

Detalhe de algumas Medidas de Conciliação existentes no ISCSP

Conciliação

- **2 dias de teletrabalho:** Possibilidade de 2 dias/semana em teletrabalho (TT) sempre que o conteúdo funcional do Colaborador Técnico-administrativo (CTA) assim o permita (acordo de TT).
- **Horário flexível:** Possibilidade de horário flexível sempre que o conteúdo funcional do CTA o permita.
- **Utilização de crédito de horas acumulado até 4 dias/mês:** Possibilidade de gozo de horas em crédito pelos CTA até 4 dias/mês, num máximo de 3 dias consecutivos, desde que seja garantido que o serviço está assegurado.
- **Horários letivos de 3 dias para docentes:** Elaboração dos horários letivos tendo em consideração, sempre que possível, a semana de 3 dias para os docentes.
- **Estacionamento gratuito:** Possibilidade de estacionamento em garagem do ISCSP sem custo para CTA e docentes.

Desenvolvimento pessoal e profissional

O ISCSP oferece apoio aos CTA para a participação em cursos conferentes e não conferentes de grau, a qual deve ser enquadrada, pela respetiva coordenação, ao nível das prioridades e objetivos da área operacional. Pode consultar aqui o [Regulamento do programa de apoio à formação dos Colaboradores dos Serviços Técnicos e Administrativos](#) e a [Deliberação do Conselho de Gestão](#).

- **Redução de 30% na propina anual de licenciaturas e mestrados:** Programa de desenvolvimento de competências dos CTA que prevê o apoio para a sua participação em cursos conferentes de grau ministrados pelo ISCSP, a qual deverá ser enquadrada ao nível das prioridades e objetivos da área operacional.
- **100% do custo pós-graduações e cursos de formação especializada:** Participação gratuita em cursos ministrados pelo ISCSP, dentro das vagas disponíveis após fecho das inscrições e enquadrada ao nível das prioridades e objetivos da área operacional.
- **50% do custo de pós-graduações ou cursos de especialização externos:** Oferta de 50% do custo de cursos ministrados por outras entidades, desde que enquadrados ao nível das prioridades e objetivos da área operacional.
- **2 unidades curriculares/ano integradas em cursos do ISCSP:** Regulamento e procedimento que permite a inscrição de CTA em unidades curriculares isoladas, desde que enquadradas ao nível das prioridades e objetivos da área operacional.
- **Programas de Mobilidade Internacional:** Incentivo à Mobilidade Internacional, Mobilidade Erasmus e Missões para CTA e docentes.

Bem-estar

- **Promoção de atividades de bem-estar:** Realização semanal de atividades de bem-estar (sessão de 30 minutos de exercícios de ginástica laboral, relaxamento ou caminhadas).
- **Iniciativas culturais:** Reconhecimento de talentos e Clubes de Leitura e de Teatro: Exposições e iniciativas culturais que permitem a divulgação de talentos de docentes, CTA e alunos.
- **Espaços funcionais e equipamentos modernos que oferecem conforto:** Programa para promover a ergonomia e prevenir lesões em contexto laboral (ex. Gabinetes dos colaboradores com espaço e equipamento ergonómico).
- **Acompanhamento psicológico gratuito e ações de prevenção e promoção da saúde mental e do bem-estar:** O Gabinete ISCSP-Wellbeing, serviço dedicado à promoção da saúde mental e bem-estar da comunidade académica, oferece consultas de psicologia clínica – 1 consulta de triagem e 12 de seguimento a cada utente; também promove ações de sensibilização, *workshops* e *webinars*.

Parcerias na área do desporto, do bem-estar, do lazer e da conciliação