



ERASMUS+ INCOMING

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO DA MAIA - ISMAI



INSTITUTO
UNIVERSITÁRIO
DA MAIA



RELAÇÕES INTERNACIONAIS



Erasmus+



BEM-VINDO

Temos o prazer de o receber no nosso Instituto Universitário e esperamos que aprecie a sua estadia e estudos na Maia.

Esta pode ser a sua primeira visita a Portugal, à Maia e ao ISMAI e temos a certeza de que tem muitas perguntas. Um dos objetivos deste guia é dar resposta a algumas delas, antes de chegar, para facilitar a sua integração na vida académica da Maia.

Nas páginas seguintes encontrará uma descrição geral da sua Instituição de Acolhimento e algumas informações práticas, tais como: chegada à Maia, alojamento, aprendizagem de língua portuguesa, informações académicas, serviços universitários e endereços úteis.

Esperamos que este guia seja útil na preparação da intensa experiência académica que viverá nos próximos meses.

Para mais informações contacte a equipa do GRI, que está sempre disponível para ajudar e aguarda a sua chegada.

WELCOME

We are pleased to welcome you in our University Institute and we hope you enjoy your stay and studies in Maia.

If this is your first time in Portugal, or Maia, or ISMAI, you will probably have a lot of questions. The aim of this guide is to answer some of your queries before you arrive, so as to facilitate your integration in academic life.

On the following pages you will find a general description of your host institution as well as some practical information on some relevant matters, such as: arrival, accommodation, Portuguese language lessons, academic information, academic services and useful contacts.

We hope this guide helps you prepare for the intense academic experience that you will live in the next months.

For further information, do not hesitate to contact the International Relations Office. Our international team are here to help you and are looking forward to meeting you soon!



CAMPUS ISMAI

O ISMAI oferece cursos de licenciatura, mestrado e doutoramento integrados em quatro departamentos:

- Ciências da Educação Física e Desporto;
- Ciências da Comunicação e Tecnologias da Informação;
- Ciências Empresariais;
- Ciências Sociais e do Comportamento.

A comunidade académica beneficia de excelentes infraestruturas, transportes e equipamento tecnológico de ponta. Para a conveniência da comunidade ismaiata, o ISMAI está aberto 24 horas por dia, 365 dias por ano. A estação de metro ISMAI fica a 2 minutos do ISMAI e o aeroporto Francisco Sá Carneiro a 15 minutos do ISMAI.

O ISMAI integra um campus universitário moderno, acolhedor e atrativo e dispõe de várias estruturas de apoio, entre elas centros de investigação, unidades funcionais de apoio aos cursos e serviços à comunidade.

Novas e modernas instalações desportivas estão atualmente a ser construídas.

ISMAI CAMPUS

ISMAI offers Bachelor's, Master's and PhD degree programmes which are integrated in four departments:

- Physical Education and Sports Sciences;
- Communication Sciences and Information Technologies;
- Social and Behavioural Sciences;
- Business Sciences.

The academic community benefit from excellent infrastructures, transport facilities and state-of-the-art technological equipment. For academic members' convenience, ISMAI is open 24 hours a day, 365 days a year. ISMAI metro station is 2 minutes away from ISMAI and Francisco Sá Carneiro airport is 15 minutes away from ISMAI.

ISMAI is a modern, attractive and welcoming university campus that provides students and staff with several support structures and facilities, such as research centres, functional units and services to the community.

New and modern sports facilities are currently being constructed.

CENTROS DE INVESTIGAÇÃO

- CEDTUR – Centro de Estudos de Desenvolvimento Turístico
- UNIDEP – Unidade de Investigação em Desenvolvimento Humano e Psicologia
- CIDESD-ISMAI - Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano
- UICCC – Centro de Investigação em Criminologia e Ciências do Comportamento
- CITEI – Centro de Investigação em Tecnologias e Estudos Intermédia
- UNICES – Unidade de Investigação em Ciências Empresariais e Sustentabilidade

UNIDADES FUNCIONAIS

- Estúdio Multiplataforma (Centro de Ciências da Comunicação)
- Laboratório Avançado de Telecomunicações
- Centro e Laboratório Multimédia
- Laboratório de Fotografia
- Centro de Condição Física
- Laboratório de Movimento Humano
- Laboratório de Ciências Forenses e Criminais
- Centro de Apoio Técnico à Segurança no Trabalho
- Laboratório de Física
- Laboratório de Química
- Centro de Empreendedorismo
- Centro de Apoio e Serviço Psicológico



SERVIÇOS

- Serviços Administrativos - Secretaria
- Serviços Académicos
- Gabinete de Informática e Sistemas de Informação
- Serviços de Ação Social
- Biblioteca
- Papelaria
- Reprografia
- Restaurante
- Bar

RESEARCH CENTRES

- CEDTUR - Centre for Tourism Development Studies
- UNIDEP - Research Unit in Human Development and Psychology
- CIDESD-ISMAI - Research Center in Sports Sciences, Health and Human Development
- UICCC - Research Unit in Criminology and Behavioural Sciences
- CITEI - Research Center in Technologies and Intermedia Studies
- UNICES - Research Unit in Business Sciences and Sustainability

FUNCTIONAL UNITS

- Multiplatform Studio (Centre for Communication Sciences)
- Advanced Laboratory of Telecommunications
- Multimedia Centre and Laboratory
- Photography Laboratory
- Physical Condition Centre
- Human Kinetics Laboratory
- Laboratory of Forensic and Criminal Sciences
- Occupational Safety Support Centre
- Physics Laboratory
- Chemistry Laboratory
- Entrepreneurship Centre
- Centre for Psychological Support Services



SERVICES

- Administrative Services – Registrar's
- Academic Services
- IT Support Services
- Social Action Services
- Library
- Stationer's
- Print shop
- Restaurant
- Cafeteria



DUAS CIDADES

MAIA

A cidade da Maia está localizada na região norte do país, no distrito do Porto. É sede de um município com 83,94 km² de área e cerca de 135.000 habitantes, composto por 10 freguesias. O ISMAI está localizado na freguesia de Castelo da Maia.

PORTO

A cidade do Porto é conhecida como a Capital do Norte e ainda como a Cidade Invicta. Este nome deu origem a Portucale (primeiro nome do nosso país), e, mais tarde, Portugal. É ainda uma cidade conhecida mundialmente pelo seu vinho (Vinho do Porto), produzido na zona demarcada do vale do Douro, a mais

antiga do mundo (1756), pela equipa de futebol F.C. Porto, pelo seu centro histórico, catalogado como Património Mundial pela UNESCO e ainda pela sua ampla zona industrial, a mais produtiva do país.

Como chegar ao ISMAI

O aeroporto Francisco Sá Carneiro está situado a cerca de 9km do ISMAI.

Poderá chegar ao ISMAI de várias formas a partir do aeroporto: de Metro (preço aprox.: 1.20€) ou de táxi (preço aprox.: 10€)

Do Porto, poderá viajar para o ISMAI de metro. A estação de metro tem o nome do nosso instituto universitário: ISMAI, onde termina a linha verde.



TWO CITIES

MAIA

The city of Maia is located in the northern region of the country, in the district of Porto. The municipality covers an area of 83.94 km², has around 135,000 inhabitants and is divided into 10 civil parishes. ISMAI is located in the civil parish of Castêlo da Maia.

PORTO

The city of Porto is known as Invicta or the Capital City of the North. Its name gave origin to Portucale (first name of our country) and later to Portugal.

The city is mostly renowned for its wine (Port Wine), produced in the Douro valley, the oldest demarcated wine region of the world (1756), for F.C. Porto (football team), for its historical centre,

listed as World Heritage by UNESCO and for its vast industrial area, the most productive in the country.

How to get to ISMAI

Francisco Sá Carneiro airport is situated approximately 9km away from ISMAI. You can travel from the airport to ISMAI by Metro (approx. price: 1.20€) or by taxi (approx. price: 10€).

If you are in Porto, you can travel to ISMAI by Metro. The metro station is named after our university institute: ISMAI, the terminus of the green line.

AO CHEGAR

À sua chegada, o estudante deverá dirigir-se ao Gabinete de Relações Internacionais do ISMAI, para confirmação de chegada presencial.

Depois de inscritos, os estudantes requisitam um Cartão de Estudante que lhes confere os mesmos benefícios dos estudantes portugueses.

Após a inscrição no ISMAI, é aconselhável que o estudante abra uma conta bancária portuguesa para gerir financeiramente a sua estadia em Portugal.

O Gabinete de Relações Internacionais também facultará aos alunos outros documentos necessários para a sua integração na comunidade académica e regional (incluindo um cartão SIM grátis, oferecido pela Erasmus Student Network).

DOCUMENTOS

- Passaporte ou Bilhete de Identidade;
- Cartão Europeu de Seguro de Doença ou Seguro de Saúde Internacional



UPON ARRIVAL

Upon arrival students are expected to visit the International Relations Office at ISMAI to confirm arrival in person.

Once registered, students will be given a student card, which entitles them to the same benefits as those of the Portuguese students.

Upon registration at ISMAI students are advised to open a bank account in a Portuguese bank so as to be able to manage their stay in Portugal financially.

The International Relations Office will also provide students with other necessary documents for their integration in the academic and regional community (including free SIM card, courtesy of the Erasmus Student Network).

DOCUMENTS

- Passport or ID card
- European Health Insurance Card (if coming from a European country) or International Health Insurance





WELCOME DAY

Todos os estudantes incoming são convidados a participar numa cerimónia oficial realizada no Auditório ISMAI.

Os estudantes terão aqui a oportunidade não só de conhecer alguns representantes dos órgãos diretivos do ISMAI, os técnicos do Gabinete de Relações Internacionais e representantes de outras entidades regionais, mas também de receber informações importantes sobre a vida e atividades académicas do ISMAI.

Depois da cerimónia, os estudantes são convidados a visitar o campus e a participar numa variedade de atividades sociais, que normalmente incluem almoço no Restaurante ISMAI, uma visita às caves de Vinho do Porto e uma viagem de barco no rio Douro.

WELCOME DAY

All incoming students are cordially invited to attend the official welcome ceremony which is held in the ISMAI Auditorium.

Students will have the opportunity not only to meet some representatives of ISMAI's governing bodies, the staff of the International Relations Office and representatives of other regional entities, but also to receive important information on mobility procedures, ISMAI's academic life and activities.

After the ceremony, students are invited to join a walking tour of the campus and to participate in a variety of social activities, which usually include lunch at the ISMAI Restaurant, a visit to the Port Wine cellars and a boat trip on the river Douro.



ALOJAMENTO

Apesar de o ISMAI ainda não dispor de residência universitária, a equipa do Gabinete de Relações Internacionais está disponível para ajudar os alunos incoming a encontrar alojamento na Maia ou no Porto.

O ISMAI não é responsável pelo alojamento dos estudantes, nem o Gabinete de Relações Internacionais. Não obstante, a nossa equipa pode providenciar o contacto dos estudantes com residentes que tenham apartamentos/quartos para arrendar.

Antes da sua chegada, os alunos serão informados sobre as condições do alojamento e respetivos preços. É desejável que, à sua chegada, o estudante tenha já um alojamento disponível.

Normalmente não é difícil encontrar alojamento na Maia. Os preços por quarto oscilam entre €120 e €180/mês.

Os estudantes podem também encontrar informação sobre alojamentos disponíveis nos expositores do instituto e na Associação de Estudantes.



ACCOMMODATION

Although ISMAI cannot yet offer student residence accommodation, the team of the International Relations Office are glad to help incoming students find accommodation in Maia or Porto.

ISMAI cannot bear responsibility for student accommodation, neither can the International Relations Office. Nonetheless, our team will be glad to provide students with contacts of residents who have flats/rooms to let.

Before arrival, students will be informed on housing conditions and prices. It is desirable that students have a place to stay upon arrival. It is usually not difficult to find accommodation in Maia. Room prices vary from 120€ to 180€/month.

Students can also find information concerning accommodation on notice boards throughout the campus and at the Students Association.

VIDA DE ESTUDANTE

Os estudantes têm o apoio permanente do Gabinete de Relações Internacionais quer no que diz respeito aos estudos quer a atividades extra curriculares.

No ISMAI os estudantes poderão integrar equipas desportivas, participar em visitas de estudo, nas atividades da Associação de Estudantes, usar as instalações do ISMAI fora do período de aulas (como por exemplo ginásio, laboratórios e outras unidades funcionais), etc.

O ISMAI organiza ainda atividades sociais para promover a integração social e cultural dos estudantes incoming.

LÍNGUA DE LECIONAÇÃO

A maior parte das unidades curriculares é lecionada em língua portuguesa. Não obstante, a maioria dos docentes proporciona aos estudantes internacionais apoio, materiais de estudo e testes de avaliação em língua inglesa.

AULAS DE LÍNGUA PORTUGUESA

Uma das mais-valias da experiência Erasmus+ consiste na aprendizagem de um novo idioma.

O ISMAI proporciona gratuitamente a todos os estudantes em mobilidade incoming a frequência da unidade curricular Língua Portuguesa (4 ECTS).



STUDENT LIFE

Students can count on the permanent support of the International Relations Office both as what regards studies and extracurricular activities.

At ISMAI students will be able to integrate sports teams, participate in study trips, activities promoted by the Student Association, use ISMAI's facilities outside class time (such as gymnasium, laboratories and other functional units), etc.

ISMAI also organizes social activities to promote the social and cultural integration of incoming students.

LANGUAGE OF INSTRUCTION

Most course units are taught in the Portuguese language. Notwithstanding most teachers will provide international students with support, study materials and assessment tests in the English language.

PORTUGUESE LANGUAGE LESSONS

One of the advantages of the Erasmus+ experience is the possibility of learning a foreign language.

ISMAI offers all mobility students free Portuguese language lessons (4 ECTS).





CURSOS

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

Licenciaturas (1º Ciclo)

- > Educação Física e Desporto
- > Gestão do Desporto

Mestrados (2º Ciclo)

- > Ciências da Educação Física e Desporto –
Especialização em Treino Desportivo
- > Ciências da Educação Física e Desporto –
Especialização em Exercício Físico e Saúde
- > Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico
e Secundário
- > Gestão do Desporto

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO E TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO

Licenciaturas (1º Ciclo)

- > Artes e Multimédia
- > Ciências da Comunicação
- > Informática
- > Redes de Telecomunicações
- > Relações Públicas
- > Tecnologias de Comunicação Multimédia

DEGREE PROGRAMMES

DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCES

Bachelor's Degrees (1st Cycle)

- > Physical Education and Sport
- > Sports Management

Master's Degrees (2nd Cycle)

- > Physical Education and Sport Sciences –
Specialization in Sports Coaching
- > Physical Education and Sport Sciences –
Specialization in Physical Exercise and Health
- > The Teaching of Physical Education in Basic
and Secondary Education
- > Sports Management

DEPARTMENT OF COMMUNICATION SCIENCES AND INFORMATION TECHNOLOGIES

Bachelor's Degrees (1st Cycle)

- > Arts and Multimedia
- > Communication Sciences
- > Computer Science
- > Telecommunications Networks
- > Public Relations
- > Multimedia Communication Technologies

Mestrados (2º Ciclo)

- > Tecnologias da Informação, Comunicação e Multimédia

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS EMPRESARIAIS

Licenciaturas (1º Ciclo)

- > Energias Renováveis
- > Engenharia de Segurança do Trabalho
- > Gestão da Qualidade, Ambiente e Segurança
- > Gestão de Empresas
- > Gestão de Marketing
- > Gestão de Recursos Humanos
- > Turismo

Mestrados (2º Ciclo)

- > Gestão Estratégica de Recursos Humanos
- > Gestão de Empresas
- > Marketing
- > Turismo, Património e Desenvolvimento
- > Sistemas de Gestão da Qualidade

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DO COMPORTAMENTO

Licenciaturas (1º Ciclo)

- > Criminologia
- > Psicologia

Mestrados (2º Ciclo)

- > Criminologia
- > Psicologia Clínica e da Saúde
- > Psicologia Escolar e da Educação

Doutoramento (3º Ciclo)

- > Doutoramento em Psicologia, Especialidade de Psicologia Clínica



Master's Degrees (2nd Cycle)

- > Information, Communication and Multimedia Technologies

DEPARTMENT OF BUSINESS SCIENCES

Bachelor's Degrees (1st Cycle)

- > Renewable Energies
- > Occupational Safety Engineering
- > Quality, Environment and Safety Management
- > Business Management
- > Marketing Management
- > Human Resource Management
- > Tourism

Master's Degrees (2nd Cycle)

- > Strategic Human Resource Management
- > Business Management
- > Marketing
- > Tourism, Heritage and Development
- > Quality Management Systems

DEPARTMENT OF SOCIAL AND BEHAVIOURAL SCIENCES

Bachelor's Degrees (1st Cycle)

- > Criminology
- > Psychology

Master's Degrees (2nd Cycle)

- > Criminology
- > Clinical and Health Psychology
- > School and Educational Psychology

PhD (3rd Cycle)

- > PhD programme in Psychology, Specialization in Clinical Psychology





INFORMAÇÕES ÚTEIS

ASSISTÊNCIA MÉDICA

Portugal tem sistema nacional de saúde.
Em caso de emergência **ligar 112**.
Linha de apoio à saúde “Saúde 24”:
808 242 424

HOSPITAIS E CENTROS DE SAÚDE

Centro de Saúde de Castêlo da Maia

R. Prof Lafayete Rodrigues Vieira Castro
4475-646 Maia
Tel.: 229 867 031 / 229 867 030

Centro de Saúde da Maia

Av. Visc. de Barreiros
4470-151 Maia
Tel: 229 448 480 / 229 723 322

Hospital São João

Alameda Prof. Hernâni Monteiro
4200-319 Porto. Portugal
Tel: 225 512 100

Hospital Santo António

Largo do Professor Abel Salazar
4099-001 Porto
Tel: 222 077 500
Emergência: **222 077 551 / 222 077 552**

Hospital Pedro Hispano

Rua Dr. Eduardo Torres
4454-509 Matosinhos
Tel : 229 391 000
Emergência: **229 391 543**

USEFUL INFORMATION

MEDICAL ASSISTANCE

Portugal benefits from a national health system.
In case of emergency **dial 112**.
Health Support Line “Saúde 24”:
808 24 24 24

HOSPITALS AND HEALTH CENTRES

Castêlo da Maia Health Centre

R. Prof Lafayete Rodrigues Vieira Castro
4475-646 Maia
Tel.: 229 867 031 / 229 867 030

Maia Health Centre

Av. Visc. de Barreiros
4470-151 Maia
Tel: 229 448 480 / 229 723 322

São João Hospital

Alameda Prof. Hernâni Monteiro
4200-319 Porto. Portugal
Tel: 225 512 100

Santo António Hospital

Largo do Professor Abel Salazar
4099-001 Porto
Tel: 222 077 500
Emergency: **222 077 551 / 222 077 552**

Pedro Hispano Hospital

Rua Dr. Eduardo Torres
4454-509 Matosinhos
Tel : 229 391 000
Emergency: **229 391 543**



Erasmus+ is a unique experience, an experience to be recommended to everyone. In this adventure you can discover new cultures, new languages, new people and ways of thinking, new friends, new loves and even a little bit more of oneself. You leave a part of yourself in the place where you study and live. Thank you all for giving me this opportunity!

Mattia – Italy

“Erasmus+ in a city full of activities, nice views and interesting people. An amazing experience! Loved every moment there!”

Agnė Randytė – Lithuania

Erasmus+ mobility at ISMAI was definitely one of the best choices of my life. Teachers are very kind and they always help us with everything. If I had the possibility of undertaking another Erasmus experience, I'd choose ISMAI again!

Henrieta Mesková – Slovakia

“Erasmus+ at ISMAI is among the best things I have done! Studies and fun!”

Halil İbrahim Kaya – Turkey

I had nothing but a great experience with the mobility. No troubles occurred during my stay. I met lots of people from different places and I really enjoyed it lot.

Michal Kovarik – Czech Republic

My Erasmus+ internship at ISMAI was a unique experience that helped me a lot and gave me the possibility of getting out of my comfort zone without fear.

Monika Katic, Croatia

I had the luck to spend one year at ISMAI under the Erasmus+ programme. My cooperation with the professors and the students was unforgettable. They helped me learn new things and enjoy this experience as well. The staff of the International Relations Office was great and made me feel at home from the first day I arrived in Porto. Obrigado, até à próxima!

Stamelos Konstantinos, Greece

My statement for summing up the Erasmus+ experience is: “Life begins at the end of your comfort zone. The end of your comfort zone begins with Erasmus+. In Porto and Maia.”

Kamil – Poland

It's difficult to express how wonderful and unforgettable my mobility experience was! It was undoubtedly the best experience I have ever had in my whole life! If you have the opportunity to undertake a mobility period, do it. You won't regret it!”

Lara Piquet – Brazil



LINKS ÚTEIS

www.ismai.pt
www.cm-maia.pt
www.cm-porto.pt
www.metroporto.pt
www.cp.pt
www.linhandante.com
www.esnporto.org
www.portoturismo.pt
www.zoodamaia.pt

USEFUL LINKS

www.ismai.pt
www.cm-maia.pt
www.cm-porto.pt
www.metroporto.pt
www.cp.pt
www.linhandante.com
www.esnporto.org
www.portoturismo.pt
www.zoodamaia.pt

Coordenação Editorial

Doutora Alexandra Isabel Alves Neves
Dra. Liliana Sofia Teixeira Marques
Dr. Nilson Fortes da Veiga
Dra. Patrícia Gradim Araújo
Mestre Pedro Almiro Neves

Coordenação Gráfica

Doutor Fernando Faria Paulino

Conceção, Design e Elaboração

Centro e Laboratório Multimédia - ISMAI
Dr. Diogo Nuno Gomes Ribeiro Borges Mesquita
Mestre Nuno Davide Paranhos Alves
Mestre Pedro Fernando Veludo Amorim Rodrigues
Dr. Duarte Rui Cunha Carvalho Santos

Impressão

Orgal impressores

Tiragem

1000 exemplares

Depósito Legal

ISBN

ISBN 978-972-9048-88-3

© Copyright

ISMAI - Instituto Universitário da Maia
Centro e Laboratório Multimédia

Data

2015

