



# Manual do Caloiro

Ano Letivo 2023/2024





## Mensagem de boas-vindas do NEF/AAC

Caro/a Colega,

Marca o ano de 2023 o início da tua jornada académica e é para nós, Núcleo de Estudantes de Farmácia da Associação Académica de Coimbra, um orgulho poder receber-te, na qualidade de Novo/a Estudante da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra.

Honra-me poder congratular-te pela tua entrada nesta mui nobre Academia. Escrevo, na certeza de saber que esta Cidade te abraçará inigualavelmente e que viverás um princípio de que só Coimbra, na sua mais bela majestosidade, é capaz de proporcionar.

Diante de ti uma tela em branco, sente o responsável compromisso com o teu Futuro e expõe-te, sem receios, ao leque de experiências que se avizinham. Os meus votos são para que, de mãos soltas e motivadas, ilustres um deslumbrante caminho.

Cabe-me apresentar-te um dos formosos tons da imponente cor roxa, este que pinta o Núcleo mais Antigo da Associação Académica de Coimbra e tingem o coração de quem se atreve, corajosamente, a vivê-lo. São 36 anos de história, lado a lado com todos os Estudantes, a cumprir a valiosa missão de os representar e de os defender, contribuindo tanto para a persecução dos seus superiores interesses, como para a colmatação das suas necessidades. Um legado que, atualmente, enriquece mais de 1600 Estudantes que cruzam diariamente a porta de entrada desta Instituição de Ensino.

Internamente, o NEF/AAC organiza-se em doze pelouros, estando os seus Coordenadores, ao longo de todo o teu percurso, ao dispor para esclarecer quaisquer dúvidas e ouvir sugestões, em prol do desenvolvimento das competências formativas científicas e pessoais de todos os Estudantes das Licenciaturas, Mestrados e Doutoramentos ministrados na FFUC.

Sei que nem sempre será fácil, mas terás onde lavar a cara para despertares os ânimos. O Mondego acolhe lágrimas e acolhe esperança, acolhe-te a ti e às memórias desta aventura, que te transformará de uma forma que apenas no fim serás capaz de compreender. Agarra-te, firmemente, à irrefutável ideia de que o futuro compensar-te-á os esforços.

Permite-me um pedido: não deixes nunca de olhar à tua volta, há tantos outros com a mesma camisola a quererem tanto quanto tu aprender a arte de ser Estudante de Coimbra. O segredo, revelo-to agora: só juntos conseguirão/conseguiremos, construir o elo arrebatador que diferencia o aluno que se forma na, agora também tua, Faculdade.

Em nome do NEF/AAC, manifesto a radiante vontade em acolher-te. Conta connosco!

Bem Vindo/a!

Pelo NEF/AAC,

Carolina Gonçalves  
Presidente da Direção do NEF/AAC

## Mensagem de boas-vindas do Diretor da FFUC

O NEF/AAC solicita-me, enquanto Diretor, uma mensagem de boas-vindas aos novos Estudantes.

Sejam, então, bem-vindas e bem-vindos à FFUC.

Como sabeis, “não há uma 2ª oportunidade para causar uma boa 1ª impressão” e num ano em que a UC decidiu, e bem, dedicar a 1ª semana à vossa “Integração e Acolhimento”, a mensagem só pode ser: Comecem bem.

Na FFUC vão encontrar a cultura humanista característica da nossa Universidade, num ambiente com a qualidade e a exigência de ensino/aprendizagem/investigação de uma Escola onde 15% dos seus Professores fazem parte da lista “*World’s Top 2% Scientists*” mais citados em 2022 que não deixarão de contribuir para a vossa formação enquanto pessoas e enquanto profissionais.

Vão, também, fazer parte da AAC e, sobretudo, do Núcleo de Estudantes de Farmácia (NEF/ACC), onde cada Estudante conta, seja nas jornadas pedagógicas, no congresso científico, em cursos breves, mas também na atividade cultural e desportiva, onde não faltam as causas sociais e o voluntariado.

“*Last but not least*”, não esqueçam duas coisas importantes:

- 1) que na FFUC não toleramos abusos à integração de novos Estudantes;  
e
- 2) que a porta do gabinete do Diretor está sempre aberta.

Fernando Ramos  
Diretor da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

**Manual Pedagógico****CALENDÁRIO ESCOLAR****1º Semestre**

	INÍCIO	FIM
Aulas (1ºAno MICF + LCB + LFB) <sup>1</sup>	11.09.2023	16.12.2023
Aulas Cursos de 2º Ciclo	a)	
Aulas 5º Ano MICF	11.09.2023	10.11.2023
Exames (Época Extraordinária de outubro) <sup>2</sup>	Outubro 2023	
Suspensão de Aulas/Latada <sup>3</sup>	04.10.2023	08.10.2023
Férias de Natal	18.12.2023	02.01.2024
Exames - 1º semestre (Época Normal e Recurso)	03.01.2024	02.02.2024
Defesas de dissertação de Mestrado/projetos/relatórios de estágio	03.01.2024	29.02.2024

**2º Semestre**

	INÍCIO	FIM
<b>Aulas</b>	05.02.2024	23.05.2024
Exames (Época Extraordinária de Março) <sup>2</sup>	março 2024	

Férias da Páscoa	25.03.2024	01.04.2024
Pausa Letiva (Queima das Fitas 2023/2024)	24.05.2024	
Exames - Época Normal, Recurso e Especial <sup>4</sup>	07.06.2024	26.07.2024
Defesas de dissertação de Mestrado/projetos/relatórios de estágio e similar	03.06.2024	31.07.2024
<b>Férias de Verão</b>	01.08.2024	31.08.2024
Defesa de Trabalhos Finais de Mestrado (dissertação/projeto/relatório de estágio) e projeto de tese de doutoramento ou similar <sup>5</sup>	02.09.2024	30.09.2024
Provas de Doutoramento e Agregação <sup>6</sup>	01.09.2023	31.07.2024

- **Abertura Solene das Aulas:** 27 de setembro de 2023
- **Comemoração do Dia da Universidade:** 1 de março de 2024

a) Início das aulas dos cursos de 2º ciclo:

- Mestrado em Análises Clínicas: 2.10.2023
- Restantes Cursos de Mestrado: 20.10.2023

<sup>1</sup> A semana de 11 a 15 de setembro destina-se a formação transversal e a processos de integração e acolhimento dos estudantes, nos termos do artigo 99º do RAUC

<sup>2</sup> As épocas extraordinárias destinam-se a avaliação de estudantes que usufruam de Estatutos previstos no RAUC aplicáveis a esta época.

<sup>3</sup> A suspensão das aulas e avaliações em virtude da Latada aplica-se apenas a licenciaturas e mestrados integrados devendo cada Unidade Orgânica (UO) determinar a melhor forma de compensar as aulas previstas para este período.

<sup>4</sup> A Época Especial na Faculdade de Direito decorre no mês de setembro

<sup>5</sup> As UO que entenderem não deter condições para a realização de todas as defesas neste período, podem alargar a sua realização até ao final de outubro, devendo comunicar essa informação ao SGA no início de cada ano letivo (nº8, artigo 99º do RAUC).

<sup>6</sup> A realização de provas de agregação fora deste período pode ser autorizada, pelo Reitor, mediante justificação adequada.

**NOTA:** Poderão ocorrer ajustes e alterações, alheios ao pelouro da Pedagogia, a este calendário. Reforçamos a importância de consultares regularmente a informação disponibilizada pela tua Faculdade.

### ***Unidades Curriculares***

Uma Unidade Curricular consiste numa Unidade de Ensino com objetivos e conteúdos de formação próprios que são objeto de inscrição administrativa e de avaliação, traduzida numa classificação final.

**Unidade Curricular Obrigatória:** está incluída no Plano de Estudos e o Estudante é obrigado a frequentá-la. Nesta Unidade tem de obter aproveitamento e não tem possibilidade de a substituir por outra. É vulgarmente conhecida por Cadeira.

**Unidade Curricular Opcional:** o Estudante pode frequentá-la fora da Faculdade que ministra o curso ou Ciclo de Estudos em que o Estudante se encontra inscrito.

**Unidade Curricular Isolada:** consiste numa Cadeira Isolada que o Estudante pode frequentar de um curso que não o seu à sua escolha. A inscrição neste tipo de Unidades obedece a termos de regulação própria.

### **Áreas científicas**

Cada Unidade Curricular tem uma área científica subjacente que engloba todos os conteúdos programáticos contidos nessa mesma Unidade. Na FFUC as áreas científicas presentes nos diferentes cursos são:

**CBB ou BB:** Ciências Biológicas e Biomédicas

**CFQ ou FQ:** Ciências Físico-Químicas

**F:** Ciências Farmacêuticas

**MAT ou M:** Matemática

**CTS:** Ciências da Tecnologia da Saúde

**LI:** Língua Inglesa

**QT:** Qualidade e Certificação



## **ECTS**

### **O que são os créditos ECTS?**

ECTS (*European Credit Transfer System*) é um sistema de créditos introduzido pela Declaração de Bolonha, que permite a uniformização dos diversos sistemas de avaliação, presentes em toda a Comunidade Europeia, que favorece a transparência e que fomenta as relações entre as Instituições, aumentando assim as opções dos Estudantes.

Este novo sistema facilita os centros de reconhecimento dos estudos realizados através da utilização de um método de avaliação facilmente compreensível. Tem por base três elementos essenciais:

- informação acerca dos Programas de Estudo e resultados académicos dos Alunos;
- reconhecimento mútuo de contrato de estudos - entre os centros associados e o Estudante);
- créditos académicos ECTS que indicam o volume de trabalho do Estudante.

Assim, os ECTS apresentam-se sob a forma de um valor numérico que é atribuído a cada Unidade Curricular, não sendo este uniforme para as diferentes Unidades, dependendo da carga de trabalho a realizar pelo Estudante para os completar. Assim, as Unidades Curriculares que exijam maior esforço são aquelas cujo valor de créditos é maior e, simultaneamente, as que contribuem com um maior peso para a média final do Aluno.

**PLANO DE ESTUDOS DO 1º ANO***Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas*

Unidade Curricular	Ano	Regime	Tipo	Área Científica	Créditos ECTS
Biologia Celular	1	1º Semestre	Obrigatória	BB	6.0
Física Aplicada	1	1º Semestre	Obrigatória	FQ	5.5
Histologia e Embriologia Humana	1	1º Semestre	Obrigatória	BB	5.0
História da Farmácia e Atividade Farmacêutica	1	1º Semestre	Obrigatória	F	3.0
Matemática	1	1º Semestre	Obrigatória	M	5.5
Química Geral e Inorgânica	1	1º Semestre	Obrigatória	FQ	5.0
Biologia Molecular	1	2º Semestre	Obrigatória	BB	4.5
Botânica Farmacêutica	1	2º Semestre	Obrigatória	BB	4.5
Estatística	1	2º Semestre	Obrigatória	M	5.5
Química Analítica	1	2º Semestre	Obrigatória	FQ	6.0
Química Física	1	2º Semestre	Obrigatória	FQ	4.0
Química Orgânica I	1	2º Semestre	Obrigatória	FQ	5.5

*Licenciatura em Ciências Bioanalíticas*

Unidade Curricular	Ano	Regime	Tipo	Área Científica	Créditos ECTS
Biologia Celular	1	1º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Biologia Vegetal	1	1º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Física e Sistemas Analíticos	1	1º Semestre	Obrigatória	CFQ	4.0
Matemática e Estatística	1	1º Semestre	Obrigatória	MAT	4.0
Metodologias Laboratoriais	1	1º Semestre	Obrigatória	CFQ	4.0
Química Inorgânica	1	1º Semestre	Obrigatória	CFQ	6.0
Biologia Molecular	1	2º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Ecologia e Ambiente	1	2º Semestre	Obrigatória	CBB	4.0
Estatística Aplicada	1	2º Semestre	Obrigatória	MAT	4.0
Organização e Gestão de Qualidade	1	2º Semestre	Obrigatória	QC	4.0
Química Analítica	1	2º Semestre	Obrigatória	CFQ	6.0
Química Orgânica	1	2º Semestre	Obrigatória	CFQ	6.0

*Licenciatura em Farmácia Biomédica*

Unidade Curricular	Ano	Regime	Tipo	Área Científica	Créditos ECTS
Anatomia, Histologia e Fisiologia Humana I	1	1º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Biologia Celular e Molecular	1	1º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Biomatemática	1	1º Semestre	Obrigatória	MAT	4.0
Bioquímica	1	1º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Microbiologia e Saúde Pública	1	1º Semestre	Obrigatória	CBB	4.0
Química Analítica e Bioanalítica	1	1º Semestre	Obrigatória	CFQ	4.0
Anatomia, Histologia e Fisiologia Humana II	1	2º Semestre	Obrigatória	CBB	6.0
Análise Instrumental	1	2º Semestre	Obrigatória	CFQ	5.0
Bioestatística	1	2º Semestre	Obrigatória	MAT	4.0
Farmacologia	1	2º Semestre	Obrigatória	CTS	5.0
Química Orgânica e Biomolecular	1	2º Semestre	Obrigatória	CFQ	5.0
Regulação e Dinâmica Celular	1	2º Semestre	Obrigatória	CBB	5.0

## **Ensino**

### ***Componente letiva***

A componente letiva das diferentes Unidades Curriculares é constituída por vários tipos de aulas, entre os quais teóricas (T), teórico-práticas (TP) e prático-laboratoriais (PL).

As primeiras consistem na exposição dos conceitos teóricos, geralmente, recorrendo a projeção de *slides*; as aulas teórico-práticas permitem a resolução de exercícios relacionados com a matéria teórica ou o aprofundamento de alguns conteúdos abordados nas aulas teóricas; as aulas prático-laboratoriais, desenvolvem-se em contexto de laboratório permitindo a familiarização e aplicação de diversas técnicas e métodos laboratoriais.

É ainda de notar que, apesar da frequência às aulas não ser obrigatória, é conveniente a sua presença, pois muitos dos assuntos abordados nas aulas não são inseridos nos documentos fornecidos pelos Docentes. Uma recomendação do pelouro da Pedagogia.

## **Avaliações**

### ***Calendário de exames***

O calendário de exames é divulgado, anualmente, pelo Diretor da respetiva Unidade Orgânica (FFUC), depois de ouvido o Conselho Pedagógico.

## ***Regimes de Avaliação***

### ***Avaliação Periódica***

Na Avaliação Periódica, os momentos de avaliação distribuem-se ao longo do semestre. Este regime de avaliação pode integrar as seguintes modalidades:

- Frequências ou testes escritos individuais;
- Trabalhos escritos e apresentações orais;
- Participação nas aulas;
- Participação em palestras ou outras atividades certificadas pelo Docente Responsável pela Unidade Curricular.

Para cada Unidade Curricular este regime de avaliação não pode exceder três modalidades diferentes.

Quando a avaliação compreender uma ou mais Frequências, uma delas pode ser realizada na data do Exame Final da Época Normal. Caso não obtenhas aprovação ou pretendas fazer subida de classificação tens acesso livre à Época de Recurso.

### ***Avaliação por Exame Final***

Esta é feita apenas no final de cada período letivo, através de um Exame Final, escrito e/ou oral. A obrigatoriedade de avaliação escrita e oral é definida pela Unidade Orgânica (FFUC). Neste regime de avaliação, caso não obtenhas aprovação na Época Normal ou pretendas fazer subida de classificação tens acesso livre à Época de Recurso.

## ***Realização das Provas de Avaliação***

- ***Quanto tempo tenho para me inscrever numa prova e onde?***

Podes inscrever-te numa Prova de Avaliação até 3 dias antes da data de realização da mesma na plataforma da UC, o *Inforestudante*. Caso não te tenhas inscrito dentro do prazo previsto deves contactar o Serviço de Alunos para tentar resolver a questão o mais cedo quanto possível.

- ***Duração máxima de um exame***

A duração máxima de um Exame não pode exceder as 3 horas, sendo que o Docente poderá ceder um período de tolerância de 15 minutos. Só em situações especiais previstas no RDEEUC e em casos devidamente autorizados pelo Diretor da UO, ouvido o respetivo Conselho Pedagógico (CP) é que se pode exceder a duração máxima do Exame.

- ***Tolerância em caso de atraso***

Se te atrasares para uma Prova podes realizá-la se te apresentares até 15 minutos após o início da mesma. No entanto, não terás direito a um período de tolerância de 15 minutos no final do Exame.

- ***Desistências***

Tens direito a desistir de qualquer Prova escrita ou oral, podendo anunciar a desistência desde o início da Prova até ao término da mesma, através de uma declaração escrita. Nas provas escritas, só podes abandonar a sala quando decorridos 30 minutos após o início da Prova.

A desistência tem o mesmo valor de uma reprovação.

- ***Fraude e Plágio***

Considera-se fraude ou tentativa de fraude quando numa avaliação de uma Unidade Curricular, se viola o princípio base da honestidade. Nestes casos é inviabilizada a realização da mesma, sendo que o Estudante só pode concluir a Unidade Curricular no ano letivo seguinte. O Docente deve expor a respetiva situação ao Diretor da Faculdade, de modo a dar início ao processo disciplinar.

- ***Divulgação de classificações***

A classificação final de cada Unidade Curricular é inserida e disponibilizada no *Inforestudante*, até 14 dias após teres realizado a Prova de Avaliação.

No caso da classificação final resultar da ponderação de mais do que um elemento de avaliação, tens o direito de conhecer os resultados de cada um desses elementos.

Se a decisão de compareceres a uma Prova de Avaliação depender de classificações anteriores, estas têm que ser divulgadas no *Inforestudante*, com uma antecedência mínima de 3 dias seguidos antes da data dessa prova. Se isto não acontecer, tens o direito a nova Prova de Avaliação à Unidade Curricular em causa.

- ***Consulta de Provas e esclarecimentos***

Depois da divulgação da classificação da Prova no *Inforestudante*, tens o direito de consultar Exames, Trabalhos ou quaisquer outros elementos de avaliação. Podes fazê-lo durante o período que o Docente deve estipular, sendo que deve ser dentro do prazo máximo de 15 dias úteis subsequentes à publicação dos resultados e até 3 dias úteis antes da realização dos eventuais Exames Orais e Prova de Recurso. Enquanto

consultas a Prova podes obter esclarecimentos completos sobre a correção da Prova, por parte do Docente.

### ● ***Reapreciação de provas***

Se depois de consultares a tua Prova, considerares que a classificação obtida não corresponde à avaliação que realizaste, podes pedir a reapreciação da mesma. Podes fazê-lo mediante a entrega de um requerimento no SGA (Serviço de Gestão Académica), no prazo máximo de 5 dias seguidos após o prazo que está previsto para a consulta de Provas. Para tal, deves indicar as respostas em que pensas que a classificação é inferior ao que te deveria ter sido atribuído, justificando esse pedido. A Prova será revista no seu total.

A avaliação resultante do processo de reavaliação prevalece sobre a avaliação atribuída anteriormente, mesmo que isso implique a descida da classificação.

### ● ***Faltas a provas de avaliação***

O Estudante tem direito a adiar o prazo da entrega de trabalhos e relatórios escritos e/ou a data das respetivas defesas, bem como a data de realização de outras provas incluídas no regime de avaliação contínua ou periódica, no caso de falecimento, no dia ou nos dez dias anteriores à Prova/ Avaliação em causa, de:

- de cônjuge;
- de pessoa com quem viva em união de facto;
- parente ou afim na linha reta ou em 2.º grau da linha colateral.

A nova data será definida em acordo com o Docente da Unidade Curricular.

O Estudante tem também o direito de realizar, em Época Especial, os Exames a que tenham faltado nas Épocas Normal ou de Recurso por falecimento do cônjuge, pessoa com quem viva em união de facto ou parente ou afim no 1.º grau da linha reta, num período de 30 dias após o óbito. No caso de falecimento de outro parente ou afim na linha reta ou em 2.º grau da linha colateral o período referido é de 10 dias.

A documentação comprovativa do falecimento e da situação familiar deve ser entregue nos serviços académicos até 5 dias úteis após o início da situação que determinou a sua emissão.

O Estudante tem direito ao levantamento das faltas a aulas e a requerer Exame, na Época Especial, às Unidades Curriculares a que tenha faltado nos seguintes casos:

- Doenças transmissíveis e infectocontagiosas certificadas através de documento emitido pelo médico de família ou autoridade de saúde, indicando o período de evicção escolar;
- Internamento, ou extensão de internamento, comprovados, respetivamente por declaração hospitalar e atestado médico.
- Em caso de comparência perante autoridade policial, judicial ou militar.

### • ***Melhoria de classificações***

Quando pretendes melhorar a classificação de uma determinada Unidade Curricular podes fazê-lo no próprio ano letivo, na Época de Recurso, ou em anos letivos seguintes, na Época Normal e/ou de Recurso.

No primeiro caso basta apenas inscreveres-te no Exame da Época de Recurso normalmente e realizar as avaliações necessárias.



Já se pretenderes melhorar a classificação de uma Unidade Curricular obtida em anos anteriores, podes fazê-lo livremente voltando a inscrever-te e a frequentar a referida Unidade Curricular. Podes reinscrever-te até 24 ECTS e não existe um número máximo de melhorias que podes realizar por cada Unidade Curricular.

Em qualquer uma das situações de melhoria de classificação, prevalece sempre a classificação mais elevada.

### ***Representação Pedagógica***

#### *O Conselho Pedagógico*

##### ***O que é?***

O Conselho Pedagógico (CP) é um Órgão de Gestão da FFUC que é constituído pelo Diretor da Unidade Orgânica, quatro representantes dos Docentes e cinco representantes dos Estudantes, que são eleitos a cada dois anos. Este Órgão é responsável por tratar de assuntos de carácter pedagógico tendo em vista melhorar a qualidade de ensino.

##### ***Quais as suas funções?***

O CP é responsável por promover a realização de inquéritos ao desempenho pedagógico da Faculdade e a realização da avaliação do desempenho pedagógico dos Docentes, bem como impulsionar a análise e a divulgação destes estudos. Compete-lhe ainda pronunciar-se sobre vários assuntos, de entre os quais, o calendário letivo e os mapas de exames, a criação de Ciclos de Estudos, os Planos de Estudo ministrados, as orientações pedagógicas, os métodos de ensino e avaliação, e a instituição de prémios escolares. O CP também tem um papel preponderante na análise das queixas relativas a questões de cariz

pedagógico e perante estas propor as medidas necessárias para a sua resolução.

### ***Representantes dos alunos no CP***

Os representantes dos Alunos no CP representam a comunidade Estudantil neste órgão de gestão, defendendo os seus direitos, expondo os problemas que os Estudantes enfrentam no seu percurso académico e apresentando propostas que promovam a qualidade pedagógica da FFUC. Assim, qualquer dúvida que queiras ver esclarecida ou problema pedagógico que queiras ver resolvido podes contactar com os respetivos elementos do CP.

### **As Comissões de Curso**

#### ***O que são?***

As Comissões de Curso (CC) são estruturas representativas de cada ano curricular, no caso do MICE, ou curso, no caso das licenciaturas (LCB e LFB). As CC são formadas e eleitas no início de cada ano letivo, de acordo com o Regulamento das Comissões de Curso vigente, e são constituídas por Estudantes desse mesmo ano (MICE) / curso (LCB e LFB). Cada CC é constituída por uma Direção, que compreende dois elementos – Presidente e Secretário - e por Representantes das Unidades Curriculares (MICE) / Representantes de Ano Curricular (LCB e LFB).

As CC são estruturas que foram criadas, como parte integrante do Núcleo de Estudantes de Farmácia da Associação Académica de Coimbra (NEF/AAC), com o objetivo de facilitar e tornar mais eficaz o contacto dos Estudantes com os diferentes Órgãos de Gestão da FFUC, Coordenadores de Curso e com todos os Docentes do respetivo curso, promovendo assim

uma melhor qualidade de ensino e da relação Estudantes - corpo Docente.

### ***Quais são as suas funções?***

As CC devem assim zelar pelos interesses dos Estudantes que representam, transmitir as principais informações aos Estudantes e sempre que necessário agendar e convocar uma Reunião Geral de Alunos para discutir algum assunto pertinente. Compete ainda às CC apoiar na promoção das atividades do NEF/AAC junto dos Estudantes do respetivo curso ou ano, quando solicitado, bem como promover atividades de cariz pedagógico, no âmbito dos interesses dos Estudantes que representam.

As CC desempenham um papel importante não só pelas razões anteriormente referidas, mas também porque reúnem material de estudo para disponibilizar aos Estudantes, que como irás reparar será uma grande ajuda para o teu desempenho académico. Cada CC possui um *e-mail* oficial para o contato com os Estudantes e Docentes, a partir do qual é possível enviar informação mas também pode ser utilizado para esclareceres as tuas dúvidas junto da CC.

### ***Sabias que...***

#### ***Quarto de hora académico***

O quarto de hora académico é um período de tolerância de 15 minutos dado aos Estudantes após a hora definida no horário para o início de cada aula. Após este período de tolerância o Docente pode impedir a entrada do Estudante na sala de aula.

## ***Inquéritos Pedagógicos***

Sabias que no final de cada semestre é realizado um inquérito pedagógico em todas as UO (Faculdades) aos Alunos através do *Inforestudante*?

Através da realização destes inquéritos pretende-se identificar os aspetos críticos, os pontos fortes e as oportunidades de melhoria, no que respeita à qualidade pedagógica e à globalidade do sistema de gestão da Universidade de Coimbra. Este inquérito é dirigido a todos os Estudantes e é totalmente anónimo apesar de ser realizado pelo *Inforestudante*, Podes aceder aos inquéritos, quer para a sua realização quer para a consulta dos resultados divulgados, no *Inforestudante*, no menu lateral esquerdo “Inquéritos”.

## ***Submissão de trabalhos no Inforestudante***

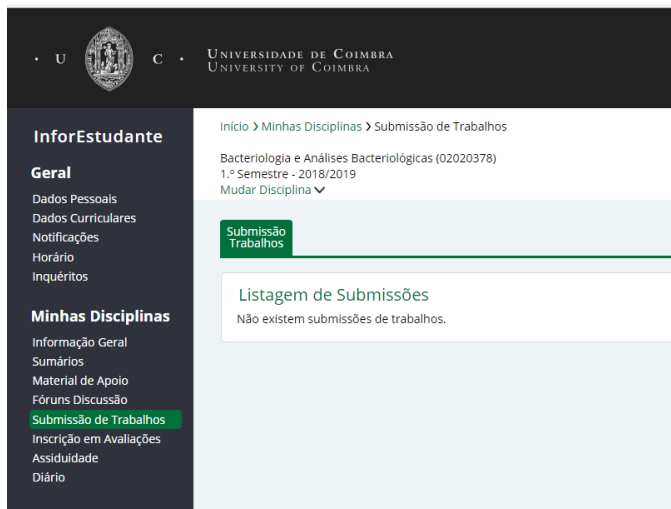
Sabias que um Professor de qualquer Unidade Curricular pode pedir para submeter trabalhos através da plataforma *Inforestudante*?

Sempre que tal acontece, o Professor abre a submissão de trabalhos da Unidade Curricular correspondente e, a partir daí, o trabalho pode ser submetido diretamente através do *Inforestudante*, inicialmente por uma pessoa e depois associando os restantes elementos do grupo como autores da entrega submetida. Posteriormente dentro de um prazo limitado (normalmente 5 dias seguidos) é possível submeter revisões do mesmo trabalho, por qualquer autor do trabalho.

Como fazer:

1. Entrar na plataforma pessoal do *Inforestudante*;
2. Selecionar na barra lateral esquerda “Submissão de Trabalhos”;

3. Escolher a unidade curricular ao qual será submetido o trabalho;
4. Carregar o trabalho
5. Associar os restantes elementos do grupo como autores



## ***Mudança de curso, transferência de curso e reingressos***

**Mudança de Curso:** Quando te inscreves num curso diferente daquele em que estiveste inscrito pela última vez, na mesma ou noutra Instituição de Ensino Superior.

**Transferência:** Quando te inscreves e matrículas no mesmo curso, mas numa Instituição de Ensino Superior diferente.

**Reingresso:** Quando, após uma interrupção dos estudos num determinado curso e Instituição de Ensino Superior, te matrículas na mesma Instituição e inscreves no mesmo curso.

## ***Informações Adicionais***

### **Serviço de Alunos FFUC**

São serviços próprios da Faculdade onde podes obter informação específica relativa às aulas, horários, turmas, justificações de faltas e inscrições nos Exames.

Este serviço está disponível presencialmente, por telefone ou por *e-mail*.

#### **Atendimento Presencial\***

<b>Dias</b>	<b>Horário</b>	<b>Localização</b>
De segunda a sexta	10h - 12h30 14h - 16h30	Unidade Central do Polo III, R/C

\* Horários de atendimento podem estar sujeitos a alterações. Consultar

<http://www.uc.pt/ffuc/contacts>

Contacto telefónico: 239 487 367

Via email: [bedel@ff.uc.pt](mailto:bedel@ff.uc.pt)

### **Serviços de Gestão Académica**

É responsável pela gestão da tua informação enquanto Estudante da UC, desde a candidatura até à emissão do diploma. Cabe ao SGA a aplicação dos regulamentos gerais da Universidade, pelo que quaisquer pedidos de atribuição de regalia, situação especial ou informação têm que ser realizados através deste serviço.

Como Estudante da FFUC podes ser atendido pelos SGA de 3 formas: presencialmente, por telefone ou por *Skype*.

FUNCIONAMENTO GERAL					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>Atendimento Telefónico</b>	9h30 – 13h 14:30h-17h	9h30 – 13h 14:30h-17h	9h30 – 13h 14:30h -17h	9h30 – 13h 14:30h -17h	9h30 – 13h 14:30h -17h
<b>Atendimento Presencial</b> (por marcação)	9h30 – 13h 14:30h-17h	9h30 – 13h 14:30h-17h	9h30 – 13h 14:30h-17h	9h30 – 13h 14:30h-17h	9h30 – 13h 14:30h-17h
<b>Atendimento por Skype</b>	14:30h-17h	14:30h-17h	14:30h -17h	14:30h -17h	14:30h -17h

\* Horários de atendimento podem estar sujeitos a alterações. Consultar <https://www.uc.pt/academicos/contactos/presencial>

- Atendimento Presencial (Centro de Atendimento do Polo 1):  
Student Hub UC, Polo 1, Rua Larga, Edifício da FMUC - R/C,  
3004-504 Coimbra

A pensar na segurança de todos, e de modo a evitar afluência excessiva de pessoas num mesmo espaço físico, o atendimento presencial é retomado através da marcação prévia desse atendimento, de acordo com algumas condições que podes consultar em <https://www.uc.pt/academicos/contactos/presencial>

- Atendimento Telefónico:  
Atendimento geral e Atendimento de Candidatos: 239 247 198
- Atendimento por Skype:  
Pesquisar nome: academicos20.uc.pt

## ***Plataformas disponibilizadas pelo pelouro da Pedagogia***

### ***Plataforma digital “Mega”***

A plataforma digital “Mega” é uma base de dados gratuita criada com o objetivo de fornecer materiais de estudo aos Estudantes da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra (FFUC). Nesta poderás encontrar diversos materiais que funcionarão como complemento aos materiais de apoio fornecidos pelos Docentes. Ambicionamos ter esta plataforma o mais completa e organizada possível, de forma a que esta possa ser um espaço de partilha e entreajuda. Para acederes, basta clicares nos *links* que deixámos na tua Comissão de Curso.

### ***Plataforma de Apoio ao Estudante***

A Plataforma de Apoio ao Estudante é um projeto de parceria entre o pelouro da Pedagogia do NEF/AAC e a FFUC. Tem como intuito apoiar todos os Estudantes da FFUC, de modo a resolver de forma rápida e eficaz as problemáticas que possam surgir no decorrer do ano letivo.





## Imperial Tuna Académica da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Caríssimo/a caloiro/a,

Sê bem-vindo a esta casa que é a Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra! Espero que os teus anos aqui se tornem uns dos melhores da tua vida e que possas aproveitar de tudo que Coimbra tem para oferecer.

Gostaria de te dar as boas-vindas em nome da Imperial TAFUC, a Imperial Tuna Académica da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, a tuna masculina da nossa faculdade, fundada em 2007. Somos muito mais que um grupo de jovens que se junta para mostrar o seu gosto pela cultura e música tradicional coimbrã, somos um grupo de amigos, uma autêntica família, que se ajuda mutuamente a todos os níveis e que prometemos fazer o mesmo contigo.

Aqui poderás vivenciar experiências únicas de tradição e vida académicas, conseguirás viajar por todo o país e quem sabe o mundo. Se te interessas por música e queres conhecer o que Coimbra tem de melhor, gostava então de te convidar a juntares-te a nós e de vires experimentar os nossos ensaios às quartas e quintas, pelas 21:30, na sala de ensaios na Unidade Central do Polo III. Por lá te esperamos!

Bem-vindo à cidade dos estudantes, bem-vindo a Coimbra!

E para a Imperial TAFUC não vai nada, nada, nada?

**TUDO!!!**

Francisco Oliveira  
Presidente da Imperial TAFUC,



## PHARTUNA – Tuna de Farmácia de Coimbra

Em janeiro de 1996, na antiga Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, situada no Palácio dos Melos, um grupo de estudantes com enorme gosto pela tradição e música Coimbrã, decidiu fundar a PHARTUNA – Tuna de Farmácia de Coimbra, esta que viria a ser a primeira Tuna Mista da Universidade de Coimbra.

Criaram desde logo um reportório variado, que muito marcou e, marca ainda, qualquer estudante da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra. Passados 27 anos de histórias e aventuras, espalhámos a tradição coimbrã por todo o país, percorrendo o continente de Norte a Sul e ilhas, em festivais e encontros de Tunas, atuações em eventos, retiros de Tuna e variadas atividades. Lançámos o nosso primeiro CD em 2017, intitulado INTEMPORAL. Aventurámo-nos, até à data, em duas digressões, a “I Digressão Ibérica” e a “I Digressão Algarvia”. Realizamos anualmente o nosso encontro de tunas, PRAXIS TUNA, no início do ano letivo e o nosso Festival, BOTICÁRIOS, no 2.º semestre.

O que nos move? A música, a alegria e o espírito que une esta família. Agora, também tu podes fazer parte dela, e viver Coimbra de uma forma ainda mais especial. Para saberes mais, segue-nos no *Instagram* (@phartuna), *Facebook* (PHARTUNA- Tuna de Farmácia de Coimbra), e visita o nosso *website* ([phartuna.wixsite.com/phartuna](http://phartuna.wixsite.com/phartuna)).

Desejamos-te muita sorte para esta nova etapa da tua vida! Da nossa parte, cá estaremos para te receber com toda a nossa boa disposição.

Com Orgulho, Pela PHARTUNA – Tuna de Farmácia de Coimbra!

Tânia Braz  
Presidente da PHARTUNA,

## Tudo o que precisas de saber sobre...

### Festa das Latas e Imposição das Insígnias

A Festa das Latas e Imposição das Insígnias é uma celebração dedicada à receção dos novos Estudantes da Universidade de Coimbra.

Este evento tem início na Noite da Serenata, realizada na Sé Nova, onde os estudantes recém-chegados têm a oportunidade de ouvir a memorável Canção de Coimbra, ao abrigo da capa dos seus padrinhos e madrinhas. Dias depois, ocorre o Cortejo da Festa das Latas e Imposição das Insígnias, onde os Caloiros de cada Faculdade, vestidos pelos seus padrinhos, cantam pelo seu curso e pelas suas cores. O Cortejo termina nas margens do Rio Mondego com o Batismo do Caloiro.

Durante a Festa das Latas, decorrem as Noites do Parque que proporcionam momentos de convívio entre todos os Estudantes, onde a música e a diversão são garantidos.

Este evento conta com a participação de cada Núcleo de Estudantes da AAC através da apresentação de uma barraca, onde o NEF/AAC não é exceção!

### Queima das Fitas

A Queima das Fitas é o evento mais aguardado do ano!

Para os Estudantes que estão a terminar o 1º ano, é o momento simbólico de usar Capa e Batina, pela primeira vez, e de ouvir a Serenata Monumental, na Sé Velha, com a capa traçada.

Para os Finalistas, é a hora da partida. O momento da despedida, de relembrar as vivências e os segredos da cidade, para sempre nas suas memórias.

Durante os dias de Queima ocorrem diversas atividades de cariz desportivo, social, tradicional e cultural. Destas, é imperativo mencionar a Serenata Monumental, o Sarau da Gala, o Baile de Gala das Faculdades, a Récita, a Venda da Pasta, a Queima do Grelo, o Cortejo, o Chá Dançante e as Noites do Parque.

O grande destaque deste evento é o Cortejo da Queima das Fitas. Um desfile de Carros Alegóricos, construídos pelos Fitados, com mensagens de sátira política, social e académica.

A Queima das Fitas tem a sua abertura oficial 40 dias antes do Cortejo e termina 3 semanas depois deste.

### **Terminologias e Abreviaturas Importantes**

AAC – Associação Académica de Coimbra

APEF – Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia

A Cabra – Célebre sino da Torre da Universidade de Coimbra que marca as horas do despertar e do recolher dos estudantes

Besta – Caloiro

Foca – Denominação comum utilizada para as pessoas mais estudiosas (a.k.a. marrões)

FFUC – Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

NEF/AAC – Núcleo de Estudantes de Farmácia da Associação Académica de Coimbra

NRC – Não Reúne Condições (significa que reprovaste à cadeira, mas o que importa é ter saúde!!)

S.A. – Saudações Académicas (cumprimento final comum, utilizado como despedida em contexto universitário)

UC – Universidade de Coimbra

## Como sobreviver à Praxe

1. Usa roupa e calçado confortável;
2. Evita levar maquilhagem e unhas pintadas (podes cobri-las com pensos, adesivos ou fita-cola);
3. Evita bijuteria, pode prender-se em algo e magoar-te;
4. Não tenhas vergonha de pedir para comer e/ou beber caso tenhas fome e/ou sede;
5. Põe protetor solar, existe a possibilidade de passares algum tempo ao sol;
6. Não toques na pasta de um Doutor;
7. Compra pastilhas para a garganta, pois vais gritar e cantar MUITO;
8. Se não estiveres à vontade com alguma situação na praxe, podes dizer aos teus Doutores;
9. Vai de mente aberta e conhece o maior número de pessoas possível;
10. Não tenhas vergonha de “fazer figuras”, é o ano de berrares, estares de quatro, saíres de casa de pijama, etc... sem ninguém se importar. És caloiro/a, faz parte do processo;
11. Lê o código de Praxe, pois é importante saberes as regras adjacentes à Praxe de Mobilização e Gozo;
12. Por último e não menos importante: Diverte-te muito!

**Sê muito bem-vindo a Coimbra e à FFUC!**

**Aproveitamos este espaço para te deixar alguns conselhos:**

1. Por muito clichê que isto possa parecer, aproveita muitos os

próximos anos da tua vida! Passam mais depressa do que te apercebes e mais rápido do que queres!

2. Acredita que há tempo para tudo! Haverá alturas mais calmas em que podes aproveitar e estar mais relaxado. Haverá outras alturas em que vais ter de te dedicar à Faculdade a 200% e, ainda assim, nem sempre será suficiente (As épocas de Exames surgem como um ótimo exemplo). MAS, por muito difícil que possa parecer, tu vais conseguir atingir os teus objetivos e, certamente, todo o teu esforço será recompensado.
3. Não te isoles do mundo! Faz novas amizades e preserva-as! São as pessoas que marcam a nossa passagem pela Faculdade e são também elas que, um dia, deixarão mais saudade.
4. Dá valor aos teus colegas de curso! Esquece o orgulho! Partilha apontamentos e o teu tempo, ajuda quem puderes e achares que merece. Se forem unidos será um percurso mais fácil para todos, “ninguém faz o curso sozinho”. PS: Não tenhas vergonha de pedir ajuda, quer seja aos teus colegas ou a pessoal mais velho do curso!
5. Envolve-te! Participa! Sê ativo! Informa-te e encontra algo com o qual te identifies e no qual possas deixar a tua marca. Tens o teu Núcleo, tunas, inúmeras secções, grupos académicos, etc. Não arranjes desculpas, acredita que são experiências muito enriquecedoras e gratificantes!

### Sabias que...

- As aulas teóricas não são de carácter obrigatório? No entanto tens que ter 2/3 de presenças nas aulas práticas e teórico-práticas para poderes ir a Exame.

- A FFUC possui um Laboratório de Análises Clínicas onde podes realizar as tuas análises de rotina?
- O primeiro Radiofármaco Português foi lançado pela Universidade de Coimbra?
- O NEF/AAC é o Núcleo de Estudantes mais antigo pertencente à AAC?
- A UC tem diversas cantinas, localizadas proximamente à grande parte das faculdades, onde podes fazer as tuas refeições e a um preço acessível (o prato social custa 2,40€)? Elas lotam celeremente à hora de almoço, portanto tenta chegar cedo, senão sujeitas-te a esperar séculos na fila.
- A reprografia da FFUC (normalmente designada por D. Ana) possui pastas onde podes encontrar fichas, Exames e resumos de todas as cadeiras?
- A comunidade universitária tem acesso a consultas em várias especialidades clínicas, enfermagem e posto de recolha de amostras biológicas para realização de análises clínicas?
- Nas épocas de Exames existem inúmeras cantinas que ficam abertas até mais tarde, normalmente até às 4h da manhã, como salas de estudo?
- Os SMTUC (Serviços Municipalizados de Transportes Urbanos de Coimbra) têm inúmeros autocarros com mais de 40 percursos diferentes? Poderás usá-los para ir para a faculdade ou para circular pela cidade.
- Em Coimbra, quando te perguntam de que clube és, a única resposta certa é “Briosa”?
- A AAC é constituída por inúmeras secções tanto culturais (tvAAC, de fado, RUC, jornalismo, de fotografia, etc) como desportivas (xadrez, futebol, ginástica, natação, etc) e ainda

outros órgãos autónomos (coro misto, orfeon, iniciação teatral, artes plásticas, etc..) das quais podes fazer parte?

- Para além das tunas da tua Faculdade, podes aderir também a uma das inúmeras existentes na Secção de Fado da AAC!!



## Não sabes cozinhar? O NEF/AAC ajuda!

### MASSUM (AKA MASSA COM ATUM)

#### Ingredientes:

Massa, 3 latas de atum, 1 pacote de natas, ½ cebola picada, ketchup/polpa de tomate e sal.

#### Preparação:

1. Deixar a massa a cozer com um pouco de sal enquanto se prepara o resto.
2. Numa frigideira colocar a cebola com um fio de azeite e deixa loular um pouco. De seguida, junta o atum escorrido.
3. No final adicionar um fio de ketchup/polpa de tomate e as natas, mexer bem e, por fim, acrescentar a massa e misturar tudo.

**Nota:** Podes ser criativo nesta receita e alterar o molho (para, por exemplo, maionese ou bechamel) ou acrescentar ingredientes como enlatados (salsichas, cogumelos, milho, ...) ou charcutaria (queijo, fiambre, etc ...). Neste último caso, o prato passa a chamar-se Massa com Tudo.

### PANQUECAS

#### Ingredientes:

2 copos de leite, 2 copos de farinha, 2 colheres de sopa de açúcar e 2 ovos.

#### Preparação:

1. Numa taça, bater com a varinha todos os ingredientes.

2. Numa frigideira, colocar um pouco de margarina e de seguida deitar a massa.
3. Rodar com a frigideira para a massa deslizar para os lados e depois quando já estiver um pouco tostada em baixo, é só virar.

### OMELETE DE QUEIJO E FIAMBRE

#### Ingredientes:

2 ovos, manteiga/azeite, queijo, fiambre, sal e pimenta.

#### Preparação:

1. Bater os ovos e temperar com um pouco de sal e pimenta.
2. Deitar um pouco de manteiga/azeite numa frigideira e deixar derreter/espalhar.
3. Juntar os ovos e, pouco depois, espalhar o queijo e o fiambre por cima em pequenos bocados.
4. Quando a base da omelete estiver firme, dobrar e virar para não queimar. Está pronto quando não deitar líquido.

**Nota:** Se preferires, podes saltar bacon e cogumelos com um pouco de alho, ir mexendo até os cogumelos ficarem macios e colocar este preparado nos ovos em substituição do queijo e fiambre.

### BIFANAS

#### Ingredientes:

800g de bifanas laminadas, 33cl de cerveja, 100ml de vinho de mesa, 6 dentes de alho, 1 folha de louro, sal, piri-piri, óleo e azeite.

#### Preparação:

1. Cobrir metade do fundo do tacho com azeite e outra metade com óleo. Juntar os alhos e a folha de louro e mexer um pouco.
2. Adicionar a cerveja e o vinho de mesa. Mexer um pouco o molho e tapar parte do tacho.
3. Deixar cozinhar até o molho ferver e depois acrescentar aos poucos as bifanas e mexer novamente. Tapar o tacho e deixar cozinhar por 30 minutos.
4. Retirar a folha de louro. Temperar com sal e piri-piri moído e mexer.
5. Tapar o tacho e deixar cozinhar até que o molho evapore um pouco.

### QUALQUER COISA À BRÁS

#### Ingredientes:

“Qualquer coisa” (pode ser salsichas, frango, alho francês, atum, ...), 1 dente de alho, 1 folha de louro, 4 ovos, 300g de batata palha, azeite, sal, pimenta branca e noz-moscada.

#### Preparação:

1. Num tacho, juntar um fio de azeite e uma folha de louro.
2. Refogar o “qualquer coisa” e um dente de alho bem picado até tudo reduzir.
3. Misturar a batata palha.
4. À parte, bater os ovos com uma pitada de sal, noz-moscada e pimenta.
5. Juntar os ovos à mistura anterior, envolvendo bem em lume brando.

**Nota:** Se não tiveres todos os ingredientes podes fazer só com o azeite, ovos e batatas.

## CARBONARA

### Ingredientes:

Massa, bacon, fiambre, cogumelos, natas, ovos, pimenta, sal e queijo.

### Preparação:

1. Colocar a massa a cozer num tacho com água a ferver temperada com
2. Saltear o bacon num tacho com azeite, juntar os cogumelos escorridos e, passado um pouco, o fiambre.
3. Bater ligeiramente os ovos com uma vara de arames e juntar-lhes as natas, temperando com sal e pimenta.
4. Escorrer a massa e juntá-la ao preparado de bacon, cogumelos e fiambre.
5. Envolver tudo com a mistura de natas e ovos, e, salpicar com queijo.

## SALADA RUSSA

### Ingredientes:

4 batatas, 2 cenouras, 200 g de ervilhas congeladas, 2 ovos, 2 latas de atum e maionese.

### Preparação:

1. Descascar as batatas e as cenouras e cortá-las aos cubinhos.
2. Lavar muito bem e levar a cozer em água temperada com sal. Cinco minutos antes de estarem cozidas juntar as ervilhas e deixar cozer.
3. Escorrer, passar por água fria e colocar na saladeira.
4. À parte cozer os ovos. Depois de cozidos, passar por água fria e descascar. Cortar em bocados pequenos e colocar na saladeira
5. Abrir as latas de atum, escorrer o óleo, desfazer o atum, e juntar à

salada. Misturar e servir com maionese.

## MASSA À BOLONHESA

### Ingredientes:

Carne picada, cogumelos, azeite, cebola, alho, polpa de tomate e vinho branco.

### Preparação:

1. Fazer um refogado com azeite, cebola e alho picado.
2. Quando ganharem cor, juntar cogumelos e deixar refogar um pouco.
3. Acrescentar a carne picada (150 gramas por pessoa) e, quando ganhar cor, adicionar polpa de tomate e vinho branco.
4. Deixar cozinhar durante 20 minutos, mas verificar se a carne está cozida antes de desligar.

**Nota:** Podes fazer uma quantidade que dê para mais refeições, congelar por doses e depois servir com esparguete, arroz ou mesmo puré de batata.

## BOLO DE CHOCOLATE DA CANECA

### Ingredientes:

1 ovo, 3 colheres (sopa) de óleo, 4 colheres (sopa) de leite, 3 colheres (sopa) de açúcar, 3 colheres (sopa) de chocolate em pó, 4 colheres (sopa) de farinha de trigo e ½ colher (chá) de fermento em pó.

### Preparação:

1. Juntar numa caneca o ovo e o óleo e de seguida adicionar o leite, açúcar e o chocolate em pó.
2. Mexer bem até incorporar todos os ingredientes e depois acrescentar

aos poucos a farinha.

3. Juntar, no fim, o fermento, misturar e levar ao micro-ondas por 3 minutos.

## Como tornar o primeiro ano memorável:

- ✓ Saber a Balada de Despedida do 5º ano jurídico de cor.
- ✓ Cantar o hino da Faculdade a caminho da praça.
- ✓ Subir, pelo menos uma vez, à Cabra.
- ✓ Subir à estátua do leão da Praça da República e tirar uma fotografia.
- ✓ Ir a TODAS as praxes.
- ✓ Dar um mergulho no rio Mondego.
- ✓ Ouvir a balada todos os dias na Queima das Fitas.
- ✓ Fazer uma noitada de estudo para passar a um exame.
- ✓ Sair de um exame a dizer que vais chumbar e passar.
- ✓ Comer um croissant da Bolero.
- ✓ Sair só para um café e chegar a casa de manhã.
- ✓ Sentar no chão da praça e fazer amigos novos.
- ✓ Tirar um dia para ser “turista na minha própria cidade”.
- ✓ Ir de direta para uma teórica.
- ✓ Numa disputa com outro curso, gritar até sentir os pulmões a sair.
- ✓ Almoçar uma sandes no Kubículo.
- ✓ Arranjar uma madrinha e/ou um padrinho com quem te dê bem.
- ✓ Tomar pequeno-almoço/ceia no recinto da Queima das Fitas.
- ✓ Fazer uma declaração de amor durante a praxe.
- ✓ Subir as escadas monumentais.
- ✓ Cantar com toda a força “Coimbra é nossa!” no meio da rua.
- ✓ Estudar com os amigos.
- ✓ Ler o Código de Praxe.
- ✓ Aproveitar Coimbra ao MÁXIMO, pois tem muito para dar.

*Elaborado pelo pelouro da Pedagogia e pelo pelouro Recreativo – vertente Cultural da Direção do Núcleo de Estudantes de Farmácia da Associação Académica de Coimbra (NEF/AAC)*

