

PLANO DE ATIVIDADES

DAENMS 2026



Índice

Núcleo de Gestão	4
Comunicação e Tecnologia	30
Cultural e Recreativo	42
Envolvimento Estudantil	51
Formação	58
Logística e Parcerias	76
Mobilidade	83
Política Educativa	92
Responsabilidade Social	101
Saúde	126



NÚCLEO DE GESTÃO

Núcleo de Gestão

Representação Institucional Interna

Preservar e aprofundar a relação de proximidade entre a AENMS e os órgãos internos da NOVA Medical School (NMS) e da Universidade NOVA de Lisboa (UNL), assegurando a defesa ativa dos interesses dos estudantes, a participação em processos estratégicos e a criação de condições institucionais favoráveis ao desenvolvimento das atividades e projetos da associação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Manter uma relação institucional próxima com a Direção da NMS;
 - IM: Realização de reuniões regulares com a Direção da NMS, assegurando periodicidade mínima trissemestral.
- O: Garantir a representação ativa da AENMS diante de órgãos da NMS;
 - IM: Participação em reuniões institucionais com a Administração, Serviços Académicos e Gabinete de Apoio ao Aluno, pelo menos semestralmente;
 - IM: Comparência em 100% das reuniões do Conselho de Sustentabilidade.
- O: Potenciar a visibilidade da AENMS e dos recursos institucionais disponíveis;
 - IM: Utilização dos meios do Gabinete de Extensão à Comunidade em, pelo menos, 1 das suas atividades;
 - IM: Realização de, pelo menos, 2 iniciativas conjuntas com a Comunicação da NMS que promovam a AENMS;
 - IM: Presença da AENMS em não menos que 2 momentos mediáticos ou órgãos de comunicação social ao longo do mandato.
- O: Assegurar a representação da AENMS em órgãos consultivos e estruturas internas da NMS e da UNL;
 - IM: Comparência em 100% das reuniões do Conselho de Estudantes da UNL.

Responsável

Diana Ribeiro, Presidente;

Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação.

Calendarização

A desenvolver ao longo de todo o mandato.

Representação Institucional Externa

Reforçar e diversificar a rede de parceiros externos da AENMS, promovendo a cooperação com ordens profissionais, entidades públicas, instituições de saúde e parceiros estratégicos, de forma a potenciar oportunidades de relevo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reforçar a cooperação com entidades profissionais e sindicais relevantes;
 - IM: Participação em, pelo menos, 2 eventos presenciais organizados pela Ordem dos Médicos, Sindicato Independente dos Médicos ou entidades equivalentes.
- O: Manter e desenvolver relações institucionais com entidades públicas e locais;
 - IM: Realização de não menos que 1 reunião com a Junta de Freguesia de Arroios e com a ULS S. José.
- O: Expansão da rede de parcerias da AENMS;
 - IM: Realização de pelo menos 1 reunião com a Federação Nacional dos Médicos ou com a Ocean Medical, definindo pelo menos 1 proposta de colaboração;
 - IM: Estabelecimento de contacto institucional com pelo menos 2 novas entidades.

Responsável

Diana Ribeiro, Presidente.

Calendarização

A desenvolver ao longo de todo o mandato.

2º Dia A//AENMS

O Dia da Equipa AENMS é uma atividade anual que visa reforçar a coesão, a formação e o sentimento de pertença entre todos os colaboradores da AENMS. Ao longo do dia, decorrerão sessões paralelas de palestras e workshops, nas quais os participantes estarão agrupados por áreas de atuação, permitindo uma formação mais direcionada e ajustada às suas funções associativas. Estas sessões promovem a partilha de experiências, a aquisição de competências e o desenvolvimento de novas ideias. Prevê-se que o dia termine com um momento de convívio, destinado ao fortalecimento de relações interpessoais e do espírito de equipa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a coesão interna e o sentimento de pertença entre todos os membros da AENMS;
 - IM: Adesão de pelo menos 40 colaboradores AENMS;
 - IM: Classificação média não inferior a 4 no formulário de avaliação.

- O: Capacitar os colaboradores AENMS em áreas-chave do associativismo úteis para as suas funções;
 - IM: Realização de pelo menos 5 momentos formativos distintos;
 - IM: Pelo menos 70% dos participantes considerarem a aquisição de novos conhecimentos úteis, de acordo com o formulário de avaliação.

Responsável

Diana Ribeiro, Presidente.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de março.

Representação Externa

Associação Nacional de Estudantes de Medicina | ANEM

A ANEM consubstancia-se como o mais importante e plural centro de discussão médico-estudantil nacional, reunindo oito escolas médicas portuguesas e dois membros observadores, que visam uma representação articulada em diferentes Grupos de Trabalho temáticos: Direitos Humanos & Ética Médica (GTDHEM), Educação Médica (GTEM), Formação (GTF), Imagem & Tecnologia (GTIT), Mobilidade (GTPE e GTRE), Saúde Pública (GTSP), e, Saúde Sexual & Reprodutiva (GTSSR). Estes desenvolvem a sua ação em estrita consonância com o Plano de Atividades, desenvolvido pela Direção da ANEM e aprovado pelos Associados. Estruturalmente, inclui ainda com um grupo de trabalho responsável pela gestão e sustentabilidade financeira – Money Talks – um Senado, que cumpre funções consultivas e deliberativas, bem como um fórum de discussão, a AA-Team, que se tricotomiza nos eixos: Gestão Global da Federação, Envolvimento Estudantil e Participação Internacional. A AENMS pautar-se-á por uma presença expressiva e contributiva na transversalidade destas estruturas bem como no cumprimento dos Programas Nacionais, um *corpus* documental que, com índole holística e agregadora, identifica necessidades de melhoria nos diferentes domínios de atuação, a serem colmatadas ulteriormente a nível local.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio dos Grupos de Trabalho;
 - IM: Presença mínima de 1 representante da DAENMS em 100% das reuniões dos Grupos de Trabalho durante o mandato de 2026.
- O: Representação da comunidade estudantil em seio de Assembleia Geral;
 - IM: Presença mínima de 4 membros da delegação em 100% das Assembleias Gerais durante o mandato de 2026.
- O: Realização de reuniões preparatórias da delegação antes das Assembleias Gerais;

- IM: Reunião com a delegação pelo menos 1 vez, com um mínimo de 2 dias de antecedência, antes de cada Assembleia Geral do mandato de 2026.
- O: Capacitação da DAENMS sobre Programas Nacionais da ANEM;
 - IM: Realização de pelo menos uma reunião de capacitação sobre Programas Nacionais.
- O: Acompanhamento contínuo dos membros da delegação no seu exercício de representação externa em seio da ANEM;
 - IM: Auscultação trimestral da delegação, via Google Forms, garantindo um índice de satisfação superior a 90% relativo ao apoio prestado pela Vice-Presidência Externa.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Grupos de Trabalho	Membros da Direção
Senado	Diana Ribeiro, Presidente.
AA Team	Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo; Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação;; Maria Soares, Coordenadora de Projetos Internacionais.
Money Talks	Catarina Cruz, Tesoureira.
GTDHEM	Madalena Antão, Diretora de Responsabilidade Social.
GTEM	Francisco Martins, Coordenador de Educação Médica; Iara Sebastião, Coordenadora de Política Educativa.
GTF	Joana Matilde, Diretora de Formação; Gonçalo Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.
GTIT	Matilde Cartaxo, Diretora de Comunicação e Tecnologia.
GTPE	Francisco Barbosa, Diretor de Mobilidade e Coordenador de Intercâmbios Clínicos; Eva Pereira, Vice-Coordenadora de Intercâmbios Clínicos.
GTRE	Carolina Marques, Coordenadora de Intercâmbios de Investigação.

GTSP	Leonor Esperto, Coordenadora de Saúde Pública.
GTSSR	Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Associação Nacional de Estudantes de Nutrição | ANEN

A ANEN reúne associados de diversas instituições de Ensino Superior que, a nível nacional, ministram o curso de Ciências da Nutrição. Destarte, configura-se como um espaço privilegiado de reflexão e debate estudantil, no que concerne a problemáticas relativas ao ensino, profissão e evolução desta área, cuja dimensão e projeção se encontram em crescimento exponencial. Neste contexto, é crucial uma AENMS participativa, contributiva e representativa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio de Assembleia Geral;
 - IM: Presença mínima de 2 membros da delegação em 100% das Assembleias Gerais durante o mandato de 2026.
- O: Representação da comunidade estudantil em seio de Senado da ANEN;
 - IM: Presença em 100% das Reuniões de Senado durante o mandato de 2026.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Alocação de Funções	Membros da Direção
Senado	Bruna Saiegh, Coordenadora da Formação em Nutrição.
Delegado Principal	Mariana Pinto, Coordenadora de Comunicação e Tecnologia.
Delegado	Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Federação Académica de Lisboa

A FAL consiste numa federação que reúne instituições de Ensino Superior localizadas na área metropolitana de Lisboa, permitindo à AENMS enriquecer a sua atuação no panorama estudantil português, pelo contacto com associados de diversas áreas académicas. Estruturalmente, a FAL organiza-se em diferentes pelouros - Presidência;

Tesouraria; Política Educativa, Ciência & Inovação; Comunicação; Formação; Parcerias; Cultura & Recreativo, e, Desporto - permitindo uma intervenção setorialmente organizada. Cumulativamente, no âmbito do ativismo estudantil, promove ainda uma plataforma para a elaboração de moções que, democraticamente, unificam o conjunto de opiniões dissonantes e idiossincráticas da realidade Lisboaeta, em prol das necessidades e problemáticas dos estudantes. A AENMS reconhece o seu enquadramento estratégico nesta federação, que exponencia o impacto dos seus posicionamentos, comprometendo-se por isso à adoção de uma postura contributiva e cooperativa para com os associados que a compõem.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio das Assembleias Gerais;
 - IM: Presença mínima de 1 representante da DAENMS em 100% das Assembleias Gerais durante o mandato de 2026.
- O: Representação da comunidade estudantil em seio das Reuniões de Presidentes & Representantes;
 - IM: Presença mínima de pelo menos 1 representante da DAENMS em 100% das reuniões durante o mandato de 2026.
- O: Participação ativa nas tomadas de posição da FAL;
 - IM: Redação mínima de 1 moção para apresentação em seio de Assembleia Geral durante o mandato de 2026.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Grupos de Trabalho	Membros da Direção
Presidência	Diana Ribeiro, Presidente; Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.
Tesouraria	Catarina Cruz, Tesoureira.
Política Educativa, Ciência & Inovação	Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo; Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação; João Pereira, Diretor de Política Educativa.
Comunicação	Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação; Matilde Cartaxo, Diretora de Comunicação e Tecnologia.
Formação	Marisa Cruz, Vice-Presidente Interna; Joana Matilde, Diretora de Formação.

Parcerias	Maria Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.
Cultura & Recreativo	Margarida Sousa, Diretora de Cultural e Recreativo.
Desporto	Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Encontro Nacional de Direções Associativas | ENDA

O ENDA configura-se um palco de discussão plural e colaborativa, orientado para a produção democrática e sinérgica de moções, relativas às diversas dimensões do Ensino Superior, cujos destinatários representam *stakeholders* relevantes na definição de políticas educativas nacionais. A AENMS, enquanto representante de vários ciclos de Ensino e de estudantes integrados em duas Ordens Profissionais, compreende o papel pivotal em fazer chegar a sua realidade e preocupações locais ao espaço de decisão pública.

Esta atuação estará ainda intrinsecamente elencada à FAL, que permite agregar a experiência estudantil lisboeta, permitindo um trabalho colaborativo entre associados que se propõe a este objetivo comum na produção de moções.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio das Assembleias Gerais;
 - IM: Presença mínima de 1 representante da DAENMS em 100% das Assembleias Gerais durante o mandato de 2026.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

International Federation of Medical Students' Associations | IFMSA

A IFMSA incorpora o arquétipo da atividade médico-estudantil mundial diversificando a sua atividade internacional em áreas de *adocacy*, intercâmbios, capacitação e diversas oportunidades internacionais, concretizadas e reguladas em seio de *General Assemblies*, *Regional Meetings* e *Activity Fairs*. Estruturalmente, apresenta seis *Standing Committees* – Intercâmbios Clínicos, Intercâmbios de Investigação, Saúde Pública, Saúde Sexual & Reprodutiva, Educação Médica, e, Direitos Humanos & Paz – sendo que, a nossa realidade local, se aproxima mais dos quatro primeiros no âmbito dos programas de mobilidade. Em adição, e apesar de estarmos representados nesta federação pela ANEM, é também da esfera direta de atuação da AENMS, a oportunidade de divulgação da sua ação à escala global, pela submissão dos *IFMSA Programs* e participação nos *Rex Crossley Awards*. Compete-nos ainda uma participação proativa e consistente nesta federação, a partilha das oportunidades que

proporciona e, de forma mais local, estimular o interesse na participação *in loco*, motivando à integração das delegações portuguesas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Divulgação das atividades desenvolvidas pela AENMS a nível internacional;
 - IM: Submissão mínima de 5 atividades a *IFMSA Programs*;
 - IM: Submissão mínima de 1 atividade à ANEM de *Activities Fair* de cada *meeting* da IFMSA.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

European Medical Students' Associations | EMSA

A EMSA constitui a maior organização de ensino superior médico a nível Europeu, propondo-se fundamentalmente à capacitação, empoderamento e desenvolvimento de ferramentas para as componentes essenciais do estudante e futuro profissional, sistematizadas em torno de seis pilares: Saúde Pública, Ciência Médica, Educação Médica, Políticas de Saúde, Direitos Humanos & Ética Médica, e, Cultura & Integração Europeia. A AENMS integra esta organização enquanto *Faculty Member Organization* (FMO) fazendo parte do seu espectro de ação mais direta a participação nas *Assemblies*, o preenchimento dos *Biannual Reports*, a organização dos programas de intercâmbio *Twinning*, bem como o *networking* e divulgação local na *Twinning Fair*. Cumpre à AENMS potencializar estas oportunidades de *advocacy*, por intermédio do seu contributo para a redação de *policy papers*, com impacto direto naquilo que são diretivas europeias que afetam a nossa realidade local.

Perspetivando a incomensurável relevância desta plataforma, aliado ao compromisso de uma AENMS cada vez mais internacional, objetiva-se também ser a FMO que recebe, arquiteta e materializa uma das meetings bianuais desta organização.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio da *Spring Assembly*;
 - IM: Presença mínima de 2 elementos da DAENMS na *Spring Assembly*.
- O: Representação da comunidade estudantil em seio da *Autumn Assembly*;
 - IM: Presença mínima de 2 elementos da DAENMS na *Autumn Assembly*.
- O: Manutenção do estatuto de *Full Member Organization*;
 - IM: Preenchimento dos *Biannual Reports*.
- O: Candidatura para FMO anfitriã da *Autumn Assembly*;
 - IM: Envio da candidatura completa dentro dos prazos estipulados.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Associação Desportiva do Ensino Superior de Lisboa | ADESL

A ADESL constitui uma associação especializada na temática do Desporto universitário, agregando diferentes associados da área metropolitana de Lisboa, e que tem sob a sua tutela - em coordenação com a Universidade de Lisboa - a utilização dos espaços do Estádio Universitário. Integrar esta associação permite à AENMS a participação nos Campeonatos Universitários bem como o usufruto de espaços pelos atletas da nossa comunidade estudantil. A AENMS tem como prioridade manter uma postura ativa e participativa enquanto associado, contribuindo para o contínuo desenvolvimento e crescimento da ADESL.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio das Assembleias Gerais;
 - IM: Presença mínima de 1 representante da comunidade estudantil em 100% das Assembleias Gerais durante o mandato de 2026.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Fórum Académico para a Informação e Representação Externa | FAIRe

O FAIRe representa uma plataforma em crescimento, essencial para a elevação do associativismo português ao panorama internacional. Neste sentido, disponibiliza um conjunto de oportunidades técnico-formativas e de capacitação, munindo os seus associados das ferramentas necessárias para desenvolver a representação externa num patamar extra-nacional.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Representação da comunidade estudantil em seio das Assembleias Gerais;
 - IM: Presença mínima de 1 representante da DAENMS em 100% das Assembleias Gerais durante o mandato de 2026.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Indo Eu

A AENMS tem a responsabilidade de criar condições para que o exercício da representação externa, enquanto epítome do associativismo estudantil, seja acessível aos membros da sua comunidade que não integram a Direção. O *Indo Eu* constitui uma iniciativa que se propõe a colmatar quaisquer entraves logístico-financeiros à participação, em momentos de representação externa nacional, prevendo a total integração dos seus participantes na delegação da DAENMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promoção da participação da comunidade estudantil NMS|FCM em representação externa nacional, cobrindo os custos associados à mesma;
 - IM: Abertura de candidaturas públicas que totalizem um mínimo de 3 vagas no decorrer do mandato de 2026.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Colaborador de Representação Externa

A Vice-Presidência Externa é inexoravelmente associada a funções de alta complexidade e sobrecarga, abrangendo um espectro de responsabilidades alargadas. Ademais, é um dos objetivos deste mandato inferir soluções práticas para estimular o interesse da nossa comunidade estudantil na aparente distante realidade da representação externa.

Aliando estas realidades, o colaborador de representação externa nasce como uma solução bi-direcional que prevê, por um lado, auxiliar o Vice-Presidente Externo na execução de atividades de elevada carga - como a produção documental - e, por outro, criar oportunidades efetivas para a nossa comunidade transcender a ação local.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Pertinência da oportunidade de envolvimento associativo;
 - IM: Avaliação da utilidade/aprendizagem por parte do colaborador, via Google Forms, com avaliação mínima de 2.5/5.

Responsável

Pedro Gonçalves, Vice-Presidente Externo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Funcionamento Interno

Estrutura Administrativa e Relações Internas

Uma boa gestão interna da DAENMS é o pilar fundamental para a sustentabilidade do trabalho de todos os vogais e, consequentemente, a base do sucesso da AENMS. Deste modo, pretendemos consolidar os modelos de acompanhamento do mandato anterior, bem como efetuar uma gestão acessível e clara do calendário, espaços e documentos internos, garantindo um apoio contínuo e eficaz a todos os vogais.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Organizar Reuniões de Direção da AENMS (RDO) mensais, preferencialmente presenciais, com uma duração adequada;
 - IM: Presença mínima de 70% da Direção em cada RDO;
 - IM: Duração de 100% das RDO dentro da duração prevista, ou com um máximo de acréscimo de 50% do tempo inicialmente estipulado.
- O: Acompanhar em tempo real as atividades planeadas pelos vogais, através do seguimento da execução das mesmas pelas *Mastersheets de Atividades*;
 - IM: Enumeração de 100% das atividades;
 - IM: Preenchimento contínuo de mais de 50% de atividades.
- O: Atualizar continuamente o calendário anual de atividades interno à DAENMS, com posterior divulgação à restante comunidade estudantil, em colaboração com o Departamento de Envolvimento Estudantil;
 - IM: Percentual de atividades concretizadas de acordo com o calendário de 90%;
 - IM: Percentual de pedidos de calendarização efetuados com a antecedência estipulada >80%.
- O: Garantir a avaliação da qualidade das atividades com inscrição;
 - IM: Avaliação de 100% das atividades com inscrição através de questionário.

Responsável

Marisa da Cruz, Vice-Presidente Interna;
Maria Nascimento Silva, Secretária-Geral.

Regulamentos Internos

Os Regulamentos Internos são um alicerce da estrutura e dinâmica da AENMS. De modo a dar continuidade aos trabalhos de revisão regulamentar efetuados em mandatos anteriores, propomos a atualização dos presentes regulamentos à realidade vigente da AENMS, para consolidá-los como verdadeiros documentos orientadores da Associação, assegurando a eficiência e regularidade dos seus processos e iniciativas.

Tendo isto em conta, propomos a revisão e atualização dos seguintes documentos, podendo a listagem sofrer alterações tendo em conta as necessidades e disponibilidade da DAENMS e MAG AENMS.

- Regulamento Interno da DAENMS;
- Regulamento dos Colaboradores;
- Regulamento das Comissões Organizadoras;
- Regulamento dos Grupos Académicos;
- Regulamento das Comissões de Finalistas;
- Regulamento do Orçamento Participativo;
- Política de Proteção de Dados;
- Regulamento dos Certificados;
- Regulamento dos Prémios;
- Código de Conduta;
- Regulamento Pessoas Sócias AENMS;
- Regulamento das Equipas AENMS;
- Regulamento do Fundo de Reserva;
- Regulamento das Bolsas de Ação Social;
- Normas de Tesouraria.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Revisão e atualização dos documentos propostos, bem como de outros que se revelem necessários ou proveitosos para o decurso dos trabalhos, e respetiva divulgação à comunidade estudantil;
 - IM: Divulgação de 80% dos regulamentos revistos no *Website AENMS*, de modo a possibilitar à comunidade estudantil NMS|FCM um acesso mais direto e transparente aos mesmos.

Responsável

Maria Nascimento Silva, Secretária-Geral;
Diana Ribeiro, Presidente.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Bem-estar e Acompanhamento Individualizado

Reconhecendo a sobrecarga mental e emocional cada vez mais associada ao associativismo, cremos que apenas através de um acompanhamento personalizado e contínuo poderemos assegurar a sustentabilidade do mandato e a produtividade e saúde mental de toda a equipa DAENMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Organizar pelo menos 1 *team-building* semestral com a Direção, de modo a fomentar um espírito de equipa;
 - IM: Presença mínima de 70% da Direção;

- IM: Classificação média no formulário de avaliação igual ou superior a 4/5.
- O: Averiguar motivação e dificuldades sentidas pelos vogais, através do envio de mensagens individuais e privadas;
 - IM: Estabelecimento de pelo menos 2 conversas sobre esta temática com cada vogal durante o mandato;
 - IM: Alcance de respostas individuais por mais de 80% da Direção.
- O: Obter indicadores específicos de sobrecarga, através da realização de um formulário;
 - IM: Preenchimento mínimo de 30% da Direção.

Responsável

Marisa da Cruz, Vice-Presidente Interna.

Colaboradores

Os colaboradores DAENMS são elementos fundamentais na execução das atividades da AENMS, pelo que pretendemos criar uma atmosfera integradora onde cada colaborador se sinta valorizado e que veja o seu contributo como significativo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Divulgar esta modalidade de envolvimento associativo, explicando os diferentes departamentos e respectivas atividades nas quais se podem envolver;
 - IM: Número de inscrições superior a 20.
- O: Distribuir os colaboradores por departamentos, de modo a que possam estar envolvidos nas atividades que mais lhes suscitam interesse;
 - IM: Alocação superior a 70% dos colaboradores nas suas primeiras 2 opções de maior interesse;
 - IM: Classificação média da atividade no global no formulário de avaliação igual ou superior a 4/5.
- O: Realizar reuniões periódicas dos colaboradores com os diretores de departamento, de modo a que estes possam estar a par das atividades em desenvolvimento e contribuir com sugestões;
 - IM: Realização de pelo menos 1 reunião semestral.
- O: Promover a realização de momentos de confraternização intra departamentos, incluindo os colaboradores;
 - IM: Realização de 1 momento nestes moldes em pelo menos metade dos departamentos.

Responsável

Marisa da Cruz, Vice-Presidente Interna.

Estratégia de Comunicação

Dinâmica Interna de Comunicação

A gestão da comunicação da AENMS e das suas redes sociais, através de um planeamento transversal da Comunicação da AENMS, ficará a cargo da colaboração entre a Vice-Presidência para a Comunicação e o Departamento de Comunicação e Tecnologia. Aqui, assume-se o Departamento de Comunicação e Tecnologia como responsável pela produção de material gráfico, e a Vice-Presidência para a Comunicação o principal ponto de contacto com o restante Núcleo de Gestão em assuntos que à comunicação da Associação digam respeito.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Atualização do Sistema de Pedidos de Divulgação, para melhor se adequar às necessidades atuais de comunicação da Associação, sendo aplicável a qualquer material de divulgação necessário. Neste sentido, o novo sistema implementado incluirá uma revisão e filtração dos pedidos de divulgação pela Vice-Presidência para a Comunicação, de modo a melhor adaptar a estratégia de divulgação e a carga de trabalho sentida pelo Departamento de Comunicação e Tecnologia;
 - IM: Realização de uma capacitação inicial relativa ao novo Sistema de Pedidos de Divulgação na 1ª RDO, direcionada a toda a DAENMS;
 - IM: Realização de 100% dos pedidos de divulgação através do formulário atualizado;
 - IM: Revisão de 100% dos pedidos pela Vice-Presidência para a Comunicação.
- O: Reformulação do Calendário de Divulgação para conter divulgações nas plataformas *Instagram*®, *LinkedIn*®, *Whatsapp*® e através do e-mail institucional, para melhor se adequar às necessidades atuais de comunicação da Associação;
 - IM: Realização de uma capacitação inicial sobre o novo Calendário numa fase inicial do mandato, com todos os responsáveis de comunicação;
 - IM: Calendarização de pelo menos 90% do material divulgado nestes meios;
 - IM: Inclusão de pelo menos 1 sessão formativa por uma entidade externa para capacitar os responsáveis de produção de imagem.
- O: Elaboração de um novo documento, designado “Relatório de Comunicação”, que reúna as estatísticas dos diferentes meios de comunicação da AENMS, nomeadamente a quantidade de conteúdo divulgado, interações com o mesmo e alcance dos respectivos perfis;
 - IM: Análise estatística individual de 100% dos conteúdos divulgado;
 - IM: Elaboração de uma análise sumária mensal do desempenho de cada perfil.
- O: Implementação de Reuniões Ordinárias de Comunicação (ROCs) com todos os responsáveis de comunicação para estabelecer regras de trabalho contínuo

de comunicação, planejar a divulgação de grandes eventos, e analisar estratégias de divulgação após conclusão das mesmas;

- IM: Realização de pelo menos 3 ROCs por semestre de mandato;
- IM: Realização da 1ª ROC com 100% dos responsáveis de comunicação para delinear a nova dinâmica de trabalho a ser aplicada no novo mandato, nomeadamente com capacitação referente às versões atualizadas do Calendário de Divulgação e Manual de Normas Gráficas, assim como referente ao Relatório de Comunicação.

Responsável

Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Gestão dos Meios de Comunicação

Com base no princípio de que comunicar vai além da mera transmissão de informação, torna-se essencial que a AENMS faça uma gestão estratégica das suas redes e canais de comunicação, promovendo a criação de ligações, o reforço da confiança da comunidade estudantil, e a amplificação do impacto das suas atividades. Para tal, é indispensável a definição de uma estratégia de comunicação segmentada, ajustada ao público-alvo primário de cada atividade ou evento. Neste enquadramento, é igualmente fundamental assentar a comunicação numa abordagem plural, que promova a simbiose entre os meios próprios da Associação e meios externos, como os Órgãos de Comunicação Social, sempre que pertinente. Neste contexto, identificam-se os seguintes públicos-alvo para cada meio de comunicação:

- *Instagram*®: comunidade estudantil da NMS|FCM, *alumni*, parceiros institucionais e público em geral;
- *Facebook*®: *alumni*;
- *LinkedIn*®: *alumni* e parceiros institucionais;
- Canal de *Whatsapp*®: comunidade estudantil da NMS|FCM;
- Website AENMS: comunidade estudantil da NMS|FCM e público em geral;
- E-mail institucional: comunidade estudantil da NMS|FCM;
- Comunicação social: público em geral.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

Instagram®

- O: Manutenção da redução da carga de divulgações nas contas da AENMS, privilegiando a qualidade e o impacto dos conteúdos, e assegurando coerência estratégica e comunicacional;
 - IM: Número de *posts* diários não superior a 2, incluindo *posts* colaborativos;

- IM: Número de *posts* semanais não superior a 15, excluindo *posts* colaborativos.
- O: Aumento da coesão, coerência e profissionalização da imagem da AENMS, promovendo uma maior proximidade ao público-alvo, em particular da comunidade estudantil;
 - IM: Utilização adequada e consistente do Manual de Normas Gráficas em 100% das divulgações produzidas pelo Departamento de Comunicação e Tecnologia.
- O: Migração de todas as contas de *Instagram*® para o *Meta Business*, garantindo uma gestão centralizada e análise estatística otimizada;
 - IM: Conclusão da transição de todas as contas para o *Meta Business* na primeira metade do mandato.

Facebook®

- O: Manutenção da atividade do *Facebook*® dirigida ao público-alvo de *alumni*, com publicação exclusiva de iniciativas relevantes para este segmento, ou seja, com especial foco em representação externa ativa e na presença em órgãos de comunicação social;
 - IM: 100% das publicações alinhadas com o público-alvo definido, com consequente aumento do alcance das mesmas.
- O: Avaliação periódica da pertinência da manutenção da plataforma no âmbito da estratégia global de comunicação;
 - IM: Discussão do papel do *Facebook*® em pelo menos uma ROC por semestre.

LinkedIn®

- O: Manutenção e consolidação da atividade do *LinkedIn*® para um público-alvo de *alumni* e parceiros institucionais, promovendo o crescimento sustentado da plataforma e a visibilidade institucional da AENMS;
 - IM: Aumento do número de seguidores ao longo do mandato;
 - IM: Divulgação de 100% dos conteúdos produzidos no âmbito de representação externa e presença em órgãos de comunicação social.
- O: Integração de todas as contas da AENMS no *LinkedIn Business Manager*;
- O: Migração de todas as contas de *LinkedIn*® para o *LinkedIn Business Manager*, garantindo uma gestão centralizada e análise estatística otimizada;
 - IM: Conclusão da transição de todas as contas para o *LinkedIn Business Manager* na primeira metade do mandato.

X®

- O: Eliminação da presença da AENMS na rede social *X*®, dada a sua reduzida adequação ao público-alvo das atividades da Associação;
 - IM: Eliminação da conta até Fevereiro.

Whatsapp®

- O: Criação de um Canal de *Whatsapp®* da AENMS para divulgação de oportunidades de envolvimento estudantil e informação relevante para a comunidade estudantil da NMS|FCM;
 - IM: Criação do canal até Fevereiro;
 - IM: Número de aderentes ao canal igual ou superior a 300 pessoas.
- O: Uso estratégico do Canal de *Whatsapp®* para centralizar as mais diversas oportunidades de envolvimento estudantil;
 - IM: Redução de 50% do volume de mensagens enviadas nos grupos de ano;
 - IM: Garantir que 100% das *Calls for CO*, *Task-Force* e Voluntários dos Projetos são divulgadas por este meio;
 - IM: Assegurar a divulgação de >30% das atividades da AENMS.

Linktree®

- O: Seleção criteriosa dos conteúdos divulgados no *Linktree®*, evitando duplicação de informação e promovendo o redirecionamento para o *Website* AENMS sempre que pertinente;
 - IM: Atualização bi-semanal dos links ativos, com eliminação dos mesmos quando deixam de ser aplicáveis;
 - IM: Diminuição de 15% dos conteúdos divulgados por este meio por este meio.

Website AENMS

- O: Promoção do aumento da visibilidade e tráfego do *website* AENMS através das redes sociais da AENMS;
 - IM: Realização de um momento de divulgação do website em setembro, aquando da entrada dos novos alunos;
 - IM: Crescimento de 50% do número de iniciativas divulgadas através do *website* AENMS.

Responsável

Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Comunicação Social

Promover uma articulação eficaz entre a divulgação efetuada nos diversos canais de comunicação da AENMS e os Órgãos de Comunicação Social. Esta estratégia visa potenciar a comunicação e as atividades da Associação, assegurando uma informação clara e atempada, promovendo o envolvimento da comunidade e reforçando a ligação

com os diferentes públicos-alvo. Pretende-se, assim, consolidar a presença da AENMS junto da sociedade civil e restantes *stakeholders* externos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reforço da divulgação dos projetos e atividades da AENMS nos Órgãos de Comunicação Social;
 - IM: Divulgação mediática de, pelo menos, 50% dos projetos e grandes atividades da AENMS em Órgãos de Comunicação Social ao longo do mandato.
- O: Estabelecimento de um contacto mais precoce, estruturado e contínuo com a Federação Académica de Lisboa (FAL) e as faculdades da Área Metropolitana de Lisboa;
 - IM: Divulgação de 100% dos grandes eventos recreativos através dos canais de divulgação da FAL e da Nightlife;
 - IM: Aumento de 10% do número de bilhetes destes eventos vendidos ao público externo.
- O: Criação e consolidação de uma rede de contactos institucionais e comunicação social;
 - IM: Criação de uma base de contactos ativa e atualizada até ao final do 1º semestre de mandato.
- O: Manutenção de uma relação otimizada e de colaboração contínua com o Departamento de Assessoria, Comunicação Institucional e Marketing da NMS|FCM, nomeadamente para a elaboração de *press releases* e divulgação conjunta de grandes eventos, em articulação com Ordens Profissionais e Órgãos de Comunicação Social sempre que pertinente;
 - IM: Realização de, pelo menos, 3 reuniões semestrais com os responsáveis do Departamento;
 - IM: Emissão de *press releases* ou ações de divulgação para, pelo menos, 75% dos projetos e grandes atividades da AENMS ao longo do mandato.

Responsável

Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

App AENMS (powered by 3cket®)

Tendo a App AENMS sido desenvolvida no mandato transato, e considerando os seus benefícios e limitações, considera-se pertinente dar continuidade à sua utilização. A App deverá manter-se como ferramenta central para as inscrições nas atividades e eventos da AENMS, bem como para a agilização e simplificação de pagamentos quando aplicável.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reunir com os responsáveis da 3cket® para troca de *feedback* e defesa da implementação de novas funcionalidades, nomeadamente a emissão de certificados, a atribuição de prioridade a pessoas sócias, e a aplicação do desconto de sócio em lotes únicos de bilhetes;
 - IM: Reuniões com periodicidade mínima semestral.
- O: Rever o *backoffice* da App AENMS e explorar novas funcionalidades disponibilizadas pela 3cket;
 - IM: Envio de notificações *push* para 100% dos grandes eventos;
 - IM: Descontinuação dos cartões de sócio físicos até ao fim do mandato, com uma atualização adequada do Regulamento de Pessoas Sócias.
- O: Desenvolver e disponibilizar um tutorial de utilização da App AENMS, promovendo uma maior clareza, acessibilidade e facilidade do seu uso junto da comunidade estudantil;
 - IM: Divulgação do tutorial de utilização, em formato a definir com o Departamento de Comunicação e Tecnologia, através do *Instagram*® da AENMS.

Responsável

Sérgio Ribeiro, Vice-Presidente para a Comunicação.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Gestão de espaços e recursos

Gestão e conservação de espaços

A forma como os espaços são pensados, geridos e vividos influencia profundamente o bem-estar e a vivência da comunidade estudantil, ultrapassando uma mera dimensão logística. Assim, ambicionamos criar ambientes confortáveis e inovadores, adaptados às necessidades reais dos estudantes, integrando uma utilização inteligente dos espaços da NMS|FCM com uma otimização dos recursos existentes, para que cada atividade desenvolvida contribua para uma experiência dinâmica, integrada e enriquecedora.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Otimizar os pedidos de espaços e recursos, através da revisão e otimização do Formulário de Pedido de Espaços, permitindo uma agilização entre as atividades AENMS e NMS e zelando pela conservação e renovação do seu património material;
 - IM: Manutenção de um contacto fluido com o Serviço de Gestão de Salas, Espaços e Património, através de, pelo menos, 1 reunião semestral;

- IM: Percentual de pedidos de espaços efetuados com a antecedência estipulada > 80%.
- O: Zelar pela existência de condições de estudo, convívio e refeições adequadas e acessíveis, nomeadamente através da divulgação antecipada das ementas da cantina, da aquisição de mais microondas e do realce da importância de espaços de estudo abertos 24h em período letivo;
 - IM: Reforçar os temas supramencionados junto da Direção da NMS|FCM em, pelo menos, uma reunião.
- O: Disponibilizar um maior número de cacifos;
 - IM: Procurar aumentar o número de cacifos em, pelo menos, 10%.
- O: Assegurar uma sustentabilidade ambiental transversal às atividades AENMS, minimizando o recurso a plásticos descartáveis e aplicando as regras de separação;
 - IM: Percentual de atividades executadas sem recurso a plástico descartável > 90%;
 - IM: Percentual de atividades concluídas com separação dos resíduos de 100%.

Responsável

Maria Nascimento Silva, Secretária-Geral.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

NMS em Carcavelos

A futura transição para o novo Campus de Carcavelos representa um momento de transformação da NMS|FCM e da sua comunidade. Traz consigo novas expectativas e oportunidades, mas exige um planeamento estratégico e uma preparação cuidada, capazes de antecipar desafios logísticos, sociais e pedagógicos. Neste contexto, a AENMS tomará uma posição de proatividade e cooperação com os órgãos competentes, apelando a uma integração sustentável e metódica dos estudantes e advogando pelo normal funcionamento das atividades AENMS e restantes tradições académicas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Adotar medidas de preparação adequadas à transição para o novo Campus;
 - IM: Elaboração de um plano estruturado de atividades AENMS adaptadas ao Campus de Carcavelos, dependente das informações disponibilizadas pela NMS sobre o tema.
- O: Advogar por respostas a questões logísticas associadas à mudança, junto da Direção da NMS|FCM;
 - IM: Abordar os seguintes temas junto dos órgãos competentes em, pelo menos, uma reunião: opções de transporte público, alojamento e refeição; serviço de cantina; expansão dos locais destinados ao estudo e

dos espaços dedicados à convivência social e atividades extracurriculares; nova sede AENMS.

Responsável

Maria Nascimento Silva, Secretária-Geral.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Grupos Académicos

Os seis Grupos Académicos (GA) formalmente estabelecidos que a AENMS integra, Education Against Tobacco (EAT) Portugal NMS, Associação Grémio Académico da NMS (GANMS), Grupo de Teatro Miguel Torga (GTMT), MEDSURF, NOWACE e Tuna Médica de Lisboa (TML), têm como propósito a promoção de iniciativas do interesse da comunidade estudantil NMS|FCM, nomeadamente fora do âmbito das atividades promovidas pela AENMS. Sendo assim, a AENMS pretende potenciar o envolvimento destes grupos de estudantes na vida académica da NMS|FCM, fomentando uma cooperação mútua e apoiando as suas iniciativas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Procurar estabelecer pontes de colaboração com os diferentes Grupos Académicos, mantendo uma comunicação contínua e acessível com os mesmos, via contactos institucionais e *WhatsApp*®;
 - IM: Realização de, pelo menos, 1 reunião semestral com o conjunto dos GA;
 - IM: Apresentação semestral do Regulamento dos Grupos Académicos, de modo a incluir as novas Direções dos mesmos, e eventual revisão do regulamento com a participação dos GA.
- O: Fomentar uma atuação conjunta entre a DAENMS e os GA, nomeadamente através da construção colaborativa do Calendário de Atividades, com o intuito de incrementar a adesão às iniciativas de ambas as partes;
 - IM: Desenvolvimento de, pelo menos, 2 atividades com a participação da AENMS e GA;
 - IM: Adesão de 100% dos GA ao Calendário conjunto.

Responsável

Maria Nascimento Silva, Secretária-Geral.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Sustentabilidade Financeira

Sustentabilidade Financeira

A sustentabilidade financeira da AENMS visa garantir a viabilidade e eficiência económica das suas atividades e projetos, promovendo uma gestão responsável dos recursos e assegurando a continuidade dos apoios diretos aos estudantes, bem como o crescimento das iniciativas da Associação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar a sustentabilidade das atividades e projetos da AENMS, através de uma gestão financeira responsável e transparente;
 - IM: Número de apoios monetários anuais atribuídos à AENMS, não inferior a 10;
 - IM: Número de novos apoios monetários em relação ao mandato anterior, não inferior a 3;
 - IM: Percentagem do total de entradas em orçamento, não inferior a 15%;
 - IM: Investimento na modernização do espaço AENMS, no valor máximo de 100€;
 - IM: Disponibilização digital e apresentação em Assembleia Geral do Orçamento, Relatório Intercalar e do Relatório Final de Contas.
- O: Reforçar reservas financeiras estratégicas, como o Fundo de Transição para o Campus de Carcavelos;
 - IM: Montante anual alocado ao Fundo de Transição para o Campus de Carcavelos, não inferior a 1000€.
- O: Manter rácios financeiros saudáveis e sustentáveis;
 - IM: Rácios financeiros do Relatório Final de Contas: liquidez imediata > 15% e endividamento <10%.
- O: Garantir a manutenção de apoios diretos e novos apoios aos estudantes;
 - IM: Diminuição dos custos associados a materiais de aquisição obrigatória para os estágios clínicos;
 - IM: Aumentar o apoio financeiro direcionado aos Grupos Académicos para 300€/cada;
 - IM: Reforço orçamental no Projeto de Mentoria, não inferior a 100€.

Responsável

Catarina Cruz, Tesoureira.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Orçamento Participativo

O Orçamento Participativo é uma iniciativa destinada a estudantes da NMS | FCM que visa promover a submissão e desenvolvimento de projetos inovadores. As propostas

são submetidas através de candidatura formal e apresentadas e votadas em Assembleia Geral. O projeto vencedor será apoiado financeiramente com 500€, tal como previsto em orçamento.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a inovação e a proatividade na comunidade estudantil;
 - IM: Número superior de candidaturas submetidas dentro do prazo estabelecido, pelo menos 3.
- O: Promover a participação ativa da comunidade estudantil nos processos de decisão;
 - IM: Realização da apresentação dos projetos inscritos e aprovados em Assembleia Geral, e respetiva votação, contando com a presença de pelo menos 20 alunos.
- O: Apoiar financeiramente projetos com impacto académico e/ou comunitário;
 - IM: Atribuição efetiva de um apoio financeiro de 500€ ao projeto vencedor.

Responsável

Catarina Cruz, Tesoureira.

Calendarização

Atividade única a ocorrer entre os meses de setembro e outubro.

Sócios AENMS

A modalidade Pessoa Sócia da AENMS visa atribuir vantagens exclusivas, nomeadamente descontos em atividades, produtos e serviços da associação, bem como prioridade nas inscrições para eventos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a adesão e fidelização de estudantes à modalidade Pessoa Sócia;
 - IM: Número anual de Pessoas Sócias da AENMS, não inferior a 500€;
 - IM: Crescimento anual do número de sócios, não inferior a 3%.
- O: Valorizar o estatuto de Pessoa Sócia da AENMS através do reforço de benefícios associados;
 - IM: Aumento ponderado de, pelo menos, uma atividade, produto ou serviço com diferenciação de preços para sócios;
 - IM: Ganhos cumulativos anuais potenciais associados ao estatuto de Sócio AENMS, não inferior a 40€.
- O: Melhorar a comunicação e a transparência relativamente às vantagens do estatuto de sócio;
 - IM: Disponibilização das vantagens de sócio na Aplicação AENMS, de forma acessível e atualizada, nos primeiros 3 meses do mandato.

Responsável

Catarina Cruz, Tesoureira.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato

Bolsas de Ação Social

A atribuição de Bolsas de Ação Social consiste num apoio financeiro anual a estudantes da NOVA Medical School elegíveis, destinado a reduzir desigualdades socioeconómicas no percurso académico, com o apoio institucional da NOVA Medical School.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Contribuir para a redução das desigualdades socioeconómicas entre estudantes, promovendo, deste modo, igualdade de oportunidades no acesso e sucesso académico;
 - IM: Crescimento anual do número de Bolsas de Ação Social disponibilizadas, não inferior a 2;
 - IM: Número anual de Bolsas de Ação Social atribuídas, não inferior a 43;
 - IM: Valor mínimo individual de cada bolsa atribuída, não inferior a 500€.
- O: Garantir a sustentabilidade do modelo de atribuição de bolsas da Associação de Estudantes;
 - IM: Manutenção do apoio institucional da NOVA Medical School.

Responsável

Catarina Cruz, Tesoureira.

Calendarização

Atividade única a ocorrer entre os meses de setembro e outubro.

Loja AENMS

A Loja AENMS comercializa produtos e serviços (artigos de merchandising e materiais essenciais à prática académica) que reforçam a identidade da associação, apoia a sustentabilidade financeira da associação e garante condições de trabalho dignas aos colaboradores.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Contribuir para a sustentabilidade financeira da Associação de Estudantes;
 - IM: Montante anual investido em manutenção, aquisição e renovação de materiais e espaços, de pelo menos 1000€ anual;
 - IM: Números de novos produtos disponibilizados anualmente na loja, não inferior a 5.

- O: Melhorar a gestão de stock, processos internos e comunicação sobre produtos e serviços;
 - IM: Integração do stock no sistema de faturação Moloní;
 - IM: Realização de campanhas de divulgação e promoções, pelo menos 1 por semestre.
- O: Garantir condições de trabalho adequadas aos colaboradores da Loja;
 - IM: Avaliação anual da satisfação dos colaboradores da Loja (classificação no formulário de avaliação >4).

Responsável

Catarina Cruz, Tesoureira.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Colaboradores da Biblioteca NMS

Os colaboradores da Biblioteca NMS contribuem para o funcionamento e desenvolvimento da mesma, promovendo a utilização eficiente dos seus recursos e reforçando a sua autonomia financeira destes alunos, com benefício final da comunidade estudantil.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar o bom funcionamento e a continuidade dos serviços Biblioteca NMS, através de uma gestão eficiente dos recursos;
 - IM: Número de colaboradores ativos na Biblioteca NMS >10;
 - IM: Avaliação da satisfação dos utilizadores da Biblioteca quanto à qualidade dos serviços (classificação no formulário de avaliação >4).

Responsável

Catarina Cruz, Tesoureira.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.



COMUNICAÇÃO E TECNOLOGIA

Comunicação e Tecnologia

Produção de Conteúdo Gráfico e Digital

Conteúdos para as Redes Sociais

É da responsabilidade do Departamento de Comunicação e Tecnologia produzir qualquer conteúdo, físico ou digital, necessário para divulgação, execução ou aprimoramento das atividades desenvolvidas pela DAENMS, garantindo que todas as iniciativas são de igual forma acolhidas pela comunidade estudantil. Para tal, comprometemo-nos com a produção de conteúdo para as redes sociais da AENMS, com ênfase nas várias contas de *Instagram*® da DAENMS, de modo a dar a conhecer cada iniciativa, estando também a nosso encargo a produção de *banners* e materiais digitais para a App AENMS (3cket®).

Destacamos abaixo as atividades previstas, para as quais se espera a necessidade de desenvolver e implementar uma maior estratégia de divulgação:

- Call for Colaboradores;
- Arraial de Santana;
- 1ª Festa do Ano Letivo 2026/2027;
- X Gala NMS;
- Sarau Cultural.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Perpetuar a produção de conteúdos de qualidade para a divulgação das atividades desenvolvidas pela DAENMS, e interesse à comunidade estudantil;
 - IM: N/A.
- O: Manter a imagem humanizada, procurando estendê-la a todas as contas;
 - IM: 2 contas que incorporam elementos humanizados.
- O: Produzir conteúdo coeso dentro de áreas da DAENMS;
 - IM: Manutenção de uma identidade visual consistente em conteúdos da Loja, Representação Externa, Desporto e Mobilidade.
- O: Ampliar a utilização dos destaques na conta de *Instagram*®;
 - IM: Criação de 1 destaque específico para cada área de destaque, como voluntariado, eventos e atividades formativas.

Responsável

Matilde Cartaxo, Diretora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Yearbook 21-27 & 23-27

O 6º ano do MIM e o 4º ano de LCN representam um momento de despedida da vida acadêmica, do qual queremos fazer parte. Este projeto surge assim como uma forma de eternizar este momento de transição e permite aos estudantes reunir memórias que os acompanharam ao longo do curso, assinalando o encerramento de um ciclo e o início de um novo capítulo pessoal e profissional.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Fomentar uma relação próxima entre a DAENMS e a comunidade estudantil, através de uma atividade simbólica, acessível e marcante para os finalistas;
 - IM: Aumento do número de estudantes finalistas que adquirem o *Yearbook* em 70% face ao ano transato.
- O: Manter a qualidade do *Yearbook*, com base no modelo previamente desenvolvido, assegurando coerência e continuidade entre edições;
 - IM: Manter ou aumentar o grau de satisfação recolhido no formulário de avaliação, em comparação às 2 edições passadas.

Responsável

Mariana Pinto, Coordenadora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo da 2ª metade do mandato.

Loja

Gestão da Loja AENMS

A loja AENMS tem como finalidade a renovação e inovação contínuas da sua oferta de produtos de qualidade, desenvolvidos de forma a refletir a identidade e os valores da comunidade estudantil e ajustando-se às suas necessidades.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Desenvolver e melhorar a estratégia de divulgação dos produtos da loja AENMS nas redes sociais, implementando um modelo visual uniforme apelativo e criando destaques permanentes no *Instagram*®;
 - IM: Aumento de 20% do número de visualizações, interações e alcance das publicações relacionadas com a loja AENMS, verificando a existência de crescimento face ao período anterior;
 - IM: Aumento de 10% do número de vendas dos produtos divulgados nas redes sociais.
- O: Desenvolver novos produtos de qualidade para a loja AENMS que reflitam as necessidades e a identidade dos estudantes;

- IM: Aumento da procura, demonstrado pelos estudantes através do aumento de 10% do volume de vendas dos novos produtos;
 - IM: Avaliação >4 dos produtos no formulário de feedback.
- O: Reintroduzir o concurso de *sweatshirts*, criando um método de participação da comunidade estudantil na atividade;
 - IM: Submissão de pelo menos 5 designs no âmbito do concurso.
- O: Atualizar o catálogo de produtos disponíveis na secção da loja do *website* da AENMS, assegurando a atualização contínua da informação e avaliando a implementação de um sistema de reservas online para uma gestão mais eficiente do *stock*;
 - IM: Aumento de 50% do número de visitas à secção da loja no *website* da AENMS;
 - IM: Número de reservas efetuadas neste sistema não inferior a 5.

Responsável

Marta Rodrigues, Coordenadora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Podcast

Podcast AENMS

O Podcast AENMS surge de uma vontade de inovar e de acompanhar as tendências e preferências da atualidade, assumindo-se como um novo meio de comunicação e proximidade com a comunidade estudantil. A concretização do Podcast AENMS depende, assim, da constituição efetiva desta Comissão Organizadora, sendo que, na ausência da mesma, a iniciativa não poderá avançar.

Esta iniciativa será desenvolvida sob a responsabilidade de uma Comissão Organizadora própria, constituída por 5 membros, que atuará em articulação e com o apoio do Departamento de Comunicação e Tecnologia, garantindo a qualidade, coerência e sustentabilidade do projeto. A concretização do Podcast AENMS depende, assim, da constituição efetiva desta Comissão Organizadora, sendo que, na ausência da mesma, a iniciativa não poderá avançar.

A Comissão Organizadora terá autonomia e responsabilidade sobre a gestão direta do Podcast, incluindo:

- Definir os objetivos e estruturar a organização interna do projeto;
- Elaboração de guiões para cada episódio;
- Identificação e reserva de espaços adequados para gravação;
- Definição e preparação do sistema de som;
- Gestão da publicação dos episódios;
- Edição audiovisual dos episódios, garantindo qualidade técnica e de conteúdo.

O Departamento de Comunicação e Tecnologia atuará em suporte e coordenação, assumindo responsabilidades complementares:

- Apoio à produção do Podcast, oferecendo recursos técnicos e orientação;
- Atuação como ponte com a DAENMS, garantindo alinhamento institucional e comunicação adequada.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar a constituição e organização da Comissão Organizadora (CO), garantindo uma gestão estruturada e responsável do projeto;
 - IM: Constituição formal da Comissão Organizadora, com o mínimo de 5 membros.
- O: Elaborar, produzir e publicar o 1º episódio do Podcast, estabelecendo os padrões de qualidade e o formato do conteúdo a ser desenvolvido nos episódios futuros;
 - IM: Conclusão da produção e divulgação até ao fim do mandato;
 - IM: Alcance inicial de 250 ouvintes e classificação global do evento formulário de avaliação não inferior a 3.5.

Responsável

Matilde Cartaxo, Diretora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Tecnologia e Estratégia Digital

Elsevier®

Reconhecendo cada vez mais o uso de plataformas digitais pelos estudantes a fim de aprofundar conhecimentos ou até mesmo esclarecer conceito, entraremos em contacto com a Elsevier® e com a Direção da NMS|FCM, em articulação com o Núcleo de Gestão, na tentativa de alcançar uma parceria institucional que disponibilize acesso gratuito à comunidade estudantil aos conteúdos da Elsevier®, incluindo os da plataforma *Osmosis*, uma vez que a consideramos uma ferramenta de elevada relevância para o ensino, à qual os alunos têm difícil acesso por constrangimentos financeiros.

Pretendemos assim analisar as respostas ao inquérito realizado pela ANEM no âmbito da utilização de plataformas associadas à Elsevier®, divulgar as potencialidades das plataformas associadas à Elsevier®, caso seja concretizada a parceria, e divulgar a concretização da parceria institucional.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar o acesso aos conteúdos do Elsevier®, destacando o uso do Osmosis e Complete Anatomy;

- IM: Contacto com a Direção da NMS|FCM em Abril de 2026, para discussão da parceria.
- O: Atingir um número significativo do número de utilizações da plataforma Osmosis, no caso de concretização da parceria;
 - IM: Número de novas adesões à plataforma não inferior a 200.

Responsável

Luna Manata, Coordenadora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Website AENMS / aenms.pt

Face à grande diversidade de informação e plataformas digitais acessíveis aos estudantes da NMS|FCM e ao público externo, o website AENMS surge como espaço integrador de navegação intuitiva, centralizando toda a informação essencial destinada à comunidade educativa.

A atualização do website será feita em parceria com os membros da DAENMS e dos grupos académicos da NMS|FCM.

Na criação de novas funcionalidades destaca-se a criação de novas páginas do website, incluindo:

- Criação da página *Mobilidade*, em colaboração com os membros do departamento de Mobilidade, com o objetivo de facilitar o acesso à informação sobre intercâmbios e projetos internacionais, assim como promover a partilha de experiências e a recolha de feedback através da possível implementação de um fórum na própria plataforma;
- Criação da página *Eventos*, em colaboração com os membros do departamento Cultural e Recreativo, com o objetivo de facilitar o acesso à informação sobre os grandes eventos recreativos da AENMS;
- Criação da página *Voluntariado*, em colaboração com os membros do departamento Responsabilidade Social, com o objetivo de facilitar o acesso à informação sobre os projetos desenvolvidos pelos mesmos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Destacar e integrar o website nas estratégias de comunicação da AENMS;
 - IM: Divulgar pelo menos 10 iniciativas através do website ao longo do mandato.
- O: Manter e atualizar o website;
 - IM: Atualização mensal do calendário de atividades e atualização trimestral da Loja AENMS.
- O: Melhorar a divulgação do website de modo a aumentar a adesão à consulta do mesmo pela comunidade estudantil;
 - IM: Aumentar em 10% o número de visitas mensais ao website;
 - IM: Atingir pelo menos 5 encomendas da Loja AENMS pelo website, por semestre.

- O: Criação de novas funcionalidades, incluindo páginas para áreas de destaque como Mobilidade, Eventos e Voluntariado;
 - IM: Criação de pelo menos 2 destas páginas até ao final do mandato.
- O: Capacitar os membros da DAENMS a editarem as suas páginas do website, de modo a mantê-lo sempre atualizado;
 - IM: Realização de uma capacitação na 1ª metade do mandato.

Responsável

Leonor Lopes, Coordenadora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Gestão de Património Digital

De modo a garantir que os objetivos de comunicação de todos os Projetos da AENMS são cumpridos na íntegra, comprometemo-nos a apoiar os Coordenadores de Projeto e as suas Comissões Organizadoras na gestão das suas plataformas digitais, incluindo contas Google e websites.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir a gestão eficiente e manutenção das contas Google dos membros da DAENMS;
 - IM: Contas disponíveis ao longo do mandato, prontamente e com o mínimo de intercorrências.
- O: Prestar auxílio aos responsáveis pela gestão e manutenção dos websites dos projetos da AENMS;
 - IM: Organizar pelo menos uma reunião na 1ª metade do mandato.
- O: Garantir que todos os websites estão de encontro com as Políticas de Privacidade e de Cookies;
 - IM: Garantir que no final do mandato todos estão em conformidade.
- O: Avaliar a necessidade de criação de domínios para os projetos que não os possuem;
 - IM: Entrar em contacto com os mesmos na 1ª metade do mandato.

Responsável

Leonor Lopes, Coordenadora de Comunicação e Tecnologia.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Revista FRONTAL®

Organização Interna

A Comissão Organizadora da Revista FRONTAL® é constituída por 12 elementos:

- Gestão (constituída pela Coordenadora, 1 Coordenadora-Adjunta e 1 Editor-Chefe);
- Editores (4 colaboradores): Cultura e Sociedade, Ciência e Investigação, Política Educativa, Saúde e Bem-Estar;
- Comunicação e Imagem (3 colaboradores);
- Eventos e Parcerias (2 colaboradores).

56ª Edição Impressa da Revista FRONTAL® e Evento de Lançamento

É anual, parte de um tema central, não necessariamente relacionado com as ciências da saúde, abordado de diferentes perspectivas, escolhido pela sua pertinência e atualidade. É impressa e distribuída, bem como disponibilizada no *website* da revista. É a produção escrita mais divulgada, pelo que traduz a imagem de marca do projeto. Como tal, pretende-se produzir conteúdo científico e artístico-cultural para consulta da comunidade estudantil. Este será apresentado sob a forma de um Evento de Lançamento, a ser realizado no 2º semestre do mandato. Tanto a produção dos artigos da Edição Impressa, como a organização e participação no Evento de Lançamento pretendem envolver a comunidade estudantil, nomeadamente, através da promoção da colaboração da Equipa da Redação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de redação e editoriais;
 - IM: Realização de uma reunião de redação, divulgada nas redes sociais, aberta a toda a comunidade estudantil;
 - IM: Número de autores da Edição Impressa não pertencentes à CO não inferior a 4;
 - IM: Número de participantes no Evento de Lançamento da Edição Impressa não inferior a 80.
- O: Promover a partilha e divulgação do trabalho realizado no Evento de Lançamento da Edição Impressa;
 - IM: Número de autores participantes no Evento de Lançamento da Edição Impressa não inferior a 3.
- O: Estimular a diversificação da natureza dos artigos escritos, recorrendo não só à escrita fluida, mas também à poesia e fotografia ou outras áreas a desenvolver na elaboração da Edição Impressa;
 - IM: Aquisição de, pelo menos, uma parceria neste âmbito;
 - IM: Inclusão de, pelo menos, 2 artigos em formato de poesia.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Choque FRONTAL®

Evento anual organizado pela Revista FRONTAL® que consiste num debate de ideias e pareceres acerca de um tema clivante determinado. Este tema é escolhido de acordo com a sua pertinência para a atualidade e para a comunidade estudantil, dentro da área das ciências da vida. Conta com a participação de oradores convidados, que irão debater entre si, e com a moderação de um membro da CO da FRONTAL®, assegurando imparcialidade e promovendo uma discussão pertinente e estruturada. O evento conta, ainda, com a participação ativa do público presente, com a colocação de questões.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promoção da discussão de um tema pertinente e fraturante, do interesse da comunidade estudantil;
 - IM: Grau de pertinência do tema considerado pelos participantes não inferior a 3.5.
- O: Estimular o pensamento crítico e o confronto de ideias dentro da comunidade estudantil, num espaço aberto ao público interessado;
 - IM: Número de participantes não inferior a 80.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividade única a ocorrer, idealmente, no mês de abril.

Plataformas digitais e imagem da Revista FRONTAL®

As plataformas digitais são essenciais para a Revista FRONTAL®. Permitem publicar, envolver e dinamizar a atividade da mesma enquanto meio de comunicação, dando voz e visibilidade às ideias, interesses e opiniões da comunidade. Assim, no *website* da FRONTAL®, para além da produção e publicações de artigos e coberturas jornalísticas a realizar, pretende-se também disponibilizar os artigos antigos escritos para a Revista FRONTAL®, os quais foram recuperados do antigo *website*. Pretende-se, ainda, disponibilizar a 56ª Edição Impressa em formato digital. Nas redes sociais, pretende-se a produção de conteúdos criativos, relevantes e interativos, com a continuação da rubrica Diário FRONTAL® e a perpetuação da nova imagem de marca criada, bem

como publicitar o conteúdo que é publicado no *website*. Adicionalmente, pretende-se a continuação da elaboração de *merchandise* FRONTAL®.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Disponibilizar no *website* os antigos artigos escritos para a Revista FRONTAL®, na secção “Arquivo”, e a 56ª Edição Impressa em formato digital;
 - IM: Disponibilizar artigos, pelo menos, dos anos de 2019, 2020 e 2021, e a 56ª edição impressa.
- O: Produzir e publicar artigos no website da FRONTAL®;
 - IM: Média de 2 artigos por mês publicados no *website* da FRONTAL®.
- O: Incentivar a comunidade estudantil a participar na produção de conteúdo a ser publicado no *website*;
 - IM: Ter, pelo menos, 20% do conteúdo publicado no *website* no mandato por membros da comunidade estudantil não pertencentes à CO.
- O: Angariação de lucro através da venda do conjunto *Tote bag* (modelo 1 ou 2) + caderno + autocolante + marcador por um preço simbólico, sem que a satisfação da comunidade estudantil (a quem se destina a sua venda) seja significativamente afetada face ao questionado no mandato anterior;
 - IM: Grau de satisfação do público-alvo, questionado aquando do Evento de Lançamento, não inferior a 3.5.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Cobertura jornalística de eventos

A par da criação de conteúdo próprio, a FRONTAL® procura também cobrir eventos de interesse para os leitores, como conferências (Conferências do Estoril, iMed Conference®, FutureMD e N2S Conference, entre outras), exposições, concertos, peças de teatro e festivais de música, sempre com vista a aumentar o leque de temas abordados. Pretende-se, fora os eventos supramencionados, cobrir eventos organizados pelos projetos da AENMS, como o SexEd, Hospital da Bonecada®, Saúde Porta-a-Porta e Marca Mundos®, e grupos académicos, como o Grupo de Teatro Miguel Torga e o Medcine.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Capacitar a equipa de editores para a pesquisa de eventos diversos e aquisição de creditações, bem como promover a iniciativa da comunidade estudantil, em especial, membros externos à CO, para cobertura de eventos, tanto escrita como fotográfica;
 - IM: Adquirir, pelo menos, 4 creditações para cobertura de eventos.

- O: Cobrir e deixar clara a abertura da revista FRONTAL® à cobertura de eventos organizados pelos projetos da AENMS;
 - IM: Cobrir, pelo menos, 5 eventos organizados pela AENMS e seus projetos.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato, dependente das datas de realização dos eventos supramencionados.

Palestra/mesa redonda e workshop

A palestra ou mesa redonda diferencia-se das restantes atividades cuja realização é proposta, nomeadamente, o Choque FRONTAL®, no sentido que promove o pensamento crítico, a criação artística e a educação da comunidade estudantil acerca de tópicos pouco explorados nos currículos de estudo da NMS, tópicos esses que se pretendem afastar da área da saúde. Surge com o objetivo de dar voz aos interesses humanistas da comunidade estudantil. O workshop pretende, dentro de um tema de cariz semelhante ao descrito anteriormente, trazer uma componente prática e interativa que convida à participação dos que nele têm interesse. Neste âmbito, propõe-se a fotografia e um concurso de poesia como exemplos deste objetivo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a discussão/apresentação de um tema relevante e inusitado sob a forma de uma palestra ou mesa redonda;
 - IM: Realização de um evento desta tipologia.
- O: Incentivar a comunidade estudantil a adquirir capacidades de escrita, desenho ou fotografia;
 - IM: Realização de, pelo menos, um workshop nestas áreas.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividades únicas, a realizar uma por semestre.

Parcerias

Em conjunto com os membros da CO, os parceiros têm sido uma parte fundamental do trabalho desenvolvido pela Revista FRONTAL®, desde os internos, supramencionados, aos externos. O Sindicato Independente dos Médicos (SIM) é um parceiro de longa data, com o qual se pretende perpetuar o contacto. Torna-se, no entanto, importante estabelecer outras parcerias duradouras no âmbito do trabalho

editorial da FRONTAL®, que permitam a manutenção e desenvolvimento do projeto, nos domínios de enriquecimento cultural e económico.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Expandir o leque de parcerias do projeto através do uso das plataformas digitais da FRONTAL®;
 - IM: Angariar 3 novas parcerias financeiras.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Gestão da CO e recrutamento para a Equipa da Redação

É indispensável para a FRONTAL® uma equipa motivada, com formação e recursos para pôr em papel e em prática as suas ideias. Para tal, é necessário não só uma CO proativa e capacitada, como também uma Equipa de Redação, constituída por membros da comunidade estudantil, interessada e participativa nas atividades desenvolvidas pelo projeto ao longo do mandato.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Motivar a CO e fomentar o espírito de equipa;
 - IM: Realizar 2 *teambuildings* presenciais ao longo do mandato, 1 deles aberto à Equipa de Redação;
 - IM: Realização de reuniões presenciais, em específico, a 1ª reunião de CO e a reunião de redação da 56ª Edição Impressa que antecede o trabalho de escrita e revisão realizado no verão.
- O: Adquirir ferramentas de trabalho pertinentes ao trabalho da CO;
 - IM: Organização de, pelo menos, 2 formações para o efeito.
- O: Fomentar maior envolvimento da comunidade estudantil e da Equipa da Redação nas atividades desenvolvidas pela revista FRONTAL®;
 - IM: Realização de, pelo menos, 2 encontros neste âmbito, fora o *teambuilding*, aberto à Equipa de Redação.

Responsável

Maria Kranendonk, Coordenadora da Revista FRONTAL®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.



CULTURAL E RECREATIVO

Cultural e Recreativo

Recreação

Convívios AENMS

Os Convívios AENMS têm como principal objetivo promover momentos de união entre os estudantes, possibilitando desanuviar da exigência e stress do quotidiano académico. Tencionamos assegurar a coesão da comunidade estudantil da NMS|FCM através da concretização de vários eventos temáticos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover momentos de integração e convívio da comunidade estudantil e assegurar a sustentabilidade financeira e ambiental destes eventos;
 - IM: Igualar o lucro de caixa do “Convívio de Carnaval” do mandato transato em todos os convívios.

Responsável

Gonçalo Beato, Coordenador do Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividades a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Santana Spring Break 4.0

O Santana Spring Break 4.0 corresponde à 4ª edição de um fim de semana em que a comunidade estudantil se desloca para fora de Lisboa, com diversas atividades temáticas que proporcionam momentos de convívio e diversão, oferecendo uma pausa da sobrecarga sentida na vida académica.

Organização Interna

Comissão Organizadora do Santana *Spring Break* 4.0:

- Departamento de Logística, coordenado pela Direção de Cultural e Recreativo, constituído por 7 elementos;
- Departamento de Parcerias, coordenado pela Direção de Logística e Parcerias, constituído por 4 elementos;
- Departamento de Comunicação, coordenado pela Direção de Comunicação e Tecnologia, constituído por 3 elementos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil no evento e otimizar a qualidade do evento;
 - IM: Número de apartamentos inscritos não inferior a 91;
 - IM: Número de inscrições por atividade não inferior a 20 equipas;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade não inferior a 8/10.

Responsável

Margarida Sousa, Diretora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de março.

Arraial de Santana

O Arraial de Santana é um evento que marca a entrada na época festiva dos Santos Populares na AENMS, garantindo à comunidade estudantil, da NOVA Medical School e a outras do Ensino Superior, uma noite de entretenimento e música temática.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil no evento;
 - IM: Manter a adesão ao evento superior a 900 participantes;
 - IM: Aumentar em 10% a adesão de pessoas externas à NOVA Medical School;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade não inferior a 8/10.
- O: Assegurar a sustentabilidade financeira e ambiental do evento;
 - IM: Aumentar o lucro de caixa em 5%.

Responsável

Margarida Sousa, Diretora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

Goodbye sunset

O Goodbye sunset é um evento que surge com o intuito de assinalar o último dia de aulas dos finalistas do MIM e da LCN. Representa a última festa do ano letivo 2025/2026 e um momento simbólico de despedida daqueles que concluem o seu percurso nesta casa.



Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil num evento de qualidade;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação não inferior a 8/10.
- O: Garantir a sustentabilidade financeira e ambiental do evento;
 - IM: Igualar o lucro de caixa do “Convívio de Carnaval” do mandato transato.

Responsável

Beatriz Gonçalves, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de maio.

Watch Parties do Mundial 2026

As *Watch Parties* do Mundial 2026 consistem na organização de sessões de transmissão coletiva dos jogos do Campeonato do Mundo de Futebol de 2026, proporcionando à comunidade estudantil da NOVA Medical School e a estudantes de outras Instituições de Ensino Superior um espaço de convívio, entretenimento e celebração do desporto.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover momentos de integração e convívio da comunidade estudantil, estimulando o interesse pelo desporto;
 - IM: Número de participantes não inferior a 15 pessoas por jogo.

Responsável

Rodrigo de Toro, Coordenador do Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade a ocorrer nos meses de junho e julho.

Welcome Sunset

O *Welcome Sunset*, em colaboração com o departamento de Política Educativa, à semelhança de anos anteriores, pretende proporcionar aos estudantes de 1º ano do MIM e do LCN uma receção acolhedora e um final animado para o *Welcome Day*, com um primeiro sunset que marque o início do percurso, para os estudantes de 1º ano e o reencontro com colegas, para os restantes estudantes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a integração dos novos alunos da NMS|FCM no seu primeiro evento do ano letivo enquanto parte da nossa comunidade estudantil;

- IM: Adesão dos estudantes, através da aquisição de bilhetes 3cket, não inferior a 250.
- O: Garantir a sustentabilidade financeira do evento;
 - IM: Aumentar, em pelo menos 10%, o lucro de caixa face ao mandato transato.

Responsável

Maria Isabel Vidigal, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de setembro.

Sunset da Bata Branca

O *Sunset* da Bata Branca, em colaboração com o departamento de Responsabilidade Social, consiste num momento após a Cerimónia da Bata Branca, evento que marca a entrada dos estudantes do 3º ano do MIM nos anos clínicos, para que estes possam ter um momento de convívio e partilha com os seus amigos e familiares nesta passagem para uma nova etapa da vida académica.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar o convívio entre os estudantes e as respectivas famílias;
 - IM: Igualar o lucro de caixa do “Convívio de Carnaval” do mandato transato.

Responsável

Margarida Sousa, Diretora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de setembro.

1ª Festa do Ano Letivo 2026/2027

A 1ª Festa do Ano Letivo 2026/2027 é o primeiro grande evento de cariz recreativo do ano letivo. Pensado para acolher os novos estudantes da NMS, com a sua integração na restante comunidade estudantil, numa noite dinâmica, com atividades que promovem a participação e o espírito de comunidade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar a adesão ao evento;
 - IM: Número de bilhetes vendidos superior a 750;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade não inferior a 8/10.
- O: Assegurar a sustentabilidade financeira e ambiental do evento;

- IM: Aumentar, em pelo menos 5%, o lucro de caixa face ao mandato transato.

Responsável

Gonçalo Beato, Coordenador do Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de setembro.

Oktoberfest

O “*Oktoberfest*” é um evento de cariz social, recreativo e cultural que visa proporcionar à comunidade estudantil da NOVA Medical School, um momento de convívio e celebração inspirado na tradição *Oktoberfest*, promovendo o espírito académico, a integração entre estudantes e um ambiente de descontração e entretenimento.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover um momento de integração e convívio da comunidade estudantil, assegurando a sustentabilidade financeira e ambiental deste evento;
 - IM: Igualar o lucro de caixa do “Convívio - Concurso de DJ” do mandato transato.

Responsável

Rodrigo de Toro, Coordenador do Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de outubro.

X Gala

Num ambiente pensado para refletir um ambiente formal, a X Gala NMS afirma-se como um dos principais eventos da comunidade NMS|FCM. Nesta edição, apostamos num planeamento mais rigoroso e numa melhor dinamização, promovendo a recordação de memórias do ano anterior e a união entre os estudantes. O programa inclui desde o jantar até à *afterparty*, bem como os habituais NMS Awards e os Vídeos do Ano, num espaço condizente com a dimensão do evento.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir um maior número de estudantes da NMS|FCM no evento;
 - IM: Atingir a lotação máxima do evento.
- O: Aumentar o envolvimento estudantil;
 - IM: Número de CFs a participar nos vídeos da gala superior a 80%;
 - IM: Participação nas votações dos NMS Awards não inferior a 400.

- O: Melhorar o serviço de restauração, bem como articular de forma mais eficaz as dinâmicas durante o jantar;
 - IM: Manter a transmissão dos vídeos e NMS Awards durante o jantar, de forma a que este termine mais cedo e o tempo de *after* seja superior.

Responsável

Beatriz Gonçalves, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de novembro.

Conselho das Comissões de Finalistas

O Conselho das Comissões de Finalistas (CCF) tem como objetivo acompanhar de maneira próxima as Comissões de Finalistas (CFs) de cada ano, dos cursos do MIM e LCN, para colaborar na calendarização de atividades, bem como auxiliar na procura de espaços e fornecimento de material para a realização dos eventos planeados. O lucro proveniente dos eventos das CFs reverte para um fundo que, aquando do final do curso, será usado para investir numa atividade para todos os estudantes que findam o seu percurso na NMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar uma maior proximidade e acompanhamento das CFs;
 - IM: Realização de, pelo menos, uma reunião semestral do CCF.

Responsável

Maria Isabel Vidigal, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Cultura

1ª Semana da Cultura

A 1ª Semana da Cultura pretende afirmar-se como um espaço de partilha de criatividade e envolvimento da comunidade, reunindo uma diversidade de iniciativas culturais. Estão previstas atividades como *Workshops* diversos, uma sessão de *Stand Up Comedy*, a Noite de *Quizz*, momentos dedicados à poesia, uma Biblioteca Comunitária aberta durante a semana, uma sessão de cinema ao ar livre, bem como atividades lúdicas como o Bingo, promovendo o convívio e enriquecimento cultural.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar o envolvimento dos estudantes em atividades de cariz cultural;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade não inferior a 8/10;
 - IM: Número de participantes por atividade não inferior a 15;
 - IM: Número de participantes nas atividades *Stand Up Comedy* e Noite de *Quizz* não inferior a 100.

Responsável

Beatriz Gonçalves, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade a ocorrer no mês de outubro.

Sarau Cultural

O Sarau Cultural é um evento de cariz cultural e artístico que pretende dar a conhecer à comunidade estudantil e público externo, os talentos da NMS|FCM, proporcionando a todos um evento que integra variadas atuações de música, dança, teatro e poesia.

Organização Interna

Comissão Organizadora do Sarau Cultural.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Cultivar o gosto pela arte entre os participantes e incentivar a adesão a iniciativas de cariz cultural;
 - IM: Número de bilhetes vendidos não inferior a 100;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade não inferior a 8/10.
- O: Potenciar o talento dos alunos e dos grupos académicos da NMS|FCM, dando a conhecer os mesmos à restante comunidade estudantil;
 - IM: Número de participantes e grupos envolvidos não inferior a 10.
- O: Proporcionar experiência de organização de um evento cultural e artístico a alunos da comunidade estudantil;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da Comissão Organizadora com classificação não inferior a 9/10.

Responsável

Maria Isabel Vidigal, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de dezembro.

Rubrica Cultural

A Rubrica Cultural tem como intuito a divulgação mensal de eventos de cariz cultural a toda a comunidade estudantil da NMS|FCM para que seja possível fomentar o espírito crítico e artístico desta e divulgar a vasta quantidade de oportunidades culturais que acontecem diariamente na cidade de Lisboa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Fomentar o espírito crítico e artístico da comunidade estudantil da NMS|FCM através da divulgação de eventos culturais;
 - IM: Interações nas publicações da Rubrica Cultural nas redes sociais, em número não inferior a 50.
- O: Colaborar, em certas edições, com a Rubrica Cultural da Revista FRONTAL®, através da publicação conjunta de atividades culturais, livros, música e filmes;
 - IM: Realização de, pelo menos, 2 rubricas conjuntas.

Responsável

Maria Isabel Vidigal, Coordenadora de Cultural e Recreativo.

Calendarização

Atividade a desenvolver mensalmente ao longo de todo o mandato.



ENVOLVIMENTO ESTUDANTIL

Envolvimento Estudantil

Comunicação e participação estudantil

Canal direto de comunicação

Será criado um canal direto de comunicação com os estudantes, com o objetivo de aproximar a AENMS da comunidade acadêmica, facilitar o acesso à informação e promover um espaço de diálogo aberto, colaborativo e participativo. Este canal pretende incentivar a partilha de sugestões, críticas construtivas e ideias, reforçando a ligação entre a comunidade estudantil e a AENMS.

Neste sentido, será revisto e atualizado o formulário de “Sugestões, Dúvidas e Propostas de Melhoria” do mandato transato. Com o objetivo de aumentar a interação da comunidade estudantil com esta ferramenta, o formulário será divulgado através de histórias no Instagram e disponibilizado em formato QR Code nas instalações da AENMS.

A informação recolhida através deste canal será analisada e filtrada, sendo posteriormente comunicados ao Núcleo de Gestão os pontos mais relevantes. Este processo visa evitar a sobrecarga de informação e assegurar uma comunicação clara, eficaz e objetiva com a comunidade estudantil.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Dar continuidade ao formulário de “Sugestões, Dúvidas e Propostas de Melhoria”;
 - IM: Revisão e implementação da versão atualizada do formulário até fevereiro.
- O: Divulgar o formulário e promover a participação da comunidade estudantil no mesmo;
 - IM: Número de respostas ao formulário não inferior a 30.
- O: Implementar medidas propostas pelos estudantes;
 - IM: Número de sugestões e ideias adotadas não inferior a 2.

Responsável

Maria Drummond, Diretora de Envolvimento Estudantil.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Bancas presenciais

A realização de bancas presenciais tem como objetivo divulgar as atividades e programas da AENMS, bem como promover um contacto direto, próximo e personalizado com a comunidade estudantil. Estas bancas constituem também um espaço de escuta ativa, permitindo a recolha de *feedback*, sugestões e propostas de novas atividades por parte dos estudantes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir a realização de duas bancas presenciais em cada semestre;
 - IM: Realização das bancas nos meses de março, maio, setembro e novembro.
- O: Incentivar a participação ativa da comunidade estudantil nesta iniciativa;
 - IM: Número de participantes não inferior a 25 por banca;
 - IM: Recolha de, pelo menos, 5 sugestões ou propostas de atividades por banca.

Responsável

Maria Drummond, Diretora de Envolvimento Estudantil.

Calendarização

Atividade semestral a ocorrer nos meses de março, maio, setembro e novembro.

Open Day AENMS

O Open Day AENMS consiste na realização de um dia dedicado à apresentação dos Órgãos Sociais da AENMS à comunidade estudantil, com o objetivo de promover a transparência, a proximidade e o conhecimento do trabalho desenvolvido pela associação. Esta iniciativa pretende dar a conhecer não só as atividades e projetos em curso, mas também as diversas oportunidades de envolvimento dos estudantes na vida associativa.

Integrado no Open Day, será dinamizado o Associativismo 101, uma iniciativa que visa despertar o interesse da comunidade estudantil para a participação ativa no associativismo. Esta sessão permitirá apresentar as diferentes associações e federações nas quais a AENMS se insere, nomeadamente a ANEM, a ANEN, EMSA, e a IFMSA, bem como o seu funcionamento, impacto e oportunidades de participação. De forma a aproximar a experiência associativa dos estudantes, contará com a partilha de testemunhos de atuais e/ou antigos dirigentes associativos destas federações, proporcionando uma visão mais concreta e acessível do percurso e do impacto do envolvimento associativo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Divulgar as atividades, programas e projetos desenvolvidos pela AENMS;
 - IM: Representação de 100% dos projetos AENMS;

- IM: Número de participantes não inferior a 20.
- O: Dar a conhecer as diferentes associações e federações em que a AENMS se faz representar;
 - IM: Representação de, pelo menos, 3 destas.
- O: Promover o conhecimento da comunidade estudantil sobre o funcionamento da AENMS e das restantes estruturas associativas;
 - IM: Percentagem de participantes que refere ter aumentado o seu conhecimento sobre a AENMS e o associativismo >50%, avaliada através de questionário de satisfação pós-evento.

Responsável

Maria Drummond, Diretora de Envolvimento Estudantil.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de outubro.

Newsletter AENMS

Com o objetivo de reforçar a proximidade entre a comunidade estudantil e a Direção da AENMS (DAENMS), bem como valorizar e dar maior visibilidade ao trabalho desenvolvido ao longo do mandato, será dada continuidade à Newsletter AENMS, com um reforço do seu investimento e alcance.

A Newsletter será divulgada mensalmente através do e-mail institucional, reunindo os principais projetos, atividades e iniciativas desenvolvidas no mês anterior. Esta divulgação será complementada por um formato em *reels*, a publicar no *Instagram*® da AENMS, de forma a ampliar o alcance e captar a atenção da comunidade estudantil.

No final do mandato, será ainda publicado um resumo global das atividades da AENMS ao longo do ano, promovendo a transparência, a prestação de contas e a criação de uma memória institucional do trabalho realizado.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar a divulgação regular e consistente da Newsletter AENMS;
 - IM: Publicação de 1 Newsletter por mês ao longo do mandato, excetuando os meses de interrupção letiva.
- O: Aumentar o alcance da Newsletter junto da comunidade estudantil;
 - IM: Aumento do número de subscritores da Newsletter em, pelo menos, 20% face ao início do mandato.
- O: Divulgar a Newsletter através das redes sociais da AENMS;
 - IM: Realização de 2 momentos de divulgação em formato *story*.

Responsável

Maria Drummond, Diretora de Envolvimento Estudantil.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Envolvimento do Ensino Pós-Graduado

Colaboração com o Comité de Estudantes de Doutoramento da NMS

Estabelecer uma colaboração estruturada entre a AENMS e o Comité de Estudantes de Doutoramento da NMS, promovendo projetos conjuntos e assegurando a participação ativa dos estudantes de doutoramento nas iniciativas académicas, sociais e recreativas da AENMS, incluindo eventos festivos, com representação de todos os ciclos de estudo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reforçar a integração dos estudantes de doutoramento na vida associativa da NMS, promovendo a interação entre todos os ciclos de estudo;
 - IM: Participação de estudantes de doutoramento em pelo menos 3 atividades da AENMS ao longo do mandato;
 - IM: Presença de representantes do comité de doutoramento em pelo menos 1 evento recreativo da AENMS por semestre.
- O: Promover o desenvolvimento de iniciativas conjuntas entre a AENMS e o Comité de Estudantes de Doutoramento;
 - IM: Realização de pelo menos 1 atividade em coorganização com o comité de doutoramento;
 - IM: Avaliação igual ou superior a 4 em 5 por parte dos participantes nesta iniciativa.
- O: Avaliar a viabilidade do reconhecimento formal do Comité de Estudantes de Doutoramento enquanto grupo académico da AENMS;
 - IM: Elaboração de uma proposta formal ou parecer até ao final do mandato.

Responsável

Diogo Sequeira, Coordenador para o Ensino Pós-Graduado.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Symposium de Investigação Avançada

Organização de um Symposium de Investigação Avançada dirigido a toda a comunidade da NOVA Medical School (estudantes de todos os ciclos, investigadores e docentes), com sessões de comunicações orais e pósteres científicos em formato

competitivo, participação de *keynote speakers* internos e externos, e desenvolvimento de parcerias com outras instituições académicas e de investigação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a divulgação da investigação desenvolvida na NMS e estimular a interação científica entre estudantes, investigadores e docentes;
 - IM: Submissão de pelo menos 5 trabalhos científicos (comunicações orais e pósteres);
 - IM: Participação de representantes de, pelo menos, 3 ciclos de estudo distintos.
- O: Incentivar a excelência científica e o desenvolvimento de competências de comunicação científica;
 - IM: Realização de concursos de comunicação oral e pósteres com júri científico;
 - IM: Atribuição de prémios científicos em pelo menos 2 categorias.
- O: Reforçar a visibilidade externa da NMS e fomentar colaborações interinstitucionais;
 - IM: Participação de pelo menos 2 *keynote speakers* externos à NMS;
 - IM: Estabelecimento de pelo menos 1 parceria institucional para a co-organização e/ou apoio ao evento.

Responsável

Diogo Sequeira, Coordenador para o Ensino Pós-Graduado.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de dezembro.

Open Day do Polo de Investigação

Organização de um Open Day do Polo de Investigação da NOVA Medical School, promovendo o contacto direto entre estudantes do MIM e da Licenciatura em Ciências da Nutrição (LCN) e os grupos de investigação, através de visitas aos laboratórios, sessões de apresentação e partilha de experiências académicas e científicas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aproximar os estudantes do MIM e da LCN da investigação científica desenvolvida na NMS;
 - IM: Participação de, pelo menos, 10 estudantes no Open Day;
 - IM: Envolvimento de, pelo menos, 3 grupos de investigação.
- O: Facilitar o contacto direto entre estudantes e investigadores, fomentando futuras colaborações académicas.
 - IM: Percentagem de participantes que referem maior interesse em integrar atividades de investigação não inferior a 60%.

Responsável

Diogo Sequeira, Coordenador para o Ensino Pós-Graduado.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de março.

Dia com o Investigador

O “Dia com o Investigador” é uma atividade de imersão em contexto laboratorial, desenvolvida na sequência do Open Day do Polo de Investigação, destinada a estudantes do MIM e da Licenciatura em Ciências da Nutrição (LCN) com interesse em aprofundar o contacto com a investigação. A iniciativa consiste na permanência de um dia num grupo de investigação da NMS, permitindo aos estudantes acompanhar a rotina laboratorial, observar técnicas e discutir percursos académicos com investigadores e estudantes de pós-graduação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Proporcionar um contacto aprofundado e realista com o ambiente de investigação científica;
 - IM: Participação de, pelo menos, 10 estudantes do MIM e LCN;
 - IM: Envolvimento de, pelo menos, 5 grupos de investigação.
- O: Consolidar o interesse dos estudantes pela investigação, dando continuidade ao Open Day do Polo de Investigação;
 - IM: Percentagem de participantes que referem aumento do interesse em atividades de investigação não inferior a 70%;
 - IM: Percentagem de participantes provenientes do Open Day não inferior a 60%.
- O: Facilitar a aproximação entre estudantes e investigadores, promovendo futuras oportunidades académicas;
 - IM: Número de contactos estabelecidos para estágios curriculares ou extracurriculares não inferior a 1.

Responsável

Diogo Sequeira, Coordenador para o Ensino Pós-Graduado.

Calendarização

Atividade a ocorrer ao longo do 1º semestre de mandato.



FORMAÇÃO

Formação

Formação em Investigação

PIATI (Programa de Integração dos Alunos em Trabalhos de Investigação)

O PIATI é um projeto que aproxima a comunidade estudantil da NMS da investigação científica na área da saúde, através da integração dos participantes em projetos desenvolvidos em instituições de referência. O projeto culmina num congresso final, com a comunicação oral de posters científicos, promovendo a produção científica e o contacto direto com a investigação, colmatando lacunas do currículo base e valorizando o seu papel nas diversas saídas profissionais em Medicina e Ciências da Nutrição.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Alcançar um maior número de vagas efetivas;
 - IM: Garantir, pelo menos, 10 vagas efetivas.
- O: Melhoria da divulgação do projeto como meio apelativo;
 - IM: Realização de, pelo menos, 2 vídeos com antigos participantes e/ou com um investigador.
- Expandir o número de instituições parceiras;
 - IM: Conseguir parceria com, pelo menos, mais uma instituição.
- O: Reformular a estrutura do estágio, de modo a facilitar a adesão dos estudantes e melhorar a experiência formativa;
 - IM: NA.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação.

Calendarização

Estágios de investigação com duração a definir no 2º semestre letivo.

Formação em Medicina

SpaceMed: para além da Terra

O SpaceMed: para além da Terra é um evento dedicado à medicina aeroespacial, uma temática inovadora e pouco explorada, dando destaque às alterações do corpo humano em condições de microgravidade e à medicina praticada nesse contexto.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Partilhar conhecimentos básicos de medicina aeroespacial e alterações fisiológicos/patológicos nesse contexto;
 - IM: Obter, pelo menos, uma percentagem de 80% dos participantes que considerem ter obtido novos conhecimentos.
- O: Estimular o interesse dos estudantes em áreas inovadoras da medicina e da qual nunca tiveram contacto;
 - IM: Interesse demonstrado pelos temas abordados de pelo menos 4 em 5.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de março.

Um dia na Neurocirurgia

A atividade visa colmatar o reduzido contacto dos estudantes de Medicina com a neurocirurgia, oferecendo a oportunidade de acompanhar procedimentos cirúrgicos em contexto real. Tem como objetivo permitir observar de perto as técnicas cirúrgicas, compreender a organização do bloco operatório e os desafios próprios desta especialidade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promoção de conhecimento/esclarecimento dos estudantes sobre a especialidade;
 - IM: Obtenção de, pelo menos, uma percentagem de 80% dos participantes que considerem ter obtido novos conhecimentos.
- O: Desenvolver competências de observação clínica;
 - IM: Observação de, pelo menos, uma cirurgia por cada participante.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação.

Calendarização

Atividade única a decorrer em outubro/novembro.

Workshop de Autópsia

Atividade prática que visa transmitir conhecimentos sobre procedimentos *post mortem*, diferentes tipos de autópsia e o enquadramento legal associado, permitindo aos estudantes contactar com a prática da Medicina Legal e Forense, uma área

maioritariamente abordada de forma teórica ao longo do curso e com reduzida exposição prática.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar o entendimento dos estudantes sobre medicina legal e forense;
 - IM: Obtenção de, pelo menos, uma percentagem de 80% dos participantes que considerem ter obtido novos conhecimentos.
- O: Assegurar uma experiência formativa atrativa e relevante para os estudantes;
 - IM: Classificação média $\geq 4,0$ (escala de 1 a 5) no questionário de avaliação da atividade.

Responsável

Colaborador(a) do Departamento de Formação.

Calendarização

Atividade única a decorrer no mês de novembro.

Workshop de Eletrocardiograma - *Reading the basics*

O Eletrocardiograma (ECG) é uma das ferramentas clínicas mais importantes e mais utilizadas na prática clínica e também uma das menos compreendidas desde o início do curso. Na NOVA Medical School, os alunos são introduzidos às primeiras noções deste método complementar de diagnóstico no 3º ano do MIM, as quais muitas vezes não ficam bem consolidadas, constituindo uma fragilidade importante no seu processo de aprendizagem.

Este workshop destina-se aos alunos do 3º e 4º ano do MIM e visa a aprendizagem dos conteúdos básicos do ECG para uma rápida interpretação de um ECG em condições fisiológicas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Adquirir, consolidar e expandir conhecimentos sobre os fundamentos do ECG como o ritmo e frequência, eixo, derivações, ondas e os intervalos e a interpretação do ECG em condições fisiológicas;
 - IM: Adesão de, pelo menos, 30 alunos;
 - IM: *Feedback* de pelo menos 80% dos participantes no sentido da expansão/clarificação dos conhecimentos.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

Workshop de Eletrocardiograma - *Beyond the waves*

Numa perspetiva de continuação do Workshop básico de ECG, este workshop destina-se aos alunos do 4º e 5º ano do MIM que pretendem expandir os seus conhecimentos, visando a interpretação mais avançada do ECG com diferentes patologias como arritmias cardíacas, síndromes coronárias, distúrbios de condução e alterações eletrolíticas enquadradas em casos clínicos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Adquirir, consolidar e expandir conhecimentos sobre a interpretação avançada do ECG, aumentando a sua capacidade e rapidez de diagnóstico, relacionando com contexto clínico;
 - IM: Adesão de, pelo menos, 30 alunos;
 - IM: *Feedback* de pelo menos 80% dos participantes no sentido da expansão/clarificação dos conhecimentos.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de maio.

Pontos críticos

“Pontos críticos” é o workshop de suturas que se divide em duas componentes: uma teórica e uma prática. A parte teórica (comum a todos os participantes) tem como objetivo introduzir os participantes aos diversos tipos de suturas e as suas utilizações mais frequentes. A parte prática divide-se em dois grupos: um para aprendizagem e/ou aperfeiçoamento de suturas simples, destinado a alunos do 1º, 2º e 3º ano e outro para prática de técnicas mais complexas como anastomoses vasculares, suturas de aparelho digestivo e outras, destinado a alunos do 4º, 5º e 6º ano do MIM.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Praticar e aperfeiçoar os diferentes tipos de suturas, abrangendo o interesse de todos os alunos do MIM, através da realização de duas partes práticas distintas, dependendo do público alvo;
 - IM: 80% dos participantes darem uma pontuação de, pelo menos, $\frac{4}{5}$ revelando melhoria na execução de suturas de diferentes tipos.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer em outubro.

Workshop de Emergência Pré-hospitalar: *First on scene*

Antes da chegada ao hospital, cada segundo conta.

Este workshop tem como objetivo aprender a avaliar, estabilizar e intervir em situações de emergência no contexto pré hospitalar, execução do ABCDE do trauma, suporte básico/avançado de vida, oxigenoterapia, realização de acessos, técnicas de desencarceramento e utilização de extintores. Pretende-se uma cooperação entre os Bombeiros Voluntários de Algés e médicos do Instituto Nacional de Emergência Médica® (INEM) para, primeiramente, uma abordagem teórica, e, de seguida, uma componente prática que visa a simulação do caos do terreno no qual os participantes terão de agir, pondo em prática os conhecimentos do processo de cuidados pré hospitalares.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aprender e colocar em prática (agregando competências como o trabalho em equipa, distribuição de tarefas e ações metódicas) técnicas de cuidados pré-hospitalares de emergências, com foco em trauma, fomentando noções de segurança do espaço, reconhecimento de um doente instável e de *red flags*, atuando em conformidade;
 - IM: 30 inscritos;
 - IM: 80% dos participantes dar o feedback de melhoria das suas capacidades técnicas, colaborativas e integração de conhecimentos na realização dos procedimentos propostos no contexto de abordagem pré-hospitalar do trauma nos questionários de avaliação da atividade, constituindo uma mais-valia para as suas competências futuras.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

Workshop de Emergência Hospitalar: *Think fast, act faster*

Este workshop tem como objetivo atingir algum nível de complementaridade com o workshop “Emergência Pré-hospitalar: First on scene” e maior diversidade de casos clínicos, atribuídos aos grupos formados na atividade, que, com a ajuda de médicos e posterior autonomia, enfrentarão um ambiente de simulação de emergências médicas com o objetivo de desenvolver o pensamento clínico e a rapidez e metodologia de ação. O público-alvo serão os alunos do 3º, 4º, 5º e 6º ano do MIM.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aprender e colocar em prática, agregando competências como o trabalho em equipa, distribuição de tarefas e ações metódicas, no contexto de emergências em meio hospitalar, com uma maior diversidade de casos clínicos;

- IM: 30 inscritos;
- IM: 80% dos participantes devem dar avaliação de pelo menos 4/5 no questionário.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

Workshop de Procedimentos

Este workshop procura colmatar a falta de prática de procedimentos como punção lombar, toracocentese, paracentese, acesso venoso central e sonda nasogástrica, uma vez que, nos estágios curriculares dos anos clínicos, os alunos raramente têm oportunidade para se introduzirem a estas técnicas devido à responsabilidade que estas acarretam. Para tal, procuramos uma atividade que passe da teoria à prática, dando bases teóricas para cada procedimento, seguidas de componente prática em modelos, com supervisão.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Os participantes devem, no fim do workshop, apresentar noções mais aprofundadas dos procedimentos, incluindo teoria, mais destreza no manuseamento dos materiais, quando pedir ajuda e o que evitar;
 - IM: 80% dos participantes devem dar o feedback de que o workshop lhes deu ferramentas úteis em pelo menos 4 procedimentos para a aplicação dos mesmos na sua futura prática clínica.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de maio.

The Escape room

Neste workshop os participantes devem resolver um caso clínico progressivo, tomando decisões corretas para “salvar o doente” e escapar da sala no tempo estipulado. O público-alvo são os alunos do 3º-6º ano do MIM e organiza-se em grupos entre 4 e 6 pessoas, com um médico facilitador por sala, que construiu o caso clínico. Pretende-se, ainda, que haja o planeamento de um *debriefing* final, para esclarecimento de eventuais dúvidas, sistematização de conhecimentos e reflexão sobre as decisões clínicas tomadas durante a dinâmica.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Proporcionar um momento de aprendizagem e trabalho cooperativo, desenvolvendo competências de distribuição de tarefas, comunicação eficaz e raciocínio clínico;
 - IM: 80% dos participantes devem dar uma avaliação 4,5/5 à atividade.

Responsável

Gonçalo Pimenta Póvoas, Coordenador de Formação em Medicina.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de novembro.

Formação Transversal

Adulting 101: o Futuro depois da Faculdade

Durante o percurso académico, o foco recai maioritariamente sobre a prática clínica, ficando, por vezes, por abordar a preparação dos estudantes para os desafios do futuro profissional e pessoal. Este ciclo de palestras visa colmatar essa lacuna, promovendo a reflexão sobre o percurso pós-académico, através da discussão de temas como gestão de rendimentos, poupança, investimento e o contacto com percursos profissionais alternativos à prática clínica, contribuindo para uma formação mais completa e informada dos estudantes da NMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir a relevância prática dos temas abordados para os estudantes de Medicina e Ciências da Nutrição;
 - IM: Realização de, no mínimo, 2 palestras, com uma avaliação média global igual ou superior a 4 (numa escala de 1 a 5);
 - IM: Obter uma percentagem de, pelo menos, 70% dos participantes que manifestem intenção de utilizar os conhecimentos adquiridos na sua vida pessoal e/ou profissional.
- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas com conteúdos não incluídos no currículo base;
 - IM: Inscrição de, pelo menos, 25 alunos nas palestras organizadas.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de maio.

Saber é Saúde - 4ª Edição

O Saber é Saúde é um projeto de promoção da literacia em saúde dirigido a populações vulneráveis, através da realização de sessões temáticas dinamizadas por estudantes voluntários da NMS. A iniciativa visa capacitar os participantes para uma utilização mais adequada dos serviços de saúde e para a tomada de decisões informadas, abordando temas relevantes para a promoção da saúde e prevenção da doença.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Expandir o projeto para instituições com uma população vulnerável diferente;
 - IM: Estabelecer parceria com pelo menos mais 2 instituições.
- O: Aprimorar a preparação dos voluntários perante a população idosa;
 - IM: Realização de pelo menos uma formação prévia aos voluntários.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Estágios Clínicos

Estágios Nacionais - ANEM

Os Estágios Nacionais, organizados anualmente pela Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM), têm como principal objetivo proporcionar oportunidades de estágios clínicos e observacionais. Estes estágios permitem o contacto precoce e prático com a rotina diária de médicos, investigadores ou outros profissionais da área da saúde. Existem quatro modalidades de estágio: CEMEFs, CEMEFs Insight, CECEF e CETEF.

No âmbito do Departamento de Formação, o nosso papel consiste em acompanhar de forma ativa os estudantes do MIM interessados, facilitando o processo de inscrição para garantir que possam usufruir desta experiência.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação.

Programa PecliCUF

O Programa PecliCUF oferece aos estudantes do MIM a possibilidade de adquirir experiência clínica em diversas áreas médicas. O programa divide-se em duas partes:

Estágios PecliCUF e Congresso PecliCUF. Nos estágios, os participantes têm contacto direto com a prática médica, desenvolvendo competências clínicas que valorizam tanto a sua formação académica como a experiência pessoal. No congresso, os estudantes elaboram e apresentam casos clínicos, promovendo a análise crítica e o pensamento clínico, com reconhecimento dos melhores trabalhos apresentados.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar o número de vagas para estágios pré-clínicos;
 - IM: Conseguir pelo menos 20 vagas para estágios pré-clínicos.
- O: Promover uma sessão de esclarecimento e/ou a partilha de vídeos com experiências de anos anteriores, de forma a aumentar o interesse e clarificar as expectativas dos estudantes;
 - IM: Adesão de, pelo menos, 25 participantes na sessão de esclarecimento.
- O: Promover o planeamento das atividades decorrentes nos estágios e a preparação dos serviços hospitalares para a chegada dos estudantes;
 - IM: Obter avaliação superior a 4 no formulário de avaliação por parte dos participantes relativo à organização do programa Peclicuf.
- O: Incentivar o raciocínio clínico através da apresentação de casos clínicos no Congresso PecliCUF;
 - IM: Submissão de um caso clínico por participante inscrito em estágios clínicos;
 - IM: Classificação média $\geq 4,0$ (escala de 1 a 5) no questionário de avaliação do Congresso.

Responsável

Joana Matilde Leitão, Diretora de Formação.

Calendarização

Estágios PecliCUF clínicos e pré-clínicos, com 2 semanas de duração, durante os meses de julho e agosto de 2025, no período de férias letivas;

Estágios PecliCUF pré-clínicos Light, com apenas 1 semana de duração, durante o mesmo período;

Congresso PecliCUF, a decorrer no mês de outubro.

Estágios de Nutrição

Os estágios de Nutrição têm como objetivo proporcionar aos estudantes da LCN um contacto direto com a prática dos conhecimentos adquiridos ao longo do curso. Realizados em contexto extracurricular, permitem explorar diferentes áreas da Nutrição, promovendo atividades clínicas e/ou comunitárias, o desenvolvimento de competências práticas e a valorização do percurso académico e profissional dos estudantes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Permitir um contacto precoce dos estudantes de Nutrição com o mundo profissional;
 - IM: Assegurar, pelo menos, 5 vagas para estágio.
- O: Permitir que os participantes escolham o estágio de acordo com suas preferências;
 - IM: Incluir, no mínimo, duas áreas distintas de Nutrição.

Responsável

Bruna Saiegh, Coordenadora de Formação em Nutrição.

Calendarização

Atividade a decorrer na segunda metade do mandato.

Formação em Nutrição

Nutriday

O NutriDay é uma atividade que tem como objetivo proporcionar aos estudantes palestras e workshops alinhados com os seus interesses, abordando temáticas atuais e relevantes que vêm colmatar lacunas identificadas no plano curricular da LCN. Esta iniciativa permite aprofundar e expandir os conhecimentos adquiridos ao longo do curso, promovendo uma formação mais completa. Adicionalmente, o NutriDay pretende despertar e fomentar o interesse pela área das Ciências da Nutrição junto dos alunos do MIM.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar o número de estudantes da LCN da NMS inscritos na atividade face à edição anterior;
 - IM: Obter pelo menos 15 inscrições de estudantes da LCN.
- O: Garantir que os temas abordados são pertinentes e que combatem lacunas existentes no atual programa curricular da LCN;
 - IM: Obter uma avaliação superior a 4 no questionário de avaliação da atividade aplicado.
- O: Aumentar o número de workshops face ao ano anterior;
 - IM: Realizar pelo menos 3 workshops.

Responsável

Bruna Saiegh, Coordenadora de Formação em Nutrição.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

(Hora de) Nutrir o Futuro

A (Hora de) Nutrir o Futuro é uma atividade dividida em dois momentos que visa esclarecer os estudantes da LCN relativamente a questões relacionadas com a sua futura atividade profissional. Deste modo, esta iniciativa oferece aos alunos a oportunidade de contactar de forma próxima com a experiência atual de ex-alunos da NMS, bem como, com entidades das quais a Ordem dos Nutricionistas e a ANEN.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Ter a adesão de uma proporção representativa da comunidade estudantil da LCN;
 - IM: Ter pelo menos 25 inscrições de alunos da LCN em cada um dos momentos da atividade.
- O: Promover, aos estudantes, um ambiente de discussão produtiva e de esclarecimento de dúvidas;
 - IM: Obter uma avaliação superior a 4 no questionário de avaliação da atividade aplicado.
- O: Manter ou aumentar o nº de áreas da nutrição abrangidas na atividade “Onde estão os Alumni?”;
 - Ter pelo menos 5 áreas da nutrição representadas.

Responsável

Bruna Saiegh, Coordenadora de Formação em Nutrição.

Calendarização

Atividades a ocorrer nos meses de setembro e novembro.

NutriMed: What's Unsaid

O “NutriMed: What's Unsaid” é uma atividade que surge com o intuito de realçar a importância da cooperação entre médicos e nutricionistas. Deste modo, através da resolução conjunta de casos clínicos, esta atividade, promove junto dos estudantes de ambos os cursos uma melhor compreensão sobre a forma como as suas áreas de atuação se interligam.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Transmitir a importância da intervenção multidisciplinar, esclarecendo os alunos sobre a forma como a podem pôr em prática, bem como as falhas que existem atualmente;
 - IM: Adesão de pelo menos 5 alunos da LCN e de 10 do MIM;
 - IM: Obter uma avaliação superior a 4 no questionário de avaliação da atividade aplicado.

Responsável

Bruna Saiegh, Coordenadora de Formação em Nutrição.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de novembro.

Sabores do Mundo

O workshop “Sabores do Mundo”, a realizar-se no LIA, tem como intuito dar a conhecer aos participantes pratos típicos de diferentes regiões do globo fazendo a ponte entre os mesmos e a nutrição. Assim, através da confeção e prova de pratos diferenciados, esta atividade propõe uma reflexão sobre a forma como a identidade cultural molda as nossas escolhas alimentares e qual o impacto das mesmas na saúde. Esta atividade realizar-se-á em parceria com o departamento Cultural e Recreativo culminando num convívio aberto a toda a comunidade estudantil da NMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Ter uma adesão significativa da comunidade estudantil;
 - IM: Inscrições no workshop não inferiores a 12.
- O: Dinamizar uma atividade que, através da participação ativa dos alunos, promova o desenvolvimento de técnicas culinárias, uma experiência gastronómica cativante e a reflexão sobre a nutrição e cultura;
 - IM: Obter feedback de 80% dos participantes no questionário de avaliação da atividade e um grau de satisfação superior a 4.

Responsável

Bruna Saiegh, Coordenadora de Formação em Nutrição.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de outubro.

iMed Conference® 18.0

Organização Interna

A equipa do iMed Conference® 18.0 é constituída por trinta e cinco elementos, distribuídos por sete departamentos:

- Gestão (constituída pelo Coordenador, 2 Vice-Coordenadores e 1 Administrador);
- Científico (6 colaboradores);
- Workshops (5 colaboradores);
- Logística (6 colaboradores);
- Marketing (5 colaboradores);
- Parcerias (5 colaboradores);
- Relações Externas (4 colaboradores).

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos.

iMed Conference® Main Event

O iMed Conference® é um congresso científico de grande relevância, dedicado à divulgação de conhecimento e ao estímulo da inovação e da investigação nas Ciências da Vida. Reconhecido pela elevada qualidade e rigor, o iMed Conference® Main Event reúne um conjunto de palestras, atividades formativas e competições que criam uma experiência profundamente envolvente, aproximando os participantes das mais recentes abordagens e avanços científicos.

A programação científica destaca-se pela participação de especialistas de prestígio, tanto nacionais como internacionais, que apresentam visões disruptivas e incitam o público a reavaliar conceitos, métodos e perspectivas no campo da Saúde.

Os workshops práticos complementam este programa, oferecendo oportunidades formativas únicas que permitem aos participantes desenvolver capacidades clínicas, técnicas e de comunicação, essenciais para a prática médico-científica contemporânea.

As competições constituem outro pilar distintivo do iMed Conference®, incentivando a originalidade, o pensamento analítico e o mérito académico. A presença da iPitch Competition, da Clinical Mind Competition, da Innovate Competition, do SIM Challenge e da iChef Competition, visa desafiar os participantes, envolvê-los num ambiente exigente e valorizar o seu desempenho com prémios variados e significativos.

Paralelamente, o evento integra momentos de convívio informal entre todos os seus intervenientes, promovidos por um Programa Social cuidadosamente concebido, que facilita a troca de ideias e experiências entre participantes e oradores de forma descontraída e bidirecional.

Com o reconhecimento e prestígio que o caracterizam, o iMed Conference® assume o propósito de contribuir para a formação das próximas gerações de profissionais de saúde, afirmando-se como um espaço de inspiração, colaboração e estímulo ao progresso científico.

iMed Conference® Summit

O iMed Conference® Summit representa o momento oficial de abertura do iMed Conference®, assumindo-se como o ponto de partida que estabelece o tom e eleva as expectativas para a edição anual. O seu propósito é apresentar o programa científico da edição corrente, evidenciando os temas em destaque, os oradores de prestígio — nacionais e internacionais — e as dinâmicas inovadoras que caracterizam a identidade do iMed Conference®.

Para além da apresentação do programa, o iMed Conference® Summit funciona igualmente como um espaço dedicado ao desenvolvimento de soft skills fundamentais para a trajetória médico-científica, incluindo liderança, comunicação, gestão de equipas, pensamento crítico e criatividade. Estas competências são

trabalhadas através de sessões interativas orientadas por especialistas, workshops temáticos e oportunidades de networking que facilitam a partilha de ideias, experiências e desafios que marcam o contexto atual das Ciências da Vida e da prática médica.

O iMed Conference® Summit não se limita a anunciar e promover o iMed Conference®; procura também inspirar e preparar os futuros profissionais e líderes da saúde e das Ciências da Vida. Trata-se de um evento que une conhecimento, inovação e crescimento pessoal, oferecendo uma experiência transformadora que materializa a visão e a missão do iMed Conference®.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Desenvolver um evento de excelência científica que explore avanços e tendências inovadoras nas Ciências da Vida, reunindo especialistas de referência, tanto nacionais como internacionais;
 - IM: Total de 500 inscrições no conjunto das atividades: palestras, workshops e competições;
 - IM: Participação geograficamente diversificada, representando todas as Regiões Administrativas de Portugal Continental (NUT II) e Regiões Autónomas, e também representação demográfica internacional. Concretamente, 10% de participantes nacionais extra-NOVA Medical School, e 2% de participantes internacionais;
 - IM: Obtenção de classificação média superior a 4/5 nas palestras, segundo o formulário de avaliação pós-evento;
 - IM: Confirmação de mais de 10 oradores internacionais no programa científico.
- O: Concretizar a realização do iMed Conference® Summit, que marca o início do programa científico e promove o desenvolvimento de *soft skills* essenciais à carreira médico-científica, integrando igualmente um Programa Social participativo destinado aos estudantes. Realizar *workshops* para internos de formação específica médica;
 - IM: Total de 150 participantes inscrito, no iMed Conference® Summit, envolvendo o dia de apresentação do evento e os dias de workshops;
 - IM: Classificação média superior a 4/5 na avaliação pós-evento do iMed Conference® Summit;
 - IM: Mais de 20% dos participantes do iMed Conference® Summit realizam posteriormente a inscrição no iMed Conference® Main Event.
- O: Proporcionar workshops, momentos de formação *hands-on*, que reforcem competências técnicas e científicas nas áreas da Saúde e da Investigação;
 - IM: Pelo menos 90% de ocupação nas vagas de cada workshop;
 - IM: Classificação média acima de 4/5 nos formulários de feedback relativos às sessões práticas;
 - IM: Manter 3 vagas de *workshops* por participante;
 - IM: Diminuir, em pelo menos 5%, a taxa de não comparência aos *workshops*.
- O: Organizar competições que destaquem criatividade, capacidade analítica e mérito académico, atribuindo prémios, estágios e bolsas monetárias;

- IM: 150 participantes distribuídos pelas diferentes competições;
- IM: Atribuição mínima de 8 prémios, bolsas ou estágios;
- IM: Classificação média não inferior a 4/5 na opinião dos participantes sobre a qualidade e impacto das competições.
- O: Garantir uma componente logística robusta, incluindo coffee-breaks, gestão da equipa de Crew, implementação do programa iWin e apoio dedicado a oradores e formadores;
 - IM: Obtenção de avaliação média superior a 4/5 na área logística segundo o *feedback* dos participantes;
 - IM: Pelo menos 90% dos oradores e formadores manifestam satisfação, com recolha informal efetuada pela equipa de Hospitalidade;
 - IM: Adesão de 200 participantes no programa iWin;
 - IM: Integração de um mínimo de 50 membros da Crew na execução global do evento.
- O: Ampliar o impacto do evento a nível nacional e internacional, fortalecendo colaborações e assegurando sustentabilidade financeira;
 - IM: Aumento de 10% o orçamento trazido de parcerias financeiras;
 - IM: Elevação do alcance das redes sociais em 15% nas plataformas oficiais;
 - IM: Presença em pelo menos um momento em meios de comunicação nacionais e internacionais;
 - IM: Representação externa em pelo menos quatro congressos e eventos médicos nacionais;
 - IM: Promoção de uma vertente social, com ações de voluntariado.

Responsável

Vasco Perdigão, Coordenador do iMed Conference®.

Calendarização

iMed Conference® *Summit* - 18 de abril de 2026;

iMed Conference® *Main Event* - 12 a 18 de outubro de 2026.

N2S Conference 6.0

Organização Interna

A equipa da N2S Conference é constituída por dezasseis elementos, distribuídos por cinco departamentos:

- Gestão (constituída pela Coordenadora e 1 Vice-Coordenadora);
- Científico (3 colaboradores);
- Comunicação (4 colaboradores);
- Logística (4 colaboradores);
- Parcerias (3 colaboradores).

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos.

N2S Conference Main Event

O *Main Event* da N2S Conference é uma conferência científica constituída por workshops e dois dias de conferências. Com este evento, através dos seus diferentes momentos, pretendemos difundir conhecimento no âmbito das Ciências da Nutrição, de forma dinâmica e inovadora.

Ambicionamos ter um programa científico de excelência, reunindo um conjunto de oradores e formadores de diferentes vertentes da área da Nutrição, proporcionando uma formação completa e enriquecedora, tendo por base a evidência científica mais atualizada e de referência.

Aliado ao Main Event, a N2S Conference também contará, nos dias do evento, com um concurso desenhado com o intuito de conjugar o conhecimento teórico da área da Nutrição e da Saúde com a componente prática baseada nas técnicas culinárias. Assim, ao unir a confeção de alimentos ao conhecimento científico, pretendemos apelar à criatividade e espírito crítico dos participantes.

A N2S Conference terá, igualmente, um Programa Social, N2Social, que proporciona momentos de convívio informal entre oradores e participantes do evento, de modo a fomentar o relacionamento entre estes em alturas precoces da formação dos estudantes.

N2Care

O Programa de Voluntariado do N2S visa explorar a componente de Nutrição comunitária e mostrar à comunidade estudantil o impacto que o nutricionista poderá ter junto da população.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar a literacia ao nível das Ciências da Nutrição da comunidade estudantil;
 - IM: Número de participantes inscritos no evento igual ou superior a 150 participantes da lotação do espaço.
- O: Aumentar o número de participantes de outros polos universitários;
 - IM: Número de estudantes de outras faculdades inscritos no evento superior a 25.
- O: Garantir a presença de oradores internacionais;
 - IM: Ter, pelo menos, 2 oradores internacionais, de modo a equiparar a Edição da N2S Conference 2025.
- O: Aumentar o número de inscritos no Programa Social da N2S Conference;
 - IM: Número superior a 36 presenças (vagas efetivadas na Edição de 2024);
 - IM: Superar a classificação média de 4/5 na opinião dos participantes sobre a qualidade da competição.
- O: Organizar uma competição que destaque criatividade e conhecimento atribuindo prémios;



- IM: Ter 10 participantes;
 - IM: Atribuir no mínimo 6 prêmios;
 - IM: Superar a classificação média de 4/5 na opinião dos participantes sobre a qualidade da competição.
- O: Manter qualidade dos coffee-breaks, em termos nutricionais e de diversidade;
 - IM: Classificação igual ou superior a 4, obtida através de um questionário de satisfação.
- O: Aumentar número de parcerias institucionais efetivadas (realização da divulgação acordada anteriormente);
 - IM: Obtenção de, pelo menos, 30 parceiros institucionais.
- O: Aumentar a literacia ao nível das Ciências da Nutrição da comunidade;
 - IM: Pelo menos, 10 elementos da comunidade a participar na atividade.
- O: Aumentar o número de participantes efetivos no evento;
 - IM: O número de participantes inscritos no evento deverá ser 16 contabilizando ambos os elementos da comunidade e os voluntários.

Responsável

Carolina Azevedo, Coordenadora da N2S Conference.

Calendarização

Main Event N2S Conference - Outubro de 2026.



LOGÍSTICA E PARCERIAS

Logística e Parcerias

Logística

Manutenção da organização dos espaços da AENMS

Os espaços AENMS são essenciais para assegurar um normal desenvolvimento das atividades da associação. Assim, pretendemos manter a sua organização e arrumação, maximizando a sua utilização por parte dos seus membros e restante comunidade estudantil. Assim, queremos dar continuidade ao desenvolvimento do inventário da AENMS, com a cooperação de todos os departamentos e projetos, como feito no mandato anterior, num documento comum, atualizando este ficheiro do Google Sheets quinzenalmente.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Otimizar os espaços AENMS, com vista a incrementar a sua utilização por parte da DAENMS, dos projetos AENMS e restante comunidade estudantil;
 - IM: NA.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Apoio logístico contínuo

A DAENMS é responsável pelo apoio ativo e contínuo, principalmente no que concerne a realização de *Coffee-Breaks* e *montagem de espaços*, às diversas Comissões Organizadoras AENMS, bem como à realização de outras atividades com grande adesão promovidos pela DAENMS, admitindo-se como tal os eventos que envolvam 70 ou mais participantes. Assim, pretendemos possibilitar a dinamização das diversas atividades propostas para a comunidade estudantil da forma mais clara e acessível possível.

Para tal, os responsáveis pela atividade devem preencher um formulário, a ser disponibilizado, mediante a necessidade de auxílio à realização da mesma. Para a realização do mesmo deve ser descrito o tipo de ajuda necessária (*Coffee Breaks*, *montagem de espaços*, etc) e o número de participantes esperados para a atividade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Apoio logístico e incentivo à realização de atividades por parte da DAENMS;

- IM: Pelo menos 5 pedidos de apoio logístico.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Gestão e centralização do material partilhado

De forma a melhorar a eficiência no desempenho das atividades AENMS, pretendemos implementar um sistema de gestão centralizada do material partilhado, com um inventário atualizado, regras claras de utilização e um método de requisição e devolução do material, otimizando os recursos existentes e reduzindo as suas perdas e desperdícios.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Melhorar a eficiência e o controlo dos recursos da AENMS, nomeadamente de material passível de ser partilhado;
 - IM: Percentagem de pedidos de material satisfeitos integralmente, sem constrangimentos de disponibilidade, superior a 50%.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Parcerias

Language Craft

Atualmente, a escola de línguas Language Craft disponibiliza cursos de mais de 20 idiomas à comunidade estudantil da NMS|FCM. Estas formações têm duração variável e são lecionadas por formadores especializados e nativos na língua em questão.

Este mandato, pretendemos dar continuidade ao trabalho desenvolvido anteriormente, melhorando a comunicação com a escola e a eficiência do processo de inscrição. A experiência adquirida até agora com a escola permite-nos solidificar a parceria, garantindo que todos os estudantes tenham acesso a informações claras, com um processo de inscrição simplificado e acompanhamento adequado ao longo de todo o curso.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reforçar a parceria com a Language Craft, aumentando o alcance da sua divulgação e otimizando o processo de inscrição;
 - IM: Garantir a adesão mínima de 10 alunos pré-inscritos nos cursos de línguas, no âmbito da parceria estabelecida.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Interligação entre os projetos e parceiros da AENMS

A ligação entre os diversos projetos AENMS e seus parceiros é fundamental para o seu crescimento mútuo. Pretende reforçar-se a articulação, já iniciada no mandato transato, entre os projetos AENMS e os respetivos parceiros institucionais, promovendo uma colaboração mais próxima e integrada.

Almeja-se, ainda, um acompanhamento ativo dos projetos, com recurso a reuniões, ou outros métodos acordados, que permitam uma comunicação fluída e eficaz entre os mesmos e o departamento de Logística e Parcerias da AENMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover uma colaboração mais próxima entre os projetos e os parceiros da AENMS;
 - IM: Realização de uma reunião bissestrial de acompanhamento aos projetos.

Responsável

Maria Maricato, Coordenadora de Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Estabilidade e sustentabilidade financeira

A sustentabilidade financeira da AENMS é um pilar fundamental para o decorrer da sua atividade. Contribuindo para esse fim, pretendemos identificar e desenvolver oportunidades de parcerias financeiras estratégicas com entidades como empresas de telecomunicações, seguradoras, transportadoras, bancos e empresas de tecnologias e equipamento médico, bem como outras parcerias que se revelem úteis e relevantes, assegurando benefícios concretos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Expandir as parcerias financeiras da AENMS, para que sejam uma importante parte das suas fontes de financiamento;
 - IM: Alcançar pelo menos 3 novas parcerias.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Atualização do Booklet

A dinamização e manutenção do Booklet da AENMS, enquanto compilação organizada dos materiais de comunicação dos diversos projetos, é fundamental, destacando num único documento os principais eventos e o impacto das atividades da AENMS e dos seus projetos numa perspetiva de apresentação a terceiros.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Dinamizar o Booklet, tornando-o mais apelativo ao público;
 - IM: Número de parceiros interessados em colaboração após envio do Booklet não inferior a 1.

Responsável

Maria Maricato, Coordenadora de Parcerias.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de fevereiro.

Atualização do Pitch AENMS

De modo a ilustrar de forma profissional, clara e envolvente o trabalho da AENMS e os seus projetos, pretendemos realizar uma atualização do Pitch AENMS, uma apresentação visualmente apelativa em slides, com o objetivo de captar o interesse de potenciais parceiros e reforçar a credibilidade da Associação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reforçar a visibilidade e credibilidade da AENMS perante potenciais parceiros;
 - IM: Número de parceiros interessados em colaboração após a apresentação da Pitch não inferior a 1.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de fevereiro.

Literacia e Educação Financeira

Acreditamos na importância da promoção da Literacia e Educação Financeira junto das Comissões Organizadoras dos projetos AENMS e da restante comunidade estudantil. Assim, com a colaboração do Departamento de Formação e da Tesouraria da DAENMS, pretendemos dinamizar sessões formativas acerca desta área.

Deste modo, queremos definir os objetivos e temática específica da formação em conjunto com o Departamento de Formação e a Tesouraria da DAENMS, e procurar ativamente um formador ou especialista na área que tenha interesse nesta sessão de sensibilização, idealmente alguém que leve à maior adesão possível por parte da comunidade estudantil.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Capacitar e sensibilizar a comunidade estudantil, tendo como principal público-alvo as Comissões Organizadoras, acerca da temática de literacia e educação financeira de forma a promover uma gestão mais responsável e informada dos recursos;
 - IM: No mínimo, 10 participantes na atividade.

Responsável

Maria Maricato, Coordenadora de Parcerias.

Calendarização

Atividade única a ocorrer durante o mês abril.

Cooperação com instituição de solidariedade social

De modo a evitar o desperdício alimentar em todas as atividades e projetos da AENMS, pretendemos diligenciar esforços, em conjunto com o Departamento de Responsabilidade Social da AENMS, de forma a cooperar com uma instituição de solidariedade social nesta temática.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reduzir o desperdício alimentar nas atividades da AENMS;
 - IM: Quantificar o desperdício alimentar após estabelecer esta parceria, tendo como meta um valor inferior a 5% do total alimentar de cada evento realizado.

- O: Implementar práticas de sustentabilidade no planejamento e execução de eventos da AENMS;
 - IM: Percentagem não inferior a 20% de atividades e projetos que aderem à colaboração com a instituição de solidariedade social.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Centralização das vantagens e descontos na App AENMS

Queremos assegurar a centralização, na App AENMS, de todas as parcerias com vantagens e descontos para os seus sócios, de forma mais acessível e prática, em colaboração com a Vice-Presidência para a Comunicação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

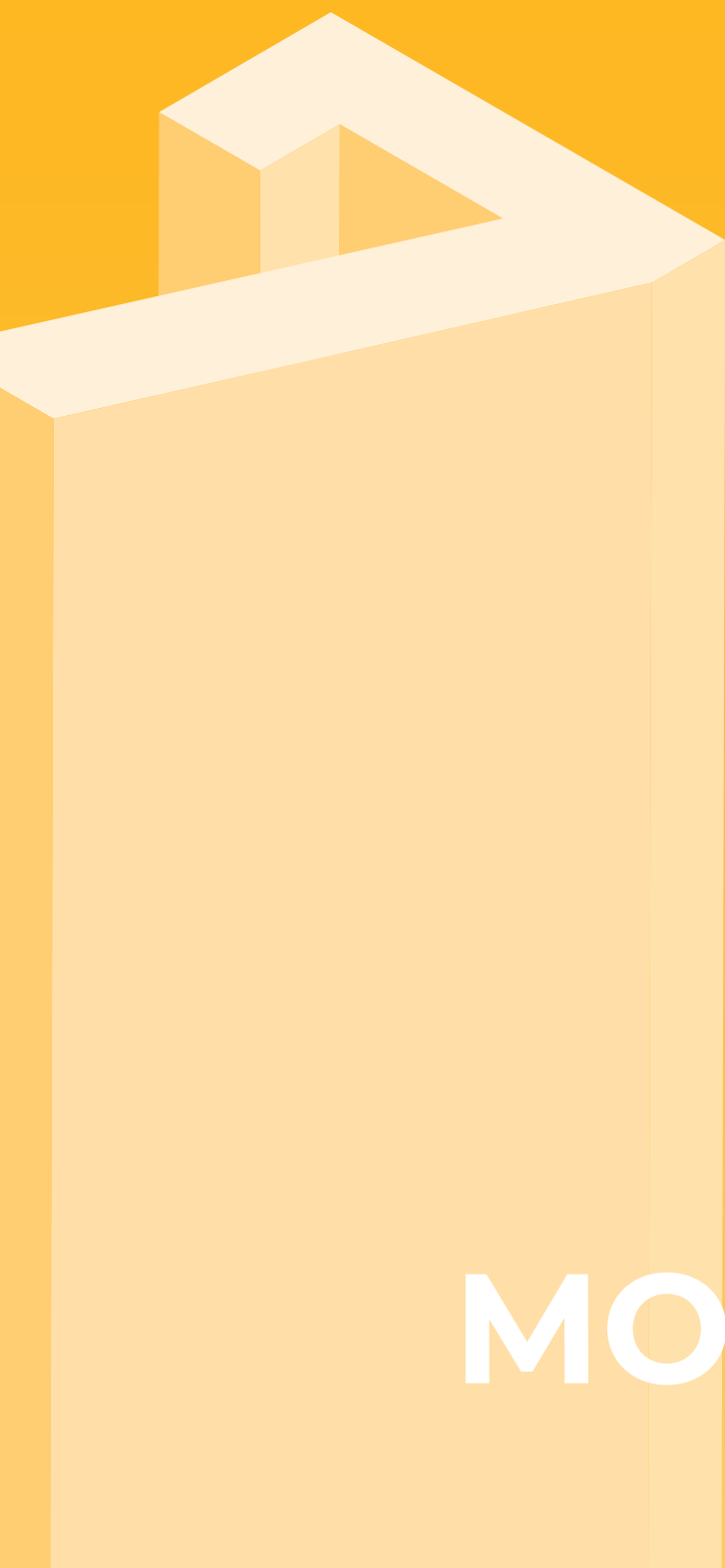
- O: Promover o usufruto das vantagens e descontos disponíveis pelos associados;
 - IM: Utilização das vantagens e descontos pelo menos por 10% das pessoas sócias AENMS.

Responsável

Maria Clara Dourado, Diretora de Logística e Parcerias.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.



MOBILIDADE

Mobilidade

Intercâmbios

Intercâmbios SCOPE (Standing Committee on Professional Exchanges) e SCORE (Standing Committee on Research Exchanges)

Os intercâmbios da IFMSA, incluem Intercâmbios Clínicos (Professional Exchange - PE) e Intercâmbios de Investigação (Research Exchange - RE), proporcionado aos estudantes incoming e outgoing um conjunto de experiências sociais, culturais e científicas enriquecedoras internacionalmente. Em Portugal, o programa é coordenado pela ANEM, enquanto NMO da IFMSA.

Os estudantes outgoing podem realizar estágios de 4 semanas no estrangeiro, enquanto as associações estudantis devem receber e acolher os estudantes incoming proporcionando-lhes um programa social e científico apelativo que vise a sua receção e integração.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Acompanhar e informar os estudantes da NMS inscritos em programas de intercâmbio, oferecendo suporte adequado em todas as etapas: antes, durante e após os estágios internacionais nas seasons 2026/2027 e 2027/2028;
 - IM: Avaliação favorável (classificação média $\geq 5/10$) da experiência geral do intercâmbio no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26;
 - IM: Avaliação favorável (classificação média $\geq 5/10$) do Pre-Exchange Training (PET) Local no questionário da atividade elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS.
- O: Garantir os recursos necessários para apoiar o desenvolvimento cultural e profissional nos intercâmbios, para ambos outgoings e incomings;
 - IM: Número de participantes da Feira Exchange superior a 30 e avaliação favorável no respetivo questionário de avaliação elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS (avaliação global média $\geq 5/10$);
 - IM: 50% de média de adesão de incomings nas atividades do Programa Social Local (PSL) e avaliação favorável do mesmo no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26 (classificação média $\geq 5/10$);
 - IM: Obter um número favorável de membros da CO (acima de 35);
 - IM: Avaliação favorável (classificação global média $\geq 5/10$) no questionário de avaliação do Upon Arrival Training no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26;

- IM: Avaliação favorável (classificação global média $\geq 5/10$) no questionário de avaliação do SCORE's Symposium no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26.
- O: Garantir todas as condições necessárias para a estadia dos estudantes incoming, assegurando alojamento adequado, alimentação e outros recursos essenciais para que tenham uma experiência de intercâmbio confortável e completa em Portugal;
 - IM: Avaliação favorável (classificação global média $\geq 5/10$) do alojamento no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26;
 - IM: Assegurar a estadia através dos SASNOVA até ao fim do mês de Março.
- O: Garantir a participação ativa da CO na execução do plano social de julho e agosto;
 - IM: Premiação do membro mais ativo da comissão organizadora com a isenção do pagamento da taxa de inscrição num intercâmbio da IFMSA.

Responsável

Francisco Barbosa, Diretor de Mobilidade e Coordenador de Intercâmbios Clínicos;
Carolina Marques, Coordenadora de Intercâmbios de Investigação.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Intercâmbios SCOPH/PHEX (Standing Committee on Public Health/Public Health Exchanges)

Programa de intercâmbio na área da saúde pública, realizado entre escolas médicas que fazem parte da IFMSA, com duração de 4 semanas. Esta modalidade de intercâmbio é organizada pelo Departamento de Saúde cumprindo-nos a função de oferecer o devido apoio logístico-burocrático.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar que os estudantes de Saúde Pública (SCOPH/Phex), tanto incoming como outgoing, das seasons 2026/2027 e 2027/2028 recebam o mesmo apoio e condições garantidas aos estudantes anteriores, proporcionando uma experiência de intercâmbio igualmente organizada e satisfatória;
 - IM: Avaliação favorável (classificação média $\geq 5/10$) da experiência geral do intercâmbio no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26.

Responsável

Francisco Barbosa, Diretor de Mobilidade e Coordenador de Intercâmbios Clínicos

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

SCORE's Symposium

Programa científico com a duração de 2 dias composto por uma visita ao centro de simulação Luz Learning Health, bem como um programa de palestras e apresentações dos projetos em que os incomings trabalharam durante o seu período de intercâmbio, a ser avaliado por um painel de jurados.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Estimular a discussão e exploração de temas na área da investigação biomédica;
 - IM: Participação de 90% dos incomings no evento;
- O: Fomentar o conhecimento da comunicação oral científica;
 - IM: Avaliação do grau de satisfação com os conhecimentos adquiridos ($\geq 5/10$).

Responsável

Carolina Marques, Coordenadora de Intercâmbios de Investigação.

Calendarização

Atividade a ocorrer na última semana do mês de julho.

PET - Pre-Exchange Training

Programa que visa preparar os estudantes outgoing para os intercâmbios internacionais, com sessões teórico-práticas e esclarecimento de dúvidas por quem já participou em seasons anteriores, complementando a formação nacional da ANEM.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir a preparação dos outgoings através de sessões teóricas, workshops e testemunhos;
 - IM: Número de outgoings superior a 30;
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) num formulário de avaliação elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS ("Indique a utilidade da capacitação PET na resolução de problemas durante o seu intercâmbio").
- O: Divulgar o PET através das redes sociais de modo a aumentar o conhecimento da atividade e a adesão à mesma;
 - IM: Número de pessoas inscritas na atividade pela sua divulgação nas redes sociais superior a 15. Medido num formulário após-atividade elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS no parâmetro "Como ouviste falar do PET?".

Responsável

Eva Pereira, Vice-Coordenadora de Intercâmbios Clínicos.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

UAT - Upon Arrival Training

Formação para estudantes incoming que tem por objetivo a preparação e receção ao intercâmbio, abrangendo componentes práticas, profissionais e culturais.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover uma melhor preparação e integração dos incomings recém-chegados, recorrendo a sessões teóricas e à dinamização do primeiro contacto entre os estudantes;
 - IM: Obtenção de uma classificação média igual ou superior a 5/10 no Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal 26, avaliando a utilidade da capacitação UAT na resolução de problemas durante o intercâmbio e a sua importância como facilitador da integração inicial;
 - IM: Execução de material gráfico formativo que facilite a integração do aluno incoming.
- O: Assegurar a promoção do evento nas redes sociais por meio de estratégias de comunicação envolventes e de uma divulgação contínua, visando atingir um público alargado;
 - IM: Número de inscrições ou adesões superior a metade do número de incomings diretamente atribuídas às campanhas de divulgação nas redes sociais, com base nas respostas ao formulário de avaliação elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS do evento à pergunta “Como ouviste falar no UAT?”.

Responsável

Carolina Marques, Coordenadora de Intercâmbios de Investigação.

Calendarização

Atividade a ocorrer nos meses de julho e agosto.

Feira *Exchange* e Sessão de Esclarecimentos

A Feira *Exchange* constitui um espaço de encontro dedicado à promoção das oportunidades de intercâmbio internacional, reunindo num único evento os diferentes programas oferecidos pela IFMSA e pela EMSA. Nesta sessão de esclarecimentos o departamento de mobilidade da AENMS capacita os estudantes acerca do processo de inscrição e participação em um intercâmbio da IFMSA. Este evento conta ainda com testemunhos de estudantes com experiência prévia nestes programas, permitindo aos participantes colocar as suas questões e obter uma visão prática das vivências

acadêmicas e culturais no estrangeiro, facilitando uma compreensão mais concreta e acessível da dimensão internacional destes intercâmbios.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Divulgação do Twinning project;
 - IM: Avaliação do parâmetro “Esta atividade contribui para o meu interesse e conhecimento do Twinning Project” com $\geq 5/10$, através do preenchimento do formulário de avaliação elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS.
- O: Assegurar uma divulgação eficaz do evento nas redes sociais, utilizando estratégias de comunicação atrativas e conteúdo regular para alcançar o maior número de participantes potenciais;
 - IM: Número de inscrições ou adesões diretamente atribuídas às campanhas de divulgação nas redes sociais, com base nas respostas ao formulário de avaliação do evento elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS à pergunta ‘Como ouviste falar no Feira Exchange?’.
- O: Esclarecimento de dúvidas sobre programas de intercâmbio, oferecendo informações detalhadas sobre o processo de candidatura, os requisitos, as condições e as experiências proporcionadas;
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) no formulário de avaliação pós-atividade elaborado pelo departamento de Mobilidade da AENMS (“Em que medida a Feira Exchange contribuiu para o esclarecimento das suas questões?”).

Responsável

Eva Pereira, Vice-Coordenadora de Intercâmbios Clínicos.

Calendarização

Atividade a ocorrer nos meses de setembro e outubro.

Twinning Project | EMSA

Programa de intercâmbio de curta duração, em que 10 estudantes do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da NMS são emparelhados com um twin de uma faculdade parceira internacional, pertencente às Faculty Member Organizations (FMO) da EMSA.

Durante uma semana, os estudantes portugueses fornecem habitação e refeições ao seu twin, permitindo-lhes vivenciar a cultura portuguesa e conhecer o ambiente da Nova Medical School, através de workshops e de um programa social previamente definido. O mesmo acontece na faculdade parceira, sendo os estudantes portugueses acolhidos pelo seu twin, promovendo a troca de experiências e o contacto com culturas diferentes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir o bom funcionamento do *Twinning Project* 2026, de tal modo que seja possível a sua reprodutibilidade em anos subsequentes;
 - IM: Número total de vagas preenchidas (10 vagas);
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) no formulário de avaliação após o fim da atividade executado pelo departamento de Mobilidade da AENMS ("Como avalias a tua experiência no *Twinning Project* 2026").
- O: Assegurar a edição de 2027 do *Twinning Project*;
 - IM: Estabelecimento do contrato com a FMO parceira entre o final de setembro e início de outubro de 2026.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora de Projetos Internacionais.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Nutri Pals

O projeto Nutri Pals é um programa de intercâmbio de curta duração, em que estudantes da Licenciatura em Ciências da Nutrição são emparelhados com estudantes da faculdade parceira, os "pals". Existem 2 períodos de intercâmbio: um em que estudantes de uma faculdade internacional parceira vêm a Portugal e outro em que os estudantes da NMS vão para a faculdade parceira.

Durante estas semanas têm a oportunidade de explorar a cidade respetiva e de se integrarem na cultura do país do pal, sendo este responsável por fornecer alojamento e algumas refeições. O mesmo se aplica aos estudantes portugueses na semana em que recebem o pal.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Analisar a passada auscultação e se necessário auscultar novamente a comunidade estudantil acerca da pertinência da realização da atividade para o ano de 2028, implementando possíveis ajustes para que a realização da atividade seja viável (por exemplo: parceria com a FML para preenchimento de vagas);
 - IM: Boa adesão (≥ 25 respostas) na atividade no formulário executado pelo departamento de Mobilidade da AENMS divulgado no início do ano letivo 2027/2028.
- O: Apresentar o projeto à ENDIETS com vista a oficializar o projeto, facilitar a sua divulgação e promover a criação de parcerias a nível europeu;
 - IM: Elaboração de um Booklet com vista à promoção do projeto e envio do mesmo para 5 possíveis parceiros.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora de Projetos Internacionais.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Erasmus-In

Realização de atividades e eventos de receção que pretendem a integração dos estudantes *incoming* de Erasmus+, bem como auxiliar no seu primeiro contacto com a matriz cultural portuguesa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reunir com ESN de modo a incorporar a Erasmus *Welcome Week* nas atividades da mesma, alargando-as para todo o semestre e promovendo uma maior integração com a comunidade de Erasmus como um todo;
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) no formulário de avaliação no final de cada semestre executado pelo departamento de Mobilidade da AENMS ("Que impacto as diferentes atividades desenvolvidas ao longo do semestre tiveram na tua experiência e integração durante o teu programa de mobilidade").
- O: Realização de dois convívios, um por semestre, de modo a promover a integração dos estudantes *incomings*;
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) no formulário de avaliação no final de cada semestre executado pelo departamento de Mobilidade da AENMS ("Como avalias o convívio Erasmus na tua integração na NMS").
- O: Procurar apoiar a ESN na execução dos seus eventos, posicionando a NMS como a referência de receção dos estudantes de Erasmus+ na capital portuguesa;
 - IM: Propor a formalização de um contrato com a ESN assegurando vagas nas atividades para os estudantes *incoming* NMS.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora de Projetos Internacionais.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Erasmus-Out

Colaboração com o Núcleo de Mobilidade da NMS, assumindo um papel de apoio logístico contínuo e de ponte de comunicação entre os estudantes e os serviços de mobilidade, de forma a garantir um acompanhamento claro, organizado e eficaz dos estudantes *outgoing* ao longo de todo o processo de candidatura e inscrição nos programas ERASMUS+. Esta articulação visa reforçar a transparência, a fluidez da informação e a confiabilidade dos estudantes no processo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Prestar o apoio logístico aos estudantes erasmus-out no processo de escolha de vagas e candidatura, assegurando a mediação da comunicação entre os estudantes e o Núcleo de Mobilidade, e contribuindo para um processo de inscrição mais claro, estruturado e acessível;
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) no formulário de avaliação do apoio prestado pela AENMS no processo de seriação e inscrição do programa ("Como avalias o impacto da AENMS no processo de seriação, organização e planeamento da tua inscrição no programa Erasmus+");
 - IM: Realização de pelo menos 1 reunião com o Núcleo de Mobilidade da NMS para alinhar procedimentos, esclarecer fluxos de informação e promover maior transparência na atribuição de bolsas.
- O: Organização do sheets partilhado com os *outgoings* de forma que a inscrição e local provável de alocação seja mais transparente e previsível;
 - IM: Classificação média ($\geq 5/10$) no formulário de avaliação do apoio prestado pela AENMS no processo de seriação e inscrição do programa ("Como avalias a utilidade do *sheets* no processo de seriação, organização e planeamento da tua inscrição no programa Erasmus+").

Responsável

Maria Soares, Coordenadora de Projetos Internacionais.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato



POLÍTICA EDUCATIVA

Política Educativa

Política Educativa

Conselho das Comissões de Curso

O Conselho das Comissões de Curso (CCC) é composto por um membro da DAENMS e pelos membros de todas as comissões de curso (CC) do 1º ao 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM), da Licenciatura em Ciências da Nutrição (LCN) e dos 2º e 3º ciclos de estudos, contando com os membros efetivos e os suplentes designados em representação no Conselho Pedagógico (CP). Para além de ser um meio de representação da comunidade estudantil, é encarregue da resolução e organização das temáticas pendentes, presentes e futuras na formação dos nossos alunos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir uma comunicação contínua com a comunidade estudantil, por intermédio das CC;
 - IM: Realização de pelo menos duas reuniões com as CC, uma em cada semestre, dando primazia ao formato presencial.
- O: Aumentar o contacto com os estudantes do 2º e 3º ciclos de estudos, aproximando-os dos estudantes do ensino pré-graduado;
 - IM: Realização de pelo menos um momento de recolha de *feedback* em conjunto com o departamento de Envolvimento Estudantil.
- O: Aumentar a transparência e divulgação das medidas tomadas em CP, de uma forma clara e acessível;
 - IM: Elaboração de um documento por reunião de CP, com o resumo dos pontos discutidos e aprovados (ressalvando situações de sigilo previstas), que seja disponibilizado por cada CC.
- O: Atualizar e Divulgar a Drive NMS, de modo a incluir materiais atualizados para cada UC, com o auxílio dos elementos de cada CC;
 - IM: Capacitação de pelo menos um dos elementos de cada CC para a gestão da pasta comum no Google Drive, de modo a incluir UCs e materiais atualizados;
 - IM: Revisão da Drive NMS no final de cada semestre, garantindo não menos que 90% das UCs atualizadas.
- O: Promover a adesão dos estudantes aos questionários do Sistema Interno de Monitorização e Avaliação da Qualidade de Ensino (SIMAQ);
 - IM: Obtenção de adesão mínima de 20% para todos os anos letivos;
 - IM: Divulgação das medidas desenvolvidas com base nas conclusões tecidas através dos SIMAQ do ano anterior, se aplicável.
- O: Propor, primeiro em CP, a oferta ou comparticipação de materiais de apoio à realização da Prova Nacional de Acesso (PNA) para os alunos do 6º ano do MIM com o apoio da NMS | FCM;

- IM: Aquisição e divulgação de pelo menos uma nova plataforma de apoio para os alunos do 6º ano do MIM, direcionada para a preparação da PNA, sem o compromisso de outros já conseguidos, como a plataforma da AMBOSS.
- O: Rever os custos associados às revisões de prova, tornando o processo mais transparente, pedagógico e uniformizado entre diferentes UCs;
 - IM: NA.

Responsável

João Paulo Pereira, Diretor de Política Educativa.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Grupo de Trabalho para o Ensino Superior (GTES)

O GTES é um elemento de representação externa de Política Educativa da NMS | FCM, no qual se desenvolvem moções dirigidas a problemáticas identificadas pelos estudantes.

O seu objetivo é, de uma forma contínua ao longo do ano, através das CC e com o auxílio do Departamento de Envolvimento Estudantil (DEE), trazer o feedback de questões dos estudantes do MIM, LCN e do ensino pós-graduado, na forma final de uma moção a ser apresentada na Federação Académica de Lisboa (FAL) e no Encontro Nacional de Direções Associativas (ENDA).

Inclui ainda outros membros externos à direção, nomeadamente colaboradores da AENMS e outros estudantes interessados.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reunir as problemáticas identificadas pelos estudantes para o ano letivo 2025/2026, elaborando moções dirigidas às mesmas;
 - IM: Redação e aprovação de pelo menos uma moção no ENDA.

Responsável

João Paulo Pereira, Diretor de Política Educativa.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Educação Médica

MedInnovate - Grupo de Trabalho para a Educação Médica

O MedInnovate pretende ser palco representativo das preocupações e propostas da comunidade estudantil da NMS no que concerne à Educação Médica. Pretende-se

identificar e colmatar as principais preocupações acerca do Ensino e Métodos Pedagógicos apontadas pelos estudantes. O grupo será composto por um membro da DAENMS e alunos integrantes do MIM, pelo menos um de cada ano, motivados por esta temática.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Manter uma relação próxima com o Conselho Pedagógico, de forma a participar ativamente na reformulação do Plano Curricular, a fim de refletir sobre a possibilidade da redação de uma Dissertação de Mestrado e sobre a pertinência do formato Team-Based Learning (TBL) às demais UCs, explorar outras abordagens pedagógicas inovadoras, apoiar a integração da Inteligência Artificial (IA) e as suas valências no futuro contexto médico ao nível curricular, discutir a regulamentação interna da utilização da IA no ensino médico e discutir o estabelecimento de prazos mais concretos no que concerne ao conhecimento por parte dos alunos da avaliação prática das demais UC;
 - IM: Realização de pelo menos uma reunião com o Conselho Pedagógico ou Direção da NMS|FCM e proposta de uma medida para pelo menos um dos tópicos supramencionados.
- O: Procurar sugestões à inovação curricular explorando possíveis défices entre o percurso académico e a atividade clínica/profissional, inquirindo convidados do FutureMD;
 - IM: Taxa mínima de resposta ao questionário de 25% de todos os profissionais abordados;
 - IM: Formulação de um documento com as demais respostas e serem abordadas em reunião de MedInnovate.
- O: Zelar, em colaboração com o departamento de Saúde, pelas condições de saúde mental no ensino médico através da criação de um canal de comunicação anónimo de modo a permitir aos estudantes relatar situações de assédio moral no contexto de ensino aliadas à sua monitorização e apoio mais atento, cuidado e confidencial;
 - IM: NA.
- O: Avaliar a integração e eficiência do ensino adaptado aos alunos estrangeiros da NMS;
 - IM: Taxa mínima de resposta ao questionário de 50% dos estudantes em epígrafe.
- O: Estabelecer parcerias, em colaboração com o departamento de Logística e Parcerias, para acesso gratuito ou facilitado a congressos e eventos;
 - IM: Estabelecer pelo menos uma parceria com as entidades abordadas.
- O: Desenvolver estratégias quanto ao formato e à divulgação dos inquéritos do MedInnovate de modo a incorporarem uma amostra mais representativa;
 - IM: Taxa mínima de resposta ao questionário de 5% de todos os estudantes e de 10% dos estudantes de cada ano do MIM e LCN, mestrados e pós-graduações.

Responsável

Francisco Martins, Coordenador de Educação Médica.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

3º Dia de Educação Médica

O 3º Dia de Educação Médica é um evento promovido pelo MedInnovate que pretende informar a comunidade estudantil e a Direção da NMS | FCM sobre a panóplia de temas que a Educação Médica coloca.

O evento contará com um formato de dia único com a presença de diversos oradores e a realização de palestras e workshops que visem educar os estudantes da NMS em temas como a Pertinência da Tese, Saúde Mental e o SNS Atual.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Realização de palestras e/ou workshops relativos a temas alusivos à Educação Médica, nomeadamente a pertinência da Tese Final de Curso, no formato de debate; psicoeducação quanto a ferramentas aplicáveis no percurso académico e mercado de trabalho e/ou a reflexão sobre o estado atual do SNS; perspetiva do governo atual quanto à saúde no setor público; Explorar os simuladores da NMS;
 - IM: Classificação igual ou superior a 4.5 no que concerne à pertinência e contributo dos workshops e/ou palestras no desenvolvimento do sentido crítico dos participantes quanto aos temas abordados;
 - NA: Sorteio de cerca de 5 a 10 participantes no dia da educação médica para explorarem os simuladores da NMS numa data posterior.
- O: Desenhar uma estratégia de divulgação robusta de modo a chegar a um público o mais abrangente possível e afirmar a relevância de palestras e workshops acerca de temas de educação médica;
 - IM: Número de participantes não inferior a 30;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.5.

Responsável

Francisco Martins, Coordenador de Educação Médica.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de outubro.

Dia da Inteligência Artificial e Tecnologia

Em parceria com o departamento de Tecnologia e Comunicação, pretende-se com este dia expandir fronteiras do conhecimento sobre a tão falada inteligência artificial e explorar como esta está a moldar o nosso mundo atual bem como o futuro. Pretende-se ainda explorar como esta vai revolucionar e moldar os cuidados médicos e a educação médica.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Explorar as mais variadas aplicações da inteligência artificial no mundo atual, bem como quais os campos mais emergentes nas diferentes especialidades médicas nas variantes de palestra e workshop, bem como debater as suas implicações éticas;
 - IM: Classificação igual ou superior a 4.5 no que concerne à pertinência e contributo dos workshops/palestras no desenvolvimento do sentido crítico dos participantes quanto aos temas abordados.
- O: Desenhar uma estratégia de divulgação robusta de modo a chegar a um público o mais abrangente possível proporcional à relevância e atualidade da temática;
 - IM: Número de participantes não inferior a 30;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.5.

Responsável

Francisco Martins, Coordenador de Educação Médica.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no início do mês de abril.

Eventos de Política Educativa

Formação Pedagógica de Monitores

A Formação Pedagógica de Monitores consiste numa partilha de estratégias e de experiências ao nível do ensino enquanto monitores das diferentes Unidades Curriculares da nossa Escola Médica.

Esta atividade pretende orientar os novos monitores assim como motivar todos os presentes a um envolvimento mais ativo, através de uma aprendizagem mútua de diferentes aptidões para o ensino interpares.

A formação conta com a participação de representantes do Gabinete de Educação Médica e de monitores experientes da NMS|FCM, dando o seu testemunho num ambiente informal. Abordam-se as competências pedagógicas a ter enquanto monitor, como o modo de transmissão de conhecimentos, a gestão de tempo, os diferentes recursos disponíveis e os diferentes regimes de ensino atuais (regimes online, *Team-based Learning* (TBL) e *Problem-based Learning* (PBL)).

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Explanar diferentes estratégias úteis ao papel de monitores nos diferentes regimes de ensino e nas diferentes Unidades Curriculares, motivando os participantes e incentivando a uma melhor comunicação entre os monitores e entre estes e docentes;
 - IM: Adesão de pelo menos 25% dos monitores atuais na formação;

- IM: Classificação média no questionário de avaliação de pelo menos 4,5.

Responsável

Iara Sebastião, Coordenadora de Política Educativa.

Calendarização

Atividade única a decorrer no mês de setembro.

Programa de Mentoria

O Programa de Mentoria visa acolher os alunos recém-chegados, promovendo um ambiente de integração e acompanhamento ao longo de todo o ano letivo.

Consiste em diferentes dinâmicas que visam a criação de uma ligação entre os mentores e os mentorandos, cultivando a partilha de experiências e a entre-ajuda, tanto a nível educativo quanto a nível social, perpetuando, desse modo, o espírito de união da nossa faculdade.

Serão preparadas duas atividades:

- Check-In Welcome Day: introdução de dinâmica que visa promover um bom primeiro contacto entre os mentores e os seus mentorandos e incentivo à apresentação dos diferentes projetos e grupos académicos da nossa faculdade, assim como os diferentes espaços como a biblioteca ou os Espaços Nobres;
- Faculdade 101: Palestra sobre os diferentes recursos disponíveis aos estudantes e o funcionamento de cada UC, complementando com dicas de estudo e esclarecimento de quaisquer dúvidas sobre o Ensino Superior.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Acolher os novos alunos da NMS|FCM proporcionando um acompanhamento personalizado nas diferentes vertentes do Ensino Superior;
 - IM: Obter um rácio mentor:mentorando de, no máximo, 1:3.
- O: Promover a relação mentor-mentorando através de diferentes atividades tanto didáticas como lúdicas;
 - IM: Adesão de pelo menos 50% das duplas mentor-mentorando nas atividades a desenvolver ao longo do ano letivo.

Responsável

Iara Sebastião, Coordenadora de Política Educativa.

Calendarização

Check-In Welcome Day: atividade a decorrer no primeiro dia de aulas, o *Welcome Day*.
Faculdade 101: atividade única a decorrer no mês de setembro.

Workshop de improviso “Unwritten”

O *Workshop* de improviso “Unwritten” tem como principal objetivo fomentar nos estudantes uma melhor capacidade de comunicação e de improviso quando

confrontados com diferentes obstáculos, enfatizando a importância destas *soft skills* enquanto futuro profissional de saúde.

Pretende-se que os alunos aprendam a solucionar problemas em diferentes contextos através de cenários práticos, como, por exemplo, colheita de histórias clínicas, apresentações orais, emergências em contexto hospitalar, etc.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover uma melhor capacidade de comunicar e de improvisar em diferentes situações reais enquanto estudante e futuro profissional de saúde;
 - IM: Classificação média no questionário de avaliação superior a 4,5.

Responsável

Iara Sebastião, Coordenadora de Política Educativa.

Calendarização

Atividade única a decorrer no mês de março.

Semana de Gestão e Políticas de Saúde (GPS)

Esta iniciativa prende-se com a necessidade de abordar aspetos da formação médica que se estendem além da prática clínica.

Inclui momentos de debate e workshops com entidades externas, de forma a informar e capacitar os estudantes interessados nestas áreas que transcendem mas complementam a formação médica.

Na sua gênese trata vários temas, como a Cibersegurança e Bases de Dados Médicas, Medidas Parlamentares de Saúde e visões de diferentes Juventudes Partidárias, modelos de Administração na Saúde e modelos de Gestão das Unidades de Saúde Familiar (USFs), deixando ainda espaço para um tema a decidir, que esteja a ser discutido não no presente mas mais perto da data do evento.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Adesão da comunidade estudantil ao evento, com a participação de cada aluno na maioria das sessões disponibilizadas;
 - IM: Totalização de pelo menos 50 inscrições nas diversas iniciativas;
 - IM: Avaliação no questionário de satisfação no final, com resultado superior a 4,5;
 - IM: Registo de presença de pelo menos 30 estudantes a pelo menos 2 dos dias propostos.

Responsável

Iara Sebastião, Coordenadora de Política Educativa.

FutureMD

Organização Interna

A equipa do FutureMD será constituída por 23 elementos repartidos por 5 departamentos:

- Gestão (constituída pela Coordenadora e 2 Vice-Coordenadores);
- Científico (5 colaboradores);
- Parcerias (5 Colaboradores);
- Logística (5 Colaboradores);
- Comunicação (5 Colaboradores).

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos.

Congresso FutureMD

O FutureMD é um Congresso que explora a diversidade de oportunidades profissionais para jovens médicos portugueses, abordando tanto percursos convencionais — como a carreira clínica após a especialidade — como vias alternativas que expandem o papel do médico na sociedade. Inclui também a discussão da prática médica além-fronteiras, permitindo aos participantes refletir sobre o futuro da profissão em Portugal.

O evento reúne cerca de 50 oradores, entre médicos de destaque e profissionais de várias áreas da Saúde, que partilham as suas experiências pessoais num ambiente próximo, promovendo reflexão e esclarecimento de dúvidas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar o número de participantes;
 - IM: Número de participantes não inferior a 250.
- O: Tornar o Programa Social num momento de networking que inclua não só participantes, como também oradores e parceiros;
 - IM: Presença de pelo menos 10 parceiros e oradores no momento de Programa Social.
- O: Aumentar o acesso às palestras de diferentes especialidades;
 - IM: Escolha de 2 blocos de especialidades por cada participante.
- O: Criar uma nova tipologia de palestra no dia das sessões paralelas com todos os participantes para abordar diferentes moldes de internato;
 - IM: Realização de uma palestra que todos os participantes possam assistir, num novo modelo, no dia das palestras paralelas.

Responsável

Marta Fernandes, Coordenadora do FutureMD.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril



RESPONSABILIDADE SOCIAL

Responsabilidade Social

Responsabilidade Social e Estudantil

Cerimónia da Bata Branca

Evento solene organizado em articulação com a NOVA Medical School dedicado aos alunos do 3º ano do MIM, que celebra a passagem do ensino teórico para a prática clínica. Este momento visa consciencializar os estudantes para o peso simbólico da bata, enfatizando a ética, o humanismo e o profissionalismo como vetores da prática médica que iniciam.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Proporcionar uma cerimónia celebrativa do início da prática clínica, para os alunos do 3º ano do MIM, em colaboração e com o apoio logístico da NOVA Medical School, principalmente no âmbito do espaço e *catering*;
 - IM: Taxa de adesão igual ou superior a 80% dos estudantes do 3º do MIM, com aviso prévio de mais de 1 mês do dia da cerimónia;
 - IM: Inclusão de 2 momentos artístico-musicais no programa da cerimónia;
 - IM: Inclusão de um momento de convívio entre estudantes, docentes e representantes institucionais no final da cerimónia, em colaboração com o Departamento de Cultural e Recreativo;
 - IM: Apoio logístico no dia do evento com, pelo menos, 8 colaboradores e/ou membros da Direção da AENMS.
- O: Enfatizar o carácter humano na Saúde e destacar a importância da ética e do profissionalismo na prática clínica;
 - IM: Inclusão de, pelo menos, 3 oradores relevantes na área do profissionalismo e ética do exercício da medicina;
 - IM: Realização do momento simbólico de leitura do juramento de Hipócrates (versão adaptada).

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de setembro.

Habibi 7.0: Nutrir e Curar Sem Fronteiras

Inspirado no significado da palavra árabe *Habibi* ("meu querido", "meu amado"), esta atividade tem como missão aproximar os estudantes da vertente mais humana da sua futura profissão. Nesta 7ª edição, através de palestras e workshops, exploramos as áreas de Medicina Humanitária e Nutrição Comunitária, reforçando o compromisso com o cuidado do outro e dando a conhecer percursos e oportunidades nestas mesmas áreas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM):

- O: Fomentar o envolvimento e conhecimento da comunidade estudantil na temática "Nutrir e Curar Sem Fronteiras";
 - IM: Número de participantes igual ou superior a 30;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 8.
- O: Promover a literacia dos estudantes de Nutrição e Medicina sobre o tema Nutrição Comunitária e Humanitária;
 - IM: Pelo menos 80% dos participantes consideram que o tema é relevante para a sua formação (avaliado no inquérito de avaliação da atividade).

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de dezembro.

Olhar no Mundo: Notícias que Marcam

Rubrica informativa trimestral focada nas principais crises humanitárias e problemas sociais da atualidade, com objetivo de aumentar o conhecimento e consciencialização da comunidade estudantil sobre a realidade do nosso mundo. A divulgação ocorre através do *Instagram*® da AENMS, baseando-se na curadoria de peças jornalísticas relevantes sobre o tema, com partilha dos seus principais *highlights* e possibilidade de acesso à notícia completa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Sensibilizar a comunidade estudantil para crises humanitárias e sociais da atualidade, através de um formato digital apelativo e conciso;
 - IM: Publicação de 4 edições da rubrica ao longo do mandato;
 - IM: Alcance médio por publicação no *Instagram*® igual ou superior a 250 pessoas.
- O: Promover a literacia informacional, incentivando a consulta de fontes jornalísticas fidedignas;
 - IM: Inclusão de hiperligação para a notícia original no *Linktree*® da AENMS em 100% das notícias publicadas.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade bissestrial a ocorrer nos meses de fevereiro, maio, setembro e dezembro.

Comemoração do 25 de Abril

O 25 de Abril marca o nascimento da democracia em Portugal e a conquista da liberdade de expressão. Como celebração do 52º aniversário deste marco histórico, esta atividade de comemoração surge como um concurso de fotografia para estudantes e docentes da NMS. Sob o mote “O que é para ti a Liberdade?”, a comunidade da faculdade é desafiada a refletir sobre os valores desta data e estimular a sua veia artística, muitas vezes esquecida pela exigência académica.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM):

- O: Promover a reflexão sobre a Liberdade através da expressão artística;
 - IM: Realização do concurso de fotografia com um período de submissão mínimo de 2 semanas;
 - IM: Número de participantes igual ou superior a 10.
- O: Envolver a comunidade académica na comemoração do marco histórico do 25 de abril;
 - IM: Número de votos registados na escolha dos vencedores igual ou superior a 40;
 - IM: Partilha no *Instagram*® da AENMS das 3 fotografias vencedoras, com alcance da publicação de 250.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de abril.

Papel da Mulher: Celebração do Dia Internacional da Mulher

Concurso de escrita criativa alusivo ao Dia Internacional da Mulher, dia 8 de março, incentivando a escrita de poemas, contos curtos ou textos pequenos. Esta atividade tem como objetivo envolver a comunidade estudantil na reflexão sobre os direitos e conquistas femininas, dando palco à expressão literária e criatividade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a reflexão sobre o papel das mulheres na sociedade e conquistas femininas através da expressão literária;

- IM: Realização do concurso de escrita criativa com um período de submissão mínimo de 2 semanas;
- IM: Número de participantes igual ou superior a 8.
- O: Comemorar o Dia Internacional da Mulher no seio da comunidade académica;
 - IM: Número de votos registados na escolha dos vencedores igual ou superior a 35;
 - IM: Partilha no *Instagram*® da AENMS do texto vencedor, com alcance da publicação de 250.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de março.

Maio, Mês do Coração: Complexo NMS

Associando-se à campanha de sensibilização nacional “Maio, Mês do Coração” da Fundação Portuguesa de Cardiologia, esta atividade procura, ao longo de todo o mês, promover um ciclo de iniciativas focado na prevenção e literacia em saúde cardiovascular, dentro da comunidade da NMS. Para além disso, propõe a divulgação e concretização de oportunidades de voluntariado e projetos de intervenção nesta mesma área.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em campanhas de sensibilização nacionais, na área da saúde;
 - IM: Organização e execução de, pelo menos, 2 iniciativas durante o mês, em colaboração e integradas nas atividades da Fundação Portuguesa de Cardiologia.
- O: Criar oportunidades de voluntariado de cariz médico, na área de saúde cardiovascular;
 - IM: Organização de pelo menos uma atividade de voluntariado pontual;
 - IM: Participação de, pelo menos, 10 voluntários;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade de voluntariado igual ou superior a 7.5.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de maio.

Recolha de Bens - Caixa Solidária

Iniciativa de responsabilidade social que visa a recolha de bens (como alimentos, roupa, produtos de higiene ou produtos escolares) para doação a instituições/organizações de solidariedade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Fomentar o espírito de solidariedade na comunidade estudantil;
 - IM: Realização de, pelo menos, 2 campanhas de recolhas de bens.
- O: Gerar impacto positivo na comunidade através da atividade;
 - IM: Doação efetiva dos bens angariados a, pelo menos, uma instituição de solidariedade social;
 - IM: Média de 20 peças/produtos angariados, tendo em conta todas as recolhas realizadas.
- O: Potenciar a participação dos estudantes;
 - IM: Associação de, pelo menos, uma recolha a um outro evento da AENMS;
 - IM: Divulgação da campanha, das causas apoiadas e do momento da entrega nas redes sociais da AENMS.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

NOVA Medical Library

Programa de apoio social realizado em articulação com a NOVA Medical Library, proporcionando a oportunidade de trabalho em regime part-time para os estudantes da NMS. Esta iniciativa tem duplo propósito: por um lado, garantir um suporte financeiro complementar a alunos beneficiários de bolsa; e por outro, assegurar a otimização dos serviços da biblioteca, permitindo alargar o seu horário de funcionamento e dar uma resposta mais eficaz às necessidades de estudo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Criar oportunidades de apoio socioeconómico a estudantes beneficiários de bolsa;
 - IM: Preenchimento de 100% das vagas de colaborador.
- O: Otimizar a gestão e coordenação dos colaboradores;
 - IM: Nomeação de, pelo menos, um colaborador por semestre para gestão de turnos e horários dos colaboradores;
 - IM: Divulgação da escala de turnos mensal com antecedência mínima de 2 semanas;

- IM: Classificação média no questionário de avaliação da atividade igual ou superior a 8.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Sustentabilidade

Feira Not My Style: Online Edition

Adaptação da tradicional *Feira Not My Style* presencial para um formato digital, através da criação de um grupo numa plataforma digital, e transversal a todo o ano. Esta iniciativa tem como objetivo facilitar a compra, venda e troca de material académico (como livros, material médico e batas) entre alunos, promovendo a economia circular e sustentabilidade dentro das próprias paredes da faculdade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a reutilização de materiais académicos através de uma plataforma digital acessível;
 - IM: Adesão de, pelo menos, 30 estudantes ao grupo;
 - IM: Registo igual ou superior a 7 de anúncios de venda.
- O: Avaliar a percepção da comunidade estudantil sobre qual o molde de venda de artigos em segunda mão mais adequado;
 - IM: Respostas de, pelo menos, 70% dos estudantes ativos no grupo ao questionário de avaliação e pertinência da iniciativa.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

DesLigado da Corrente: reciclagem de REEE

Iniciativa de responsabilidade ambiental que tem como objetivo a recolha de resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos (REEE) e pilhas e posterior encaminhamento para reciclagem. Com esta ação, pretende-se não só dar um destino sustentável a estes materiais de elevado impacto ambiental, como também alertar a comunidade estudantil para a possibilidade e necessidade da sua reciclagem. Dada a elevada utilização destes equipamentos no quotidiano académico, torna-se fundamental incentivar hábitos de consumo e descarte mais conscientes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Sensibilizar a comunidade académica para o impacto ambiental dos resíduos eletrónicos;
 - IM: Realização de, pelo menos, uma campanha de sensibilização e recolha presencial na faculdade;
 - IM: Partilha e divulgação da atividade e respetiva causa, nas redes sociais da AENMS e via email institucional para estudantes e docentes da faculdade.
- O: Promover a recolha e encaminhamento correto de equipamentos inutilizáveis;
 - IM: Recolha de, pelo menos, 15 equipamentos ou materiais eletrónicos ou elétricos;
 - IM: Parceria estabelecida com 1 organização gestora de resíduos.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Um Olhar para a Sustentabilidade Alimentar

Atividade transversal de sensibilização para a sustentabilidade alimentar e combate ao desperdício. Através de um ciclo de diversas iniciativas, como campanhas informativas, workshops e oportunidades de ação comunitária nesta área, esta iniciativa tem como objetivo dar à comunidade estudantil ferramentas para adquirir e optar por uma alimentação mais ecológica e responsável.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a literacia sobre alimentação sustentável e redução do desperdício alimentar;
 - IM: Criar e partilhar, pelo menos, 3 dicas de sustentabilidade ou receitas de aproveitamento alimentar;
 - IM: Parceria com entidade externa ligada ao combate ao desperdício alimentar e realização de, pelo menos, 1 atividade com estes.
- O: Despertar interesse da comunidade estudantil sobre prática de consumo responsável na comunidade;
 - IM: Organização de, pelo menos, 1 atividade formativa prática;
 - IM: Taxa de preenchimento de vagas da atividade igual ou superior a 80%.

Responsável

Madalena Antão, Diretora do Departamento de Responsabilidade Social.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Ação Comunitária

Teach Club NMS

Projeto educativo de apoio escolar desenvolvido em parceria com o Centro Social Paroquial Maximiliano Kolbe, no qual estudantes da NOVA Medical School prestam acompanhamento regular a jovens, contribuindo para a promoção da igualdade de oportunidades no acesso à educação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Melhorar o desempenho dos alunos;
 - IM: Verificação de subida da média das notas dos alunos na pauta de avaliação.
- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de voluntariado na área da educação;
 - IM: Número de voluntários ativos no projeto superior a 6;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 8;
 - IM: Relatório do Centro sobre os resultados alcançados e o desempenho dos voluntários.
- O: Melhorar a divulgação da atividade;
 - IM: Realização de, no mínimo, uma publicação sobre o centro;

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

O Meu Melhor Amigo

Esta atividade desenvolve-se no âmbito de uma parceria entre a AENMS e a Casa dos Animais de Lisboa, uma organização vocacionada para o acolhimento de animais abandonados, assegurando o seu bem-estar, cuidados adequados e acompanhamento contínuo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de voluntariado com os animais;
 - IM: Número de voluntários ativos no projeto igual ou superior a 25;

- IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 8.
- O: Melhorar a divulgação da atividade;
 - IM: Realização de, no mínimo, uma publicação sobre o projeto.

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Um Prato de Compaixão

A Associação João 13 intervém junto de pessoas em situação de sem-abrigo na Área Metropolitana de Lisboa, através de ações de apoio direto como a distribuição de refeições e cuidados de higiene. Os estudantes podem colaborar com a instituição em regime flexível, contactando de perto com comunidades socialmente vulneráveis.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de voluntariado com os animais;
 - IM: Número de voluntários ativos no projeto superior a 20;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 8;
 - IM: Relatório da Associação sobre os resultados alcançados e o desempenho dos estudantes.
- O: Melhorar a divulgação da atividade;
 - IM: Realização de, no mínimo, uma publicação sobre o projeto.

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Cuidar em Família

Voluntariado desenvolvido em parceria com a Fundação Ronald McDonald, com o objetivo de apoiar famílias com crianças em tratamento, proporcionando acompanhamento e suporte no seu dia a dia. Os estudantes colaboram nas atividades da fundação, contribuindo para a criação de um ambiente mais acolhedor e de apoio às famílias durante um período particularmente exigente.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de voluntariado;
 - IM: Número de voluntários ativos no projeto superior a 28;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 8;
 - IM: Relatório da Fundação sobre os resultados alcançados e o desempenho dos estudantes.
- O: Melhorar a divulgação da atividade;
 - IM: Realização de mínimo uma publicação sobre o projeto.

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Projeto InterFaculdades

Projeto de voluntariado interfaculdades que visa reunir estudantes de diferentes instituições para colaborar de forma conjunta nos projetos de ação comunitária de cada faculdade. O objetivo é fortalecer a participação estudantil, promover a troca de experiências e aumentar o impacto social das iniciativas, juntando voluntários para trabalharem de forma coordenada nos diversos projetos da Associação de Estudantes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Reunir estudantes de diferentes faculdades para aumentar o número de voluntários disponíveis nos projetos da associação;
 - IM: Número de voluntários de outras faculdades inscritos no projeto interfaculdades igual ou superior a 10;
 - IM: Número de voluntários da NMS inscritos em projetos de outra faculdade igual ou superior a 5;
 - IM: Rede de voluntários com colaboração de, no mínimo, 2 faculdades.

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Semana do Voluntariado

A Semana do Voluntariado tem como objetivo divulgar e promover diferentes iniciativas de voluntariado, incluindo os projetos da NOVA Medical School,

possibilitando também a realização de Open Days para contacto direto com os projetos e voluntários, sendo que cada dia oferece a oportunidade de visitar um projeto diferente.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Divulgar os diferentes projetos de voluntariado, incluindo as iniciativas da NOVA Medical School, através da realização de uma feira de bancas;
 - IM: Presença de 2 bancas sobre projetos internacionais;
 - IM: Presença de 8 bancas de projetos nacionais e voluntariado contínuo.
- O: Facilitar o contacto direto dos estudantes com os projetos de voluntariado através da realização de *Open Days*;
 - IM: Realização de *Open Days* em, pelo menos, 4 dos projetos apresentados;
 - IM: Participação de pelo menos 1 estudante em cada *Open Day*.
- O: Incentivar a adesão dos estudantes a projetos de voluntariado;
 - IM: Registo de novas inscrições ou manifestações de interesse em projetos de voluntariado durante ou após a Semana do Voluntariado.

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de novembro.

GerAções

Projeto de ação comunitária que promove a ligação entre estudantes da NOVA Medical School e utentes de lares e/ou doentes internados em unidades hospitalares próximas, através de conversas regulares e visitas presenciais. Em colaboração com o Departamento de Saúde, o projeto visa reduzir o isolamento social e contribuir para o bem-estar e saúde mental das pessoas acompanhadas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Implementar o projeto GerAções enquanto iniciativa piloto de combate ao isolamento social;
 - IM: Estabelecimento de, pelo menos, uma parceria com um lar ou unidade hospitalar;
 - IM: Início das atividades com a realização de visitas ou conversas regulares.
- O: Promover o acompanhamento regular de utentes por estudantes da NOVA Medical School;
 - IM: Constituição de uma equipa mínima de 4 estudantes voluntários;
 - IM: Realização de contactos regulares mínimos de 2 vezes por mês entre voluntários e utentes.

- O: Contribuir para o bem-estar e saúde mental das pessoas acompanhadas;
 - IM: Feedback qualitativo positivo por parte dos utentes e/ou das instituições parceiras a partir de um questionário em que a avaliação dos voluntários seja superior a 7,5 em média;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 8 por parte dos voluntários.

Responsável

Manuel Nabais, Coordenador da Ação Comunitária.

Calendarização

Atividade continua a ocorrer ao longo do ano.

Natal Diferente

Organização Interna

A Comissão Organizadora (CO) encontra-se dividida em sete departamentos, com um total de 25 elementos, distribuídos pelos seguintes departamentos:

- Coordenação Geral (constituída por 2 Coordenadores);
- Patrocínios (5 colaboradores);
- Imagem (3 colaboradores);
- Divulgação (3 colaboradores);
- Escolas (3 colaboradores);
- Animação (4 colaboradores);
- Logística (5 colaboradores)

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos. Para além da CO, os recursos humanos incluem a *Task force*, composta por 30 elementos, que auxiliam na realização das atividades.

Visita Hospitalar de dia 24

Visitas hospitalares na manhã de 24 de dezembro a diversos serviços em hospitais por todo o país, incluindo a ilha da Madeira. Aquando das visitas, são partilhados momentos de animação e, ainda, pequenas lembranças de forma a alegrar o natal de quem está longe de casa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Fomentar o envolvimento da comunidade em atividades com comunidades vulneráveis, promovendo a aquisição de competências como a empatia e solidariedade;
 - IM: Obter um grau de satisfação dos participantes igual ou superior a 9,4;
 - IM: Obter um número de inscrições não inferior a 200.

- O: Promover o envolvimento da comunidade estudantil da NMS nas iniciativas realizadas pelo Natal Diferente, nomeadamente, na organização e participação nas visitas hospitalares;
 - IM: Garantir um número de participantes inscritos da NMS não inferior a 40;
 - IM: Garantir um número de participantes inscritos da NMS na *Task Force* não inferior a 7.

Responsável

Mariana Vieira, Coordenadora do Natal Diferente (AENMS).

Calendarização

Atividade a realizar no dia 24 de dezembro.

Evento solidário

Evento realizado no início de dezembro com o objetivo de promover o projeto à comunidade estudantil e proporcionar um momento de convívio através de um jantar informal complementado por momentos de animação e dinâmicas, como karaoke, música e um *quiz*. Adicionalmente, inclui uma vertente solidária, com a angariação de fundos para doar a uma associação a definir pela Comissão Organizadora.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir a angariação de fundos para uma associação a definir, promovendo a adesão dos estudantes à iniciativa;
 - IM: Obter um número de participantes não inferior a 135;
 - IM: Doar à associação um valor não inferior a 700€.

Responsável

Mariana Vieira, Coordenadora do Natal Diferente (AENMS).

Calendarização

Atividade única a realizar no mês de dezembro.

Visitas a lares e instituições

Visitas a lares e instituições promovendo momentos de animação e partilha. As visitas contam com diversas atividades e dinâmicas preparadas pela Comissão Organizadora.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Combater a solidão sentida por populações mais vulneráveis com o aproximar das épocas festivas, promovendo a participação e envolvimento da comunidade estudantil;
 - IM: Obter um número de participantes não inferior a 115;

- IM: Obter um número de participantes da NMS não inferior a 30;
- IM: Realizar um número de visitas não inferior a 28.

Responsável

Mariana Vieira, Coordenadora do Natal Diferente.

Calendarização

Atividades a realizar no início de dezembro, com datas por definir.

Dia do Deslocado

Visita hospitalar realizada antes do dia 24 de dezembro, com o objetivo de proporcionar a participação de alunos que residem longe dos hospitais abrangidos pelo projeto. A atividade decorre nos mesmos moldes das visitas realizadas no dia 24 de dezembro, distinguindo-se apenas por contemplar um único hospital.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover e incentivar o envolvimento da comunidade estudantil, no na visita hospitalar, em particular, de quem gostaria de realizar as visitas de dia 24 de dezembro, mas por ser deslocado, não tem essa oportunidade;
 - IM: Obter um número de participantes não inferior a 27;
 - IM: Obter um número de participantes da NMS não inferior a 9.

Responsável

Mariana Vieira, Coordenadora do Natal Diferente.

Calendarização

Atividade única a realizar no início de dezembro, com data por definir.

Páscoa Diferente

Visita hospitalar a realizar na manhã do dia 5 de abril, nos mesmos moldes das visitas hospitalares efetuadas no Natal, a efetuar num hospital em Lisboa ainda por definir.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover e incentivar a participação da comunidade estudantil nesta iniciativa;
 - IM: Obter um número de participantes não inferior a 50;
 - IM: Obter um número de participantes da NMS não inferior a 10.

Responsável

Mariana Vieira, Coordenadora do Natal Diferente (AENMS);

Calendarização

Atividade única a realizar no dia 5 de abril.

Marca Mundos®

Organização Interna

A equipa do MarcaMundos® é constituída por 20 elementos, distribuídos por 5 departamentos:

- Gestão (constituída pela Coordenadora, 1 Vice-Coordenadora e 1 Tesoureira);
- Voluntariado (5 colaboradores);
- Formação (5 colaboradores);
- Angariação de Fundos e Parcerias (5 colaboradores);
- Imagem e Comunicação (4 colaboradores).

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos.

Formações e Workshops Científicos-Sociais

O Departamento de Formação é responsável pela organização e realização de palestras, *workshops*, entre outras atividades formativas, para a comunidade estudantil. Estas ações tem o intuito de explorar diferentes realidades, de forma a desenvolver formas de pensamento mais abrangentes, com o intuito final de contribuir para a formação de pessoas mais capazes, humanas e conhecedoras da realidade que os rodeia.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em pelo menos 3 iniciativas de cariz formativo e prático;
 - IM: Número de participantes não inferior a 20 em cada palestra e/ou *workshop*;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.5.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora do MarcaMundos®.

Calendarização

fevereiro	Palestra de Comunicação em parceria com a <i>Leaders of Tomorrow</i> .
março	<i>Workshop</i> sobre Doenças Crónicas.
abril	Palestra sobre as Missões de Voluntariado.

Voluntariado Pontual

As atividades de voluntariado pontual são organizadas pelo Departamento de Voluntariado, ao longo do ano, de forma a promover o contacto dos estudantes com diferentes comunidades e realidades locais, através de atividades diversificadas em parceria com várias associações, sempre com o intuito de desenvolver e adquirir competências importantes à formação humana.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Realização de atividades de voluntariado pontuais, em parceria com diferentes associações;
 - IM: Realização de pelo menos 1 atividade de voluntariado pontual por mês;
 - IM: Número de vagas efetivadas na atividade, pelo menos 50%;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.5.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora do MarcaMundos®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Voluntariado de Média e Longa Duração

No final do ano, os voluntários têm a oportunidade de participar e integrar missões de média e longa duração realizadas durante o período de verão. A duração e a localização das missões dependem das parcerias estabelecidas, dos fundos angariados ao longo do ano e da disponibilidade dos participantes, sendo que a seleção dos voluntários é baseada no seu desempenho e participação nas atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Dar a oportunidade aos voluntários do projeto de irem em missão nacional, num período mínimo de 2 semanas;
 - IM: Enviar, pelo menos, 4 voluntários em missão nacional.
- O: Dar a oportunidade aos voluntários do projeto de irem em missão internacional, num período mínimo de 3 semanas;
 - IM: Enviar, pelo menos, 4 voluntários em missão internacional.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora do MarcaMundos®.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de agosto.

Rastreios

Os Rastreios Médicos, gratuitos à população, são atividades organizadas pelo Departamento de Angariação de Fundos, tendo como principais objetivos: o rastreio de doenças prevalentes na população; a literacia em Saúde na prevenção destas doenças; e por último, a promoção do contacto e comunicação em saúde, entre os voluntários e pessoas de diferentes comunidades e faixas etária. Estes envolvem o rastreio de patologias como a obesidade, a hipertensão arterial e diabetes. Em última instância, estas atividades servem como forma de angariação de fundos para as missões de média e longa duração, através da venda de Merch do MarcaMundos® ou donativos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover a educação para a saúde, alertando a população para os fatores de risco e sinais das patologias rastreadas;
 - IM: Rastrear um mínimo de 1 500 pessoas;
 - IM: Fazer os rastreios em, pelo menos, 5 locais diferentes, para abranger um maior número de comunidades.
- O: Capacitar os estudantes voluntários para a promoção da educação em saúde e contacto direto com a comunidade;
 - IM: Número de horas de rastreios feitos por cada voluntário superior a 10 horas;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação de cada atividade igual ou superior a 4.5.
- O: Aprimorar soft skills como comunicação, trabalho em equipa, gestão de tempo e empatia;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação de cada atividade igual ou superior a 4.5.
- O: Angariar fundos para as missões de média e longa duração;
 - IM: Número total de, pelo menos, 4 voluntários em missões internacionais.
- O: Realizar atividades de rastreio ao longo de todo o ano;
 - IM: Realizar, pelo menos, 2 atividades de rastreios por mês, durante o mandato, excluindo-se meses de exames e período de férias.

Responsável

Maria Soares, Coordenadora do MarcaMundos®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Hospital da Bonecada®

Organização Interna

A Comissão Organizadora é constituída por 28 pessoas, distribuídas por 5 departamentos:

- Gestão (constituída pela Coordenadora, 2 Vice-Coordenadores e 1 Tesoureira);
- Comunicação (5 colaboradores);
- Dinamização (5 colaboradores);
- Financeiro (6 colaboradores);
- Formação (4 colaboradores);
- Parcerias (4 colaboradores).

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos. Deste modo, a Coordenadora do Hospital da Bonecada®, em conjunto com o restante Núcleo de Gestão, garantirá a cooperação interdepartamental e a independência das Responsáveis de Departamento, promovendo a criatividade, inovação e realização das tarefas individuais, contribuindo para uma Comissão Organizadora unida e eficiente. Além da Comissão Organizadora, os recursos humanos contam com o auxílio da *Crew*, constituída por aproximadamente 80 elementos, para a realização das suas atividades, em destaque o *Main Event*, Dia da Formação, HB *Hands-On* e Mini-Edições/HB *on Tour*.

Main Event

O *Main Event* consiste na construção de um Hospital-Modelo, na Praça Central do Centro Comercial Colombo, onde cada criança tem a oportunidade de ser o próprio médico do seu brinquedo. Assim, ao longo do seu percurso, cada criança passará por várias salas, representativas de diferentes áreas da saúde. Deste modo, é expectável que, no final da atividade, seja desmistificado o contexto hospitalar na população pediátrica, cumprindo assim o seu propósito principal de erradicar o “Síndrome da Bata Branca”, nas crianças e nos jovens, bem como de aumentar a literacia para a Saúde de uma forma pedagógica e divertida.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Erradicar a “Síndrome da Bata Branca” na população pediátrica e melhorar o alcance de modo a impactar o máximo número de crianças possível;
 - IM: Alcançar 4000 crianças na totalidade dos 12 dias do *Main Event*;
 - IM: Aumentar o alcance nas redes sociais em 10%, nas diferentes plataformas oficiais;
 - IM: Avaliar o grau de satisfação dos participantes (crianças e pais) através da disponibilização de um formulário de avaliação após o evento, que vise avaliar o progresso da criança quando contacta com serviços de saúde, após a visita ao Hospital da Bonecada®, com um número mínimo de 25% dos participantes a responder ao questionário (cerca de 1000 respostas).

- O: Promover a capacitação da comunidade estudantil de vários cursos da área da saúde, contribuindo para o desenvolvimento de aptidões fulcrais enquanto futuros profissionais de saúde;
 - IM: Garantir a inscrição de 1100 voluntários e um preenchimento superior a 75% dos turnos;
 - IM: Obter um elevado grau de satisfação dos voluntários após o evento, através de um formulário de avaliação da atividade, que seja igual ou superior a 4.5.
- O: Melhorar a qualidade do evento, fortalecendo parcerias e sustentabilidade financeira, bem como a diversidade e qualidade dos produtos oferecidos no final do percurso às crianças (saco-brinde);
 - IM: Aumentar em 10% o número de parcerias financeiras e logísticas confirmadas;
 - IM: Presença em pelo menos 1 publicação de imprensa nacional, com representação nos meios tradicionais de televisão e rádio.
- O: Continuar a valorizar e a expandir o caráter solidário do projeto, através do fortalecimento de parcerias institucionais e solidárias;
 - IM: Aumentar em 5% o número de parcerias institucionais confirmadas;
 - IM: Doar à Associação Solidária escolhida tendo em conta o tema “A Criança e os Sonhos” um valor não inferior a 2000€.

Responsável

Eduarda Oliveira, Coordenadora do Hospital da Bonecada®.

Calendarização

Atividade única a ocorrer entre os dias 24 de abril e 5 de maio.

Dia da Formação

O Dia da Formação consiste na capacitação dos voluntários do Hospital da Bonecada®, durante um dia completo nas instalações da NMS|FCM, com o intuito de desenvolverem ferramentas relevantes de modo a proporcionar uma melhor interação e o mais aproximada à realidade possível, com a população pediátrica, não só durante o Main Event, mas especialmente enquanto futuros profissionais de saúde. Consiste na realização de palestras personalizadas para a área da Saúde, focadas no tema “A Criança e os Sonhos” e também nas atividades específicas a desenvolver em cada sala de cada área da Saúde, no Hospital-Modelo no Centro Comercial Colombo.

Assim, cada participante assistirá a uma Palestra de Tema, direcionada para o tema da Edição e, sempre que possível, relacionada ao seu curso específico e a uma Palestra de Atividade, dinamizada pelo Representante do seu curso do Ensino Superior, relativa à atividade a desenvolver no *Main Event*. Estas duas palestras encontram-se separadas por um *Coffee Break*, com diversas atividades preparadas, nomeadamente uma parede com prémios garantidos para todos os participantes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Capacitar os voluntários do Hospital da Bonecada® para as atividades que realizarão no *Main Event*;
 - IM: Garantir 1100 voluntários inscritos no evento e uma taxa de presenças no Dia da Formação superior a 70%;
 - IM: Obter um elevado grau de satisfação geral do dia e de esclarecimento acerca das atividades a realizar no main event, com uma classificação de, pelo menos, 4 em 5 no formulário de avaliação;
 - IM: Garantir a vertente prática da Palestra de Atividades, articulando com o responsável de cada curso para que organizem uma simulação da atividade, com vários cenários, como se estivessem no Main Event.
- O: Organizar palestras relevantes e baseadas em evidência científica, reunindo oradores nacionais de referência e tópicos concordantes com a temática da “A Criança e os Sonhos”, tendo em conta a especificidade e características distintas dos diferentes cursos da área da Saúde;
 - IM: Garantir 1100 voluntários inscritos no evento e uma taxa de presenças no Dia da Formação superior a 70%;
 - IM: Classificação média das palestras e respetivos oradores superior a 4 em 5 no formulário de feedback pós-evento;
 - IM: Número de oradores confirmados para as Palestras de Tema igual ou superior a 10.
- O: Garantir uma organização logística de qualidade, incluindo *coffee-breaks*, parede de prémios, gestão da *Crew*, receção e brindes para os Oradores;
 - IM: Classificação média da logística do evento superior a 4 em 5 no formulário de feedback pós-evento;
 - IM: Ter pelo menos 40 membros da *Crew* envolvidos na execução do evento;
 - IM: Garantir que pelo menos 90% dos oradores e formadores fiquem satisfeitos, através do levantamento informal de *feedback* após o evento.

Responsável

Eduarda Oliveira, Coordenadora do Hospital da Bonecada®.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no dia 14 de março de 2025.

HB Hands-On

O HB *Hands-On* é uma iniciativa pioneira que surgiu com o objetivo de colmatar as lacunas curriculares relativas à prática clínica em diferentes vertentes pediátricas, através da realização de diversos tipos de workshops a decorrer no edifício Sede da Nova Medical School: a primeira sessão, com *Workshops* Clínicos e a segunda sessão sobre soft skills do interesse do aluno, agregados em diversos *packs*, em que o aluno pode escolher o que vai mais de encontro às suas preferências. Para encerrar o evento, organizamos um painel de debate sobre temas atuais e emergentes com diversos profissionais de diversas áreas da saúde, sobre um tema de destaque para a edição.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Organizar *Workshops* relevantes e diversos, que visem colmatar falhas curriculares na área da pediatria, reunindo oradores nacionais de referência e tópicos concordantes com a temática da “A Criança e os Sonhos”, para estudantes de todos os anos curriculares;
 - IM: Garantir, pelo menos, 120 estudantes inscritos nos *workshops* e uma taxa de presenças superior a 65%;
 - IM: Garantir, pelo menos 30 estudantes dos anos teóricos de Medicina;
 - IM: Classificação média dos *Workshops* e respetivos oradores superior a 4 em 5 no formulário de feedback pós-evento;
 - IM: Realização de, pelo menos, 6 *Workshops* diferentes;
 - IM: Número de oradores confirmados para os diversos *Workshops* igual ou superior a 10.
- O: Garantir a integração de estudantes de outros cursos da área da saúde, parceiros do Hospital da Bonecada®, para as temáticas e *Workshops* que o justifiquem, promovendo uma abordagem multidisciplinar, transversal e enriquecedora;
 - IM: Garantir que, pelo menos, 10% dos estudantes inscritos nos *Workshops* são externos à AENMS;
 - IM: Classificação média geral do evento superior a 4 em 5 no formulário de feedback pós-evento.
- O: Garantir uma logística de qualidade, incluindo *coffee-break*, gestão da *Crew*, programa de *giveaways* e receção dos oradores;
 - IM: Classificação média da logística do evento superior a 4 em 5 no formulário de *feedback* pós-evento;
 - IM: Ter pelo menos 20 membros da *Crew* envolvidos na execução do evento;
 - IM: Garantir que pelo menos 90% dos oradores e formadores fiquem satisfeitos, através do levantamento informal de *feedback* após o evento.

Responsável

Eduarda Oliveira, Coordenadora do Hospital da Bonecada®.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no final do mês de outubro.

Palestras e/ou *Workshops*

Ao longo do mandato, o departamento de Formação da Comissão Organizadora do Hospital da Bonecada® será responsável pela realização de palestras e/ou workshops presenciais na NMS e do “Tinoni *Talks*”, uma rúbrica digital, com publicação nas redes sociais e website com o propósito de educar os estudantes da NMS|FCM para as temáticas relativas ao tema da edição “A Criança e os Sonhos” e de todos os tópicos que considerarem relevantes para o seu público-alvo.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Formar os estudantes, desenvolvendo *soft skills* úteis na vertente pediátrica das várias especialidades médicas;
 - IM: Desenvolver, no mínimo, 1 palestra/*workshop* presencial em cada semestre;
 - IM: Ter, no mínimo, 75 inscrições em cada iniciativa.
- O: Proporcionar a literacia da comunidade estudantil da NMS|FCM no âmbito do tema “A Criança e os Sonhos”;
 - IM: Classificação média de cada palestra/*workshop* superior ou igual a 4 no formulário de feedback pós-evento.
- O: Garantir a integração de estudantes de outros cursos da área da saúde, parceiros do Hospital da Bonecada®, nas Palestras/*Workshops* sobre temáticas que o justifiquem, promovendo uma abordagem multidisciplinar, transversal e enriquecedora;
 - IM: Garantir que, pelo menos, 10% dos estudantes inscritos nos *workshops* são externos à AENMS (se aplicável);
 - IM: Classificação média geral do evento superior a 4 em 5 no formulário de *feedback* pós-evento.
- O: Continuar com a Rúbrica do Tinoni Talks, com periodicidade regular, marcando datas importantes para a comunidade pediátrica, celebrar marcos e assuntos relevantes para a comunidade estudantil e trazer tópicos atuais e baseados em evidência;
 - IM: Publicação de 5 edições da rubrica ao longo do mandato;
 - IM: Alcance médio por publicação no Instagram® igual ou superior a 250 pessoas;
 - IM: Publicação de um post curto e atrativo no instagram, que resuma os tópicos essenciais, com inclusão de uma hiperligação para um artigo maior e mais estruturado, com fontes bibliográficas publicado no website do Hospital da Bonecada®, em todas as edições publicadas.

Responsável

Eduarda Oliveira, Coordenadora do Hospital da Bonecada®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Mini-Edições e HB on Tour

As Mini-Edições consistem na construção de um Hospital-Modelo de dimensões inferiores ao do *Main Event* mas, com a mesma dinâmica e logística, preservando o propósito principal do projeto de combater a Síndrome da Bata Branca nas crianças. Levamos as Mini-Edições a Serviços de Saúde, Escolas, Instituições ou Câmaras Municipais que entrem em contacto com o projeto dentro da Área da Grande Lisboa. Por outro lado, o HB on Tour proporciona a possibilidade de expandir este propósito, com moldes iguais aos das Mini-Edições, mas neste caso, para regiões do país fora da Área Metropolitana de Lisboa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Erradicar a “Síndrome da Bata Branca”, dentro e fora da área metropolitana de Lisboa, na população pediátrica dos 3 aos 10 anos;
 - IM: Alcançar, pelo menos, 3500 crianças na totalidade.
- O: Alargar o projeto a populações mais carenciadas e sem oportunidade de frequentar o *Main Event*;
 - IM: Visitar, pelo menos, duas regiões fora da Área Metropolitana de Lisboa;
 - IM: Realizar, pelo menos 1 Mini-Edição, numa instituição/escola de cariz social.
- O: Analisar a percepção dos participantes sobre a atividade e a pertinência da mesma;
 - IM: Classificação média de cada Mini-Edição/HB *on Tour* igual ou superior 4 no formulário de *feedback* pós-evento.

Responsável

Eduarda Oliveira, Coordenadora do Hospital da Bonecada®.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Cerimónia de Comemoração dos 25 anos do Hospital da Bonecada®

Celebrar 25 anos é marcante e para o Hospital da Bonecada® não é exceção. Queremos comemorar os 25 anos de História deste projeto tão querido e pioneiro em Portugal, que trouxe o conceito de erradicar a Síndrome da Bata Branca para Portugal pela primeira vez e que agora, já percorreu tanto caminho e já conquistou o coração de tantos estudantes e marcou a vida de tantas crianças. Pretendemos reunir fundadores do projeto, antigos presidentes e parceiros financeiros e institucionais importantes ao longo da história do projeto para um dia de recordações, partilha e projeção dos “sonhos” e objetivos do Hospital da Bonecada® para o futuro.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assinalar uma data marcante no percurso do Hospital da Bonecada®, organizando um evento que honre a sua história e impulse o seu futuro;
 - IM: Estabelecer os contornos da atividade e respetivos objetivos, através de uma reunião com a Comissão Organizadora destinada à atividade;
 - IM: Reunir pelo menos 2 dos fundadores do projeto e 5 antigos presidentes para darem o seu testemunho no momento;
 - IM: Trazer pelo menos 3 parceiros, quer sejam institucionais, financeiros ou de faculdades parceiras.

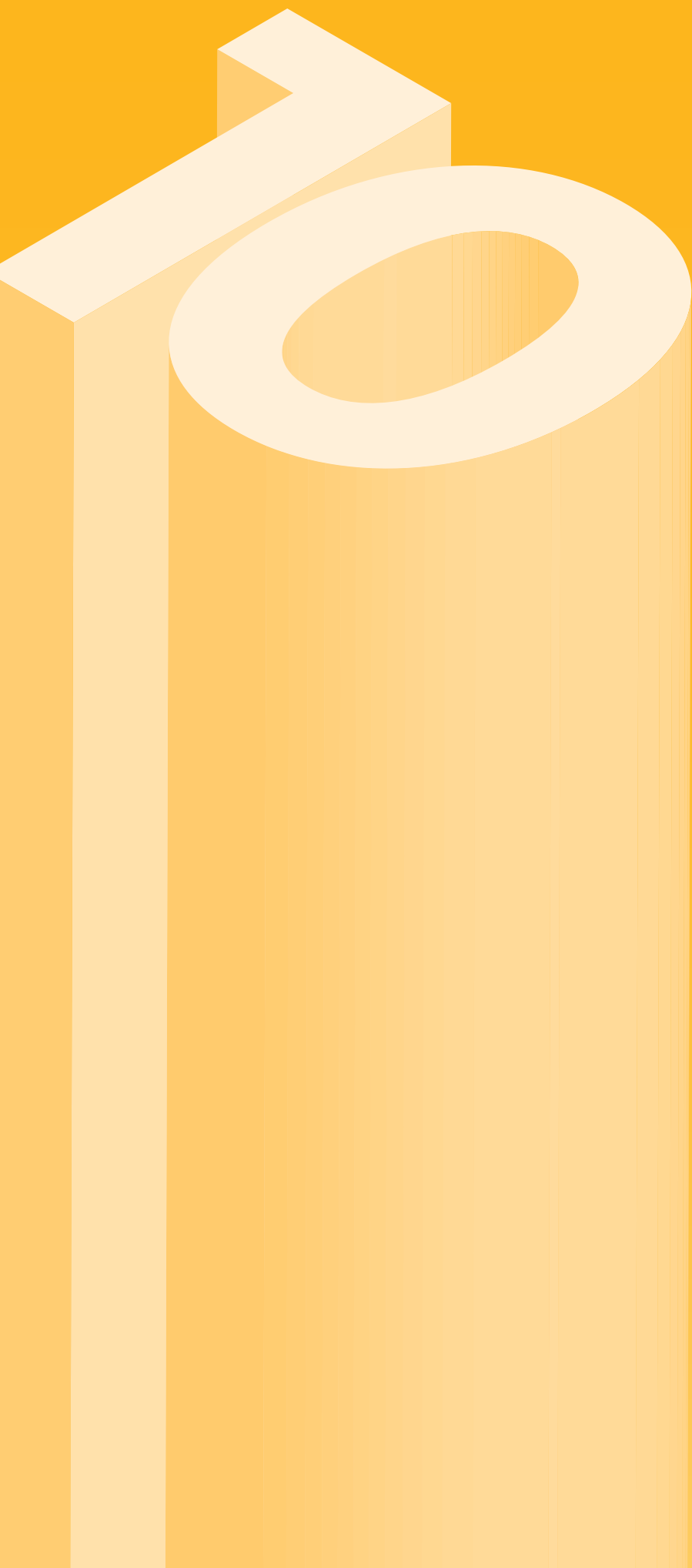


Responsável

Eduarda Oliveira, Coordenadora do Hospital da Bonecada®.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de setembro.



SAÚDE

Saúde

Saúde Pública

De Pequenininho se Torce o Pepino

A promoção de hábitos saudáveis desde cedo contribui para a construção de um futuro onde o bem-estar físico e mental se estabelece como uma base sólida para uma vida equilibrada e saudável.

Esta iniciativa pretende educar as crianças do ensino básico e pré-escolar, bem como aumentar a sua curiosidade sobre temas importantes da área de Saúde Pública, Sustentabilidade, Desporto e Saúde Sexual e Reprodutiva, através de uma abordagem didática e adaptada à faixa etária.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Ensinar e promover práticas que representem um estilo de vida saudável entre os alunos do ensino básico e pré-escolar;
 - IM: Número de crianças participantes por atividade superior a 30.
- O: Abordar a educação para a sexualidade de forma adaptada à idade, tocando em temáticas como o consentimento e relações interpessoais;
 - IM: Realização de pelo menos uma atividade pedagógica sobre este tema adaptada à faixa etária.
- O: Promover o desenvolvimento de competências de interação entre os voluntários e as crianças;
 - IM: Número de alunos da NMS voluntários na atividade igual ou superior a 10;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade semestral a ocorrer nos meses de abril e outubro.

Saúde Sem Barreiras

A promoção de rastreios e de literacia em saúde junto de pessoas em situação de vulnerabilidade, nomeadamente pessoas em situação de sem-abrigo, reclusos ou comunidades no limiar da pobreza, irá constituir um passo fundamental para a melhoria do seu bem-estar físico e mental, para a redução das desigualdades em saúde e para o reforço da autonomia pessoal e da inclusão social.

Esta iniciativa pretende levar rastreios às populações acima mencionadas, através de um voluntariado pontual ou contínuo, desenvolvido em conjunto com uma associação a designar, estabelecendo uma ponte de contacto entre os estudantes da NMS e a população residente no concelho de Lisboa, particularmente com vista a sensibilizar e capacitar a população para o cuidado com a sua saúde, ao mesmo tempo que reforça o papel ativo dos estudantes na promoção da literacia em saúde e na prevenção de doenças.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de rastreios e capacitar os estudantes para a realização de rastreios;
 - IM: Número de estudantes voluntários igual ou superior a 20;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.
- O: Proporcionar aos voluntários uma oportunidade para o desenvolvimento de soft-skills de comunicação e interação com as populações a rastrear;
 - IM: Número de estudantes voluntários igual ou superior a 20;
 - IM: Questionário de avaliação das *soft skills* desenvolvidas com pontuação igual ou superior a 4.
- O: Sensibilização da comunidade para adoção de estilos de vida saudáveis e comportamentos de baixo risco;
 - IM: Grau de satisfação da associação parceira face aos rastreios realizados superior a 4.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade semestral a ocorrer nos meses de maio e novembro.

Med on Tour

O *Med on Tour* é um projeto desenvolvido pela ANEM, em colaboração com diversas Associações de Estudantes das Escolas Médicas nacionais. Esta iniciativa assenta em três pilares basais: educar, rastrear e promover.

Verificamos atualmente a existência de uma lacuna significativa na literacia em saúde em Portugal. De forma a colmatar esta fragilidade, o projeto desempenha um papel ativo na educação da população adulta sobre doenças crónicas, com especial ênfase nas doenças cardiovasculares e na promoção de comportamentos que constituem um estilo de vida saudável. Paralelamente, o projeto pretende capacitar jovens estudantes do ensino básico e secundário sobre temáticas relevantes e emergentes, no que toca à adoção de comportamentos saudáveis e literacia em saúde. Além disso, o *Med on Tour* tem como segundo grande objetivo, a realização de rastreios cardiovasculares junto da população adulta, em particular da população idosa, que frequentemente enfrenta dificuldades no acesso a cuidados de saúde devido ao contexto geográfico de residência. Por fim, a atividade procura proporcionar aos voluntários uma

oportunidade de interação com a população adulta e estudantil, fomentando as suas competências de comunicação e preparando-os para o exercício da profissão como futuros profissionais de saúde.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Realização de rastreios cardiovasculares junto da comunidade residente do local onde se realizará cada edição;
 - IM: Número de rastreios realizados igual ou superior a 500, por edição.
- O: Realização de sessões de promoção de literacia em saúde em escolas do ensino básico e secundário;
 - IM: Avaliação coletiva, no final de cada sessão, superior a 4.
- O: Proporcionar aos voluntários uma oportunidade para o desenvolvimento de soft-skills de comunicação e interação com as populações a rastrear;
 - IM: Preenchimento de 25 vagas por edição;
 - IM: Questionário de avaliação das *soft skills* desenvolvidas com pontuação igual ou superior a 4.
- O: Garantir uma distribuição adequada de tarefas pela Comissão Organizadora;
 - IM: Preenchimento da totalidade das vagas na *Call*;
 - IM: Questionário de avaliação com pontuação igual ou superior a 3,5.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade bianual a ocorrer nos meses de março e setembro.

Dádivas de Sangue e Inscrição como Dador de Medula Óssea

A doação de sangue e inscrição como dador de medula óssea é um ato que salva vidas, contribuindo para a sustentabilidade dos serviços médicos prestados no país. Devido à sua extrema importância, é essencial sensibilizar toda a comunidade académica para a importância desta prática, incentivando-a a participar na mesma.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar as dádivas de sangue por parte da comunidade discente, docente e não docente da NMS|FCM;
 - IM: Número de participantes na atividade igual ou superior a 15, por cada sessão de dádivas.
- O: Estimular a inscrição de potenciais dadores de medula óssea, por parte da comunidade da NMS|FCM, ao facilitar a inscrição no Registo Português de Dadores de Medula Óssea, no momento da dádiva;
 - IM: Número de inscrições igual ou superior a 5, por cada sessão de dádivas.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade semestral, a ocorrer nos meses de maio e novembro.

Walk With a Doc

O projeto *Walk with a Doc* consiste na realização de sessões formativas sobre temáticas previamente definidas, como forma de promoção de literacia em saúde, seguidas de momentos de caminhada, direcionados para os utentes inscritos na USF da Baixa. Este projeto é crucial para a promoção de um estilo de vida saudável junto dos utentes do centro de saúde acima mencionado, através da prática regular de exercício físico e da sensibilização para comportamentos de risco que ponham em causa a saúde de cada indivíduo. O momento de caminhada pretende incentivar o entusiasmo pela atividade física, bem como o combate ao isolamento social que se faz sentir na população mais idosa.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de cariz formativo;
 - IM: Número de participantes igual ou superior a 10, ao longo de todo o ano;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.
- O: Promover a literacia em saúde e práticas que representem um estilo de vida saudável entre os utentes do centro de saúde;
 - IM: Número de utentes participantes, por atividade, superior a 10.
- O: Proporcionar aos voluntários uma oportunidade para o desenvolvimento de *soft-skills* de comunicação e interação com as populações a rastrear;
 - IM: Questionário de avaliação das *soft skills* desenvolvidas com pontuação igual ou superior a 4.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Comemoração de Datas Importantes na Área

A comemoração de datas importantes no âmbito da Saúde Pública e das suas temáticas basilares assume elevada relevância na promoção destes temas junto dos estudantes, sendo áreas que, muitas vezes, são pouco abordadas em seio de currículo médico.

Assim, pretende-se dar destaque ao Dia da Saúde, ao Dia da Saúde Ambiental e ao Dia da Saúde Mental, através de iniciativas digitais e outras atividades. Em particular, no Dia da Saúde Mental pretende-se realizar uma atividade em que os estudantes escrevem cartas que serão entregues a pacientes internados em hospitais junto da faculdade, com o objetivo de reduzir o isolamento social por estes experienciado.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de cariz formativo;
 - IM: Número de participantes igual ou superior a 25;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.
- O: Mediar a entrega de cartas da comunidade estudantil para doentes internados;
 - IM: Número de cartas redigidas pelos estudantes igual ou superior a 15;
 - IM: Número de cartas entregues correspondente a 100% das cartas escritas pelos estudantes.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade semestral a ocorrer nos meses de abril, setembro e outubro.

Mesas redondas e palestras

A realização de mesas redondas ou palestras, em formato síncrono ou assíncrono, constitui uma estratégia eficaz para abordar lacunas existentes no currículo médico relativamente às principais problemáticas de Saúde Pública. Deste modo, estas atividades contribuem para a transmissão de conhecimentos essenciais, promovendo uma formação médica mais completa e integrada.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a participação da comunidade estudantil em iniciativas de cariz formativo;
 - IM: Número de participantes não inferior a 15, por atividade;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.
- O: Capacitar os estudantes em diversos temas basilares de Saúde Pública;
 - IM: Realização de pelo menos uma mesa redonda ou palestra;
 - IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade semestral a ocorrer nos meses de abril, setembro e novembro.

Intercâmbios SCOPH/PHEX (Standing Committee on Public Health/Public Health Exchanges)

O PHEX consiste num programa de intercâmbio na área de Saúde Pública, realizado entre escolas médicas que pertencem à IFMSA, com duração de 4 semanas. Esta atividade é organizada com apoio logístico-burocrático do Departamento de Mobilidade.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Assegurar programas de qualidade na área de Saúde Pública aos estudantes *incoming* de *Phex*, das *seasons* 2026/2027 e 2027/2028, proporcionando-lhes uma experiência de intercâmbio organizada e com elevada qualidade formativa;
 - IM: Avaliação favorável (classificação média $\geq 5/10$) da experiência geral do intercâmbio no *Evaluation Form SCOPE/SCORE AENMS - ANEM Portugal* 26.

Responsável

Leonor Esperto Pires, Coordenadora de Saúde Pública.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo do mandato.

Saúde Sexual e Reprodutiva

PrideNMS

O núcleo *PrideNMS* tem como missão criar um espaço inclusivo e acolhedor, promovendo momentos de partilha, aprendizagem e convívio que permitam a cada pessoa viver a sua identidade e sexualidade com liberdade, segurança e confiança. O núcleo procura ser um ponto de encontro onde todas as pessoas se sintam valorizadas, ouvidas e respeitadas, independentemente da sua orientação sexual, identidade de género ou experiência pessoal.

Funciona como um grupo aberto, pensado para garantir que todas as pessoas encontrem um lugar onde se sintam verdadeiramente representadas e possam participar ativa e livremente em atividades, conversas e iniciativas que promovam a inclusão.

Desde a sua criação, tem igualmente procurado colaborar com outros núcleos e associações estudantis, fortalecendo a sua rede de apoio e abrindo portas a novas iniciativas que promovam a diversidade, a tolerância e a compreensão mútua dentro da comunidade académica.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover espaços de convívio e partilha;
 - IM: Realização de, pelo menos, 1 momento presencial por semestre.
- O: Colaboração com outros núcleos;
 - IM: Organização de, pelo menos, 1 iniciativa conjunta com um Núcleo *Pride* de outra Instituição de Ensino Superior.
- O: Aumento da visibilidade do núcleo;
 - IM: Presença em, pelo menos, 2 eventos da NMS, eventualmente Open Day e Welcome Day, com possibilidade de divulgação do núcleo.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Tira do Armário

O “Tira do Armário” é um espaço dedicado à reflexão, sensibilização e ao diálogo aberto sobre temas no âmbito da Saúde Sexual e Reprodutiva, pensado para aproximar estes temas da comunidade estudantil de forma leve e acessível. O objetivo é desconstruir estigmas e preconceitos, promover inclusão e diversidade, e fornecer ferramentas para uma comunicação mais empática, cuidadosa e consciente no dia a dia, sendo as sessões conduzidas por pessoas que vivem estas realidades, partilhando as suas experiências pessoais e desafios.

Este espaço permite à comunidade estudantil explorar diferentes perspetivas e aprofundar a compreensão da diversidade humana promovendo a aprendizagem contínua e a valorização das múltiplas formas de viver a sexualidade e a saúde reprodutiva.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar o conhecimento e a literacia da comunidade académica acerca de temas envoltos em estigma;
 - IM: Número de participantes igual ou superior a 20;
 - IM: Promoção de, pelo menos, 1 sessão do Tira do Armário, ao longo do ano.
- O: Criação de momentos pertinentes e que incidam em temáticas relevantes;
 - IM: Grau de satisfação geral com a sessão não inferior a 4.
- O: Criação de espaços seguros e confortáveis que permitam a troca de ideias e a reflexão acerca de temas envoltos em estigma;
 - IM: Avaliação do conforto da sessão não inferior a 4,5.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade a acontecer, pelo menos, uma vez ao longo do mandato, no mês de outubro.

Realização de Palestras e *Workshops*

A realização de palestras e *workshops* tem como objetivo capacitar a comunidade estudantil em temáticas de Saúde Sexual e Reprodutiva que não estão contempladas nos currículos de Medicina ou Ciências da Nutrição, funcionando como uma ferramenta para colmatar lacunas e complementar a formação acadêmica.

As palestras e *workshops* são conduzidos por pessoas oradoras especializadas na área, tendo como principais objetivos sensibilizar, capacitar e esclarecer dúvidas, contribuindo para a formação de profissionais de saúde mais competentes, conscientes e respeitadores.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumentar o conhecimento e a literacia da comunidade estudantil acerca de temas com pouca visibilidade;
 - IM: Número de participantes não inferior a 20 nas palestras e nos *workshops*;
 - IM: Realização de, pelo menos, 1 palestra ou *workshop* por semestre.
- O: Criação de momentos pertinentes e que incidam em temáticas relevantes;
 - IM: Grau de satisfação geral com a sessão não inferior a 4.
- O: Criação de espaços seguros e confortáveis de formação e capacitação da comunidade estudantil;
 - IM: Avaliação do conforto da sessão não inferior a 4,5.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade a acontecer, pelo menos, uma vez por semestre, nos meses de março e novembro, mediante disponibilidade de pessoa(s) oradora(s).

Safe&Fest

O *Safe&Fest* é um projeto promovido pela ANEM, cujo objetivo é sensibilizar e consciencializar para práticas sexuais seguras, abordando temas como as Infecções Sexualmente Transmissíveis. Para além disso, visa também formar e capacitar estudantes de medicina em áreas como contraceção e IST, com o objetivo de que se tornem agentes ativos na promoção de comportamentos sexuais responsáveis.

O *Safe&Fest* atua principalmente em locais com maior risco de práticas sexuais desprotegidas, como festivais académicos e festivais de verão. Nestes contextos, além da sensibilização e esclarecimento de dúvidas, o *Safe&Fest* realiza a distribuição de preservativos e lubrificantes.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Criação de momentos de consciencialização acerca de práticas sexuais desprotegidas e IST;
 - IM: Presença em, pelo menos, 1 evento da AENMS por semestre;
 - IM: Presença em, pelo menos, 1 evento externo à NMS, no mandato.
- O: Capacitação de estudantes de Medicina para a sensibilização e promoção de práticas sexuais seguras e prevenção de IST;
 - IM: Número de pessoas voluntárias não inferior a 6, por edição;
 - IM: Grau de satisfação geral das pessoas voluntárias não inferior a 4.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade semestral a decorrer nos meses de abril e setembro.

ISTo Não é um Filme, Rastreia-te

A iniciativa “ISTo Não é um Filme, Rastreia-te” visa sensibilizar a comunidade estudantil e facilitar o rastreio de IST, nomeadamente VIH, sífilis e hepatite B e C, de forma prática, anónima e acessível. Esta ação assume particular relevância no contexto atual, onde se tem verificado um aumento do número de IST.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover momentos de rastreio da comunidade estudantil da NMS|FCM;
 - IM: Preenchimento de não menos que 85% das vagas disponíveis.
- O: Sensibilizar a comunidade estudantil acerca de IST e relações sexuais protegidas;
 - IM: Satisfação geral não inferior a 4.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade semestral, a ocorrer nos meses de março e dezembro.

Higiene não é um Luxo, *PERIOD!*

A iniciativa “Higiene Não é um Luxo, *PERIOD!*” tem como objetivo principal a recolha de produtos de higiene menstrual e a sua doação a instituições parceiras, permitindo que estas combatam de forma ativa a pobreza menstrual.

Adicionalmente, a iniciativa serve como meio de sensibilização para temas como higiene e pobreza menstrual, ajudando a formar estudantes mais conscientes acerca destes temas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promoção de uma campanha de recolha de produtos de higiene menstrual;
 - IM: Angariação de, pelo menos, 250 produtos de higiene menstrual em cada edição.
- O: Combate à pobreza menstrual;
 - IM: Estabelecimento de parcerias com, pelo menos, 2 instituições.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade semestral, a ocorrer nos meses de março e setembro.

Entre Nós

A iniciativa “Entre Nós” consiste na dinamização de momentos informais de debate e partilha de ideias sobre temas relevantes e frequentemente considerados tabu na área da Saúde Sexual e Reprodutiva.

Inspirados no formato de *talk* café, estes encontros convidam especialistas ou pessoas com experiência na área para moderar conversas abertas, promovendo um espaço seguro e acolhedor.

O principal objetivo do Entre Nós é, então, desmistificar assuntos envoltos em estigma, desconstruir preconceitos e aumentar a consciencialização da comunidade estudantil, reforçando a literacia em Saúde Sexual e Reprodutiva de forma acessível e informal.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Criação de espaços informais e de partilha de ideias;
 - IM: Promoção de 2 momentos de Entre Nós ao longo do mandato;
 - IM: Grau de satisfação não inferior a 4.
- O: Desmistificar assuntos associados à Saúde Sexual e Reprodutiva envoltos em estigma e preconceito;
 - IM: Número de participantes não inferior a 15 pessoas.
- O: Criação de espaços seguros que possibilitem a discussão sobre temas relevantes;
 - IM: Avaliação do conforto da sessão não inferior a 85%.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade semestral, a ocorrer nos meses de abril e novembro.

Visitas a Espaços e Instituições

As visitas no âmbito da Saúde Sexual e Reprodutiva proporcionam à comunidade estudantil a oportunidade de conhecer contextos que, normalmente, não fazem parte da sua formação académica.

O principal objetivo desta iniciativa é ampliar a compreensão sobre SSR para além do conteúdo curricular habitual, sensibilizando para problemáticas frequentemente pouco visíveis e oferecendo uma perspetiva prática sobre questões que passam frequentemente despercebidas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promoção de visitas a instituições e serviços relacionados com a área de SSR;
 - IM: Organização de, pelo menos, 1 visita ao longo do mandato.
- O: Ampliar a compreensão e a literacia da comunidade estudantil para temas relacionados com SSR;
 - IM: Número de participantes não inferior a 10 pessoas;
 - IM: Grau de satisfação geral não inferior a 4.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade a acontecer, pelo menos, uma vez ao longo do mandato, no mês de outubro.

Criação de Material Intelectual de SSR

SSR é uma área em constante evolução, e cujos recursos existentes estão muitas vezes dispersos ou desatualizados. Assim, é importante rever e reformular o material existente, bem como criar novo material acerca de temas em falta, centralizando-o de modo a facilitar a sua utilização em eventos futuros, ou a sua consulta interna. Assim, garante-se a disponibilidade de recursos prontos a usar, sem a necessidade de criar conteúdos do zero sempre que surjam necessidades nesse sentido.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Criação de um repositório com materiais gráficos de SSR;
 - IM: Criação de, pelo menos, 3 *flyers* sobre temas de SSR;
 - IM: Criação de uma *Drive* com recursos de SSR, organizados por temas, para possível uso e consulta futura.

Responsáveis

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva;
Diogo Barreto, Coordenador do SexEd.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Conclusão do Guia de Linguagem Inclusiva

O Guia de Linguagem Inclusiva surge da necessidade de promover uma comunicação mais consciente, inclusiva e respeitadora dentro da comunidade académica. Através de exemplos simples e orientações práticas, pretende ajudar a refletir sobre o impacto da linguagem no respeito pela diversidade de género, identidade e formas de expressão.

Embora o trabalho tenha sido iniciado no mandato anterior, a elaboração do guia não foi concluída. Ainda assim, a sua relevância permanece plenamente atual, tornando essencial finalizar a sua elaboração e assegurar a sua divulgação, para que se torne um recurso útil no dia a dia de estudantes, Órgãos Sociais, Projetos e Grupos Académicos.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Dar continuidade ao trabalho iniciado no mandato transato, concluindo a elaboração do Guia de Linguagem Inclusiva e promovendo a sua divulgação entre os Órgãos Sociais da AENMS assim como entre os Projetos e Grupos Académicos da NMS.
 - IM: Criação de um *Small Working Group* (SWG) para conclusão do Guia de Linguagem Inclusiva;
 - IM: Validação do Guia por, pelo menos, uma entidade externa.

Responsáveis

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva;
Diogo Barreto, Coordenador do SexEd.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Divulgação do Programa SCORA X-Change

O SCORA X-Change é um programa internacional de intercâmbio da IFMSA para estudantes de Medicina, centrado na saúde e direitos sexuais e reprodutivos. Durante o intercâmbio, as pessoas participantes têm a oportunidade de se envolver em atividades formativas e *workshops* noutro país, contactando com diferentes realidades e abordagens na área de SSR.

Atualmente, muitas destas oportunidades passam despercebidas entre a comunidade estudantil, sendo, por isso, fundamental apostar numa divulgação mais próxima e eficaz, de forma a aumentar o conhecimento sobre estas oportunidades e incentivar uma maior participação.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Dar a conhecer o programa *SCORA X-Change* à comunidade estudantil;
 - IM: Partilha de, pelo menos, 2 testemunhos de ex-participantes do programa *SCORA*;
 - Envio de 1 email para a comunidade estudantil com informações sobre o programa *SCORA*;
 - Presença na Feira *Exchange* 2026.
- Incentivar a participação da comunidade estudantil no programa *SCORA X-Change*;
 - Inscrição de, pelo menos, 1 pessoa em *SCORA X-Change* internacional;
 - Inscrição de, pelo menos, 3 pessoas em *SCORA X-Change* Nacional.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo do mandato.

Celebração de Datas Relevantes em SSR

Esta iniciativa tem como objetivo dar visibilidade e celebrar, ao longo do ano letivo, datas relevantes na área da Saúde Sexual e Reprodutiva, reconhecidas a nível nacional e internacional, como o Dia Mundial da Saúde Sexual, o Dia Mundial do Cancro da Mama, o Dia Internacional para a Eliminação da Violência contra as Mulheres e o Dia Mundial da Luta Contra a SIDA.

Pretende-se, assim, promover a literacia em saúde, a prevenção da doença, a sensibilização para temas de elevada relevância social e a redução do estigma associado a estas problemáticas. A celebração destas datas será realizada através da dinamização de atividades adaptadas a cada temática, podendo incluir rastreios, sessões formativas, campanhas de sensibilização, parcerias com entidades externas e/ou a distribuição de materiais.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aumento da visibilidade de datas relevantes na área de SSR;
 - IM: Celebração de, pelo menos, 3 datas.

Responsável

Tiago Catarino, Coordenador de Saúde Sexual e Reprodutiva.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Desporto

Apoio às equipas AENMS e NOVA

A AENMS conta com duas equipas - voleibol feminino e futebol masculino, encontrando-se ambas inscritas na ADESL. Adicionalmente, a Universidade NOVA de Lisboa está representada em diversas modalidades desportivas. Assim, pretendemos acompanhar o desenvolvimento das equipas, incentivando o seu bom desempenho e prestando-lhes apoio, visando o crescimento individual e coletivo dos nossos atletas, bem como o envolvimento de toda a comunidade estudantil.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Garantir disponibilidade de espaços para realização de treinos e jogos;
 - IM: Razão entre o número de treinos planeados e o de treinos efetuados superior a 85%.
- O: Assegurar condições que permitam um bom funcionamento dos treinos e espírito de equipa;
 - IM: Média de resposta no formulário de avaliação global igual ou superior a 4, em conjunto com o *feedback* qualitativo dos estudantes responsáveis pela equipa;
 - IM: Obter, pelo menos, 15 respostas ao formulário;
 - IM: Rever o regulamento das equipas AENMS.
- O: Ser o ponto de contacto com a FADU e a ADESL;
 - IM: Efetivar inscrição de equipas AENMS e respetivos atletas na FADU e na ADESL.
- O: Estabelecer parcerias para novos equipamentos desportivos;
 - IM: Assegurar novos equipamentos desportivos para, pelo menos, uma equipa.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Otimização da página de *Instagram*[®]

A página de *Instagram*[®] de Desporto da AENMS é um meio essencial à divulgação dos eventos desportivos da AENMS e da NOVA Desporto, tendo como objetivo principal fomentar a adesão da comunidade estudantil às práticas desportivas dinamizadas pelo departamento, bem como divulgar os resultados obtidos pelas equipas AENMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Aproximar a comunidade estudantil das equipas através da divulgação do calendário de jogos e o resultado dos mesmos;
 - IM: Número de seguidores e interações no perfil: aumento para 500 seguidores.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Running Club

A reestruturação do *Running Club* no formato presencial visa aliar a prática de exercício físico a momentos de convívio aquando de corridas conjuntas, de modo a motivar a comunidade estudantil à prática de exercício. Para potenciar a adesão e assegurar a regularidade das atividades, será designado um colaborador responsável pela dinamização do grupo, fomentando uma maior adesão e frequência das corridas.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a prática regular de exercício físico;
 - IM: Média de 7 participantes por corrida.
- O: Dar a conhecer a cidade de Lisboa à comunidade estudantil;
 - Realização de 3 ou mais corridas em locais diferentes.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Calendarização

Atividade a desenvolver mensalmente ao longo de todo o mandato.

Torneio de Futsal

A realização de torneios desportivos procura incentivar a prática de atividade física e a integração dos estudantes da nossa comunidade estudantil, através do convívio entre estudantes, não só da NMS|FCM, mas também de possíveis faculdades adversárias no evento. Além disso, estes torneios fomentam valores de respeito, competição saudável e trabalho de equipa, essenciais ao nosso dia-a-dia.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a prática de atividade física da comunidade estudantil;
 - IM: Número de equipas igual ou superior a 4.

- O: Promover o envolvimento da comunidade estudantil em atividades dinamizadas pela área de Desporto;
 - IM: Número de espectadores igual ou superior a 20.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de março.

Caminhada Solidária

A Caminhada Solidária é um evento solidário que tem o propósito de reverter 100% dos lucros angariados para uma instituição a definir. Além disso, fomenta a promoção da prática de exercício físico e solidariedade através do Desporto.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar o envolvimento da comunidade estudantil em causas solidárias, através do desporto;
 - IM: Participação de, pelo menos, 20 estudantes da NMS|FCM.
- O: Sensibilização da comunidade externa à NMS|FCM para a prática de exercício físico, bem como para a causa solidária;
 - IM: Participação de, pelo menos, 10 pessoas não pertencentes à comunidade estudantil.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora do Desporto.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de outubro.

Workshops e Aulas Abertas

A realização de *workshops* de atividade física e aulas abertas tem como objetivo dar a conhecer à comunidade estudantil mais modalidades desportivas, bem como reforçar uma oferta diversificada de modalidades que permita abranger interesses distintos e, assim, fomentar a adesão dos estudantes a uma prática de exercício físico mais regular e de acordo com a sua preferência.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Incentivar a prática de exercício físico por parte da comunidade estudantil;
 - IM: Preenchimento de, pelo menos, 60% das vagas disponíveis.
- O: Oferecer *workshops*/aulas abertas de diversas modalidades desportivas;

- IM: Realizar workshops/aulas abertas de, pelo menos, 2 modalidades diferentes.
- O: Estabelecer contacto com os SASNOVA;
 - IM: Realização de pelo menos 1 atividade em colaboração com esta entidade no *campus* NMS.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Sports Buddies

O *Sports Buddies* consiste na divulgação de um formulário que tem o intuito de conectar estudantes com interesses desportivos semelhantes, de modo a que a prática de exercício físico seja mais motivadora e acessível.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Tornar a prática de exercício físico mais apelativa e acessível para a comunidade estudantil;
 - IM: Obter, pelo menos, 15 respostas ao formulário e realizar, pelo menos, 3 conexões entre estudantes.

Responsável

Marta Correia, Coordenadora de Desporto.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Celebração da Semana do Desporto

A celebração da Semana do Desporto pretende destacar a importância da realização de atividade física para a saúde e bem-estar das populações. Para isso, prevê-se a realização de várias palestras e *workshops* sobre temáticas da área de Desporto, nomeadamente, Medicina Desportiva e Nutrição aplicada ao Desporto, permitindo também colmatar lacunas existentes no currículo médico. Além disso, pretende-se incentivar a prática de exercício físico aliada ao convívio através da realização de um Torneio de Praia.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Contribuir para o interesse dos estudantes pela área do Desporto;
 - IM: Número de participantes não inferior a 20;

- IM: Classificação média no formulário de avaliação da atividade igual ou superior a 4.5.
- O: Oferecer uma visão abrangente da área, com abordagem de várias temáticas;
 - IM: Realização de, pelo menos, 3 palestras e/ou *workshops*.
- O: Averiguar o interesse dos estudantes por estágios em Medicina Desportiva, através da disponibilização de um formulário;
 - IM: Número de respostas ao formulário igual ou superior a 5.
- O: Incentivar a prática de atividade física da comunidade estudantil;
 - IM: Número de equipas participantes do Torneio de Praia igual ou superior 4.

Responsável

Mariana Monteiro, Diretora de Saúde.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de setembro.

SexEd

Organização Interna

A Comissão Organizadora do *SexEd* é constituída por 19 pessoas, distribuídas por 5 departamentos:

- Gestão (constituída pelo Coordenador, 2 Vice-Coordenadores e 1 Tesoureiro);
- Logística (5 colaboradores);
- Parcerias (3 colaboradores);
- Imagem e Comunicação (4 colaboradores);
- Informação (3 pessoas).

Voluntariado nas Escolas

O Voluntariado nas Escolas consiste na dinamização de sessões baseadas em material intelectual redigido pelo *SexEd* e revisto pela Sociedade Portuguesa de Sexologia, refletindo temáticas como Infecções Sexualmente Transmissíveis, Métodos Contracetivos, Violência no namoro e Identidade de Género. Assim, pretende-se atuar em escolas da Área Metropolitana de Lisboa, com alunos do 8º ao 12º ano, providenciando educação sexual de forma positiva, inclusiva e segura.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Agendar de forma realista o número de sessões, dando preferência ao período da tarde;
 - IM: Redução do número de sessões, procurando não ultrapassar as 85;
 - IM: Alcance de, pelo menos, 2000 pessoas estudantes;
 - IM: Realização de 90% das sessões na primeira data agendada, reduzindo o número de sessões canceladas e reagendadas);

- IM: Calendarizar pelo menos 60% das sessões no período da tarde.
- O: Melhorar a adesão do corpo de voluntariado, permitindo assim uma redução do número de sessões asseguradas pela Comissão Organizadora;
 - IM: Realização de, pelo menos, 1 momento de formação de pessoas voluntárias por semestre;
 - IM: Percentagem de sessões asseguradas pela Comissão Organizadora inferior a 40%;
 - IM: Atribuição de prémio à pessoa voluntária do mês (num total de 6 meses), de acordo com as sessões dinamizadas e presença em *teambuildings*.
- O: Criação de um novo formulário de avaliação para as pessoas estudantes, como meio de obtenção de dados relativos à avaliação das sessões dinamizadas;
 - IM: Obtenção de um desvio positivo de conhecimento (na escala de Likert) em, pelo menos, 70% das avaliações em questionário aplicado.

Responsável

Diogo Barreto, Coordenador do SexEd.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Voluntariado na 3ª Idade

O Voluntariado na 3ª Idade foca-se na dinamização de sessões de educação sexual para pessoas com idades superiores a 65 anos, de forma a desconstruir tabus e a ampliar o acesso à informação fidedigna sobre Saúde Sexual e Reprodutiva ao longo do envelhecimento. Pretende-se assim continuar esta atividade, criando parcerias com espaços sénior e outras áreas da AENMS.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Dinamização de sessões de educação sexual adaptada à faixa etária;
 - IM: Calendarização de, pelo menos, 3 atividades por semestre;
 - IM: Criação de, pelo menos, 1 nova parceria com instituições ligadas à 3ª idade.
- O: Dar continuidade à parceria anual com a Universidade da Terceira Idade do Lumiar (UTIL), definindo datas de sessões para o ano letivo de 2026-2027;
 - IM: Realização de 100% das sessões já agendadas para o ano letivo 2025-2026.
- O: Estabelecer colaboração com o projeto *Walk With a Doc*;
 - IM: Realização de, pelo menos, 1 sessão na USF da Baixa, em parceria com o projeto.
- O: Fomentar o interesse das pessoas voluntárias nas sessões dirigidas à 3ª idade;
 - IM: Realização de 1 momento de formação da sessão de sexualidade na 3ª idade por semestre;

- IM: Aumento do banco de pessoas voluntárias em sexualidade na 3ª idade, atingindo 25 pessoas.
- O: Criar um sistema de avaliação das sessões da 3ª idade;
 - IM: Obtenção de um desvio positivo de conhecimento (na escala de *Likert*) em, pelo menos, 70% das avaliações em questionário aplicado.

Responsável

Diogo Barreto, Coordenador do SexEd.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

SexSessions

O *SexSessions* pretende abordar temáticas de Saúde Sexual e Reprodutiva e proporcionar momentos de partilha e aprendizagem entre pessoas voluntárias, estudantes e pessoas formadoras relevantes na área.

Este ano, pretende-se a reformulação do evento, com a distribuição das atividades por 2 dias, e com a introdução de *workshops* práticos e/ou lúdicos, adicionalmente às palestras e mesa redonda. Além disso, tenciona-se dinamizar um Programa Social.

O *SexSessions* consiste assim numa oportunidade de promoção de pequenas empresas e divulgação de empresas parceiras.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Contribuir para um maior interesse dos voluntários e estudantes pela área de Saúde Sexual e Reprodutiva, contribuindo para o seu conhecimento sobre a área;
 - IM: Obtenção de, pelo menos, 150 inscrições no *SexSessions*;
 - IM: Obtenção de um desvio positivo de conhecimento (na escala de *Likert*) em, pelo menos, 70% das avaliações em questionário aplicado.
- O: Reformular o evento de modo a maximizar as suas potencialidades;
 - IM: Distribuição das atividades em 2 dias;
 - IM: Dinamização de, pelo menos, 1 *workshop* prático;
 - IM: Confirmação da presença de, pelo menos, 3 pessoas palestrantes em palestras e/ou mesa redonda;
 - IM: Realização de um Programa Social.
- O: Criar uma *Task Force* para o evento, que permita a realização do *SexSessions* de forma profícua;
 - IM: Formação de uma equipa de, pelo menos, 7 pessoas não integrantes da Comissão Organizadora para apoio à organização do *SexSessions*.
- O: Tornar o evento mais sustentável;
 - IM: Colocação de, pelo menos, 3 postos de divisão de lixo no local de convívio.
- O: Contribuir para a divulgação de pequenas empresas;
 - IM: Divulgação da abertura de inscrições para pequenas empresas 1 mês antes da realização do evento;

- IM: Obtenção da inscrição de, pelo menos, 1 novo negócio.

Responsável

Diogo Barreto, Coordenador do SexEd.

Calendarização

Atividade única a ocorrer no mês de outubro.

Prazer em Conhecer

O Prazer em Conhecer (*SexEd GetAway* no mandato 2025), consiste na realização de sessões de Educação Sexual fora da Área Metropolitana de Lisboa, tendo como objetivo alargar o alcance do projeto através da intervenção em regiões e contextos diferentes. Decorre em colaboração com uma Câmara Municipal, durante um fim de semana, junto da comunidade civil fora do contexto institucional. Para além disso, constitui uma oportunidade de realização de *teambuildings* informais, que contribuem para o fortalecimento da comunicação e relação entre os elementos da Comissão Organizadora e do Corpo de Voluntariado.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Estender o alcance do projeto através da realização de sessões de educação sexual fora da área metropolitana de Lisboa, contribuindo para um maior conhecimento das populações sobre a área;
 - IM: Realização de, pelo menos, 1 edição com, no mínimo, 2 dias de duração;
 - IM: Estabelecimento de parceria com, pelo menos, 1 Câmara Municipal fora da Área Metropolitana de Lisboa;
 - IM: Obtenção de um desvio positivo de conhecimento (na escala de Likert) em, pelo menos, 70% das avaliações em questionário aplicado.
- O: Potenciar a colaboração e a integração de pessoas voluntárias no Prazer em Conhecer;
 - IM: Reserva de, pelo menos, 25% das vagas para pessoas do Banco de Voluntariado;
 - IM: Realização de 1 momento de *teambuilding* integrado na atividade.
- O: Potenciar a participação do máximo de pessoas interessadas na atividade;
 - Acordar a participação de, pelo menos, 8 pessoas.

Responsável

Diogo Barreto, Coordenador do SexEd.

Calendarização

Atividade única a ocorrer entre os meses de abril e junho.

Redes Sociais

As Redes Sociais, nomeadamente *Instagram*® e *Tiktok*®, são uma forma de divulgação de conteúdo teórico, sob forma de imagem ou vídeo, constituindo uma das principais ferramentas de *advocacy* do projeto. A utilização destas plataformas pretende ampliar o alcance do *SexEd*, aumentar o número de visualizações e seguidores e potenciar a comunicação do projeto, prevendo-se ainda a exploração de outras redes sociais com relevância estratégica, nomeadamente o *LinkedIn*®.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Potenciar o alcance da conta do *SexEd* no *Instagram*® e *Tiktok*®;
 - IM: Aumento dos seguidores em 10%;
 - IM: Fazer, pelo menos, 1 publicação informativa por mês, no *Instagram*®;
 - IM: Fazer, pelo menos, 5 vídeos para divulgação no *Tiktok*® ao longo do ano.
- O: Potenciar e organizar a utilização da plataforma *LinkedIn*®, de forma a reforçar a credibilidade externa do projeto junto de entidades institucionais e pessoas oradoras, bem como criar um espaço de registo e divulgação das atividades desenvolvidas;
 - IM: Criação de conta do *SexEd* nesta plataforma;
 - IM: Fazer, pelo menos, 1 publicação por semestre.
- O: Aumentar a interação com as pessoas seguidoras das redes sociais do projeto;
 - IM: Fazer, pelo menos, 3 publicações interativas por semestre (resposta múltipla, aberta ou de escala);
 - IM: Dinamização do *link* disponível na *Bio* da conta *Instagram*® para submissão de perguntas anónimas.

Responsável

Diogo Barreto, Coordenador do *SexEd*.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Saúde Porta a Porta

Organização Interna

A Comissão Organizadora do Saúde Porta-a-Porta (SPAP) é constituída por 20 pessoas, distribuídas por 5 departamentos:

- Gestão (constituída pela Coordenadora e 2 Vice-Coordenadoras);
- Formação e Apoio ao Voluntário (5 colaboradores);
- Imagem e Comunicação (3 colaboradores);
- Logística (5 colaboradores);
- Parcerias (5 colaboradores).

Em cada departamento, há um responsável encarregado por assegurar o bom funcionamento do seu departamento e o cumprimento dos objetivos definidos.

Voluntariado Clínico

O centro da atividade do SPAP consiste na prestação de um voluntariado clínico, onde se possibilita o contacto entre os voluntários e os idosos referenciados, semanalmente.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Promover um voluntariado personalizado e digno, que permita assegurar o estado de saúde geral dos idosos e combater o isolamento social;
 - IM: Preenchimento de um inquérito por parte dos idosos, no final de cada semestre, com classificação média igual ou superior a 4;
 - IM: Estabelecimento de uma linha de comunicação direta entre os idosos e membros da CO, para comunicação de eventuais problemas.
- O: Garantir a satisfação e segurança dos voluntários;
 - IM: Disponibilizar uma linha de contacto direta entre os voluntários e membros do departamento de Formação e Apoio ao Voluntário.
- O: Proporcionar momentos de contacto com membros da CO, outros voluntários e idosos;
 - IM: Proporcionar, pelo menos, 1 momento de *teambuilding* por semestre, com adesão de, pelo menos, 50% dos membros.
- O: Procurar expandir o projeto para outras áreas de atuação dentro da Área Metropolitana de Lisboa;
 - IM: Estabelecer uma parceria com a Junta de Freguesia de Arroios.
- O: Expandir o voluntariado clínico para alunos de todos os anos curriculares do MIM e da LCN de várias faculdades;
 - IM: Integrar alunos de todos os anos curriculares nas equipas;
 - IM: Manter a parceria com a FMUL e estabelecer parcerias com outras faculdades, nomeadamente *Católica Medical School*, *Egas Moniz School of Health & Science*, Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa (ESTeSL).
- O: Procurar parceiros (médicos, nutricionistas e entidades da área da saúde) que permitam facilitar a prestação de cuidados de saúde que se verifiquem necessários após as visitas dos voluntários;
 - IM: Estabelecer, pelo menos, 1 contacto positivo com entidades e/ou médicos e/ou nutricionistas que resulte em acompanhamento médico/nutricional de idosos que necessitem.

Responsável

Laura Andrade, Coordenadora do Saúde Porta-a-Porta.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Momentos Formativos

Para o correto funcionamento das ações de voluntariado clínico é necessária a aquisição de competências na área da Medicina, de Ciências da Nutrição, bem como de comunicação e abordagem a idosos com necessidades distintas. Tendo isto em conta, são realizados momentos formativos ministrados por membros da Comissão Organizadora do projeto, bem como por profissionais com valências distintas (nomeadamente especialistas em Geriatria e em Comunicação).

Além disso, estes momentos terão abertura à restante comunidade estudantil NMS|FCM, de modo a enriquecer toda a comunidade estudantil, procurando ainda atrair voluntários para o projeto.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Capacitar os voluntários e a restante comunidade estudantil com ferramentas clínicas e sociais para um contacto mais personalizado e de qualidade com os idosos;
 - IM: Aplicar questionário de avaliação da formação, com questões acerca da sua pertinência e aplicabilidade nas ações de voluntariado, obtendo uma classificação geral igual ou superior a 4.
- O: Aumento da adesão aos momentos formativos, através da adição de atividades lúdicas e atrativas para o público-alvo;
 - IM: Participação de, pelo menos, 30 pessoas.

Responsável

Laura Andrade, Coordenadora do Saúde Porta-a Porta.

Calendarização

Atividade trimestral a ocorrer nos meses de fevereiro, maio e outubro.

Atividades Recreativas

O SPAP promove atividades de lazer e convívio entre todos os participantes do projeto, através de 3 momentos principais - o Lanche de Primavera, o Lanche do Dia do SPAP e o Lanche de Natal. No decorrer destes momentos, decorrem atividades lúdicas, bem como de aprendizagem sobre diversos temas, não restritos à área da Saúde. Neste âmbito, pretende-se incluir o *N2Care* (a realizar em colaboração com a *N2S Conference*) e os *SPAssatemPos* (que correspondem a *workshops* de diversos temas ainda por definir).

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Proporcionar momentos de interação e partilha entre gerações;
 - IM: Presença de, pelo menos, 50% dos membros do projeto.
- O: Organizar dinâmicas com formadores de várias áreas, de modo a proporcionar momentos de relaxamento e diversão;

- IM: Questionários de avaliação do momento com classificação média igual ou superior a 4.

Responsável

Laura Andrade, Coordenadora do Saúde Porta-a-Porta.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato.

Angariações de Fundos

De modo que seja possível a compra de material essencial à atividade do SPAP e a adequada preparação de atividades com qualidade para os idosos, pretende-se implementar métodos de angariação de fundos que permitam aumentar, simultaneamente, a visibilidade do projeto.

Objetivos (O) e Indicadores de Medida (IM)

- O: Estar presente em eventos recreativos organizados pela AENMS ou outros grupos académicos de modo a vender bens alimentares nestes eventos;
 - IM: Obtenção de lucro;
 - IM: Estar presente em, pelo menos, 2 eventos.
- O: Venda de rifas para cabaz de Páscoa e cabaz de natal;
 - IM: Venda de 200 rifas.

Responsável

Laura Andrade, Coordenadora do Saúde Porta-a-Porta.

Calendarização

Atividade a desenvolver ao longo de todo o mandato

Índice Remissivo

Núcleo de Gestão	4
Representação Institucional Interna	4
Representação Institucional Externa.....	5
2º Dia A/I-AENMS	5
Representação Externa.....	6
Associação Nacional de Estudantes de Medicina ANEM	6
Associação Nacional de Estudantes de Nutrição ANEN	8
Federação Académica de Lisboa	8
Encontro Nacional de Direções Associativas ENDA.....	10
International Federation of Medical Students' Associations IFMSA.....	10
European Medical Students' Associations EMSA.....	11
Associação Desportiva do Ensino Superior de Lisboa ADESL	12
Fórum Académico para a Informação e Representação Externa FAIRe	12
Indo Eu.....	13
Colaborador de Representação Externa.....	13
Funcionamento Interno	14
Estrutura Administrativa e Relações Internas	14
Regulamentos Internos	14
Bem-estar e Acompanhamento Individualizado	15
Colaboradores.....	16
Estratégia de Comunicação	17

Dinâmica Interna de Comunicação.....	17
Gestão dos Meios de Comunicação.....	18
Comunicação Social.....	20
App AENMS (powered by 3cket®)	21
Gestão de espaços e recursos.....	22
Gestão e conservação de espaços	22
NMS em Carcavelos.....	23
Grupos Académicos	24
Sustentabilidade Financeira	25
Sustentabilidade Financeira.....	25
Orçamento Participativo	25
Sócios AENMS.....	26
Bolsas de Ação Social	27
Loja AENMS.....	27
Colaboradores da Biblioteca NMS	28
Comunicação e Tecnologia	30
Produção de Conteúdo Gráfico e Digital.....	30
Conteúdos para as Redes Sociais	30
Yearbook 21-27 & 23-27	31
Loja.....	31
Gestão da Loja AENMS.....	31
Podcast	32
Podcast AENMS	32
Tecnologia e Estratégia Digital	33
Elsevier®	33
Website AENMS / aenms.pt.....	34
Gestão de Património Digital	35
Revista FRONTAL®	36



56ª Edição Impressa da Revista FRONTAL® e Evento de Lançamento.....	36	Canal direto de comunicação	51
Choque FRONTAL®	37	Bancas presenciais.....	52
Plataformas digitais e imagem da Revista FRONTAL®	37	Open Day AENMS.....	52
Cobertura jornalística de eventos	38	Newsletter AENMS.....	53
Palestra/mesa redonda e workshop.....	39	Envolvimento do Ensino Pós-Graduado.....	54
Parcerias	39	Colaboração com o Comité de Estudantes de Doutoramento da NMS	54
Gestão da CO e recrutamento para a Equipa da Redação	40	Symposium de Investigação Avançada	54
Cultural e Recreativo.....	42	Open Day do Polo de Investigação.....	55
Recreação.....	42	Dia com o Investigador	56
Convívios AENMS.....	42	Formação	58
Santana Spring Break 4.0	42	Formação em Investigação	58
Arraial de Santana.....	43	PIATI (Programa de Integração dos Alunos em Trabalhos de Investigação)	58
Goodbye sunset.....	43	Formação em Medicina	58
Watch Parties do Mundial 2026	44	SpaceMed: para além da Terra	58
Welcome Sunset.....	44	Um dia na Neurocirurgia	59
Sunset da Bata Branca	45	Workshop de Autópsia.....	59
1ª Festa do Ano Letivo 2026/2027	45	Workshop de Eletrocardiograma - <i>Reading the basics</i>	60
Oktoberfest.....	46	Workshop de Eletrocardiograma - <i>Beyond the waves</i>	61
X Gala	46	Pontos críticos.....	61
Conselho das Comissões de Finalistas.....	47	Workshop de Emergência Pré-hospitalar: <i>First on scene</i>	62
Cultura	47	Workshop de Emergência Hospitalar: <i>Think fast, act faster</i>	62
1ª Semana da Cultura.....	47	Workshop de Procedimentos... ..	63
Sarau Cultural.....	48	The Escape room.....	63
Rubrica Cultural.....	49	Formação Transversal.....	64
Envolvimento Estudantil.....	51		
Comunicação e participação estudantil	51		

Adulting 101: o Futuro depois da Faculdade	64	Centralização das vantagens e descontos na App AENMS	81
Saber é Saúde - 4ª Edição.....	65	Mobilidade	83
Estágios Clínicos	65	Intercâmbios.....	83
Estágios Nacionais - ANEM.....	65	Intercâmbios SCOPE (Standing Committee on Professional Exchanges) e SCORE (Standing Committee on Research Exchanges)	83
Programa PecliCUF	65	Intercâmbios SCOPH/PHEX (Standing Committee on Public Health/Public Health Exchanges)	84
Estágios de Nutrição	66	SCORE's Symposium	85
Formação em Nutrição	67	PET - Pre-Exchange Training	85
Nutriday.....	67	UAT - Upon Arrival Training	86
(Hora de) Nutrir o Futuro.....	68	Feira <i>Exchange</i> e Sessão de Esclarecimentos.....	86
NutriMed: What's Unsaid	68	Twinning Project EMSA.....	87
Sabores do Mundo.....	69	Nutri Pals.....	88
iMed Conference® 18.0	69	Erasmus-In.....	89
iMed Conference® <i>Main Event</i>	70	Erasmus-Out	89
iMed Conference® <i>Summit</i>	70	Política Educativa	92
N2S Conference 6.0.....	72	Política Educativa	92
N2Care.....	73	Conselho das Comissões de Curso	92
Logística e Parcerias.....	76	Grupo de Trabalho para o Ensino Superior (GTES).....	93
Logística.....	76	Educação Médica.....	93
Manutenção da organização dos espaços da AENMS.....	76	MedInnovate - Grupo de Trabalho para a Educação Médica	93
Apoio logístico contínuo.....	76	3º Dia de Educação Médica.....	95
Gestão e centralização do material partilhado.....	77	Dia da Inteligência Artificial e Tecnologia.....	95
Parcerias.....	77	Eventos de Política Educativa.....	96
Language Craft	77	Formação Pedagógica de Monitores.....	96
Interligação entre os projetos e parceiros da AENMS.....	78		
Estabilidade e sustentabilidade financeira.....	78		
Atualização do Booklet.....	79		
Atualização do Pitch AENMS.....	79		
Literacia e Educação Financeira	80		
Cooperação com instituição de solidariedade social.....	80		

Programa de Mentoria	97	GerAções	111
Workshop de improviso "Unwritten"	97	Natal Diferente	112
Semana de Gestão e Políticas de Saúde (GPS)	98	Visita Hospitalar de dia 24.....	112
FutureMD.....	99	Evento solidário.....	113
Congresso FutureMD	99	Visitas a lares e instituições.....	113
Responsabilidade Social.....	101	Dia do Deslocado	114
Responsabilidade Social e Estudantil.....	101	Páscoa Diferente	114
Cerimónia da Bata Branca	101	Marca Mundos®	115
<i>Habibi 7.0: Nutrir e Curar Sem Fronteiras</i>	102	Formações e <i>Workshops</i> Científicos-Sociais.....	115
Olhar no Mundo: Notícias que Marcam.....	102	Voluntariado Pontual.....	116
Comemoração do 25 de Abril ..	103	Voluntariado de Média e Longa Duração.....	116
Papel da Mulher: Celebração do Dia Internacional da Mulher	103	Rastreios.....	117
Maio, Mês do Coração: Complexo NMS	104	Hospital da Bonecada®	118
Recolha de Bens - Caixa Solidária	105	Main Event.....	118
NOVA Medical <i>Library</i>	105	Dia da Formação	119
Sustentabilidade.....	106	HB Hands-On.....	120
Feira Not My Style: <i>Online Edition</i>	106	Palestras e/ou <i>Workshops</i>	121
DesLigado da Corrente: reciclagem de REEE	106	Mini-Edições e HB <i>on Tour</i>	122
Um Olhar para a Sustentabilidade Alimentar.....	107	Cerimónia de Comemoração dos 25 anos do Hospital da Bonecada®	123
Ação Comunitária	108	Saúde.....	126
Teach Club NMS	108	Saúde Pública.....	126
O Meu Melhor Amigo	108	De Pequenino se Torce o Pepino	126
Um Prato de Compaixão.....	109	Saúde Sem Barreiras	126
Cuidar em Família.....	109	Med on Tour.....	127
Projeto InterFaculdades	110	Dádivas de Sangue e Inscrição como Dador de Medula Óssea	128
Semana do Voluntariado	110	Walk With a Doc.....	129
		Comemoração de Datas Importantes na Área.....	129
		Mesas redondas e palestras.....	130



Intercâmbios SCOPH/PHEX (Standing Committee on Public Health/Public Health Exchanges)	131	Voluntariado nas Escolas.....	143
Saúde Sexual e Reprodutiva.....	131	Voluntariado na 3ª Idade	144
PrideNMS	131	SexSessions	145
Tira do Armário.....	132	Prazer em Conhecer	146
Realização de Palestras e <i>Workshops</i>	133	Redes Sociais.....	147
Safe&Fest.....	133	Saúde Porta a Porta	147
ISTo Não é um Filme, Rastreia-te	134	Voluntariado Clínico.....	148
Higiene não é um Luxo, <i>PERIOD!</i>	134	Momentos Formativos	149
Entre Nós.....	135	Atividades Recreativas	149
Visitas a Espaços e Instituições	136	Angariações de Fundos.....	150
Criação de Material Intelectual de SSR.....	136		
Conclusão do Guia de Linguagem Inclusiva.....	137		
Divulgação do Programa <i>SCORA</i> <i>X-Change</i>	137		
Celebração de Datas Relevantes em SSR.....	138		
Desporto.....	139		
Apoio às equipas AENMS e NOVA	139		
Otimização da página de <i>Instagram</i> ®	139		
Running Club	140		
Torneio de Futsal	140		
Caminhada Solidária	141		
<i>Workshops</i> e Aulas Abertas.....	141		
Sports Buddies	142		
Celebração da Semana do Desporto	142		
SexEd	143		