

Na nossa instituição de ensino, Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra, existe o **Gabinete de Apoio ao Estudante (GAE)** formado por uma Assistente Social, uma Psicóloga, um Professor e um Estudante. O GAE intervém ao nível do apoio social, psicológico, pedagógico e interpares. Tendo em conta a necessidade de cada aluno que chega ao GAE, este poderá ter acesso a consultas de psicologia, em caso de dificuldades financeiras também podem ter acesso a bolsas, alojamento, alimentação, equipamentos informáticos...

Nós, Associação de Estudantes da Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra (AE-ESTeSC) temos uma comissão, **ação social e apoio ao estudante (ASAE)**, que trabalha em parceria com o GAE. Fruto desta parceria surgiu o **Programa de Mentorado aos Pares** em que os estudantes mais experientes servem como guias (mentores) aos estudantes recém-chegados (oito estudantes recém-chegados irão ser atribuídos a dois mentores). Este projeto funciona em regime de voluntariado e tem como objetivo acolher, integrar, acompanhar e encorajar os novos estudantes, funcionando como elo entre eles e a Instituição.

As dificuldades que estão na origem dos pedidos de ajuda ao GAE está relacionada com o aumento da carga horária e a multiplicidade de tarefas em simultâneo no ensino superior o que gera nos alunos grande stresse.

O GAE em colaboração com o Projeto de Educação pelos Pares da ESTeSC desenvolve anualmente um ciclo de **workshops** com temáticas sugeridas pelos estudantes relacionadas com **Metodologias de Estudo, Gestão de Tempo, Gestão e Controlo de Ansiedade** em exames e apresentações orais e **sessões de relaxamento**.

Noutros anos o GAE e o Núcleo de Voluntariado da AE-ESTeSC fizeram **recolhas solidárias** de cobertores, roupa de cama e vestuário de inverno para colmatar as necessidades de alguns alunos recém-chegados, vindos dos PALOP.

No início de cada ano letivo a AE-ESTeSC também realiza a **semana de integração**, em que são feitas várias dinâmicas entre os estudantes do 1º ano de modo a conhecerem-se uns aos outros, há a partilha de informação importante à integração no novo meio, por exemplo, que autocarro têm que apanhar para se deslocar, onde podem comprar o passe, até mesmo a questões relacionadas com os diversos cursos e a escola.

Este ano como forma de adaptação, fase à situação pandémica, a AE-ESTeSC fez um peddy paper online pela cidade de Coimbra de modo aos novos estudantes ficarem com uma noção do espaço que os rodeia. Nessa sessão também houve oportunidade de respondermos a alguns anseios e curiosidades dos novos estudantes.

Todas estas práticas contribuem para a educação inclusiva na nossa escola.

No âmbito da inserção dos alunos no **mercado de trabalho** existe o **Gabinete de Apoio aos Novos Diplomados**. Este tem como objetivo fazer a ponte entre a escola e as empresas/instituições, divulgar aos alunos e novos diplomados oportunidades de emprego, estágios, ações de formação e informações sobre o mercado de trabalho, ajudar na elaboração do Curriculum Vitae, carta de apresentação e simular entrevistas de emprego.

A AE-ESTeSC promoveu o **mês da empregabilidade** de modo a dar aos alunos ferramentas essenciais para uma nova etapa. Durante esse mês vários foram os workshops desenvolvidos, desde como elaborar um curriculum vitae, atualizar/manter o linkedin, comunicar em

entrevistas, finanças da vida a conversas com ex-alunos que explicaram as diferentes realidades de trabalho.

Com os melhores cumprimentos,

Maria Vieira,

Vice- Presidente da Direção Geral da AE-ESTeSC