

Queres estudar noutro país? 
Vem saber tudo sobre Erasmus+ e Intercâmbio!

Sessão de esclarecimentos MOBILIDADE OUTGOING PARA ESTUDANTES DA ESSL



ESCOLA
SUPERIOR
DE SAÚDE
DE LISBOA



POLITÉCNICO
DE LISBOA

POLYTECHNIC
UNIVERSITY
OF LISBON

Porquê realizar um período de Mobilidade Académica?

Uma Mobilidade Erasmus+ ou de Intercâmbio dará ao estudante ou ao recém-graduado, através de uma programa de estudos ou estágios, a possibilidade de conhecer novos países e culturas, fazer amigos de diversas origens, aprender novas línguas, alargar os seus horizontes, e principalmente o desenvolvimento de soft skills (competências sociais), o que certamente terá um resultado muito positivo na sua vida futura académica e profissional.

Estatisticamente está demonstrado que a realização de Mobilidade (Erasmus+ ou Intercâmbio) está associada a uma maior empregabilidade futura, seja em Portugal, seja em mercados estrangeiros.

<https://observador.pt/2021/04/14/maior-empregabilidade-e-uma-vantagem-do-programa-de-mobilidade-europeia-erasmus/>

“O programa Erasmus+ tem uma vantagem: aumenta a empregabilidade. "Cada vez mais" os empregadores "públicos e privados" valorizam "a condição Erasmus".”

**Atualmente está à disposição dos estudantes da ESSL
poderem candidatar-se a:**

Mobilidade Erasmus +

- modalidade SMS – Studies (Estudos)
- modalidade SMP – Traineeships (Estágios)
- BIP – Blended Intensive Programmes (Programas Intensivos Mistas) *
- Mobilidade de Estágios para Recém-Graduados

Intercâmbio

Intercâmbio

- A designação de Intercâmbio refere-se a mobilidades que não estão ou que não podem estar associadas ao Programa de Mobilidade Erasmus+
- É realizada geralmente em países fora do Espaço Europeu
- A nível de objetivos académicos é semelhante ao Erasmus+
- Há que ter em conta, no entanto, que a generalidade dos países de destino não utilizam ECTS, e dessa forma, o reconhecimento das unidades efetuadas nessa Universidade para a creditação nas ucs da ESSL, será baseada nas horas de cada uma dessas unidades, e nos seus conteúdos
- Não existe Bolsa de Estudos associada a estas mobilidades

Programa ERASMUS+

- é o programa da União Europeia de apoio à educação, à formação, à juventude e ao desporto na Europa
 - mais de 35 anos de existência, foi estabelecido em 1987
 - cerca de 14 milhões de pessoas já participaram no Programa
 - Encontra-se repartido nas chamadas Ações-Chave (Key Action).
- Na Ação-Chave 1 (KA1) do Programa Erasmus+ é promovida a Mobilidade individual de estudantes para fins de aprendizagem (estudos e estágio) e também a formação internacional de docentes e outros profissionais das organizações ligadas à educação.



Erasmus+

- Mas porquê a designação ERASMUS... ?
- "EuRopean Community Action Scheme for the Mobility of University Students" (acrónimo)

Programa ERASMUS+

Países participantes

(<https://erasmus-plus.ec.europa.eu/pt-pt/programme-guide/part-a/eligible-countries>)

Os países seguintes podem participar plenamente em todas as ações do Programa Erasmus+:

Estados-Membros da União Europeia (UE): Bélgica, Bulgária, Chéquia , Dinamarca, Alemanha, Estónia, Irlanda Grécia, Espanha, França, Croácia, Itália, Chipre, Letónia, Lituânia, Luxemburgo, Hungria, Malta, Países Baixos, Áustria, Polónia, Portugal, Roménia, Eslovénia, Eslováquia, Finlândia, Suécia

Países terceiros associados ao Programa: Macedónia do Norte, Sérvia, Islândia, Listenstaine, Noruega, Turquia

Programa ERASMUS+

Países terceiros não associados ao Programa

(podem participar em determinadas ações do programa, sob reserva de condições ou critérios específicos):

Região dos Balcãs Ocidentais (Região 1)

Países da Vizinhança Oriental (Região 2)

Países do Mediterrâneo Meridional (Região 3)

Federação da Rússia (Região 4)

Região 5 Ásia

Região 6 Ásia Central

Região 7 Médio Oriente

Região 8 Pacífico

Região 9 África Subsariana

Região 10 América Latina

Região 11 Caraíbas

Região 12 EUA e Canadá

Região 13: Andorra, Estado da Cidade do Vaticano, Mónaco, São Marinho

Região 14: Ilhas Faroé, Suíça, Reino Unido

Programa ERASMUS+

BIP – Blended Intensive Programmes (Programas Intensivos Mistos)

- Os programas intensivos mistos são desenvolvidos e implementados por, pelo menos, três instituições de ensino superior (IES) provenientes de, pelo menos, três Estados-Membros da UE e de países terceiros associados ao Programa.
- Composto por uma mobilidade física de curta duração no estrangeiro, combinada com uma componente virtual obrigatória no país de origem.
- Necessário um mínimo de participantes para poderem funcionar.
- As candidaturas aos BIP dependem dos projetos em curso, e como tal não se realizam no momento das candidaturas SMS, SMP e Intercâmbio.
- O processo de seleção dos estudantes encontra-se a cargo do Coordenador Académico.

Programa ERASMUS+

SMS – Student Mobility for Studies

- Mobilidade decorre sempre associada a uma instituição de ensino superior
- Mínimo de 2 meses de mobilidade, e máximo de 12 meses
- Plano de Estudos, com escolha de unidades curriculares e respetivos créditos ECTS – preenchimento do *Learning Agreement for Studies* (Acordo de Estudos)
- Possibilidade de realização de unidades curriculares de estágio
- Realização de avaliações e cumprimento do calendário académico dessa instituição
- Após concluir o estudo, recebe o seu *Transcript of Records* (registo de notas)
- Possibilidade de realizar Cursos de Línguas
- Possibilidade de aceder a residências universitárias (quando disponíveis)
- Maior integração no “espírito académico”

Programa ERASMUS+

SMP – Student Mobility for Traineeships

- Exclusivamente para a realização de Estágio
- Mobilidade pode decorrer associada a instituições de ensino superior, ou diretamente com empresas ou instituições de saúde públicas ou privadas, como hospitais, clínicas, e outras.
- Mínimo de 2 meses de mobilidade e máximo de 12 meses
- Quando associada a uma Instituição de Ensino Superior, poderá haver a necessidade do plano de estágio ser integrado nas unidades curriculares práticas dessa instituição.
- No preenchimento do *Learning Agreement for Traineeships* (Acordo de Estágio), o usual é indicar-se o número de semanas de estágio e o número de horas por semana.
- Eventual maior flexibilidade a nível de calendário
- No final da mobilidade o estudante receberá o *Traineeship Certificate* (Certificado de Estágio)
- A instituição de envio fará o reconhecimento das horas de estágio realizadas de forma a que, preferencialmente, a unidade correspondente fique realizada na sua totalidade.

Programa ERASMUS+

Mobilidade de Estágios para Recém-Graduados

- Semelhante à Mobilidade SMP, mas para Recém-Graduados (há menos de 1 ano)
- Exclusivamente para a realização de Estágio
- Mínimo de 2 meses de mobilidade e máximo de 12 meses
- O Estágio necessita de ser concluído no prazo máximo de 1 ano, após a data de graduação
- Quando realiza a candidatura, poderá indicar somente o país, ou países, preferidos para a sua mobilidade, e assinalar a opção free-mover e estágio não curricular
- Após a seleção dos candidatos, o Recém-Graduado deverá depois procurar a sua instituição de destino, que deverá ser distinta das instituições disponibilizadas para os estudantes
- Após a confirmação da mobilidade, o Recém-Graduado deverá contratar o seu Seguro de Acidentes/Repatriamento/Responsabilidade Civil
- Possibilidade de aceder a Bolsa de Mobilidade, como os Estudantes
- No final da mobilidade o estudante receberá o *Traineeship Certificate* (Certificado de Estágio)

Programa ERASMUS+

- Durante o mesmo Ciclo de estudos (ex. Durante a Licenciatura/1.º Ciclo), os estudantes podem realizar mais do que 1 período de Mobilidade
- O total das Mobilidades realizadas não pode, no entanto, exceder 12 meses (máximo):

Mobilidades SMS

+

Mobilidades SMP

+

Estágio Erasmus+ para Recém-Graduados

≤ 12 meses

Programa ERASMUS+

Critérios de elegibilidade

- Possuir nacionalidade Portuguesa, ou de outro estado da União Europeia, ou estar matriculado em qualquer estabelecimento de ensino superior, em Portugal
- Estar formalmente inscrito e matriculado num Curso de estudos a tempo inteiro, conducente a diploma ou grau académico
- Ter condições de matrícula no 2º Ano do Curso superior que frequenta
- Não ter efetuado uma mobilidade Erasmus+ superior a 12 meses durante o mesmo ciclo de estudos
- Não estar abrangido em simultâneo, por outros programas de atividades enquadradas no âmbito da União Europeia

Como efetuar a Candidatura aos Programas de Mobilidade

Erasmus+ SMS, Erasmus+ SMP,
Estágios para Recém-Graduados e Intercâmbio

No Portal **MOBILIDADEnet IPL**, em data própria a ser divulgada
(geralmente em janeiro):

portal.ipl.pt/mobilidade

Só existe 1 fase de candidaturas, seja para 1.º Semestre ou 2.º Semestre.

O estudante deverá candidatar-se durante o Ano Académico anterior ao pretendido para a mobilidade. (ex. um estudante que pretenda realizar mobilidade no seu 4.º Ano, deverá realizar a candidatura no ano em que frequenta o seu 3.º Ano).



Alunos Estudos

Alunos Estágios

Staff Docentes

Staff Não Docentes

Outgoing
Incoming

Outgoing
Incoming

Outgoing
Incoming

Outgoing
Incoming

calendário mobilidade

Novembro 2024						
D	S	T	Q	Q	S	S
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
1	2	3	4	5	6	7

Hoje

[Mobilidade AULP 2ª Fase IN - ESCS](#) [Inscrições abertas de 2024-11-20 até 2024-11-30](#)

ligações úteis

[Portal IPL](#)



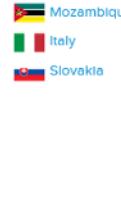
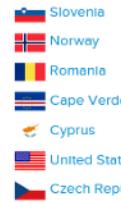
mobilidade outgoing



Nesta área poderá escolher o seu destino de mobilidade, utilizando a imagem associada a cada país ou pelos restantes critérios disponíveis. Para iniciar o seu processo deverá clicar no botão "Entrar" no canto superior direito e usar os meios de autenticação utilizados no portal académico netPA.



países com protocolos



[Anterior \(Home\)](#)

Fechar

Processo outgoing

Internacional

- [Intercâmbio](#)
- [Intercâmbio Suíça/Europa](#)
- [Mobilidade AULP](#)
- [Erasmus+ ICM](#)
- [Erasmus+ 2022/27 - Estudos \(SMS\)](#)
- [Erasmus+ 2022/27 - Estágio \(SMP\)](#)
- [Erasmus+ 2022/27 - Staff Teaching \(STA\)](#)
- [Erasmus+ 2022/27 - Staff Training \(STT\)](#)
- [Erasmus+ Estudos BIP](#)
- [Erasmus+ ICM - PROCULTURA+ \(2022/27\)](#)

Nacional

- [Mobilidade com os Politécnicos de Porto e Coimbra](#)

OUT

Novembro 2024						
D	S	T	Q	Q	S	S
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
1	2	3	4	5	6	7

Hoje

agenda



pesquisa área | país | instituição | programa

tipo mobilidade

- Alunos Estudos
- Alunos Estágios
- Staff Docentes
- Staff Não Docentes

área

«Pesquise ou selecione»

país

«Pesquise ou selecione»

Instituição acolhimento

«Pesquise ou selecione»

programa

«Selecione»

cursos de protocolos

«Selecione»

pesquisar

Limpar



 **registro candidatura**

protocolos



[lista protocolos](#) [mapa instituições](#)

Pesquisar

Instituição: (circled in red)

área:

país:

Instituição parceira:

programa:

cursos do protocolo: (circled in red)

tipo mobilidade: Alunos Estudos Alunos Estágios Staff Docentes Staff Não Docentes

[pesquisar](#) [Exportar para Excel](#)

instituição	programa	instituição parceira	área
1 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Intercâmbio	University of Saskatchewan	0915 - Therapy...
2 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Intercâmbio	Universidade de São Paulo	0915 - Therapy...
3 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Intercâmbio	Universidade Cruzeiro do Sul	0915 - Therapy...
4 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Intercâmbio	Universidade Federal de Minas Gerais	0915 - Therapy...
5 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Mobilidade AULP	Universidade Federal de Minas Gerais	0915 - Therapy...
6 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	National Sports Academy "Vassil Levsky"	0915 - Therapy...
7 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Metropolitan University College	0915 - Therapy...
8 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	UNIVERSIDAD DE ALCALÁ	0915 - Therapy...
9 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	University of Almería	0915 - Therapy...
10 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universidad de Extremadura	0915 - Therapy...
11 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universitat Ramon Llull	0915 - Therapy...
12 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	UNIVERSITAT INTERNACIONAL DE CATALUNYA	0915 - Therapy...
13 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	University of Cádiz	0915 - Therapy...
14 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	University of Jaén	0915 - Therapy...
15 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universidad de Las Palmas de Gran Canaria	0915 - Therapy...
16 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universidad San Pablo CEU	0915 - Therapy...
17 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universidad de Francisco Vitoria	0915 - Therapy...
18 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universitat Rovira i Virgili	0915 - Therapy...
19 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universitat de València	0915 - Therapy...
20 Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa	Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)	Universidad de Valladolid	0915 - Therapy...

Página 1 de 3 | [Anterior](#) [Próximo](#) [Imprimir](#) A mostrar 1 - 20 de 48

[Anterior \(mobilidade outgoing\)](#)

Fechar

Processo outgoing

Internacional

- Intercâmbio
- Intercâmbio Suiça/Europa
- Mobilidade AULP
- Erasmus+ ICML
- Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS)
- Erasmus+ 2022/27 - Estágio (SMP)
- Erasmus+ 2022/27 - Staff Teaching (STA)
- Erasmus+ 2022/27 - Staff Training (STT)
- Erasmus+ Estudos BIP

- Erasmus+ ICM - PROCULTURA+ [2022/27]

Nacional

- Mobilidade com os Politécnicos de Porto e Coimbra

OUT

Novembro 2024						
D	S	T	Q	Q	S	S
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
1	2	3	4	5	6	7

Hoje

agenda

Coordenadores Académicos

CBL – Prof.^ª Edna Ribeiro

DTN – Prof.^ª Ana Catarina Moreira

FM – Prof.^ª Ana Margarida Costa

FC – Prof. Filipe Fernandes

FT – Prof.^ª Luísa Pedro

IMRT – Prof.^ª Lina Vieira

ORP – Prof. Diogo Ricardo

OCV – Prof. Luís Mendanha

SA – Prof.^ª Ana Monteiro

Autenticação

Candidato OUT **Candidato IN** **GRI/CM/SA**

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa

Autenticar-se através Portal Académico - netPA

OU

Introduza o nome de utilizador...

Introduza a palavra-chave...

AJUDA

No caso de ter perfil de aluno ou de docente, deve escolher a sua unidade orgânica e clique no botão de autenticação com o portal netPA. No caso de ter perfil não docente, deverá solicitar as suas credenciais de acesso através do email helpdesk@net.ipl.pt. Verifique se as janelas de popup estão permitidas.

[Esqueceu a palavra-chave](#)

Entrar ➤



registo
candidatura

o meu processo mobilidade

... ano letivo 2023-24 programa Erasmus+ 2022/27 - Estudos (SMS) - 1^a fase

estado	Conclusão / Conclusion	candidatura	8781	processo	OUTGOING
--------	------------------------	-------------	------	----------	----------

⊖ antes de sair

- ⊕ candidatura
- ⊕ seriação/nomeação
- bolsa de mobilidade
- ⊕ contrato estudos

Apto Seriação / Approved Seriation	consultar
Aceite / Accepted	-
 -	por Iniciar

⊖ mobilidade

- ⊕ dados a preencher

dados incompletos	-
-------------------	---

⊖ regresso mobilidade

- ⊕ creditação
- ⊕ conclusão

Aprovada / Approved	consultar
Concluído / Concluded	consultar testemunho

Preenchimento da Candidatura

É MUITO SIMPLES!

- O Portal de Mobilidade está conectado ao Portal Académico, e os dados do estudante são automaticamente carregados.
- Primeiro, escolher o Tipo de Mobilidade, SMS ou SMP ou Intercâmbio. (Só é possível escolher 1 modalidade por candidatura.)
- **Atenção! Não devem duplicar candidaturas!** Podem abrir 2 candidaturas, mas somente se pretenderem realizar 2 mobilidades: uma no 1.º Semestre, e outra no 2.º Semestre. Não confundir com Mobilidade de Ano Completo.
- Escolha das instituições de destino de interesse (até 4 opções) e escolha do semestre de mobilidade. As instituições parceiras para escolha, surgem numa lista, de acordo com a área de estudos. Não escrever as instituições manualmente.
- No caso dos Recém-Graduados, não esquecer de indicar free mover, e estágio não curricular. Sabendo de antemão qual a instituição pretendida, pode a mesma ser escrita manualmente.
- Indicar as competências linguísticas, **ao momento**, em Inglês, e também na Língua do país (ou países) de destino (Italiano, Finlandês, etc.)
- Escrever um texto breve em Português sobre as Motivações para a realização do período de mobilidade.

Preenchimento da Candidatura

A Candidatura pode ser preenchida por etapas, mas deve ser gravada antes de cada saída, para não se perderem os dados já inseridos.

Quando tudo preenchido, o passo final é Submeter.

Seriação dos Candidatos

- Nos Acordos Interinstitucionais ou Protocolos existentes, está definido o número de vagas de estudantes que podem realizar mobilidade, por ano. Dessa forma é-nos necessário proceder à seriação dos candidatos, cuja candidatura foi submetida e validada.

Critério único de seriação: Mérito Académico, pela aplicação da fórmula:

$$Cf = 2Mp + 3Nc$$

Cf = classificação final

Mp = média ponderada arredondada às centésimas das classificações das unidades curriculares concluídas à data da candidatura

Nc = numero de créditos ECTS concluídos à data da candidatura

Em caso de empate:

- Ser bolseiro do SAS
- Eventual entrevista, para aferida a motivação para a Mobilidade

Seriação dos Candidatos

e

Início do Processo da Candidatura

à Instituição parceira

- Após o fecho das candidaturas, e após ser feita a seleção/seriação, o estudante receberá uma notificação, solicitando que indique na sua área do Portal de Mobilidade, se aceita, ou não, a vaga que lhe foi atribuída através deste concurso interno. É a chamada Nomeação.
- Será depois desse momento, que se inicia efetivamente o processo de contacto com a instituição parceira.
- O gabinete de Mobilidade Académica da ESSL, acompanhará desde o início até ao final, cada estudante, no seu processo de candidatura, indicando o que deverá preencher e obter, para dar seguimento ao seu processo de mobilidade, no timing adequado a cada estudante/instituição parceira.
- Simultaneamente haverá o acompanhamento por parte do respetivo Coordenador Académico do Curso de Licenciatura, especialmente no que concerne ao plano de estudos ou estágios.

Bolsas de Mobilidade Erasmus+

- Atribuídas em função do mérito académico, utiliza a mesma fórmula:
$$(Cf = 2Mp + 3Nc)$$
- O seu valor depende do país de destino, do tipo de mobilidade (SMS ou SMP) e do período de mobilidade acordado no documento *Learning Agreement* (Acordo de Estudos ou Estágio). A distância do país de destino passou também a ser um critério.
- Atribuída em duas tranches, 70% (no início da mobilidade) + 30% (após o regresso), após o estudante cumprir algumas obrigações:

1^a tranche (70%)

Ter a documentação assinada e carregada no Portal (*Learning Agreement*, Contrato de Mobilidade, Avaliação OLS - Teste da Língua a utilizar na instituição de destino*)

2^a tranche (30%)

Entrega do *Certificate of Attendance*, do *Transcript of Records* ou *Traineeship Certificate*, preenchimento do Relatório Final (Survey), preenchimento da Conclusão

* O estudante deverá obter no teste pelo menos nível B-1 de conhecimento nessa língua. Algumas instituições parceiras poderão vir a exigir entrega de certificado.

Bolsas de Mobilidade Erasmus+

- **Todos os Estudantes e Recém-Graduados que ficarem seriados e aceitarem a Nomeação, ficam automaticamente Candidatos a receberem Bolsa de Mobilidade.**
- a atribuição da Bolsa depende se o estudante ficar de facto aceite para Mobilidade pela instituição de destino (pela assinatura do Learning Agreement para Estudos ou Estágio), e havendo verba disponível para atribuição da sua Bolsa.
- **Não é o desejado pela ESSL, mas é necessário alertar para a possibilidade da existência de “Bolseiros zero”, ou seja estudantes a quem não pode ser atribuída Bolsa por falta já de verba disponível. Tal no entanto, não impede que o estudante realize a sua mobilidade, se assim o pretender fazer.**
- (A verba para as Bolsas de Mobilidade e ações de mobilidade é atribuída ao IPL pela Agência Nacional Erasmus. No IPL, a gestão das Bolsas está cargo dos nossos colegas do GRIMA – Gabinete de Relações Internacionais e de Mobilidade Académica).

Bolsas de Mobilidade Erasmus+

Tabela de Bolsas (referente ao ano académico de 2022/23)

Estudantes para Estudos e Estágios (Europa)

De Portugal Continental para:	País de Destino	Valor da Bolsa Mensal Para ESTUDOS (SMS)	Valor da Bolsa Mensal Para ESTÁGIO e ESTÁGIO RECÉM GRADUADO (SMP)
Grupo 1 Países do programa com custo de vida elevado + Reino Unido e Suíça	Dinamarca, Finlândia, Irlanda, Islândia, Liechtenstein, Luxemburgo, Noruega e Suécia	400 €	550 €
Grupo 2 Países do Programa com custo de vida médio	Alemanha, Áustria, Bélgica, Chipre, Espanha, França, Grécia, Holanda, Itália e Malta	350 €	500€
Grupo 3 Países do Programa com custo de vida mais barato	Bulgária, Croácia, Eslováquia, Eslovénia, Estónia, Hungria, Letónia, Lituânia, Macedónia do Norte, Polónia, República Checa, Roménia, Sérvia e Turquia	300 €	450 €

Bolsas de Mobilidade Erasmus+

Tabela de Bolsas (referente ao ano académico de 2022/23)

Estudantes para Estudos e Estágios (Países Parceiros fora Europa, e Regiões 13 e 14)

De Países do Programa	País de Destino	Valor da Bolsa Mensal Para ESTUDOS (SMS) e Estágios
Portugal Continental para:	Países Parceiros das Regiões 1-4 e 6-13 Região 5 – China e Macau; Região 8 – Timor-Leste; Austrália Região 9 - Angola, Cabo Verde, Guiné-Bissau; Moçambique, S. Tomé e Príncipe; Região 10 - Argentina, Brasil, Chile, Colômbia México; Região 12 – Estados Unidos e Canadá	700 €
Portugal Continental	Países Parceiros das regiões 5 e 14 Países Parceiros Região 5 : Andorra, Estado cidade Vaticano, Mónaco, San Marino) Países Parceiros Região 14 : Ilhas Faroé, Reino Unido e Suíça	As mesmas taxas aplicáveis à mobilidade Grupo I

Exemplos de Bolsas Erasmus atribuídas em 2024/2025 e 2025/2026

(somente como referência – os valores podem vir a ser diferentes nos anos seguintes)

- SMS, Finlândia, Helsínquia, 120 dias, **2380 €**
- SMS, Dinamarca, Copenhaga, 163 dias, **2840 €**
- SMS, Itália, Messina, 164 dias, **2705 €**
- SMS, Polónia, Poznan, 136 dias, **1563 €**
- SMS, Países Baixos, Nijmegen, 162 dias, **2739€**
- SMP, Noruega, Bergen, 106 dias, **2515 €**
- SMP, Espanha, Barcelona, 106 dias, **2252 €**
- SMP, Bélgica, Leuven, 150 dias, **3309 €**
- SMP, Roménia, Cluj-Napoca, 62 dias, **1428 €**
- SMP, Alemanha, Munique, 120 dias, **2709 €**

Bolsas Suplementares Erasmus

- De forma a possibilitar uma igualdade, ou pelo menos uma aproximação de oportunidades, os estudantes que cumulativamente sejam Bolseiros da Ação Social e recebam Bolsa Erasmus+, têm direito a receber uma Bolsa Suplementar Erasmus, a ser paga pela DGES.
- Não é necessária candidatura à bolsa suplementar. O processo é tratado entre o GRIMA e o SAS/DGES
- Estudantes com necessidades especiais, podem receber o suplemento, mediante provas documentais a apresentar à Agência Nacional.

gabinete de Mobilidade Académica (ESSL)

Sala 0.11

Horário

2.ª feira:

10h00 - 12h30

3.ª e 5.ª feira:

14h00 – 16h30

E-mail:

studentmobility@estesl.ipl.pt





ESCOLA
SUPERIOR
DE SAÚDE
DE LISBOA



POLitécnico
DE LISBOA

POLYTECHNIC
UNIVERSITY
OF LISBON