



Regulamento do Curso

Gestão da Ansiedade e Consciência Plena

ESMTC

ESCOLA DE MEDICINA TRADICIONAL CHINESA
Saúde, Desenvolvimento Pessoal, Ciências Veterinárias

Palacete da Estefânia
Rua D. Estefânia, 175
1000 – 154 Lisboa

www.esmtc.pt

Índice

Conteúdos	Página
Introdução	3
Missão, Visão, Valores da ESMTC	3
1. Inscrições	4
2. Local e Horário	4
3. Pagamentos e devoluções	5
4. Deveres de Assiduidade	5
5. Método de Avaliação da Formação	5
6. Obrigações Gerais	6
7. Sugestões e Reclamações	6
8. Destinatários	7
10. Emissão de Certificados de Formação	7
11. Protecção de dados	7
12. Divulgação	8
13. Omissões	8

Introdução

O presente Regulamento visa proporcionar aos vários intervenientes a **sua integração e um pleno conhecimento** dos seus direitos e deveres, indispensáveis à maximização do sucesso e eficácia do **Curso**. O presente Regulamento está disponível no site www.esmtc.pt.

Missão, Visão, Valores da ESMTC

A ESMTC tem como **missão desenvolver o estudo, a docência, a investigação e a prestação de serviços à comunidade** (no domínio das suas atribuições) com vista à **promoção da qualidade de vida** por meios naturais, bioenergéticos e culturais tendo em vista o desenvolvimento holístico da pessoa humana, sensibilizando-a para a **preservação e o respeito pela natureza e pelos ciclos cósmicos**.

A ESMTC pretende assegurar, na visão do mundo ocidental, a sobrevivência de uma concepção sistémica da vida humana, em ligação com a natureza, concebida como uma entidade inteligente, auto-regulada, abrangente e teleologicamente orientada para o maior bem para o maior número.

A missão e a visão apresentadas desenvolvem-se em três dimensões ou valores primordiais que são:

Tradição - A Sabedoria não se perde no tempo. Cada geração recebe tesouros ancestrais de conhecimento e transmite-os às seguintes, numa cadeia infinita de elos de gratidão e solidariedade.

Experiência - Da relação entre o saber e a prática nascem o saber-ser e o saber-fazer e destes nasce a descoberta do mundo, da vida, dos outros, do serviço.

Progresso - Receber e inovar, consolidar e descobrir e construir o futuro.

1. Inscrições

Para inscrição no Curso será necessário

- Preencher a ficha de inscrição,
- Realizar o pagamento e
- Enviar o comprovativo de pagamento

2. Local de Realização do e-Curso:

Plataforma de Ensino ESMTC e-Learning

ESMTC – Escola de Medicina Tradicional Chinesa
Rua de Dona Estefânia, 173/175, 1000-154 Lisboa;

Horário

Calendário — Início a 5 de Maio de 2026

Todas as sessões decorrem **online**.

Duração total: 18 horas distribuídas ao longo de 2 meses. Um ritmo pensado para que possas integrar as práticas gradualmente — sem pressão, com consistência.

Horários

Terças-feiras: das 18:30 às 20:00

Sábados: das 10:00 às 11:30

Datas das aulas

Maio 2026

Terça: 5, 12, 19, 26 – das 18:30 às 20:00

Sábado: 9, 16, 23, 30 – das 10:00 às 11:30

Junho 2026

Terça: 2, 9 – das 18:30 às 20:00

Sábado: 6, 13 – das 10:00 às 11:30

Opção presencial

Domingo: 14 e 21 de Junho – das 10:30 às 12:30

Interrupção e possibilidade de repetição do curso

Sempre que a Formação se inicie e seja interrompida, por motivo imputável tanto à ESMTC como ao Formador, a ESMTC em conjunto com este e independentemente do motivo da interrupção, intervirá desenvolvendo todos os esforços possíveis para que os obstáculos sejam ultrapassados em prol da continuidade da formação.

Quando for impossível dar continuidade à Formação iniciada, será efectuada uma nova calendarização, obrigando-se a ESMTC a contactar todos os participantes.

Cancelamento e adiamento do Curso

Em caso de cancelamento da Formação, a ESMTC contactará, com a antecedência desejável, todos os participantes informando-os desse facto e dos motivos.

Sempre que o cancelamento se traduza em adiamento, a ESMTC contactará igualmente todos os participantes, informando-os da nova data de realização da acção.

3. Regime de pagamentos e política de devoluções

Custo do Curso

Pagamento a pronto: 135€

Pagamento faseado: 3 prestações de 50€

O **cancelamento da inscrição** pode ser efectuado **até 12 dias antes do início da formação** sendo reembolsado o formando da totalidade do valor.

Os cancelamentos efectuados após este período e antes do início da acção dão origem a uma retenção de 100% do valor da inscrição, a qual se destina a compensar despesas administrativas efectuadas e prejuízos decorrentes da contratação dos Formadores e investimentos da ESMTC impossíveis de correcção em anulações de última hora.

4. Deveres de Assiduidade

A taxa de assiduidade mínima a cumprir pelos formandos não pode ser inferior a 80% do total das horas ministradas

5. Método de Avaliação da Formação

A classificação final no curso resultará da média ponderada, numa escala de 0-20 valores, das classificações parcelares tendo em conta os seguintes elementos de avaliação:

Formativa: Observação da execução prática durante as sessões síncronas.

Sumativa: Ficha de avaliação final (10 perguntas de resposta curta/múltipla escolha).

A Escala Avaliativa utilizada é a seguinte:

0-20

Quantitativa	17 a 20	10 a 16	0 a 9
Qualitativa	Muito bom	Bom	Insuficiente
Aptidão	Apto		Não apto

6. Obrigações gerais da entidade formadora e do formando

Entidade Formadora - deveres

- Divulgar junto dos formandos e outros intervenientes na formação o Regulamento de Funcionamento da Formação
- Disponibilizar aos formandos a documentação prevista nas condições de participação;
- Emitir certificados comprovativos da frequência e/ou do aproveitamento obtido pelo formando;
- Adequar espaços e equipamentos com características adequadas ao desenvolvimento da formação;

Formando – deveres

- Preencher a ficha de inscrição;
- Entregar os documentos solicitados pela ESMTC para o processo técnico-pedagógico do Curso
- Abster-se da prática de qualquer acto que possa resultar em prejuízo ou descrédito para a formação e para a entidade;
- Participar activamente nas sessões, realizando nomeadamente as provas de avaliação previstas;
- Frequentar a formação com assiduidade e pontualidade

Formando - direitos

- Receber documentação que facilite o seu processo formativo, nas formas em que a Entidade Formadora assim reconhecer como os mais eficazes para a transmissão de determinados conteúdos.
- Receber o certificado comprovativo do bom aproveitamento obtido por si, após cumprimento de todos os requisitos previstos no regulamento deste curso e ter sido submetido com aproveitamento a todos os momentos de avaliação definidos;
- Solicitar o Instrumento - **IT32A-LS-Levantamento de Sugestões” e o IT32B-LR-Levantamento de Reclamações”**, que lhe possibilita proceder a um registo de sugestões e reclamações, respectivamente.
- Solicitar o **IT33-RG-Requerimento Geral**, onde pode pedir para agendar reunião com a Direcção ou Responsável de Curso
- Participar na avaliação do curso e dos formadores, através do preenchimento do Questionário de Satisfação-Reacção respectivo;

7. Sugestões e Reclamações

As sugestões e reclamações devem ser formalizadas por escrito através dos seguintes instrumentos

- **IT32A-RS** - Registo de Sugestões
- **E IT32B-RR** - Registo de Reclamações (este deverá ser preenchido no prazo máximo de 10 dias após a ocorrência do facto que motivou a reclamação)

Resposta a Reclamações

O prazo para emissão de resposta escrita à reclamação efectuada, não deve exceder **10 dias** úteis, contados a partir da data de recepção da reclamação.

8. Destinatários

Público em geral, sem necessidade de conhecimento prévio em Medicina Tradicional Chinesa

Os candidatos à frequência dos Cursos e-Learning deverão:

- Ter acesso a um computador ou telemóvel com ligação à Internet e um browser (exemplos: Chrome, Internet Explorer, Firefox, ...)
- Ter conhecimentos de informática na óptica do utilizador

9. Desistências

O formando pode, mediante comunicação por escrito com justificação de força maior relativa ao que o impossibilitou de frequentar o curso ou determinado módulo, utilizar o montante em causa, noutra edição do mesmo curso, caso haja lugar a mais edições.

10. Emissão do certificado de formação

No final da formação todos os formandos que obtiveram aproveitamento têm direito a um certificado de formação emitido de acordo com os requisitos em vigor, bem como respeitando as regras internas da ESMTC.

11. Protecção de dados

A ESMTC compromete-se a garantir a confidencialidade dos dados pessoais dos intervenientes na actividade formativa, utilizando-os apenas para os fins que forem acordados previamente com o formando, e auscultação por parte do sistema de certificação pela DGERT.

Todos os dados recolhidos são processados em conformidade com o disposto no Regulamento Geral sobre a Protecção de Dados Pessoais – Regulamento nº 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de Abril de 2016, que estabelece as regras relativas à protecção, tratamento e livre circulação dos dados pessoais das pessoas singulares.

12. Divulgação

O presente Regulamento está disponível para consulta de formandos e formadores no site www.esmtc.pt.

13. Omissões

Os casos omissos no presente Regulamento ou supervenientes, serão objecto de tratamento e decisão da Direcção da ESMTC e do CP-Conselho Pedagógico.

