



MANUAL DE ACOLHIMENTO

2023-24

AO ALUNO



DESDE 1902
INSTITUTO DE HIGIENE E
MEDICINA TROPICAL
UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA



INSTITUTO DE HIGIENE E MEDICINA TROPICAL
UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA
RUA DA JUNQUEIRA, 100
LISBOA 1349-008
GERAL@IHMT.UNL.PT
☎ +351 213 652 600



4 MENSAGEM DE BOAS-VINDAS

5 SOBRE O IHMT

6 COMO CHEGAR

7 ANO LETIVO 2023-2024

11 IDENTIFICAÇÃO E ACESSO DO ALUNO

12 NORMAS E MEDIDAS ESTRUTURAIIS

13 INFORMAÇÕES IMPORTANTES

15 O IHMT E A SUSTENTABILIDADE



16 QUALIDADE DO ENSINO

17 SALAS E EQUIPAMENTOS

19 SERVIÇOS DA NOVA

21 ATIVIDADES LÚDICAS E DESPORTIVAS

23 OFERTA COMPLEMENTAR

24 ESTUDANTES INTERNACIONAIS: CUSTO DE VIDA EM PORTUGAL

25 CONTATOS ÚTEIS



Mensagem de boas-vindas

Caros estudantes,

O ano letivo de 2023-2024, será certamente uma época especial de ensino-aprendizagem de grandes desafios e novas adaptações e exigências para o IHMT-NOVA no que toca à relação instituição/estudante, sobretudo num período pós-endémico de COVID-19.

Dentro destes desafios sublinhamos as variantes do exercício do ensino presencial à distância e híbrido, para o qual se torna relevante a capacidade do Instituto em desenvolver e adaptar programas de resposta pedagógica, e da prática laboratorial, tendo em vista o cumprimento dos objetivos dos programas de ensino-aprendizagem estabelecidos, e de acesso dos estudantes aos conteúdos formativos, de forma rigorosa e eficiente.

Por outro lado, ressaltamos a importância do papel dos estudantes na resposta e respeito

às regras estabelecidas, através de um processo de interação e adaptação contínua.

TODA ESTA DINÂMICA É A BASE DE UM ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL SALUTAR E DE UMA INTERAÇÃO DINÂMICA ENTRE AS PARTES ENVOLVIDAS, NO RESPEITO À VISÃO E À MISSÃO DO INSTITUTO, CONTRIBUINDO PARA A PROSSECUÇÃO DA SUA ANCESTRALIDADE E DA SUSTENTABILIDADE DOS SEUS VALORES, SEMPRE NUMA PERSPETIVA DE INOVAÇÃO E DE OBJETIVO FINAL DE UTILIDADE NA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS À COMUNIDADE.

Em nome do Instituto de Higiene e Medicina Tropical da Universidade NOVA de Lisboa, em nome de todos os seus trabalhadores e em meu nome pessoal, desejo as boas-vindas a todos os alunos envolvidos no período letivo 2023-2024, augurando os maiores sucessos e preservação de boa saúde, sobretudo no domínio psico-emocional.

O Diretor
Filomeno Fortes



Sobre o IHMT



O IHMT INTERVÉM NA RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS DE SAÚDE GLOBAL, EM PARTICULAR JUNTO DOS MAIS POBRES E EXCLUÍDOS, EM TODOS OS CONTINENTES, DE FORMA EQUITATIVA, SUSTENTÁVEL E COM RESPEITO PELA DIVERSIDADE.



Esta missão traduz-se no desenvolvimento de atividades nas áreas do ensino, da investigação e da cooperação internacional, bem como na prestação de serviços, na divulgação do conhecimento científico à sociedade e na preservação do património histórico. Desde a sua criação, em 1902, o IHMT esteve vocacionado para o estudo, ensino e clínica das doenças tropicais. Mais recentemente, evoluiu para uma abordagem integrada, desde o nível molecular aos sistemas globais de saúde, que se encontra traduzida nas atividades do centro de investigação Global Health and Tropical Medicine - GHTM, classificado como excelente pela Fundação para a Ciência e Tecnologia.



O GHTM assenta em duas linhas transversais de investigação: 1. Desafios da saúde de viajantes e migrantes e 2. Doenças emergentes e mudanças ambientais, que congregam quatro grupos de investigação: Doenças e Organismos Patogénicos Transmitidas por Vetores - VBD; Tuberculose, VIH e Doenças e Organismos Patogénicos Oportunistas - THOP; Saúde das Populações, Políticas e Serviços - PPS; Cuidados de Saúde Individual - IHC).

A investigação interliga-se com programas de mestrado e doutoramento e atividades de assessoria técnica a ministérios da saúde. A qualidade da intervenção do IHMT foi reconhecida pela Organização Mundial de Saúde ao atribuir-lhe, em 2011, o estatuto de Centro Colaborador para as Políticas e Planeamento da Força de Trabalho em Saúde.

A página do IHMT conta com informação sobre os Conselhos do IHMT, nomeadamente o Conselho Científico, o Conselho Pedagógico e a Comissão de Ética, a que poderá aceder sempre que necessário.



Como chegar

LOCALIZAÇÃO:
RUA DA JUNQUEIRA 100 | 1349-008 LISBOA

Transportes Públicos

▶ Autocarros:

714 Cais do Sodré – Outurela

727 Roma-Areeiro – Restelo

728 Portela – Restelo

732 Hospital de Santa Maria – Caselas

751 Campolide – Linda-a-Velha

756 Olaias – Junqueira

▶ Comboio:

Linha de Cascais

▶ Elétrico:

15E Cais do Sodré – Algés

Quando clicar nos números dos autocarros visualize o trajeto correspondente. Saia nas paragens abaixo indicadas:

- R. Junqueira (Centro Congressos)
- Hosp. Egas Moniz
- Hosp. Egas Moniz - Av. Índia
- Estação de Belém

Transportes pessoais

▶ Estacionamento Público

Nas imediações da Rua da Junqueira existem dois parques de estacionamento pagos: um subterrâneo em frente ao IHMT e outro em frente ao Centro de Congressos de Lisboa

▶ Estacionamento no IHMT

Pode estacionar no IHMT, de acordo com o [regulamento em vigor](#).

Ano letivo 2023-24

Calendário Escolar

Início: 2 de outubro 2023

1º Semestre: 2 de outubro de 2023 a 29 de fevereiro de 2024

2º Semestre: 1 de março a 30 de setembro de 2024

Data de Termo do Ano Letivo 2023/24: 30 de setembro de 2024

Data de entrega de Dissertação de Mestrado:

- 30 de abril de 2024 (data oficial de entrega de dissertações de 1 semestre)
- 18 de outubro de 2024 (data oficial da entrega de dissertações de 2 semestres)

Data de entrega de Tese de Doutorado: 18 de outubro de 2024 (data oficial de entrega de tese)

[Consultar calendário](#)

Férias Escolares

Natal: 20 de dezembro 2023 a 2 janeiro de 2024

Carnaval: 12 e 13 de fevereiro de 2024

Páscoa: 28 de março a 1 de abril de 2024

Verão: 1 a 31 de agosto de 2024

Feriados e Eventos IHMT

► 2023

29 setembro: Sessão de Acolhimento aos novos alunos

5 outubro: Implantação da República

1 novembro: Dia de Todos os Santos

10 novembro: Sessão Solene de Abertura do Ano Letivo

1 dezembro: Restauração da Independência

8 dezembro: Dia da Imaculada Conceição

14 dezembro: 14ª Jornadas Científicas do IHMT

25 dezembro: Natal

► 2024

1 janeiro: Dia de Ano Novo

13 fevereiro: Terça-Feira de Carnaval

29 março: Sexta-Feira Santa

31 março: Páscoa

25 abril: Dia da Liberdade

1 maio: Dia do Trabalhador

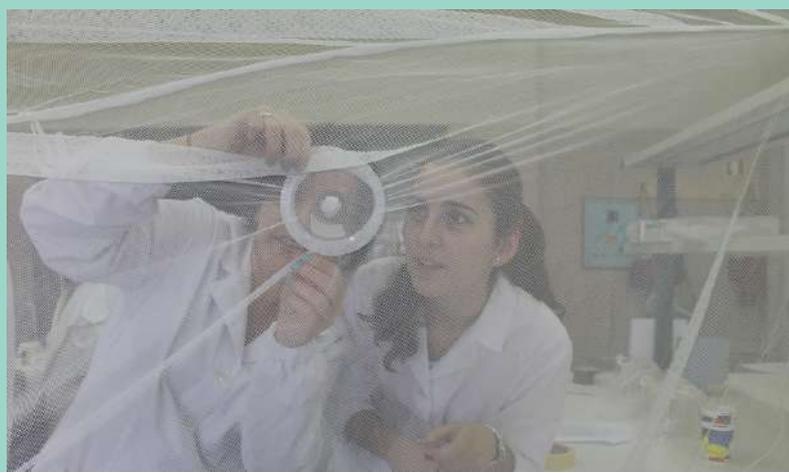
10 maio: Dia Aberto do IHMT

30 maio: Corpo de Deus

10 junho: Dia de Portugal

13 junho: Dia de Santo António

15 agosto: Assunção de Nossa Senhora



DIREÇÃO



Filomeno Fortes
Diretor
diretor@ihmt.unl.pt



Filomena Pereira
Subdiretora para o
Ensino, Comunicação,
Biblioteca e Museu,
Internacionalização e
Sustentabilidade
flmpereira@ihmt.unl.pt



Miguel Viveiros
Subdiretor para a
Investigação e Qualidade
MViveiros@ihmt.unl.pt



Teresa Margarida Pires
Administradora
Executiva
tmpires@ihmt.unl.pt

DIVISÃO ACADÉMICA



Ana Varão
Chefe de Divisão
ana.varao@ihmt.unl.pt



Eduardo Pedro
secensino@ihmt.unl.pt



Laura Neto
secensino@ihmt.unl.pt



Alexandre Azeredo
secensino@ihmt.unl.pt

Divisão Académica

Horário de atendimento ao público:

Período de aulas: 9h00 - 13h00 / 14h00 - 16h00 | Encerra às quartas-feiras

Férias escolares: 10h00 - 12h30 / 14h00 - 16h00 | Encerra às quartas-feiras

Localização: Piso 0 (ala nascente)

☎ 213 652 608 | ✉ secensino@ihmt.unl.pt

*Para informações administrativas e regulamentos, consultar os [Serviços Académicos](#) no site do IHMT.

Gabinete de Informática

Diogo Gonçalves | Rui Ribeiro

Horário de atendimento ao público:

9h30 - 12h30 / 13h30 - 17h00

Localização: Piso -1

☎ 213 652 639 | ✉ gi@ihmt.unl.pt

Tesouraria

Elsa Cabeças

Horário de atendimento ao público:

9h00 - 12h30 / 14h30 - 16h30

Localização: Piso 0

☎ 213 652 658 | ✉ tesouraria@ihmt.unl.pt

Gabinete de Cooperação

Celeste Figueiredo

Horário de atendimento ao público:

9h00 - 12h00 / 14h00 - 16h30

Localização: Piso 0

☎ +351 213 652 691 | ✉ cooperacao@ihmt.unl.pt

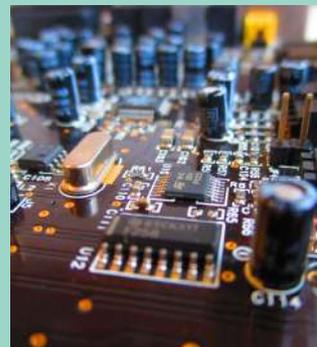
Cafetaria

Horário: 8h30 - 17h00

Horário para almoço: 12h - 14h30

Encerrado: 14h30 - 15h

Localização: Piso -1



Gabinete de Gestão da Biblioteca e do Museu

Salima Rehemtula | Coordenadora

Paulo Caldeira | Rita Francês

Horário de atendimento ao público:

8h30 - 13h00 / 14h00 - 17h00

Localização: Piso -1

✉ biblioteca@ihmt.unl.pt

A biblioteca do IHMT tem ao teu dispor um conjunto de recursos bibliográficos, nomeadamente o catálogo, o Repositório da Universidade NOVA de Lisboa (RUN) e a *b-on*, que estão disponíveis em: <https://www.ihmt.unl.pt/biblioteca/>. Caso não encontres o que procuras, poderás recorrer ao serviço de empréstimo interbibliotecas. A biblioteca também tem ao teu dispor uma sala de leitura aberta 24h.

BIBLIOTECA - PISO -1



Identificação e recursos disponíveis

▶ Cartão de aluno

O aluno do IHMT/NOVA tem direito a um cartão, emitido pelo Banco Santander Totta, numa parceria estabelecida entre o IHMT e o Santander Universities. O cartão é também utilizado como acesso ao estacionamento.

▶ Conta de e-mail

O aluno inscrito nos cursos de Mestrado e Doutoramento tem acesso a uma conta de e-mail institucional.

▶ Plataforma Moodle

Com as credenciais de acesso conferidas pela Divisão Académica, o aluno inscrito nos cursos de Mestrado e Doutoramento tem acesso à plataforma Moodle, onde estão disponíveis os conteúdos dos cursos.

▶ Wireless

Ligue-se à rede IHMT ou IHMT-NOVA

Password: TR0p1caL



A SUA PASSWORD DO IHMT EXPIROU?
QUER INSTALAR A VPN, OFFICE OU SPSS?
NÃO SABE COMO ACEDER AO MOODLE?



SCAN ME

Normas e medidas estruturais

ANO ACADÉMICO 2023-24

▶ Saúde

Especialmente de outubro a maio as infeções respiratórias são muito frequentes. Mantenha os hábitos criados para o controlo da transmissão da pandemia da COVID em relação a medidas básicas de higiene*:

1. Etiqueta respiratória: cobrir o nariz e a boca com lenços de papel ao tossir e espirrar; colocar os lenços de papel utilizados no lixo; se não tiver um lenço de papel, espirrar para a dobra do braço/cotovelo e não para a mão;
2. Lavagem/desinfecção regular das mãos;
3. Arejamento regular das salas, dos espaços ocupados por mais do que uma pessoa.

Mantenha a monitorização dos sintomas e em caso de dúvida de infeção respiratória use máscara e mantenha-se em casa.

* <https://www.sns24.gov.pt/> (prevenção de infeções respiratórias)

▶ Aulas online

- Nas aulas em regime online que façam uso de videoconferência, o artigo 9º do Regulamento Geral de Proteção de Dados Pessoais (RGPD) - Ensino e Avaliação a Distância da NOVA, indica que “os estudantes, docentes e funcionários devem compreender que o recurso a tecnologias com recolha de imagem implica uma responsabilidade adicional, impondo a todos um compromisso e exigências de urbanidade e decoro adicionais, na seleção dos espaços para participar das sessões, bem como na sua atitude e postura durante a mesma.”
- No que respeita à possibilidade de gravação das aulas online, o RGPD isenta o docente de solicitar o consentimento prévio dos alunos para gravar as aulas, embora seja vivamente recomendado informar previamente os participantes de que a sessão irá ser gravada. Isenta também o aluno de ter a sua câmara ligada, desde que assim o solicite ao docente.
- O estudante não está autorizado, por Lei, a gravar aulas. Esta prática só poderá acontecer com expressa autorização do docente e conhecimento dos participantes da sessão.
- Para participarem das aulas online, o aluno deve providenciar o acesso à rede banda larga de internet e às ferramentas necessárias, nomeadamente a Plataforma Moodle e o sistema Zoom.

Informações importantes

- Leia atentamente este Manual do Aluno, o Calendário Académico e o Regulamento de Avaliação de Conhecimentos do IHMT, para estar a par dos seus direitos e deveres. Estes documentos e outros estão disponíveis no site do IHMT;
- É fundamental que consulte frequentemente a sua conta de e-mail institucional e a sua área pessoal no portal netp@;
- A password que lhe é atribuída é a mesma para acesso ao email institucional, portal netp@ e Moodle. Guarde essa password;
- Confirme no netp@ que está inscrito nas disciplinas que pretende frequentar no ano letivo a decorrer. Apenas os estudantes devidamente inscritos terão avaliação lançada;
- A Divisão Académica (DA) é o serviço dedicado aos estudantes do IHMT. Respeite o seu horário de atendimento e conheça as informações uteis e formulários disponíveis na área da DA no site;
- O estudante é responsável por cumprir as suas obrigações financeiras, nomeadamente os prazos de pagamento de propinas, de acordo com o esquema de pagamento definido no Regulamento de Propinas do IHMT. A inscrição em disciplinas e a emissão de documentos por parte da Divisão Académica só são possíveis após boa-cobrança da propina. Os estudantes em situação de incumprimento serão suspensos;
- Para a emissão dos certificados ou diplomas por parte da Divisão Académica, os alunos necessitam de ter a situação de empréstimo (livros, teses, etc.) regularizada junto da Biblioteca
- Os estudantes devem manter elevados padrões de integridade e honestidade, respeitando colegas e professores. Situações de incumprimento de regras de conduta serão fortemente penalizadas. Alerta-se que há verificação de situações de plágio em trabalhos e/ou dissertações / teses entregues;
- O Estatuto trabalhador-estudante tem de ser solicitado anualmente;
- Aos estudantes de Doutoramento é solicitado, a partir do 2º ano, que procedam à aprovação do seu plano de tese e constituição da Comissão Tutorial, seguindo a estrutura adequada. Contactem o vosso orientador para auxílio nesta etapa;
- O IHMT valoriza a opinião dos seus estudantes. Participe e responda aos Questionários de Satisfação enviados pelo Gabinete de Qualidade;
- A participação dos estudantes nas atividades sociais e culturais do IHMT é valorizada. Conheça e participe na Tropicália e nas Formações Transversais.

Uma convivência saudável, baseada em princípios democráticos, inclusão, igualdade de oportunidades, responsabilidade e no respeito pelas diferenças de cada um é fundamental no IHMT. Os seguintes direitos e deveres devem ser seguidos por parte dos estudantes:

▶ O estudante tem direito a:

- Um ensino de qualidade
- Ser respeitado e ouvido pela restante comunidade do IHMT
- Ver o seu mérito, dedicação e esforço no trabalho e desenvolvimento acadêmico reconhecido e valorizado
- Ser-lhe facultado o seu plano de estudos, objetivos, avaliação e conteúdo de cada unidade curricular
- Poder participar nos órgãos do IHMT para os quais foi eleito e no preenchimento dos inquéritos pedagógicos com direito de acesso aos resultados
- Manter a sua identidade confidencial quando apresenta reclamações ou sugestões de melhoria dos órgãos do IHMT e no que diz respeito aos seus dados pessoais, de acordo com a legislação em vigor
- Aceder aos estatutos e regulamentos que lhe digam respeito
- Utilizar as estruturas do IHMT relacionadas com os estudantes

▶ O estudante tem as seguintes obrigações:

- Conviver com a restante comunidade do IHMT de modo responsável, respeitando as diferenças de cada um;
- Seguir as normas de funcionamento e de segurança do IHMT;
- Estar informado sobre todos os assuntos que lhe digam respeito, nomeadamente ter atenção às comunicações do IHMT as quais são efetuadas através do email institucional;
- Respeitar a legislação e outras regras impostas pelos vários órgãos institucionais;
- Nunca utilizar meios de cópia nas provas de avaliação nem recorrer a enunciados de provas de avaliação ou outros que permitam ter conhecimento antecipado das mesmas;
- Não utilizar de nenhuma forma de plágio nem falsificar quaisquer dados que apresente;
- Não receber nem prestar ajuda nas provas de avaliação;
- Assumir apenas a autoria dos trabalhos que realizou;
- Pugnar pela sua assiduidade e pontualidade;
- Participar ativamente e com responsabilidade nas eleições para os órgãos que lhe dizem respeito, de acordo com os Estatutos e Regulamentos do IHMT;
- Colaborar e participar nas discussões que tenham lugar nos órgãos do IHMT para o qual foi eleito;
- Participar de forma honesta nos inquéritos pedagógicos que sejam solicitados pelo IHMT;
- Seguir as medidas em vigor relacionadas com a sustentabilidade e contribuir com sugestões que ajudem a atingir os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS).



O IHMT e a Sustentabilidade

A Universidade Nova e as suas Unidades Orgânicas estão empenhadas numa política de sustentabilidade, onde está incluído o objetivo de Zero Resíduos na Universidade.

No IHMT temos como objetivo, a curto prazo, aumentar a separação de resíduos recicláveis produzidos na Instituição e, conseqüentemente, diminuir, drasticamente, a quantidade de resíduos indiferenciados. Assim, todos temos um papel fundamental na prossecução deste objetivo.

Só o envolvimento de toda a comunidade IHMT transformará este objetivo numa realidade. Esperamos poder contar com a sua colaboração!

Separe corretamente os seus resíduos e coloque-os nos contentores adequados! Não abandone os seus resíduos pela instituição... Só assim conseguiremos um IHMT mais limpo e sustentável, caminhando em conjunto no sentido do IHMT Zero Waste.

Se tiver qualquer dúvida sobre esta temática ou sugestões contacte a Comissão de Saúde Ocupacional e Biossegurança através do mail: CoSOB@ihmt.unl.pt



Conhece o Gervário?

Veja e aprenda com o [Gervásio](#) como separar as embalagens usadas!

Qualidade do ensino

O IHMT, em linha com o projeto NOVA SIMAQ, iniciou a implementação dos vários instrumentos de monitorização da Qualidade, desde 2019-2020.

Todos os questionários aplicados no IHMT têm em vista a melhoria contínua do processo de ensino e aprendizagem e da instituição em si. Todo o processo é de caráter facultativo e anónimo. Os resultados obtidos através das respostas aos questionários são tratados pelo Gabinete de Qualidade (GQ) que elabora um relatório divulgado na página da Qualidade.

As respostas a estes questionários são anónimas e fundamentais para os Coordenadores tomarem consciência dos pontos fortes e das limitações das UC que lecionam e/ou dos Cursos que coordenam.



As contribuições dadas pelos estudantes, em anos anteriores, foram consideradas, discutidas e convertidas em propostas de melhoria que são registadas e monitorizadas pelo GQ. Por exemplo, o intervalo de tempo entre a entrega da Tese e a respetiva Defesa foi bastante criticado, nesse sentido o Conselho Científico tomou medidas para agilizar o processo e diminuir esse intervalo de tempo.

Não deixem de contribuir com a vossa opinião!

Salas e Equipamentos

Recursos

- ▶ Biblioteca
- ▶ Museu
- ▶ Entomoteca
- ▶ Biotério
- ▶ Insetários
- ▶ Malacoteca e outras coleções biológicas
- ▶ Sala Cambournac

Sala de convívio/refeição

Localização: Piso -1

Equipamentos de utilização livre: frigorífico; microondas; cacifos; máquinas de *vending*

Estacionamento

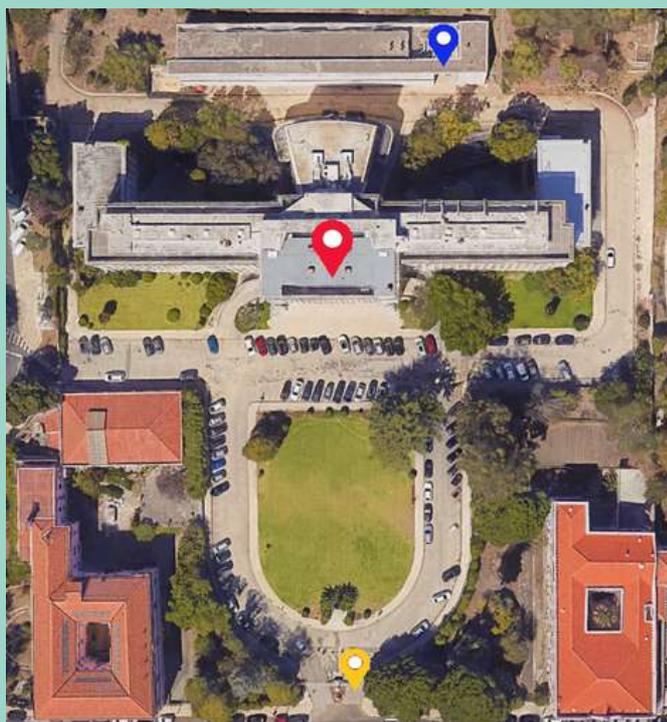
Mediante pagamento, os alunos têm acesso ao estacionamento.

Área de convívio e estudo para os alunos

Sala de Leitura 01.14 – piso -1

Átrios centrais dos pisos 2 e 3

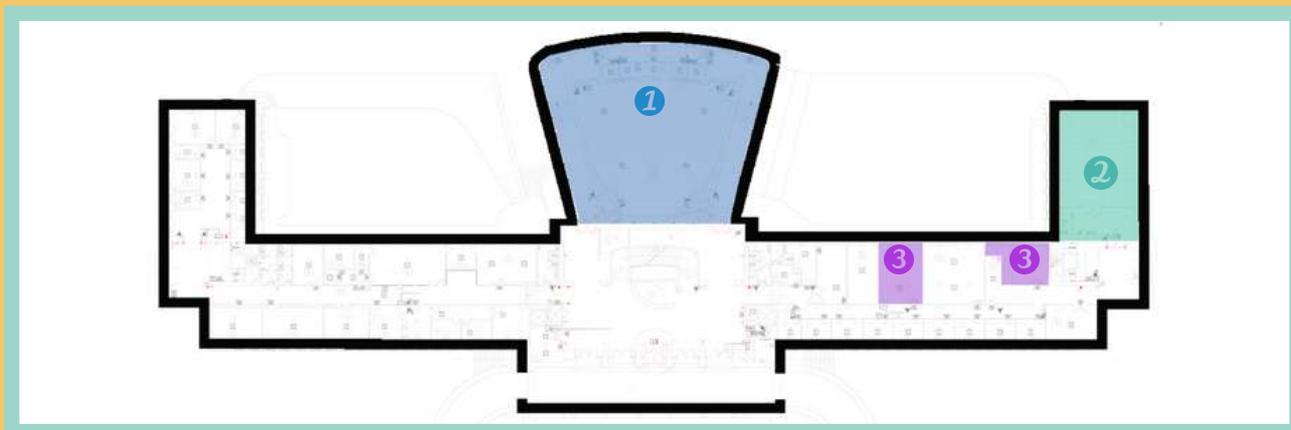
Ala poente do piso 1



- ▶ Entrada do estacionamento
- ▶ Edifício principal
- ▶ Biotério

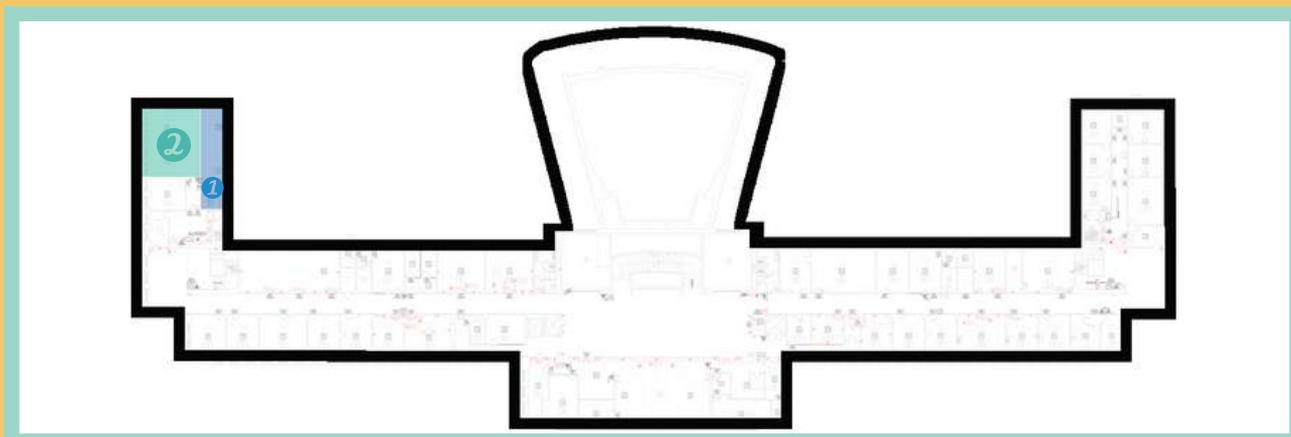
Salas de Aula - Piso 0

- 1 Aula Magna
- 2 Fraga de Azevedo
- 3 Salas de aula 0.51 e 0.59



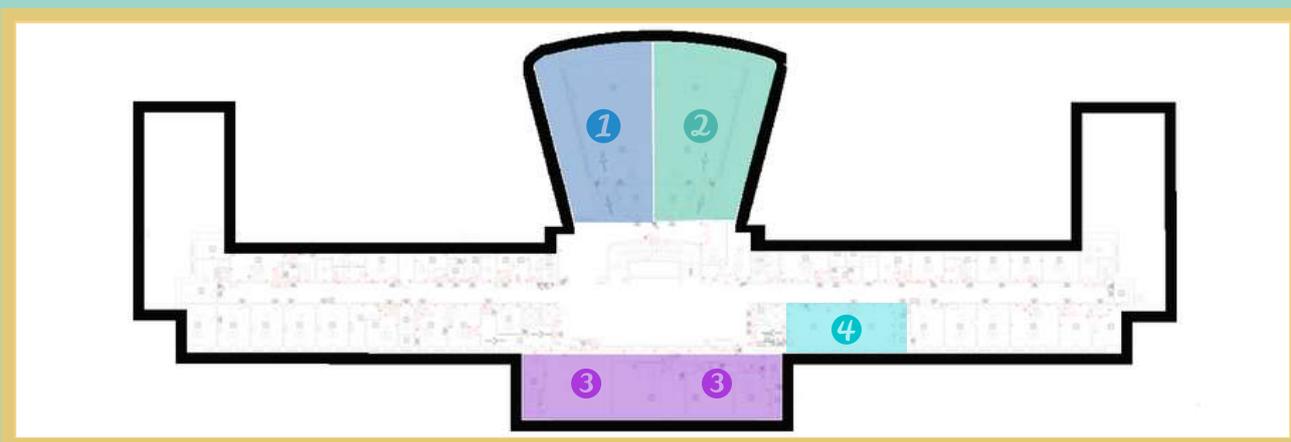
Salas de Aula - Piso 1

- 1 Sala de aula 1.06
- 2 Sala dos computadores



Salas de Aula - Piso 2

- 1 Anfiteatro 1
- 2 Anfiteatro 2
- 3 Laboratórios (pisos 2 e 3)
- 4 Laboratório (piso 2)



Serviços da NOVA



Alojamento

Os Serviços de Ação Social (SASNOVA) possuem três residências universitárias para uso dos alunos, com preferência para bolseiros portugueses e estudantes estrangeiros de programas de mobilidade:

- ▶ [Residência Universitária Fraústo da Silva](#)
- ▶ [Residência Universitária Alfredo de Sousa](#)
- ▶ [Residência Universitária do Lumiar](#)
- ▶ [Alojamento de verão](#)
- ▶ [Outras ofertas de alojamento](#)



Candidaturas ao alojamento: Consultar formulário e regulamento online em <https://sas.unl.pt/alojamento/>



Nota: No âmbito dos fundos obtidos através do PRR (Plano de Recuperação e Resiliência), a NOVA vai proceder à renovação das suas Residências Universitárias de forma faseada.

Estarão encerradas, para obras de renovação e modernização, em 2023/24 as Residências Universitárias: Fraústo da Silva e do Lumiar e em 2024/25 a Residência Universitária Alfredo de Sousa.

Assim, no ano letivo 2023/24, os Serviços de Ação Social da NOVA, não poderão atribuir qualquer vaga nas suas Residências Universitárias a estudantes não bolseiros.



Saúde

▶ Acesso ao Serviço Nacional de Saúde (SNS)

Os estudantes dos países da União Europeia, do Espaço Económico Europeu e da Suíça estão abrangidos pelo Cartão Europeu de Saúde, que lhes permite beneficiar do sistema português de saúde como qualquer cidadão nacional. Para tal, antes de viajarem para Portugal, devem solicitar a emissão do documento.

Os estudantes do Brasil podem obter no seu país o Certificado de Direito à Assistência Médica - CDAM, para serem abrangidos pelo sistema de saúde português.

Os estudantes do Brasil podem obter no seu país o Certificado de Direito à Assistência Médica - CDAM, para serem abrangidos pelo sistema de saúde português.



Os restantes estudantes em mobilidade cujos países de origem não possuam acordos com Portugal que abrangam o SNS, devem certificar-se, igualmente antes da sua partida, de que têm um seguro de saúde.

▶ Consultas

Os SASNOVA disponibilizam aos alunos, mediante marcação prévia, consultas de Psiquiatria, Psicologia Clínica e Nutrição. Para alargar o âmbito das suas competências, os SASNOVA celebraram alguns Protocolos, com a SAMS, a Maternidade Alfredo da Costa, o Centro de Medicina Desportiva e com a CPE Clínicas Praça de Espanha.

Mais informações:

☎ +351 213 715 600 | ✉ saude@unl.pt

<https://sas.unl.pt/saude/>

Alimentação

Os SASNOVA dispõem de três cantinas e de duas cafetarias localizadas nos campi universitários. Os alunos da NOVA têm acesso a todas as unidades dos SASNOVA e às unidades de alimentação dos outros estabelecimentos de ensino superior público de Lisboa.

Mais informações:

<https://sas.unl.pt/alimentacao/>

Bolsas

A Universidade NOVA de Lisboa proporciona aos seus estudantes o acesso a diversos apoios financeiros em colaboração com a Direção Geral do Ensino Superior (DGES), e ainda protocolos com empresas, instituições e indivíduos, promovendo a inclusão e a igualdade de oportunidades para um bem comum – o acesso à formação superior. As Bolsas de Apoio Social foram constituídas com o objetivo de colmatar as necessidades dos estudantes cuja situação económica familiar dificulta ou impede a continuação dos estudos superiores.

Assim, os estudantes da NOVA têm à sua disposição diversos tipos de apoio financeiro:

Bolsas destinadas a alunos de 2º e 3º Ciclos:

- ▶ Bolsas de Acesso ao Ciclo de Estudos
- ▶ Subsídio de Emergência
- ▶ Bolsas de Mérito
- ▶ Outras Bolsas

Outros apoios:

- ▶ Apoio Extraordinário ao Alojamento

Mais informações:

✉ bolsas@unl.pt

<https://sas.unl.pt/bolsas/bolsas-de-estudo/>

Atividades lúdicas e desportivas

Universidade NOVA de Lisboa

▶ Desporto

Os SASNOVA promovem a prática de desporto e de outras atividades físicas junto da comunidade académica, procurando contribuir para uma integração mais fácil e a um estilo de vida mais saudável nos seus estudantes.

Estão disponíveis inúmeras atividades nos campi da NOVA, incluindo caminhadas durante todo o ano letivo.

Os estudantes podem representar a NOVA na prática de um desporto coletivo ou individual, sendo que alguns dos alunos beneficiam de um Estatuto de Estudante Atleta (pela sua capacidade em treinar e competir ao mesmo tempo que prosseguem os seus estudos) enquanto outros conseguem Bolsas de Mérito Desportivo (que consistem em ajudas financeiras deduzidas no valor das propinas).

Mais informações:

✉ desporto@unl.pt

<https://sas.unl.pt/desporto/>

▶ Cultura

A Universidade NOVA de Lisboa, para além do seu papel como instituição de excelência no ensino, pretende também atuar como eixo cultural na cidade e ser um parceiro de instituições culturais, relacionando o conteúdo das aulas com atividades culturais.

Mais informações:

✉ cultura@unl.pt

<https://www.unl.pt/nova/cultura>



IHMT

► Tropicália

A Tropicália é uma atividade de grupo na qual toda a comunidade do IHMT pode participar! Criada em 2014, este evento tipicamente mensal tem o intuito de estreitar laços e partilhar conhecimentos, histórias e experiências entre os participantes, sob as mais variadas formas, ajudando a enriquecer o seu percurso pessoal no IHMT.

► Zumba

Com o objetivo de aumentar a prática desportiva, reduzir o nível de sedentarismo e promover a sua saúde, o IHMT disponibiliza nas suas instalações aulas de zumba, que decorrem na Sala Cambournac, no piso -1, todas as segundas-feiras, às 17h.

AZULEJOS SALA CAMBOURNAC



Oferta complementar

► Formação transversal

As formações transversais têm como objetivo abordar temas ou questões que, frequentemente, e ao longo dos anos, foram sendo identificadas como preocupações comuns a alunos dos diferentes programas e importantes para o desenvolvimento de atividades pedagógicas.

A cada trimestre há novas ofertas, a maioria gratuitas, dirigidas a toda a comunidade académica, funcionários e colaboradores do Instituto.

Mais informações: <https://www.ihmt.unl.pt/course-type/formacao-transversal/>

► Curso de língua inglesa

Uma parceria do IHMT com o [NowClub](#) disponibiliza três opções de cursos totalmente online com diferentes durações, destinados aos estudantes, funcionários, bolsiros e colaboradores do Instituto.

► Cursos de línguas

O Instituto de Línguas da Universidade NOVA de Lisboa (ILNOVA), com sede na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, presta serviço a todas as licenciaturas e pós-graduações da NOVA, oferecendo cursos de proficiência em mais de 30 línguas.

Mais informações: <https://ilnova.fcsh.unl.pt/>

☎ +351 217 908 382 | ✉ ilnova@fcsh.unl.pt

► Curso de língua portuguesa para estrangeiros - Portuguese as a foreign language

A Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade NOVA de Lisboa organiza Cursos de Língua e Cultura Portuguesa destinados a todos os estudantes, inclusive de Erasmus e Erasmus Mundus.

Mais informações: <https://ple.fcsh.unl.pt/>

✉ cursoportugues@fcsh.unl.pt

► Escola Doutoral

A NOVA Escola Doutoral destina-se aos estudantes de doutoramento da NOVA e visa contribuir para a excelência da formação doutoral; oferecer formação complementar e transversal aos estudantes do 3º ciclo; promover a interdisciplinaridade e a transdisciplinaridade; fomentar a partilha das melhores práticas entre os programas doutorais; promover a cooperação interinstitucional, a nível nacional e internacional; e contribuir para a criação de redes e potenciar a colaboração entre estudantes e docentes da NOVA.

Mais informações: <https://www.unl.pt/ensino/escola-doutoral/cursos>

✉ nova.doctoral.school@unl.pt

Estudantes internacionais: Custo de vida em Portugal

Conversor de Moeda

Os estudantes internacionais podem manter-se atualizados sobre as taxas de câmbio em vigor através do [conversor de moeda](#) oficial do Banco de Portugal.

Custo de Vida

Os preços dos produtos e dos serviços em Portugal podem ser consideravelmente diferentes em comparação com o país de origem. É importante que os estudantes internacionais tenham uma ideia aproximada do [custo de vida](#)* em Portugal.

* a consulta deste website serve apenas para ter uma estimativa do custo de vida em Lisboa, podendo os preços sofrerem alterações. Os estudantes que não tiverem domínio da língua inglesa podem, em alternativa, consultar o [seguinte website](#).



Contatos úteis



Nº Europeu de Emergência

112

Universidade NOVA de Lisboa

▶ Reitoria

Localização: Campus de Campolide | 1099-085 Lisboa

☎+351 213 715 600 | ✉reitoria@unl.pt

▶ Serviços de Ação Social

Localização: Edifício da Reitoria

Campus Universitário de Campolide | 1099-032 Lisboa

☎+351 213 715 600 | ✉sasnova@unl.pt

<https://sas.unl.pt/>

▶ Provedor do Estudante da NOVA

Professora Doutora Teresa Araújo

✉provedordouestudante@unl.p

▶ Elogios, sugestões e/ou reclamações

✉esr@ihmt.unl.pt

<https://www.ihmt.unl.pt/qualidade/> (formulário no separador "elogios, sugestões e/ou reclamações")

Portal de Denúncias

O Portal de Denúncias destina-se à comunicação de práticas que constituam infrações, nomeadamente: Práticas de assédio (moral e/ou sexual) e discriminação; Infrações, atos de corrupção, ou outros no âmbito de aplicação do Regime Geral de Prevenção da Corrupção (RGPC); Atos que violem o Direito da União Europeia. O mecanismo do Portal de Denúncias rege-se pelos princípios da imparcialidade, independência, sigilo e confidencialidade, desde a receção e processamento das denúncias, até à sua resolução.

Saúde Mental

Se estiver a sofrer com alguma doença mental, tiver pensamentos autodestrutivos ou simplesmente necessitar de falar com alguém, deverá consultar um psiquiatra, psicólogo ou clínico geral.

Poderá ainda contactar uma destas entidades:

▶ **SOS Voz Amiga** (entre as 16h e as 24h)

☎ 213 544 545 (Número gratuito)

☎ 912 802 669 | 963 524 660

▶ **Conversa Amiga** (entre as 15h e as 22h)

☎ 210 027 159

☎ 808 237 327 (Número gratuito)

▶ **SOS Estudante** (entre as 20h e a 1h)

☎ 239 484 020

☎ 915 246 060 | 969 554 545

▶ **Telefone da Esperança** (entre as 20h e as 23h)

☎ 222 080 707

▶ **Telefone da Amizade** (entre as 16h e as 23h)

☎ 228 323 535

Todos estes contactos garantem anonimato tanto a quem liga como a quem atende.

No SNS24 (808 24 24 24 - depois deve seleccionar a opção 4), o contacto é assumido por profissionais de saúde. A linha do SNS24 funciona 24 horas por dia.





Seja bem-
vindo!

INSTITUTO DE HIGIENE E MEDICINA TROPICAL

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

© 2023