



Guia do Estudante 2025 | 2026

Índice

Politécnico de Coimbra	3
Mensagem da Presidente	4
Mensagem da Provedora do Estudante	5
O Politécnico de Coimbra	6
Participação dos Estudantes na Garantia da Qualidade do Processo de Ensino/Aprendizagem	24
 Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra	 26
Mensagem do Administrador dos SASIPC	27
Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra	28
 Escola Superior de Educação	 36
Mensagem do Presidente da ESEC	37
Mensagem da Presidente da AEESEC	38
Escola Superior de Educação	39
 Viver em Coimbra	 44
Como chegar a Coimbra?	45
A cidade de Coimbra	47



**Politécnico
de Coimbra**

© setembro 2025 IPC
Todos os direitos reservados



Politécnico de Coimbra



www.ipc.pt



estudaremcoimbra@ipc.pt



WhatsApp
(00351) 961 925 545



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

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

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



Mensagem da Presidente



Caras e caros estudantes,

É com enorme alegria que vos damos as boas-vindas ao Politécnico de Coimbra, casa que agora também é vossa. Este é um momento de novas descobertas, de crescimento académico e pessoal, de amizades para a vida e de oportunidades que irão marcar o vosso percurso.

No Politécnico de Coimbra, seja nas nossas escolas em Coimbra ou no polo de Oliveira do Hospital, valorizamos a qualidade do ensino, a ligação às empresas e à comunidade, a inovação, as oportunidades de investigação e o respeito pela diversidade, criando um ambiente inclusivo onde cada

estudante conta e pode construir o seu caminho.

Aqui, encontrarão uma equipa dedicada pronta a apoiar-vos na concretização dos vossos sonhos e a ajudar-vos a desenvolver competências para um futuro profissional de sucesso, alinhado com as necessidades da cidade e da região.

Cada unidade de ensino tem uma identidade própria, mas todos partilhamos o mesmo compromisso: o de vos proporcionar uma formação sólida e preparar-vos para os desafios da sociedade e do mercado de trabalho, com sentido crítico, responsabilidade e confiança. Aproveitem os momentos dentro e fora das salas de aula, participem nas atividades culturais, desportivas e associativas e sintam o orgulho de pertencer a esta instituição.

Desejo-vos um ano letivo repleto de conquistas e aprendizagens e que este seja apenas o início de uma jornada cheia de realizações. Contem connosco neste percurso, pois acreditamos no vosso potencial e estamos aqui para caminhar convosco.

Bem-vindos ao Politécnico de Coimbra!

A Presidente do Politécnico de Coimbra,

Cândida Malça

Presidente do Politécnico de Coimbra

Mensagem do Provedor do Estudante

Caros Estudantes,

Sejam bem-vindos ao Politécnico de Coimbra!

Escolheram uma Instituição de Ensino Superior com mais de 45 anos de história. Parabéns! A todos desejamos que se sintam bem na casa que vos acolherá nos próximos anos. A vossa opção por estudar no Politécnico de Coimbra vem consolidar o caminho de sucesso que temos vindo a percorrer. Aqui, vão encontrar diversas estruturas que garantem a orientação e o acompanhamento necessários para que esta nova etapa seja plena e repleta de sucesso. Procuramos o bem-estar dos nossos estudantes e dispomos de vários programas que nos ajudam a construir juntos esse objetivo. 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 seus estudantes. Apreciamos e acompanhamos as queixas apresentadas pelos estudantes, envolvendo assuntos pedagógicos e administrativos, com um objetivo construtivo e de melhoria contínua. A Provedoria zela por diversos aspetos da vida académica e da ação social, tendo sempre em vista o bem-estar e sucesso académico dos estudantes. Para tal, valoriza uma atuação articulada com as Associações de Estudantes, mas igualmente com os Conselhos Pedagógicos e com os Serviços de Ação Social, entre outros. Na Provedoria do Estudante, vão encontrar um espaço de diálogo, de escuta e o empenho para a promoção e a garantia dos vossos direitos com isenção e confidencialidade. A todos, desejo que encontrem no Politécnico de Coimbra os meios que disponibilizamos para a concretização dos vossos objetivos e sonhos, com motivação e escolhendo um percurso que envolva também o vosso desenvolvimento cultural, desportivo, humano e cívico, para além do conhecimento científico e tecnológico, que vos preparará para o mercado de trabalho e para os desafios do futuro. Entendemos a nossa missão numa perspetiva holística e propomos uma formação sólida, orientada para a profissão e guiada por um sentido cívico e de serviço à comunidade. Podem contar com toda a equipa de profissionais, docentes e não-docentes, para vos apoiar neste caminho.

Votos das maiores felicidades, pessoais e académicas.



Joana Fernandes

Provedora 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, incluindo 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 **12.000 estudantes**, o Politécnico de Coimbra ministra atualmente através das suas escolas **20 Cursos Técnicos Superiores Profissionais, 59 Licenciaturas, 89 Pós-graduações, 59 Mestrados e 2 Doutoramentos**, sendo uma força viva da cidade e tendo 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 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

Cândida Malça

Vice-Presidentes

Ana Veloso

Cristina Galhano

Rui Amaro

Sofia Silva

Pró-Presidentes

Hélder Santos

Georgina Morais

Marta Lopes

Rui Costa

Administrador

Jorge Moreira

Administrador dos Serviços de Ação Social | SASIPC

António Carvalho

Diretora do Centro Cultural Penedo da Saudade

Fernanda Antunes

Diretor do INOPOL | Academia de Empreendedorismo

Pedro Pina

Diretora do Instituto Investigação Aplicada | i2A

Carla Henriques

Subdiretora do Instituto Investigação Aplicada | i2A

Diana Lima

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

Carlos Filipe Lima Preces Ferreira

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 trabalhadores não docentes e não investigadores.

O Conselho Geral é o órgão superior de decisão estratégica e de supervisão do IPC. Compete ao Conselho Geral organizar o procedimento de eleição e eleger o Presidente do IPC, apreciar os atos do Presidente e do Conselho de Gestão bem como dos Presidentes, Diretores e Conselhos Administrativos das Unidades Orgânicas; 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 orçamento, 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.

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.



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.



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+

A mobilidade de estudantes pode ocorrer a partir de qualquer País Parceiro, em quaisquer áreas e ciclos de estudos (CTeSP / Licenciatura e/ou Mestrado). Podes candidatar-te a dois tipos de mobilidade:

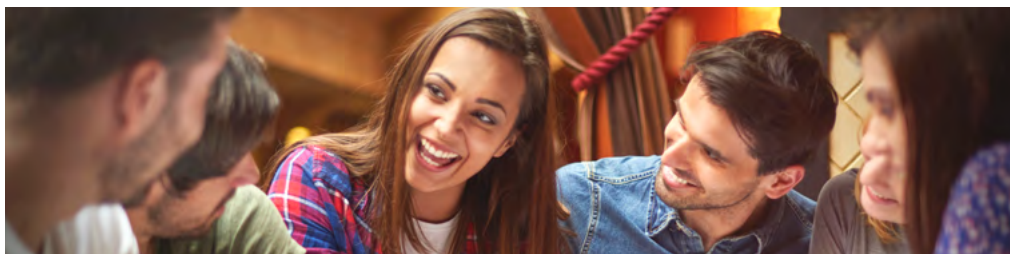
- **Mobilidade de estudantes para período de estudos (SMS)**

Todos os estudantes de CTeSP e Licenciatura podem candidatar-se, em qualquer ano do curso, a realizar unidades curriculares numa instituição de ensino superior europeia, durante um semestre ou ano letivo. Os alunos de Mestrado podem candidatar-se a realizar mobilidade tanto no primeiro como no segundo ano do curso. O período mínimo da mobilidade é de **2 meses e o máximo de 12 meses**.

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

Todos os estudantes de CTeSP, Licenciatura e Mestrado podem candidatar-se a realizar, em qualquer um dos anos de matrícula, uma mobilidade de estágio curricular e/ou extracurricular numa instituição de ensino superior, entidade ou organização fora de Portugal. 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 candidatar-se a 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 - Infoestudante, 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.

Se fores bolsheiro da DGES, acumulam as duas bolsas.

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 de língua oficial portuguesa (CPLP) e da América Latina, bem como de outros países fora da Europa. 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 [website](#) e acompanha as novidades na página de [facebook](#) do Gabinete de Relações Internacionais do Politécnico de Coimbra ou contacta através do email: internationaloffice@ipc.pt.

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

ESAC: ri@esac.pt

ESEC: ir@esec.pt

ESTGOH: gri@estgoh.ipc.pt

ESTeSC: gri@estescoimbra.pt

ISCAC: bird@iscac.pt

ISEC: ri@isec.pt



UNIgreen – The Green University

O Politécnico de Coimbra integra a [UNIgreen](#), a primeira Universidade Europeia no campo da Agricultura Sustentável, Biotecnologia e Ciências do Ambiente e da Vida, que envolve 8 instituições de ensino superior europeias:

- [Universidade de Almería \(Espanha\)](#) - coordenador do consórcio
- [Politécnico de Coimbra \(Portugal\)](#)
- [Universidade de Modena e Reggio Emilia \(Itália\)](#)
- [Haute Ecole de la Province de Liège \(Bélgica\)](#)
- [Universidade de Ciências da Vida de Varsóvia \(Polónia\)](#)
- [Universidade de Plovdiv \(Bulgária\)](#)
- [Universidade Agrícola da Islândia \(Islândia\)](#)
- [Escola de Engenharia de Biotecnologia Sup'Biotech \(França\)](#)

O consórcio UNIgreen - The Green European University insere-se na iniciativa Universidades Europeias do Programa Erasmus+ 2021-2027 e tem um período de implementação de 4 anos, com um financiamento de sete milhões de euros da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA).

Visão e Missão

A UNIgreen pretende ser a principal universidade europeia nas áreas da Agricultura Sustentável, Biotecnologia e Ciências do Ambiente e da Vida.

Aqui, os estudantes e a comunidade académica irão desenvolver valores, atitudes, conhecimentos e competências que os tornarão agentes ativos na transição para uma economia climaticamente neutra e mais eficiente na utilização de recursos.

A UNIgreen assenta na construção de um ecossistema que ligará a educação, a inovação e a investigação à sociedade e ao território para promover o desenvolvimento sustentável.



A Unigreen tem como objetivos:

- Apoiar a transição verde;
- Impulsionar a inovação;
- Conectar globalmente;
- Incluir todos.

OPORTUNIDADES PARA OS ESTUDANTES

No âmbito da UNIgreen, os estudantes do Politécnico de Coimbra têm a possibilidade de realizar Mobilidades Erasmus+ nas universidades que integram o consórcio de três tipologias:

- Estudos;
- Estágios;
- BIP – *Blended Internship Courses*.

Para obter informações sobre as oportunidades disponíveis e qual o processo de candidatura, deves dirigir-te ao Gabinete de Relações Internacionais da tua escola.



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, no [instagram](#) e no [website](#) do IPC.

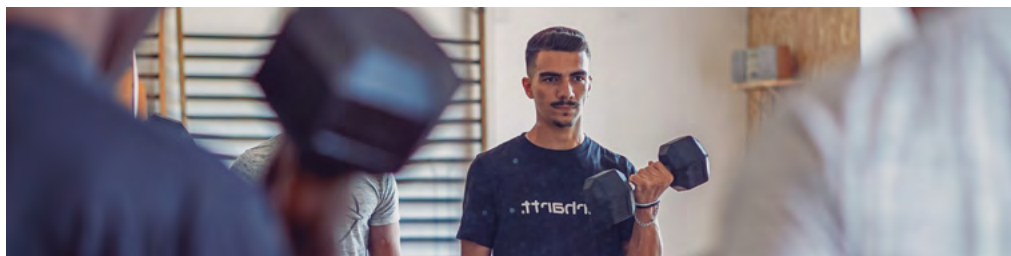
Atividades artísticas para os estudantes

O Centro Cultural Penedo da Saudade proporciona condições especiais para as práticas artísticas dos seus estudantes através do estabelecimento de parcerias com diversas entidades em Coimbra e Oliveira do Hospital, às quais os Estudantes podem aceder beneficiando de preços especiais.

As atividades disponíveis variam entre as áreas da música, dança, teatro e artes plásticas.

Os estudantes, desde que o solicitem, poderão beneficiar do Estatuto do 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 o Centro Cultural Penedo da Saudade e as Associações ou outras entidades onde estes estudantes continuem a exercer a sua prática artística.

A listagem de entidades com as quais o Centro Cultural Penedo da Saudade já assinou protocolo pode ser consultada [aqui](#).



Desporto

O Ensino Superior é um promotor de hábitos de vida ativos e saudáveis.

O Politécnico de Coimbra tem um Gabinete de Desporto com diversas atividades para fazer uma pausa entre as tuas aulas, conhecer novas pessoas e, principalmente, desfrutar ao máximo da tua experiência no Ensino Superior. Seja através de uma corrida pelo campus, um final de tarde no ginásio ou do treino de uma modalidade desportiva, é indispensável conciliar a prática de exercício físico com os estudos para lidar de forma saudável, física e mentalmente, com a tua vida de estudante. Além disso, a participação em modalidades desportivas promove a integração social e desenvolve um conjunto de competências como trabalho de equipa e liderança, a gestão de tempo e disciplina, a resiliência e persistência, sendo, cada vez mais, vista por parte dos recrutadores como uma vantagem competitiva no mundo do trabalho.

Junta-te ao mundo desportivo do Politécnico de Coimbra.

Gostas de ginásio?

Tens ao teu dispor um ginásio localizado na Complexo Desportivo do Politécnico de Coimbra onde podes desenvolver um trabalho individual de *fitness* com o acompanhamento de um técnico de exercício físico sempre que necessário, assim como participar em programas pontuais de atividades de grupo (<https://www.ipc.pt/ipc/viver/desporto>).

Queres ser Campeã(o) Nacional Universitária(o)?

O Politécnico de Coimbra, através de um trabalho conjunto com as estruturas estudantis, compete regularmente nos Campeonatos Nacionais Universitários da Federação Académica do Desporto Universitário (FADU), provas nas quais participam anualmente milhares de estudantes de todo o país. Com quase 70 pódios conquistados nestas competições até ao momento, a nossa instituição conta contigo para escrever o teu nome na sua história, competindo numa das modalidades abrangidas pela nossa instituição e conhecendo o nosso país de norte a sul. Entra em contacto com a tua AE ou com o Gabinete de Desporto e fica a saber como podes empenhar-te em ser campeã(o) nacional universitária(o).



IPC CUP, a grande competição interna do Politécnico de Coimbra

São quase 500 estudantes e mais de 100 momentos de competição que ocorrem anualmente no âmbito da IPC CUP, a maior competição multidesportiva da nossa instituição. Organizada em conjunto com as tuas Associações de Estudantes, a IPC CUP entra na sua 6.ª edição, estando cada vez mais cimentada na cultura desportiva do Politécnico de Coimbra. Podes representar a tua Associação de Estudantes e sagrar-te campeã(o) do IPC. Contamos contigo?

Estatuto Estudante-Atleta

O tempo não chega para tudo? A tua participação nos Campeonatos Nacionais Universitários pode dar-te vantagens, desde a alteração de momentos de avaliação e justificação de faltas por motivos associados à prática desportiva, prioridade na escolha de horários, acesso à época especial de exames e acesso a ginásio, preparação física e fisioterapia gratuita.

Adicionalmente, ainda poderás ganhar uma Bolsa de Mérito Desportivo se obtiveres aproveitamento académico e resultados desportivos de excelência em representação do Politécnico de Coimbra. Para saber mais sobre este assunto, entra em contacto com o Gabinete de Desporto através de desporto@ipc.pt.



+Sustentável

O Politécnico de Coimbra entende a sustentabilidade ambiental como um fator chave para a promoção de uma melhor qualidade de vida da população e assume a sua responsabilidade na construção de um planeta ambientalmente mais sustentável.

Nesse sentido, criou o projeto “+Sustentável”, desenvolvido pelo Serviço de Saúde Ocupacional e Ambiental (SSOA) do IPC, envolvendo toda a comunidade do Politécnico de Coimbra, através do qual desenvolve inúmeras ações. A instalação de ecopontos nas escolas e serviços, a distribuição de garrafas de vidro à comunidade, a promoção da separação de resíduos e a distribuição de máquinas dispensadoras de água da rede nos vários edifícios, a realização de compras com critérios de circularidade, o IPC a Pedalar - projeto que disponibilizou 85 bicicletas, entre elétricas e convencionais, para usufruto da comunidade académica enquanto veículo para deslocações diárias, a ação de reflorestação “Juntos vamos ajudar a reflorestar a Serra da Estrela” - com a plantação de 3200 árvores, até ao momento, a ação “Juntos vamos ajudar a limpar as margens do rio Mondego” e a Eco Pedalada, que combinam a adoção de estilos de vida ativos e saudáveis através da atividade desportiva com a sustentabilidade ambiental, a candidatura ao Selo de Excelência “Alimentação Saudável no Ensino Superior” - atribuído ao IPC como distinção da Instituição enquanto promotora de uma alimentação saudável e sustentável nas suas cantinas e cafetarias, bem como a integração do projeto U-Green, com vista à cooperação universitária internacional para promoção da transição verde e de práticas sustentáveis na área da educação e formação são apenas alguns exemplos.

Programas Eco-Escolas e EcoCampus

No âmbito do Programa Eco-Escolas, todas as Unidades Orgânicas de Ensino do Politécnico de Coimbra têm vindo a renovar, anualmente, o seu Galardão, tornando o IPC, desde 2019, num dos pioneiros e maiores Eco-Politécnicos do país. A esta conquista, agrega-se a distinção EcoCampus, como reconhecimento das boas práticas desenvolvidas em prol de um Politécnico e de um Planeta mais sustentáveis. Cada escola tem um Conselho Eco-Escolas/EcoCampus que desenvolve diversas atividades junto da sua comunidade, integrando estudantes, docentes e não docentes. Contacta os Coordenadores Eco-Escolas/EcoCampus da tua Escola/Instituto e fica a saber como podes colaborar para termos um IPC mais sustentável.



INOPOL

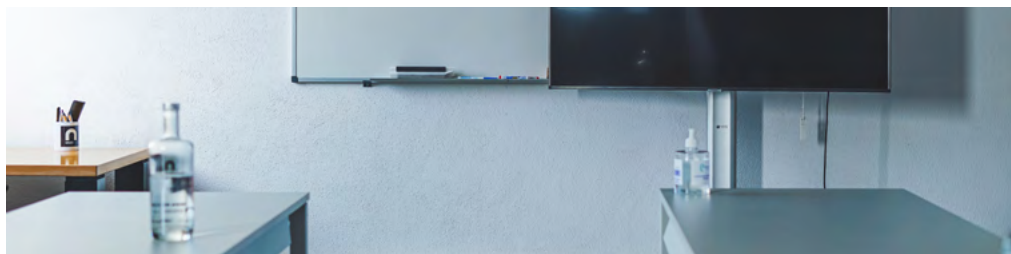
O INOPOL Academia de Empreendedorismo é a unidade orgânica do IPC responsável por promover uma cultura de inovação e empreendedorismo tecnológico e social, estimular a valorização e transferência do conhecimento, apoiar a criação e desenvolvimento de novas ideias e empresas com cariz inovador e base científica e social e ainda fomentar a empregabilidade.

Neste âmbito, o INOPOL atua em diferentes domínios complementares, com destaque para a incubação de empresas (sobretudo *startups* e *spinoffs* oriundas do universo IPC ou com forte ligação à instituição), a capacitação e *networking*, a gestão da propriedade intelectual do IPC e dos processos de transferência de tecnologia e de valorização do conhecimento e a promoção da inserção profissional dos estudantes e diplomados da instituição.

Programas e Iniciativas:

Incubação (física e virtual) de projetos e empresas – O INOPOL apoia estudantes, diplomados e empreendedores que pretendam desenvolver projetos inovadores, disponibilizando, além de espaço físico para instalação (de utilização independente ou partilhada), acesso a copa e sala de reuniões/formação, assim como um conjunto de serviços de logística (receção, gestão de correspondência, internet, limpeza) e consultoria técnica especializada em diversas áreas, tais como o desenvolvimento do plano de negócio, apoio jurídico no processo de constituição da empresa, proteção da propriedade intelectual, ligação a centros de I&D, parceiros ou investidores e acesso a programas de financiamento (<https://inopol.ipc.pt/incubacao>).

Poliempreende – A maior rede de promoção do empreendedorismo no ensino superior politécnico a nível nacional. Surgido em 2003, este programa visa, através de um concurso de ideias e de planos de negócio, alavancar e premiar alguns dos projetos desenvolvidos por estudantes, diplomados e professores/investigadores, com o objetivo de promover a cultura empreendedora, o espírito de iniciativa e o enriquecimento curricular dos participantes, fomentando o desenvolvimento de projetos de vocação empresarial e a criação de novas empresas de cariz inovador (<https://inopol.ipc.pt/inovacao-e-empreendedorismo/poliempreende>).



InovC+ – Programa de valorização do conhecimento científico e tecnológico que visa implementar e consolidar um Ecosistema Regional de Inovação Inteligente na Região Centro, através da criação e transferência de novos produtos e serviços resultantes de atividades de investigação, desenvolvimento e inovação (I&D+I) para o setor empresarial (<https://inopol.ipc.pt/valorizacao-do-conhecimento/inovc/>)

Let's Talk – Ciclo de *webinars* com periodicidade mensal promovido com o propósito de sensibilizar a comunidade de empreendedores, estudantes, docentes e investigadores para temas-chave do mundo do empreendedorismo e da inovação (<https://www.youtube.com/playlist?list=PLJKMzi738XhHtHfwCxqOaQqfOmtSSU03F>).

Programa Trilhos – Programa que procura estimular o desenvolvimento de competências transversais (*soft skills*) e de empregabilidade nos estudantes e diplomados do IPC, através de eventos e atividades que potenciem a exploração, planeamento e desenvolvimento holístico de carreira, tendo por base as exigências do mercado de trabalho (<http://www.trilhos.ipc.pt>)



i2A

O Instituto de Investigação Aplicada (i2A) é uma unidade orgânica do Instituto Politécnico de Coimbra (IPC) que promove a investigação aplicada, a transferência de conhecimento, a prestação de serviços e a formação avançada, incentivando a interdisciplinaridade e a colaboração entre equipas para afirmar a investigação do IPC a nível nacional e internacional.

Enquanto estrutura transversal, assegura o enquadramento institucional das atividades de Investigação, Desenvolvimento e Inovação desenvolvidas pelos investigadores das 6 unidades orgânicas de ensino em diversas áreas do saber.

O i2A está aberto à comunidade, promovendo a visibilidade do trabalho dos seus investigadores e estabelecendo parcerias sólidas com agentes regionais, especialmente PME, tendo em vista a obtenção de soluções inovadoras e o desenvolvimento sustentável. Atualmente, O IPC conduz dezenas de projetos de investigação em diversas áreas científicas e com múltiplas fontes de financiamento.

A investigação é parte integrante do percurso académico dos nossos estudantes desde o início. Através do i2A, os estudantes de CTesP, Licenciaturas e Mestrados têm acesso a oportunidades de participação em projetos de investigação aplicada, muitas vezes integrados em equipas multidisciplinares que fazem a ponte com o setor empresarial e a comunidade.

Encontram-se disponíveis várias formas de envolvimento, através de:

- bolsas de I&D financiadas por projetos do IPC, que permitem financiar o trabalho científico dos estudantes sob a orientação de investigadores experientes;
- integração informal em projetos de investigação, sempre que expressarem interesse e motivação, mediante acolhimento por docentes ou investigadores;
- apoio institucional à publicação científica de trabalhos de estudantes.

Este envolvimento precoce contribui para um desenvolvimento sólido de competências técnicas e científicas, estimula o pensamento crítico e promove o trabalho em equipa, enriquecendo de forma significativa a experiência académica dos nossos estudantes.).



Programa Trilhos - Ativa o teu futuro!

O programa Trilhos é um programa de enriquecimento e desenvolvimento de competências, que visa potenciar o teu talento e contribuir para uma melhor integração e desempenho no mercado de trabalho.

Ao participar no programa e nas suas atividades, terás oportunidade de mobilizar e ativar os teus recursos internos e competências, de forma acompanhada e com orientação, tendo em vista potenciar o teu nível de empregabilidade.

O Trilhos destina-se a todo o universo de estudantes do Politécnico de Coimbra e promove atividades em 3 clusters de desenvolvimento:

Posicionamento e Apresentação Profissional

Ajudam-te na forma como te posicionas, como te apresentas e como comunicas o teu perfil ao mundo do trabalho, seja através da preparação de entrevistas de emprego ou de estágio, da adequada elaboração do *curriculum vitae* ou de outras ferramentas de posicionamento profissional, como o LinkedIn.

Aproximação ao Mercado de Trabalho

Colocam-te em interação com empregadores, profissionais com experiência e contextos de aplicação prática de conhecimento. Proporcionam-te a oportunidade de construir uma base de experiência que te ajuda a tomar decisões e que será valorizada pelo mercado de trabalho.

Competências Transversais

Proporcionam-te experiências que potenciam o desenvolvimento de *core work skills* que, indo além das competências laborais propriamente ditas, são fundamentais para o sucesso profissional, como a inteligência emocional, a comunicação, a adaptabilidade ou o trabalho de grupo.



Estes são os objetivos do Programa Trilhos:

- Promover a empregabilidade dos estudantes participantes;
- Desenvolver a capacidade de adaptação dos estudantes e futuros profissionais a novos contextos e exigências;
- Fomentar o desenvolvimento das *core work skills*, que são críticas para ter sucesso no mundo do trabalho;
- Desenvolver o autoconhecimento, promover tomadas de decisão esclarecidas e facilitar a construção de identidade profissional;
- Promover a abordagem ao mercado de trabalho de forma empoderada e confiante.



**Podes participar nas atividades Trilhos,
desde o primeiro dia.**

Vem ativar o teu futuro!

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 através dos inquéritos pedagógicos.

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 além dos inquéritos pedagógicos, na tua Escola encontram-se disponíveis dispositivos digitais onde podes expressar a tua opinião sobre os serviços de apoio aos estudantes.

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

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

A tua opinião faz mesmo a diferença!

Queremos construir um futuro melhor para os nossos estudantes.

Ao longo do teu percurso académico, vais ter várias oportunidades para partilhar a tua opinião através de inquéritos. Estes momentos não são apenas “mais uma tarefa” — são uma forma de participares ativamente na construção de uma experiência no ensino superior melhor para todos.

Os inquéritos ajudam-nos a perceber o que está a funcionar bem e onde podemos melhorar. Desde a qualidade das aulas ao bem-estar estudantil, cada resposta conta.

Porque é importante responder aos inquéritos?

- Tornas visível a tua opinião como estudante;
- Ajudas a melhorar cursos, serviços e espaços;
- Contribuis para decisões mais justas e alinhadas com o que precisas;
- Podes ajudar a criar mudanças concretas!

É rápido, anónimo e, acima de tudo, essencial.

Sempre que receberes um convite para responder a um inquérito, aproveita essa oportunidade para te fazer ouvir. Não deixes que decidam por ti, dá sempre a tua opinião.

A tua opinião conta — e muito!



Juntos
erguemos
sonhos.

Serviços de Ação Social do Politécnico de Coimbra



www.sas.ipc.pt



(00351) 239 802 350



/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



Caros estudantes,

É com enorme satisfação que vos dou as boas-vindas ao Instituto Politécnico de Coimbra. O vosso ingresso marca o início de uma etapa desafiante e enriquecedora, na qual terão a oportunidade de crescer academicamente e de desenvolver competências pessoais, sociais e de cidadania.

Os Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Coimbra (SASIPC) existem para vos apoiar nesta

caminhada. A nossa missão é garantir que todos os estudantes, independentemente da sua situação pessoal ou socioeconómica, possam usufruir das mesmas condições para atingir o sucesso académico. Para isso, colocamos à vossa disposição um conjunto diversificado de apoios e serviços: bolsas de estudo, alimentação, alojamento, saúde e bem-estar, bem como atividades culturais e desportivas.

No centro das nossas preocupações estão sempre os estudantes. Queremos que se sintam acolhidos, apoiados e confiantes para enfrentar os desafios desta nova fase. O nosso compromisso é criar um ambiente que promova a igualdade de oportunidades, favoreça a integração e valorize a experiência académica de cada um.

Em nome de toda a equipa dos SASIPC, desejo-vos um percurso académico pleno de conquistas e aprendizagens. Estamos convosco para que façam do vosso tempo no Instituto Politécnico de Coimbra uma etapa inesquecível e transformadora das vossas vidas.

Sejam bem-vindos!

António Carvalho

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, um/a funcionário dos Serviços Académicos 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

GAE ESEC gae.esec@ipc.pt

GAE ESTGOH gae.estgoh@ipc.pt

GAE ESTeSC gae.estesc@ipc.pt

GAE ISCAC gae.iscac@ipc.pt

GAE ISEC 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.

Consulta o [Regulamento do A2ES](#) na página eletrónica dos SASIPC.

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 devem consultar a oferta de atividades que se encontra divulgada na [página eletrónica dos SASIPC](#).

Para fazer o registo como estudante interessado nas atividades deves:

- 1 – Registar-te na plataforma SASocial – Instituto Politécnico de Coimbra (ipc.pt): <https://sasocial.ipc.pt/auth/login>
- 2 – Aceder ao separador do BAAS na plataforma e realizar a candidatura ao programa;
- 3 – Após criado o perfil de “candidato”, consultar a lista de ofertas e, nas que pretendes ficar como candidato, clicar em “manifestação de interesse”.

Consulta o [Regulamento do BAAS](#) na página eletrónica dos SASIPC.



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.

Consulta o [Regulamento do PASI](#) na página eletrónica dos SASIPC.

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.

As atividades propostas podem ser consultadas [aqui](#).



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 **91,44€/mês** para bolseiros da DGES e a partir de **130,00€/mês** para não bolseiros.

Para Estudantes Erasmus/Internacionais, estão disponíveis quartos desde **175,00€/mês** e apartamentos a partir de **225,00€/mês**.

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

- **meia pensão** - inclui uma refeição por dia na cantina: **50€/mês**;
- **pensão completa** - inclui 2 refeições por dia na cantina: **91€/mês**.

Existem várias fases de candidatura para os novos estudantes do IPC efetuadas através da [página dos SASIPC](#):

- **2ª fase:** de 25 a 31 de agosto de 2025;
- **3ª fase:** de 22 a 28 de setembro a 22 de outubro de 2025;
- **4ª fase:** de 13 de outubro de 2025 a 30 de abril de 2026.



Serviços de Alimentação e Nutrição (Cantinas e Cafetarias)

Tens à tua disposição 4 cantinas, 1 Snack-bar na ESTGOH 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 3,20€** 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. **A tua refeição poderá custar somente 3,00€ através da pré-compra e reserva de ementa na Plataforma SASocial.**

As cantinas têm os seguintes horários (que poderão sofrer alteração):

ESAC/ESEC/ISCAC: das 12h às 14h30 (Almoço) e das 19h às 21h (Jantar);

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

ESTeSC: das 12h às 14h30 (Almoço);

ISEC: das 12h às 14h (Almoço) e das 19h às 21h30 (Jantar).

Cantina na ESAC/ISCAC

Bencanta

Cantina e Cafeteria na ESEC

R. Dom João III, 3030-329 Coimbra

Cantina e Cafeteria na ESTeSC/ESEnFC (polo B)

Rua 5 de Outubro, 3046-854 Coimbra

Cantina e Cafeteria I e II no ISEC

R. Pedro Nunes, 3030-199 Coimbra

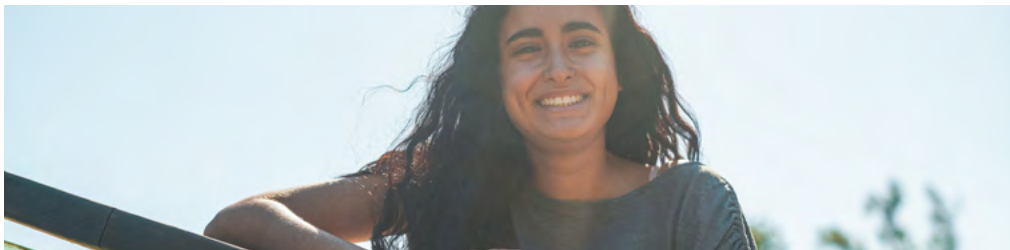
Cafeteria na ESTGOH

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

Cafeteria no ISCAC

Quinta Agrícola – Bencanta

3045-231 Coimbra



Serviços de Saúde e Bem-Estar

A Unidade de Saúde e Bem-Estar dos SASIPC proporciona a todos os estudantes do Politécnico de Coimbra o acesso aos seguintes apoios:

Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico

- Apoio psicológico ou psicopedagógico (consultas individuais na Clínica IPC e no GAE);
- Acolhimento e acompanhamento aos estudantes com necessidades educativas específicas (PARENEE);
- Ações de promoção da saúde psicológica e bem-estar.

Programa de Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior (+SaBe):

Programa de Mentoria Interpares do IPC (projeto +SaBe):

- Se és estudante do 1º ano, inscreve-te aqui (mentorando):
<https://forms.ipc.pt/index.php/866319?lang=pt>
- Se és estudante de outros anos e queres ser mentor/a, inscreve-te aqui:
<https://forms.ipc.pt/index.php/132671?lang=pt>

Fica atento a outras ações no âmbito do projeto +Sabe, tais como ciclos de *workshops*, sessões de *mindfulness*, empoderamento académico, oficinas de estudo acompanhado para as ciências exatas e muito mais que estará ao teu dispor ao longo do ano letivo.

Clínica IPC – Consultas nas seguintes áreas:

1. Fisioterapia
2. Medicina dentária
3. Medicina geral e familiar
4. Nutrição
5. Psicologia clínica (gratuitas / projeto +Sabe)
6. Psiquiatria (gratuitas / projeto +Sabe)

As consultas são todas marcadas através da Plataforma SASocial (<https://sasocial.ipc.pt>), onde também se encontram outras informações úteis e mais detalhadas.



LOCALIZAÇÃO

Clínica IPC – Campus da Escola Superior Agrária do Politécnico de Coimbra, Av. Mário Silva, São Martinho do Bispo, 3045-601 Coimbra.

Extensão da Clínica IPC – situa-se no campus do Instituto Superior de Engenharia do Politécnico de Coimbra, na Rua Pedro Nunes, Quinta da Nora, 3030-199 Coimbra.

Plano de Saúde IPC - Tabela de valores

Ano letivo 2025/2026

	Estudante Bolseiro	Estudante Não Bolseiro
Fisioterapia	5€	8€
Medicina dentária	6€	12,5€
Medicina geral e familiar	5€	10€
Nutrição	5€	8€
Psicologia clínica	Gratuito	Gratuito
Psiquiatria	Gratuito	Gratuito

Medida dos Cheques Psicólogo e Nutricionista*

Para além das consultas que a Clínica IPC disponibiliza internamente, tens a possibilidade de utilizar serviços externos solicitando a atribuição de cheques através da plataforma governamental gov.pt. Posteriormente, o(s) cheque(s) podem ser utilizados selecionando o profissional que estiver na lista de aderentes à Medida dos Cheques Psicólogo e Nutricionista.

*Trata-se de uma medida do governo a que o Politécnico de Coimbra aderiu em agosto de 2024 e que vai prolongar-se no ano letivo 2025/26.

Contactos para informações:

Telefone: 239 791 241 (entre as 9h e as 16h30)

Email: clinica@ipc.pt

Website: <https://www.ipc.pt/acao-social/saude-bem-estar/>

Politécnico
de Coimbra

Escola Superior de Educação



www.esec.pt



(00351) 239 793 120



[/esec.coimbra](https://www.facebook.com/esec.coimbra)

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

Rua Dom João III - Solum
3030-329 Coimbra,
Portugal

Mensagem do Presidente da ESEC



Caros estudantes,

Ao longo da vida, todos nós passamos por momentos em que conquistamos objetivos que são decisivos para o futuro — como está a ser, para cada um de vós, a entrada no ensino superior. Mas logo depois de uma conquista, a vida apresenta sempre novos e maiores desafios, muitas vezes sem dar tempo para saborear totalmente o êxito alcançado.

Agora que iniciam o vosso percurso académico na ESEC, novos desafios vos aguardam: integrar-se numa nova

escola, conhecer professores e colegas, adaptar-se a novas formas de aprender e, para alguns, ainda a experiência de viver longe da família. É natural que tudo isto traga alguma ansiedade, mas também traz oportunidades únicas de crescimento. Espero que tenham regressado das férias com energia, confiança e vontade de abraçar esta nova etapa.

Em nome da ESEC, dos seus professores e trabalhadores, felicito-vos e dou-vos as mais calorosas boas-vindas. Estamos prontos e motivados para vos acompanhar nesta caminhada. Faremos sempre o nosso melhor para vos apoiar, embora saibamos que nem sempre isso será suficiente. Não se esqueçam: esta foi a vossa escolha, o esforço para aqui chegar foi vosso e a satisfação da conquista final também será vossa. O nosso compromisso é estar ao vosso lado, nunca substituir-vos no caminho que decidiram trilhar.

O facto de terem chegado até aqui é já uma prova de que possuem qualidades fundamentais: a capacidade de sonhar e agir, a determinação e a persistência, a solidariedade e a coragem. São estas qualidades que vos permitirão continuar a avançar e a alcançar novos triunfos. Sejam muito bem-vindos à ESEC! Que este seja o início de uma experiência enriquecedora e transformadora.

Rui Antunes

Presidente da ESEC

Mensagem da Presidente da AEESEC

Car@s nov@s estudantes,

É com um enorme gosto e, também, com alguma emoção que, em nome da Associação de Estudantes, vos dou as boas-vindas à ESEC.

Estão a iniciar uma nova etapa e isso é sempre especial. Vêm aí meses cheios de mudanças, de aprendizagens, de crescimento pessoal e académico, mas também de amizades novas, desafios que vos vão pôr à prova e momentos que vão, com certeza, ficar para a vida. Entrar na ESEC não é só começar um curso, é começar uma jornada onde vocês são a peça principal. E, acreditem, escolheram muito bem. Na ESEC não andamos sozinhos. Somos uma comunidade feita de pessoas diferentes, com histórias diferentes, mas com um objetivo comum, crescer junt@s e fazer deste lugar algo mais do que uma simples escola. A Associação de Estudantes está aqui exatamente para isso, para vos apoiar, ouvir, representar e ajudar-vos a tirar o melhor partido possível desta fase.

Vamos organizar atividades culturais, desportivas, festas, workshops, sessões de partilha e muito mais. Tudo pensado para que se sintam bem, integrad@s, envolv@d@s e, acima de tudo, parte ativa da vida da ESEC. Mas mais importante do que qualquer evento, estamos cá para vos ouvir, queremos conhecer as vossas ideias, os vossos sonhos e também as vossas preocupações. A AE existe por e para vocês. Por isso, envolvam-se. Participem. Conheçam pessoas. Saibam que têm voz e espaço para usá-la. Esta é a vossa casa agora, façam dela um lugar onde se sentem bem, seguros e inspirados.

Desejamos-vos um ano letivo cheio de sucesso, descobertas, experiências novas e amizades verdadeiras. Que seja o início de algo bonito e estamos muito felizes por fazer parte disso convosco.

Contem sempre connosco. Junt@s, vamos tornar a ESEC num lugar ainda mais especial.

Bem-vind@s à vossa nova casa.



Mafalda Pinto

Presidente da AE ESEC

Escola Superior de Educação

A Escola Superior de Educação de Coimbra (ESEC), uma instituição jovem mas herdeira de uma história já secular, foi criada e integrada no Politécnico de Coimbra em 1979. Iniciou a sua atividade formativa em 1987, com a lecionação dos cursos de Educação Pré-escolar e as variantes de Português/Francês e Educação Musical dos cursos de formação de professores do ensino básico.

Hoje, a ESEC compreende várias áreas de estudo organizadas em Departamentos: Artes e Tecnologias; Comunicação; Educação, Desporto e Intervenção Social; Formação de Educadores e Professores e Turismo e Gastronomia.

Os cursos da ESEC distinguem-se por serem fortemente disciplinares, e por terem uma grande componente de atividades curriculares de natureza prática e profissionalizante.

Órgãos de Gestão

Presidente

Rui Antunes

presidente@esec.pt

Conselho de Escola

Presidente

Bartolomeu Paiva

ce@esec.pt

Conselho Pedagógico

Presidente

António Leal

cp@esec.pt

Conselho Técnico-Científico

Presidente

Fernando Martins

ctc@esec.pt



Contactos úteis

Serviços de Gestão Académica

Horário de atendimento presencial

(Não necessita de agendamento prévio. Retirar senha e aguardar a vez)

- 2ª e 4ª feira, das 9.30h às 12.30h
- 6ª feira, das 15.30h às 19h (nas interrupções letivas o horário termina às 17h00)

Horário de atendimento telefónico

- 2ª a 6ª feira das 9.30h às 12.30h

email: sga-atendimento@esec.pt

telefone: (+351) 239 793 123

Nota: Se és aluno da ESEC, os contactos com este Serviço são feitos, obrigatoriamente, através do email institucional, pelo que a resposta será sempre e exclusivamente enviada para este (email do aluno@esec.pt).

Tesouraria

Horário de atendimento presencial e telefónico:

- 2ª e 4ª feira, das 09.30h às 12.30h
- 3ª, 5ª e 6ª feira, das 14.30h às 16.30h

email: tesouraria@esec.pt

telefone: (+351) 239 793 126

GAIEI - Gabinete de Apoio à Investigação, Ensino e Internacionalização | Estágios

Horário de atendimento:

- 2ª, 3ª, 5ª e 6ª feira, das 10h às 12.30h e das 14.30h às 16h.

email: gaiei-estagios@esec.pt

telefone direto: (+351) 239 793 130 telemóvel: (+351) 925 410 936



Contactos úteis

GAIEI - Gabinete de Apoio à Investigação, Ensino e Internacionalização | Internacionalização

Mobilidade Outgoing – email: lr@esec.pt

Horário de atendimento

· 2ª, 3ª, 5ª e 6ª feira, das 10:00h às 12:30h e das 14:30h às 16:00h

telefone direto: (+351) 239 793 127 telemóvel: (+351) 964042055

CDI - Centro de Documentação e Informação

Horário de atendimento

· Período letivo - 2ª a 6ª das 09:00h às 18:00h (até 30 de setembro de 2025)

· 9h00-20h00 (a partir de 1 de outubro) // Sábado | Encerrado

email: cdi@esec.pt

telefone: (+351) 239 793 120 (geral) | (+351) 239 793 143 (direto CDI)

CIMAV - Centro de Informática e Meios Audiovisuais

Horário de atendimento

· Informática - 2ª a 6ª feira, das 14:00h às 16:00h*

· Audiovisuais - 2ª a 6ª feira, das 10:00h às 12:00h e das 14:30h às 16:30h*

email: helpdesk@esec.pt (suporte informático) | cimav@esec.pt (outros assuntos)

* Os alunos em regime pós-laboral podem agendar um apoio presencial em horário mais conveniente, enviando um e-mail para cimav@esec.pt.

Gabinete de Comunicação e Relações Públicas | Carreiras

Horário de atendimento

· 2ª a 6ª feira das 10:00h às 12:00h e das 14:00h às 16:00h

email: carreiras@esec.pt

Para informação sobre os cursos:

Licenciaturas — info-cursos@esec.pt

Mestrados — gaiei-mestrados@esec.pt

Knowledge Factory (Cursos de pós-graduação, formação especializada, formação contínua, cursos livres, cursos de preparação para o acesso ao ensino superior e outras formações)

gaiei-kf@esec.pt



ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES
ESCOLA SUPERIOR EDUCAÇÃO COIMBRA

Associação de Estudantes

A Associação de Estudantes da Escola Superior de Educação de Coimbra (AE ESEC) está empenhada em enriquecer a experiência académica dos nossos estudantes através de diversas atividades culturais, desportivas e extracurriculares. As nossas iniciativas são organizadas pelas várias secções da AE ESEC, incluindo Desporto, Cultura e Eventos, Relações Internacionais, Comunicação e Marketing, Ação Social e Pedagogia e Empregabilidade.

Promovemos palestras e *workshops* com uma variedade de temas, proporcionando-te oportunidades para desenvolveres competências essenciais para a tua vida profissional e pessoal, facilitando a tua transição para o mercado de trabalho. O nosso objetivo é criar momentos de celebração cultural e lazer, fomentando um ambiente acolhedor e de proximidade entre todos os membros da comunidade académica.

Na área desportiva, organizamos competições entre as várias escolas do Politécnico de Coimbra em diferentes modalidades, bem como em desportos individuais. Ao longo do ano, as escolas competem por pontos para conquistar a taça final: a IPC CUP.

Além destas atividades, representamos os nossos estudantes a nível nacional em diversas discussões sobre políticas educativas, onde abordamos as necessidades do Ensino Superior e procuramos soluções para os desafios enfrentados pelos nossos estudantes.

Contactos: dg-ae@esec.pt

Redes Sociais: [@aeesec](https://www.instagram.com/aeesec)



K&Batuna

A K&Batuna, Tuna Académica Mista da Escola Superior de Educação de Coimbra, foi fundada em 1999 e tem como objetivo promover a música tradicional portuguesa com uma forte ligação ao meio académico.

Ao longo dos anos, a tuna tem participado em diversos eventos e festivais, destacando-se pela sua energia, união e muito espírito académico, acumulando assim já alguns prémios, tais como “Melhor pandeireta”, “Melhor Serenata”, “Melhor Instrumental”, entre outros. A tuna lançou seu primeiro álbum, “O Canto do Amadeu”, em 2007, o qual está disponível no Youtube e Spotify.

O ambiente da K&Batuna é marcado por uma forte animação e amizade, refletidas tanto nas atuações quanto nos momentos de convívio, como jantares e “retiros espirituais”. Esses momentos são essenciais para o fortalecimento dos laços entre os membros da tuna e para a criação de memórias duradouras.

O Festival “EntreTunas”, organizado pela K&Batuna, é um dos principais eventos do grupo, reunindo tunas mistas de todo o país incluindo ilhas e celebrando a música e a vida académica coimbrã de forma única, contando já com 12 edições.

Contactos:

Instagram: [kbatuna](#)

Facebook: [K&Batuna - Tuna Académica Mista](#)

E-mail: kbatuna@gmail.com



Viver em Coimbra

Como chegar a Coimbra?

Para chegar à cidade dos estudantes, poderás fazê-lo de carro, mas também utilizando os transportes públicos, utilizando uma solução mais económica e amiga do ambiente.

Assim, poderás optar entre:

- **Comboio**

A cidade de Coimbra tem uma estação de comboios à entrada da cidade (Coimbra B). Se tens até 25 anos, a CP Comboios de Portugal dá-te 25% de desconto em todas as tuas viagens. Podes adquirir os bilhetes na bilheteira da estação de Coimbra B, pela Internet ou através da rede multibanco. Ao comprar bilhetes Alfa Pendular e Intercidades com antecedência mínima de 5 dias, podes usufruir de até 56% de desconto sobre o preço regular. Se comprares com 8 ou mais dias de antecedência, estes descontos podem chegar aos 65%.

Tens ainda a opção de adquirir o passe Ferroviário verde, com validade de 30 dias consecutivos, com o custo mensal de 20€. Consulta as condições em www.cp.pt ou descarrega a aplicação disponível para *Android* e *iOS*.

- **Rede Expresso**

Caso optes por utilizar a Rede Expresso, o terminal onde os autocarros partem e chegam na cidade chama-se Rodoviária de Coimbra. Nesta rede, terás 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. Ambos permitem obter descontos nas tuas viagens.

Para mais informações, consulta: www.rede-expressos.pt.

- **FlixBus**

Em Coimbra, tens também disponível uma paragem da rede de transportes FlixBus, situada na Rua do Padrão (perto da Estação de Comboios Coimbra B), com rotas para as principais cidades do país.



- **SMTUC**

O principal meio de transporte em Coimbra são os autocarros dos SMTUC — Serviços Municipalizados de Transportes Urbanos de Coimbra. Estão disponíveis vários percursos por toda a cidade e periferia. É útil teres a aplicação dos SMTUC no teu telemóvel, pois permite-te consultar todos os horários dos autocarros em qualquer local e sempre atualizados.

- **Passe Gratuito Jovem**

As viagens nos SMTUC são gratuitas para utilizadores entre os 4 e os 18 anos de idade. Para aceder a este título, os utilizadores devem adquirir o cartão conVIDA nas lojas SMTUC pelo preço de 3€ e atualizar o seu perfil, bastando para o efeito apresentar o seu cartão do cidadão. Este passe é anual.

Para os estudantes com idade entre os 19 e os 23 anos, para além de apresentarem o documento de identificação, devem apresentar o documento original e entregar a cópia da declaração de matrícula do estabelecimento de ensino válida para o ano letivo a iniciar ou em curso.

- **Passe Estudante**

Para todos os estudantes que não são abrangidos pelas situações acima referidas, existe o Passe Estudante, válido para o respetivo ano letivo, com um custo mensal de 15€.

Condições para requerer o passe de estudante:

- Apresentação do documento de identificação (Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão);
- Ser estudante matriculado no Ensino Superior ou inscrito num estágio profissional e curricular, Pós-graduação, Mestrado ou outro grau académico, comprovando o seu direito através da apresentação do original e entrega de cópia da Declaração de Matrícula do estabelecimento de ensino válida para o ano letivo a iniciar ou em curso.



Sé Velha



Porta Férrea



Sé Nova



Jardim Quinta das lágrimas

A cidade de Coimbra

Chegaste a Coimbra e queres conhecer a cidade? Para além da tua nova escola, tens toda a cidade para descobrir, desde locais emblemáticos e cheios de tradição a espaços culturais e ao ar livre para usufruíres. Vamos lá?

História e tradição

Se procuras saber mais sobre a cidade e as tradições de Coimbra, na Alta da cidade encontras vários locais que vão estar ligados ao teu percurso académico:

- **Largo da Sé Velha** – A Sé começou a ser construída quando D. Afonso Henriques se declarou rei de Portugal e escolheu Coimbra como capital do reino, acolhendo um dos momentos mais marcantes da vida de estudante, a Serenata Monumental, durante a Queima das Fitas;
- **Porta Férrea** – A porta que dá acesso ao Pátio das Escolas e à Biblioteca Joanina da Universidade de Coimbra é onde os estudantes traçam as capas do traje académico pela primeira vez, na noite da Serenata Monumental;
- **Sé Nova** – Construída no século XVI, a Sé Nova é o primeiro colégio jesuíta em todo o mundo e é aqui se realiza a cerimónia da Bênção das Pastas, que assinala o final do teu curso.

Do outro lado da cidade, na margem esquerda, tens outro *ex-libris* de Coimbra: o **Jardim da Quinta das Lágrimas**, palco de uma das histórias de amor mais conhecidas, entre o príncipe de Portugal, D. Pedro, e a aia galega, D. Inês de Castro. A famosa Fonte das Lágrimas evoca simbolicamente as lágrimas e o sangue derramados por Inês de Castro quando foi tragicamente executada em 1355 por ordem do



pai de D. Pedro, o rei D. Afonso IV.

Cultura e espetáculos

Se procuras atividades culturais, tens vários equipamentos na cidade onde podes encontrar o espetáculo certo para ti:

- **Centro Cultural Penedo da Saudade** - espaço do Politécnico de Coimbra que oferece diversas iniciativas culturais abertas à comunidade interna e externa, muitas delas dinamizadas por estudantes e *alumni* do IPC;
- **Convento São Francisco** - acolhe anualmente centenas de espetáculos e eventos e tem uma agenda repleta de concertos, teatro, dança e exposições;
- **Teatro Académico de Gil Vicente** - cinema, concertos e exposições fazem parte dos destaques desta sala de espetáculos no centro da cidade;
- **Casa do Cinema de Coimbra** - sala de cinema que oferece quer as últimas novidades, quer ciclos temáticos para os apreciadores da sétima arte.



Centro Cultural Penedo da Saudade



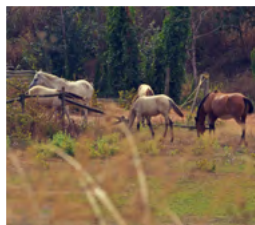
Convento São Francisco



Teatro Académico de Gil Vicente



Casa do Cinema de Coimbra



Mata da Agrária de Coimbra



Loja da Agrária



Parque Verde do Mondego

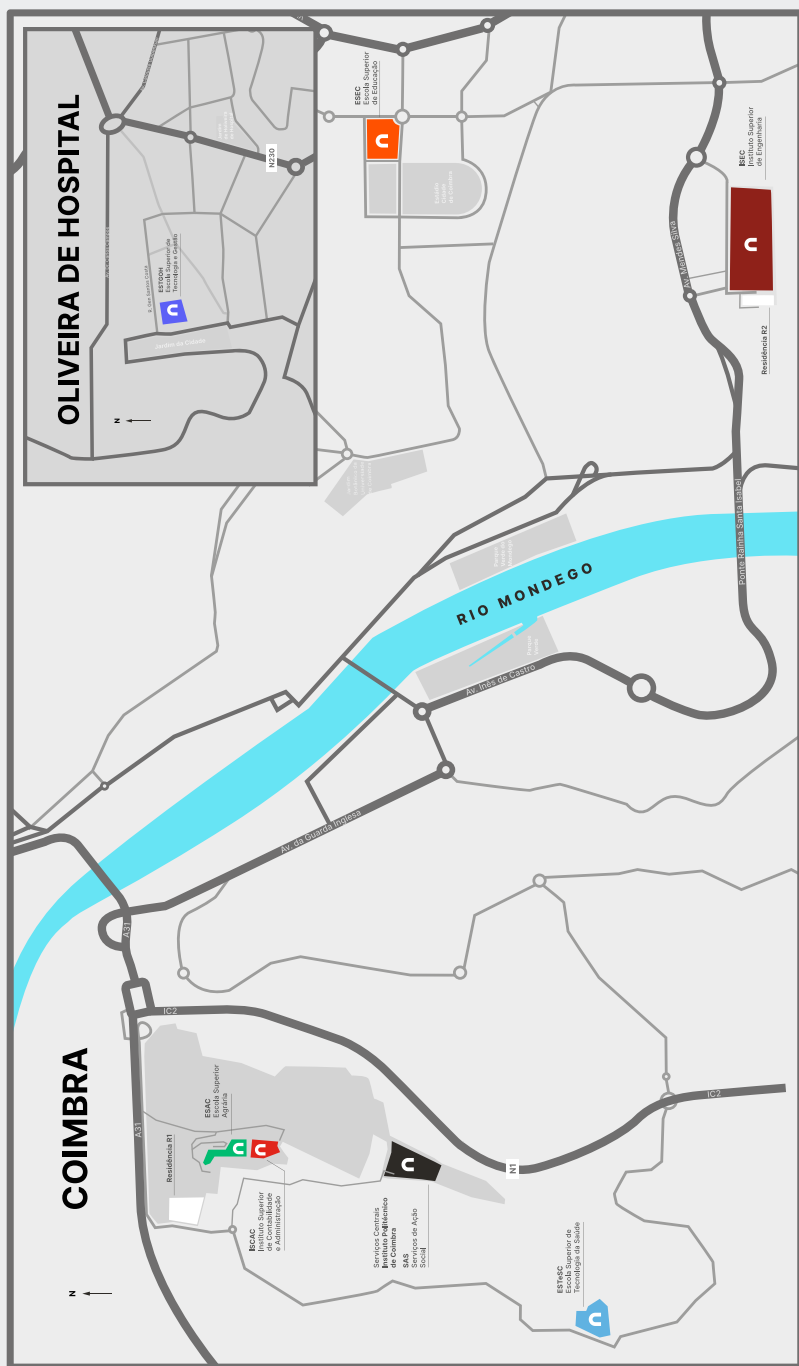


Mata Nacional do Choupal

Para passear e usufruir

Se pretendes um espaço ao ar livre para passear ou fazer exercício físico, tens vários espaços verdes na cidade:

- **Mata da Agrária de Coimbra** - área verde onde está inserida a Escola Superior Agrária do IPC, é considerada um local de grande importância ecológica e reconhecida como um *hotspot* de biodiversidade no concelho. Ali encontras percursos para caminhar ou correr, ao mesmo tempo que podes observar os animais da escola que ali usufruem do ar livre. Também podes passar na Loja da Agrária, onde são vendidos produtos agrícolas produzidos na escola, funcionando também como um espaço de divulgação e contacto com a comunidade.
- **Parque Verde do Mondego** - área com mais de 400.000 metros quadrados à beira rio com caminhos para passear e ciclovias, *skatepark*, pavilhões de desportos náuticos e espaço de restauração;
- **Mata Nacional do Choupal** - com 79 hectares, é um local de exceção para as atividades ao ar livre com percursos para corrida, caminhada e bicicleta, incluindo também um café e uma área para piquenique. Podes fazer o trajeto a pé a partir do centro da cidade, percorrendo a margem ao longo do rio Mondego.





**Politécnico
de Coimbra**

www.ipc.pt

