



UNIVERSIDADE  
**NOVA**  
DE LISBOA



DESDE 1977 AO SERVIÇO DA SAÚDE DO FUTURO

- 1 – Quem somos
- 2 – Porque decidimos candidatar-nos
- 3 – Dificuldades e Desafios do Programa
- 4 – Dificuldades internas
- 5 – Pontos Fortes NMS | FCM
- 6 – Ações desenvolvidas
- 7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



1 – Quem somos

2 – Porque decidimos candidatar-nos

3 – Dificuldades e Desafios do Programa

4 – Dificuldades internas

5 – Pontos Fortes NMS|FCM

6 – Ações desenvolvidas

7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



- A NMS|FCM faz em 2017 40 anos de existência;
- Tem 1.660 alunos no Mestrado Integrado em Medicina e 576 em formação pós-graduada. Conta com um total de 528 docentes e investigadores e 107 funcionários não docentes;
- A NMS|FCM tem como Sede, um edifício antigo que faz este ano 110 anos de existência, um Pólo de Investigação constituído por 3 edifícios antigos totalmente redesenhados /recuperados numa linha de grande modernidade arquitetónica e um Edifício Escolar, relativamente recente, no recinto do Hospital de São Francisco Xavier;

# MEDALHA DE SERVIÇOS DISTINTOS GRAU “OURO” DO MINISTÉRIO DA SAÚDE



- É uma das 9 Unidades Orgânicas da Universidade NOVA de Lisboa;
- Pelo quarto ano consecutivo, a Universidade NOVA de Lisboa é a única universidade portuguesa entre as 50 melhores Universidades do mundo com menos de 50 anos, segundo o ranking QS World University.



1 – Quem somos

2 – **Porque decidimos candidatar-nos**

3 – Dificuldades e Desafios do Programa

4 – Dificuldades internas

5 – Pontos Fortes NMS|FCM

6 – Ações desenvolvidas

7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



- Para integrar Programa Eco-Escolas;
- Por não haver Faculdades;
- Porque consideramos que um programa destes deve ser continuado e não terminar na formação do ensino secundário;
- Estamos a formar uma população alvo para este tipo de temáticas;
- Porque somos uma Faculdade que forma médicos – uma profissão com intervenção social muito forte. Os médicos são muitas vezes vistos como um exemplo na comunidade.



1 – Quem somos

2 – Porque decidimos candidatar-nos

**3 – Dificuldades e Desafios do Programa**

4 – Dificuldades internas

5 – Pontos Fortes NMS|FCM

6 – Ações desenvolvidas

7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



- Programa está mais pensado para faixas etárias pré-universitárias e por isso muitas atividades são de difícil aplicação;
- Desafios propostos não adequados a esta população de alunos, nomeadamente ao nível dos temas de candidatura que são estanques;
- Exemplos:
  - a nossa realidade exclui a realização de hortas biológicas;
  - a faixa etária destes alunos e o plano de estudos do Curso de Medicina não facilitam a realização de ateliers de artes plásticas e trabalhos manuais como é frequente no ensino pré-universitário;
- Por isso, escolhemos temas relacionados com a saúde/estilo de vida saudável, a 3.ª idade, a reciclagem de medicamentos, reciclagem de radiografias, etc..

- **EM CONCLUSÃO:**

- Sentimos algumas dificuldades mas conseguimos adaptar-nos;
- Estamos dispostos colaborar na adaptação ao Ensino Superior de alguns documentos do Programa:
  - de Candidatura;
  - de Auditoria;
  - Questionário Eco-escolas, a ser respondido pelos alunos.

1 – Quem somos

2 – Porque decidimos candidatar-nos

3 – Dificuldades e Desafios do Programa

4 – **Dificuldades internas**

5 – Pontos Fortes NMS|FCM

6 – Ações desenvolvidas

7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



- O plano de estudo do Curso de Medicina não permite integrar certas atividades;
- Foi necessário motivar os alunos para os mobilizar;
- Tirámos partido dos seus interesses e projetos prévios.



1 – Quem somos

2 – Porque decidimos candidatar-nos

3 – Dificuldades e Desafios do Programa

4 – Dificuldades internas

**5 – Pontos Fortes NMS | FCM**

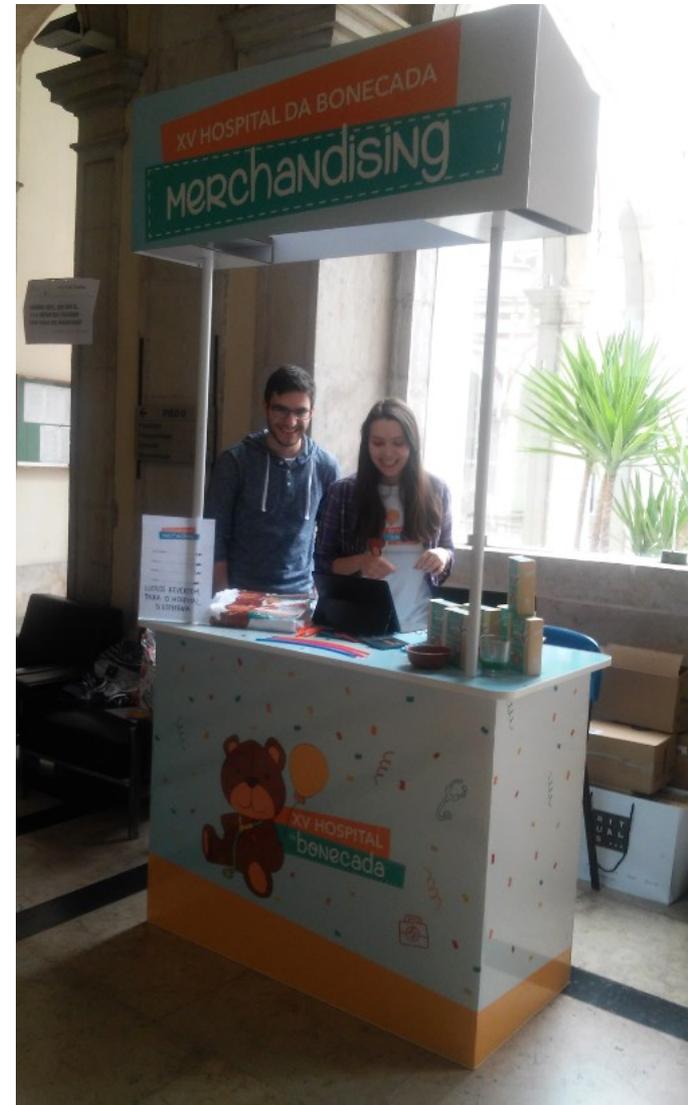
6 – Ações desenvolvidas

7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



- **Como foi possível conseguir?**

- A NMS|FCM é uma Faculdade pequena que tem apenas um tipo de formação;
- Existe uma forte dinâmica e a comunidade de estudantes é muito coesa;
- A Direção da Faculdade aposta na abertura à comunidade;
- Integra uma formação cívica, dos futuros médicos (“Um médico que só sabe de medicina, nem de medicina sabe” – Abel Salazar)



- 1 – Quem somos
- 2 – Porque decidimos candidatar-nos
- 3 – Dificuldades e Desafios do Programa
- 4 – Dificuldades internas
- 5 – Pontos Fortes NMS|FCM
- 6 – Ações desenvolvidas**
- 7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes



- **ENERGIA:**

- Mudança de iluminação para substituir as lâmpadas incandescente e fluorescentes por lâmpadas economizadoras e/ou Led;
- Melhoria da gestão do tempo em que os equipamentos/aparelhos estão ligados;
  - Dadas instruções à equipa de Segurança para, durante as rondas, confirmarem que todos os equipamentos/aparelhos se encontram desligados (ex.: ar condicionado, ventoinhas e aquecedores);
- Redução de utilização de toners e papel com a introdução de um novo Sistema de Avaliação dos alunos “Medquizz”, realizado em computadores;
  - A implementação deste sistema permitiu no ano letivo 2015/2016 economizar/ reduzir 12.500 folhas de papel e 25.000 impressões;

- **ENERGIA (cont.):**

- Colocação de sensores e temporizadores nos WC e nas áreas de passagem;
- Incentivo à abertura dos estores para entrada de luz natural sempre que possível;
- Realização de estudo para a colocação de tetos falsos mais rebaixados, no edifício sede, para reduzir o consumo dos equipamentos/aparelhos e ar condicionado, ventoinhas e aquecedores;
- Implementação de um projeto de substituição das janelas de madeira (do início do século XX), do edifício sede (classificado como edifício de interesse histórico), para janelas em PVC que, mantendo as fachadas, permitiram reduzir o consumo de energia.



- **ÁGUA**

- Aquisição de jarros e copos de vidro a utilizar nos eventos e nas reuniões de forma a reduzir o consumo de garrafas de água e os resíduos de plástico;
- Aquisição bebedouros ligados a pontos de água para disponibilizar água potável a todos os utilizadores e utentes da NMS|FCM;
- Sensibilização da equipa de limpeza para a necessidade de efetuar uma boa utilização da água e evitar o desperdício;
- Sensibilização da comunidade NMS|FCM para a necessidade ingerir água da torneira e para os benefícios deste hábito para a saúde;
- Colocação de torneiras com sensores e redutores de caudal, aproveitando a necessidade de remodelar os WC;
- Redução das perdas de água durante a rega dos espaços exteriores em todos os recintos.



- **MOBILIDADE:**

- Criação de espaços de estacionamento de bicicletas no Pólo de Ensino e no Pólo de Investigação para incentivar a utilização deste meio de transporte não poluente e mais saudável;
- Sensibilização dos alunos, professores e demais colaboradores para a prática de desporto e para a necessidade de caminhar para evitar os malefícios da vida sedentária;
- Incentivo da utilização de transportes públicos designadamente os menos poluentes, o comboio e o metro.



- **RESÍDUOS**

- Criação da **Campanha de recolha de eletrodomésticos e materiais informáticos obsoletos no Depositário** e sua divulgação no ambiente de trabalho de todos computadores das salas de aula e da biblioteca e na página de Facebook e site da Faculdade.



- **RESÍDUOS (cont.)**

- Recolha de radiografias para a campanha da **AMI**;
- Recolha de tampinhas, tinteiros, pilhas e lâmpadas para reciclagem;
- Adesão à campanha “**Papel por Alimentos**” do **Banco Alimentar** colocando mais caixotes de papel pelas salas e áreas de serviços administrativos (1.470 kg de papel em 2015);



- **RESÍDUOS (cont.)**

- Separação seletiva de todos os resíduos da cantina e bares;
- Separação e recolha de resíduos de investigação e consumíveis de laboratórios e consultas à comunidade.





- Construção de um Eco-ponto



- 1 – Quem somos
- 2 – Porque decidimos candidatar-nos
- 3 – Dificuldades e Desafios do Programa
- 4 – Dificuldades internas
- 5 – Pontos Fortes NMS|FCM
- 6 – Ações desenvolvidas
- 7 – Envolvimento dos Estudantes e papel da Associação de Estudantes**



- Elevada participação dos Estudantes. Exemplos de atividades desenvolvidas:
  - **“De pequenino se torce o pepino”** - em parceria com a Escola Básica Nº 1 de Lisboa, esta atividade tenta transmitir às crianças a importância da prática de exercício físico, bem como a promoção de uma alimentação saudável e cuidados de saúde adequados;
  - **“Hospital da Bonecada”** – projeto que pretende «desmistificar o medo do ambiente hospitalar» junto dos pacientes mais novos;
  - **“Marca Mundos”** – em parceria com a ONG Helpo, tem o objetivo de desenvolver missões nacionais, colmatando necessidades de pequenas comunidades.
  - **“Saúde Porta a Porta”** – em colaboração com a CM Lisboa, Hospital CUF Infante Santo e as Juntas de Freguesia de Campo de Ourique, Estrela e Misericórdia, tem o objetivo de prestar apoio aos idosos isolados destas freguesias;
  - **“Velas com óleos usados”** – projeto em parceria com a empresa Oil2wax que consiste em produzir velas a partir de óleos alimentares usados. Foi dinamizado no hospital da Bonecada, através de uma banca, em que foram vendidos estes kits. O valor das vendas reverteu para o Hospital D. Estefânia;
  - **“Feira de compra e venda de livros usados”** – com grande adesão por parte da Comunidade estudantil;

- Realizadas inúmeras atividades subordinadas a temas ligados à Saúde, Bem-estar, Desporto e Voluntariado:
  - **Saúde e Bem-estar:** Rastreamentos Médicos, Workshop de Gestão de Stress, Passeio pelos Miradouros, Workshop de Cardio +; Palestra de Cuidados Materno-Infantis; Colheitas de Sangue; Mesa Redonda de Sexualidade; etc..
  - **Desporto e Bem-estar:** Workshop Como Promover Atividade Física no Idoso; Aula de Surf; Torneio de Futsal Liga de Santana; Treinos de Futebol; etc..
  - **Voluntariado:** Workshop de Urgências Pediátricas; Sessão de Esclarecimento Voluntariado Internacional da AIESEC; Apoio aos Sem-Abrigo; Banco de Roupas em colaboração com a Comunidade Vida e Paz; Operação Nariz Vermelho; Deaf's Week; Voluntariado com Animais, na casa dos Animais; Lanche Solidário; Voluntariado no Centro de Dia Nossa Senhora da Pena; Voluntariado para o Banco Alimentar contra a Fome; etc..

**AEFCM** ATIVIDADES

# DEIXA OS LIVROS E VEM APRENDER a SURFAR!

**22 ABRIL | 15H**

**PRAIÁ DE CARCÁVELOS**

**INSCRIÇÕES a 11 ABRIL no UpStudents**

**12 MEDS SÓCIO**  
**14 MEDS NÃO SÓCIO**



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM** DESPORTO

## TREINOS EQUIPAS AEFCM

**FUTEBOL M:**  
SEGUNDA-FEIRA: 21.00-22.30  
QUARTA-FEIRA: 21.00-22.30

**FUTSAL M:**  
TERÇA-FEIRA: 20.30-22.00  
QUINTA-FEIRA: 20.30-22.00

**VOLEIBOL F:**  
SEGUNDA-FEIRA: 22.00-23.30  
QUINTA-FEIRA: 20.30-22.00

RELVADO 5 SINTÉTICO 3  
POLIDESP 3  
POLIDESP 1

Os treinos começam na semana de 28 Setembro no Estádio Universitário de Lisboa. Consulta aqui a planta




Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM** ATIVIDADES

## V LIGA SANTANA

**ACHAS QUE ÉS O CR7 DA FACULDADE?**

**OU TENS MAGIA NOS PÉS COMO O RICARDINHO?**

**ENTÃO VEM PROVÁ-LO COM OS TEUS AMIGOS!**

MÍNIMO 7 ELEMENTOS POR EQUIPA  
ABERTO A EQUIPAS FEMININAS E MASCULINAS

INSCRIÇÕES A PARTIR DE 29 FEVEREIRO (SECRETARIADO)

4 EUROS (SÓCIOS)  
6 EUROS (NÃO SÓCIOS)

**INÍCIO A 28 DE MARÇO**



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM** DESPORTO

## Sócios AEFCM 5,00

## Não Sócios 6,50

14 e 15 de Novembro – 14:00  
São João Tennis Clube  
Rua Lúcio Azevedo, nº 20

*"You always want to win. That is why you play tennis, because you love the sport and try to be the best you can be."*  
Roger Federer

inscrições na link até 11 de Novembro



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM** RESPONSABILIDADE SOCIAL

## PASSEIO PELOS MIRADOUROS

(Dia Nacional da Luta Contra a Obesidade)

**23 de Maio**

Começo às 16h45 no Miradouro São Pedro de Alcântara

**Inscrições UpStudents 18 Maio**  
Vagas limitadas!

Duração estimada de 3h



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM** RESPONSABILIDADE SOCIAL

## SESSÃO DE ESCLARECIMENTO VOLUNTARIADO INTERNACIONAL DA AIESEC IN NOVA

**18 DE ABRIL 17H ANF III**

**INSCRIÇÕES 14 DE ABRIL**

**QUERES SABER MAIS DESTA PROJETO? APARECE!**



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM** ATIVIDADES

## FEIRA TROC'O LIVRO

**14 e 15 DE MARÇO 9:30 H**

**SALA DE CONVÍVIO AEFCM**

**ENTREGA O MATERIAL NA TUA AEFCM ATÉ 10 MARÇO**



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS

**AEFCM**

## CUIDADOS MATERNO-INFANTIS

UMA ABRDAGEM EM PAÍSES EM DESENVOLVIMENTO

**16 MAIO | 15H | MAC**



Logos: NOVA, Santander, UFM, ULS, ULS, ULS, ULS





**À TARDE COM OS AVÓS**

VOLUNTARIADO COM IDOSOS NO CENTRO DE DIA DA NOSSA SRA DA PENA

**INSCRIÇÕES 1 A 11 FEV**

NÚMERO DE VAGAS LIMITADO

DE MARÇO A JUNHO VEM DAR MAIS DE TI!




**COMO PROMOVER A ATIVIDADE FÍSICA NO IDOSO**

31 DE MAIO 16:30 H ANF EDIFÍCIO BIBLIOTECA

COM PROF.<sup>a</sup> MADALENA GOMES DA SILVA

INSCRIÇÕES 25 DE MAIO 25 VAGAS (Alunos extra-SPAP)

cul infante santo | aefcm

SAÚDE PORTA A PORTA




RESPONSABILIDADE SOCIAL

**APOIO AOS SEM-ABRIGO**

**BANCO DE ROUPA**

28 de Maio | 10h30-13h30  
Comunidade Vida e Paz  
Armazém em Benfica

Inscrições 18-20 Maio  
Vagas limitadas

Não percas esta oportunidade!




RESPONSABILIDADE SOCIAL

**O MEU MELHOR AMIGO**

VOLUNTARIADO COM ANIMAIS

**INSCRIÇÕES 12 A 22 FEV**

VAGAS LIMITADAS

CASA DOS ANIMAIS DE LISBOA




Na NMS|FCM

TODOS contribuímos para a conquista das Bandeiras Eco-Escolas





UNIVERSIDADE  
**NOVA**  
DE LISBOA

Obrigada!

