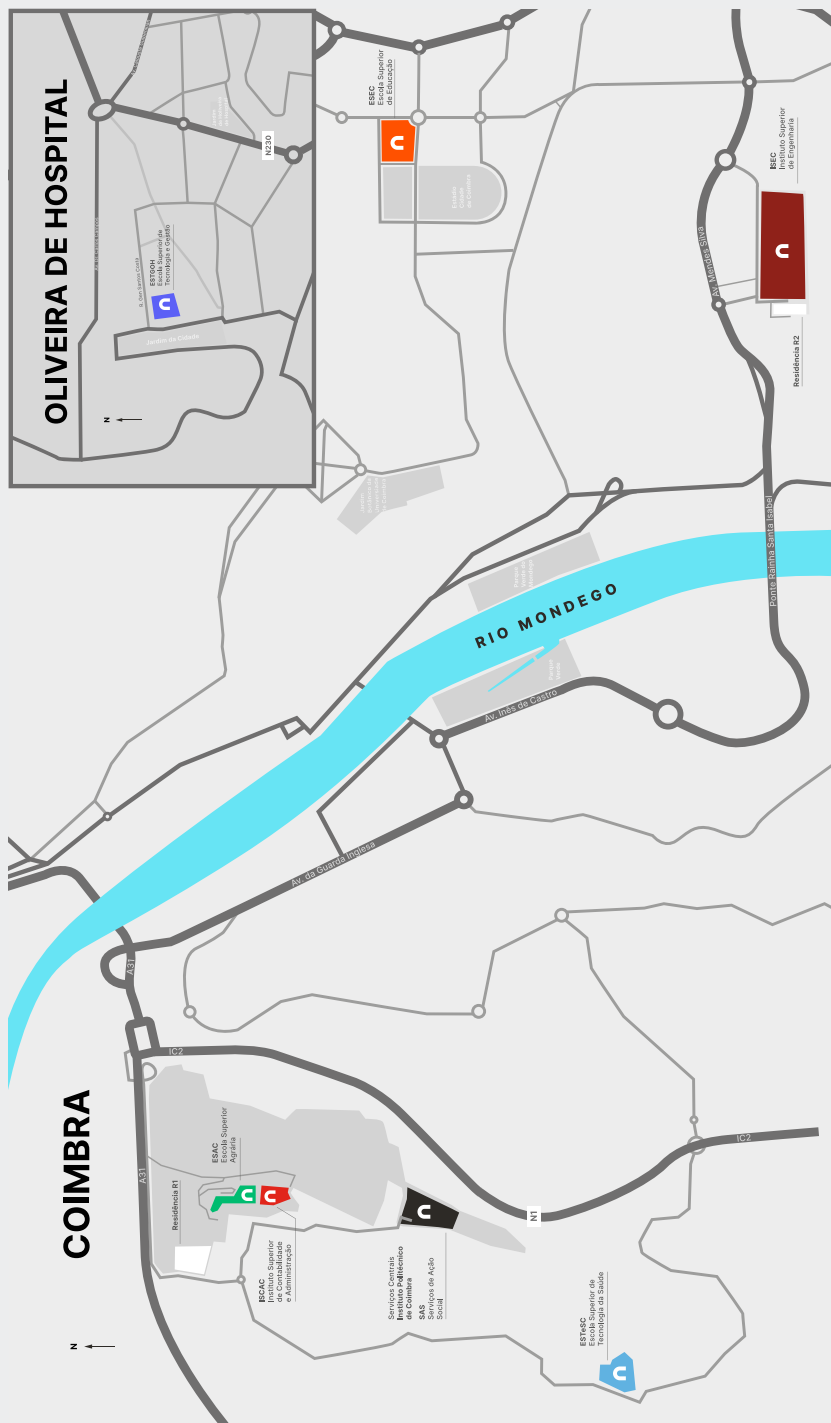


Castelo de Avô

Nesta região produz-se o famoso Queijo da Serra, feito com leite de ovelha da Serra da Estrela, que não deves deixar de experimentar.



Antas da Arcaíinha



COIMBRA

OLIVEIRA DE HOSPITAL



**Politécnico  
de Coimbra**

[www.ipc.pt](http://www.ipc.pt)

