Uab\_faqs

**1. Estou com dificuldades em progredir no meu percurso académico. Com que ajuda posso contar?**

Estudar no ensino superior é desafiante e exigente, ainda mais para quem tem uma vida profissional, social, familiar ativa. É natural que nem sempre se consigam alcançar os resultados desejados.

Pode tentar no semestre seguinte inscrever-se a menos UC ou até tentar perceber se o método de estudo está a ser o mais adequado.

Caso esteja em avaliação contínua e não tenha a classificação mínima exigida no somatório dos e-fólios tem sempre a possibilidade de ir a exame final, sendo que a inscrição neste é feita de forma automática.

Se estiver em avaliação final, fica automaticamente inscrito para exame de recurso.

Tem ainda disponível o secretariado do curso na Plata

**2. As provas de avaliação deixam-me muito ansioso/a e condicionam os meus resultados. Que tipo de ajuda posso ter?**

A ansiedade é uma resposta adaptativa do nosso organismo a situações nas quais nos sentimos ameaçados, em que achamos não ter recursos para as enfrentar, como pode ser o caso da realização de provas de avaliação.

Dê “tempo ao tempo”, pois com a contínua familiarização com estes momentos do seu percurso adquirirá maior segurança e confiança para os enfrentar.

Na UAb conta com o GAPAE e a sua equipa que o pode ajudar a encontrar [estratégias](https://gapae.uab.pt/saude-psicologica-e-bem-estar/recursos-psicoeducativos/) para lidar com o stress e a ansiedade na época de avaliação

**3. Existe apoio ao estudo na UAb?**

Na UAb, o modelo de ensino é colaborativo, isto significa que encontra docentes, tutores e colegas de curso que o irão acompanhar ao longo do seu percurso académico. A interação estudante/docente, docente/estudante e estudante/estudante é feita através dos fóruns que estão disponíveis em todas as Unidades Curriculares, na PlataformAberta.

Existem recursos académicos para o apoiar nos estudos, consulte aqui os recursos que selecionámos para apoiar os estudantes da UAb, desde webinares, tutoriais, apresentações sobre métodos de estudo…

**4. Como posso me candidatar a um mestrado na UAb?**

Na UAb o espírito académico é promovido também através dos eventos como a receção aos novos estudantes e Bênção das Pastas, que são realizados em pareceria entre os CLA e a AAUAb. Fique atento à Agenda da UMCLA para saber quando vão ocorrer estes eventos.

Sobre a AAUAb pode obter mais informações [aqui](https://aauab.pt/)

Para além disso, nos fóruns de cada licenciatura, aquando da sua apresentação, no início do ano letivo, pode tentar entrar em contacto com os seus colegas e aproximar-se quer presencialmente quer online.

**5. Tenho uma vida profissional e familiar muito intensa, como posso conciliá-la com os estudos na UAb?**

O modelo de ensino-aprendizagem da UAb é totalmente assíncrono, flexível e adaptado aos estudantes que necessitem conciliar vida pessoal, profissional e académica. A PlataformAberta está disponível 24h/24h, 7 dias por semana, de modo a facilitar o acesso do estudante ao estudo a qualquer momento e em qualquer parte do mundo.

Para manter sempre um vínculo com as actividades procure nunca deixar passar uma semana sem aceder às UC em que se encontra matrículado/a. Poderá constituir um esfporço suplementar, mas, mais tarde, verá que será compensador.

**6. Com quem e onde posso esclarecer as minhas dúvidas?`**

Pode e deve sempre, em primeiro lugar, recorrer aos docentes/tutores das UC em que se encontra matriculado. Pode também recorrer Às Coordenações e aos Secretariados do seu Curso. Além disso, a UAb  rede de núcleos desconcentrados (Centros Locais de Aprendizagem) bem como a Delegação de Coimbra e Porto, que têm como objetivo prestar apoio aos seus estudantes, de modo a ser uma universidade próxima dos seus estudantes.

Consulte aqui a rede de apoio <https://portal.uab.pt/redes-de-apoio/>

**7. Estou a pensar emigrar. Posso continuar a frequentar a UAb?**

Sim, a UAb permite estudar em qualquer parte do mundo, no fuso horário de Lisboa, desde que tenha acesso a um dispositivo eletrónico de acesso à internet.

Consulte aqui os locais de exames no estrangeiro: <https://portal.uab.pt/local-de-exames-no-estrangeiro/>

Pode continuar os seus estudos connosco “em qualquer lugar do undo”, como expressa o nosso lema.

**8. Estou com dificuldades em pagar as propinas. Que opções existem na UAb que me possam ajudar?**

A Universidade Aberta já integra o sistema da DGES para atribuição de bolsas. Pode consultar mais informações neste link: <https://portal.uab.pt/bolsas-de-estudo-2024-2025/>   
   
Tal como expresso na página sobre as bolsas da DGES, aconselha-se a leitura do Guia do candidato e das Perguntas Frequentes disponíveis na página da DGES e a utilização do Simulador da DGES.

Mesmo que não se candidate a bolsa, não deixe de contactar a UAb dando conta da sua situação para que possa procurar uma “solução à medida”.

**9. Como é que a UAb comunica com os estudantes?**

O principal meio de contacto entre a UAb e o estudante é através do email institucional, seja para assuntos administrativos ou académicos.    
Contudo, existem outras formas tais como a Plataforma Aberta, onde a comunicação com os docentes, tutores e entre os estudantes acontecem nos fóruns e no chat disponibilizados ou no Portal Académico, onde os estudantes podem solicitar documentação através do SITCON Contactos Online.

Os Serviços Académicos responderão aos pedidos sempre através do email institucional.

**10. De que recursos disponho ao ser estudante da UAb (Office 365)?**

O estudante da UAb tem acesso a uma série de recursos, tais como o “Office 365”, que é instalado através da autenticação do email institucional. Nas Unidades Curriculares, os docentes podem facultar diferentes recursos e em diferentes formatos para estudo, desde vídeos a material em pdf. A Universidade Aberta possibilita também, através do Centro de Documentação, a requisição domiciliária de livros. O mesmo Centro, de igual modo, possibilita aos estudantes da UAb acesso a diferentes repositórios bibliográficos, tais como a B-ON (Biblioteca do Conhecimento Online) e outros repositórios com os quais tem protocolo assinado e pode ser consultado [aqui](https://portal.uab.pt/dsd/recursos-2/):