

UNIDADE DE SAÚDE E BEM-ESTAR

GABINETE DE PSICOLOGIA E DE APOIO PSICOPEDAGÓGICO
Cuidados no âmbito da Saúde Mental

- Consultas de Psicologia e de Apoio Psicopedagógico
- Programas de promoção de competências socio emocionais e de estudo
- Programas de prevenção de comportamentos de risco e promoção de estilos de vida saudáveis

OUTRAS ESPECIALIDADES/ SERVIÇOS DE SAÚDE
Cuidados no âmbito da Promoção da Saúde

- Campanhas de sensibilização e rastreios
- Consultas de Psiquiatria para os estudantes
- Mais especialidades médicas em 2022/23
- Promoção e dinamização de protocolos de cooperação

PROJETOS / PROGRAMAS

					
UBUNTU no Ensino Superior	Programa de Apoio a Estudantes com NEE	Ciclo de Atividades para os estudantes das Residências	REDE Colaborativa COnVIDa MENTAL (SASIPC SASUC UC IPC ESEnFC)	Ciclo de formação interna para trabalhadores dos SASIPC	Projeto Internacional WISE (Wellbeing Innovations for Students in Europe)

DESAFIOS E ADAPTAÇÕES EM PANDEMIA

PLATAFORMA DE MARCAÇÃO DE CONSULTAS
Permitiu a escolha da data e hora mais favoráveis, promovendo marcações mais céleres

ADAPTAÇÃO DAS CONSULTAS AO FORMATO ONLINE
Manteve o serviço de psicologia verificando-se a adesão dos estudantes às consultas online

GRUPOS DE PARTILHA E ENTREAJUDA
Permitiram a partilha de estratégias num espírito de entreajuda, criando uma rede de suporte e promovendo a proximidade e o sentimento de pertença

CRIAÇÃO DA REDE COnVIDaMENTAL
Permitiu estabelecer sinergias e partilha de recursos de promoção de saúde mental, articulando procedimentos entre serviços de apoio a estudantes