

Guia do Estudante 2026-2027



Índice

Universidade Politécnica de Coimbra	3
Mensagem da Reitora	4
Mensagem da Provedora do Estudante	5
A Universidade Politécnica de Coimbra	6
Participação dos Estudantes na Garantia da Qualidade do Processo de Ensino/Aprendizagem	27
Serviços de Ação Social Escolar da Universidade Politécnica de Coimbra	29
Mensagem do Administrador dos SAS	30
Escola Superior de Tecnologia da Saúde	39
Mensagem do Presidente da ESTeSC	40
Mensagem da Presidente da AE-ESTeSC	41
Viver em Coimbra	49
Como chegar a Coimbra?	50
A cidade de Coimbra	52
Mapas de Localização das Escolas	55

@upcoimbra

Universidade Politécnica de Coimbra



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

WhatsApp
(00351) 961 925 545



Mensagem da Reitora



Sejam muito bem-vindos à **Universidade Politécnica de Coimbra!**

Hoje começam uma nova etapa e chegam a uma instituição preparada para vos receber e acolher da melhor forma, com uma formação à altura das vossas expectativas e ambições, mas também com um conjunto de serviços e experiências que vão muito além da sala de aula.

Na UPCoimbra, encontrarão apoio social e de bem-estar, oportunidades culturais e desportivas e, sobretudo, uma comunidade próxima e calorosa, onde cada estudante conta. Tudo isto fará parte de uma experiência que vos ajudará não apenas a construir o vosso percurso académico e profissional, mas também a crescer e a descobrir a pessoa e o cidadão que querem ser no futuro.

Têm, além disso, um lugar muito especial na história da instituição: fazem parte da **primeira geração de estudantes da Universidade Politécnica de Coimbra**. Convidamo-vos, por isso, a fazer parte deste novo ciclo desde o primeiro dia, ajudando também a dar-lhe forma e significado.

Na UPCoimbra, acreditamos que somos **Uma Universidade que faz acontecer.**

Esta é uma expressão que traduz a nossa identidade e a nossa forma de estar: transformar conhecimento em ação, criar soluções e responder de forma concreta aos desafios da sociedade. É uma Universidade ligada às empresas, às organizações e ao território, onde o ensino de natureza prática se cruza com a investigação aplicada, a inovação e a transferência de conhecimento.

É também uma Universidade que quer formar profissionais competentes e preparados para o futuro, mas igualmente cidadãos conscientes, participativos e abertos ao mundo.

Esse futuro começa também convosco. Sejam muito bem-vindos à UPCoimbra. Vamos fazer acontecer, juntos!

Cândida Malça

Reitora da Universidade Politécnica de Coimbra

Mensagem da Provedora do Estudante



Caros Estudantes,

Sejam bem-vindos à Universidade Politécnica de Coimbra, uma Instituição de Ensino Superior com mais de 45 anos de história. Parabéns!

A vossa opção por estudar na UPCoimbra vem consolidar o caminho de sucesso que têm 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. Queremos assegurar o vosso bem-estar e dispomos de vários programas que nos e vos ajudam a construir juntos esse objetivo.

A Provedoria do Estudante da UPCoimbra 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, sempre com um objetivo de melhoria contínua. A Provedoria zela por diversos aspetos da vida académica e da ação social, tendo sempre em vista o bem-estar, a inclusão e o sucesso académico dos estudantes. Para tal, e sempre que possível, tem 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 na UPCoimbra os meios para a concretização dos vossos objetivos e projetos, 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. Para tal, podem contar com toda a equipa de profissionais, docentes e não-docentes, para vos apoiar neste caminho.

A todos, os nossos votos de felicidades, a nível pessoal e académico.

Joana Fernandes

Provedora do Estudante da Universidade Politécnica de Coimbra

A Universidade Politécnica de Coimbra



A Universidade Politécnica 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 Comunicação, Ciências Empresariais, Ciências Agrárias, Florestais e do Ambiente, Ciências da Saúde, Educação, Engenharias, Turismo e Desporto. Com um universo de cerca de **11.000 estudantes**, a Universidade Politécnica de Coimbra ministra atualmente através das suas escolas **19 Cursos Técnicos Superiores Profissionais, 61 Licenciaturas, 91 Pós-graduações, 45 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 desta universidade 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 da Universidade Politécnica de Coimbra:
o Conselho Geral; o Reitor; o Conselho de Gestão;
o Senado e o Provedor do Estudante.

A equipa reitoral da Universidade Politécnica de Coimbra é a seguinte:

Reitora

Cândida Malça

Vice-Reitores

Ana Veloso

Cristina Galhano

Rui Amaro

Sofia Silva

Administrador

Jorge Moreira

Administrador dos Serviços de Ação Social | SASUPCoimbra

António Carvalho

Diretora do Centro Cultural Penedo da Saudade

Fernanda Antunes

Pró-Reitores

Hélder Santos

Georgina Morais

Marta Lopes

Pedro Costa

Ricardo Moura

Sónia Costa

Diretora do INOPOL Academia de Empreendedorismo

Diana Lima

Diretora do Instituto de Investigação Aplicada | i2A

Carla Henriques

O Reitor da UPCoimbra 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 Reitor dirige e representa a UPCoimbra 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 da UPCoimbra é composto por 35 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 do pessoal técnico, especialista e de gestão.

O Conselho Geral é o órgão superior de decisão estratégica e de supervisão da UPCoimbra. Compete ao Conselho Geral organizar o procedimento de eleição e eleger o Reitor da UPCoimbra, apreciar os atos do Reitor 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 Reitor; 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 da UPCoimbra, entre outras funções.

Conselho de Gestão

O Conselho de Gestão é composto por cinco membros:

- O Reitor da UPCoimbra, que preside;
- Um Vice-Reitor, designado pelo Reitor da UPCoimbra;
- O Administrador;
- Dois Presidentes das Unidades Orgânicas da UPCoimbra, designados pelo Reitor, 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 Reitor da UPCoimbra, 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 do pessoal técnico, especialista e de gestão (por eleição).

O Senado é um órgão consultivo do Reitor da UPCoimbra e do Conselho Geral que aprova o seu regimento, devendo ser ouvido obrigatoriamente em relação a vários assuntos: proposta de plano estratégico da UPCoimbra; linhas gerais de orientação da UPCoimbra, 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 da universidade, 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 Reitor da UPCoimbra, por sua iniciativa ou a pedido das escolas.

Relações Internacionais

Estudar na Universidade Politécnica 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 para 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, Licenciatura e Mestrado 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 da UPCoimbra.

O montante da bolsa é definido pelo Instituto para o Ensino Superior (IES) 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 a Universidade Politécnica de Coimbra detém um elevado número de parcerias com instituições de ensino superior e organizações europeias.

Se fores bolseiro da IES, 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, a UPCoimbra 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 na Universidade Politécnica 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: grici@estesc.ipc.pt

ISCAC: gri@iscac.pt

ISEC: ri@isec.pt



UNlgreen – The Green University



A Universidade Politécnica de Coimbra integra a [UNlgreen](#), 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
- [Universidade](#) Politécnica 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 UNlgreen - 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 UNLgreen 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 desenvolvem 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 UNLgreen 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 UNLgreen tem como objetivos:

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



Oportunidades para os estudantes

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

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

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

A Universidade Politécnica de Coimbra tem um espaço dedicado à cultura e às artes: o Centro Cultural Penedo da Saudade.

Fica na zona do Penedo da Saudade, na Avenida Doutor Marnoco e Sousa, em Coimbra, e apresenta uma programação cultural diversificada ao longo de todo o ano, com exposições, concertos, palestras e outros eventos.

O Centro Cultural também acolhe e promove projetos culturais e artísticos de estudantes, dando-lhes espaço para apresentar e desenvolver as suas ideias e projetos.

Consulta a programação atualizada no Facebook e Instagram do Centro Cultural Penedo da Saudade e no *website* da Universidade Politécnica de Coimbra.

Atividades artísticas para os estudantes

O Centro Cultural Penedo da Saudade estabelece parcerias com diversas entidades de Coimbra e Oliveira do Hospital, proporcionando aos estudantes da Universidade Politécnica de Coimbra oportunidades para desenvolver e praticar atividades artísticas.

As atividades abrangem áreas como música, dança, teatro e artes plásticas.

Os estudantes que pratiquem atividades artísticas podem solicitar o Estatuto do Estudante Praticante de Atividades Artísticas.

Este estatuto pode também abranger estudantes que desenvolvam atividades artísticas nas suas localidades de origem, através de protocolos entre o Centro Cultural Penedo da Saudade e as associações ou entidades onde realizam essa prática.



Desporto

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

A Universidade Politécnica 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, de 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 viver de forma saudável, física e mentalmente, 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, gestão de tempo e disciplina, 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 da Universidade Politécnica de Coimbra

Gostas de ginásio?

Tens ao teu dispor um ginásio localizado na Complexo Desportivo da Universidade Politécnica 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)?

A Universidade Politécnica 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 e conhecendo o 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).





UPCoimbra CUP, a grande competição interna da Universidade Politécnica de Coimbra

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

Estatuto Estudante-A 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 da Universidade Politécnica de Coimbra. Para saber mais sobre este assunto, entra em contacto com o Gabinete de Desporto através de desporto@ipc.pt.

+Sustentável



Ao iniciar o teu percurso académico, passas a integrar uma universidade que encara a sustentabilidade como uma responsabilidade de gestão, de inovação e de serviço à sociedade. Na **Universidade Politécnica de Coimbra (UPCoimbra)**, este compromisso traduz-se em ações concretas para reduzir o impacto ambiental dos campi, melhorar a qualidade dos espaços de ensino e investigação e promover uma utilização mais eficiente dos recursos.

Eficiência energética e descarbonização das infraestruturas

Uma das principais prioridades é a **eficiência energética e a descarbonização** das infraestruturas. Através dos investimentos apoiados pelo Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), decorreram projetos de reabilitação e modernização de edifícios académicos e residências, com o objetivo de melhorar a eficiência energética e hídrica, aumentar o conforto e diminuir a pegada carbónica. Esta aposta permite não só reduzir custos e consumos, mas também criar ambientes de aprendizagem mais confortáveis, saudáveis e preparados para as mudanças climáticas. Os campi tornam-se, assim, espaços demonstradores de inovação, onde as soluções aplicadas servem de exemplo para a organizações, empresas e comunidade.



A gestão sustentável dos recursos é um eixo fundamental da atuação da UPCoimbra. Através da otimização dos consumos de energia e água, da digitalização de processos, da prevenção da produção de resíduos e da adoção de práticas de economia circular, a UPCoimbra procura reduzir o seu impacto ambiental e aumentar a sustentabilidade das suas operações. Este esforço envolve toda a comunidade académica, promovendo uma cultura de responsabilidade e participação ativa. Neste contexto, iniciativas como o programa Eco-Escolas/Eco-Campus contribuem para consolidar boas práticas de gestão ambiental, mobilidade sustentável e valorização dos recursos naturais. A promoção da sustentabilidade está presente no ensino, na investigação e na ligação à sociedade. Estudantes, docentes

e investigadores participam em projetos que abordam desafios relacionados com a energia, o ambiente, a saúde, a agricultura sustentável, a mobilidade e a inovação tecnológica, contribuindo para o desenvolvimento de soluções com impacto real no território. A participação na aliança europeia **UNIGreen**, dedicada ao desenvolvimento sustentável, reforça esta dimensão colaborativa e internacional. Na UPCoimbra acreditamos que a sustentabilidade se constrói através de ações concretas, investimento consistente e envolvimento coletivo. Convidamos-te a fazer parte desta transformação e a contribuir para uma UPCoimbra mais sustentável, mais inovadora e mais preparada para o futuro.

INOPOL



O INOPOL Academia de Empreendedorismo é a unidade orgânica da UPCoimbra 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 UPCoimbra ou com forte ligação à instituição), a capacitação e *networking*, a gestão da propriedade intelectual da UPCoimbra 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, disponibili-

zando um conjunto de serviços de logística, 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. Desde 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 Ecossistema 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://ino-pol.ipc.pt/valorizacao-do-conhecimento/inovc/>)



Job Summit & Science2Business – O Job Summit é uma iniciativa que visa aproximar os estudantes e diplomados do mercado de trabalho, proporcionando um espaço privilegiado de contacto direto com empresas e recrutadores de diversos setores de atividade, alargar a sua rede de contactos, estabelecer relações de *networking* com profissionais de reconhecida experiência e adquirir ferramentas e competências que reforçam a sua empregabilidade e facilitam a integração no mundo laboral. Por sua vez, o *Science2Business* afirma-se como um espaço de referência para a valorização e transferência de conhecimento, promovendo a ligação entre a academia, a investigação e o tecido empresarial, onde integra uma mostra de I&D+I, dedicada à divulgação de projetos desenvolvidos na instituição, bem como à promoção das suas dimensões científica, cultural, desportiva, empreendedora e internacional. Paralelamente, dinamiza sessões de reflexão estratégica e partilha de conhecimento através de *think tanks*, que reúnem empresas, organizações e outros *stakeholders*, fomentando a criação de sinergias, parcerias e soluções inovadoras com impacto no desenvolvimento económico e social.

Programa Trilhos – Programa que procura estimular o desenvolvimento de competências transversais (*soft skills*) e empregabilidade nos estudantes e diplomados da UPCoimbra, 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 da Universidade Politécnica de Coimbra (UPCoimbra) 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 da UPCoimbra 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, a UPCoimbra 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, Mestrados e Doutoramentos 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 da UPCoimbra, que permitem financiar o trabalho científico dos estudantes sob a orientação de investigadores experientes;
- integração informal em projetos de investigação, sempre que expressem 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 da UPCoimbra 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.





Podes participar nas atividades Trilhos,
desde o primeiro dia.

Vem ativar o teu futuro!

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 a capacidade de trabalhar em 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.

Participação dos Estudantes no Sistema de Gestão da Qualidade da Universidade Politécnica de Coimbra

A Universidade Politécnica de Coimbra (UPCoimbra) 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 e na respetiva melhoria contínua. Para isso, disponibiliza mecanismos de recolha de opiniões sobre as necessidades e expetativas, em especial, dos seus estudantes, procurando aumentar a sua satisfação.



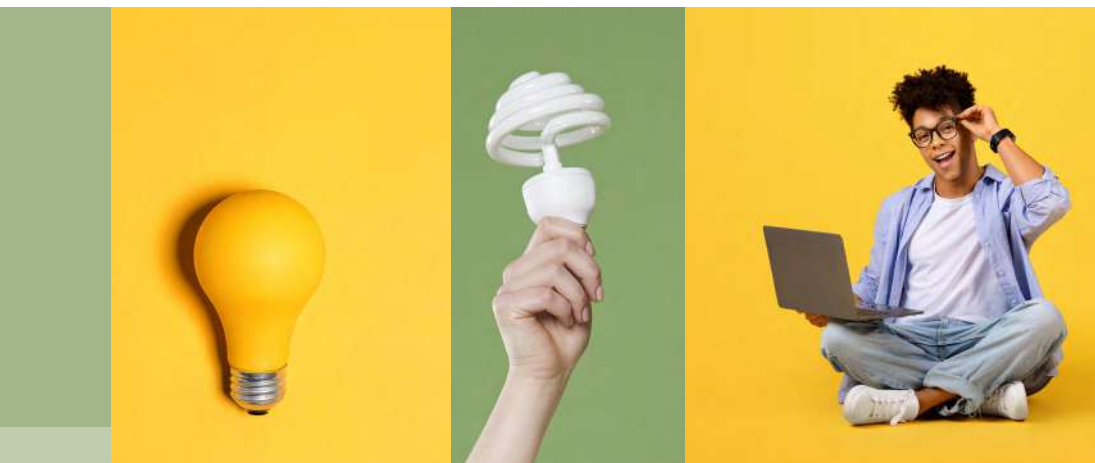
Constrói o teu Futuro Connosco

Entrar no ensino superior significa assumir o controlo do teu percurso. Na UPCoimbra, a excelência é um processo contínuo que construímos juntos. O nosso Sistema de Gestão da Qualidade (SGQ) garante que recebes a melhor formação, os melhores recursos e a experiência académica mais enriquecedora possível.



Como Estudante, a tua participação no SGQ é fundamental e pode ser feita em vários domínios, por exemplo:

- Integração em órgãos de gestão da instituição;
- Trabalho em equipas dedicadas ao sistema de qualidade;
- Participação em avaliações e auditorias.;
- Resposta a inquéritos e processos de auscultação de opinião.



Faz a Diferença

Participar ativamente no Sistema da Qualidade da UPCoimbra é um ato de compromisso e de integração na construção de um percurso académico rumo à excelência que o mercado de trabalho exige.

Poderás consultar toda a informação detalhada sobre o SGQ na secção dedicada do nosso *website*.

A qualidade da UPCoimbra começa na tua atitude. Envolve-te e junta-te a nós rumo à qualidade total.



@upcoimbra

Serviços de Ação Social



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

Site
www.sas.lpc.pt

Telefone
(00351) 239 802 350



Mensagem do Administrador dos SASUPCoimbra

Caros estudantes,

É com enorme satisfação que vos dou as boas-vindas à Universidade Politécnica de Coimbra. O vosso ingresso no ensino superior marca o início de uma etapa exigente, mas também profundamente enriquecedora, durante a qual terão a oportunidade de crescer academicamente e de desenvolver competências pessoais, sociais e de cidadania.

Os Serviços de Ação Social da Universidade Politécnica de Coimbra (SASUPCoimbra) existem para vos acompanhar nesta caminhada e contribuir para que todos, independentemente da sua situação pessoal ou socioeconómica, disponham de condições que promovam a integração, o bem-estar e o sucesso académico. Para isso, disponibilizamos bolsas de estudo e serviços nas áreas da alimentação, alojamento, saúde e bem-estar, cultura e desporto.

Este compromisso concretiza-se também no grande esforço que temos vindo a desenvolver para qualificar e ampliar o alojamento estudantil, e cujos resultados começam já a ser visíveis. Em Coimbra, concluímos a requalificação das residências R1, R2 e R3, disponibilizando 359 camas renovadas, com melhores condições de conforto, acessibilidade e eficiência energética. Paralelamente, encontra-se



em construção uma nova residência no campus de Bencanta, em Coimbra, com 400 camas, enquanto a nova residência de Oliveira do Hospital, com 98 camas, entrará em funcionamento já em setembro. O conjunto destas intervenções permitirá reforçar significativamente a capacidade de resposta aos estudantes deslocados.

Os estudantes estão no centro das nossas preocupações. Queremos que se sintam acolhidos, apoiados e confiantes para enfrentar os desafios desta nova fase. Continuaremos a trabalhar para criar condições cada vez melhores, promover a igualdade de oportunidades e valorizar a experiência académica de cada um.

Em nome de toda a equipa dos SASUP-Coimbra, desejo-vos um percurso académico pleno de conquistas, aprendizagens e boas experiências. Estamos convosco para que façam do vosso tempo, na Universidade Politécnica de Coimbra, uma etapa inesquecível e transformadora das vossas vidas.

Sejam bem-vindos!

António Carvalho

Administrador dos SASUPCoimbra

Gabinete de Apoio ao Estudante (GAE)

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

Os SASUPCoimbra dispõem em cada escola 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 da Universidade Politécnica 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 inter pares (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 da UPCoimbra podem candidatar-se a bolsas de estudo atribuídas pela IES através dos Serviços de Ação Social da UPCoimbra. 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 IES, 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 IES, 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 SASUPCoimbra, no âmbito da qual se pretende complementar os diversos formatos de apoio social direto e indireto, atribuindo apoios pecuniários a estudantes matriculados e inscritos na Universidade Politécnica de Coimbra com reconhecida necessidade.

Os apoios do A2ES podem assumir:

1. o pagamento das prestações da propina;
2. o pagamento das mensalidades de alojamento;
3. a concessão de refeições;
4. o apoio de transporte público;
5. a comparticipação de despesas inadiáveis de saúde;
6. outros apoios que a Comissão entenda conceder em situação de emergência.

O apoio é requerido através de formulário próprio na página eletrónica dos SASUPCoimbra. Consulta o [Regulamento do A2ES](#) na página eletrónica dos SASUPCoimbra.



Bolsa de Atividades de Apoio Social (BAAS)



A Bolsa de Atividades de Apoio Social (BAAS) consiste num Programa para estudantes da UPCoimbra, possibilitando-te, através do desenvolvimento de atividades a tempo parcial nos Serviços e nas Unidades Orgânicas (Escolas e Institutos) da UPCoimbra, 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 SASUPCoimbra;
- c. pagamento no alojamento nas residências dos SASUPCoimbra;
- 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 SASUPCoimbra](#).

Para fazer o registo como estudante interessado nas atividades deves:

- 1 – Registar-te na plataforma SASocial – Universidade Politécnica de Coimbra ([Aqui](#))
- 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 SASUPCoimbra.

Programa de Apoio Social Informático (PASI)

O Programa de Apoio Social Informático (PASI) é um programa de apoio aos estudantes da UPCoimbra 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 SASUPCoimbra.



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 da Universidade Politécnica de Coimbra (SASUPCoimbra) destinada a promover o acesso dos estudantes da UPCoimbra a atividades e programas culturais de distinta natureza.

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



Serviços de Alojamento / Residências

Os SASUPCoimbra 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);
- Oliveira do Hospital (Rua Professor Antunes Varela 3, Oliveira do Hospital).

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 da Universidade Politécnica de Coimbra. Incluem quartos duplos com casa de banho, quartos adaptados a pessoas com deficiência motora, copas para refeições ligeiras, lavandarias, salas de estudo e salas de convívio.

Poderás ter acesso ao alojamento desde **144,90€/mês para a residência de Oliveira do Hospital e 161,00€ para as residências de Coimbra.**

Existem várias fases de candidatura para os novos estudantes da UPCoimbra efetuadas através da [página dos SASUPCoimbra](#), que são definidas anualmente.



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 da Universidade Politécnica de Coimbra, as quais proporcionam uma alimentação de qualidade a um preço social.

Nas cantinas são servidas **refeições sociais a preço reduzido** 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 é adquirida *online*, através da pré-compra e reserva da ementa na plataforma sasocial.ipc.pt, exceto na cantina da ESTeSC, realizada através da plataforma SASUC Go!

Horários (que poderão sofrer alteração)

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

ESTGOH: Cafeteria/snack das 9h às 18h / Cantina do 12h às 14h (Almoço);

ESTeSC: das 12h às 15h00 (Almoço);

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

Cantina na ESAC/ISCAC

Bencanta

Cantina/Cafeteria na ESEC

R. Dom João III, 3030-329 Coimbra

Cantina/Cafeteria na ESTeSC/ESEnC (polo B)*

Rua 5 de Outubro, 3046-854 Coimbra

Cantina/Cafeteria I e II no ISEC

R. Pedro Nunes, 3030-199 Coimbra

Cantina/Cafeteria na ESTGOH

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

Cafeteria no ISCAC

Quinta Agrícola – Bencanta
3045-231 Coimbra

*serviço explorado pelos Serviços de
Ação Social da Universidade de Coimbra



Serviços de Saúde e Bem-Estar



A Unidade de Saúde e Bem-Estar dos SASUPCoimbra proporciona a todos os estudantes da Universidade Politécnica de Coimbra o acesso aos seguintes apoios:

Gabinete de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico

Apoio psicológico ou psicopedagógico (consultas individuais na Clínica UPCoimbra e no GAE);

Acolhimento e acompanhamento aos estudantes com necessidades educativas específicas (PARENEE);

Ações de promoção da saúde psicológica e bem-estar.

Programa de Mentoria Interpares do UPCoimbra:

- 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>



Clínica UPCoimbra

Consultas nas seguintes áreas:

1. Fisioterapia
2. Medicina dentária
3. Medicina geral e familiar
4. Nutrição
5. Psicologia clínica
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

Centro de Apoio ao estudante e bem-estar dos Serviços de Ação Social da Universidade Politécnica de Coimbra – Campus da Escola Superior Agrária da UPCoimbra, Av. Mário Silva, São Martinho do Bispo, 3045-601 Coimbra.

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/>





Escola Superior de Tecnologia da Saúde



Rua 5 de Outubro, São Martinho do Bispo
3046-854, Coimbra - Portugal

Site
www.estesc.pt

Telefone
(00351) 239 802 430



Mensagem do Presidente da ESTeSC



Caros estudantes da Escola Superior de Tecnologia da Saúde da Universidade Politécnica de Coimbra.

Há momentos que marcam um dia e há momentos que mudam uma vida: hoje é um desses momentos.

Em nome de toda a comunidade académica, dou-vos as boas-vindas e agradeço a confiança que depositaram na ESTeSC-UPCoimbra. Ao escolherem esta Escola, passam a integrar uma instituição que, há mais de 45 anos, faz da excelência, da inovação, da proximidade e do compromisso com a saúde a sua razão de existir.

Para além de salas de aula encontrarão, nesta vossa nova casa, laboratórios especializados, equipamentos de última geração e simuladores tecnologicamente avançados que aproximam a aprendizagem da realidade profissional, permitindo desenvolver competências num ambiente seguro, inovador e exigente. Mas, acima de tudo, encontrarão uma comunidade que acredita nas pessoas e que desafia cada estudante a descobrir o melhor de si.

Os próximos quatro anos serão feitos de conhecimento, dedicação, amizade, desafios e superação. Crescerão científica, técnica e humanamente, desenvolvendo o conhecimento, as competências e os valores que vos

permitirão responder, com rigor, inovação e sentido de responsabilidade, aos desafios de um mundo em permanente transformação.

A história da ESTeSC-UPCoimbra constrói-se através das pessoas que por aqui passaram. Milhares de antigos estudantes levam hoje o nome da nossa Escola para instituições de referência, em Portugal e no estrangeiro. Esse é o nosso maior património e a melhor demonstração de que uma grande Escola se mede pelo impacto daqueles que forma.

Este ano acolhemos também a primeira turma da Licenciatura em Terapia Ocupacional. Aos seus estudantes deixo uma saudação muito especial: serão para sempre os Pioneiros, a primeira geração de um novo capítulo da nossa história.

Vivam intensamente, participem na vida académica, questionem, inovem e aproveitem todas as oportunidades. Queremos que, um dia, olhem para trás e reconheçam que foi aqui que começaram a construir o vosso futuro.

A partir de hoje, a história da ESTeSC passa também a ser escrita por vocês. Bem-vindos à família #madeinestesc.

Graciano Paulo

Presidente da ESTeSC



Mensagem do Presidente da AE-ESTeSC



Chegou o momento de iniciares uma das etapas mais marcantes da tua vida. Bem-vindo(a) ao Ensino Superior e à tua nova casa: a Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra.

Antes de mais, quero dar-te os parabéns por esta conquista. A entrada no ensino superior representa o início de um percurso repleto de desafios, aprendizagens e oportunidades que contribuirão para o teu crescimento, não só enquanto estudante, mas também enquanto pessoa e futuro profissional de saúde.

Ao longo dos próximos anos, vais descobrir que a vida académica vai muito além das salas de aula. Será feita de amizades, momentos de partilha, desafios superados e experiências que te acompanharão muito para além da tua formação. Aproveita cada oportunidade para aprender, participar e crescer, porque serão essas vivências que tornarão esta etapa verdadeiramente inesquecível.

Cada estudante vive esta experiência de forma diferente, mas há algo que todos acabam por descobrir: a ESTeSC torna-se muito mais do que um local de estudo. É uma comunidade onde se criam amizades, se partilham conquistas e se vivem momentos que ficam para a vida. Aproveita cada oportunidade para participar na vida académica, envolver-te nas atividades da escola e contribuir com as tuas ideias.

Em nome da nossa Associação de Estudantes, posso garantir que podes sempre contar connosco. O nosso compromisso é representar e apoiar todos os estudantes, promovendo uma comunidade unida, dinâmica e participativa. Estaremos ao teu lado para defender os teus interesses, ouvir as tuas ideias e contribuir para que te sintas integrado(a) desde o primeiro dia.

Desejo-te o maior sucesso nesta nova caminhada. Que a ESTeSC seja um lugar onde encontres conhecimento, amizade, espírito académico e oportunidades para concretizares os teus objetivos. Vive esta experiência ao máximo e nunca deixes de acreditar nas tuas capacidades.

Mais uma vez, bem-vindo(a) à ESTeSC, a melhor escola de Coimbra, do país e do universo. E agora, também a tua casa.

A tua AE-ESTeSC,
Por Ti, Para Ti!

Mariana Melo

Presidente da AE-ESTeSC



Escola Superior de Tecnologia da Saúde

A Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra (ESTeSC-UPCoimbra) é uma instituição de ensino superior de referência, nacional e internacional, na formação de profissionais de saúde, destacando-se pela excelência do seu corpo docente e pelo forte compromisso com a inovação, a investigação científica e a ligação à comunidade. Desde o início da sua atividade, em 1980, a ESTeSC-UPCoimbra tem vindo a afirmar-se como uma escola de excelência na formação de profissionais altamente qualificados para responder aos desafios de um setor da saúde em constante evolução. Promove uma formação diversificada: cursos de licenciatura, pós-graduação, mestrado e microcredenciação nas mais diversas áreas da saúde, incluindo Audiologia, Ciências Biomédicas Laboratoriais, Dietética e Nutrição, Farmácia, Fisiologia Clínica, Fisioterapia, Imagem Médica e Radioterapia, Saúde Ambiental e Terapia Ocupacional. A sua oferta formativa alia uma consistente preparação científica e técnica a uma forte componente prática, em contexto real de trabalho, preparando os estudantes para os desafios do mercado profissional. Dotada de infraestruturas modernas, equipamentos tecnologicamente avançados e laboratórios especializados, a ESTeSC-UPCoimbra proporciona um ambiente de aprendizagem inovador, potenciando o desenvolvimento de competências, atividades práticas e projetos de investigação. Paralelamente, a ESTeSC-UPCoimbra mantém estreita articulação com hospitais, unidades de saúde, empresas e instituições nacionais e internacionais, permite aos seus estudantes beneficiar de estágios curriculares, e de experiências profissionais, diversificadas. A Presidência da ESTeSC-UPCoimbra está fortemente comprometida na melhoria das condições de aprendizagem, no bem-estar dos seus estudantes e na valorização dos seus profissionais. Na ESTeSC-UPCoimbra, formamos profissionais competentes para o mundo, cidadãos responsáveis e agentes de transformação na sociedade. Esta é a verdadeira marca #madeinestesc.

Órgãos de Gestão

Presidente

Graciano Paulo

Vice-Presidentes

Telmo Pereira

Nádia Osório

Secretário

Liliana Vicente

spresidencia@estesc.ipc.pt

Conselho Escola

Presidente

Joana Santos

ce@estesc.ipc.pt

Conselho Pedagógico

Presidente

Margarida Liz

cpedagogico@estesc.ipc.pt

Conselho Técnico-Científico

Presidente

Fernando Mendes

ctcientifico@estesc.ipc.pt



Contactos úteis

Horário da Escola

Segunda a sexta-feira – 8:00 às 22:00

Sábado – 9:00 às 18:00

email: geral@estesc.ipc.pt

Serviços Académicos

Horário de atendimento

Segunda a sexta-feira das 11:00 às 12:30
e das 15:00 às 16:30

e-mail: academicos@estesc.ipc.pt

Gabinete de Relações Internacionais

email: grici@estesc.ipc.pt

Gabinete de Inserção Profissional e Alumni

email: gipe@estesc.ipc.pt

Serviços Técnicos de Informática e Audiovisuais

email: giahelp@estesc.ipc.pt

Biblioteca

Período Letivo, Preparação e Épocas
de Exames

Segunda a sexta-feira das 9:00 às 20:00

Período de Férias Letivas

Segunda a sexta-feira das 9:00 às 17:00

email: biblioteca@estesc.ipc.pt



Associação de Estudantes - ESTeSC



A atual equipa da AE-ESTeSC é composta por 34 elementos, representando todos os cursos ministrados na Escola, pois acreditamos que com a diversidade fazemos a diferença na melhor escola de saúde do país, do mundo e do universo.

É composta por três órgãos sociais:

- Direção
- Mesa da Assembleia Geral
- Conselho Fiscal

Fazem parte da Direção Geral cinco comissões que realizam atividades e tarefas direcionadas ao seu âmbito:

- Comissão Cultural e Recreativa
- Comissão de Apoio Social e Apoio ao Estudante
- Comissão de Comunicação e Imagem
- Comissão de Desporto
- Comissão de Logística e Gestão Interna

Contactos: www.aeestesc.net ou aeestesc@gmail.com



A AE-ESTeSC integra também alguns Núcleos que têm a liberdade de realizar o seu próprio plano de atividades e dos quais podes fazer parte.

Núcleo de Ambiente e Qualidade (NAQ)

O Núcleo de Ambiente e Qualidade (NAQ) tem como principal objetivo interagir dentro da comunidade escolar tanto a nível informativo, como divulgativo de todos os assuntos e iniciativas relacionados com o meio ambiente. Desta forma, queremos contribuir para que sejam adotadas medidas e iniciativas no âmbito do ambiente e qualidade, de modo a não só tornarmos as nossas ações mais verdes e adaptadas à nova realidade ambiental, como também a fomentar uma melhor qualidade de vida da nossa comunidade escolar e de todas as pessoas que na ESTeSC desenvolvem as suas funções. Somos um núcleo que acredita que, para além de informar, temos também o dever de agir. Cabe a cada um de nós deixar o Mundo um pouco melhor! O NAQ trabalha por uma ESTeSC mais verde, por isso, se te interessas pela sustentabilidade e proteção ambiental, junta-te ao clube!

Núcleo de Apoio e Integração do Estudante (NAIte)

O NAIte é um núcleo da Associação de Estudantes que pode ser dividido em diversas secções relacionadas com a integração e apoio ao novo estudante. Atualmente, a única secção ativa deste núcleo é o Concilium Praxis.

O Concilium Praxis é constituído por dois elementos representantes de cada curso e um da AE-ESTeSC, perfazendo um total de dezassete elementos. É o órgão máximo da Praxe da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, sendo responsável pela vigência da mesma e zelando pelo cumprimento do Código de Praxe e das Tradições Académicas, de forma a perpetuá-las, transmitindo-as de geração em geração. Os principais objetivos deste órgão são coordenar, supervisionar, defender e zelar pelo bom funcionamento da Praxe e de todas as atividades que desta advenham.

Para além disto, o Concilium Praxis pretende envolver os Caloiros no seio da ESTeSC e incutir nestes o espírito de entreaajuda, companheirismo e solidariedade. Fica, assim, da responsabilidade do Concilium Praxis e de todos os Doutores da ESTeSC acolher e integrar dignamente os estudantes recém-chegados, leia-se Caloiros, naquela que é a Cidade dos Estudantes, ensinando-lhes o verdadeiro significado da palavra “Saúde”.





Núcleo de Desporto (ND)

O Núcleo de Desporto está ligado à promoção do desporto e da atividade física. Quando entramos no Ensino Superior, muitas vezes deixamos o nosso local de residência habitual e, com isto, deixamos também o desporto que praticávamos e ao qual tanto tempo dedicávamos. Sabemos que a atividade física e o desporto estão inteiramente ligados à saúde e, enquanto Núcleo de Desporto de uma escola de saúde, cabe-nos fazer a ligação entre ti e o desporto, seja a nível individual, seja a nível coletivo, ou mesmo realizando torneios de vários desportos para que todos possam participar, divertir-se e, principalmente, exercitar-se. Se tens paixão pelo desporto e queres ajudar-nos a pôr a tua escola a mexer, a tua AE conta contigo para participares no Núcleo de Desporto. Deixa de jogar na defensiva e ataca as inscrições!

Núcleo de Informação e Divulgação (NID)

O NID é um núcleo que visa a informação e a participação dos alunos na vida escolar e não só. Temos como principal objetivo partilhar opiniões, trabalhos, notícias, eventos, entrevistar os nossos colegas, docentes e não docentes acerca de diversas temáticas e também cultivar o gosto pela leitura do seio da nossa escola. Gostamos de manter a comunidade escolar unida e ativa, mas, sobretudo, informada acerca dos mais variados assuntos. Para isso, a equipa do NID promete, ao longo do ano letivo, organizar diversas atividades culturais e manter-te a par de eventos proporcionados pela Associação de Estudantes, pela ESTES, pelo Município, entre outros.

Para fazeres parte deste núcleo, basta aguardares pela abertura do período de inscrições (que será divulgado nas nossas redes sociais) e submeteres a tua inscrição.

L'ESTES as notícias? Viste o último "À Conversa Com..." ? Somos o Núcleo do jornalismo, das notícias, da divulgação de conteúdos, das tertúlias e muito mais. Junta-te a nós e vem fazer parte da equipa que, para além do gosto pela área da saúde, tem uma veia artística para a Informação e Divulgação. Participa e inscreve-te - We NID you!

Desejamos a todos os estudantes um bom ano letivo, especialmente aos nossos novos caloiros.



Núcleo de Voluntariado (NV)



O Núcleo de Voluntariado pretende acolher-te neste caminho solidário que juntos percorremos. Sabemos que, por vezes, a vontade de ajudar e praticar voluntariado esbarra na dificuldade de saber como fazê-lo. Deste modo, o Núcleo de Voluntariado dá-te a conhecer e aproxima-te das mais diversas associações nos quais podes dedicar o teu tempo livre a quem mais precisa.

Além disso, o Núcleo de Voluntariado dinamiza atividades de carácter solidário pontual, que incluem idas ao canil, a lar de idosos, doações de sangue e, entre outros. Ao envolveres-te com este Núcleo, podes adquirir competências e vivências que vão contribuir para te enriquecer tanto a nível curricular, como a nível mental e emocional. Contamos contigo para ser a mão amiga dos que mais precisam! Junta-te ao Núcleo de Voluntariado e faz a diferença na vida de alguém!

Tu Na D'ESTES



A Tu Na D'ESTES, Tuna Académica da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, fez a sua estreia oficial no dia 8 de abril de 2002, durante a cerimónia de Entrega dos Diplomas da ESTeS Coimbra.

Até então, na mesma instituição, tinham sido realizadas algumas tentativas de criação de uma tuna. À terceira tentativa, no ano de 2002, um grupo de doutores e caloiros uniu-se, dando origem à Tu Na D'ESTES, que uma fase inicial, era constituída por um reduzido número de elementos e os instrumentos.

Ao longo dos anos, a Tu Na D'ESTES foi crescendo em todos os aspetos, quer no número de elementos, quer no número de atuações, que passaram a abranger festas académicas, festas populares, jornadas e festivais, bem como através do enriquecimento do seu repertório musical. Foi desta forma que conquistou um lugar de destaque no seio da sua escola e da cidade de Coimbra, levando igualmente o seu nome a diversos locais de norte a sul do país.

De ano para ano, a tuna continua a crescer, demonstrando cada vez mais força, persistência e vontade de cantar e de mostrar aquilo de que é capaz, procurando sempre superar-se. Foi neste espírito que, em 2006, se realizou a primeira edição do FAST'À NOITE, o Festival de Tunas Mistas da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, que conta atualmente com 18 edições.

Mais recentemente, em 2024, a Tu Na D'ESTES teve o orgulho de representar a cultura tunante no programa “Estrelas ao Sábado”, da RTP1, tendo alcançado a final da competição.

É desta forma que a Tu Na D'ESTES, com o seu espírito irreverente, tem vindo a encantar e a alegrar públicos dos mais diversos locais de Portugal, mantendo viva a tradição académica e honrando, em cada atuação, a Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra.

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. 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

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.

Consulta os percursos e horários, <https://www.flixbus.pt/>

Metro

O Metro Mondego é uma opção prática para te deslocares por Coimbra e arredores, permitindo ligar diferentes zonas da cidade e fazer a ligação entre Coimbra, Miranda do Corvo e Lousã.

Na zona urbana de Coimbra, podes utilizá-lo para chegar a vários pontos da cidade, sendo uma alternativa útil para quem se desloca diariamente para estudar, trabalhar ou simplesmente conhecer a cidade. Antes de viajar, consulta os horários, percursos e tarifas e verifica ainda qual a paragem mais próxima do teu destino aqui: <https://www.metromondego.pt/pt>

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.

Consulte o site: <https://www.smtuc.pt/>



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 que 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.



Sé Velha



Porta Férrea



Sé Nova



Jardim da Quinta das Lágrimas





Centro Cultural Penedo da Saudade



Convento São Francisco



Teatro Académico de Gil Vicente



Casa do Cinema de Coimbra

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 da UPCoimbra;

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.



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 da UPCoimbra, 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.



Mata da Agrária de Coimbra



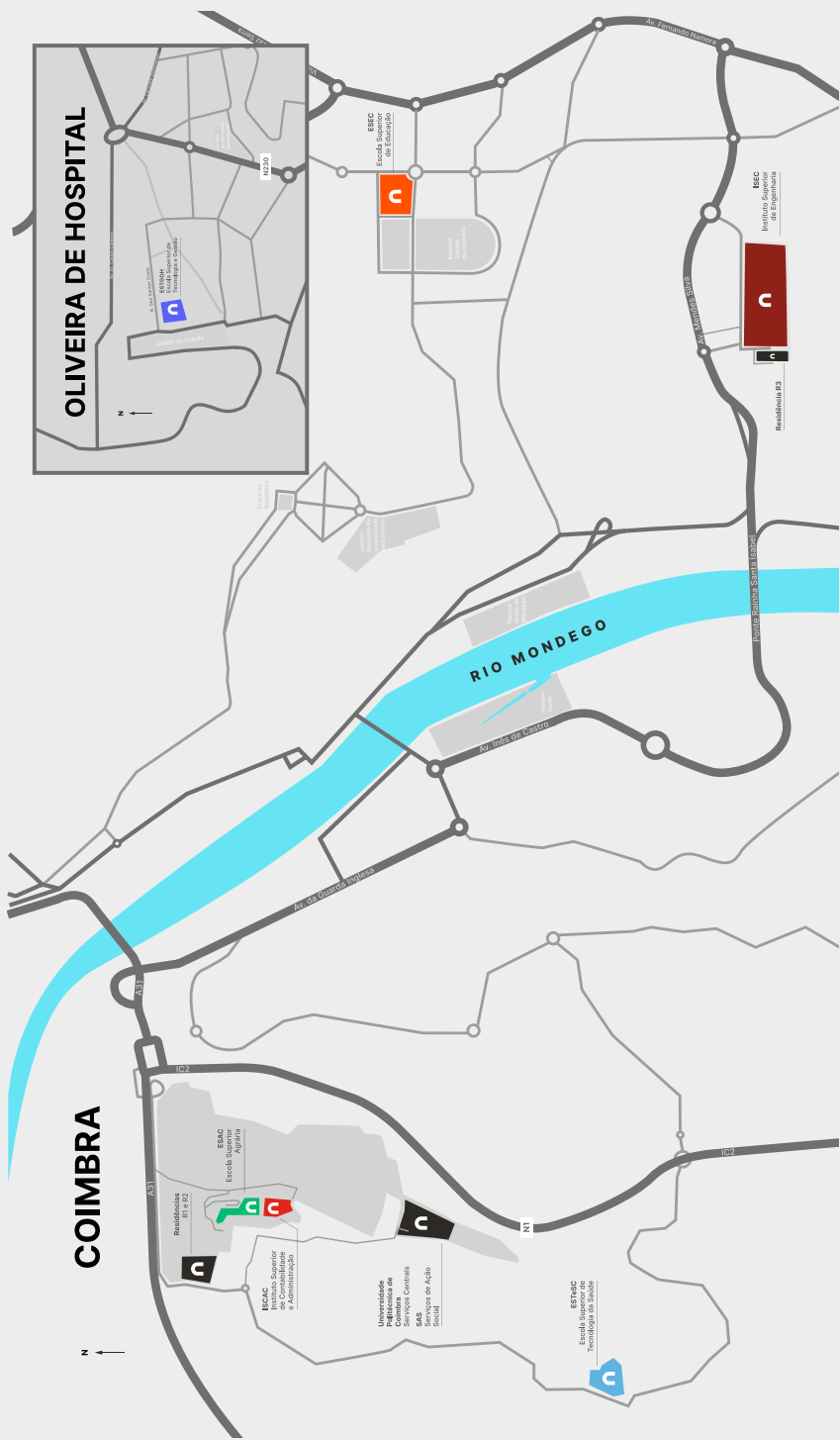
Mata Nacional do Choupal



Loja da Agrária



Parque Verde do Mondego



COIMBRA

OLIVEIRA DE HOSPITAL



N

IC-2

IC-2

IC-2

IC-2

IC-2

IC-2

IC-2

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

Residência

@UPCoimbra
2026-2027

