



Universidade do Minho
Serviços de Acção Social



APOIO AO ESTUDANTE





**BEM VINDOS À
UNIVERSIDADE
DO MINHO!**

www.sas.uminho.pt



Serviços de Ação Social
Social Services



12

AÇÃO SOCIAL

Os Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (SASUM) são uma Unidade de Serviços da Universidade do Minho (UMinho), que têm como **MISSÃO** proporcionar aos estudantes as melhores condições de frequência do ensino superior e de integração e vivência social e académica, através da prestação de serviços nas áreas da atribuição de bolsas, alojamento, alimentar, desporto e cultura e saúde e bem-estar.

A ação diária concretiza a **VISÃO** de ter uma **UMA EQUIPA PERMANENTEMENTE DISPONÍVEL PARA O APOIO PLENO E INTEGRADO AO ESTUDANTE E AO SERVIÇO DA RESTANTE COMUNIDADE ACADÉMICA**, prossequindo os **PRINCÍPIOS** de proximidade, do interesse coletivo, da lealdade, da cumplicidade e do compromisso, que regem a nossa base de atuação.





**APOIO
PLENO E
INTEGRADO
AO ESTUDANTE**



DEPARTAMENTO
**APOIO
SOCIAL**



01

APOIOS SOCIAIS DIRETOS

BOLSA DE ESTUDO



BOLSA DE ESTUDO



• O QUE É A BOLSA DE ESTUDO?

É um apoio social direto aos estudantes economicamente carenciados, cujos agregados familiares não consigam suportar os encargos inerentes à frequência do ensino superior.

A atribuição deste apoio rege-se pelo Regulamento de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes do Ensino Superior (RABEEES), disponível em <https://www.sas.uminho.pt/bolsas-de-estudo/atribuicao-de-bolsas>

• QUEM PODE CANDIDATAR-SE?

Estudantes inscritos em ciclos de estudos conducentes aos graus de licenciado ou de mestre.

• ONDE SE PODE EFETUAR A CANDIDATURA?

O requerimento à bolsa de estudo é obrigatoriamente efetuado online, através do preenchimento do formulário de candidatura constante da plataforma BeOn, da Direção-Geral do Ensino Superior (DGES), bem como o carregamento de documentos de candidatura, em: www.dges.gov.pt/wwwBeOn/

BOLSA DE ESTUDO



• QUAL É O PRAZO PARA A APRESENTAÇÃO DE CANDIDATURA?

[Não dispensa a consulta da informação veiculada pelos documentos oficiais]



PRAZO GERAL

Entre 25 de junho e 30 de setembro;



INSCRIÇÃO APÓS 30 DE SETEMBRO

Nos 20 dias úteis após a inscrição, quando esta ocorra após 30 de setembro (Inscrição antes de 30 de setembro - o estudante dispõe sempre de prazo de 20 dias úteis para submeter a candidatura);

PRAZO para Licenciados e Mestres em Estágio Profissional (casos previstos no n.º3/art.º 1.º/RABEEES):

Nos 20 dias úteis subsequentes à emissão de comprovativo de início de estágio por parte da entidade que o faculto;



PRAZO ADICIONAL

Entre 1 de outubro e 31 de maio (mas o valor da bolsa de estudo é proporcional ao período que medeia entre o mês seguinte ao da submissão do requerimento e o fim do período letivo ou do estágio).



• QUAIS AS CONDIÇÕES ECONÓMICAS PARA TER DIREITO A BOLSA DE ESTUDO?

→O **rendimento anual** per capita do agregado familiar* deve ser igual ou inferior a **12 017,50 €**;

*agregado familiar: conjunto de pessoas constituído pelo estudante e demais pessoas que com ele vivam em comunhão de mesa, habitação e rendimento.

Para o cálculo do rendimento *per capita* são considerados, essencialmente, os rendimentos ilíquidos e o património mobiliário, de todos os elementos do agregado familiar:

Rendimentos: Trabalho dependente; Empresariais e Profissionais; Capitais; Prediais; Pensões; Prestações sociais; Apoios à habitação com caráter de regularidade; Bolsas de formação; Outros rendimentos não declarados em IRS e Rendimentos de Sociedades.

→O **património mobiliário**, em 31 de dezembro do ano anterior ao do início do ano letivo, não pode ser superior a **125 400,00€**.

O património mobiliário corresponde a todos os valores depositados em contas bancárias, planos poupança reforma, certificados do Tesouro, certificados de aforro, ações, obrigações, unidades de participação em fundos de investimento e outros valores mobiliários e instrumentos financeiros.

O candidato deve ainda:

- ter as **situações contributiva e tributária regularizadas**;
- cumprir as restantes **condições de elegibilidade** estipuladas no artigo 5.º do RABEEES.

Trabalhadores-estudantes

→O rendimento anual per capita do agregado familiar* deve ser igual ou inferior a **13 757,50 €** (nº1 b) do art.º 9º do RABEEES).

→Para efeitos do cálculo do rendimento per capita, estão isentos dos rendimentos até 14 vezes da retribuição mínima mensal garantida (11 480€).



INFORMAÇÕES ADICIONAIS SOBRE BOLSA DE ESTUDO, nomeadamente Legislação e Procedimentos para submissão da candidatura, encontram-se disponíveis em: www.sas.uminho.pt, bem como, em: www.dges.gov.pt/pt

02

APOIOS SOCIAIS INDIRETOS

ALOJAMENTO





ALOJAMENTO

COMPLEMENTO DE ALOJAMENTO

Os estudantes bolsheiros deslocados do ensino superior público, a quem tenha sido concedido alojamento em residência dos serviços de ação social, beneficiam, no período letivo de atribuição da bolsa de estudo, de um complemento mensal, igual ao valor base mensal a pagar pelos bolsheiros nas residências, até ao limite de 17,5% IAS (**91,44€**).

Os estudantes bolsheiros deslocados do ensino superior público que, tendo requerido a atribuição de alojamento em residência dos serviços de ação social e não o tenham obtido, beneficiam, no período letivo de atribuição da bolsa de estudo, de um complemento mensal igual ao valor do encargo efetivamente pago pelo alojamento e comprovado por recibo, até ao limite de 65% do IAS (**331,02€**), nos concelhos de Guimarães e Braga.

Os estudantes deslocados não bolsheiros, com rendimentos per capita entre 23 e 28 vezes o IAS, podem beneficiar de complemento de alojamento até 50% dos limites fixados (**165,51€**), devendo ter em atenção o estipulado no artigo 20.º-D do RABEEES.



ALOJAMENTO

RESIDÊNCIAS UNIVERSITÁRIAS

• ONDE SE PODE EFETUAR A CANDIDATURA?

Para realizar a candidatura deverá, dentro dos prazos estipulados, aceder ao portal dos SASUM em <https://www.portal.sas.uminho.pt/login.php>, efetuar o login (caso não tenha conta criada no Portal, deve primeiro registar-se) e submeter o Formulário de Candidatura ao Alojamento 2025/2026, disponível no menu lateral.

De acordo com as Normas Sobre o Alojamento, as “Residências Universitárias destinam-se ao alojamento de estudantes deslocados, matriculados e inscritos na Universidade do Minho, com precedência para os estudantes detentores de bolsa de estudo (bolseiros)”, estando os critérios de colocação definidos no artigo 3.º daquelas Normas, disponíveis para consulta em: www.sas.uminho.pt/alojamento/normas-sobre-o-alojamento.



ALOJAMENTO



Mais se informa que:

- Não serão admitidas candidaturas de estudantes que apresentem débitos de mensalidades de alojamento, exceto daqueles que tenham visto aprovado um plano de regularização de dívida que esteja em cumprimento;
- No formulário de candidatura é obrigatória a utilização do email institucional (xxxxxx@alunos.uminho.pt);
- O período normal de alojamento nas Residências Universitárias tem início em 1 de setembro de 2025 e termo em 30 de junho de 2026.



ALOJAMENTO

Os SASUM dispõem de **Residências Universitárias em Braga e em Guimarães** com uma capacidade global de 1399 camas, das quais 102 em camaratas, 4 em 2 apartamentos e 1293 em quartos individuais e duplos.

BRAGA



GUIMARÃES





Rua Professor Carlos Lloyd Braga

Localizada perto do Campus de Gualtar e junto ao Complexo Desportivo da Rodovia.

- Quartos equipados com quarto de banho e frigobar;
- Lavandaria em sistema self-service com máquinas de lavar e secar;
- Sala de convívio;
- Cozinha;
- Sala de refeições (com micro-ondas) e duas salas de estudo por piso;
- Receção em funcionamento 24 horas/dia;
- Acesso WiFi em todos os espaços.

Existem paragens dos Transportes Urbanos de Braga na proximidade, com ligações entre a Residência Universitária, o Campus de Gualtar e o centro da cidade.





Rua Dr. Francisco Machado Owen

Complexo residencial composto por 5 edifícios (Blocos A, B, C, D e E).

- Lavandaria em sistema self-service com máquinas de lavar e secar;
- Cantina;
- Sala de jogos;
- Centro de Condição Física;
- Todos os quartos estão equipados com frigobar.
- Receção em funcionamento 24 horas/dia;
- Acesso WiFi em todos os espaços

» Blocos A, B e C – quartos apoiados, em cada piso, por instalações sanitárias comuns, salas de refeições equipadas com micro-ondas e televisão, e sala de estudo.

» Bloco D e E - quartos equipados com instalações sanitárias, apoiados por sala de refeições (com micro-ondas e televisão) e duas salas de estudo em cada piso. No Bloco D existe um espaço para confeção de alimentos para utilização de todos os residentes.

Existem paragens dos Transportes Urbanos de Braga na proximidade, com ligações entre a Residência Universitária, o Campus de Gualtar e o centro da cidade.





Rua de Francos, nº 1139

Complexo residencial constituído por três blocos (G1, G2 e G3), localizado junto ao Complexo Desportivo de Azurém e ao Campus de Azurém.

- Lavandaria em sistema self-service com máquinas de lavar e secar;
- Sala de jogos;
- Cozinha;
- Salas de estudo;
- Todos os quartos estão equipados com com frigobar.
- Receção em funcionamento 24 horas/dia;
- Acesso WiFi em todos os espaços.

» Bloco G1 – os quartos são apoiados por instalações sanitárias comuns, sala de refeições equipada com micro-ondas e televisão.

» Blocos G2 e G3 - quartos equipados com instalações sanitárias.





Avenida dos Combatentes da Grande Guerra, 27

Situada no centro histórico de Guimarães.

- Lavandaria em sistema self-service com máquinas de lavar e secar;
- Cozinha;
- Sala de estudo;
- Todos os quartos estão equipados com frigobar;
- Acesso WiFi em todos os espaços.

» Os quartos são apoiados, em cada piso, por instalações sanitárias comuns.



03

**APOIOS
SOCIAIS**
INDIRETOS

**SAÚDE E
BEM-ESTAR**



SAÚDE E BEM-ESTAR



Com o objetivo de promover a saúde e o bem-estar dos estudantes, os SASUM prestam, em Braga e Guimarães, consultas individuais de psicologia clínica e da educação. São também facultadas sessões de grupo em diversas áreas de intervenção.

A marcação de consultas é efetuada através da APP ou do Portal dos SASUM.

Poderá obter mais informações em <https://www.sas.uminho.pt/saude-e-bem-estar/>





DEPARTAMENTO
**ALI-
MENTAR**



SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO



Os Serviços de Alimentação da Universidade do Minho são prestados pelo Departamento Alimentar dos SASUM.

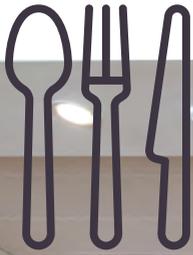
O seu objetivo basilar é servir refeições sociais de qualidade, alinhado numa estratégia de promoção de hábitos alimentares saudáveis e de diversificação da oferta alimentar.

Em complemento às refeições sociais, o Departamento Alimentar também coloca à disposição da população académica serviços de refeições variados, como cafetaria, snack-bar, pizzeria, restaurante buffet e serviço de catering.

Possui para o efeito 20 unidades alimentares distribuídas pelos campi da UMinho.

• ONDE POSSO CONSULTAR AS EMENTAS?

Mais informações sobre ementas, horários e preços disponíveis no site dos SASUM: : www.sas.uminho.pt/alimentacao/



BARES | CANTINAS
TAKE AWAY |
RESTAURANTES

CAMPUS DE GUALTAR



CANTINA DE GUALTAR

Serviço de refeições sociais, funcionando ao almoço e ao jantar, de segunda a sexta feira.

RESTAURANTE GRILL

Serviço de Menu do Dia e grelhados, funcionando ao almoço, de segunda a sexta feira.

RESTAURANTE PANORÂMICO

Oferta diversificada nos *buffets* de frios, *buffet* de quentes e *buffet* de sobremesas. Funciona no período de almoço, de segunda a sexta feira.

PIZZARIA

Serviço de pizzas, massas e saladas, funcionando ao almoço, de segunda a sexta feira.

BARES

O campus de Gualtar tem 6 bares com serviço de cafetaria e pastelaria, refeições ligeiras (sopas, sandes, baguetes, entre outros) e o nosso Takeaway (refeições pré-embaladas, prontas para aquecer).



 **CAMPUS
DE GUALTAR**



CAMPUS DE AZURÉM



CANTINA DE AZURÉM

Serviço de refeições sociais, funcionando ao almoço e ao jantar, de segunda a sexta feira.

RESTAURANTE GRILL

Serviço de Menu do Dia e grelhados, funcionando ao almoço, de segunda a sexta feira.

BARES

O campus de Azurém tem 5 bares com serviço de cafetaria e pastelaria, refeições ligeiras (sopas, sandes, baguetes, entre outros) e o nosso Takeaway (refeições pré-embaladas, prontas para aquecer).



 **CAMPUS
DE AZURÉM**





COMPLEXO RESIDENCIAL DE SANTA TECLA

CANTINA DE SANTA TECLA

Serviço de refeições sociais, funcionando ao almoço e ao jantar, de segunda a sexta feira.

EDIFÍCIO DOS CONGREGADOS

SNACK-BAR DOS CONGREGADOS

Serviço de cafetaria e pastelaria, refeições ligeiras (sopas, sandes, baguetes, entre outros) e o nosso Takeaway (refeições pré-embaladas, prontas para aquecer).

Esta unidade serve refeições sociais ao almoço.

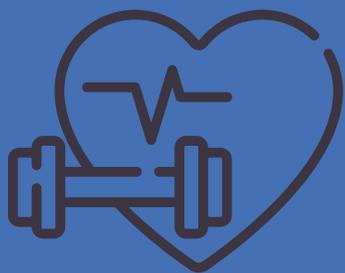
CAMPUS DE COUROS

BAR TEATRO JORDÃO

Serviço de cafetaria e pastelaria, diversas soluções de refeições ligeiras e o nosso Takeaway (refeições pré-embaladas, prontas para aquecer).

Esta unidade serve refeições sociais ao almoço.





DEPARTAMENTO

DESPORTO E CULTURA



SERVIÇOS DESPORTIVOS



O Departamento de Desporto e Cultura integra as unidades de apoio ao desporto e cultura que apoiam a população universitária com o objetivo de garantir as condições para o acesso à prática desportiva e à cultura, incentivando à adoção de hábitos de vida saudáveis e promoção de saúde e bem-estar.

O seu objetivo fundamental é o fornecimento de serviços desportivos de qualidade, estando por isso dotado de dois complexos desportivos (1 em Gualtar e 1 em Azurém) e um Centro de Condição Física de Santa Tecla, disponibilizando o acesso a serviços desportivos diversificados, desde atividades de musculação e cardio fitness, atividades aquáticas, desportos de combate, desporto de competição, desporto de recreação individuais e coletivos, assim como a promoção e apoio às atividades dos grupos culturais.





**DESPORTO | CULTURA
SAÚDE | BEM-ESTAR**

PROGRAMA DESPORTIVO

MAIS DE 50 MODALIDADES DESPORTIVAS

MUSCULAÇÃO

CARDIO FITNESS

CORPO E MENTE

RITMOS E ACADEMIAS

AVALIAÇÕES FÍSICAS

PLANOS DE TREINO

ATIVIDADES AQUÁTICAS

ATIVIDADES DE AVENTURA

ATIVIDADES DE LAZER

DESPORTOS INDIVIDUAIS

DESPORTOS COLETIVOS

DESPORTOS DE COMBATE



ATIVIDADES DESPORTIVAS



INSTALAÇÕES DESPORTIVAS



BRAGA

COMPLEXO DESPORTIVO DE GUALTAR



CENTRO DE CONDIÇÃO FÍSICA DE SANTA TECLA



INSTALAÇÕES DESPORTIVAS



GUIMARÃES

COMPLEXO DESPORTIVO DE AZURÉM





uminho sports

SERVIÇOS DESPORTIVOS



INFORMAÇÕES

Oferta, horários e preços disponíveis

www.sas.uminho.pt/desporto

[App SASUM](#)

www.facebook.com/UMinhoSports/

instagram.com/uminhosports/

www.youtube.com/UMinhoSports



SASUM

SITE, PORTAL E APP MÓVEL

PLATAFORMAS DIGITAIS

Os SASUM dispõem de plataformas digitais que permitem o acesso a serviços online e outras funcionalidades.

Através do Portal dos SASUM e da App móvel, é possível:

- Marcação e compra de refeições;
- Agendamento de consultas de psicologia;
- Agendamento de avaliações físicas, consultar planos de treino e reservar aulas e espaços desportivos;
- Aceder a informações sobre candidaturas a bolsas de estudo e alojamento;
- Aceder a campanhas, descontos e preços especiais para comunidade académica.*

*Para usufruir das condições especiais reservadas à comunidade académica o registo deve ser realizado com o email institucional da UMinho.

App móvel dos SASUM



CONTACTOS



SEDE

Campus de Gualtar

4710-057 Braga

tel.: 253 601 450

sas@sas.uminho.pt

www.sas.uminho.pt



ALIMENTAÇÃO
BOLSAS DE ESTUDO
ALOJAMENTO
SAÚDE E BEM-ESTAR
DESPORTO