

Guia de apoio ao estudante

O Guia fornece um conjunto de informações que promovem e facilitam a adaptação dos estudantes ao Técnico

Regras para desconfinamento Técnico Lisboa



Uso de máscara é obrigatório em toda a área do campus



Lavar frequentemente as mãos de preferência com água e sabão ou, no caso de não ser possível lavar, proceda à desinfeção com solução alcoólica



Distanciamento interpessoal mínimo de 2m, com especial atenção para as zonas de espera/atendimento, escadas e entradas em salas



Preferir sempre as escadas aos elevadores



Nas zonas comuns circule pela direita



Esteja atento à sinalética específica existente em determinadas zonas do edifício, nomeadamente nas zonas de atendimento ao público e respeite as regras indicadas

Coronavírus (COVID-19)

O Instituto Superior Técnico segue atentamente os desenvolvimentos relativos à COVID-19, nomeadamente as recomendações do Governo, da Tutela e da Direção Geral da Saúde sobre as medidas administrativas a implementar.

Pode acompanhar as orientações para a comunidade do Técnico através das seguintes páginas:

tecnico.ulisboa.pt/pt/coronavirus/

nshs.tecnico.ulisboa.pt/covid-19/

Chamamos a vossa atenção para os seguintes conselhos e recomendações:

Procedimentos dentro dos campi:

- Medição de temperatura à entrada sempre que solicitada
- Uso obrigatório de máscara (inclusive no exterior dos edifícios);
- Lavagem e higienização frequente das mãos;
- Respeitar as regras de circulação e lotação dos espaços;
- Manutenção do distanciamento social;
- Proibição de ajuntamentos

Colabore e respeite as indicações e a sinalização colocadas nos diversos espaços.

Em resposta às medidas de contingência aplicadas para conter a COVID-19, foi criado o site com orientações para o Ensino, Supervisão e Investigação à distância, que tem também indicações específicas para os estudantes: sartre.tecnico.ulisboa.pt/

Atenção: enquanto o IST mantiver as medidas de contenção à COVID-19, os horários indicados neste guia deverão ser confirmados nas respetivas páginas dos serviços ou dos núcleos, já que nalguns casos o atendimento poderá ser remoto ou permitir apenas a receção de um número limitado de estudantes.



Bem-vindo ao Técnico!

O Técnico dá-te as boas vindas e fornece-te um conjunto de informações que facilitarão a tua adaptação, e que te permitirão conhecer melhor os serviços existentes na escola, tornando mais fácil a tua transição para o ensino superior. O Guia de Apoio ao Estudante encontra-se dividido em três partes:



Capítulo 1

Conhecer o Técnico

Guia de Apoio ao Estudante pretende dar a conhecer o Técnico aos novos alunos.



Capítulo 2

Serviços de Apoio ao Estudante

Inteiramente dedicada à explicação das características e funcionamento dos serviços de apoio ao estudante.



Capítulo 3

O que o Técnico espera de ti?

São-te apresentadas algumas informações relativamente ao que o Técnico espera de ti enquanto aluno do ensino superior.

Índice

Índice

2	Regras para desconfinamento Técnico Lisboa	41	Área de Pós-Graduação (APG)
4	Bem-vindo ao Técnico!	42	Apoio às Necessidades Educativas Especiais
9	Capítulo 1 Conhecer o Técnico	43	Apoio ao Estudante
10	Campus Alameda	44	Career Discovery@ Técnico
12	Serviços e gabinetes de apoio	44	Programa de Descoberta de Carreiras dos Estudantes do Técnico
14	Campus Taguspark	46	Núcleo de Segurança, Higiene e Saúde (NSHS)
16	Serviços e gabinetes de apoio	48	Serviços de Informática (SI)
18	Campus Tecnológico e Nuclear	50	Serviços de Saúde
20	Bibliotecas	52	Serviços de Ação Social (SASULisboa)
23	Locais de Estudo no Técnico - Espaços Académicos	52	Sede dos SASULisboa
24	Locais de Estudo em Lisboa e Oeiras - Espaços Académicos	52	Núcleo de Alojamentos (NA)
25	Locais de Estudo em Lisboa - Restantes Espaços	53	Capítulo 3 O que o Técnico espera de ti?
26	Laboratórios de Tecnologias	54	Qualidade das Unidades Curriculares (QUC)
27	Associação dos Estudantes do Instituto Superior Técnico (AEIST)	55	Diferenças entre o Ensino Secundário e o Ensino Superior
28	Fórum dos Núcleos de Estudantes do Técnico	56	Gestão do Tempo
32	Museus	57	7 passos para organizar os 7 dias da semana
35	Capítulo 2 Serviços de Apoio ao Estudante	58	Trabalho por objetivos
36	Núcleo de Desenvolvimento Académico (NDA)	59	Triunfar nas Avaliações
38	Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE)	60	Ética, Conduta e Direito do Estudante e Regulamento Disciplinar
39	Núcleo de Mobilidade e Cooperação Internacional (NMCI)	63	Guia Académico
40	Direção Académica/ Área de Graduação (AG)		



Bem-vindos a um novo ano no Técnico

Caras e Caros Novos Estudantes,

O ano letivo de 2021/2022 será um ano especial para todos.

Especial porque entraram na universidade. Entraram no Técnico!

Parabéns a todos e a todas!

Mas se-lo-á também por mais duas razões.

A primeira delas é porque, depois de três semestres muitos difíceis em que devido à pandemia Covid19, não pudemos usufruir na totalidade daquilo que é a experiência de ser estudante do IST, ensaiamos um regresso à normalidade em 2021/2022: a vacinação extensiva da população, permite encarar o este ano académico com otimismo e tranquilidade. Tentando não esquecer tudo aquilo que se aprendeu com o funcionamento em pandemia, mas regressaremos às aulas presenciais, à vivência nos nossos campi, ao trabalho conjunto, às longas noites no espaço 24 horas, ao convívio e à vivência física, que também faz parte da formação universitária e da entrada na universidade. Teremos de o fazer com precaução e regras. Com responsabilidade. Mas já o poderemos fazer, com a esperança e convicção que o ano de 2021/2022 decorrerá já com normalidade e sem sobressaltos devido à pandemia.

A segunda razão é porque o Técnico inicia este ano uma reestruturação do seu modelo de ensino que visa proporcionar aos seus estudantes uma formação mais adequada àquilo que são as exigências atuais de um percurso profissional diversificado e dinâmico, que se iniciará com a conclusão dos estudos no IST. Dessa forma, o novo modelo de ensino, que este ano apresentamos aos nossos estudantes, privilegia uma formação baseada um progressivo fortalecimento das competências em “resolução de problemas” e “pensamento autónomo”, ao longo do percurso académico de licenciatura + mestrado, bem como uma flexibilização do percurso académico que permite ao estudante completar a sua formação de base com áreas de foco (os designados minors) ou unidades curriculares opcionais. Privilegiará também uma maior orientação à indústria e às realidades de mercado, bem como ao empreendedorismo de base tecnológica. Finalmente, a vivência universitária é também expandida através da oferta de possibilidade de frequência em algumas unidades curriculares de outras faculdades da Universidade de Lisboa.

Isto é parte daquilo que o Técnico tem para vos oferecer e que faz que este seja um ano especial.

Bem-vindos ao Técnico!



Prof. Rogério Colaço

Presidente do Instituto Superior Técnico





Capítulo 1 Conhecer o Técnico

.....

Campus Alameda

.....

Campus Taguspark

.....

Campus Tecnológico e Nuclear

.....

Bibliotecas

.....

Locais de Estudo no Técnico

.....

Locais de Estudo em Lisboa e Oeiras

.....

Fóruns dos Núcleos dos Estudantes

.....

Museus



Campus Alameda

Av. Rovisco Pais, 1
1049-001 Lisboa
Tel.: (+351) 218 417 000
Fax: (+351) 218 499 242

Como chegar

Metro

Estação Saldanha: Linhas Amarela e Vermelha (saída norte - Av. Duque d'Ávila)

Estação Alameda: Linhas Verde e Vermelha (saída Av. Guerra Junqueiro)

 www.metrolisboa.pt

Carris

Alameda: 708,713,716,717,718,735, (rede madrugada: 206,208)

Saldanha: 727,736,738, 744,783 (rede madrugada: 207)

Arco Cego: 742

 www.carris.pt

Parques de Estacionamento

- Alameda: Alameda D. Afonso Henriques, 498 lugares / 24 horas
- Alves Redol - Técnico: Rua Alves Redol, 166 lugares / 24 horas
- Arco do Cego: Avenida João Crisóstomo, 252 lugares / 24 horas
- Praça de Londres: Praça de Londres, 195 lugares / 24 horas

Faculdade do Pavilhão Central, Campus Alameda



Serviços e gabinetes de apoio

Área de Graduação (AG) 01

Secretaria de Alunos (de 1º e 2º ciclos) onde podes obter informações sobre a tua inscrição.

 graduacao.tecnico.ulisboa.pt

Associação dos Estudantes (AEIST) 18

Sebentas on-line que te ajudam nos primeiros tempos no IST. Lista de serviços e atividades desportivas, culturais e recreativas ao teu dispor.

 www.aeist.pt

Conselho Pedagógico (CP) 01

Se tiveres algum problema ao nível pedagógico, como com a calendarização ou o método das avaliações.

 conselhopedagogico.tecnico.ulisboa.pt

Gabinete de Organização Pedagógica (GOP) 01

Localiza-se no 1º piso do Pavilhão Central 01.

É responsável pela elaboração de horários e mapas de avaliação do IST. Reserva de salas. Gestão das inscrições no sistema informático Fénix e sobrelotação de turnos.

 gop.tecnico.ulisboa.pt

Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE)

Receção do Pavilhão Central 01.

Ponto de apoio central e de encaminhamento.

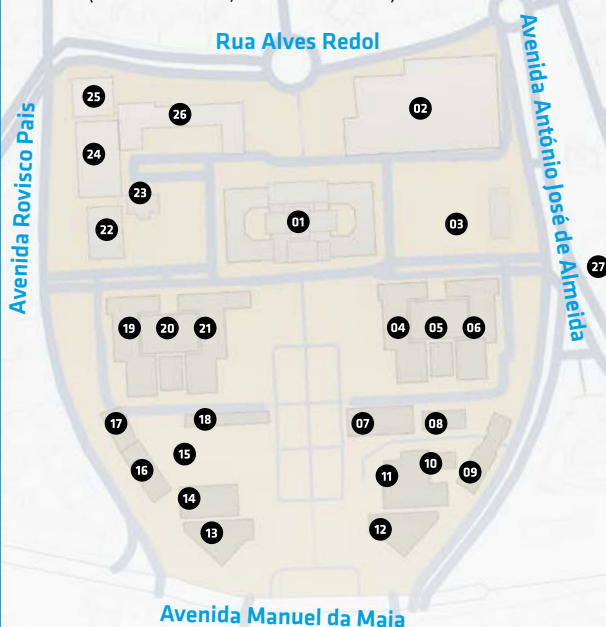
 aeist.pt/seccao-de-folhas/

Reprografia 01 e Secção de Folhas 18

Onde poderás fazer cópias e digitalizações. A Reprografia localiza-se na cave do Pavilhão Central 01. A Secção de Folhas 18 localiza-se junto ao Campo de Jogos (AEIST).

 nsg.tecnico.ulisboa.pt/servicos/reprografia/

Estação Saldanha/Arco do Cego (linha Amarela/ linha Vermelha)



Estação Alameda (linha Vermelha)

Google maps indoor

O Instituto Superior Técnico é uma das primeiras instituições portuguesas com Google Maps Indoor, uma funcionalidade que permite aos utilizadores aceder a mapas internos dos edifícios.

O Campus Alameda, é o primeiro a fazer parte desta nova funcionalidade, que permitirá que qualquer aluno chegue à porta da sua sala de aulas sem qualquer complicação, desde o primeiro dia.

Está disponível no link:  goo.gl/maps/cYZW1

01 Pavilhão Central

Salas C (C01, C9, C10, C11, C12 e C13) e EN1, SN e Anfiteatros GA (1 a 5).

Piso -1: Reprografia

R/C: Conselho Pedagógico (CP), Núcleo de Mobilidade e Cooperação Internacional (NMCI), Área de Graduação (AG), Serviços de Informática (SI).

1º Piso: Biblioteca, Salão Nobre, Gabinete de Organização Pedagógica (GOP), Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE), Área de Pós-Graduação (APG).

02 Pavilhão de Civil

Salas V, Anfiteatros VA, Biblioteca, Centro de Congressos, Salas de Estudo 24/24h, Núcleo de Desenvolvimento Académico (NDA)

03 Pav. do Jardim Norte

Laboratório de Tecnologias de Informação (LTI/DSI), Núcleo de Segurança, Higiene e Saúde (NSHS)

04 Pav. de Mecânica I

Anfiteatro EA5, Biblioteca

05 Torre Norte

Salas E (E1 a E5 e E8)
Anfiteatros EA (EA1 a EA4),
Biblioteca

06 Pav. de Eletricidade

Salas E (E5 a E7)

07 Pav. de Informática II

Sala de Estudo

08 Pav. de Mecânica IV

09 Pav. de Informática I

Salas F (F1 a F4)
Anfiteatros FA1 e FA2
Laboratórios 1, 6 e 15

10 Pav. Informática III

Salas F (F8) Anfiteatros FA3

11 Pav. de Mecânica II

Anfiteatro AM, Salas SEDEM, MOM e LEMAC

12 Pav. de Mecânica III

13 Cantina dos SASUL

14 Pavilhão da AEIST

Espaço AEIST, Secretaria da AEIST, Pavilhão da AEIST e dos SASUL

15 Campos de futsal, ténis e padel

16 Piscina (desativada)

17 Pav. da Ação Social

Serviços de Saúde Técnico Lisboa, Campo de Squash AEIST

18 Pavilhão da Secção de Folhas

Sala de Estudo e Secção de Folhas

19 Pavilhão de Minas

Salas I (I1, I3, I5, I6, I8 a I10)

20 Torre Sul

Biblioteca, Salas Q (Q01, Q4.1, Q4.2, Q4.4 a Q4.07 e Q5.1 a Q5.3), Anfiteatros Q (QA1.1 a QA1.4 e QA02.1 a QA02.4)

21 Pavilhão de Química

Anfiteatro QA
(1.1 a 1.4 e 02.1 a 02.4)

22 Pavilhão do Jardim Sul

23 Infantário

24 Pav. de Matemática/

Pós-Graduação

Salas P, Anfiteatros PA

25 Pavilhão de Física

26 Complexo Interdisciplinar

Anfiteatro Abreu Faro, Biblioteca

27 Área de Transferência de Tecnologia

Onde comer

01 Pavilhão Central

Bar do Central

02 Pavilhão de Civil

Bar e Refeitório de Civil

05 Torre Norte

Restaurante/ Pastelaria Sena (piso -1)

11 Pavilhão de Mecânica II

Bar de Mecânica (encerrado)

14 Pavilhão da AEIST

Bar da AEIST

18 Pavilhão da Secção de Folhas

Esplanada da AEIST

20 Torre Sul

Bar de Química

24 Pav. de Matemática

Refeitório (encerrado)

26 Complexo Interdisciplinar

Bar do Complexo



Campus Taguspark

Av. Prof. Doutor Cavaco Silva
2744-016 Porto Salvo
Tel.: (+351) 214 233 200
Fax: (+351) 214 233 268

Como chegar

Shuttle IST

O acesso ao campus Taguspark é assegurado gratuitamente por autocarros regulares ao serviço do IST, que proporcionam à comunidade do IST a mobilidade entre os campi da Alameda e do Taguspark e as estações de Oeiras e Cacém.

A utilização do Sistema de Reservas é obrigatória em todos os horários e percursos.

Para efetuar reserva, aceder a:  shuttle.tecnico.ulisboa.pt

Horário do shuttle em

 tecnico.ulisboa.pt/pt/viver/servicos/mobilidade-e-transportes/

Comboio

Ligações ao campus a partir das linhas Lisboa-Sintra e Lisboa-Cascais.

 www.cp.pt

Vimeca

 www.vimeca.pt

Viatura Própria

Pela Autoestrada A5 (Lisboa-Cascais) ou pelo IC 19 (Lisboa-Sintra). Consulta no google maps os  [percursos possíveis](#)

Valley Shuttle da Câmara Municipal de Oeiras

O Município de Oeiras disponibiliza gratuitamente um transporte de passageiros de média capacidade, que assegura a ligação entre a estação de caminho-de-ferro de Paço de Arcos e os parques empresariais da Quinta da Fonte, Lagoas Park e Taguspark, nos dias úteis, entre as 7h e as 19h.

O Valley Shuttle passa de 20 em 20 minutos, basta dirigires-te a uma paragem de autocarros da Vimeca que esteja identificada com a imagem Valley Shuttle.



Serviços e gabinetes de apoio

Apoio ao Estudante 02

✉ carla.boura@tecnico.ulisboa.pt

Associação dos Estudantes (AEIST) 19

✉ aeist@aeist.pt

Biblioteca 10

✉ biblioteca-tagus@tecnico.ulisboa.pt

Secretaria de Alunos 03

✉ academica-tagus@tecnico.ulisboa.pt

Gestor de Edifício

✉ ge-tagus@tecnico.ulisboa.pt

Secção de Folhas 13

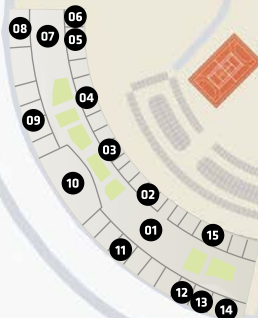
A Secção de Folhas localiza-se junto ao Red Bar
✉ sf@aeist.pt

Serviços de Informática do Taguspark 12

✉ nit@tecnico.ulisboa.pt

Serviço de Saúde 11

✉ saude@tecnico.ulisboa.pt



01 Átrio Central

02 Apoio ao Estudante

03 Secretaria de Alunos

04 Salas de Aulas, Vídeo Conferência, Laboratórios de Informática

Piso 0

0.9, 0.13, 0.15, 0.16, 0.17, 0.19, 0.23, 0.25

Laboratórios de Informática
0.14, 0.21, 0.27

05 Green Bar

06 Sala de Estudo 1º ano

Piso 1

1.1

07 Cantina

08 Anfiteatro

Piso 0

A1 e A2

09 Anfiteatro

Piso 0

A3, A4 e A5

10 Biblioteca

11 Serviço de Saúde

12 Serviços de Informática do Taguspark

13 Associação de Estudantes (AEIST)

14 Red Bar

15 Salas de Exames

Piso 0

0.65, 0.67, 0.69

Laboratórios

Piso 0

Laboratórios de Informática
0.14, 0.21, 0.27

Laboratórios Robótica - ISR
0.26, 0.28

Laboratório de Jogos
0.43

Piso 1

04 Laboratórios de Informática
1.15, 1.17, 1.19, 1.27, 1.29

Laboratórios Física

1.12, 1.14

Laboratório de Redes

1.26, 1.28, 1.30

Laboratório de Eletrónica

1.60, 1.62, 1.64

Oficina de Apoio aos Laboratórios
de Eletrónica
1.66

Laboratório de Química
1.75

Apoio Laboratório Química
1.77

Onde comer

Piso 0

05 Green Bar

14 Red Bar

Cave Piso -1

07 Cantina

(A aquisição de senha deve ser
efetuada na cantina)



Campus Tecnológico e Nuclear

Estrada Nacional 10 (ao Km 139,7),
2695-066 Bobadela LRS
Tel.: (+351) 219 946 000
Fax: (+351) 219 946 016

Como chegar

Comboio

Há ligações ao campus a partir das linhas ferroviárias da CP: Linha da Azambuja (saída na Bobadela) e Linha de Cascais e Sintra, correspondência com linha da Azambuja.

 www.cp.pt

Fertagus: Linha do Sul, correspondência com linha da Azambuja.

 www.fertagus.pt

Metro

Estação Oriente: Linha Vermelha, correspondência com o comboio da CP.

 www.metrolisboa.pt

Carris / Rodoviária de Lisboa

Toda a cidade de Lisboa é servida por uma rede de transportes rodoviários urbanos com horários convenientes e carreiras frequentes.

 www.carris.pt

 rodoviariadelisboa.pt







Bibliotecas

A Biblioteca do Instituto Superior Técnico (BIST) tem como missão proporcionar à comunidade académica o acesso a serviços e recursos de informação de qualidade, apoiar a aprendizagem, o ensino e a investigação, colaborar nos processos de criação e transmissão do conhecimento produzido pelo IST e contribuir para a literacia da informação.

A BIST caracteriza-se por ser uma Biblioteca do Ensino Superior, especializada nas áreas de Arquitetura, Engenharia, Ciência e Tecnologia, sendo possuidora de um conjunto significativo de documentos de várias tipologias - livros, publicações periódicas, teses, dissertações - em formato impresso e digital.

 bist.tecnico.ulisboa.pt

 bist@tecnico.ulisboa.pt



Biblioteca no Complexo Interdisciplinar

Biblioteca no Campus Alameda

Biblioteca no Pavilhão de Civil

Piso 01

Horário: dias úteis, das 9h às 18h

Biblioteca na Torre Norte

Pavilhão Eletricidade

Piso 1

Horário do Serviço de biblioteca:

dias úteis, das 9h às 18h

Horário da Sala de estudo:

dias úteis, das 9h às 20h

Sala de trabalho em grupo
mediante reserva

Biblioteca do Departamento de Engenharia Mecânica

Pavilhão de Mecânica I,

Piso 3

Horário: dias úteis, das 9h30

às 17h

Biblioteca na Torre Sul

Pavilhão de Química,

Piso 0

Horário do Serviço de biblioteca:

dias úteis, das 9h às 18h

Horário da Sala de estudo:

dias úteis, das 9h às 20h

Sala de trabalho em grupo
mediante reserva

Biblioteca no Complexo Interdisciplinar

Piso 0

Horário: dias úteis, das 9h às 18h

Biblioteca no Pavilhão Central

Piso 1

Horário: dias úteis, das 8h às 20h

Funciona temporariamente como
sala de estudo

Biblioteca no Campus Taguspark

A Biblioteca no Campus do Taguspark situa-se no piso 0 e compreende três espaços, que funcionam com horários diferentes:

- Sala dos livros / Atendimento; Salas de estudo individual (Sala Grande e Aquário)
- Gabinetes de Estudo em Grupo (estes funcionam mediante reserva).

Sala dos livros / Atendimento

Piso 0

Horário: dias úteis, 9h às 18h

Salas de estudo individual (Sala Grande e Aquário)

Piso 0

Horário: todos os dias, das 00h às 24h

Gabinetes de estudo em grupo (mediante reserva)

Piso 0

Horário: dias úteis, 10h às 18h

A Biblioteca no Campus Taguspark encerra no mês de agosto.

Biblioteca no Campus Tecnológico e Nuclear - CTN

Horário: dias úteis, 9h às 12h / 14h às 16h30

A Biblioteca está encerrada no mês de agosto.

Estes horários sofrem redução nos períodos de interrupção letiva.

Competências

- Promover uma interação flexível e dinâmica com os estudantes e professores
- Organizar uma coleção dinâmica de conteúdos e recursos baseados no conhecimento profundo das necessidades dos estudantes em função das características e exigências do seu grau de ensino
- Promover a utilização de recursos digitais
- Apresentar uma oferta de formação de utilizadores em competências informacionais que permita desenvolver na comunidade académica destrezas de pesquisa, avaliação, seleção e utilização da informação de forma ética e credível
- Apresentar uma oferta de formação de utilizadores que ajude a desenvolver competências metodológicas na elaboração de trabalhos científicos

Serviços

- Serviço de Informação e Referência (apoio e orientação na pesquisa em catálogos bibliográficos, nomeadamente o da Biblioteca do IST-Koha <https://catalogo-ist.biblioteca.ulisboa.pt/> e bases de dados de informação científica e técnica em formato digital)
- Acesso a recursos eletrónicos
- Formação de utilizadores
- Leitura presencial
- Empréstimo domiciliário/renovações/reservas
- Empréstimo Interbibliotecas
- Sala de trabalho em grupo
- Digitalizações

Recursos de informação

- Acesso à Biblioteca do Conhecimento On-line (b-on) – com a disponibilização de mais de 21.000 publicações periódicas em texto integral, 21.000 e-books e 25.000 papers de conferências e congressos.
- Acervo documental impresso composto por mais de 120.000 livros e cerca de 4.000 títulos de publicações periódicas.
- Portal EDS (EBSCO Discovery Service) - Permite a pesquisa integrada de todos os recursos de informação disponibilizados pelo IST e pelas outras Escolas da Universidade de Lisboa (ULisboa).
- Normas Portuguesas, Europeias, ISO e de outras entidades de referência nas áreas de Arquitetura,

Engenharia, Ciência e Tecnologia.

- [Biblioteca Digital](#) – Integra outras bases de dados referenciais e em texto integral em acesso aberto, repositórios institucionais e temáticos.

Formação de utilizadores

A programação das formações obedece a uma calendarização anual, estruturada em dois semestres e está direcionada para os estudantes dos diversos graus de ensino, professores e investigadores.

- Como avaliar a informação na Internet
- Introdução ao Mendeley
- Introdução ao Zotero
- Koha, o catálogo da Biblioteca do Instituto Superior Técnico
- Pesquisar no EBSCO Discovery Service (EDS) da Universidade de Lisboa
- Uso ético da informação: a importância de citar e referenciar corretamente
- Utilizar a Biblioteca do Conhecimento Online (b-on)

Disponibiliza também na sua página web um conjunto de [Tutoriais](#) que apoiam a formação de utilizadores.

Empréstimo domiciliário

O [Serviço de Empréstimo](#) é efetuado de acordo com o Regulamento que estabelece diferentes categorias de utilizadores e respetivas condições de empréstimo.

Renovações

Cada utilizador pode fazer até duas renovações consecutivas dos documentos requisitados.

Reservas

Os utilizadores podem efetuar reservas dos documentos que se encontrem requisitados por outros leitores.

Empréstimo interbibliotecas

O [Empréstimo Interbibliotecas \(EIB\)](#) é um serviço que permite aos estudantes, professores e investigadores solicitar documentação não existente na biblioteca do IST, recorrendo a outras bibliotecas ou centros de documentação nacionais ou estrangeiros.



Locais de Estudo no Técnico - Espaços Académicos

Campus Alameda

Complexo Interdisciplinar

Biblioteca (Piso 0)

Pavilhão Central

Biblioteca (Piso 1)

Pavilhão de Civil

Espaço 24 Horas (Piso 0)

- sala 0.22 (vulgo "aquário")

- salas V0.02 a V0.09

LTI (Piso 1)

Biblioteca (Piso 01)

Espaço 24 Horas durante a época de exames (Piso 1), exclusivo a estudantes do IST:

- salas V1.07 a V1.09

- salas V1.23 a V1.26

Biblioteca (Piso 01)

Durante a época de exames

Salas V0.02 a V0.09, V1.07

a V1.09, V1.23 a V1.26

Pavilhão de Eletricidade

Sala de Computadores do

Departamento de Engenharia

Eletrotécnica e Computadores

(SCDEEC)

(Piso 1)

Pavilhão de Física

Sala de estudo, sala 2-8.12

Pavilhão de Informática I

Sala de estudo F1

Pavilhão de Informática II

Sala de estudo

Pavilhão de Informática III

(Piso 0, sala 0.09)

Pavilhão de Matemática

Sala 1.06 e 2.02

Pavilhão de Mecânica I

Sala de Estudo SEDEM

(Piso 3, sala 3.17)

Pavilhão do Jardim Norte

Espaço LTI-DSI, Salas 5 e 9

Pavilhão Secção de Folhas

Sala de estudo da AEIST

Torre Norte

Sala de Estudo (Piso 0, sala 0.15)

Biblioteca (Piso 1)

Torre Sul

Biblioteca (Piso 0)

Sala de Estudo (Q5.3)

LTI (Piso 5)

Campus Taguspark

Biblioteca (piso 0 e 1)

Biblioteca

Piso 0

Salas de estudo individual

Gabinetes de estudo em grupo

Piso 1

Salas de estudo

Laboratórios

Piso 0

0.14

Piso 1

1.15, 1.17, 1.19, 1.27, 1.29

Salas de aula

Piso 0

0.71, 0.73, 0.75

Piso 1

Sala de estudo 1º ano, 1.1

Os laboratórios e salas só podem ser utilizados se não estiverem a decorrer aulas.



Locais de Estudo em Lisboa e Oeiras - Espaços Académicos

 tempo de distância ao Campus Alameda

 link para o website (versão digital)

Centro Académico Edith Stein

Rua Alves Torgo, nº1, 6º andar, Arroios, Lisboa

 9 min (a pé)

Biblioteca Palácio Galveias

Campo Pequeno

1049-046 Lisboa

 14 min (a pé e metro)

Fundação Calouste Gulbenkian

Avenida Berna 45,

1067-001 Lisboa

 18 min (a pé)

CIUL - Centro de Informação Urbana

Picoas Plaza

Rua Viriato, 13 - núcleo 6-E, 1º

1050-233 Lisboa

 20 min (metro)

Biblioteca Municipal Orlando Ribeiro

Antigo Solar da Nora,

Estrada de Telheiras, 146,

1600-772 Lisboa

 21 min (metro)

Espaço Ágora

Rua da Cintura do Porto de Lisboa, Armazém 1

 23 min (metro)

Biblioteca da Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa

Cidade Universitária Alameda da Universidade,

1600-214 Lisboa

 25 min (metro)

Caleidoscópio

Jardim Campo Grande

 25 min (metro)

Biblioteca Universitária João Paulo II

Universidade Católica Portuguesa

Palma de Cima

1649-023 Lisboa

 30 min (metro e a pé)

Hemeroteca Municipal de Lisboa

Rua Lúcio de Azevedo, 21B

1600-145 Lisboa

 30 min (bus e metro)

Fundação Champalimaud

Avenida Brasília,

1400-038 Lisboa

 40 min (metro e comboio)

Biblioteca Municipal de Oeiras

Av. Francisco Sá Carneiro, 17

2780-241 Oeiras

 25 minutos (bus e a pé, do Campus Taguspark)

Biblioteca Municipal de S. Domingos de Rana

Rua das Travessas, 128, Bairro do Moinho ,

Massapés

2785-285 S. Domingos de rana

 30 minutos (bus, do Campus Taguspark)

Biblioteca Teresa e Alexandre Soares dos Santos - Nova SBE

Rua da Holanda, 1

2775-405 Carcavelos

 60 minutos (bus e a pé, do Campus Taguspark)



Locais de Estudo em Lisboa - Restantes Espaços

🕒 tempo de distância ao Campus Alameda

📍 Linha D'Água

Jardim Amália Rodrigues
Rua Marquês de Fronteira, 1070-295 Lisboa

🕒 13 min (bus)

📍 Café Royale

Largo Rafael Bordalo Pinheiro 29 R/C, 1200-369
Lisboa

🕒 21 min (metro)

📍 Picoas Plaza

Rua Tomás Ribeiro 65,
1050-227 Lisboa

🕒 21 min (metro)

📍 Pois, Café

Rua São João da Praça 93-95 1100-521 Lisboa
(Sé/Alfama)

🕒 24 min (metro)

📍 Casa do Lago

Jardim do Campo Grande
1700-090 Lisboa

🕒 25 min (metro)

📍 Cinemateca

Rua Barata Salgueiro 39,
1269-059, Lisboa

🕒 25 min (metro)

📍 Noobai Café

Miradouro de Santa Catarina (Adamastor)
Rua de Sta. Catarina
1200-401 Lisboa

🕒 26 min (metro)

📍 Ler Devagar

Rua Rodrigues Faria - 103
ed G0.3
1300-501 Lisboa, LX Factory

🕒 36 min (bus)

📍 Palácio Baldaya

Estrada de Benfica, 701A
1500-087 Lisboa

🕒 40 min (bus)

📍 Sala de leitura do Centro Cultural de Belém

Praça do Império,
1449-003 Lisboa

🕒 42 min (metro e bus)



Laboratórios de Tecnologias

Os Laboratórios de Tecnologias de Informação oferecem aos alunos de cada departamento, software, especializado para diversas unidades curriculares.

Têm também serviços de impressão (pequenos e grandes formatos) e cursos de formação que complementam as matérias lecionadas, de modo a facilitar a realização de futuros projetos.

Estes laboratórios oferecem-te não só um lugar de estudo como te disponibilizam um computador para que não tenhas de trazer o teu diariamente.

Laboratório de Tecnologias de Informação dos Departamentos de Engenharia Química e BioEngenharia (LTI-DEQB)

O LTI-DEQB encontra-se no 5º piso da Torre Sul e para além de vários computadores disponíveis para os alunos do IST, dispõe ainda de serviço de impressão A4, A3, posters e outros grandes formatos. O horário de funcionamento é de segunda a sexta das 8:00h às 20:00h.

🔗 ltideqb.tecnico.ulisboa.pt / 📱 [instagram@ltideqb.ist](https://www.instagram.com/ltideqb.ist)

Laboratório de Tecnologias de Informação do Departamento de Engenharia Civil (LTI DE Civil)

O LTI DE Civil encontra-se no 1º piso do pavilhão de Civil. Dispõe de vários serviços como cursos de formação, impressões A4, A3 e grandes formatos, encadernações entre outros serviços. Tem também salas multimédia disponíveis para os alunos e aulas do departamento. O horário de funcionamento varia mas é atualizado nas redes sociais do LTI DECivil (@ltidecivil no Instagram) e publicado também na entrada do Pavilhão de Civil.

🔗 ltidecivil.tecnico.ulisboa.pt

Sala de Computadores do Departamento de Engenharia Eletrotécnica e Computadores (SCDEEC)

A SCDEEC encontra-se no piso 1 do Pavilhão de Electricidade. Disponibiliza um parque informático com software especializado e ainda serviços de impressão e digitalização. O horário de funcionamento é de segunda a sexta das 9h às 20h.

🔗 scdeec.tecnico.ulisboa.pt

Laboratório de Engenharia Mecânica Assistida por Computador (LEMAC – LTI)

O LEMAC – LTI encontra-se no piso 1 do pavilhão de mecânica II, sala 1.26. Para além do software que disponibiliza dispõe também de serviço de impressões, digitalizações, acesso remoto aos computadores e cursos de formação. O horário de funcionamento é de segunda a sexta das 9h às 21h. É possível consultar a lotação em tempo real da sala através do link:

🔗 bit.ly/LEMAC_lotacao

🔗 fenix.tecnico.ulisboa.pt/departamentos/dem/lemac---liti

Sala de Computadores da Direção de Infraestruturas Computacionais (DIC)

A Direção de Infraestruturas Computacionais dispõe de duas salas abertas ao público 24h por dia, localizadas no Pavilhão Jardim Norte, das quais uma delas está equipada com computadores e software que cobre a maioria das necessidades dos alunos e a outra disponível para utilização de computadores portáteis pessoais.

🔗 si.tecnico.ulisboa.pt



Associação dos Estudantes do Instituto Superior Técnico (AEIST)

Tel.: (+351) 218 417 248

 aeist@aeist.pt

Horário de Atendimento Campus Alameda

Espaço AEIST
Segunda a Sexta,
das 9h às 12h e
das 13h às 17h

Secção de Folhas
Segunda a Sexta,
das 7h45 às 21h
Sábado das 9h às 13h

Secretariado da AEIST
Segunda a Sexta, das 9h às
12h e das 13h às 17h

Campus Taguspark

Secção de Folhas
Segunda a Sexta,
das 8h às 12h e
das 13h às 16h

Quem Somos?

A Associação dos Estudantes do Instituto Superior Técnico foi fundada a 11 de dezembro de 1911, sendo uma das maiores e mais antigas associações estudantis de Portugal. A função principal da AEIST é ser o órgão máximo de representação dos alunos do IST, tanto para efeitos internos como externos. Para assuntos dentro do Técnico, atuamos como o lugar de referência onde te podes dirigir, tanto no Taguspark como na Alameda, para esclarecer quaisquer dúvidas ou para resolver quaisquer problemas que surjam. Para todas as questões que possam aparecer, a Associação é a ponte entre os estudantes e a tua Instituição. Externamente, a AEIST representa todos os alunos do IST junto da Universidade de Lisboa, na Federação Académica de Lisboa, no Movimento Associativo Nacional e outros Órgãos Nacionais para debater todos os assuntos da política educativa no Ensino Superior, de forma a termos um ensino melhor e com uma maior intervenção estudantil.

Para além de tudo isto, a AEIST oferece também um vasto leque de oportunidades a toda a comunidade académica. Para todo o material que possas precisar, desde sebatas e fotocópias até cadernos e canetas, a Secção de Folhas é onde te deves dirigir para os adquirir. Adicionalmente, a AEIST dispõe de instalações desportivas diversas na Alameda, onde podes jogar futebol, ténis, padel e squash. Apenas tens de fazer a reserva na Secção de Folhas ou na plataforma online AirCourts!

Se pretenderes continuar ou iniciar a tua prática desportiva, basta passares nas instalações da AEIST e informares-te sobre as equipas da AEIST, masculinas e femininas, das várias modalidades. Se não praticares um destes desportos ou sejas praticante de um desporto individual, podes na mesma competir pela tua associação nos Campeonatos Nacionais Universitários.

Na vertente recreativa, quando reunidas as condições sanitárias, a tua Associação organiza a Santa Seбата, a primeira festa universitária do ano e, ainda no início de cada ano letivo, poderás conhecer o mítico Arraial do Técnico! Ainda a falar em festas, esperamos que tenhas a oportunidade de conhecer os grandes churrascos do Técnico, organizado por diversos grupos de estudantes, que trazem momentos de diversão e confraternização que bem irás precisar. Por fim, um dos papéis fulcrais da AEIST é também ser a ponte entre o mundo académico e o mundo empresarial. Para isto, organizamos diversos workshops e formações ao longo do ano para que possas conhecer o mercado de trabalho e estabelecer contactos com as empresas da tua área. Em maio irá decorrer a Jobshop, a maior feira de emprego universitária do país. Passa lá e conhece tudo o que o mundo do trabalho tem para oferecer!

Em suma, somos um grupo de estudantes que trabalha em prol dos estudantes quer internamente, através da dinamização de várias atividades e serviços, quer externamente, lutando por um ensino superior melhor e mais acessível. Conhece melhor o que fazemos em  www.aeist.pt e segue-nos nas redes sociais para ficares a par de tudo."



Fórum dos Núcleos de Estudantes do Técnico

Além da Associação dos Estudantes do Técnico, os estudantes têm vindo a criar uma vibrante comunidade de núcleos, compostos por estudantes de todos os cursos.

Estes núcleos promovem um conjunto de atividades que complementam a carreira académica dos estudantes, fazendo com que os estudantes do Técnico adquiram um conjunto de competências e mais-valias que os tornam ainda mais competitivos para o mercado de trabalho.

 [tt.tecnico.ulisboa.pt/
forum-dos-nucleos-de-estudantes](https://tt.tecnico.ulisboa.pt/forum-dos-nucleos-de-estudantes)

 pe@tecnico.ulisboa.pt

Regulamento:

 [tt.tecnico.ulisboa.
pt/files/sites/41/
regulamento-forum-dos-
nucleos-de-estudantes.pdf](https://tt.tecnico.ulisboa.pt/files/sites/41/regulamento-forum-dos-nucleos-de-estudantes.pdf)



Este Fórum funciona em estreita ligação com a AEIST – Associação dos Estudantes do Instituto Superior Técnico pela sua vontade de dar apoio às iniciativas dos estudantes do Técnico e também porque muitos dos núcleos são secções autónomas da Associação.

O Fórum dos Núcleos de Estudantes do Técnico é uma plataforma de colaboração entre as direções dos núcleos de estudantes e a estrutura administrativa e de gestão do IST, representada pelo Núcleo de Parcerias Empresariais da TT@Técnico.

Vem descobrir a nova plataforma dos clubes de estudantes do IST que já conta com 8 Clubes!

tt.tecnico.ulisboa.pt/forum-dos-nucleos-de-estudantes/clubes-de-estudantes

AeroTéc

Núcleo de Estudantes de Engenharia Aeroespacial do IST
aerotec.tecnico.ulisboa.pt

AmbientalIST

ambientalist.sa@aeist.pt
ambientalist.tecnico.ulisboa.pt

BEST Lisboa

Board of European Students of Technology - Lisbon Group
best.tecnico.ulisboa.pt

Diferencial

Jornal dos Estudantes do IST
diferencial.tecnico.ulisboa.pt

ETIST

Equipa de Ténis do Instituto Superior Técnico
tenis.tecnico.ulisboa.pt

Fórum Civil

Núcleo de Estudantes de Engenharia Civil do IST
forumcivil.tecnico.ulisboa.pt

Fórum Mecânica

Núcleo de Estudantes de Engenharia Mecânica
forummecanica.com

FST Lisboa

Formula Student do IST
fstlisboa.com/en/about/

GameDev – Núcleo GameDev do IST

gamedev@tecnico.ulisboa.pt
Game-Dev Técnico

GEST

Grupo de Estratégia, Simulação e Tática da AEIST
istGEST

GTIST

Grupo de Teatro do IST
GrupoTeatroIST

HackerSchool

Associação académica HackerSchool do IST
hackerschool.io

IEEE-IST

Institute of Electrical and Electronics Engineers - IST Student Branch
ieee-ist.org

JUNITEC

Júnior Empresas do IST
junitec.tecnico.ulisboa.pt

LAGE2

Laboratório de Apoio à Gestão de Actividades Extracurriculares dos Estudantes do IST
lage2.tecnico.ulisboa.pt

N3E

Núcleo de Estudantes de Engenharia Eletrónica do IST
n3e.tecnico.ulisboa.pt

NAEN

Núcleo de Alunos de Engenharia Naval do IST
NAENaval

NAF

Núcleo de Arte Fotográfica do IST
nucleodeartefotografica.pt/sobre

NAS

Núcleo de Atividades Subaquáticas da AEIST
aeist.pt/854-2/

NBIST

Núcleo de Basquetebol da AEIST

 [basquetebol.tecnico](#)

NEAIST

Núcleo de Estudantes Africanos do SIT

 [Núcleo-de-Estudantes-Africanos-do-Instituto-Superior-Técnico-105347704280347/](#)

NEB

Núcleo de Engenharia Biológica do IST

 [neb.tecnico.ulisboa.pt](#)

NEBM

Núcleo de Engenharia Biomédica do IST

 [nebm.tecnico.ulisboa.pt](#)

NEEA

Núcleo de Estudantes de Engenharia do Ambiente do IST

 [neeambi.wordpress.com](#)

NEECIST

Núcleo de Estudantes de Eletrotécnica e Computadores do IST

 [neecist.org](#)

NEEGI

Núcleo de Estudantes de Engenharia e Gestão Industrial do IST

 [neegi.tecnico.ulisboa.pt](#)

NEETI

Núcleo de Estudantes de Engenharia de Telecomunicações e Informática do IST

 [neeti.tecnico.ulisboa.pt](#)

NEIIST

Núcleo Estudantil de Informática do IST

 [neiist.tecnico.ulisboa.pt](#)

NEMat

Núcleo de Estudantes de Materiais do IST

 [nemat.tecnico.ulisboa.pt](#)

NEQIST

Núcleo de Engenharia Química do IST

 [neqist.ist.utl.pt](#)

NETEC

Núcleo de Energia do Técnico

 [netec.tecnico.ulisboa.pt](#)

NFIST

Núcleo de Física do IST

 [nfist01.ist.utl.pt](#)

NMATH

Núcleo de Estudantes de Matemática do IST

 [nmathist](#)

NucleAr

Núcleo de Estudantes de Arquitetura do IST

 [nuclear.tecnico.ulisboa.pt](#)

NUMIST

Núcleo de Estudantes de Minas do IST

 [numist.tecnico.ulisboa.pt](#)

Projecto TSB

Técnico Solar Boat

 [tecnicosolarboat.tecnico.ulisboa.pt](#)

Projeto TLMoto

MotoStudent do IST

 [tlmoto.tecnico.ulisboa.pt](#)

PSEMyIST

Projecto Shell Eco-Marathon by IST

 [psem.tecnico.ulisboa.pt](#)

QueerIST

Núcleo Queer do IST

 [QueerIST](#)

Rádio Zero da AEIST

 [radiozero](#)

SSETI-IST

Student Space Exploration and Technology Initiative of IST

 [aeist.pt/sseti-ist](#)

Systems Group

Júnior Empresa do Instituto Superior Técnico

 [systems-group.org](#)

TFCell – Técnico Fuel Cell

geral@tfcell.tecnico.ulisboa.pt

 [tfcell.tecnico.ulisboa.pt](#)

TFIST

Tuna Feminina do IST

 [tfist.tecnico.ulisboa.pt](#)

TMIST

Tuna Mista do IST

 [tmist.net](#)

TUIST

Tuna Universitária do IST

 [tuist.tecnico.ulisboa.pt](#)





Museus

O património, exibido ou visitável, dos Museus do Técnico, possui um carácter pedagógico sendo regularmente alterado de forma a permitir a divulgação dos acervos. O património científico e didático, coletado em gabinetes, laboratórios e salas de aula da Escola, tem sido mantido por docentes e técnicos dos departamentos ao longo do tempo.

Serviço Educativo dos
Museus do Técnico

 servicoeducativomuseus@tecnico.ulisboa.pt

Tel.: (+351) 218 419 342

Horário de Atendimento

Dias úteis, 9h00 às 12h00
e das 14h00 às 17h00

 [servicoeducativomu-
seustecnico](https://www.facebook.com/servicoeducativomuseustecnico)

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





O Instituto Superior Técnico possui um vasto e valioso património histórico e cultural do qual se distinguem os espaços museológicos. Atualmente existem quatro espaços museológicos e a Coleção de Química que se distinguem pelo seu extenso e valioso espólio. Estes espaços, abertos ao público em geral, têm por missão dar a conhecer à comunidade académica, e à sociedade, o património museológico e universitário do Técnico e potenciar a sua valorização, através da realização de exposições e outras ações com carácter científico, educativo, cultural e de lazer contribuindo para a ligação do IST à sociedade. Venh conhecer a ciência, tecnologia e arquitetura de uma forma diferente. À tua espera estão objetos e espaços históricos que vão despertar a vontade de saber mais.

Museus de Geociências – Alfredo Bensaude e Décio Thadeu (Pavilhão de Minas)

São museus dedicados à mineralogia, cristalografia e petrologia portuguesas e da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa. Foram criados em 1936, aquando da inauguração das instalações do Instituto na Alameda D. Afonso Henriques. As coleções, todavia, tiveram origem no seio de instituições precursoras, como o Instituto Industrial de Lisboa e o Instituto Industrial e Comercial de Lisboa.

Museu de Engenharia Civil (Pavilhão de Civil)

Inaugurado em 1993, podes visitar um acervo composto por peças relacionadas com a atividade e o ensino no domínio da Engenharia Civil. Estão expostos elementos como uma maquete da gaiola pombalina, ilustrando a técnica construtiva antissísmica aplicada após o terramoto de 1755; uma amostra do primeiro betão armado fabricado em Portugal, uma referência à época de inovação tecnológica, o ateliê de trabalho do arquiteto Álvaro Machado, recriado segundo o original.

Museu Faraday (Pavilhão de Eletricidade)

Podes ver um importante conjunto de aproximadamente 800 instrumentos e equipamentos científicos históricos, sobretudo dos séculos XIX e XX. A maior parte do acervo resulta de décadas de ensino e investigação no Técnico, nas áreas da Física, particularmente Eletricidade e Magnetismo, da Eletrotécnica, da Eletrónica e das Comunicações (Rádio, TV, Computadores). Dispõe de módulos interativos e novas tecnologias, para além da apresentação e interpretação da investigação contemporânea do Técnico.

Os Museus podem ser visitados em dias úteis, por marcação prévia para o Serviço Educativo dos Museus do Técnico, através do email:

✉ servicoeducativomuseus@tecnico.ulisboa.pt

Coleção de Química (Torre Sul)

Podes ter acesso a ela nos corredores da Torre Sul e ver a uma grande coleção de objetos que remontam à Engenharia '*Chimico-Industrial*' que foi um dos 5 cursos de engenharia criados no IST em 1911.



Sala de espera dos Serviços de Saúde do Técnico



Capítulo 2

Serviços de Apoio ao Estudante

.....

Núcleo de Desenvolvimento Académico (NDA)

.....

Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE)

.....

Núcleo de Mobilidade e Cooperação Internacional
(NMCI)

.....

Núcleo de Alojamentos (NA)

.....

Área de Graduação (AG)

.....

Área de Pós-Graduação (APG)

.....

Apoio ao Estudante Taguspark

.....

Apoio às Necessidades Educativas Especiais

.....

Programa de Desenvolvimento de Carreiras

.....

Núcleo de Segurança, Higiene e Saúde (NSHS)

.....

Serviços de Informática (SI)

.....

Serviços de Saúde do Técnico

.....

Serviços de Ação Social ULisboa (SASULisboa)



Núcleo de Desenvolvimento Académico (NDA)

Campus Alameda

Pavilhão de Civil,
3º piso, entrada 5.09
Gabinets 5.10 a 5.13

✉ nda@tecnico.ulisboa.pt
Tel.: (+351) 218 419 412

Horário de Atendimento

Dias úteis, 9h30 às 12h00
e das 14h00 às 16h30

🌐 nda.tecnico.ulisboa.pt

Acompanha-nos nas redes
sociais:

📘 [NDA.IST](#)

📷 [nda.ist](#)



O Núcleo de Desenvolvimento Académico (NDA) dá-te as boas vindas ao Técnico. Temos como missão apoiar a tua integração e sucesso académico, suavizando a transição do Ensino Secundário para o Ensino Superior. Com o apoio e envolvimento dos professores, pretendemos proporcionar-te momentos de desenvolvimento pessoal e académico.

Sabias que tens um tutor?

Todos os alunos de 1º e 2º ano têm um Tutor. Após a tua inscrição, terás acesso ao nome do teu Tutor no Passaporte, na folha do teu horário, ou em alternativa na tua área do Fénix. O Tutor é um professor do teu curso que se disponibilizou para acompanhar um grupo de alunos, formalmente, durante os dois primeiros anos letivos. O Tutor acompanha-te e apoia-te na tua integração académica no IST, ajudando-te a compreender melhor o funcionamento do teu Curso e a planeares melhor o estudo e as avaliações.

O que tens a ganhar em participar no Programa de Tutoria?

- Não te sentires como um número (queixa frequente dos estudantes no primeiro ano);
- Teres acesso privilegiado a informação sobre o teu curso e sobre a escola;
- Saberes que contas com alguém experiente que vai acompanhar o teu percurso no IST;
- Perceberes que os docentes do IST estão disponíveis para colaborar contigo no teu percurso académico de modo a viveres melhor os teus anos na Universidade, promovendo também o teu desenvolvimento como pessoa;
- Teres alguém com quem falar quando te sentires desmotivado, perdido ou confuso no IST;
- Seres apoiado na planificação das tuas avaliações, prioridades e métodos de estudo e ainda na tua gestão de tempo.

Sabes que tens um programa de formações à tua medida?

As nossas formações e workshops são concebidas para dar uma resposta direta às tuas necessidades e interesses, são desenvolvidas com base em atividades dinâmicas que promovem a tua real evolução nos temas propostos.

E uma equipa especializada para te acompanhar?

Este programa tem técnicos para acompanhar-te no teu percurso académico, procurando promover as tuas competências e apoiando o teu desenvolvimento pessoal, como ser humano autónomo e protagonista do teu próprio percurso.

Sabias que o Técnico tem parcerias com Mecenas e Empresas que financiam Bolsas de Estudo para os estudantes?

Para a promoção da igualdade de oportunidades no ensino superior unimos esforços no âmbito da responsabilidade social.

Fique atento ao nosso site e não perca nenhuma oportunidade de concorrer a um dos nossos concursos de Bolsas de Estudo.

 nda.tecnico.ulisboa.pt/estudantes/bolsas-de-estudo-e-merito/



Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE)

Campus Alameda

Pavilhão Central,
Piso 1, porta 1.27

✉ nape@tecnico.ulisboa.pt
Tel.: (+351) 218 417 251

Horário de Atendimento

Receção do Pavilhão Central
dias úteis,
das 9h às 16h

Podes contar connosco
em qualquer altura do
percurso académico! Se
tiveres alguma questão não
hesites em contactar-nos.

🔗 nape.tecnico.ulisboa.pt
🔗 <http://bit.ly/NAPEatendimentos>
(vídeochamada)

Redes Sociais:

📘 [napeist](#)
📸 [nape_ist](#)

O Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE) tem como missão promover a integração de todos os alunos, apoiando iniciativas que contribuam para um envolvimento efetivo da comunidade académica da Escola, bem como divulgar o Técnico junto dos meios estudantis, em especial ao nível do ensino secundário.

Um dos objetivos do NAPE consiste no acolhimento de todos os novos alunos, nacionais e internacionais, através do Programa Mentorado. Para a criação de uma rede de apoio de integração aos novos alunos (Mentorandos), o NAPE conta com o auxílio de alunos do Técnico de anos superiores (Mentores) que, de forma voluntária, e dada uma área de estudos em comum, são os pares ideais para facilitar a transição entre o Ensino Secundário e a Universidade, potenciando o seu aproveitamento académico.

No NAPE, acreditamos que cada aluno é uma potencial história de sucesso e o nosso apoio decorre de forma a assegurar a adaptação ao ritmo e nível de trabalho exigidos no Técnico. Atendendo a isto, o Programa Mentorado funciona como um acompanhamento personalizado, onde cada Mentor entende muito bem as especificidades dos obstáculos que vão surgindo no caminho dos seus Mentorandos. O apoio do Mentor é bastante diversificado, abrangendo questões académicas, pessoais e, também, profissionais. A experiência do Mentor é uma ferramenta muito útil para o esclarecimento de dúvidas, no relacionamento com colegas e professores.

O NAPE desempenha um papel crucial na promoção da Escola, e nas escolas secundárias através do Programa de Divulgação do Técnico, no qual os estudantes do Técnico podem participar como Embaixadores do Técnico, desenvolvendo as suas competências de comunicação e tornando-se mais interventivos na faculdade.

Os estudantes do Técnico podem envolver-se diretamente nas nossas atividades e serem mais interventivos como Embaixadores do Técnico, uma oportunidade para partilhar a sua experiência, ajudar esclarecer os estudantes das escolas secundárias e desenvolver competência. O NAPE desempenha também um papel crucial na promoção da Escola, dinamizando atividades de ciência e tecnologia junto dos mais novos nas escolas básicas através do projeto Ciência@Schools.

Ao longo do percurso académico, o NAPE promove o enriquecimento pessoal, proporcionando um conjunto de oportunidades de desenvolvimento de hard e soft skills, como é o caso do NAPE Skills Factory, um ciclo de workshops semestral.

Procuramos ainda apoiar os alunos finalistas, colaborando no desenvolvimento de diversas iniciativas direcionadas a esta etapa do seu percurso académico, como por exemplo as Alumni Talks e Alumni E.Stories organizadas pela TT@Técnico, que permitem aproximar os nossos de alumni que já se encontram no mercado de trabalho e cujo percurso profissional é bastante inspirador.



Núcleo de Mobilidade e Cooperação Internacional (NMCI)

Campus Alameda

Pavilhão Central

R/C Sala 0.14

✉ nmci@tecnico.ulisboa.pt

Horário de Atendimento

Atendimento ao Público

2ª, 4ª e 6ª Feira

Das 10h00 as 12h00 e

14h00 as 16h00.

🌐 aai.tecnico.ulisboa.pt/en/nucleo-de-mobilidade-e-cooperacao-internacional/

Missão

A Missão do Núcleo de Mobilidade e Cooperação Internacional (NMCI) é coordenar e promover os programas de mobilidade, identificar o estabelecimento de parcerias internacionais, apoiar os estudantes portugueses e internacionais no âmbito dos programas de mobilidade e acolher e acompanhar visitas de docentes e não-docentes no âmbito dos programas de mobilidade.

Competências NMCI

- Coordenar os programas de mobilidade;
- Identificar e promover o estabelecimento de parcerias internacionais no âmbito de mobilidade;
- Divulgar e promover os programas de mobilidade;
- Dar apoio administrativo aos estudantes portugueses e internacionais no âmbito dos programas de mobilidade;
- Apoiar os estudantes em mobilidade nos vistos, contratos e bolsas;
- Facilitar informação sobre o alojamento aos alunos internacionais e investigadores;
- Organizar ações que facilitem a receção e integração dos alunos de mobilidade e promovam a mobilidade dos alunos do Técnico Lisboa (sessão de boas-vindas, Iday, etc.);
- Acolher e acompanhar visitas de docentes e não-docentes internacionais no âmbito dos programas de mobilidade e parcerias internacionais;
- Organizar e participar em eventos nacionais e internacionais que promovam a mobilidade ou intercâmbio.



Direção Académica/ Área de Graduação (AG)

Campus Alameda

Pavilhão Central, R/C

✉ ag@tecnico.ulisboa.pt

Agendamento presencial é efetuado por marcação para o email

✉ ag@tecnico.ulisboa.pt

10h às 12h e das 14h às 16h

📍 graduacao.tecnico.ulisboa.pt

Campus Taguspark

Piso 0, sala 0.29

✉ academicatagus@tecnico.ulisboa.pt

Horário de Atendimento

Segunda a sexta-feira

Das 09h30 às 16h00

Tel.: (+351) 21 040 7076

📍 agrhat.tecnico.ulisboa.pt/academica

Missão

Na Área Académica são tratadas e dadas informações sobre todos os assuntos relacionados com matrículas, inscrições, propinas, registo académico e certificação. É ainda neste serviço que o corpo docente procede ao registo das classificações nas diversas unidades curriculares, se arquivam os programas das unidades curriculares dos cursos ministrados, se faz a recolha de dados para fins estatísticos e se procede à organização dos dados curriculares para o arranque do ano letivo.

O atendimento a alunos e docentes é efetuado nas secretarias da Área de Graduação do Campus da Alameda e da Área Académica do Taguspark. No Campus Alameda a Secretaria situa-se no r/c do Pavilhão Central, no Campus do Taguspark a Secretaria situa-se na sala 0.29 no piso 0.

Para além do atendimento presencial, telefónico e por correio eletrónico, a Área de Graduação disponibiliza no seu website impressos e minutas para requerimentos, bem como informações relevantes para os Candidatos e Alunos do Técnico Lisboa.

Calendário escolar

🔗 guiaacademico.tecnico.ulisboa.pt/10-e-20-ciclos-e-ciclos-integrados/calendarios/calendario-escolar-202122/

Calendários de prazos académicos

🔗 guiaacademico.tecnico.ulisboa.pt/10-e-20-ciclos-e-ciclos-integrados/calendarios/calendario-de-prazos-academicos-20212022/

Guia académico do IST, 1º e 2º ciclos

🔗 guiaacademico.tecnico.ulisboa.pt/10-e-20-ciclos-e-ciclos-integrados/



Área de Pós-Graduação (APG)

Campus Alameda

Pavilhão Central, 1º Piso

Tel: (+351) 218 419 543

✉ posgraduacao@tecnico.ulisboa.pt

Horário de Atendimento

Segunda, terça, quarta e sexta-feira das

10H00 às 12H00 e das

13H30 às 16H30

Quinta-feira, 10H00 às

12H00 e das 15H00 às

18H00

✉ posgraduacao.tecnico.ulisboa.pt

Missão

A Área de Pós-Graduação (APG) tem como missão a gestão académica dos Programas Doutorais. Garante ainda a instrução dos processos de reconhecimento de graus académicos e diplomas estrangeiros e a instrução das Provas Académicas conducentes a outros títulos académicos (e.g. Título de Agregado).

A Área de Pós-Graduação, é a estrutura da Direção Académica do IST responsável pela gestão dos processos e procedimentos administrativos relacionados com os percursos académicos de nível pós-graduado, nomeadamente, [Programas Doutorais](#), [Diplomas de Formação Avançada \(DFA\)](#) e outros perfis de formação pós-graduada não conferentes de grau académico (até final de 2019).

A Área de Pós-Graduação garante ainda a instrução e tramitação dos dos processos e o reconhecimento de graus académicos estrangeiros (Licenciado, Mestre e Doutor) e a instrução das [Provas Académicas](#) conducentes à atribuição dos títulos de [Agregado](#) e de [Habilitação para o Exercício de Funções de Coordenação Científica](#).

Esta área está organizada por setores de atuação (coordenação, front-office, registo académico, provas académicas, financeira e arquivo e logística) podendo todos (candidatos, alunos e docentes) solicitar por correio eletrónico ou presencialmente o apoio e esclarecimento necessários a um bom entendimento das normas em vigor e, respetivos procedimentos académicos, ao nível do 3º ciclo de estudos, conferentes ou não de grau.

Não obstante deve o aluno consultar um conjunto de documentos necessários ao seu percurso académico, disponíveis no [website do IST](#), em **Alunos**:

- ✈ [Calendário escolar](#)
- ✈ [Calendário de prazos académicos](#)
- ✈ [Guia académico do IST, 3º ciclo](#)



Apoio às Necessidades Educativas Especiais

Campus Alameda

Área de graduação

Lídia Silva

✉ lidia.silva@tecnico.

ulisboa.pt | 218 417 953

🌐 <https://bit.ly/2jtakbr>

Núcleo de apoio ao
estudante

Carolina Ferreira

✉ carolinaferreira@tecnico.

ulisboa.pt | 218 419 021

🌐 nape.tecnico.ulisboa.pt

Campus Taguspark

Área de gestão de recursos
humanos e académicos do
taguspark

(Apoio ao estudante)

Carla Costa

✉ carla.boura@tecnico.

ulisboa.pt | 214 233 545

🌐 [agrhat.tecnico.ulisboa.
pt/apoio-ao-estudante/](mailto:agrhat.tecnico.ulisboa.pt/apoio-ao-estudante/)

O Instituto Superior Técnico disponibiliza condições de frequência e avaliação adaptadas aos estudantes que em algum momento do percurso académico apresentem necessidades educativas especiais, como deficiência, problemas de saúde e/ou dificuldades de aprendizagem específicas.

O Estatuto de Estudante com Necessidades Educativas Especiais (🔗 [Despacho n.º 7856/2019 de 5 de setembro](#)) deve ser requerido no início do ano letivo, exceto no caso de situações temporárias, em que só pode ser apresentado aquando da ocorrência. Por exemplo, no caso de fratura do braço que impossibilite a realização de provas escritas autonomamente, poderá ser proporcionado acompanhamento por um Guia do Núcleo de Apoio ao Estudante durante as avaliações, de comum acordo com docentes das respetivas unidades curriculares.

Sabe mais sobre os recursos que tens ao teu dispor e como podes requerer o acesso aos mesmos!

Responsável - Diretora da Área Académica: Cristina David

Ligações úteis

🔗 [Rede NEE-ULisboa](#) - Regulamento do Estudante com Necessidades Educativas Especiais da ULisboa (🔗 [Despacho n.º 6255/2016, de 11 de maio](#))

🔗 [Balcão IncluiES](#) da Direção Geral do Ensino Superior - Informação sobre bolsas de estudo para estudantes com grau de incapacidade igual ou superior a 60% (🔗 [Despacho 8584/2017 de 29 de setembro](#))

🔗 [GTADEES](#) - Grupo de Trabalho para o Apoio a Estudantes com Deficiências no Ensino Superior

Regulamento do Estudante com Necessidades Educativas Especiais do Instituto Superior Técnico (🔗 [Despacho 7856/2019](#))

O GENEE - Grupo de trabalho para estudantes com necessidades educativas especiais do Técnico Lisboa foi oficializado e tem como objetivos principais: sensibilizar toda a comunidade académica para a realidade emergente dos estudantes com necessidades educativas especiais, promover medidas práticas de inclusão durante a vida académica e garantir transições suaves para as suas futuras carreiras de engenharia. O GENEE é composto por pessoas de vários serviços do IST, por docentes e por estudantes com NEE. As suas áreas de atuação são: Informação, Legislação e Regulamentos, Acessibilidade Física e Digital, Práticas Pedagógicas e Formação, Empregabilidade e Eventos.

Coordenação: Carla Boura - Apoio ao Estudante campus do Taguspark



Apoio ao Estudante

Campus Taguspark

Piso 0, sala 0.53

✉ carla.boura@tecnico.
ulisboa.pt

Horário de Atendimento

Segunda, quarta e sexta-feira das 10H00 à 12H00 e das 14H00 às 16H00
Outros horários mediante agendamento.

Tel.: (+351) 21 4233545

O Apoio ao Estudante do Taguspark tem como missão promover a integração e inclusão académica, assim como prestar apoio psicopedagógico aos estudantes do campus do Taguspark, promovendo todo o tipo de iniciativas que contribuam para um envolvimento efetivo da comunidade académica da Escola.

Uma das áreas de atuação do Apoio ao Estudante, consiste no acolhimento dos novos alunos nacionais e internacionais, no campus do Taguspark, através do Programa de Mentorado. Numa ação paralela às do NAPE, é criada uma rede de apoio, de integração e de acompanhamento aos novos alunos (Mentorandos), que assenta na ajuda voluntária de alunos do Técnico de anos anteriores (Mentores), que com a sua experiência académica, suavizam a transição para o mundo universitário no caso dos alunos do 1º ano. Um dos focos principais do Programa de Mentorado é a promoção do sucesso académico destes estudantes, através da monitorização de resultados e de apoio prestado em grupos de estudo numa sala dedicada aos estudantes do 1º ano.

Os Estudantes com Necessidades Educativas Especiais (ENEE), após a abertura do processo para aquisição do seu estatuto, são também acompanhados no seu percurso académico e nas suas relações com os docentes. O Apoio ao Estudante também acolhe, integra e dá informação aos Estudantes de Mobilidade (alunos Incoming e Outgoing) que ingressam nos cursos do Taguspark.

Criando uma ligação única entre cada estudante e a Escola, o Apoio ao Estudante do Taguspark promove ainda a formação centrada na utilização de várias ferramentas, uma delas o coaching transformacional, orientadas para a melhoria do desempenho e autonomia.

Contem com o nosso apoio! Estamos à vossa disposição para esclarecer dúvidas e falar convosco.



Career Discovery @ Técnico

Programa de Descoberta de Carreiras dos Estudantes do Técnico

Prepara-te para os processos de recrutamento, conhece o mercado de trabalho e contacta com potenciais empregadores.

Horário de Atendimento

Segunda a sexta-feira, das
10h às 12h e das 14h às 16h
Atendimento sujeito a
marcação prévia

Programa organizado pela
Área de Transferência de
Tecnologia do Técnico

 tt.tecnico.ulisboa.pt

 pe@tecnico.ulisboa.pt

Redes Sociais:

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

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

 [TT@Técnico](https://www.linkedin.com/company/tt-tecnico)

 [TT_Tecnico](https://twitter.com/TT_Tecnico)

O que sei sobre os processos de recrutamento?

Técnico Career Sessions

Assiste a uma sessão informativa sobre o programa de descoberta de carreira para os estudantes do Técnico.

Técnico Career Workshops

Inscribe-te nas ações de formação de preparação para o processo de recrutamento.

Onde posso explorar as minhas opções de carreira?

Técnico Career Weeks

Participa na semana de carreira do teu curso, com painéis de empresas e outras oportunidades para conheceres potenciais empregadores.

Técnico Alumni Mentoring

Vem obter orientação e apoio sobre as escolhas, caminhos e desafios da profissão com um Alumni do Técnico.

Alumni Talks@Técnico

Vem conversar com Alumni do Técnico e conhecer as suas carreiras de sucesso.

Jobshop@Técnico by AEIST

Participa na Feira de Emprego do Técnico organizada pela AEIST.

Pitch Bootcamp@Técnico by Spark Agency

Candidata-te a um programa de dois dias de aceleração de competências que junta estudantes brilhantes com algumas das empresas mais competitivas.

Como posso descobrir a minha paixão?

Técnico Summer Internships

Procura e candidata-te a um estágio de verão proposto pelas empresas no Técnico Job Bank.

Técnico Student Business Cards

Deixa uma marca duradoura no teu potencial empregador com o teu cartão-de-visita de estudante do Técnico.

Técnico Job Bank

Encontra oportunidades de emprego destinadas a estudantes e a recém-diplomados do Técnico.

 jobbank.tecnico.ulisboa.pt

Inside View@Técnico by BEST Lisboa

Visita uma empresa e acompanha um(a) profissional na tua área de estudo num dia comum de trabalho.

Acompanha as iniciativas e atividades em que podes participar em:  careerdiscovery.tecnico.ulisboa.pt

Explora novas perspectivas, testa os teus limites e desenvolve o teu potencial!



Núcleo de Segurança, Higiene e Saúde (NSHS)

O Núcleo de Segurança Higiene e Saúde é uma unidade de apoio, vocacionada para a promoção das condições de trabalho na área de segurança e higiene. Desde a sua formação e dinamização, o NSHS apresenta-se também vocacionado para a área de intrusão, incêndios ou outros aspetos de proteção e segurança.

Campus Alameda

Av. Rovisco Pais, 1,
1049-001 Lisboa
Tel: + 351 218 419 162
(ext. 3162)

 nshs@tecnico.ulisboa.pt



**Em caso de emergência devem
contactar o número da respetiva
Central de Segurança/Portaria:
Contactos Central de Segurança
e Portarias:**

Campus Alameda:

Ext. 2000 ou tel: 218 418 000

Campus Taguspark:

Ext. 5002 ou tel: 214 233 202

CTN:

Ext. 2000 ou tel: 219 946 000





O NSHS tem diversas áreas de atuação, das quais se destacam:

1. Emergência;
2. Vigilância
3. Outros (Primeiros socorros, Resíduos, Avaliações de Risco, Desbaratizações/Desinfestações, Gestão de Perdidos e Achados, Covid-19)

Emergência

Neste âmbito o NSHS tem como missão controlar todos os equipamentos contra incêndios (Extintores, Redes de incêndio, Sistemas automáticos de deteção de incêndios,...). Para além do referido, também elabora os procedimentos de segurança e acompanha a elaboração dos Planos de Segurança do IST. Para mais informações consulta: nshs.tecnico.ulisboa.pt/emergencia/

Vigilância

O NSHS controla os serviços de vigilância implementados nos espaços do IST, produzindo e atualizando os procedimentos de segurança.

Outros

(Primeiros socorros, Resíduos, Avaliações de Risco, Desbaratizações/Desinfestações, Gestão de Perdidos e Achados, Covid-19)

Para mais informações sobre as áreas abaixo devem consultar a respetiva página:

Primeiros socorros

nshs.tecnico.ulisboa.pt/primeiros-socorros/

Resíduos

<https://nshs.tecnico.ulisboa.pt/residuos/>

Covid-19

<https://nshs.tecnico.ulisboa.pt/covid-19/>

Perdidos e Achados

No caso de perda de algum objeto devem dirigir-se à Central de Segurança (Alameda – Pavilhão Jardim Norte) ou à Portaria (Taguspark) e perguntar se foi entregue o objeto perdido.



Serviços de Informática (SI)

Os Serviços de Informática são responsáveis pelos recursos informáticos, pela infraestrutura de rede e pelos sistemas de informação central do Instituto Superior Técnico.

Campus Alameda

Pavilhão Central

R/C sala 0.53

Tel: (+351) 218 417 506

Campus Taguspark

1º Piso sala 1.46

Tel: (+351) 214 233 214

 si.tecnico.ulisboa.pt

 si@tecnico.ulisboa.pt



Acesso à Rede Informática do Técnico

Os alunos têm direito a utilizar a rede e recursos informáticos do Instituto Superior Técnico, os quais são centralmente geridos pelos Serviços de Informática. A utilização da rede pode ser feita através de computadores do Técnico ou pela ligação à infraestrutura de rede de computadores portáteis próprios. Neste último caso, a ligação à rede pode ser efetuada em alguns locais selecionados onde existem pontos de rede disponíveis, ou por acesso sem fios, disponível na maioria do Técnico.

Durante o processo de inscrição, o aluno fica automaticamente com acesso à maior parte dos recursos informáticos do Técnico, nomeadamente uma conta de correio eletrónico (e-mail), área para armazenamento de ficheiros e páginas pessoais, acesso a diversas licenças de *software* e acesso à rede sem fios.

Todos os serviços informáticos disponíveis encontram-se listados em: si.tecnico.ulisboa.pt (ver nomeadamente a opção "serviços" desta página). O sistema de gestão académica ou intranet do Técnico (designado Fénix) permite o acesso a toda a informação do aluno e das disciplinas, incluindo horários, material bibliográfico, e vários serviços de índole pessoal, académica e pedagógica como, por exemplo, a consulta do currículo e inscrições em disciplinas e exames.

O sistema Fénix é a principal fonte de informação académica do Técnico fora das aulas, pelo que a sua utilização e consulta regular é indispensável a toda a população do Técnico. O acesso ao sistema Fénix pode ser feito directamente (fenix.tecnico.ulisboa.pt) ou a partir do menu "Aplicações" que se encontra disponível no canto superior direito do website do Técnico (tecnico.ulisboa.pt).

O *username* e *password* fornecidos durante o processo de inscrição (Técnico ID), além de permitirem o acesso à maioria dos recursos informáticos do Técnico, permitem igualmente o acesso a dados pessoais e ficheiros, e a realização de atos académicos de elevada responsabilidade (inscrição e cancelamento de inscrições, submissão de trabalhos, etc.). Deste modo, a palavra-passe fornecida (associada ao Técnico ID) durante o processo de inscrição é estritamente confidencial e deverá ser do conhecimento exclusivo do aluno. Por razões de segurança, recomenda-se fortemente a sua alteração periódica (fazendo *login* no sistema Fénix e selecionando no separador "pessoal" a opção *password*). A palavra-passe pode ser recuperada através do telemóvel ou cartão de cidadão. Para a recuperação por telemóvel é essencial manter o número de telemóvel registado/atualizado no sistema Fénix, na tabulação "Pessoal".

Na utilização dos recursos informáticos do Técnico, o aluno deve ter em atenção que estes se destinam a fins académicos. É interdita a utilização da rede para fins políticos, comerciais ou outros que, de qualquer forma, sejam contraditórios com os princípios éticos e de funcionamento do Técnico. É igualmente interdita a utilização da rede para a cópia de material protegido por direitos de autor, como sejam *software*, música, filmes ou livros, exceto quando tal for explicitamente autorizado pelos autores. Estas e outras normas de utilização dos serviços, recursos e sistemas informáticos disponibilizados pelos Serviços de Informática podem ser consultadas em si.tecnico.ulisboa.pt/normas



Serviços de Saúde

O Instituto Superior Técnico, disponibiliza uma Unidade de Saúde criada com o objetivo de promover melhores condições de vida e de trabalho a toda a comunidade do IST.

Campus Alameda

Pavilhão de Ação Social
(junto ao edifício da AEIST)
Tel: (+351) 218 419 343 / 640
saude@tecnico.ulisboa.pt

Campus Taguspark

Piso 0, sala 0.20
Tel: (+351) 214 233 220
saude@tecnico.ulisboa.pt
[saude.tecnico.ulisboa.pt](https://www.tecnico.ulisboa.pt/saude)

Especialidades

Acupuntura
Apoio Psicopedagógico
Clínica Geral
Dermatologia
Ginecologia - Obstetrícia
Medicina Dentária
Optometria
Orientação Vocacional
Ortopedia
Osteopatia
Fisioterapia
Psiquiatria
Psicologia e
Aconselhamento de
Adultos
Psicologia crianças
e adolescentes
Terapia Familiar
Terapia da Fala
Neurocirurgia

Serviço de Enfermagem Gratuito

Rastreios Gratuitos:
Saúde Oral
Acuidade Visual
Glicémia, colesterol
e triglicéridos

Sobre os nossos serviços

Missão

Os Serviços de Saúde assumem o compromisso de diagnosticar e tratar de forma célere e eficaz quem a ele recorre, respeitando a dignidade e bem-estar do indivíduo, ajustando novas práticas às necessidades específicas da organização e às permanentes modificações do mercado e contexto social.

Visão

Ser reconhecidos pela excelência clínica, eficácia e eficiência, assumindo-nos como uma instituição de referência na área da Saúde.

Valores

Respeito | Integridade | Honestidade e Rigor | Ética | Inovação | Compromisso

Porque promover o bem-estar é importante temos uma equipa de psicólogos para te apoiar.

O acompanhamento psicoterapêutico oferece oportunidades de explorar tanto áreas da nossa vida pessoal quanto profissional ou académica. Não precisamos de estar em crise ou ter um problema de saúde mental para beneficiar destes serviços. O acompanhamento psicoterapêutico pode abordar muitas questões de vida, nomeadamente:

- Depressão, Ansiedade, Stress e Pânico, Obsessões e Fobias;
- Baixo rendimento académico;
- Dificuldades de adaptação ao Ensino Superior (ES);
- Questões de autonomia;
- Relações amorosas e interpessoais, questões familiares, sexualidade;
- Transições de vida (transição e adaptação ao ES, separação, divórcio, etc.);
- Escolhas de desenvolvimento de carreira;
- Tomada de decisões e mudanças de estilo de vida;
- Processos de luto e perda;
- Doenças e diagnósticos difíceis;
- Sentido de vida;
- Espiritualidade e desenvolvimento pessoal numa perspetiva mais ampla.

Para favorecer a comunicação direta com os psicólogos do serviço, criámos o endereço de correio eletrónico ajudapsi@tecnico.ulisboa.pt a que qualquer pessoa pode recorrer, de forma anónima se assim pretender, colocando questões ou formulando um pedido de ajuda.



Serviços de Ação Social (SASULisboa)

Sede dos SASULisboa

Edifício “Cantina Velha”

Cidade Universitária

Av. Professor Gama Pinto

1600-192 Lisboa

✉ geral@sas.ulisboa.pt

Tel: (+351) 213 611 700

Fax: (+351) 210 493 360

Horário de atendimento

todos os dias úteis,

no horário das

9:00h às 17:00h

🌐 www.sas.ulisboa.pt



Núcleo de Alojamentos (NA)

🌐 na.tecnico.ulisboa.pt

✉ nucleo.alojamentos@tecnico.ulisboa.pt

Tel.: (+351) 218 419 586

Missão

Os Serviços de Ação Social da Universidade de Lisboa (SASULisboa) proporcionam apoios sociais de forma a favorecer a igualdade de oportunidades, dos quais se destacam:

1. Acesso à Alimentação em Cantinas e Bares;
2. Acesso ao Alojamento em Residências Universitárias;
3. Atribuição de Bolsas de Estudo;
4. Entre outros.

Alimentação

9 Unidades Alimentares, distribuídas pelos vários Campi da ULisboa | 3.505 lugares. Destina-se a toda a Comunidade Académica da ULisboa.

✉ alimentacao@sas.ulisboa.pt

Alojamento

15 Residências Universitárias | 1.257 camas | 824 quartos

Destina-se, prioritariamente, aos estudantes de 1º ciclo, 2º ciclo, ou mestrado integrado da ULisboa. A candidatura é efetuada online, em

🌐 <http://www.sas.ulisboa.pt> a partir de 1 de setembro.

Bolsas de Estudo:

Destina-se aos estudantes do 1º ou 2º ciclo ou mestrado integrado.

A candidatura é efetuada online, em www.dges.mec.pt/wwwbeon/, entre 25 de junho e 30 de setembro e/ou nos 20 dias subsequentes à matrícula. Igualmente, até 31 de maio do ano letivo a que reporta, em condições específicas.

✉ bolsas@sas.ulisboa.pt

Unidade de Apoio à Infância

Prioritariamente para filhos de estudantes da ULisboa (dos 9 meses aos 5 anos). Os prazos em que decorrem a candidatura (para crianças inscritas pela primeira vez) e recandidatura (para crianças que já frequentam o estabelecimento), são fixados em cada ano letivo. A candidatura é efetuada online, em 🌐 www.sas.ulisboa.pt / ✉ jardim.infancia@sas.ulisboa.pt

O Núcleo de Alojamentos tem por missão garantir a boa gestão da unidade de alojamento do Instituto Superior Técnico, Residência Universitária Baldaques (RUB), e assegurar o cumprimento das normas e orientações estabelecidas para o seu bom funcionamento e utilização, bem como a qualidade dos serviços presta-dos aos seus utentes.

Residência Universitária Baldaques

A Residência Universitária Baldaques, em funcionamento desde 1998 e situada na zona de Arroios-Alameda em Lisboa, é uma unidade de alojamento que se destina a alunos de doutoramento, docentes e investigadores do Instituto Superior Técnico. 🌐 na.tecnico.ulisboa.pt/residencia-universitaria-baldaques/



Capítulo 3

O que o Técnico espera de ti?

Qualidade das Unidades Curriculares (QUC)

Diferenças entre o Ensino Secundário e o Ensino Superior

Gestão do Tempo

7 Passos para Organizar os 7 dias da semana

Trabalho por objetivos

Triunfar nos Exames

Ética, Conduta e Direito do Estudante e Regulamento Disciplinar

Guia Académico



Qualidade das Unidades Curriculares (QUC)

O que é o sistema QUC?

O QUC é um sistema pioneiro de avaliação da Qualidade das Unidades Curriculares (disciplinas) lecionadas no Técnico. Começa com inquérito a todos os alunos sendo também respondido pelos delegados de curso, docentes, regentes das UC, coordenadores de curso e pelo Conselho Pedagógico.

São os resultados do QUC que permitem fazer uma realimentação positiva no sistema de aprendizagem da escola; promover a excelência no ensino e encorajar práticas que conduzam a resultados excelentes. Tudo isto só é possível através da colaboração conjunta e responsável de todas as partes envolvidas.

Como deves contribuir?

O preenchimento inquérito do QUC realiza-se no fim de cada semestre. Após o login no Fénix vai-te aparecer uma mensagem de alerta avisando que o inquérito do QUC está disponível para preencheres.

Deves seguir a ordem do inquérito, respondendo aos seguintes tópicos:

1. Horas de trabalho autónomo por semana para as UC;
2. Inquérito acerca de cada uma das UC a que estiveste inscrito;
3. Inquérito acerca do desempenho dos docentes que lecionaram as componentes teórica, prática e laboratorial (caso se aplique).

Para melhor contabilizar as horas de trabalho despendidas para cada UC, tens ainda uma ferramenta no Fénix que te permite registar a tua atividade durante o decorrer do semestre.

Podes efetuar o preenchimento do esforço semanal em Estudante -> Participar -> Esforço Semanal. Isto vai permitir-te preencher o inquérito final do QUC de forma mais correta e assertiva.

O QUC permite ao Técnico manter-se na vanguarda e continuar a ser uma escola de excelência. A participação ativa e responsável de todos é crucial para manter e melhorar a qualidade de ensino. Desta forma o preenchimento dos inquéritos do QUC é um dever académico.

Contamos contigo!

Saber mais

Resultados dos inquéritos do QUC disponíveis em:

qtc.tecnico.ulisboa.pt





Diferenças entre o Ensino Secundário e o Ensino Superior

O Técnico espera que sejas ético, sejas responsável e autónomo: define os teus objetivos realisticamente, faz escolhas acertadas e celebra os bons resultados!

Esperamos que domines um conjunto de 'ferramentas' informáticas e tecnológicas, bem como a língua inglesa. Sabemos que nem sempre saberás como adquirir as competências que estão em falta - os horários de dúvidas servem para te ajudar a encontrar soluções, procura os teus professores, não fiques à espera que eles te procurem a ti!

O ritmo de exposição dos conteúdos académicos aumenta consideravelmente - muitos alunos dizem que dão numa semana de aulas o equivalente a um mês, no secundário - é imprescindível ir a todas aulas pois quando faltas a recuperação é mais difícil!

O estudo autónomo está associado aos ECTS das Unidades Curriculares (UC), definindo que a participação em todas as aulas e o estudo extra-aula, ocupar-te-ão em média 42 horas semanais, o mesmo número de horas de trabalho em Portugal, por semana. Poderá ser difícil saber por onde estudar - já não existe um manual por disciplina: fala com os professores e consulta a página das UC's!

No início poderá ser difícil fazer tudo o que fazias no secundário, mas com prática rapidamente aprenderás a organizar o tempo de modo a incluir as atividades extra curriculares - dá tempo ao tempo mas começa o estudo em força logo nas primeiras semanas de aulas!

Acreditamos na tua capacidade intelectual, sabemos que no secundário não precisavas de muitas horas de estudo e que as avaliações não exigiam de ti mestria - no Técnico mostrar o que vales vai sempre exigir um pouco mais de esforço, dedicação e uma interação forte com a Escola (colegas, docentes, tutores e mentores)!





7 passos para organizar os 7 dias da semana

- 1º Assinala no horário todas as aulas da semana: teóricas, laboratórios, teórico-práticas e horários de dúvidas.
- 2º Assinala as atividades que têm um horário fixo na tua vida, incluindo as extracurriculares. Assinala também as horas de sono, refeições, lazer e deslocações do Técnico - Casa.
- 3º Assinala as horas de estudo autónomo, segue a regra: 1 hora de aula teórica corresponde a 2 horas de estudo autónomo.
- 4º Deixa horas reservadas para os trabalhos de grupo e relatórios, de forma a não prejudicar as horas de aulas ou as de estudo.
- 5º Reserva "espaços verdes", horas para fazer absolutamente nada - o cérebro precisa de tempo para processar a informação que recebe durante o dia e as horas de descanso são essenciais para aumentar a produtividade.
- 6º Cumpre o horário escrupulosamente, ao fim de algum tempo verás que se torna tão automático e rotineiro que já não é necessário gastar tempo e energia a pensar no que vais fazer.
- 7º O pormenor: tem em consideração as horas do dia em que és mais produtivo, concentrando aí as tarefas mais exigentes, em termos de estudo.



Trabalho por objetivos

Imagina o que seria dos pilotos se o Dakar não tivesse etapas? Ou se as etapas fossem demasiado distantes umas das outras? Tendo presente que a tua grande meta é terminar o Curso, estabelece objetivos concretos e de curto prazo. O teu Tutor pode ser um bom “copiloto” ajudando-te a planear o teu percurso académico. Lembra-te de que ele já esteve na linha de partida, conhece bem as “condições atmosféricas”, passou certamente por algumas “tempestades” e alcançou a meta que pretendes alcançar. Para além disso, é importante ter alguém cujo principal papel é o de ajudar e não o de julgar.

Define os teus objetivos de forma explícita - se o teu objetivo for tão geral quanto acabar o curso, terás que esperar alguns anos antes de obter uma recompensa. Concentra-te em cada uma das 14 semanas que compõem um semestre e faz um planeamento semanal. A forma como definires os teus objetivos contribuirá para o teu desempenho, a tua motivação e o teu sucesso.

- 1º Estabelece objetivos de longo prazo, depois de-compõe-os em objetivos de curto/médio prazo.
- 2º Consulta a página das UC, onde podes perceber quais são os conceitos base necessários para realizar a UC com sucesso.
- 3º Certifica-te de que os teus objetivos são específicos (ex.: resolver cinco exercícios de Cálculo) e não gerais (ex.: estudar tanto quanto puder) e realistas, ou seja, alcançáveis por ti.
- 4º Nalguns casos, poderá ser sensato estabelecer objetivos ‘de processo’ e não apenas ‘de resultado’ (ex.: ‘estudar produtivamente três horas’ em vez de ‘ter positiva no teste’).
- 5º Imagina-te a alcançar o teu objetivo, não hesites em pedir ajuda para alcançar os teus objetivos e celebra o teu sucesso.
- 6º Assegura-te de que os teus objetivos são mensuráveis e reve-os sempre que necessário.



Triunfar nas Avaliações

1. Deves começar a estudar tão cedo quanto possível num ritmo regular e intenso.

Um bom referencial é o ritmo de estudo que tinhas enquanto te preparaste para os exames do 12º ano – essa deverá ser a tua “velocidade de cruzeiro”. Quando se atinge a “velocidade de cruzeiro”, é fácil estudar – a questão é atingir essa velocidade tão depressa quanto possível.

2. No teu planeamento considera que cada semestre corresponde a 30 ECTS.

Isto equivale a 840 horas por semestre, ou seja, cada semana exigirá em média cerca de 42 horas de trabalho (contando com as semanas de aulas e exames).

3. Privilégia a avaliação contínua.

Recorre aos Exames apenas quando necessário.

4. É um erro pensar que se tem que estudar primeiro toda a teoria e compreendê-la bem antes de poder fazer exercícios práticos.

Os exercícios ajudam a perceber a teoria e a dar-lhe um sentido; o inverso também é verdadeiro.

5. É necessário que sejas sério.

Mudar uma data de uma avaliação que decidiste fazer, não só vai alterar o teu planeamento inicial, como vai passar para ti próprio uma imagem de baixa credibilidade.

6. Deves ir bem preparado para a primeira avaliação.

A primeira avaliação a que vais, deve ser uma avaliação para a qual estás bem preparado, permitindo que um bom resultado (previsível) te incentive e motive para as avaliações seguintes.

7. A ansiedade às avaliações pode ser benéfica.

No sentido em que te recorda da necessidade de te preparares adequadamente – sem preparação adequada para o exame, não há como controlar a ansiedade durante o mesmo!

8. Vai às revisões de prova

São oportunidades de aprendizagem.



Ética, Conduta e Direito do Estudante e Regulamento Disciplinar

A Universidade de Lisboa elaborou três documentos onde define os [Direitos e Garantias](#), [Código de Conduta e de Boas Práticas](#) e o [Regulamento Disciplinar dos estudantes da ULisboa](#) da comunidade académica da Universidade e das suas Unidades orgânicas onde se enquadra o Instituto Superior Técnico. Apresentam-se de seguida os principais artigos por se considerar serem do superior interesse dos estudantes, aconselhando-se no entanto a leitura integral dos documentos originais:

Carta de Direitos e Garantias

Artigo 4º

Direito à participação

1 - Os membros da comunidade académica têm direito a participar nos processos de tomada de decisão que a eles digam diretamente respeito, nos termos da legislação aplicável, nomeadamente o direito, nos termos previstos nos Estatutos da Universidade e das suas unidades orgânicas, de participar nos seus órgãos de governo, através de seus representantes. (...)

Artigo 7º

Direito ao ensino de qualidade

1 - Os estudantes da Universidade têm direito a um ensino de qualidade, em condições de efetiva igualdade de oportunidades, visando a sua formação humana, científica, técnica, cultural, moral e social.

2 - Os estudantes da Universidade têm o direito de acesso às instalações, a recursos materiais e humanos e aos serviços afetos à sua formação e a avaliá-los. (...)

4 - Os estudantes da Universidade têm ainda direito, sem prejuízo de outros direitos previstos por Lei ou Regulamento, a:

(...)

b) Ver avaliado o seu desempenho escolar em termos objetivos, justos e transparentes, tendo acesso às provas por eles prestadas, devidamente corrigidas, e à respetiva grelha de classificação;

(...)

e) Ver garantida a confidencialidade dos elementos e informações de natureza pessoal ou familiar que constam dos seus processos individuais;

f) Organizar e participar em iniciativas que promovam a formação e a ocupação de tempos livres, e participar nas atividades académicas, nos termos da Lei e dos estatutos e regulamentos da Universidade; (...)

7 - Os estudantes têm o direito a ser integrados na comunidade académica através de iniciativas de acolhimento e a conhecer, atempadamente e em qualquer momento, as regras e os procedimentos a que devam obedecer enquanto permaneçam na Universidade.

Código de Conduta e de Boas Práticas

Capítulo I

Deveres

Artigo 1.º

Deveres gerais

1 - Conhecer e cumprir as normas que regulam as suas atividades enquanto membros da comunidade académica;

2 - Não cometer faltas de natureza cívica e académica;

(...)

7 - Respeitar os bens da Universidade e das suas unidades orgânicas e zelar pela sua boa conservação e utilização;

(...)

11 - Não praticar atos de violência ou de coação física e psicológica sobre os membros da comunidade académica;

12 - Não prestar falsas declarações, falsificar ou adulterar qualquer documento de natureza administrativa e académica;

13 - Não consumir bebidas alcoólicas ou substâncias psicotrópicas de forma a que tal perturbe ou prejudique de alguma maneira outrem;

14 - Não possuir e não consumir substâncias ilícitas nem promover qualquer forma de tráfico, facilitação e consumo das mesmas;

15 - Não transportar nem fazer uso de armas e outros instrumentos de defesa pessoal ou quaisquer materiais, instrumentos ou engenhos emulados como tal.

Artigo 5.º

Deveres dos estudantes

Para além dos deveres impostos por Lei, pelos Estatutos e Regulamentos da Universidade e suas unidades orgânicas, os estudantes, em desenvolvimento do estatuído na alínea a) do n.º 4 do art.º 75º do Regime Jurídico das Instituições de Ensino Superior aprovado pela Lei n.º 62/2007, de 10 de Setembro, devem:

1 - Contribuir para a harmonia da convivência escolar e para a plena integração na comunidade académica de todos os estudantes;

2 - Ser empenhados e disciplinados nas atividades académicas, contribuindo para que estas decorram com eficiência, seguindo as orientações dos responsáveis;

3 - Respeitar as normas de avaliação de conhecimentos, abstendo-se de qualquer conduta que possa injustamente prejudicar ou beneficiar o próprio ou outro estudante;

4 - Respeitar as instruções ou orientações transmitidas por docentes, investigadores e trabalhadores não docentes e não investigadores;

5 - Não utilizar para fins diversos os recursos que a Universidade ou as unidades orgânicas disponibilizam para o seu processo de formação.

Capítulo II

Princípios de conduta e de boas práticas

Artigo 8.º

Princípios de conduta

1 - Constituem condutas que violam o presente Código:

a) A realização de atos de plágio, entendendo-se que este consiste na apresentação de trabalho alheio como trabalho próprio, abrangendo, nomeadamente, situações em que, sem a menção dos autores, se realizem paráfrases de textos alheios, com a mera substituição ou mudança de palavras, ou se juntem, em trabalhos próprios, partes significativas de trabalhos de outros autores sem os identificar, mesmo nos casos em que estas obras são do domínio público, e sem obter a sua prévia autorização, quando necessária;

b) A realização de atos de auto plágio, entendendo-se que este consiste na apresentação repetida do mesmo trabalho ou de porções importantes de trabalhos anteriores sem a adição de material significativamente novo feita com o propósito de o fazer passar como trabalho novo e original;

(...)

2 - São ainda condutas que violam o Código:

a) As que, dentro e fora da Universidade, constituam ameaças ou infrinjam lesões quer à integridade física, moral e patrimonial dos membros da comunidade académica, quer à integridade patrimonial da Universidade (...)

Regulamento disciplinar dos estudantes da Universidade de Lisboa

Artigo 1.º

Âmbito de aplicação

1- O presente regulamento disciplinar é aplicável a todos os estudantes que se encontrem a frequentar qualquer curso, seja ou não conferente de grau ou diploma, da Universidade de Lisboa.

2- O presente regulamento disciplinar é aplicável a todas as unidades orgânicas, de ensino, de investigação e de prestação de serviços à comunidade, que pertençam à Universidade de Lisboa, independentemente da sua natureza jurídica.

Artigo 2.º

Infração disciplinar

1 - Considera-se infracção disciplinar o comportamento do estudante, por ação ou omissão, ainda que meramente culposos, que viole quaisquer deveres constantes da lei, de estatutos ou de quaisquer regulamentos.

(...)

Artigo 5.º

Sanções

As sanções aplicáveis aos estudantes são as seguintes:

a) A advertência;

b) A multa;

c) A suspensão temporária de atividades escolares;

d) A suspensão da avaliação escolar durante um ano;

e) A interdição da frequência da Universidade e suas unidades de ensino, de investigação ou de prestação de serviços, até 5 anos.

(...)



Guia Académico

A Direção Académica do IST (DA-IST) visa através do Guia Académico fornecer a todos os estudantes da Escola (de 1.º ciclo, 2.º ciclo, ciclo integrado e 3.º ciclo), um instrumento de apoio ao seu percurso académico facultando informação detalhada sobre os serviços de apoio, calendário escolar, normas de funcionamento, emolumentos, propinas e regulamentos académicos em vigor para cada ano letivo.

No Guia Académico, dedicado aos três ciclos de estudos, são disponibilizadas informações relativas aos serviços de apoio, calendário escolar e calendário de prazos académicos, normas de funcionamento, emolumentos e propinas. É também fornecida uma coletânea de regulamentos em vigor.

O Guia Académico está disponível online e pode ser consultado no seguinte link: [🔗 guiaacademico.tecnico.ulisboa.pt](https://guiaacademico.tecnico.ulisboa.pt)



Campus Alameda

Av. Rovisco Pais, 1
1049-001 Lisboa
Tel: +351 218 417 000
Fax: +351 218 499 242

Campus Taguspark

Av. Prof. Doutor Cavaco Silva
2744-016 Porto Salvo
Tel: +351 214 233 200
Fax: +351 214 233 268

Campus Tecnológico e Nuclear

Estrada Nacional 10 (ao Km 139,7)
2695-066 Bobadela LRS
Tel: +351 219 946 000
Fax: +351 219 946 016

tecnico.ulisboa.pt
mail@tecnico.ulisboa.pt

 NDA.IST

 nda.ist

Contacto

Núcleo de Desenvolvimento
Académico

Tel. +351 218419412 (ext. 3412)
nda@tecnico.ulisboa.pt
nda.tecnico.ulisboa.pt