

# PLANO DE ATIVIDADES 19/20



## ÍNDICE

<b>ATIVIDADES</b> .....	3
<b>FINANCEIRO</b> .....	3
<b>PEDAGÓGICO</b> .....	6
<b>RESPONSABILIDADE SOCIAL</b> .....	8
<b>ERAMUS E RELAÇÕES INTERNAS</b> .....	10
<b>MERCADO DE TRABALHO</b> .....	12
<b>POLÍTICA EDUCATIVA</b> .....	14
<b>RECREATIVO E CULTURAL</b> .....	17
<b>DESPORTIVO</b> .....	19
<b>MARKETING</b> .....	21

## **ATIVIDADES**

### **FINANCEIRO**

#### **Apresentação**

O Departamento Financeiro é responsável pelo planeamento e controlo orçamental, pela gestão dos serviços prestados (secretaria, centro de cópias e livraria) e pela gestão dos projetos desenvolvidos, estando assim encarregue de garantir a sustentabilidade e operacionalidade da AEISEG. É também responsável pela angariação de parcerias e pelo estabelecimento de protocolos com entidades, dentro e fora do ISEG.

#### **Objetivos Gerais:**

1. Assegurar a sustentabilidade da AEISEG e o equilíbrio das suas contas;
2. Garantir o rigor e a transparência na gestão da Associação de Estudantes;
3. Estabelecer novas parcerias e patrocínios;
4. Promover a integração dos estudantes na definição de novos projetos, através do Orçamento Participativo;
5. Criar um cartão de sócio solidário para facilitar os alunos bolseiros na sua inclusão como sócios da AEISEG.

#### **Propostas:**

##### **Apoio financeiro aos núcleos**

Distribuição de 1000€ pelas associações do ISEG, dependendo de critérios escolhidos, de entre os quais a igualdade de oportunidades e as diferentes necessidades.

##### **Melhorar a gestão do espaço Kasino**

Pretendemos melhorar algumas características deste espaço, como por exemplo colocar uma televisão funcional por contraste à televisão atual, caso seja viável e útil para os alunos. Instalar uma consola de jogos para os estudantes usufruírem em troca de um pagamento simbólico.

### **Marketing de afiliados**

Como forma de beneficiar ainda mais os estudantes do ISEG, iremos estabelecer novas parcerias com diferentes prestadores de serviços, tais como a Uber, Uber Eats, Lime, Glovo, Kapten, McDonalds, KFC, Fitness Hut, Cinemas NOS, Hamburgueria do Bairro e até mesmo descontos e entradas gratuitas em discotecas como o K Urban Beach e Lust in Rio, entre outras empresas, para todos os estudantes do ISEG, em todas as utilizações de serviços e não apenas na primeira.

### **Orçamento Participativo**

A AE propõe a realização das candidaturas ao Orçamento Participativo no primeiro semestre, de modo a que o processo de deliberação e votação em Reunião Geral de Alunos possa ficar concluído ainda no semestre presente. Esta medida vai permitir aos alunos verem as suas propostas realizadas ainda antes do final do ano letivo presente. Propomos ainda uma maior divulgação do mesmo visto que existem muitos alunos da comunidade ISEGuiana que desconhecem a sua existência. Visto que a atual direção irá ter que realizar o OP da direção anterior, é inviável a realização de um orçamento participativo, nestes termos.

### **Cartão de sócio solidário**

Atribuição de cartões gratuitos ou a custo reduzido a alunos bolseiros.

### **Redução dos preços dos guias de exame e dos intercalares**

Propomos reduzir os preços dos guias de exame e dos guias para os intercalares. Para isso, iremos trocar a capa de plástico por uma de papel grosso e evitar todos os desperdícios de espaço que possam existir, retirando todas as páginas em branco. Deste modo, vamos conseguir uma redução dos preços substancial e assim uma melhor oferta para os ISEGuianos.

### **Melhoria da transparência das contas da AEISEG**

Como forma de aumentar a transparência da situação patrimonial e financeira da AEISEG, a AE compromete-se a propor uma revisão estatutária em Reunião Geral de Alunos, de modo a que sejam previstos nos estatutos a apresentação semestral do relatório de contas da AEISEG.

Além disso, propomos também a apresentação de um relatório de contas mais pormenorizado e detalhado de modo a evitar que se levantem tantas questões em relação a certas rubricas deste mesmo relatório, permitindo assim que os alunos tenham uma melhor perceção de todas as receitas e despesas efetuadas pela AEISEG.

## **PEDAGÓGICO**

### **Apresentação**

O Departamento Pedagógico prima por um olhar atento sobre o dia-dia dos alunos, acompanhando e promovendo o seu percurso académico. O Departamento é responsável por disponibilizar aos estudantes os melhores materiais e as melhores oportunidades para que estes possam explorar o seu potencial.

### **Objetivos Gerais:**

1. Manter e melhorar a relação de proximidade entre estudantes e docentes;
2. Assegurar e antecipar a disponibilização de todo o material de estudo (guias, sebatas e apontamentos);
3. Dar mais e melhor informação referente ao percurso académico no ISEG;
4. Criar uma forte comunicação com o Conselho Pedagógico;
5. Desenvolver projetos de aquisição de hard e soft skills;
6. Pugnar à maior facilidade de requisição de salas e à criação de mais espaços de estudo.

### **Propostas:**

#### **Plataforma Informa-te**

Uma plataforma que estará contida no Portal Pedagógico, onde estarão todas as informações relativas a cada Unidade Curricular, funcionamento dos ECT's, cursos livres e dicas, existindo a possibilidade de os estudantes darem sugestões e comentários.

#### **Centros de Línguas e Explicações**

Pretendemos dar continuidade aos centros da AEISEG, considerando importante iniciar a divulgação dos mesmos com maior antecedência e comprometendo-nos a acompanhar de uma forma mais próxima os estudantes.

### **Suportes Pedagógicos (Sebentas, Guias, Apontamentos...)**

Pretendemos dar continuidade à disponibilização de Guias de Testes Intercalares, Guias de Exame, apontamentos e exames. Consideramos importante alargar os guias a suportes digitais, tendo a possibilidade de fazer vídeos explicativos e ter alguns esquemas online. Serão repostos os apontamentos para os estudantes do 2º e 3º ciclo de forma a colmatarmos a lacuna na falta de suportes pedagógicos para esses ciclos.

### **Workshops “Como elaborar um trabalho académico?”**

De forma a combater as dificuldades sentidas na redação da tese, pretendemos desenvolver um conjunto de workshops ao longo do ano para auxiliar os alunos do 2º e 3º ciclos. Serão momentos destinados às dúvidas e questões, de modo a poderem melhorar as suas capacidades de pesquisa e investigação. Este conjunto de workshops terá a participação de tutores e docentes, bem como especialistas no tema.

### **Debate Pedagógico**

Realização de um debate entre docentes e estudantes sobre as perspetivas relativas ao modelo de ensino adotado. Consideramos fulcral criar um momento mais informal onde seja possível apresentar ideias e críticas construtivas de ambas as partes.

### **Competição Aplica-te**

Organização de uma atividade em regime de competição, com a colaboração de docentes e outros parceiros com o objetivo de consolidar a matéria lecionada em sala de aula, em formato Case Studies.

## **RESPONSABILIDADE SOCIAL**

### **Apresentação**

O departamento de Responsabilidade Social tem como objetivo premente estabelecer a ligação com instituições de cariz social, permitindo que os nossos alunos tenham a oportunidade de contribuir para uma causa maior, bem como alertá-los para todos os problemas ambientais cada vez mais visíveis no nosso dia a dia. Neste sentido, serão desenvolvidas diversas atividades ao longo do ano com o intuito de aumentar a sua sensibilidade para com estes temas.

### **Objetivos Gerais:**

1. Contribuir para a consciencialização dos estudantes acerca das lacunas existentes na sociedade, tanto a nível solidário como a nível ambiental;
2. Desempenhar um papel ativo enquanto interveniente social.

### **Propostas:**

#### **Banco de voluntariado**

Acreditamos que são bastantes as pessoas que gostavam de poder contribuir para uma causa nobre, mas nem sempre encontram o local ideal para o fazer. Pretendemos assim ser a ponte entre os voluntários e diversas associações com o intuito de preencher os corações dos ISEGuianos enquanto contribuimos para o bem estar de quem mais necessita.

#### **Green Talks**

A fim de consciencializar e alertar todos os alunos para os problemas ambientais do nosso planeta e tentar ensiná-los a exercer boas práticas ambientais, pretendemos criar um fórum de discussão sobre sustentabilidade.

#### **Faz de conta**

É cada vez mais importante que as crianças comecem a ter noção de certos conceitos financeiros e ninguém melhor do que alunos de uma faculdade de Economia e Gestão para os ajudar nesta matéria. É neste sentido que pretendemos realizar uma atividade com crianças entre os 8



e os 10 anos recorrendo a jogos que lhes permitam tomar consciência do valor do dinheiro, bem como aprenderem a gerir o mesmo.

### **Não sou de plástico**

Com o objetivo de ajudar a contribuir para um mundo cada vez mais ecológico, queremos por fim ao uso excessivo de plástico no ISEG, em particular na cantina, procedendo à substituição do mesmo.

### **Impacto Social**

Através da organização de palestras promovendo o debate de vários temas de cariz social pretendemos alertar todos os alunos para os problemas que afetam a comunidade em que estamos inseridos bem como incentivá-los a tomar ações relativamente aos mesmos.

### **Salva uma vida**

Dar sangue é algo simples e que pode salvar a vida a bastantes pessoas. É com base neste pensamento que queremos realizar recolhas de sangue semestrais, tentando tornar este ato o mais cómodo possível para os ISEGuianos.

### **Sê um herói**

Através da realização de palestras pretendemos transmitir algumas noções básicas de primeiros socorros, bem como de suporte básico de vida.

## **ERAMUS E RELAÇÕES INTERNAS**

### **Apresentação**

O Departamento de Erasmus e Relações Internas compreende dois principais propósitos: assegurar o vínculo e o contacto entre os diferentes núcleos e as associações do ISEG com a AEISEG, e apoiar todos os alunos participantes no intercâmbio internacional.

Para alcançar os objetivos pretendidos apresentamos as seguintes propostas e atividades. A realização de reuniões com os responsáveis por cada núcleo da instituição de ensino. Auxiliar os alunos *Outgoing* no processo de candidatura ao projeto Erasmus: desde a divulgação das equivalências ao contacto com outros alunos que participaram na experiência. E, identicamente, promover a integração dos alunos *Incoming* no ISEG através da realização de sessões de receção e da disponibilização de informações de conteúdo administrativo e recreativo.

### **Objetivos Gerais:**

1. Desenvolver a inclusão e adaptação dos alunos *Incoming* no ISEG;
2. Facultar os contactos gerais do ISEG aos alunos *Incoming*;
3. Auxiliar os alunos *Outgoing*, tanto a nível administrativo como recreativo;
4. Facultar os contatos da AE, do departamento e do ISEG a todos os alunos, para maior facilidade no esclarecimento de dúvidas;
5. Em parceria com o ISEG, procurar melhorar a exatidão dos documentos facultados sobre as equivalências das disciplinas nas universidades estrangeiras parceiras no projeto Erasmus.

### **Propostas:**

**Sessão de Receção aos Alunos Incoming em parceria com o ISEG** (em parceria com o Gabinete de Mobilidade Internacional – ISEG) Receção

aos alunos estrangeiros que chegam ao ISEG no início de semestre: dar-lhes a conhecer as instalações do ISEG e da AE, disponibilização de contactos da AEISEG e do ISEG para o esclarecimento de dúvidas, dar a conhecer as atividades desenvolvidas pela AE e fornecer informações sobre restaurantes, museus, cidades portuguesas históricas e pontos turísticos, descontos, viagens, etc.

### **Melhorar a disponibilização de informação sobre as equivalências em universidades parceiras do ISEG no intercâmbio internacional**

(junto do Gabinete de Mobilidade Internacional)

Procurar atualizar e melhorar os documentos disponibilizados pelo ISEG sobre as equivalência às unidades curriculares nas universidade parceiras no intercâmbio internacional, contactando o gabinete responsável.

### **Feira de Erasmus**

Consiste na interação entre alunos que participaram no intercâmbio internacional e os que gostariam de participar no projeto. Pretende darse a conhecer as características dos países, cidades e universidades parceiras, facilitar a troca de informações a nível administrativo e recreativo e realçar curiosidades importantes e relevantes sobre a experiência. Esta atividade é uma forma de proporcionar maior estabilidade no processo de candidatura, na chegada ao destino e na integração.

### **Disponibilização de contatos para esclarecimentos sobre o projeto Erasmus**

Melhorar a divulgação de contactos (do Gabinete de Mobilidade Internacional e da Associação de Estudantes) para esclarecimento de dúvidas sobre o processo do programa Erasmus.

## **MERCADO DE TRABALHO**

### **Apresentação**

O Departamento do Mercado de trabalho tem como principal objetivo ajudar e preparar os estudantes do ISEG para a realidade empresarial, tanto através da promoção de eventos de Networking como também de workshops com intuito de fortalecer as soft e as hard skills.

### **Objetivos Gerais:**

1. Aproximar os alunos do mercado laboral;
2. Preparar os estudantes para a entrada no mercado de trabalho através da oferta de cursos de formação prática ao longo do ano letivo.

### **Propostas:**

#### **Alumni Talks**

Este evento destina-se aos finalistas de licenciatura e mestrado tendo como principal objetivo transmitir uma perceção melhor de quais os diversos percursos que se podem tomar com determinado grau académico através do testemunho de alguns alumni do ISEG.

#### **Business Challenge**

Este projeto consistirá na elaboração de desafios, relacionados com as áreas financeira, consultoria e empreendedorismo em que se baseia na resolução de um Case Study ou na apresentação de uma ideia ou modelo de negócio, em que se tem em vista a uma parceria com os clubes do ISEG das áreas mais próximas de cada desafio.

#### **Formações**

As formações têm como principal objetivo desenvolver as soft e hard skills fulcrais para o mercado de trabalho, tal como cursos de Programação, Excel e de Public Speaking.

#### **Calendário de OPEN DAYS**

O calendário visa facilitar o acesso das datas dos Open Days das empresas a todos os estudantes.

### **Evento com Gestor de Carreira**

Este evento visa ajudar o aluno ISEGuiano a encontrar e gerir da melhor forma a sua carreira, que terá como base uma palestra na parte da manhã focada na Gestão de Carreira e à tarde numa sessão de aconselhamento individual.

### **Business Networking Event**

O Business Networking Event destina-se aos alunos de segundo e terceiro ciclo e tem como principal objetivo expandir a rede de contactos profissionais.

### **Career Forum**

A maior feira de emprego do ISEG organizado pelo Career Management Office e com o apoio da AEISEG oferece aos alunos uma oportunidade única para estabelecer os primeiros contactos e dar a conhecer as principais empresas do mundo empresarial.

## **POLÍTICA EDUCATIVA**

### **Apresentação**

O departamento de política educativa é responsável por defender os interesses dos Estudantes do ISEG em vários órgãos, tanto internos como externos. Participa no Encontro Nacional de Direções Académicas e toma decisões importantes que influenciam a qualidade de vida de quem representa, nomeadamente através de decisões no seio da Federação Académica de Lisboa.

É ainda responsável por expor as temáticas mais relevantes aos Estudantes de modo a promover o debate e reflexão entre todos numa relação de proximidade.

### **Objetivos Gerais:**

1. Defender os interesses do estudante ISEGuiano em toda a sua plenitude, isto é, tanto dentro do ISEG como fora do ISEG;
2. Consciencializar os nossos representados para os temas mais fraturantes do Ensino Superior, nomeadamente através de uma relação de proximidade onde qualquer Estudante possa ser ouvido;
3. Pretendemos ainda aumentar a influência da AEISEG a nível de política educativa no panorama nacional associativo.

### **Propostas:**

#### **Defender a implementação de um programa de arrendamento intergeracional**

Acreditamos que ser jovem é não apenas planear e construir a nossa vida, mas também ajudar e contribuir para o bem-estar de quem um dia já esteve na nossa posição. A juntar a isso, cremos que o preço do alojamento em Lisboa tem vindo a tornar-se num problema crescente para Estudantes deslocados. Partindo destas duas premissas, defendemos um programa que aborda ambos os temas, denominado arrendamento intergeracional, juntando idosos em situação de solidão a jovens que poderão pagar um preço inferior por um quarto. De modo a contribuir para a implementação deste programa, pretendemos reunir com instituições especializadas em estudar o assunto, com a Junta de Freguesia da Estrela, e com representantes do ISEG.

### **Reuniões com os representantes dos alunos nos órgãos de gestão do ISEG**

Por forma a estarmos a par dos conteúdos abordados nas reuniões dos órgãos de gestão do ISEG e ao mesmo ouvirmos contributos de representantes dos Estudantes ISEGuianos, realizaremos reuniões com os representantes dos Estudantes nos Conselhos Pedagógico de 1º ciclo, Pedagógico de 2º e 3º ciclo e de Escola.

### **Colocação de caixa de sugestões no Centro de Cópias**

Um dos nossos objetivos citados anteriormente é criar uma relação de proximidade com os Estudantes, conhecendo a fundo os seus anseios e opiniões. Uma forma de conseguirmos construir essa relação e de os Estudantes poderem ser ouvidos até de forma anónima, é através da colocação de uma caixa de sugestões num local acessível a todos.

### **Ciclo de conferências**

Realizaremos conferências que tenham por objetivo consciencializar os nossos representados para temas fraturantes da atualidade que também condicionam o seu dia-a-dia, como por exemplo o alojamento e a mobilidade.

### **Conselho de associações**

Teremos a iniciativa de realizar um Conselho com todos os Núcleos do ISEG de modo a que possam expressar e partilhar ideias, opiniões, experiências e contactos, num fórum livre marcado pela colaboração e entreaajuda.

### **Debate relacionado com as eleições legislativas**

Em setembro- período de campanha para as eleições legislativas- convidaremos um candidato jovem de cada partido político com representação parlamentar de modo a que debatam as suas visões para o país e que, os nossos representados, enquanto eleitores, fiquem mais informados acerca da decisão que tomarão no dia 6 de outubro de 2019.

### **Prémios de melhor aluno**

No início do próximo ano letivo, atribuiremos um prémio financeiro de 500€ (total) aos melhores alunos de economia/economics, gestão/management, finanças, MAEG e mestrados.

### **Podcast mensal**

O departamento de Política Educativa realizará um podcast mensal com convidados especiais, debatendo assuntos com relevância para os Estudantes que representa.



## **RECREATIVO E CULTURAL**

### **Apresentação**

O departamento recreativo e cultural é responsável pela organização de eventos recreativos e culturais. Durante o mandato, organiza vários eventos de forma a incentivar um bom espírito académico e, também, o famoso espírito ISEGuiano e a nível cultural, atividades irão ser desenvolvidas de forma a proporcionar conhecimento sobre outras culturas aos estudantes do ISEG.

### **Objetivos Gerais:**

1. Fortalecer e divulgar o espírito ISEGuiano junto dos atuais e futuros estudantes;
2. Fomentar o conhecimento de outras culturas;

### **Propostas**

#### **Festa da Velha Guarda**

Festa temática durante a noite de modo a dar um típico momento de espírito ISEGuiano a todos os estudantes presentes.

#### **Gordão**

Realização do evento maior e mais conhecido realizado pela a AEISEG. Convívio de estudantes durante a tarde e início da noite com preço de bebidas a nível reduzido.

#### **Comboio ISEGuiano**

Evento que levará os estudantes do ISEG a conhecer novas culturas académicas.

#### **Parceria com faculdades da UL**

Parcerias com outras faculdades de modo a todos poderem beneficiar com estes acordos.

### **Jantares de Curso**

Realização de jantares com todos os alunos de todos os anos de cada curso para desenvolver companheirismo entre alunos mais velhos e mais novos.

### **Mês do Cinema**

Visionamento de um filme por semana durante um mês.

### **Jantar de Finalistas**

Realização de um jantar de finalistas de celebração pelo fim do curso destes.

### **Gala**

O evento mais elegante do ano caracterizado pelo espaço, serviço, música e festa é o evento mais desejado pelos estudantes ISEGuianos.

### **College Break**

Serão 4 dias de diversão em Punta Umbria com estadia garantida e festas privadas em diversos lugares.

## **DESPORTIVO**

### **Apresentação**

O desporto, não só o universitário, é um enorme pilar da atual sociedade, na medida em que fomenta uma vida cada vez mais saudável bem como o convívio e a criação de laços que marcam toda uma vida. O desporto é uma peça fulcral para o desenvolvimento da nossa sociedade.

Como tal, e por considerarmos a cultura desportiva um pilar fundamental, a AEISEG compromete-se a apoiar totalmente os estudantes que queiram e desejem praticar qualquer tipo de desporto, no âmbito do desporto universitário, e desta forma, fomentar a prática desportiva dos seus estudantes.

Como forma de garantir uma maior abrangência a nível de modalidades desportivas, a AEISEG compromete-se a participar, com equipas AEISEG, nos Campeonatos Universitários de Lisboa e nos Campeonatos Nacionais Universitários, caso seja alcançado o respetivo apuramento. De momento, contamos com 8 equipas, sem contar com diversos atletas em modalidades individuais, em inúmeros desportos (Futsal, Voleibol, Basquetebol, Futebol, Andebol).

### **Objetivos Gerais:**

1. Reforçar e melhorar as condições de treino de todos os desportos coletivos da AEISEG;
2. Incentivar e cultivar o desporto no dia-a-dia de todos os ISEGuianos
3. Reforçar a participação da AEISEG nos CNU's;
4. Promover atividades de integração para alunos de 1º ano nos desportos da AEISEG.

### **Propostas:**

#### **Semana do Desporto**

Realização de um conjunto de eventos associados ao desporto, com a duração de uma semana, onde, através de palestras e atividades sejam tratadas as suas diversas temáticas. Nesta semana ocorrerão palestras dadas por alunos atletas de alta competição abordando todas as especificidades dos desportos que praticam e a dificuldade que é a conciliação diária entre o desempenho académico e desportivo. O objetivo desta semana é que todas as pessoas tenham oportunidade de praticar desporto e possam conhecer mais desportos e saber mais sobre cada um deles.

## **Reintrodução das Olimpíadas ISEGuianas**

Competição promovida pela AEISEG entre os alunos dos vários cursos, curso contra curso. Cada um dos alunos representa o curso em que se insere, e compete contra os seus pares, alunos dos outros cursos do nosso instituto.

## **Novas Modalidades**

É fácil perceber que o ISEG tem uma variedade imensa de alunos que praticam modalidades não existentes no nosso desporto universitário e que podem perfeitamente ser integradas no nosso sistema desportivo. Repensando a logística entendemos que desportos como o rugby, o ténis, o hóquei e o surf podem engrossar o conjunto de modalidades com a marca ISEG.

## **Corrida Solidária de 5 km**

Realizaremos uma corrida solidária de 5km, conjugando a prática desportiva à consciencialização cívica.

## **Torneio de 24 horas**

Fomentando o desporto e o convívio numa atividade intensa, mas épica, pretendemos realizar um torneio de futsal que dure 24 horas.

## **Apoio e Reforço da participação nos CNU**

Melhoria significativa das condições atuais da estrutura técnica, assim como do material disponível para o desporto universitário parecem-nos prioritários. Entendemos que é urgente o apoio e divulgação junto dos alunos dos campeonatos nacionais universitários permitirá, a longo prazo, colocar o nome do ISEG num outro patamar superior. Será feito um esforço para a angariação de descontos em ginásios, lojas, clínicas, outros clubes, etc, procurando assegurar as melhores condições para tratamentos. Entendemos que, com estas iniciativas, os nossos atletas sentir-se-ão mais confiantes ao representar o ISEG, atraindo outros alunos à prática desportiva.

## **MARKETING**

### **Apresentação**

O Departamento de Marketing tem a seu cargo a elaboração da imagem e divulgação das atividades desenvolvidas pela AEISEG e parceiros. É ainda responsável pela manutenção do website e administração dos espaços a cargo da AEISEG. Este departamento pretende conseguir uma melhor relação com os estudantes, procurando aproximar a Associação de Estudantes aos mesmos, e satisfazer as suas maiores necessidades.

### **Objetivos Gerais:**

1. Aumentar a visibilidade e alcance da marca AEISEG;
2. Melhorar a comunicação entre os alunos e a AEISEG.

### **Propostas:**

#### **Dinamização das redes sociais e do website**

Dinamização das redes sociais da AEISEG com mais conteúdo específico e regular para cada rede social, incluindo vídeos, entrevistas, quizzes, promoções de eventos, entre outros. Esta proposta procura abranger e chegar a todos os alunos do ISEG, incluindo os alunos internacionais.

#### **Merchandising**

Facilitar e expandir a utilização de merchandising da AEISEG com a criação de sweatshirts de cursos para os cursos de 1º, 2º e 3º ciclo.