

Relatório de Sustentabilidade SASUM 2018

Este relatório coloca os SASUM como pioneiros na elaboração de um documento desta natureza de entre os Serviços congéneres do país.

SUSTENTABILIDADE
PÁG. 12 E 13

SASUM realizaram simulacros nos seus edifícios

Exercícios decorreram a 27 e 30 de setembro e englobaram simulações de incêndio e evacuação de pessoas.

SASUM
PÁG. 04

XIX Gala do Desporto da UMinho

A grande festa do desporto da Academia Minhota entregou os galardões aos melhores de 2018/2019.

DESPORTO
PÁG. 06 E 07

UMinho eleita a Melhor da Europa em desporto universitário 2009-2019

GALA DOS 20 ANOS DA EUSA
PÁG. 05

UMDicas

EDIÇÃO 166 • OUTUBRO 2019

DIRETORA:
ANA MARQUES
WWW.DICAS.SAS.UMINHO.PT



Manuel João Costa Pró-reitor para os Assuntos Estudantis e Inovação Pedagógica

ENTREVISTA
PÁG. 07 A 09

“

... os SASUM contribuem significativamente para a construção da qualidade do projeto educativo UMinho.

Propriedade e edição: Serviços de Acção Social da Universidade do Minho – Universidade do Minho, Campus de Gualtar, 4710-057 Braga; Contribuinte n.º 680047360; Telef.: 253601450; Site: www.dicas.sas.uminho.pt; Facebook: www.facebook.com/UMDicas Email: dicas@sas.uminho.pt; Diretora: Ana Marques; Redação: Ana Marques, Nuno Gonçalves; Paginação: Ana Marques; Fotografia e edição de imagem: Nuno Gonçalves; Colaboração: Susana Botelho; Impressão: Gráfica Diário do Minho, Rua de S. Brás, n.º 1, Gualtar, 4710-079 Braga; Tiragem: 2000 exemplares; Publicação anotada na ERC: Depósito legal n.º 201354/03; Estatuto Editorial: https://www.dicas.sas.uminho.pt/equipa; Periodicidade: Mensal; Gratuito.

A Universidade do Minho (UMinho) foi distinguida, no passado dia 27 de setembro, com o prémio de Melhor Universidade da Europa em desporto universitário na década 2009-2019. A cerimónia de atribuição decorreu na Gala dos 20 Anos da EUSA, que se realizou em Aveiro.

A distinção enaltece a consistência dos resultados da UMinho no desporto universitário, confirmando o sucesso da aposta que tem sido feita ao longo dos últimos anos pelas sucessivas lideranças da Reitoria, dos SASUM e da AAUM.



PUB

UM
uminho sports



Edivino Miranda
Basketball

BE ACTIVE

Ação de Team Building SASUM

Iniciativa decorreu no dia 31 de julho, onde participaram cerca de 80 trabalhadores.

ANO DO TRABALHADOR

No âmbito do programa do Ano do Trabalhador, os Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (SASUM) organizaram uma ação de Team Building, no passado dia 31 de julho, em que a animação e a boa disposição imperaram. A ação teve lugar no Parque Radical do Monte Picoto e juntou cerca de 80 trabalhadores. A tarde iniciou-se com um picnic, num ambiente informal e descontraído, após o qual todos os participantes foram convidados a formar equipas para a realização de atividades diversas, entre elas, Pedal Kart, Team Building, Tiro ao Alvo, Circuito Aventura, entre outras. A iniciativa teve o intuito de aprofundar o desenvolvimento de competências relacionadas com a capacidade de trabalho

em equipa, a liderança, a gestão de conflitos, o relacionamento interpessoal, a partilha de experiências e cooperação. “O resultado não poderia ter sido mais positivo. Uma experiência fantástica, onde as pessoas se divertiram, ficaram a conhecer-se melhor, fatores decisivos para a consolidação do espírito de equipa”, referiu Heleiana Silva, Diretora do Departamento de Apoio ao Administrador. No final, o Administrador dos SASUM dirigiu algumas palavras aos participantes e procedeu à entrega de prémios da ação de Team Building, bem como do concurso “Ideias SASUM/ 2019 – Inovar, Melhorar, Satisfazer”.

Para o próximo ano há mais!!!

REDAÇÃO



Equipas na realização de uma das atividades propostas.

Editorial



ANA MARQUES
ANAC@SAS.UMINHO.PT

O fim das férias, a volta ao trabalho ou à escola é para muitos de nós, motivo de algum stress ou inquietação. Depois de algum tempo de descontração, diversão, descanso, sem horários rígidos...voltar às rotinas não é fácil! Se para uns é voltar ao que já estavam habituados, para outros, as mudanças são muitas. Mudar de escola, mudar de turma, entrar numa universidade pela primeira vez, mudar de cidade ou até de país, são causas para algum desassossego.

Aqui na Universidade do Minho, a azáfama do início do ano letivo é sentido de forma muito particular. Este ano, na primeira fase do Concurso Nacional de Acesso ao Ensino Superior entraram mais de 2800 novos estudantes. Dessa forma, entre os dias 9 e 13 de setembro, os campi da Universidade ganharam outra “vida”, milhares de alunos, muitos deles acompanhados por familiares, vieram dar início aquele é um dos percursos mais importantes da sua vida, mas também um dos mais “stressantes” por muitas razões. De forma a atenuar alguns dos problemas com que se deparam os jovens na chegada à Universidade, na UMinho, o acolhimento contou com os “embaixadores” sou.uminho. Os novos estudantes foram recebidos por colegas do 2.º ou do 3.º ano que os informaram, orientaram e os ajudaram nos primeiros “passos” da vida de universitários.

Senhas de refeição já podem ser adquiridas nos bares

As senhas de refeição nas cantinas dos Serviços de Acção Social (SASUM) podem agora ser adquiridas em diversos bares dos SASUM, não sendo a sua compra obrigatória nos quiosques de acesso às cantinas.

optar-se entre a aquisição de senhas simples (com direito apenas ao prato) ou senhas completas (que possuem o menu completo com sopa, bebida, pão, prato e sobremesa). A compra em packs usufrui de desconto.

As senhas podem ser adquiridas em pack de 10 ou compradas individualmente, assim como pode

DEPARTAMENTO ALIMENTAR



NUNO GONÇALVES



Apresentação decorreu na sala de formação do Complexo Desportivo de Gualtar.

SASUM apresentaram Plano de Ação de Melhorias no âmbito da CAF

Estrutura Comum de Avaliação (CAF) visa ser o catalisador para um processo pleno de melhoria no seio das organizações.

CAF

A Estrutura Comum de Avaliação (Common Assessment Framework – CAF) dos SASUM apresentou no passado dia 3 de setembro, o Plano de Ação de Melhorias do Projeto de Implementação da CAF. A sessão contou com a presença do Administrador dos Serviços de Ação Social (SASUM), António Paisana, diretores de Departamento e restantes partes interessadas.

A CAF é um modelo de autoavaliação do desempenho organizacional, especificamente desenvolvido para ajudar as organizações do setor público a aplicar as técnicas de Gestão da Qualidade Total, melhorando o seu nível de desempenho e de prestação de serviços.

A CAF visa ser o catalisador para a melhoria do processo no seio das organizações e assenta nos seguintes objetivos: Introduzir uma cultura de excelência e os princípios da Gestão da Qualidade Total (TQM) nas organizações da Administração Pública; Orientá-las progressivamente para um ciclo completo e desenvolvido de PDCA “Planear – Executar – Rever – Ajustar” (Plan-Do-Check-Act); e Facilitar a autoavaliação das organizações públicas com o objetivo de obter um diagnóstico e identificar ações de melhoria.

Terminada a 2ª fase do projeto – o Processo de Autoavaliação, esta apresentação teve como objetivo expor os seus resultados e comunicar o Plano de Ação de Melhorias que já faz parte da 3ª fase, e que irá agora ser implementado por uma nova equipa, nomeada para o efeito.

Tal como referiu o líder da candidatura do projeto CAF, Rui Rebelo, “no Plano de Ação de Melhorias que resultou do Relatório de Autoavaliação,

cujo trabalho foi desenvolvido entre abril de 2018 e abril de 2019 pela equipa de autoavaliação, foram sugeridas 93 ações de melhoria”, estas tiveram maior incidência nos temas Comunicação (26), Planeamento e Estratégia (26) e Processos (20), e menor incidência nos temas Pessoas (9), Liderança (8) e Recursos (4), acreditando o líder que “a implementação das melhorias sugeridas possa contribuir para melhorar o desempenho da organização, estimulando uma cultura participativa de autoavaliação contínua, de exigência e responsabilidade”.

Pelo facto dos SASUM serem já um serviço certificado pelas normas ISO: 9001 e ISO:22000, Rui Rebelo refere que “a organização já possuía muitas evidências dos seus processos e dados provenientes de indicadores de gestão, e isso obrigou a uma maior exigência no trabalho desenvolvido durante a fase de autoavaliação, que foi efetuada segundo o ciclo de melhoria contínua PDCA”.

As ações de melhoria foram priorizadas de acordo com o impacto das mesmas no desempenho organizacional e na capacidade de implementação em termos de tempo, recursos necessários e a dependência (ou não) de fatores externos à organização, assim como o impacto na satisfação dos utentes.

A destacar nas ações de melhoria propostas, as três prioritárias, e que já estão em curso: Elaborar um Manual de Boas Práticas de Liderança – O objetivo será um melhor entendimento e assimilação de conceitos e caminhos associados a práticas de liderança que conduzam a comportamentos condizentes a uma melhor obtenção de metas definidas; Promover, por parte da liderança de topo, um dia mensal designado de “Porta Aberta aos Trabalhadores dos SASUM”, durante o qual os mesmos possam expor os seus problemas/dúvidas, como forma de difusão de uma cultura organizacional aberta, inclusiva, participativa e comunicativa. Importa referir que esta ação de melhoria foi incluída no cronograma de iniciativas do “Ano do Trabalhador” que se encontra a decorrer na organização; e Promover um estudo para recolha de informação de variáveis que permitam a elaboração da análise PEST (Política, Económica, Sociocultural e Tecnológica) e SWOT (forças, oportunidades, fraquezas e ameaças) da organização, com o envolvimento das partes interessadas internas.

Esta 3ª fase terminará no final do mês de novembro. Durante o mês de dezembro o projeto será submetido à apreciação e auditoria da Associação Portuguesa para a Qualidade, estando ainda prevista para 2020 a auditoria a todo o processo por parte da DGAEP. “Existe uma forte expectativa que do trabalho desenvolvido resulte a obtenção da certificação EFQM – European Foundation for Quality Management e uma distinção internacional de Effective CAF User”, afirmou o líder da candidatura do projeto CAF.

SASUM mostraram estar preparados para situações de emergência

Os simulacros decorreram na Cantina, Residência dos Combatentes e bloco 1 da Residência de Azurém em Guimarães, na Cantina de Gualtar e na Residência Lloyd em Braga.

SIMULACROS

Os Serviços de Ação Social da Universidade do Minho (SASUM) promoveram nos passados dias 27 e 30 de setembro, simulacros em várias das suas instalações/edifícios.

Estes exercícios, que englobaram simulações de incêndio e evacuação de pessoas, foram um teste aos planos de emergência internos que mostraram a operacionalidade dos Serviços em situações de emergência real.

Decorridos na Cantina, Residência dos Combatentes e G1 em Guimarães, e na Cantina de Gualtar e Residência Lloyd em Braga, nas operações esteve envolvida toda a estrutura de segurança de cada instalação, bem como as entidades competentes que colaboram neste exercício, nomeadamente GNR, PSP, Bombeiros Sapadores de Braga, Proteção Civil (Braga e Guimarães) e a empresa “exatusensu” que promoveu o “modus operandi” dos simulacros.

Estes simulacros decorreram da implementação das Medidas de Autoproteção (MAP) em todas as instalações/edifícios dos SASUM, as quais têm como objetivo incrementar a segurança de pessoas e dos edifícios face ao risco de incêndio e compreendem, no seu conjunto, medidas de prevenção, preparação e resposta, englobando todos os níveis dentro da organização.

A ação permitiu que os SASUM pudessem fazer a verificação de todos os sistemas ativos e passivos de deteção e combate a incêndios, bem como dos processos de evacuação das suas instalações. “As operações de

Exercícios envolveram também GNR, PSP, Bombeiros Sapadores de Braga, Proteção Civil (Braga e Guimarães) e a empresa “exatusensu” que promoveu o “modus operandi” dos simulacros



Residência Lloyd em Braga foi um dos locais onde decorreram os exercícios de simulacro.

simulacro decorreram de forma bastante satisfatória, com o envolvimento de todas as equipas e entidades”, afirmou Carlos Vieira, responsável pela Divisão

de Fiscalização, Manutenção e Segurança dos SASUM.

Segundo as entidades competentes que colaboram nos exercícios, “os

simulacros correram bem”, tirando um ou outro pormenor, “as instalações dos SASUM e as equipas de técnicos e funcionários estão bem preparados para uma possível situação de emergência”, salientaram.

Até ao final de 2019 ainda está previsto mais um simulacro na Residência Universitária de Stª. Tecla, algo que será efetuado brevemente para conclusão dos processos previstos para 2019. “Os exercícios serão semelhantes. No entanto, conforme se vão efetuando os exercícios ao longo dos anos, mais difíceis se tornam, criando dificuldades acrescidas aos utentes/equipas/entidades. O incremento de novas atividades de risco associado ao exercício vão enriquecendo o plano de operações, acrescentando novos intervenientes, conforme a especialização”, declarou Carlos Vieira.



UMinho eleita a Melhor da Europa em desporto universitário 2009-2019

Cerimónia de atribuição decorreu na Gala dos 20 Anos da Associação Europeia de Desporto Universitário (EUSA) que se realizou em Aveiro.

GALA DA EUSA

A Universidade do Minho (UMinho) foi distinguida, no passado dia 27 de setembro, com o prémio de Melhor Universidade da Europa em desporto universitário na década 2009-2019. A cerimónia de atribuição decorreu na Gala dos 20 Anos da Associação Europeia de Desporto Universitário (EUSA), que se realizou em Aveiro.

O prémio galardoou o desempenho desportivo da UMinho, considerando os resultados obtidos em Campeonatos e Jogos Europeus Universitários. Recorde-se que a UMinho já havia conquistado o prémio de Melhor Universidade da Europa em 2013, tendo figurado no top 3 do mesmo ranking em mais cinco ocasiões (3ª posição em 2010 e 2ª em 2011, 2012, 2015 e 2016). A UMinho foi ainda considerada pela EUSA, em 2017, a Universidade Mais Ativa da Europa.

O reitor da UMinho, Rui Vieira de Castro, o presidente da AAUM, Nuno Reis, o administrador dos SASUM, António Paisana e o diretor do Departamento de Desporto e Cultura dos SASUM (DDC), Carlos Videira, estiveram presentes na gala para receber o prémio, uma distinção que enaltece a consistência dos resultados da UMinho no desporto universitário, confirmando o sucesso da aposta que tem sido feita ao longo dos últimos anos pelas sucessivas lideranças da Reitoria, dos SASUM e da AAUM.

Orgulhoso e feliz com o prémio, Nuno Reis afirmou que “é muito bom receber este reconhecimento”, salientando que este “é, sobretudo, um reconhecimento de todos os estudantes-atletas que se entregaram à competição desportiva universitária e que, ao longo destes 10 anos, obtiveram grandes resultados que agora culminam com a atribuição deste prémio por parte da EUSA. É excelente saber que somos os melhores da década”, disse.

Ao longo da última década, a UMinho conquistou inúmeras medalhas a nível europeu, esteve regularmente no top 3 do ranking da EUSA e foi uma das instituições com maior número de atletas envolvidos nos Campeonatos e Jogos Europeus Universitários. Segundo



Representantes da UMinho estiveram presentes na gala para receber o prémio.

Carlos Videira “o objetivo passa por continuar no topo. É nesse sentido que estamos a planear a nossa participação na competição desportiva universitária para os próximos anos, renovando e reforçando os protocolos com os clubes locais, apostando na organização de eventos em modalidades em que as nossas equipas têm perspetivas de obter bons resultados e proporcionando mais condições para a prática desportiva regular e, ainda, revendo o Estatuto do Estudante Atleta”.

A UMinho tem sido sucessivamente reconhecida pelo trabalho que tem desenvolvido no desporto universitário, pelo que “a motivação está em alta”, afirmou o diretor do DDC, realçando que estes prémios acarretam uma responsabilidade muito grande para todos os envolvidos. “Estamos cientes de que teremos que continuar a trabalhar com muito afinco e com muita competência para continuar ao nível a que temos estado. Acima de tudo queremos continuar a fomentar uma cultura desportiva que assuma um papel central na educação e no desenvolvimento pessoal de todos os estudantes atletas, inculcando o sentimento de pertença a uma instituição com o histórico e a excelência que a UMinho tem conquistado”, concluiu.

Para Rui Vieira de Castro, o prémio recebido “testemunha a qualidade

da atividade que a instituição vem desenvolvendo na área do desporto, seja generalizando a prática desportiva como componente fundamental da educação superior, seja incentivando o envolvimento dos estudantes em competições no âmbito do desporto universitário, na Europa e em Portugal, seja, ainda, protagonizando a organização de campeonatos universitários, também nos planos nacional e europeu”.

Em 2019, a Academia recebeu dois prestigiantes prémios: a Medalha de Honra ao Mérito Desportivo por parte do Governo de Portugal e, agora, o prémio de melhor universidade da década, por parte da EUSA. “É, por isso, um momento em que devemos parar para refletir e perceber o que é que nos levou a conquistar estes excelentes resultados, e retirar daí as lições adequadas, sendo que, ao mesmo tempo, devemos analisar as tendências de evolução do desporto universitário no contexto académico, dentro e fora de portas”, apontou Nuno Reis.

De acordo com o reitor da Universidade, “estas distinções, exprimem o reconhecimento, nacional e europeu, da justeza das opções que vêm sendo tomadas e constituem um importante incentivo para se continuar o caminho que vem sendo seguido”, para tal, “importa reforçar as relações entre a Universidade, designadamente através dos Serviços de

Ação Social, e a AAUM, bem como estreitar os laços entre a Universidade do Minho e os clubes da região, um importante fator dos resultados que temos conseguido”, afirmou Rui Vieira de Castro.

Para o presidente da AAUM, o futuro deve passar pelo reforço das “opções de prática desportiva informal”, permitindo que cada vez mais estudantes possam usufruir de boas condições de prática desportiva e se tornem parte de uma “população desportivamente ativa”; ao mesmo tempo, deve ser “reforçada a relação institucional”, com os clubes e instituições desportivas da região, de forma a cativar cada vez mais estudante-atletas para ingressarem e representarem a UMinho na competição desportiva universitária. “A conjugação entre uma população desportivamente ativa e a capacidade de “recrutar” os melhores fará certamente revalidar os títulos conquistados e, acima de tudo, impulsionar, progressivamente, a já excelente cultura desportiva da academia minhota. Espero, por isso, que os próximos 10 anos continuem a trazer grandes conquistas para a UMinho e que consigamos manter uma posição de vanguarda no desporto universitário nacional e europeu”, disse.

UMinho elegeu os melhores do desporto em 2018/19

XIX Gala do Desporto da Universidade do Minho entregou os galardões às cinco categorias e ainda uma distinção especial ao SC Braga e Vitória SC.

GALA DO DESPORTO

Juliana Dias (Monitor do ano), Maria Mimosa (Treinador do ano), Joana Cunha (Atleta Feminina do ano), Júlio Ferreira (Atleta Masculino do ano) e Mariana Silva (Atleta Percurso Desportivo) foram os grandes vencedores da 19.ª edição da Gala do Desporto da Universidade do Minho (UMinho) que entregou os “PODIUM” aos melhores de 2018/2019.

Voltando ao palco mais simbólico da Universidade o Salão Medieval do Largo do Paço, em Braga, a cerimónia de atribuição dos “galardões do desporto”, organizada pelos Serviços de Acção Social da UMinho (SASUM) em colaboração com a Associação Académica (AAUM) desde 2001, decorreu no passado dia 20 de setembro, no mesmo dia em que se celebra o Dia Internacional do Desporto Universitário.

Para além dos “atores” principais, os 25 nomeados, a grande festa do desporto da Academia Minhota contou com a presença do Secretário de Estado da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, João Sobrinho Teixeira, e ainda com a presença de cerca de 200 participantes e convidados entre os quais se encontravam, para além do, o Reitor da Academia, Rui Vieira de Castro, os presidentes do Vitória SC e SC Braga, Miguel Pinto Lisboa e António Salvador, respetivamente, bem como de outras personalidades de relevo do panorama académico e desportivo, regional e nacional.

Esta Gala anual representa o encerramento da época desportiva e constitui-se como o reconhecimento da academia para com todos os estudantes, atletas, treinadores, dirigentes e comunidade envolvente que trabalham em prol do desporto e do sucesso desportivo da Academia.

Os vários intervenientes na cerimónia realçaram que 2018/2019 foi um ano desportivo muito intenso para a Academia Minhota, que recebeu dois dos maiores eventos do calendário do desporto universitário nacional e europeu: as Fases Finais dos Campeonatos Nacionais Universitários e o Campeonato Europeu Universitário de Futsal. Para além destes, foram cerca de 350 os estudantes que participaram nas provas desportivas



Galardoados da noite acompanhados do Reitor da UMinho e Presidente da AAUM.

nacionais universitárias organizadas pela Federação Académica do Desporto Universitário, onde conquistaram 104 medalhas (29 de ouro, 34 de prata e 41 de bronze), posicionando a Universidade do Minho no 2.º lugar do Troféu Universitário de Clubes, espelhando o esforço, a dedicação e a qualidade dos atletas minhotos. A UMinho esteve também representada em vários Campeonatos Europeus Universitários, conquistando 6 medalhas: duas de ouro e uma de prata no Taekwondo e uma medalha de bronze no Kickboxing. As equipas de andebol masculino e futsal masculino também subiram ao pódio para receber a medalha de bronze nos respetivos campeonatos. Este ano realizaram-se também as Universíadas, em Nápoles, a segunda maior competição multidesportiva, logo a seguir aos Jogos Olímpicos. A UMinho esteve representada com 7 estudantes/atletas que integraram a delegação Portuguesa, tendo Júlio Ferreira,

estudante de arquitetura, conquistado a medalha de bronze na modalidade de Taekwondo e Bárbara Miranda, estudante de Gestão, conquistado a medalha de bronze na modalidade de basquetebol feminino. De destacar, também, a Medalha de Honra ao Mérito Desportivo atribuída à UMinho pelas mãos do Ministro da Educação, Tiago Brandão Rodrigues, galardão que se destina a premiar coletividades pelos serviços prestados em prol do desporto nacional e pela continuidade de factos relevantes que prestigiam o desporto nacional em nome do País.

Em jeito de agradecimento, o Administrador dos Serviços de Ação Social, António Paisana referiu que a Gala é “um momento em que reconhecemos publicamente os vossos feitos desportivos, a vossa dedicação, o vosso empenho e grande espírito de sacrifício”, realçando que o desporto e a prática desportiva são muito valorizados na UMinho,

entendidos “como parte imprescindível de um modelo de educação integral dos estudantes”, disse. Sobre o futuro do desporto na UMinho, o Administrador dos SASUM revelou que há “uma estratégia clara e de grande foco no futuro (...) um plano de investimentos ousado e de grande comprometimento com o futuro”, salientando o investimento nas pessoas e na melhoria das infraestruturas e serviços. Como desejo, António Paisana disse querer “superar a meta de ter 1/3 do total dos estudantes inscritos na UMinho em atividade física regular nas nossas instalações desportivas (...) queremos atrair mais utentes aos nossos serviços desportivos e encorajar uma utilização mais intensiva dos nossos recursos (...) e queremos vê-los, a vocês e a muitos outros, na Gala do próximo ano, porque isso significará que somos e fomos, os melhores outra vez”.

Também o Reitor, realçou a importância da Gala do Desporto: “representa

um momento de grande significado no calendário anual da Universidade do Minho, o momento em que celebramos aquelas e aqueles que mais se distinguiram durante o ano letivo anterior e contribuíram decisivamente para o reconhecimento da qualidade, excelência e importância do desporto no seio da nossa Instituição”, referiu. Salientando o lugar de destaque que o desporto ocupa na UMinho, o seu responsável máximo referiu que “numa comunidade de 22 000 pessoas, existem mais de 7000 utentes registados nos serviços desportivos da UMinho, dos quais 4700 são estudantes. Estes números traduzem um elevado grau de compromisso da comunidade universitária com a atividade física e uma convicção forte acerca dos seus benefícios para a vida pessoal e social de cada um. Esta é uma realidade que muito nos orgulha e que queremos ver cada vez mais consolidada”.

A nível das organizações desportivas, o Reitor aponta, referindo-se ao ano letivo agora terminado, os muitos momentos que deram “uma grande centralidade e visibilidade na nossa Universidade”, destacando a organização das fases finais dos campeonatos nacionais universitários, bem como o Campeonato Europeu Universitário de Futsal, e em particular a atribuição à UMinho, em julho deste ano, da Medalha de Honra ao Mérito Desportivo, feita pelo Ministro da Educação, Professor Tiago Brandão Rodrigues, afirmando que “a organização de provas desportivas internacionais continuará a ser uma aposta da UMinho”, sendo já a próxima o Campeonato Europeu Universitário de Voleibol, a realizar em 2021, em Guimarães.

“Em primeiro lugar, permitam-me, portanto, falar das conquistas” começou por dizer o presidente da Associação Académica, Nuno Reis, afirmando que a época desportiva 2018/2019 “foi uma das melhores épocas de sempre, quer em termos de resultados desportivos, quer pelos feitos alcançados”. Segundo o representante dos estudantes, a época desportiva transata ficou “marcada pelo fortalecimento da estratégia de desenvolvimento desportivo da UMinho, alicerçada na própria visão estratégica da instituição”, destacando os protocolos de cooperação com os dois principais clubes da região SCBraga e o VitóriaSC realizados nesta cerimónia, a distinção feita pelo Governo Português à UMinho com a Medalha de Honra ao Mérito Desportivo e ainda a nomeação pela Associação Europeia de Desporto Universitário para integrar um lote de três instituições de ensino superior que disputarão o título de “Most Successful University”, que distinguirá a instituição europeia com mais sucesso desportivo da década, na Gala da EUSA, no próximo dia 27 de setembro, na Universidade de Aveiro. “Duas grandes distinções que ilustram a importância do investimento no desporto universitário, representando o ganho coletivo, onde se insere a nossa comunidade académica, e, paralelamente, toda a sociedade”, disse.

Não esquecendo todos os que deram muito de si ao desporto universitário declarou: “O desporto universitário nesta Academia é incrível porque as pessoas que o fazem são incríveis. E a todas vós devo um sentido agradecimento por terem sido capazes de elevar o nome das instituições que representam a patamares nunca antes vistos. (...) Parabéns por conciliarem o desporto com a educação superior. Parabéns por serem campeões na prática desportiva e, também, na postura e valores que assumem diariamente”.

Secretário de Estado da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, João Sobrinho Teixeira reconheceu o trabalho feito na UMinho em prol do desporto



NUNO GONÇALVES

“Todos nós já conhecemos o trabalho que a UMinho tem feito ao longo de quase 25 anos no incremento daquilo que deve ser a atividade desportiva dentro do ensino superior. Estou aqui para mostrar o reconhecimento pelo que a UMinho tem feito. Os seus resultados são um exemplo para as outras instituições de ensino superior, um exemplo de como se deve caminhar”, disse, durante o discurso de encerramento da Gala.

Incitando à prática desportiva como formação complementar, o governante apontou que “a formação desportiva faz parte daquilo que deve ser uma formação académica, uma formação ao nível superior e uma formação humana”, enfatizando o facto de que “o tempo que dedicamos à prática desportiva é muito bem aproveitado, pela formação que se consegue a este nível e também pelo apreço que o mercado de trabalho tem por quem o faz e encara a vida aliando o desporto à formação académica”.

Salientando a alteração do Estatuto do Estudante Atleta, afirmou que veio trazer “benefícios e permitir que os estudantes possam aliar o desporto aos estudos, de uma forma mais justa”.

Terminando, sublinhou que a Universidade do Minho é, “a todos os níveis, um exemplo a seguir”, apesar da sua internacionalização e de ser uma academia global, nunca deixou de “aprofundar os laços com a região”.

A noite terminou nos jardins interiores do Largo do Paço, com jantar e convívio entre todos os presentes.

ANA MARQUES

SC Braga e Vitória SC receberam distinção especial

Durante o evento, o SC Braga e Vitória SC assinaram protocolos de colaboração com a UMinho, alargando o âmbito da cooperação já verificada em anos anteriores e firmando uma parceria que seja transversal às várias modalidades desportivas com o foco na promoção das carreiras duais dos estudantes/atletas.

Os dois clubes minhotos receberam ainda a distinção especial da 19.ª Gala do Desporto, entregue aos presidentes, António Salvador e Miguel Pinto Lisboa.

“É uma grande honra para o SCBraga receber o galardão prestígio da Universidade do Minho, um importante reconhecimento de uma parceria de largos anos e de um caminho que temos traçado juntos em prol do desporto e da comunidade. No SCBraga também procuramos excelência, é por isso que ano após ano reforçamos a nossa ligação à UMinho, seja através de parcerias para as nossas modalidades, seja através do incremento de atletas que conciliam o alto rendimento no desporto com a carreira académica. É essencial que as grandes instituições estejam unidas, partilhando as suas valências, mas também os seus princípios e valores, é essencial que o SCBraga e a UMinho unam esforços, não só para o crescimento enquanto entidades de relevo em Portugal e na Europa, mas sobretudo para que continuem a fazer a diferença onde ela é mais necessária, que é na vida das pessoas e dos jovens em particular”, declarou António Salvador.

“O Vitória SC é, tal como a UMinho e o SCBraga, uma das principais forças motoras da nossa região. O nosso objetivo é levar a nossa região mais longe, fazer o seu nome ser conhecido em todo o mundo, nomeadamente na área do desporto. O Vitória SC não é só futebol, é um clube eclético com mais de 1500 atletas na formação, com o objetivo de serem mais rápidos, mais fortes, chegarem mais alto e mais longe. Mas o nosso objetivo não é só formar atletas, é essencialmente formar homens, e nesse sentido é importantíssima esta interação com a UMinho, a proximidade com a Academia”, transmitiu Miguel Pinto Lisboa.



NUNO GONÇALVES

Reitor da UMinho entregou distinção a António Salvador e Miguel Pinto Lisboa.

Testemunho do alumnus Nuno Moura, diretor de marketing e crescimento da FPF

“No desporto aprendem-se e adquirem-se competências humanas e sociais, qualidades que as grandes corporações vão pedir ao mercado de trabalho. O desporto e a promoção da prática desportiva é, portanto, uma plataforma na qual devemos continuar a investir, a apoiar, e a UMinho fá-lo de uma forma fenomenal!”

“Entre na UMinho faz, este ano, 20 anos e de facto a UMinho tem sido, ao longo destas décadas, um estabelecimento exemplar e líder nesta área desportiva, o que sempre me surpreendeu pela positiva, até porque era uma universidade que não oferecia um curso de desporto, mas tinha uma oferta desportiva ímpar e fenomenal. Os resultados partilhados aqui hoje, o que tem vindo a ser conquistado, é invejável e um exemplo para todos nós. “Neste momento sou diretor de marketing e crescimento da Federação Portuguesa de Futebol, mas passei os últimos seis anos nos EUA a liderar o marketing da NIKE. Posso dizer-vos que se não fosse o meu percurso desportivo aliado obviamente à formação académica, provavelmente não teria conseguido estas oportunidades. Hoje em dia trabalho com imensos ex-atletas, ex-futebolistas, ex-olímpicos e consigo identificar que um atleta acaba por ser um líder no mundo, no mercado de trabalho. O nível de excelência, o nível de produtividade, o que estes acabam por entregar ao mercado de trabalho é fenomenal e acima da média. Sei e prevejo que o mercado de trabalho, as organizações, os líderes vão cada vez mais contratar ex-atletas, vão valorizar cada vez mais estas competências, portanto, todos vocês terão alguns ganhos com isso”, asseverou o alumnus da UMinho.

Manuel João Costa

Pró-reitor para os Assuntos Estudantis e Inovação Pedagógica

Neste arranque do ano letivo 2019/20, o Pró-reitor para os Assuntos Estudantis e Inovação Pedagógica, Manuel João Costa diz-se muito satisfeito com o programa de acolhimento levado a cabo neste início de ano e impressionado com o primeiro ano de mandato.

ENTREVISTA

Pró-reitor para os Assuntos Estudantis e Inovação Pedagógica, Manuel João Costa ingressou na Universidade do Minho em janeiro de 2004, na Escola de Medicina (então designada Escola de Ciências da Saúde) onde é Professor Associado desde maio de 2011. É ainda investigador do Instituto de Investigação de Vida e Saúde (ICVS). O UMinho esteve à conversa com o Pró-reitor que nos falou de si, da UMinho, do pelouro que lidera, do futuro... garantindo que a área da inovação pedagógica no ensino superior o entusiasma particularmente.

Tomou posse como Pró-Reitor há pouco mais de um ano. Que balanço faz deste desafio?

Tendo em consideração as iniciativas de inovação pedagógica, entretanto desenvolvidas e perante o crescimento das dinâmicas colaborativas entre os vários intervenientes da comunidade educativa da Universidade que podemos constatar, guardo muito boas impressões deste primeiro ano de atividade.

Quais são os principais objetivos da pró-reitoria dos Assuntos Estudantis e Inovação Pedagógica?

A missão desta Pró-reitoria é estimular e protagonizar iniciativas que visem o desenvolvimento do ensino e da aprendizagem na Universidade e criar condições para uma experiência mais plena dos estudantes da UMinho. A expectativa é de, em cada novo ano letivo, criar condições para que o ensino seja melhor, e para que quem ensina ou aprende o faça, sentindo uma maior realização. Assim, os principais objetivos são abrangentes e têm como focos o corpo docente, os estudantes



Manuel João Costa é Professor da Escola de Medicina.

da Universidade e o público pré-universitário.

No que respeita aos docentes, consistem no fomento e disseminação de práticas contemporâneas inovadoras com provas dadas e na valorização da atividade docente relativamente à da atividade de investigação. Estes objetivos estão no cerne da atividade do Centro IDEA-UMinho e contam ainda com o Ensino à distância da Universidade. No que concerne aos estudantes, destacaria o estímulo à participação na vida universitária, a promoção da equidade no ensino e o desenvolvimento de mecanismos que permitam conhecer com maior

“A expectativa é de, em cada novo ano letivo, criar condições para que o ensino seja melhor...”

efetividade os estudantes e os seus percursos. Estes objetivos estão na esfera de ação do Observatório de Percursos Académicos e do Gabinete para a Inclusão da Universidade. Por último, esta pró-reitoria está envolvida na dinamização de interações com as escolas secundárias, através de vários programas dos quais destaco

“o melhor estudante na UMinho”, a “UPA-Universidade de Portas Abertas” ou o “Verão no Campus”.

A UMinho viu recentemente entrar cerca de 2800 novos alunos e cerca de 500 alunos internacionais e em mobilidade. Como recebe a UMinho os seus estudantes e o que mudou no modelo de acolhimento este ano?

Relativamente ao processo de matrículas, vou focar os aspetos que me parecem ser os que mais caracterizaram o acolhimento de 2019. Começo por referir a promoção do acolhimento por pares que ganhou visibilidade com os “embaixadores” sou.uminho.

“

...Foi uma oportunidade única que esteve na base da minha decisão de me dedicar exclusivamente à inovação pedagógica no ensino superior como área académica. E espero continuar nos anos vindouros, pois considero esta área crucial para o desenvolvimento do ensino superior e dos seus estudantes.

Virtualmente todos os novos estudantes que se deslocaram aos campi da Universidade para se matricularem foram recebidos por colegas do 2.º ou do 3.º ano. Aliás, os embaixadores também receberam as famílias desses estudantes, o que se revelou uma experiência muito gratificante para ambas as partes, famílias e embaixadores. Os embaixadores eram mais de 150 estudantes de todas as escolas ou institutos, que disponibilizam um pouco do seu tempo para acolher os novos estudantes em 1.ºs ciclos da UMinho. Tornaram-se embaixadores após frequentar um programa de formação, desenvolvido em colaboração pela reitoria, pelos conselhos pedagógicos, pela Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM) e pelo programa de tutorias por pares. O segundo aspeto a destacar é justamente a conceção colaborativa de todo o programa de acolhimento. A experiência de todos e a discussão franca e empenhada entre todos foi extremamente valiosa para a seleção das melhores ideias a implementar. Por exemplo, o conceito de embaixadores teve em consideração as experiências anteriores de envolvimento de estudantes no acolhimento (por exemplo, as anteriormente desenvolvidas pela AAUM ou por algumas escolas) e foi possível articular o acolhimento dinamizado pela reitoria com os acolhimentos de cada curso nas Escolas e Institutos. Gostaria ainda de realçar a página “sou.uminho.pt”, que veio para ficar. Ainda hoje, quem quiser encontrar elementos chave sobre em que consiste estudar na UMinho, pode utilizá-la. Mais uma vez, foi um recurso desenvolvido colaborativamente. Tornou-se um instrumento simples e claro de comunicação com quem pretenda conhecer rapidamente a nossa Universidade. Focaria, ainda, a organização do processo de matrículas, designadamente algumas melhorias que foram introduzidas no próprio processo. As mudanças introduzidas melhoraram os tempos de efetivação da matrícula de muitos estudantes. Infelizmente, não foi ainda possível garantir celeridade para todos, mas melhorou-se a qualidade da experiência para a grande maioria. Para finalizar referiria mudanças no dia e na

cerimónia de boas-vindas. Os novos estudantes almoçaram nas cantinas do seu campus com embaixadores, que os acompanharam à cerimónia de boas-vindas. A cerimónia em Gualtar contou com animação exterior no campus e foi possível melhorar aspetos organizacionais, tornando-a mais acolhedora.

Que balanço faz das atividades de Acolhimento 2019?

Tudo decorreu francamente bem e com muita satisfação para todas as partes. Os novos estudantes puderam conhecer colegas no seu primeiro contacto com a Universidade, e assim obter informações e descobrir alguns rostos que reencontraram nos dias que se seguiram. Os embaixadores viveram estes dias com muito entusiasmo. Sentiram-se úteis e foi com agrado que constatei com todos com quem conversei, que desejaria, ter tido um colhimento como este no seu ano de ingresso. Foi muito gratificante presenciar a forma empenhada e a qualidade com que desempenharam a sua missão. Os conselhos pedagógicos também comungam destas impressões. O balanço é extremamente satisfatório e temos ideias para introduzir melhorias no próximo ano.

O que é que os estudantes podem esperar do Centro IDEA UMinho, coordenado pela sua pró-reitoria, para a melhoria do ensino-aprendizagem que decorra das suas ações de formação?

A visão do Centro para a Inovação e Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem (IDEA) da Universidade do Minho é promover o desenvolvimento dos docentes

“Referiria para concluir que as várias linhas de atuação do Centro IDEA tornam-no único no nosso país. Este é mais um motivo para os estudantes da UMinho se orgulharem da sua Universidade.”



Pró-reitor faz um balanço positivo do primeiro ano de mandato.

da Universidade na expectativa de beneficiar a aprendizagem, a motivação e o bem-estar dos estudantes. O IDEA UMinho atua de diferentes formas. Oferece formação, promove projetos de inovação pedagógica, realiza jornadas de partilha de experiências pedagógicas e dá apoio a docentes interessados em melhorar as práticas nas suas unidades Curriculares. Porventura, entre todas as dimensões da atividade do Centro,

estarão a ter maior visibilidade as sessões de formação regulares, disponíveis para qualquer docente ou investigador da Universidade.

Em Portugal, o docente do ensino superior típico ainda dá os primeiros passos no ensino sem nunca ter tido oportunidade de aprender como ensinar melhor. Na UMinho, já não é assim. Entre julho de 2017 e janeiro de 2019, o IDEA-UMinho realizou

54 formações, com um total de 817 participantes, de todas as Escolas e Institutos da Universidade. Este mês, entre os dias 23 e 27 decorrerá mais uma semana de formação, com 12 formações, com um total de 335 vagas. Estamos já a pensar no programa da semana subsequente, agendada para janeiro de 2020. Adicionalmente o IDEA-UMinho organizou um evento nacional de partilha de práticas pedagógicas no ensino superior e, recentemente, desenvolveu o primeiro retiro de formação destinado a jovens docentes. Este evento de dois dias e meio, gratuito para os participantes, despertou um enorme entusiasmo nos participantes superando as melhores expectativas. Portanto, os estudantes podem esperar docentes mais informados sobre o que podem fazer para melhorar os seus cursos, as atividades letivas e a avaliação.

Mas frequentar formações não garante implementação de práticas no terreno. Por isso, o IDEA-UMinho tem ações complementares. Por um lado, dinamiza grupos permanentes de partilha de experiências, para os quais convida docentes interessados em formas específicas de alterar as suas práticas. Por exemplo, existe um grupo de mais de 20 docentes, que tem vindo a partilhar experiências de utilização de tecnologias móveis em salas de aulas há mais de um ano. Estes grupos são um mecanismo de assegurar apoio a colegas que estão a experimentar inovações e assim conseguir maior implementação das novas práticas. Uma vez que o Centro mantém esta articulação com os docentes, é possível garantir que os estudantes usufruem destas práticas. Por exemplo, um grupo que surgiu da implementação duma metodologia interativa de ensino designada Team Based Learning, no seu conjunto, entre janeiro e julho de 2019 expôs 304 estudantes de 7 cursos distintos da UMinho a esta forma de aprender e, segundo os questionários aos estudantes, com resultados positivos sobre a sua motivação para assistir às aulas. Por conseguinte, os estudantes podem esperar docentes mais motivados, confiantes e cada vez mais empenhados na leção das suas aulas.

Adicionalmente, o IDEA-UMinho abriu a porta à implementação de boas ideias para inovações pedagógicas que necessitem dum pequeno financiamento. Refiro-me ao concurso anual de projetos de inovação pedagógica, realizado em 2018 pela primeira vez. Os projetos são avaliados por um júri maioritariamente externo. Estão neste momento em curso 10 projetos dos quais aguardamos os resultados de implementação com grande expectativa. Ao apoiar práticas inovadoras, o Centro aumenta a probabilidade dos estudantes beneficiarem de um ensino mais moderno, de maior excelência.

Referiria para concluir que as várias linhas de atuação do Centro IDEA tornam-no único no nosso país. Este

é mais um motivo para os estudantes da UMinho se orgulharem da sua Universidade.

A UMinho tem visto crescer o seu número de alunos, não só a nível nacional, mas também a nível internacional. No seu entender, este crescimento tem sido acompanhado do aumento e melhoramento das condições infraestruturais e educativas?

Em primeiro lugar, devo sublinhar que a UMinho oferece condições que comparam bem com qualquer universidade de dimensões ou de história semelhante. Isto significa que possui valências de excelente qualidade, mas também outras que necessitam de claras melhorias. Tendo em consideração que a melhoria de condições infraestruturais está inevitavelmente associada à realização de investimento e considerando a recente evolução negativa no investimento no Ensino Superior que se verifica no nosso país, julgo que será inevitável concluir que não tem existido as condições necessárias para alimentar a ambição de proporcionar melhorias generalizadas em infraestruturas. Ainda assim, tem sido possível efetuar algumas melhorias e estamos atentos às oportunidades que surjam para fazer ainda mais.

É professor da Escola de Medicina da Universidade do Minho e a sua atividade académica tem incidido, sobretudo, sobre a inovação nas práticas pedagógicas no ensino superior. Porquê este foco?

Este foco não foi intencional, tendo resultado do meu percurso. Após concluir a licenciatura em bioquímica iniciei o doutoramento convicto que me tornaria prioritariamente investigador em áreas biomoleculares. Porém, durante o doutoramento, mudei esta perspetiva e considerei a opção de ser professor. Iniciei atividade no Ensino Superior, como professor de bioquímica na Universidade dos Açores. Paralelamente à atividade de investigação laboratorial que me competia desenvolver, foi-me atribuído serviço letivo em disciplinas que não eram do maior agrado dos estudantes. Sem ter o intuito à “priori” de investir academicamente na atividade pedagógica, encarei-a como um desafio e procurei estudar para saber como superá-lo. Inadvertidamente, acabei por me entusiasmar e por desenvolver algumas inovações pedagógicas que cheguei a publicar internacionalmente. Mantive atividade de investigação laboratorial até ao momento em que assumi funções na Escola de Medicina da UMinho. Em 2003, conheci e fiquei fascinado com o projeto educativo daquela escola. Quando tive a boa notícia da minha contratação, fui incumbido de coordenar uma estrutura designada “Unidade de Educação Médica” com a missão de conhecer e de contribuir para o desenvolvimento do curso de



Responsável diz ter mais ideias para introduzir melhorias no acolhimento do próximo ano.

medicina. Foi uma oportunidade única que esteve na base da minha decisão de me dedicar exclusivamente à inovação pedagógica no ensino superior como área académica. E espero continuar nos anos vindouros, pois considero esta área crucial para o desenvolvimento do ensino superior e dos seus estudantes. E Portugal tem ainda muito a evoluir nesta área.

Como enquadra/encara a atividade e os serviços prestados pelos Serviços de Ação Social no projeto educativo da UMinho?

A grande qualidade do projeto educativo da UMinho é reconhecida nacional e internacionalmente. Para isso contribui em grande parte a qualidade da sua oferta educativa, mas a mesma não é indissociável das outras dimensões do percurso dos estudantes no Ensino Superior. Para a que a UMinho possa ser estimulante no seu todo, deve sê-lo também ao nível da sua atividade cultural, recreativa e desportiva. Deve ainda ser solidária, sabendo prestar apoio e minorar as dificuldades surgidas no percurso dos seus estudantes. Deve ainda proporcionar serviços de qualidade que os estudantes necessitem no seu dia a dia como sejam a alimentação ou o alojamento. Os SASUM prestam serviços de qualidade aos estudantes nas áreas da atribuição de bolsas, alojamento, apoio médico, bar e restauração, e desporto, criando condições essenciais para o bem-estar dos estudantes. Considero, portanto, que os SASUM contribuem significativamente para

a construção da qualidade do projeto educativo UMinho.

Que mensagem gostaria de deixar à Academia?

Um dos aspetos que mais me impressionou neste primeiro ano de mandato, foi a riqueza e a diversidade de iniciativas desenvolvidas na Universidade com enorme qualidade, das quais não tinha o menor conhecimento. Significativamente, muitas são promovidas por estudantes, por intermédio dos seus núcleos ou de grupos que se constituem propositadamente para as levar a cabo. A existência de tamanha diversidade de projetos e iniciativas significa que temos uma comunidade criativa e participativa, desde os nossos estudantes (a enorme resposta dos estudantes ao desafio de se tornarem embaixadores no acolhimento aponta no mesmo sentido) até aos departamentos, unidades, centros de investigação e serviços. Isto é um privilégio. Deixaria, por conseguinte, uma mensagem de estímulo a todos, para continuarem a enriquecer a Universidade com participações desta natureza. Acrescentaria um desafio para o futuro próximo: o de conseguirmos comunicar melhor, para darmos a conhecer o que fazemos a toda a Universidade. Teremos mais participação, menos competição inadvertida entre iniciativas e, seguramente, mais estímulos interessantes para sermos UMinho.

Herman José uniu mais de 800 ex-alunos da UMinho

ENCONTRO CAIXA ALUMNI

Iniciativa teve lugar, pela primeira vez, num campi da UMinho.



Ambiente exterior do evento no campus de Azurém.

Mais de 800 antigos estudantes da Universidade do Minho juntaram-se no passado dia 14 de setembro para o Encontro Caixa Alumni, que vestiu de gala o campus de Azurém, em Guimarães.

A iniciativa teve uma afluência recorde pelo sexto ano e incluiu uma mostra sobre os encontros anteriores, a atuação de Herman José, da tuna Afonsina, do grupo de jazz Nameless Trio e do DJ Bruno Alves, além de cocktail, área de selfies, visitas guiadas à biblioteca, ao edifício da Escola de Arquitetura e aos laboratórios Done Lab, DTx, ISISE e Fibrenamics, sete ilhas de degustação de ex-alunos, jantar volante e projeções multimédia.

“Esta universidade é talvez distinta da que conheceram como estudantes”, afirmou o reitor Rui Vieira de Castro, para enumerar: “É hoje uma referência portuguesa e internacional, com mais de 19.000 estudantes (13% internacionais), 1300 professores, 1000 investigadores, 1800 administrativos, técnicos e de gestão, 200 cursos, 650 projetos de investigação de 150 milhões de euros”. “É uma organização poderosa: o Ranking de Xangai coloca-a entre as 500 melhores

universidades do mundo, algo que nem há 45 anos os fundadores da UMinho teriam sonhado”.

Rui Vieira de Castro mostrou-se “muito contente pelo significado da presença” dos antigos estudantes, afirmando que “A UMinho é património de todos e que queremos cada vez mais forte e participado”, aludindo ao mote do evento, “Um mesmo sentido”.

A atuação de Herman José levou o público a bater palmas de pé e a encore. O artista considerou a UMinho “um sítio mágico e com um historial que é motivo de orgulho”. “É estar no sítio certo, na universidade certa, para fabricar um futuro certo”, sublinhou.

A iniciativa contou com a parceria da Caixa Geral de Depósitos bem como das empresas dst group, Belisotex, gen, F3M, Balanças Marques, Fujitsu, Primavera, Inno’vayt, Cachapuz, Accenture e Central Arquitectos. Teve ainda o apoio dos municípios de Guimarães e de Braga, da Associação Empresarial de Paços de Ferreira, da Capital do Móvel e do Done Lab.

GCII

UMinho deu as boas-vindas a mais de 2800 novos estudantes

CERIMÓNIA DE BOAS-VINDAS

Sessão contou com a presença do ministro da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior.



Reitor da UMinho apelou à proatividade e participação dos estudantes na vida da Universidade.

A Universidade do Minho recebeu, na primeira fase do Concurso Nacional de Acesso ao Ensino Superior, mais de 2800 novos estudantes que foram oficialmente recebidos pelo reitor Rui Vieira de Castro, acompanhado pelo ministro da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior e pelo presidente da Associação Académica no passado dia 16 de setembro. “Somos uminho” foi a expressão mais ouvida pelas caras novas da Academia.

O Complexo Desportivo de Gualtar foi mais uma vez o “palco” escolhido para dar as boas-vindas aos novos residentes da instituição minhota que ouviram falar da qualidade e dinamismo da Universidade, do comprometimento com o futuro e sucesso dos seus estudantes, das oportunidades que o ensino superior lhes irá proporcionar, mas ouviram, sobretudo, o apelo à proatividade e à participação na vida da Universidade.

“Somos hoje cerca de 19 000 estudantes, 2300 professores e investigadores e 800 trabalhadores não docentes: convosco, somos uminho!”, começou por dizer Rui Vieira de Castro, apelando aos novos estudantes para conhecerem, viverem, participarem e

reinventarem a vida da Universidade.

Apontando que a UMinho espera dos novos alunos “um compromisso efetivo com a vossa condição de estudantes do ensino superior” e que “aprecia estudantes pró-ativos, criativos, comprometidos com o seu percurso de formação e com o desenvolvimento da Universidade”.

Nuno Reis destacou a “responsabilidade” que é ingressar no Ensino Superior, realçando que devem estar “gratos” por esta oportunidade, a qual devem aproveitar para “participar num grupo cultural, procurar uma experiência associativa, fazer voluntariado, competir no desporto universitário, aderir a uma júnior empresa, ir de Erasmus e, obviamente, aprender e estudar, na certeza de que, em todas estas dimensões, a Academia Minhota é reconhecida e é capaz de se destacar das demais”, disse.

Manuel Heitor apontou como “meta” para 2030 que Portugal tenha seis em cada dez jovens com 20 anos a frequentar o Ensino Superior.

ANA MARQUES

SASUM apresentaram Relatório de Sustentabilidade 2018

Relatório coloca os SASUM como pioneiros na elaboração de um documento desta natureza de entre os Serviços congêneres do país.

SUSTENTABILIDADE

A sessão pública de apresentação do Relatório de Sustentabilidade dos Serviços de Ação Social da Universidade do Minho (SASUM) aconteceu no passado dia 6 de setembro. Com a publicação deste relatório, os SASUM pretendiam reforçar a aposta na sustentabilidade como eixo orientador da sua política estratégica.

O objetivo principal deste documento é o de se constituir como ferramenta de monitorização – e correções de percurso – das atividades prosseguidas ao longo do ano de 2018, no sentido de aferir da sua conformidade com os objetivos delineados a priori no Plano Estratégico de Sustentabilidade que os SASUM delinearam para o período de 2018 – 2021. Este relatório coloca os SASUM como pioneiros na elaboração de um documento desta natureza de entre os Serviços congêneres do país.

O Relatório veio ainda reforçar o comprometimento da Organização com esta área, destacando as principais iniciativas levadas a cabo no ano de 2018 que, funcionando como um mecanismo de controlo de avaliação, possibilita a realização de uma análise e um balanço mais rigoroso dos diferentes programas levados a cabo durante o último ano. “São iniciativas desta natureza que contribuem

“São iniciativas desta natureza que contribuem para tornar a UMinho uma Universidade exemplar no que diz respeito à adoção dos princípios do desenvolvimento sustentável, afirmando-se como motor de transformação do tecido social e económico”.

RUI VIEIRA DE CASTRO



Diogo Arezes, do Gabinete de Sustentabilidade dos SASUM na apresentação do Relatório.

para tornar a UMinho uma Universidade exemplar no que diz respeito à adoção dos princípios do desenvolvimento sustentável, afirmando-se como motor de transformação do tecido social e económico”, assinalou o Reitor da UMinho, Rui Vieira de Castro. Ainda segundo o Reitor, “o caminho deve ser por aqui: adotar a sustentabilidade como eixo estruturante para a Instituição e assumir desafios cada vez mais significativos.”

Rui Vieira de Castro destacou ainda que a Sessão constituiu um momento duplamente importante, uma vez que mostrou “a substância daquilo que foi conseguido e apresentou, pedagogicamente, os caminhos que poderão ser seguidos num futuro breve. O futuro passa por aquilo que as Instituições, e desde logo as Instituições do conhecimento como são



Reitor da UMinho realçou a importância desta apresentação e da prestação de contas.

LUIS LEITE

LUIS LEITE



Administrador dos SASUM patenteou os dados mais importantes deste Relatório.

“...um momento importante na motivação de todos os trabalhadores e partes interessadas para fazer mais e melhor pela sustentabilidade e por um futuro melhor”, destacando-o como “um objetivo muito conseguido e que muito nos honra”.

ANTÓNIO PAISANA

as Universidades, vierem a ser capazes de fazer.”

Com a concretização deste Relatório, a expectativa é, também, a de contribuir de uma forma ainda mais efetiva para a promoção, no seio da comunidade académica, de uma cada vez mais efetiva atividade de responsabilidade social, por via da adoção de comportamentos e do desenvolvimento de iniciativas que fomentem a coesão social, a proteção ambiental e o crescimento equilibrado da Academia e de toda a região.

Realçando o trabalho que tem vindo a ser feito na área da sustentabilidade, desde a aprovação, no início de 2018, do Plano Estratégico de Sustentabilidade dos SASUM, o Administrador dos SASUM, António Paisana, entende que a sessão de apresentação deste Relatório constitui “um momento importante na motivação de todos os trabalhadores e partes interessadas para fazer mais e melhor pela sustentabilidade e por um futuro melhor”, destacando-o como “um objetivo muito conseguido e que muito nos honra”, afirmou.

Ao nível das ações de sustentabilidade, em 2018, os SASUM levaram a cabo múltiplos programas e ações previstos no seu Plano Estratégico de Sustentabilidade. Destaca-se a instalação de 100 mini-ecopontos nas unidades dos SASUM de Braga, o desenvolvimento de uma

Campanha de Incentivo à Reciclagem e à Separação Seletiva de Resíduos, a implementação de um Programa de Eficiência Hídrica, no qual, grande parte das torneiras e sistemas de água foram reforçados com temporizadores e redutores de caudal, o início do processo de implementação do Sistema de Gestão Ambiental ISO 14001:2105, no sentido de assegurar um maior controlo dos processos. De salientar ainda a conceção e operacionalização de um Programa de Avaliação da Eficiência Energética tendo em vista a análise da possibilidade de instalação de sistemas fotovoltaicos bem como a substituição da iluminação atual por sistemas LED e de baixo consumo. Em 2018, os SASUM foram responsáveis pelo consumo de 3,84 milhões de Kwh de energia consumida sendo que 45,5% proveio de fontes de energias renováveis. No que respeita a redução do consumo de plástico e papel, as principais iniciativas levadas a cabo centraram-se na desmaterialização dos processos administrativos, na eliminação de talheres e palhinhas de plástico descartável, bem como na substituição de mais de 90 000 copos de plástico por copos de papel recicláveis. Procedeu-se ainda à eliminação das saquetas de papel para talheres, passando a adotar-se um sistema de dispensadores e no desenvolvimento de campanhas de sensibilização e indução novos comportamentos, transversais a toda a Comunidade Académica.

Ao nível do Programa de Gestão de Resíduos Alimentares, os SASUM destacaram as 15 toneladas de restos alimentares encaminhados como comida para animais, a doação, a IPSS, de 7 838 refeições, o projeto piloto de valorização das borras de café através da sua utilização como substrato para a produção de cogumelos e material de compostagem e o encaminhamento para tratamento e valorização de 14, 7 toneladas de gorduras e féculas e 2,2 toneladas de óleos alimentares.

Para o futuro, a estratégia dos SASUM na área da sustentabilidade assenta em quatro pilares: Inovar através da inclusão da sustentabilidade no planeamento e operacionalização de toda a atividade desenvolvida pela Organização;

Envolver todas as partes interessadas na persecução dos objetivos estabelecidos e metas traçadas; Liderar uma mudança de paradigma onde se considere o pilar ambiental, social e económico na mesma medida; e Legar para a consubstanciação de um futuro no qual os princípios e valores da sustentabilidade estejam sempre presentes.

Até ao final de 2019, os SASUM querem “continuar a forte aposta na melhoria de processos e eficiência de recursos”, garantiu Diogo Arezes, do Gabinete de Sustentabilidade dos SASUM, realçando

como medidas mais relevantes “o alargamento do programa de poupança de água às restantes residências universitárias, o início do processo de instalação de painéis fotovoltaicos, para produção de energia, nas instalações dos Serviços e o estabelecimento de protocolos tendo em vista o desenvolvimento de um projeto piloto de mobilidade sustentável nos Campi”.

ANA MARQUES

“Ambiente, Economia e Sociedade: Caminhos para UM Futuro Sustentável”

Este foi o mote para o debate juntou Jorge Moreira da Silva, diretor da Cooperação para o Desenvolvimento da OCDE, Manuel Carvalho da Silva, coordenador do Laboratório Colaborativo para o Trabalho, Emprego e Proteção Social e Graça Coelho, diretora geral da Cachapuz Bilanciai Group, numa conversa que contou com moderação do pró-reitor para a Qualidade de Vida e Infraestruturas da UMinho, Paulo Cruz.

Uma conversa fluída, no âmbito da Sessão de apresentação do Relatório de Sustentabilidade dos SASUM, onde se destacou o estado de emergência climática em que nos encontramos e a importância de atuar, urgentemente, no sentido de fomentar uma mudança de mentalidades e implementar reformas transversais e estruturantes a todos os setores de atividades. O grande objetivo é o da construção de um futuro sustentável para as próximas gerações e o desenvolvimento de uma sociedade próspera e equilibrada.

Estas foram as algumas das ideias principais deixadas pelos vários intervenientes que, unanimemente, realçaram a importância da

apresentação deste Relatório de Sustentabilidade por parte dos SASUM. “É um sinal de liderança”, destacou Jorge Moreira da Silva, que foi ministro do Ambiente, Ordenamento do Território e Energia de Portugal entre 2013 e 2015, sublinhando que “é importante medir e comunicar os resultados obtidos”.

Para o atual diretor da Cooperação para o Desenvolvimento da OCDE, “estamos numa situação de crítica e não vamos lá com boas intenções. É preciso agir rapidamente e neste momento temos todas as informações para enfrentar os desafios inerentes ao desenvolvimento sustentável: sabemos quanto custa atuar nesse sentido e sabemos o preço a pagar no caso de não se fazer nada.” Evidenciando o papel das universidades num futuro mais sustentável, Jorge Moreira da Silva destacou ainda que “cabe às universidades investigar e produzir conhecimento (...) pensar em novas formas e modelos de desenvolvimento, que vão além do curto prazo e que fomentem o crescimento das sociedades como um todo”, transmitiu.



Debate juntou Jorge Moreira da Silva, Manuel Carvalho da Silva e Graça Coelho.

Isabel Ermida é a nova presidente do Instituto de Letras e Ciências Humanas

ILCH

Isabel Ermida quer uma “escola de referência nacional no ensino universitário das Humanidades e das Artes”.



Isabel Ermida tomou posse dia 1 de outubro.

A nova direção do Instituto de Letras e Ciências Humanas (ILCH) tomou posse no passado dia 1 de outubro, assumido a presidente Isabel Ermida quer uma “escola de referência nacional no ensino universitário das Humanidades e das Artes”, deixando ainda o apelo ao reitor para a necessidade de reabilitação e melhoramento dos espaços alocados ao Instituto.

A cerimónia contou com a presença do reitor da UMinho, Rui Vieira de Castro, que investiu também como vice-presidentes, Maria do Carmo Mendes, Ângelo Martingo e Carlos Pazos, realçando na sua intervenção, a dinâmica e capacidade de adaptação do Instituto ao longo da última década.

A nova presidente do ILCH apontou a aposta na “internacionalização” e a conquista de mais “projetos financiados” como grandes objetivos do seu mandato, salientando como estratégias, a captação de alunos estrangeiros e o estabelecimento de parcerias e protocolos internacionais.

Isabel Ermida quer ter até 2022 uma escola ainda mais atrativa, uma instituição de “referência” que traga até

si “muitos e bons alunos e mantendo bons professores, não só atualizados como inovadores nos seus campos de especialidade”.

Dirigindo-se aos docentes e funcionários, a presidente empossada pediu que sejam “valorizados nas suas funções”, que lhes sejam “atribuídas oportunidades efetivas de promoção” e que sejam “motivados”.

O Reitor patenteou a importância e desenvolvimento do ILCH ao longo da última década, afirmando que está “numa boa posição”, mas prevenindo que é preciso continuar a trabalhar, chamando a atenção para as áreas da formação doutoral, para a atividade científica, para a internacionalização, para a renovação e qualificação do corpo docente.

Sobre a preocupação com as infraestruturas, manifestada pela presidente, o Reitor concordou que a Academia tem um vasto conjunto de edifícios que necessita de “intervenção profunda”.

Pedro Arezes é o novo presidente da Escola de Engenharia

EEUM

Aposta na internacionalização e lecionação em inglês serão dois grandes focos da nova equipa empossada.



Pedro Arezes faz parte da Universidade há 28 anos, altura em que entrou como aluno.

Pedro Arezes tomou posse, no passado dia 2 de outubro, como presidente da Escola de Engenharia da Universidade do Minho (EEUM), firmando o compromisso de liderar os seus destinos até 2022.

Pedro Arezes será acompanhado para pelos vice-presidentes Maribel Santos, do Departamento de Sistemas de Informação, Estela Bicho, do Departamento de Eletrónica Industrial e António Vicente, do Departamento de Engenharia Biológica.

No seu programa de ação, Pedro Arezes aponta a internacionalização, a interação multidisciplinar e a exteriorização como objetivos principais, no sentido de “elevar o prestígio da Escola de Engenharia”. Realçando que a EEUM se deve demarcar pela diferença e qualidade, o novo presidente afirma que “tem que estar atenta às áreas emergentes”, dando como exemplo a “digitalização”, de forma a criar ofertas de ensino e trabalhar sobre as mesmas, sublinhando que a Escola tem que se “reinventar” a cada dia.

O também diretor do MIT Portugal ambiciona criar para a sua Escola “uma marca identitária”, esclarecendo que “não

significa uma separação da casa mãe, é aí que nos enquadrámos e reconhecemos”, mas “sabermos que a marca Escola de Engenharia está presente e identifica-nos” a nível nacional e internacional.

O Reitor da UMinho deu posse à nova equipa e não deixou de apontar “caminhos”, reiterando que o foco da EEUM deve estar na “internacionalização”, realçou que a oferta formativa da Escola “tem de ser competitiva”.

Pedro Arezes reiterou a ideia da lecionação em inglês, afirmando que “deve ser uma língua de trabalho”, pois só dessa forma a Escola se tornará mais atrativa e mais internacional, potenciando a atração de mais pessoas de fora de Portugal. “Temos de dar esse passo”, concluiu.

Rui Vieira de Castro evidenciou ainda a necessidade de a Escola ser capaz de se afirmar, referindo que “tem de ser uma voz cada vez mais forte e cada vez mais respeitada” no âmbito das escolas de engenharia, algo que, afirmou, “não é um desafio pequeno”.

XIX Gala do Desporto da UMinho



Complexo Desportivo de Gualtar

SEGUNDA			TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA			SÁBADO		
8:15	VRT Cycling	45'	8:15	VRT Cycling	45'	8:15	Cycling	45'	8:15	VRT Cycling	45'	8:15	VRT Cycling	45'	11:00	VRT Cycling	45'
	Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling	
9:50	Natação C2 & Pro	60'	11:00	VRT Cycling	45'	10:30	Wushu Kungfu *	60'	11:00	VRT Cycling	45'	11:15	Cycling	45'	12:00	VRT Cycling	45'
	Rodovia - Piscina Grd			Estúdio Cycling			Ginásio 1			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling	
10:30	Wushu Kungfu *	60'	11:30	Treino em Suspensão	45'	11:00	VRT Cycling	45'	11:30	Treino em Suspensão	45'	11:30	Extreme Condition	120'	15:00	JiuJitsu Brasileiro *	90'
	Ginásio 1			Ginásio 4			Estúdio Cycling			Ginásio 4			2º Piso			Ginásio 3	
11:00	VRT Cycling	45'	11:30	Extreme Condition	120'	11:30	Pilates	45'	11:30	Extreme Condition	120'	12:45	VRT Cycling	45'	16:00	VRT Cycling	45'
	Estúdio Cycling			2º Piso			Ginásio 1			2º Piso			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling	
11:30	Extreme Condition	120'	11:50	Natação C2 & Pro	60'	11:30	Extreme Condition	120'	11:50	Natação C2 & Pro	60'	12:45	Pilates	45'	17:30	VRT Cycling	45'
	2º Piso			Rodovia - Piscina Grd			2º Piso			Rodovia - Piscina Grd			Nave 2			Estúdio Cycling	
11:30	Pilates	45'	12:45	GAP	45'	12:45	Cycling	45'	12:45	VRT Cycling	45'	14:50	Natação C1	30'			
	Ginásio 1			Nave 2			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Rodovia - Piscina Peq				
12:45	Cycling	45'	12:45	VRT Cycling	45'	12:45	Treino em Suspensão	45'	12:45	Local PUMP	45'	14:50	Natação C2 & Pro	60'			
	Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Ginásio 4			Nave 2			Rodovia - Piscina Grd				
12:45	Treino em Suspensão	45'	12:45	Yoga *	45'	14:50	Natação C1	30'	12:45	Yoga *	45'	15:20	Hidroginástica	30'			
	Ginásio 4			Ginásio 3			Rodovia - Piscina Peq			Ginásio 3			Rodovia - Piscina Peq				
16:00	VRT Cycling	45'	14:50	Natação C1	60'	14:50	Natação C2 & Pro	60'	14:50	Natação C1	60'	16:00	VRT Cycling	45'			
	Estúdio Cycling			Rodovia - Piscina Grd			Rodovia - Piscina Grd			Rodovia - Piscina Grd			Estúdio Cycling				
17:00	Extreme Condition	150'	14:50	Natação C2 & Pro	120'	15:20	Hidroginástica	30'	14:50	Natação C2 & Pro	120'	17:00	Extreme Condition	120'			
	2º Piso			Rodovia - Piscina Grd			Rodovia - Piscina Peq			Rodovia - Piscina Grd			2º Piso				
18:15	Cycling	45'	15:50	Aqua Cross	60'	16:00	VRT Cycling	45'	15:50	Aqua Cross	60'	18:00	JiuJitsu Brasileiro *	90'			
	Estúdio Cycling			Rodovia - Piscina Grd			Estúdio Cycling			Rodovia - Piscina Grd			Ginásio 3				
18:15	Express GAP	30'	16:00	VRT Cycling	45'	17:00	Extreme Condition	150'	16:00	VRT Cycling	45'	18:00	Taekwondo	90'			
	Ginásio 1			Estúdio Cycling			2º Piso			Estúdio Cycling			Ginásio 2				
18:30	Karaté *	60'	17:00	Extreme Condition	150'	18:00	Taekwondo	90'	17:00	Extreme Condition	150'	18:30	Cycling	45'			
	Ginásio 2			2º Piso			Ginásio 2			2º Piso			Estúdio Cycling				
18:30	Treino em Suspensão	45'	18:00	VRT Cycling	45'	18:15	Cycling	45'	18:00	VRT Cycling	45'	18:30	Localizada	45'			
	Ginásio 4			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Estúdio Cycling			Ginásio 1				
19:15	Express STEP	30'	18:00	Taekwondo Kids	60'	18:15	Treino em Suspensão	45'	18:00	Taekwondo Kids	60'	19:30	VRT Cycling	45'			
	Nave 2			Ginásio 2			Ginásio 4			Ginásio 2			Estúdio Cycling				
19:30	VRT Cycling	45'	18:15	Express FitButt	30'	19:15	Express STEP	30'	18:15	Express Hard Core	30'		Nave 2				
	Estúdio Cycling			Nave 2			Nave 2			Nave 2							
19:30	KickBoxing	90'	18:15	Express Hard Core	30'	19:15	Express FitButt	30'	18:15	Express FatBurn	30'		Ginásio 1				
	Ginásio 2			Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 1							
19:30	Viet-Vo-Dao *	90'	18:30	Judo Kids *	60'	19:30	VRT Cycling	45'	18:30	Judo Kids *	60'						
	Ginásio 3			Ginásio 3			Estúdio Cycling			Ginásio 3							
19:45	Pilates	45'	18:45	Express Pilates	30'	19:30	KickBoxing	90'	18:45	Fit Cross	45'						
	Nave 2			Nave 2			Ginásio 2			Nave 2							
20:00	Hatha Yoga *	60'	19:00	Cycling	45'	19:30	Viet-Vo-Dao *	90'	19:00	Cycling	45'						
	Ginásio 1			Estúdio Cycling			Ginásio 3			Estúdio Cycling							
21:30	Danças Latinas	90'	19:00	Taekwondo Poomsae	60'	19:45	Pilates	45'	19:00	Karaté *	90'						
	Ginásio 1			Ginásio 2			Nave 2			Ginásio 2							
			19:15	Pound	45'	20:00	Hatha Yoga *	60'	19:15	Pound	45'						
				Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 1							
			19:15	Fit Cross	45'				19:30	Express Local	30'						
				Nave 2						Nave 2							
			20:00	Judo *	60'				20:00	Judo *	60'						
				Ginásio 1						Ginásio 1							
			20:00	JiuJitsu Brasileiro *	90'				20:00	JiuJitsu Brasileiro *	90'						
				Ginásio 3						Ginásio 3							
			20:30	Krav Maga *	90'				20:30	Krav Maga *	90'						
				Ginásio 2						Ginásio 2							
			21:30	Kendo *	90'												
				Ginásio 1													

HORÁRIO CARDIO-FITNESS E MUSCULAÇÃO

Segunda a Sexta: 8H00 às 14H00 e das 15H00 às 21H00

Sábado: 10H00 às 13H00 e das 15H00 às 18H30

* Atividade Protocolada c/ Entidade Externa

Para mais informação consulte: www.sas.uminho.pt/desporto

Complexo Desportivo de Azurém

SEGUNDA			TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA			SÁBADO		
8:15	Cycling	45'	11:30	Pilates	45'	8:15	Cycling	45'	11:30	Pilates	45'	12:45	Pilates	45'	10:00	KickBoxing Comp.	120'
	Ginásio 2			Ginásio 1			Ginásio 2			Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 4	
12:45	Pilates	45'	12:45	Cycling	45'	12:45	Cardio	45'	12:45	Cycling	45'	18:30	Localizada	45'	11:00	KickBoxing *	60'
	Ginásio 1			Ginásio 2			Ginásio 1			Ginásio 2			Ginásio 1			Ginásio 3	
18:30	Express Circuito	30'	12:45	Muaythai	45'	18:30	Express GAP	30'	12:45	Muaythai	45'	19:15	Pilates	45'	11:00	Cycling	60'
	Ginásio 1			Ginásio 4			Ginásio 1			Ginásio 4			Ginásio 1			Ginásio 2	
19:00	Express Bumbum	30'	18:30	Jump	45'	19:00	Circuito	45'	18:30	Express Power Training	30'						
	Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 1							
19:15	Cycling	45'	19:00	KickBoxing Comp.	90'	19:15	Cycling	45'	19:45	Express ABS	15'						
	Ginásio 2			Ginásio 4			Ginásio 2			Ginásio 1							
19:30	Pilates	45'	19:15	Express Dumbbells UB	30'	19:45	Express Pilates	30'	19:00	KickBoxing Comp.	90'						
	Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 1			Ginásio 4							
20:30	KickBoxing *	60'	19:45	Express ABS	15'	20:30	KickBoxing *	60'	19:00	Naginata *	90'						
	Ginásio 4			Ginásio 1			Ginásio 4			Ginásio 3							
									19:15	Cycling	45'						
									20:30	Kendo *	90'						
										Ginásio 1							

HORÁRIO CARDIO-FITNESS E MUSCULAÇÃO

Segunda a Quinta: 8H00 às 14H00 e das 16H00 às 22H00

Sexta: 8H00 às 14H00 e das 16H00 às 21H00

Sábado: 10H00 às 13H00 e das 15H00 às 18H30

* Atividades Protocoladas c/ Entidades Externas

Para mais informação consulte: www.sas.uminho.pt/desporto