

AFFSPORTS



PUB

Apetrechamentos e Representações, desde 1981

www.aff.pt

um^odicas

21 de Abril de 2010

Edição nº 80 - Ano 5

www.dicas.sas.uminho.pt

Opinião

PEDRO DIAS

CNU'S - um dos maiores eventos multidesportivos

P16

Fases Finais 2010: Colectivo da AAUMinho na linha da frente





Universidade do Minho

A AAUMinho apresenta-se nestas Fases Finais dos Campeonatos Nacionais Universitários (CNU's), organizadas pelo Instituto Politécnico do Porto (IPPorto) entre os dias 24 e 30 de Abril, na linha de frente para a conquista de títulos e medalhas. Com equipas capazes de lutar pelos lugares cimeiros do pódio em várias modalidades.

P08 e 09

Gata na Praia IX



Na nona edição desta actividade, que decorreu entre os dias 27 de Março a 1 de Abril, a organização levou os estudantes a um local onde 'os minhotos já foram felizes'. Na praia da Batata, em Lagos, o Minho foi quem mais ordenou com gritos de animação, festa e boa disposição.

P10

Taekwondo de combate com nota 10!

A lutar em casa, a equipa de Taekwondo da AAUMinho conquistou três medalhas de ouro, duas de prata e cinco de bronze na vertente de combate, totalizando 10 medalhas!

P05

DESTAQUES

Acção Social

Sector de Informática dos SASUM

José Pedro Ferreira é o responsável do Sector de Informática dos SASUM. O SI está integrado no Gabinete do Administrador, tendo como principal função facilitar a toda a organização o acesso e uma correcta utilização dos instrumentos informáticos.. P04

Desporto

Benefícios da Actividade física em Ambiente Universitário

Está provado que a actividade física, favorece a sociabilização e a sua saúde. É um influenciador positivo do seu rendimento escolar e associada a uma boa alimentação é fundamental para uma boa qualidade de vida. P15

Academia

Escola de Direito traça estratégia

Presidida pelo Prof. Horster, para o novo Presidente o ponto forte da Escola é o seu dinamismo, assente em profissionais qualificados que farão dos objectivos da escola realidades. P07

Cultura

20 Anos de FITU!

Decorreu no fim-de-semana passado o XX Festival Internacional de Tunas Universitárias (FITU). A 'ementa' apresentou os ingredientes aos quais já habituou os bracarenses: boa música, diversão e a habitual irreverência das tunas. Duas noites memoráveis, à altura dos pergaminhos do festival. P15

SPORT ZONE



SASUM
dádiva de sangue



Prémio Victor de Sá

O Conselho Cultural da UMinho promove mais uma edição do Prémio Victor de Sá de História Contemporânea 2010 para jovens investigadores, recebendo candidaturas até 30 de Junho. O objectivo é incentivar a produção de trabalhos da História Contemporânea de Portugal (a partir de 1820).



Certame Internacional de Tunas Múrcia Costa Cálida – resultados

Melhor Tuna: K'rica Tuna; Melhor pandeireta: K'rica tuna; Melhor standarte: K'rica tuna; Melhor Solista: Meninas e Senhoras da Beira; Melhor Instrumental: Tuna Feminina do Isep; Melhor pasacalles: Egitúnica; Tuna mais tuna: K'rica tuna

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt
Editorial

Na nossa 80ª edição, o UMDicas fica marcado pelo ponto alto do desporto universitário em termos nacionais – os Campeonatos Nacionais Universitários (CNU's) que vão decorrer de 24 a 30 de Abril e serão organizados pelo Instituto Politécnico do Porto (IPP). Esta será uma Fase Final concentrada, decorrendo entre Matosinhos e a Póvoa de Varzim, sendo decididos os títulos em 15 modalidades.

Sendo a Cerimónia de Abertura dia 26 (segunda-feira), a competição tem início dia 24 com as modalidades de Atletismo e Voleibol de Praia. Dia 25 é a vez da Natação e do Tiro com Arco, e no dia 26 jogam-se as modalidades de Squash e Xadrez. Nos restantes dias a decisão é nas modalidades de colectivas. Dia 27 iniciam as modalidades de Andebol F/M, Basquetebol F/M, Hóquei Patins, Futsal F e Futebol11 M. Dia 28 têm início o Futsal M, Voleibol M/F, Ténis de Mesa, Badminton e a estreia deste ano – Rugby Sevens M/F. As competições terminam a 29 com a Cerimónia de Encerramento.

Em relação às equipas da AAUMinho, são várias as que se apresentam nestes CNU's com capacidades para lutar pelos lugares cimeiros do pódio e conquistar para a Academia Minhota títulos e medalhas. As equipas melhor colocadas para conseguir o feito são o andebol masculino e no voleibol feminino, equipas que nos últimos anos têm conseguido óptimas prestações nas Fases Finais e são actualmente as campeãs nacionais em título. Outras equipas que centram em si grandes expectativas de subir ao primeiro lugar do pódio são: Futsal M, Hóquei Patins M, Futebol 11, Badminton e Atletismo. Nas outras modalidades, embora não com tanta convicção, as equipas minhotas querem ter uma palavra a dizer e vão com certeza lutar pelo melhor lugar possível.

Anível da academia, esta edição fica marcada pela actividade mais “popular” desta Academia – A Gata na Praia. Como já é tradição, as terras algarvias acolheram a comitiva Minhota, que durante uma semana (27 de Março a 1 de Abril) se divertiu na praia da Batata em Lagos. Seis dias de muita festa, diversão, alegria e muito desporto, para os quais muitos dos nossos estudantes anseiam o ano inteiro e fazem directa para conseguirem lugar nesta “grande equipa”. Para o ano é o 10º aniversário da “Gata na Praia”. Quem lá estará?!!

Se também queres um lugar no Troféu Reitor 2010 é melhor começares já a pensar nisso. Junta a tua equipa (nas modalidades colectivas) ou inscreve-te (nas modalidades individuais) e faz parte do maior evento desportivo intra-muros. As inscrições terminam a 5 de Maio.

A nível cultural, no fim-de-semana passado Braga assistiu à comemoração dos 20 anos do Festival Internacional de Tunas Universitárias (FITU). Na sua XX edição, esta organização da Tuna Universitária do Minho (TUM) marcou pelas suas duas actuações inovadoras em que numa delas fez subir ao palco as diferentes gerações da TUM e na outra foram acompanhados pela Orquestra Académica da Universidade do Minho. Diversão e a irreverência foram o ponto forte.

TROFEU REITOR

2010

Modalidades:

- Futsal Masculino
- Futsal Feminino
- Basquetebol misto
- Vôlei de Praia misto
- Ténis misto
- Ténis de Mesa misto
- Badminton misto
- Squash misto
- Xadrez misto
- Court Soccer
- Andebol misto

Organização

Inscrições até 5 de Maio

Secretarias dos Complexos Desportivos Universitários de Gualtar e Azurém

Promotores

Ficha Técnica

Propriedade: Serviços de Acção Social da Universidade do Minho **Morada:** Universidade do Minho, Campus de Gualtar, 4710-057 Braga **Internet:** www.dicas.sas.uminho.pt **Email:** dicas@sas.uminho.pt **Directora:** Ana Marques **Subdirectores:** Nuno Gonçalves e Michael Ribeiro **Redacção:** Ana Marques, Ana Magalhães, Diana Sousa, Iolanda Lima, Luciana Silva, Fernando Parente, Francisca Fidalgo Correia, João Dias, José Carlos Bragança, Laura Camacho, Maria João Quintas, Michael Ribeiro, Nuno Gonçalves e Pedro Dias **Paginação:** Paulo Pereira **Fotografia e edição de imagem:** Nuno Gonçalves **Impressão:** Diário do Minho **Tiragem:** 2000 exemplares

Rua D. Diogo de Sousa, n.º 109
TEL: 253 009 295
(Junto à Sé de Braga)

www.ricafesta.com.pt

Acessórios para festas

Balões

Festas Temáticas

Decoração



CNU de Surfe Bodyboard

A FADU (Federação Académica do Desporto Universitário) organizou entre os passados dias 16 e 18 de Abril o CNU de Surfe Bodyboard, na Praia da Caparica. Pode consultar todos os resultados desta prova no site da FADU: www.fadu.pt



Campus Party Europe 2010

Teve lugar dia 29 de Março, a sessão de apresentação da participação portuguesa no Campus Party Europe 2010, com o projecto Hands-on Robots. Uma equipa da Esc. Sec. Amares e outra de Vieira do Minho vai representar as cores nacionais na área da robótica. O evento decorre de 14 a 18 de Abril em Madrid.

SASUM
grill/reportagem/aviso

Apresentação das Unidades de serviço Alimentar - Grill de Gualtar

Situado no pólo de Gualtar, o Grill entrou em funcionamento em 1999. Nesse ano, abriu também na Universidade a Cantina e o Restaurante Panorâmico. Com capacidade para servir 100 refeições por hora, tem uma lotação de 190 lugares e está aberto ao público entre as 12h00 e as 14h00. O UMDicas esteve à conversa com o responsável do Grill, o Sr. Carlos Cerqueira, para saber como é trabalhar neste serviço alimentar.

Luciana Silva
dicas@sas.uminho.pt

Há quantos anos pertence ao Departamento Alimentar?
Já trabalhei em Guimarães, depois casei e pedi transferência para braga. No total, já faço parte do Departamento Alimentar há mais de 20 anos.

O que significa para si trabalhar no Departamento Alimentar?
Trabalho com gosto. Tentamos fazer uma comida boa, que agrade aos clientes, e com toda a higiene exigida. Toda a equipa trabalha para dar o seu melhor e vemos que os clientes ficam contentes com o nosso serviço. Só posso achar que estão todos satisfeitos. Muitas vezes os nossos clientes fazem elogios à comida e até pedem as receitas.

Tem alguma formação específica na área da restauração?
Sim. Tenho uma formação de Cozinha Tradicional Portuguesa, esta é a mais específica. Além desta, tenho também uma formação de socorrismo,

bombeiro e até tive uma formação para saber distinguir as notas falsas.

Que funções desempenhou até ficar como responsável do Bar?
No início, comecei por lavar tachos. É uma tarefa que ainda hoje gosto de fazer. Dá para aliviar um pouco a cabeça! Mas quando estava a lavar os tachos, fazia isso depressa para ir ver os cozinheiros a preparar as refeições. Tinha muita vontade de aprender. Mas os tachos ficavam bem limpos! [risos] Depois também desmanchava a carne, porque os porcos e as vacas vinham por desmanchar e éramos nós que tínhamos de fazer esse trabalho. Depois os superiores viram que eu tinha jeito e fiquei à frente do Grill em Guimarães. Mais tarde, casei e vim para Braga. Aqui vim para o Restaurante. Depois de seis anos no Restaurante passei para a cantina. Há cerca de seis anos vim para o Grill.

Ser responsável do Grill é para si um desafio?
Estar à frente de alguma coisa é sempre um desafio. Vê-se poucas pessoas com a minha idade estar à frente deste tipo de serviço. Eu faço também alguns serviços fora aqui do Grill. Trabalho num restaurante e também sou o chefe da equipa.

É fácil coordenar uma unidade alimentar? Quais são as maiores dificuldades?
Não tenho nenhum problema a fazer ementas ou a lidar com os colegas. Trabalho aqui com pessoas espectaculares. Cada um trabalha ao seu ritmo, mas todos cumprem as suas tarefas. Onde eu tenho mais dificuldades, mais pela falta de tempo, é a tratar da papelada. Além de cozinhar, tenho depois de tratar disso tudo, fazer requisições, pedidos de manutenção. Mas às vezes levo esse trabalho para casa.

Na sua opinião os utentes das unidades alimentares são bem servidos em termos de qualidade alimentar e serviço de atendimento?
Sim, aqui a comida é toda natural. Mesmo os temperos são naturais. Tentamos fazer os cozinhados o mais natural possível, para os nossos clientes ficarem satisfeitos. Cozemos tudo a vapor, e a comida fica mais saborosa.



Da esquerda para a direita: Armando Cerqueira; Lúcia Silva; Carlos Cerqueira; Conceição Sá; Orlando Pereira; Miguel Dias

Como classifica o Grill? Que tipo de alimentação pode fazer quem aqui se dirige?
As pessoas vêm para comer grelhados. Mas agora também fazemos alguns assados, temos aqui refeições muito saborosas. Gosto de inovar em alguns pratos, experimentar coisas novas. Normalmente, as receitas novas são muito bem aceites por quem cá vem.

Qual o procedimento quando algum utente reclama do serviço?
Quando são coisas pequenas, tento resolver na hora. E os nossos clientes são muito compreensivos. Quando são coisas mais graves reporto para a Eng.ª Celeste. Mas fora estas situações temos muitos elogios à comida que fazemos aqui.

Como classifica o Grill em relação aos serviços alimentares externos que circundam a Universidade?

Não há comparação possível. Eu já trabalhei fora da Universidade, uma vez fui fazer um serviço a um hotel e saí de lá escandalizado. Os alimentos para cozinhar estavam guardados fora do frio. Ao rigor e à higiene que o Departamento Alimentar exige, quem cá vem só pode ser bem servido.

Se fosse aluno ou professor, o Grill seria o seu local de eleição para almoçar ou jantar?
Para quem quer ter uma alimentação saudável, as refeições que fazemos aqui são as melhores. Claro que eu vinha cá almoçar ou jantar. Também gosto muito de grelhados, e isso também ajuda.

Por quantos elementos é constituída a sua equipa?
Por seis elementos. Já trabalhamos juntos há algum tempo. Gosto muito de trabalhar com esta equipa. Cumprem todos as suas funções.

Imposição de Insígnias dia 8 de Maio Almoço no Restaurante Panorâmico - Gualtar

Os Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (SASUM) e a Associação Académica (AAUM) convidam os alunos e suas famílias, no dia da sua imposição de insígnias, a almoçar no Restaurante da UM/ Cantina do Campus de Gualtar

Restaurante Panorâmico - Serviço de Buffet Especial (bebidas não incluídas) - 13€ /Pessoa (menores de 8 anos: 50%, até aos 2 anos: grátis).

Horário: **12h30 – 14h30.**

Nota: **Inscrições limitadas**

Reservas através de:
rest.gualtar@sas.uminho.pt ou
Lurdes.conceicao@sas.uminho.pt até 3 de Maio

Cantina de Gualtar - Refeição em regime rampa/self-service, composta por pão, sopa, prato quente e sobremesa.

Horário: **12h – 14h30.**
Estudante: **2,15€.**
Não estudante: **3,80€**

Nota: As senhas devem ser adquiridas atempadamente como é habitual ou no próprio dia no Posto de Venda da Cantina

Preços excepcionais: conforme comunicação na página dos SASUM: <http://www.sas.uminho.pt/>

SEMANA “Fria e Doce”



O Departamento Alimentar dos Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (DA-SASUM) lançou mais uma semana temática nas cantinas da Academia, que decorreu de 6 a 9 de Abril. Desta vez foi destinada aos apreciadores de gelado, que passaram a ter como opção para sobremesa, um gelado da marca Nestlé-Gold.

Como forma de atrair a comunidade académica à cantina, o Departamento Alimentar dos SASUM tem promovido semanas temáticas, em que são oferecidas aos estudantes novas opções alimentares que, no geral têm agradado. A última iniciativa do género a decorrer nas cantinas da UMinho foi a “Semana fria e doce”, que decorreu ao mesmo tempo nos 2 campi (Gualtar e Azurém), pois é política do DA-SASUM nunca deixar de parte uma facção de clientes. Segundo

informação do Departamento Alimentar “Todos devem ser tratados e acarinhados da mesma forma, com acesso aos mesmos eventos e iniciativas”.

Os utentes da cantina mostraram-se maioritariamente satisfeitos com esta ideia e esperam que se possa vir a repetir, principalmente agora com a chegada do tempo mais quente. Artur Miguel, aluno do terceiro ano da Licenciatura em Engenharia

Informática, diz que “iniciativas destas na cantina são sempre boas”, já João Miguel Fernandes, estudante do terceiro ano de Economia, acha que “agora com o calor, um gelado à sobremesa sabe sempre bem”. Marisa Pereira, aluna do terceiro ano de Química, considera que “a iniciativa é boa e devia repetir-se, mas variando mais nos gelados”. No entanto, é também da opinião geral que estas semanas temáticas deviam ser melhor divulgadas entre a comunidade académica,

pois muitos dos estudantes não tinham conhecimento desta iniciativa.

Segundo o Departamento Alimentar, estas semanas temáticas têm como objectivo “dinamizar o ciclo normal das cantinas da UM”, cativando os utentes para novas alternativas. “A adesão tem sido sempre muito positiva e desta vez não foi excepção, tendo aumentado significativamente a procura da cantina durante o período em que decorreu a iniciativa”. Assim sendo, as semanas temáticas prometem continuar com a aposta na diversificação e na introdução de novos produtos/ideias e, segundo o DA “já está a ser preparada a próxima, que será umas das preferidas dos alunos da UM”. Abertos a sugestões por parte dos utentes, “queremos, acima de tudo, satisfazer”.



Sector de Informática dos SASUM

José Pedro Ferreira é o responsável do Sector de Informática dos SASUM, com formação na área da Engenharia de Sistemas e Informática, trabalha nos SASUM desde 1994. O SI está integrado no Gabinete do Administrador, sendo constituído por uma equipa de quatro elementos. Tendo como principal função facilitar a toda a organização o acesso e uma correcta utilização dos instrumentos informáticos. O UMdicas esteve à conversa com o responsável para saber mais pormenores sobre o SI, como é o seu dia-a-dia, como está organizado e seu papel no seio dos SASUM.

Ana Marques
anac@sas.uminho.pt

Há quantos anos está a trabalhar nos SASUM?

Iniciei a minha colaboração com os SASUM ainda como aluno desta Universidade, em 1989, com a elaboração de uma aplicação para gestão de armazém, mantendo, a partir daí, uma ligação a estes serviços no apoio informático em diversas áreas. Ingressei em 1994 como funcionário dos SASUM.

Qual a sua área de formação?

Fiz a licenciatura em Engenharia de Sistemas e Informática na Universidade do Minho.

Esteve sempre na área da Informática?

Sim, sempre exerci a minha actividade na área da informática.

O que significa para si trabalhar neste sector e nos SASUM? É gratificante fazer parte desta estrutura e identificar-se com os valores que orientam a sua actividade, no sentido de proporcionar aos estudantes as melhores condições de frequência do ensino superior e de integração e vivência social e académica. Considero que o sector de

Informática, em particular, tem o privilégio de desenvolver a sua actividade de uma forma transversal a toda a organização, possibilitando a interacção e o conhecimento das actividades de todos os outros departamentos e sectores, contribuindo para o seu bom funcionamento.

Como está organizado este sector?

Este sector é constituído por um responsável de sector, 2 especialistas/técnicos de informática e uma auxiliar técnica que desenvolve a sua actividade principal no controlo de propinas. Esta estrutura depende directamente do Gabinete do Administrador.

Qual a função e importância deste sector no seio dos SASUM?

A actividade deste sector pretende, de uma forma transversal, mas pesando constrangimentos e prioridades, facilitar a toda a organização o acesso e uma correcta utilização dos instrumentos informáticos que lhe permitam atingir os seus objectivos com maior eficácia.

Quais os principais objectivos deste sector?

Pretendemos fazer uma gestão adequada do equipamento informático dos Serviços de Acção Social, promovendo a sua manutenção e actualização, procurando a máxima operacionalidade de todo o equipamento informático activo e avaliando também a aquisição de novos equipamentos e soluções. É também fundamental proporcionar, a toda a estrutura dos SASUM, o apoio mais eficaz na operação de equipamentos e software, necessários a uma correcta utilização de todos os sistemas instalados, minimizando o tempo de resposta aos pedidos de apoio técnico.

Qual o modo de funcionamento?

No dia-a-dia, o sector de informática faz uma gestão centralizada de todos os pedidos de manutenção de Equipamentos Informáticos e de substituição de consumíveis, com origem nos diversos departamentos e sectores dos SASUM. Para o efeito, é utilizada a plataforma "Gestão da Manutenção", desenvolvida pelo Gabinete de Sistemas de Informação da Universidade do Minho [GSI]. Ao longo do ano anterior, no âmbito do processo de certificação ISO 9001:2008, foram registadas taxas de 100% na execução de intervenções de gestão de consumíveis, e da ordem dos 95% na execução de intervenções de manutenção de equipamentos informáticos, contribuindo nesta área para o bom desempenho da organização. Paralelamente, são o permanentemente desenvolvidas



actividades de apoio específico aos departamentos cujo funcionamento determine o desenvolvimento, adaptação ou actualização dos respectivos sistemas de informação ou equipamentos. Integrado no sector de informática, o subsector de Propinas tem realizado a sua actividade no controlo do pagamento das propinas dos estudantes dos cursos de Graduação, em colaboração estreita com o Sector de Bolsas, os Serviços Académicos e o GSI.

Ser responsável por este sector é um desafio?

É, sem dúvida, um desafio. Poucas áreas sofreram tão grandes mudanças e tão rápidas como as que estão associadas às tecnologias de informação, exercendo uma influência tão decisiva no desenvolvimento da sociedade. Cabe-nos o desafio de contribuir para a simplificação dos processos administrativos, proporcionar a redução dos custos que lhe estão associados e agilizar o relacionamento com os cidadãos e com as outras entidades.

Quais são as tarefas diárias do responsável do sector?

As tarefas associadas à

coordenação dos recursos humanos e materiais deste sector, na persecução dos objectivos aprovados superiormente para o mesmo. No meu caso, estão ainda envolvidas tarefas que resultam da colaboração com o Departamento Social no âmbito do processo de Bolsas de Estudo e outras tarefas associadas ao controlo de propinas.

Quais as principais dificuldades que encontra no desenvolvimento do seu trabalho?

As principais dificuldades serão por certo comuns em outras actividades e estão relacionadas com a necessidade de execução com sucesso de diferentes tarefas, em períodos em que a carga de trabalho é elevada, o tempo é escasso e os recursos humanos são limitados. No entanto, muitas destas dificuldades têm sido ultrapassadas graças ao profissionalismo e generosidade dos colaboradores que me acompanham nesta equipa.

Quantas pessoas trabalham neste sector?

Actualmente, este sector conta com quatro elementos: eu, o Rui Rebelo, o Maurício Queiroz e a Ana Paula Berenguer

Dia Mundial da Saúde com Rastreios e Actividades de Fitness

Os Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (SASUM) em colaboração com as Parafarmácias Pharma.UM, assinalaram o dia Mundial da Saúde com a realização de rastreios médicos à glicemia, índice de massa corporal, pressão arterial e peso.

José Carlos Bragança
dicas@sas.uminho.pt

A iniciativa decorreu dia 7 de Abril durante todo o dia. O objectivo foi sensibilizar a comunidade académica para uma vida com saúde. Para além desta iniciativa foi ainda realizada uma Mega Aula de Actividades de Fitness.

Como a saúde é um bem que se deve preservar, foram muitos os alunos, docentes e funcionários a deslocarem-se à Parafarmácia, junto ao Pavilhão Desportivo de Gualtar, para verificar o seu estado de saúde nas áreas em questão.

A farmacêutica Joana Faria era uma das técnicas ao serviço e fez um balanço positivo da iniciativa: "As pessoas estão cada vez mais consciencializadas para a

importância de estarem atentas à sua saúde. Esta é uma ótima iniciativa e só tenho pena que se realize apenas em dias específicos como hoje". Curioso foi o facto de em termos de afluência ter sido "maior por parte dos funcionários do que dos alunos", sustenta a farmacêutica que referiu ainda que durante o rastreio o exame que mais "medo" causava era "o teste à diabetes". Na Parafarmácia de Azurém foram efectuados 28 rastreios, enquanto que, em Gualtar o total foi mais elevado: 42.

Fabricia Colen foi uma das utentes que aderiu à iniciativa e aproveitou para alertar a comunidade para a necessidade "de se tratar bem da saúde e promover o bem-estar



geral". Confrontada com uma possível falta de informação dos estudantes para esta efeméride a aluna do 5º ano de Psicologia sublinha que "só não tem conhecimento desta iniciativa quem não quer, já que há muitos folhetos espalhados no campus, os professores no ginásio informaram os alunos e ainda todos receberam um email no endereço da Universidade".

Para a OMS, "saúde é o mais

completo estado de bem-estar físico, mental e social e não a simples ausência de doença."

Ainda dentro da celebração do Dia Mundial da Saúde, decorreram nos Complexos Desportivos da UMinho em Azurém e Gualtar, duas megasaulas de actividades de fitness. Estas foram mais uma vez um sucesso e contaram com uma forte adesão, como podemos constatar pelos números: 67 participantes em Azurém e 105 em Gualtar.

AVISO

Ementas no site dos SASUM acessíveis a todos

O Departamento Alimentar dos SASUM, em parceria com o Gabinete de Apoio ao Estudante com Deficiência - GAED, passa a disponibilizar as ementas das Cantinas (incluindo a vegetariana) e da Rampa B de Azurém no site dos SASUM, em formato mais acessível, possibilitando-se assim a consulta, autónoma e confortável, por quem utiliza programas de leitura de ecrã, geralmente usados por pessoas com deficiências da visão.

Pretende-se, com esta e outras iniciativas que se seguirão, contribuir para a inclusão na Universidade do Minho.



Equipa liderada pela UMinho sugere dez medidas para o PNS

Um grupo de investigadores liderado pelo prof. José Precioso, do IE emitiu um parecer com propostas para a construção do Plano Nacional de Saúde 2011/2016. O documento intitula-se “A Necessidade de Revitalizar e Reorganizar a Saúde Escolar – Prevenir, diagnosticar, encaminhar e tratar”.



VIII Festubi

Melhor Tuna: TAFEP; Tuna mais Tuna: TAFEP; Melhor Pasacalles: Transmontuna; Melhor solista: Transmontuna; Melhor Instrumental: Hinoportuna; Melhor Estandarte: Hinoportuna; Melhor Pandeireta: TAFEP; Melhor Serenata: TAFEP

DESPORTO
karaté/taekwondo/escalada

Karaté conquista meia-dúzia!

A Universidade do Minho acolheu no passado dia 11 de Abril pelo segundo ano consecutivo a organização de uma prova de Karaté da FADU. Em 2008/09, no então Torneio Nacional Universitário, os atletas minhotos conquistaram três medalhas. Este ano, no primeiro Campeonato Nacional Universitário (CNU), as expectativas foram largamente superadas com a conquista de seis medalhas!

Texto e Fotografia: Nuno Gonçalves
nunog@sas.uminho.pt

Dividida em duas vertentes, a Técnica (Kata) e a de Combate (Kumité), em primeiro lugar entraram em acção os artistas marciais que exibiram os seus dotes técnicos. Pela AAUMinho, João Meireles viria a conquistar a sua primeira medalha do dia. A espectacular coreografia e precisão de movimentos valeram-lhe uma medalha de prata. Terminada a Técnica, deu-se então o início da variante de Kumité. Como previsto pelo técnico da AAUMinho, Luís Bessa, as atletas femininas

demonstraram estar num bom momento de forma e conquistaram para as hostes minhotas três medalhas. Cláudia Pereira venceu a categoria de -55kg e conquistou o ouro. Ana Silva nos -55kg e Linda Soares nos -68kg, foram eliminadas nas meias-finais e tiveram de se contentar com o bronze. No masculino, e desfalcada de duas das suas grandes figuras – Paulo Gonçalves (-60kg), medalha de bronze no último Europeu Universitário e Filipe Silva (-84kg), medalha de ouro no TNU de

2008/09 – a AAUMinho depositava em João Meireles todas as suas esperanças de conquista de uma medalha. Lutando sempre de uma forma muito fria e controlada, João não deu hipótese aos seus adversários, tendo tido apenas em Pedro Silva (UPorto), na meia-final, algumas dificuldades. No final da prova, o atleta minhoto, que retomou neste CNU a prática competitiva após uma pausa de dois anos, mostrou-se algo surpreendido pela conquista da prata na Técnica, visto não ter treinado devidamente para esta variante. Segundo o mesmo, quando à participação no Europeu Universitário, apenas respondeu: “Treinar. O nível competitivo é maior, mas temos de acreditar nas nossas capacidades, pois nós os portugueses também somos bons!” Cláudia Pereira, também ela



medalha de ouro, mostrava-se “muito contente pela conquista do título nacional”, destacando a sua primeira luta frente a uma adversária que já a tinha vencido. Foi um combate duro, mas desta feita ninguém conseguiu travar Ana na sua caminhada até ao tão almejado ouro. AAUMinho conquistou nesta prova seis medalhas: 2 de ouro, 1 de prata e 3 de bronze. A terceira medalha de bronze premeia a excelente

performance de todos os atletas minhotos, que desta forma subiram ao terceiro lugar do pódio na classificação colectiva. Luís Bessa, técnico da AAUMinho, considerou “muito positiva” a prestação da equipa. “Em seis atletas ter cinco medalhas e um terceiro lugar colectivo, é demonstrativo que temos uma equipa para o futuro!”

Taekwondo de combate com nota 10!

A lutar em casa, a equipa de Taekwondo da AAUMinho conquistou três medalhas de ouro, duas de prata e cinco de bronze na vertente de combate, totalizando 10 medalhas! A academia minhota foi aquela que mais medalhas conquistou nesta vertente, logo seguida pela UPorto com sete.

Texto e Fotografia: Nuno Gonçalves
nung@sas.uminho.pt

A UMinho foi palco no passado dia 10 de Abril do Campeonato Nacional Universitário (CNU) de Taekwondo, prova essa que contou com alguns dos nomes mais sonantes da modalidade. Dividida em duas vertentes, a Técnica e a de Combate, a prova teve início com os atletas que iriam competir na Técnica, a demonstrar todas as suas capacidades coreográficas. A grande vencedora foi a AEFMH ao arrebatrar quatro medalhas. Pelas 14h00 deu-se o reinício da competição, entrando agora em acção os atletas inscritos na variante Combate. Aqui, a equipa da AAUMinho deixou bem vincado

todo o seu potencial. Ana Rita (Vice-Campeã Europeia Universitária em -57kg), Nuno Costa (-63kg) e Eduardo Rodrigues (-74kg), ambos medalhas de bronze no último Europeu Universitário, não deram hipótese aos seus adversários e conquistaram o tão almejado ouro. A performance de Nuno Costa foi de facto tão impressionante que mereceu um elogio por parte do seu treinador, e técnico da AAUMinho, Hugo Serrão: “O Nuno superou as minhas expectativas. Demonstrou uma qualidade técnica e física, esta última bem patente na potência dos seus pontapés, muito acima do nível



dos outros atletas presentes nesta prova. Foi espectacular a forma como ele lutou e controlou os seus combates!” Ana Rita, que tem como ponto alto na sua carreira como atleta, a vitória nos Jogos da Lusofonia, mostrou-se muito agradada com a sua prestação, dando ênfase à preparação e ao trabalho que tem vindo a desenvolver conjuntamente com os seus parceiros de equipa. Segundo ela, este tem sido o segredo para o seu

sucesso, apontando agora como grande meta a sua participação no Mundial Universitário, onde garante, irá “lutar pelo ouro”. Sérgio Areias (-54kg) e Tiago Sá (-87kg) estiveram também eles a um pequeno passo do ouro, mas tiveram de se contentar com a prata. Sara Costa (-63kg), Miguel Regador (-68kg), Tiago Dias (-74kg) e Rui Silva (-74kg) conquistaram o bronze. No final do dia, André Pinheiro, dirigente da AAUMinho, mostrava-

se satisfeito, “A satisfação demonstrada pelos participantes, a bancada repleta de público e os títulos conquistados, são bem demonstrativos do sucesso desta organização da AAUMinho e do DDC dos SASUM!”. Quem também se mostrava muito satisfeito era o técnico da AAUMinho. Hugo Serrão destacando que “apesar das baixas de vulto (José Fernandes, Rui Bragança e Pedro Póvoa), os objectivos foram alcançados. Conquistámos o mesmo número de medalhas que em 2008/2009 e a prestação dos atletas que não são de alta competição foi excelente!”. No próximo mês de Julho, a cidade de Vigo vai acolher o Mundial Universitário de Taekwondo, onde certamente nomes como Ana Rita, Nuno Costa, Rui Bragança, José Fernandes e Eduardo Rodrigues, todos alunos UMinho irão estar presentes em representação de Portugal.

AAUMinho trepa até à prata e bronze

Pedro Soares e Nuno Capela, foram os dois trepadores da AAUMinho que no passado dia 11 de Abril ficaram a escassos centímetros da medalha de ouro no CNU de Escalada, que marcou a estreia oficial em provas, do novo monólito de escalada da UMinho. Manuel Carvalho (UPorto) e Lenka Wiedenová (ULisboa) foram os grandes vencedores desta prova.

Texto e Fotografia: Nuno Gonçalves
nung@sas.uminho.pt

A UMinho, como não poderia deixar de ser, marcou mais uma vez pela inovação nesta organização. No Campeonato Nacional Universitário (CNU) de Escalada, pela primeira vez os atletas tiveram a

oportunidade de realizar a prova em duas infra-estruturas distintas. Durante a manhã, na parede de escalada interior do Pavilhão Desportivo de Gualtar, decorreu o apuramento para as finais. Nesta

fase da competição a AAUMinho esteve em destaque ao conseguir apurar cinco atletas para a final masculina e duas atletas para a final feminina. A tarde ficaria marcada pela estreia oficial do monólito de escalada em provas deste género. No feminino as atletas de Jorge Martins que ficaram a centímetros de um lugar no pódio (4º e 5º lugar para as atletas minhotas). No masculino, a prestação dos atletas da AAUMinho foi muito boa. Pedro Soares e Nuno Capela, conquistaram respectivamente prata e bronze,



tendo sido apenas batidos por Manuel Carvalho da UPorto. “O Pedro poderia ter ficado em primeiro e as miúdas com apenas um mês e meio de escalada, estiveram muito bem!”, palavra de Jorge Martins, técnico da AAUMinho. Relativamente ao próximo ano, o

técnico minhoto lançou um repto à FADU, que pode ser muito interessante, e que colheu o apoio dos técnicos e atletas das outras academias: “Para 2010/2011, a FADU poderia organizar um circuito de escalada com três provas”.

Pedalar ao som da música

O indoor cycling é uma modalidade de fitness com procura crescente. Esta consiste em pedalar bicicletas estáticas, seguindo o ritmo que a música impõe. Desde Maio de 2009 que o Complexo Desportivo da Universidade do Minho (CDUM) em Gualtar oferece aulas monitorizadas de Cycling. Em Azurém, a actividade arrancou em Setembro.

Diana Isabel Sousa
dicas@sas.uminho.pt

Para evitar o mau tempo do Inverno, os ciclistas começaram, nos anos 80, a realizar os seus treinos em espaços fechados. E assim, surgiu o indoor cycling. Contudo, só agora esta modalidade se afirma como uma tendência de mercado de fitness. É que, uma aula em que se pedala ao som da música é diferente de uma normal aula de aeróbica. No indoor cycling criam-se diferentes ritmos: as batidas fortes e lentas simulam subidas, as batidas aceleradas simulam rectas e as muito aceleradas sprints. Cada uma destas cadências rítmicas pode ser executada em pé ou sentado. Segundo o responsável pela actividade nos Complexos

Desportivos da UM, Hugo Freitas, “a alternância de ritmos leva os alunos a fazerem uma boa gestão de esforço, controlando-se a frequência cardíaca, o que torna as aulas muito divertidas”.

Faber Martins, monitor da aula de cycling, afirma que este exercício de fitness “tonifica as pernas e optimiza o sistema aeróbio de energia, sendo menos agressivo que a corrida pois não há impacto sobre as articulações inferiores e, principalmente, sobre a coluna”. É, portanto, uma actividade que pode ser praticada por qualquer adulto saudável e ótima para quem deseja emagrecer e fortalecer os músculos. Os únicos requisitos da

aula são roupas leves, uma toalha e uma garrafa de água.

O UMDicas foi assistir a uma aula de indoor cycling no CDUM em Gualtar (segunda-feira, 11 de Abril, às 18h15, no ginásio polivalente 2). De acordo com o Faber Martins, os grupos costumam ser de oito a quinze pessoas, havendo um equilíbrio entre o número de rapazes e de raparigas. Natália Monteiro, docente do departamento de Economia e Gestão, era uma das alunas presentes. Tomou conhecimento desta modalidade através de um mail que recebeu dos SASUM e iniciou as respectivas aulas em Outubro. “Cycling é uma actividade para toda a gente. Cada um é impõe o seu ritmo, logo não há piores nem melhores. E é uma excelente maneira para manter a forma física. Eu gosto bastante”, disse. Já Rita, caloiira de Bioquímica, que frequentava a aula apenas pela segunda vez, salientou o facto de “este ser um exercício devidamente



monitorizado, o que evita que os praticantes comentam erros prejudiciais ao seu bem-estar físico”. Durante 45 minutos, as alunas pedalam em frente aos espelhos da sala, seguindo o exemplo do monitor, e estimuladas pela música, que se encontrava em alto volume. Venha experimentar. Vai certamente adorar a experiencia!

Horários de Gualtar:
2ª feira das 12h45 às 13h30 e das 18h15 às 19h

3ª feira das 19h15 às 20h
4ª feira das 12h45 às 13h30 e das 18h15 às 19h
5ª feira das 19h15 às 20h
6ª feira das 18h30 às 19h15

Horários de Azurém:
2ª feira das 18h15 às 19h
3ª feira das 12h45 às 13h30 e das 19h15 às 20h30
4ª feira das 18h30 às 19h15
5ª feira das 18h15 às 19h
6ª feira das 12h45 às 13h30 e das 18h30 às 19h15

Actividades de Ritmo da UMinho com procura crescente

Os Complexos Desportivos da UMinho contam actualmente com 14 actividades de ritmo diferentes. Um “leque” variado de oferta, no qual encontrará certamente a actividade que pretende. Entre as mais “populares” estão Pilates, Jump, Cycling, PumpAttack e Expresso Abdominal, aulas colectivas e divertidas que conjugam a música à prática desportiva e que podem ser feitas diariamente.

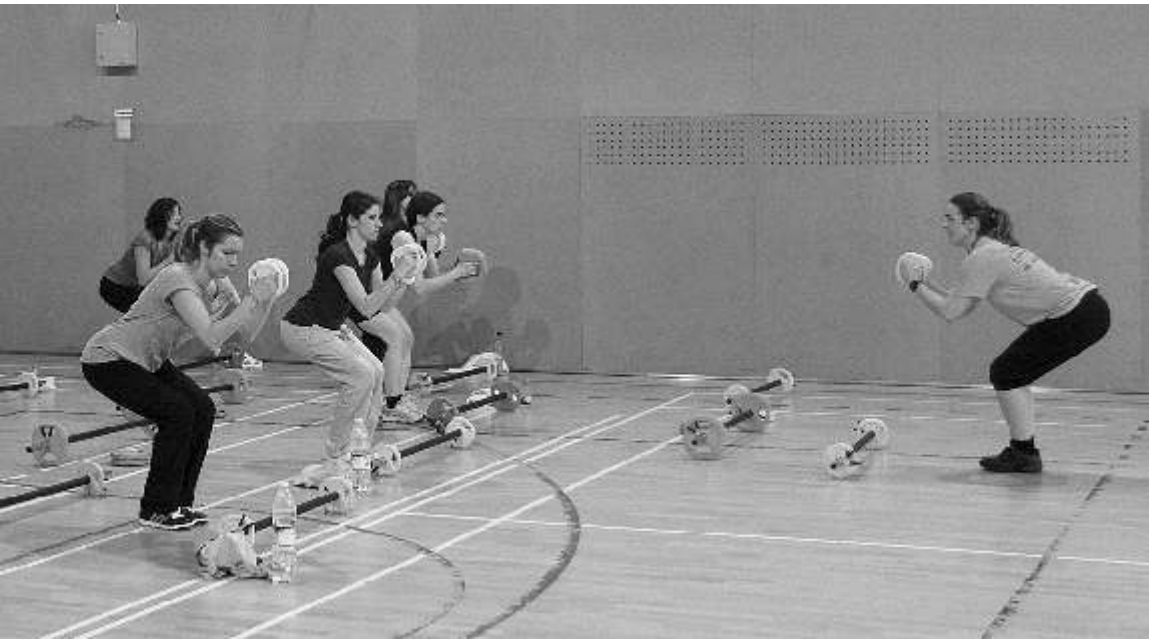
Laura Camacho
dicas@sas.uminho.pt

O exercício físico e a procura por um nível de vida saudável, quer físico quer mental, fazem parte do quotidiano da UMinho. São muitos os alunos, funcionários docentes e não docentes e até a comunidade externa a deslocarem-se aos complexos desportivos para fazer desporto. As actividades de ritmo estão entre as práticas desportivas, e segundo a técnica desportiva Zizina Cristino, são “aulas divertidas, bem acompanhadas e essencialmente direccionadas para a saúde.” A técnica desportiva acrescenta que as actividades são mais frequentadas por mulheres “embora alguns homens já comecem a praticar”.

Pelo menos duas vezes por semana Ângela Ferreira, aluna de Ciências da Comunicação frequenta estas aulas. Admitindo-se “preguiçosa” a aluna afirma que “ao ter um professor a puxar” por ela faz desporto de maneira mais descontraída do que se tivesse a

fazer uma actividade individual como, correr numa passeadeira. Para quem se acha preguiçosa e para quem praticar desporto é uma “seca”, nada melhor do que experimentar uma destas actividades de ritmo e mudará de certeza de opinião. Vir com uma amiga ou não, e divertir-se contribuindo para a sua saúde e para o seu bem-estar físico e mental é o objectivo destas actividades.

As actividades de Ritmo são cada vez mais procuradas na Academia, e os números reflectem bem a procura. Até ao momento Gualtar apresenta um registo de 10 824 usos e Azurém 5103, contando os dois complexos com 14 modalidades diferentes. Zizina Cristino apresenta-nos as cinco actividades que se destacam em termos de procura: a Pilates, a Jump, a Cycling, a PumpAttack e a Expresso Abdominal. “Pilates é a actividade mais procurada” refere a técnica desportiva. É uma modalidade que aumenta a



flexibilidade, proporciona uma grande ajuda para aliviar todas as tensões e stress do dia-a-dia, a activação dos músculos do

tronco, e melhora a estabilidade pélvica e lombar, o que contribui para um melhoramento da postura e de qualidade de vida

de todos aqueles que a praticam.

Helena Gonçalves aluna de LEI frequenta duas vezes por semana as modalidades de expresso abdominais, Aero Step Dance e Step by Step. Já Rita Matos, estudante de Ciências de Comunicação prefere o Power GAP e o Jump, fazendo questão de cumprir esta rotina duas vezes por semana.

Para mais informações acerca das modalidades que constituem as actividades de ritmo:
<http://www.sas.uminho.pt/Default.aspx?tabid=11&pageid=247&lang=pt>



Tun ´ Elas: Resultados

Melhor Estandarte – TFBiomédicas; Melhor Pandeireta – Sirigaitas; Melhor Solista - Pikatuna; Melhor Instrumental - TF Universidade Lusíada Porto; Melhor Original – TFISEL; Melhor Claque – Pikatuna; Tuna mais Tuna – Sirigaitas; Melhor Tuna - Sirigaitas.



FADU presente em seis mundiais

A FADU anunciou no seu website (www.fadu.pt) que se irá fazer representar em seis mundiais universitários. Estas provas organizadas pela FISU são um dos expoentes máximos do desporto universitário. A UMinho já organizou dois (Futsal 1998 e Badminton 2008)

ACADEMIA
escola direito

Dinamismo. O segredo da Escola de Direito

A Escola de Direito (ED) é presidida pelo Prof. Dr. Heinrich Ewald Horster - Professor Catedrático. Eleito no passado mês de Março, para o novo Presidente o ponto forte da Escola é o seu dinamismo, assente em profissionais qualificados que farão dos objectivos da escola realidades.

Ana Marques
anac@sas.uminho.pt

A Universidade do Minho (UMinho) está estruturada por Escolas, sendo a Escola de Direito uma das dez Escolas ou Institutos que a constituem. É no Campus de Gualtar - Braga que se situa a ED, que desde 2009 passou a funcionar em instalações próprias. Instalações estas que, segundo o seu Presidente, Prof. Dr. Heinrich Ewald Horster é um “maravilhoso edifício”. A ED é uma unidade orgânica permanente, com autonomia pedagógica, científica e administrativa, que assegura o ensino, a investigação e outros serviços especializados no âmbito do Direito.

Actualmente a ED conta no que se refere a docentes efectivos, com 26 doutores, 4 assistentes, 1 assistente estagiário e 9 assistentes convidados. Em termos de funcionários, são apenas 6, o que segundo o Presidente “representa para mim uma situação angustiante, uma vez que considero este número como manifestamente insuficiente”.

ENTREVISTA AO PRESIDENTE DA ESCOLA DE DIREITO DA UNIVERSIDADE DO MINHO

Quais são na sua opinião os pontos fortes da escola de Direito?

“Em primeiro lugar gostaria de salientar, o seu dinamismo.

Em 1993/1994, inserido na Escola de Economia e Gestão, o então Curso de Direito começou com um único doutorado (Doutor em Administração Pública), que assumiu a direcção do Curso e impulsionou o projecto, e hoje a Escola já tem 26 Doutores em Direito.

Assim, o corpo docente da Escola é qualificado e relativamente jovem e, em geral, coeso e com ambição e

capacidade de inovação.

Em segundo lugar, não posso deixar de referir o maravilhoso edifício com que desde Dezembro de 2009 a Escola passou a contar.

Não tenho dúvidas que este novo edifício – que até possui uma sala específica para simular julgamentos – vai impulsionar toda a vida da Escola, quer estimulando a investigação ao acolher seus docentes e alunos na Biblioteca Salgado Zenha, quer incentivando o ensino

na medida em que tem quatro salas de aulas para o 2.º ciclo de estudos e dois anfiteatros. Integra ainda espaços para as associações estudantis, sendo um símbolo de representatividade e de identificação”.

Foi a terceira Escola de Direito Pública do País. O que a caracteriza relativamente às outras escolas/faculdades do país?

“É me difícil dizer o que caracteriza a Escola em relação às outras Faculdades do País, uma vez que não as conheço suficientemente bem. Certo é, todavia, que a nossa Escola é aquela que se situa mais longe de Lisboa. Também é um facto que o modo de ser [ou, se quiser, a “personalidade”] da Universidade do Minho não é marcado por juristas que, em relação às outras Escolas vieram tarde, mas por um espírito diferente, o que se repercute no peso relativo da Escola dentro da Universidade. Sendo a terceira Escola de Direito pública, foi no entanto a primeira a iniciar, no ano lectivo de 2006/2007, a licenciatura em Direito com um plano de estudos adequado a Bolonha. Este plano de estudos, referente ao 1.º ciclo, reduziu a duração do curso de cinco para quatro anos (oito semestres) e confere o grau de Licenciado em Direito. Superadas



como foram as dificuldades da transição de um regime para outro, a implementação do processo de Bolonha revelou-se como vantajoso. Além do 1.º ciclo de estudos, a Escola oferece no âmbito do ensino pós-graduado (2.º ciclo de estudos) seis cursos de especialização e de mestrado nos domínios de Direito das Autarquias Locais, Direito dos Contratos e da Empresa, Direitos Humanos, Direito Judiciário, Direito Tributário e Fiscal e Direito da União Europeia e os seus docentes prestam a sua colaboração ainda a outras Escolas da nossa Universidade.

Comum a ambos os ciclos de estudo é o bom relacionamento entre professores e alunos, uma realidade, aliás, que corresponde às melhores tradições da nossa Escola e que se baseia no respeito mútuo entre docentes e discentes.

Ao longo dos anos da existência da Escola, os alunos – que constituem a sua razão de ser – sempre têm tido um papel activo na evolução e na adaptação às novas realidades.”

O que podem esperar os nossos estudantes da escola de Direito, em termos de qualidade de ensino e inserção no mercado de trabalho?

“O objectivo da Licenciatura tem sido sempre procurar obter uma adequada e completa formação jurídica segundo padrões de rigor académico e elevada exigência, formando desta maneira juristas com sólidos conhecimentos de base, capazes de se adaptar às

mudanças das realidades sociais e legais, desempenhando as funções que tradicionalmente lhes são confiadas na Magistratura, Advocacia, Administração Pública, Registos e Notariado e Polícia Judiciária mas também em novos campos profissionais, tais como actividades no domínio empresarial, a mediação, o aconselhamento e a fundamentação de decisões em organizações privadas e públicas, tanto nacionais como internacionais.

Obviamente, a inserção no mercado do trabalho depende, entre diversos factores, da preparação sólida que a Escola pretende dar.

É, na minha convicção e observação, um jurista bem preparado, mais tarde ou mais cedo, acaba por ter sucesso.”

Recentemente eleito presidente da escola de Direito, qual a Estratégia da Escola para os próximos anos?

“A minha eleição como Presidente não vai mudar a estratégia da Escola para os próximos anos, uma vez que pretendo prosseguir no bom caminho que se encontra traçado pelos Presidentes que me antecederam e cuja obra desejo aperfeiçoar e cujos compromissos vou honrar. A Escola insere-se na estratégia geral da nossa Universidade que se encontra numa fase de transformações significativas às quais a Escola não se vai alhear mas, bem pelo contrário, tem a ambição de ser parte activa das mesmas. A Escola de Direito propôs à Reitoria um Contrato de

Confiança para o quadriénio 2010/2013. Neste está previsto (quase diria, finalmente) o ensino pós-laboral para a Licenciatura em Direito, a criação de um Mestrado em Direito e Informática e de um outro em Ciências Criminais, a introdução de vários Cursos de Especialização (tais como Direito Espanhol, Curso Geral de Formação para a Admissão a Profissões Forenses, Cursos Regulares de Actualização em várias áreas específicas e um Curso de especialização em Mediação Penal), a administração de Cursos Breves (por exemplo, Comércio Electrónico e Contratação Electrónica ou Direito da Propriedade Intelectual) e a tentativa de oferta de cursos ensinados à distância. Além disso, a Escola aposta também na internacionalização. Assim, mantém as suas actividades internacionais já estabelecidas (por exemplo, em Timor Leste e em Luanda) e vai desenvolver novos contactos e estabelecer novos protocolos com mais Universidades estrangeiras. Perspectivas para o futuro não faltam, e são boas.

Como é natural, os propósitos enunciados só se podem realizar havendo por parte de todos motivação e a vontade de realizar obra. Mas, sendo uma característica específica da nossa Escola o seu dinamismo, os propósitos concretizar-se-ão.”

DESPORTO

Fases Finais



UMinho abre concursos de criação de Postais Ilustrados e de Reportagem Audiovisual

O CECS do ICS lançou dois concursos dirigidos a estudantes de Ciências da Comunicação e áreas afins. A iniciativa é da equipa do projecto de investigação "Postais Ilustrados: para uma sócio-semótica da imagem e do imaginário". O prazo termina a 31 de Maio.



II LUSITANA

Decorreu dia 13 de Março, na Aula Magna da Reitoria da Universidade de Lisboa, o II Lusitana-"sonhos que sonhei". Resultados: Melhor Tuna:ATITUNA; Tuna mais Tuna: Mondeguinas; Melhor Solista:Atituna; Melhor Porta-estandarte: Atituna; Prémio "Actividade da Tarde": TFIST; Melhor Pandeireta: TFIST

Fases Finais 2010: Colectivo da

A AAUMinho apresenta-se nestas Fases Finais dos Campeonatos Nacionais Universitários (CNU), que irão ser organizadas pelo Instituto Politécnico do Porto (IPPorto) entre os dias 24 e 30 de Abril, na linha de frente para a conquista de títulos e medalhas. Com equipas capazes de lutar pelos lugares cimeiros do pódio em várias modalidades, a academia minhota tem no andebol masculino e no voleibol feminino os seus grandes porta-estandartes. Vamos agora conhecer um pouco melhor as modalidades da AAUMinho – e as reais expectativas destas – que irão marcar presença nestas Fases Finais.

Texto e Fotografia: Nuno Gonçalves
nunog@sas.uminho.pt

Andebol

Como seria de esperar, o andebol masculino da AAUMinho apresenta-se como o principal candidato à vitória final, tendo na equipa do ISMAI o grande rival. Ambas as equipas dividem entre si os quatro últimos títulos nacionais, pelo que este CNU apresenta-se como um verdadeiro tira teimas entre AAUMinho e ISMAI. O favoritismo no entanto pende para os minhotos, pois são actualmente os campeões em título e também vice-campeões europeus. No feminino, as expectativas não são tão elevadas. A equipa foi constituída recentemente e denota natural inexperiência, contudo, conseguiu brilhantemente a qualificação para as Fases Finais. O objectivo será chegar o mais longe possível na competição.

Voleibol

As actuais tri-campeãs nacionais universitárias apresentam-se, há semelhança do andebol masculino, como as naturais favoritas ao título. As minhotas podem inclusive entrar para a história da Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) como a primeira equipa feminina de voleibol a atingir o tetra-campeonato! Como principal, e provavelmente único e real obstáculo à conquista do tetra, surge a FADEUP. As tripeiras que no ano transacto foram derrotadas na final pela AAUMinho, possuem um conjunto de valor muito idêntico aos das minhotas. AEICBAS e IPPorto poderão eventualmente causar alguns problemas a ambas as equipas (AAUMinho e FADEUP).

Futsal

Será este o ano do futsal masculino? Revelando ao longo dos últimos quatro anos uma qualidade de jogo que resultou em três vice-campeonatos e em um terceiro lugar, a equipa de futsal da AAUMinho apresenta-se nestas Fases Finais dos CNUs com a moral em alta. Após terem falhado por muito pouco a qualificação directa, na repescagem os minhotos abriram o livro e deixaram excelentes indicações para a prova decisiva em Matosinhos. Na fase final estarão frente a frente com os seus rivais do IPLeiria, da UTAD e a "besta negra", a Académica - favorita ao título. Os homens de negro são responsáveis por duas das medalhas de prata da AAUMinho.

Hóquei Patins

Conjuntamente com o futsal masculino, o hóquei patins masculino é a modalidade em que as equipas se apresentam com o nível competitivo mais equilibrado e elevado. Equipas como a UPorto e o IPPorto são as grandes favoritas, contando nas suas fileiras com diversos atletas que militam na primeira divisão e na Selecção Nacional. No entanto, Académica, IPLeiria e AAUMinho dispõem também elas de atletas com muita qualidade técnica, a militar na segunda divisão e mesmo na primeira. A provar isso mesmo, fica a vitória do IPLeiria no II Torneio de Apuramento, que bateu inclusive a campeã em título, a UPorto. Os minhotos, que já foram por duas vezes campeões nacionais, se conseguirem apresentar todas as suas pedras basilares, com certeza terão uma voz activa na decisão dos



conquistado pelas atletas da AAUMinho.

Para este ano, e com a UPorto e IPPorto noutra patamar, as minhotas vão lutar pelo terceiro lugar frente a uma AAUAv que está mais forte e frente à equipa com mais títulos nacionais, a Académica.

No masculino, a AAUMinho acalenta o sonho de poder chegar à luta pelas medalhas. Para que o sonho se torne realidade, a equipa vai ter que se superar nos momentos decisivos, tal e qual como aconteceu na repescagem. A AAUAv parte mais uma vez como a grande favorita à conquista do ceptro de campeã nacional.

Futebol

Outrora uma força dominante no futebol universitário, a AAUMinho nos últimos três anos não tem consigo reeditar o sucesso de outros tempos . A geração que conquistou um título nacional, dois vice-campeonatos e três medalhas de bronze em seis anos, não encontrou sucessores à altura na geração seguinte. A terceira geração, orientada por um dos capitães da primeira geração e que conta ainda com alguns elementos

primeiros lugares.

Basquetebol

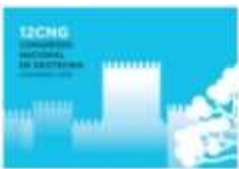
O basquetebol feminino da AAUMinho foi a equipa que no último ano, em Gaia, proporcionou provavelmente, o espectáculo mais emotivo das Fases Finais. No jogo frente à AAUAv, as minhotas deixaram tudo em campo, e levaram a partida para dois prolongamentos! No final, e após muito sofrimento, dentro e fora de campo, o direito a subir ao último lugar do pódio foi meritariamente





Apresentação das Fases Finais dos CNUs

Decorreu no passado dia 15 de Abril, na Câmara Municipal de Matosinhos, a apresentação das Fases Finais dos Campeonatos Nacionais Universitários que irão decorrer entre 24 e 30 de Abril. Consulte todos os pormenores do sorteio em www.fadu.pt



12º Congresso Nacional de Geotecnia

Sob a organização da Sociedade Portuguesa de Geotecnia e do Departamento de Engenharia Civil da Universidade do Minho irá realizar-se de 26 a 29 de Abril de 2010 o 12º Congresso Nacional de Geotecnia, no Campus de Azurém da UM e no Centro Cultural Vila Flor em Guimarães.

DESPORTO
Fases Finais

AAUMinho na linha da frente

da segunda, apresenta-se como uma forte candidata ao título. A comprovar isso mesmo, está o primeiro lugar na zona nacional de apuramento, tendo eliminado inclusive das Fases Finais, os actuais campeões em título, o IPEiria.

Badminton

Com um modelo competitivo diferente – deixaram de existir torneios de apuramento – o Badminton teve em Dezembro o seu primeiro grande momento competitivo, com a realização do CNU de Pares e Individual. A AAUMinho mostrou ai que é a grande força do badminton nacional universitário, tendo conquistado nada mais, nada menos, que 8 medalhas (2 ouro, 4 prata, 2 bronze)! Para a Fase Final, na competição de equipas, a AAUMinho vai comparecer com 3 equipas e surge como favorita à



conquista de medalhas, tendo na Académica e na AAUMadeira as suas duas rivais de peso.

Ténis de Mesa

Há semelhança do Badminton, também o Ténis de Mesa viu o seu modelo competitivo ser alterado em 2009/2010. Em Dezembro, os atletas da AAUMinho conquistaram quatro medalhas no CNU de Pares e no CNU de Singulares. Agora, na variante de equipas, os minhotos perfilam-se como um dos conjuntos com fortes possibilidades de subir ao pódio.

Squash

Das modalidades de raquete, o squash é aquela onde as hipóteses de luta pelas medalhas são mais reduzidas. Em 2008/2009, a AAUMinho conseguiu uma medalha de bronze, tendo esta sido

conquistada na competição feminina. Para este ano espera-se que consiga arrebatar uma medalha no feminino.

Xadrez Semi-Rápidas

O Xadrez, variantes semi-rápidas, é a modalidade que poderá surgir no CNU como revelação. No ano transacto nenhum atleta esteve presente nas Fases Finais dos CNUs, o ingresso de atletas de bom nível faz aumentar as expectativas de um comportamento de bom nível.

Atletismo

O atletismo é a modalidade da AAUMinho que tradicionalmente mais medalhas conquista, em parte devido à sua especificidade e também devido ao facto de ter três momentos competitivos ao longo do ano (CNU Pista Coberta, CNU Corta-Mato e CNU Pista ao Ar livre. Para este CNU de Pista ao Ar Livre

as expectativas são voltar a lutar pelas medalhas no colectivo, e que no individual, ultrapassar o número de medalhas conquistadas em 2008/2009: quatro.

Natação

A natação, que este ano vai ver o seu CNU inserido nas Fases Finais, não tem tarefa fácil. No colectivo a UPorto e a ULisboa têm dominado o panorama nacional nos últimos anos, mas espera-se que os nadadores minhotos dêem boa réplica aos adversários e se intrometam na luta pelas medalhas. No individual, o objectivo é como sempre, conquistar o maior número possível de medalhas!



ACADEMIA

gata na praia



III TABernal: Resultados

Melhor Pandeireta - TAFEP - Tuna Académica da Faculdade de Economia do Porto; Melhor Porta Estandarte - TROVANTINA - Tuna do Instituto Politécnico de Leiria; Tuna + Tuna (atribuído pela organização) - TAFEP - Tuna Académica da Faculdade de Economia do Porto; Melhor Tuna - TAULP - Tuna Académica da Universidade Lusíada do Porto



Presidente da FADU em destaque na EUSA

André Couto, Presidente da FADU, foi nomeado membro da Comissão de Estudantes da EUSA (Associação Europeia de Desporto Universitário). O mais alto responsável da FADU vai substituir Iris Olberding da Alemanha, que abandonou esta comissão antes do término do seu mandato.

'As mil e uma vidas da gata' podia muito bem ser o nome da semana de retiro desportivo que os estudantes fizeram em terras algarvias. Na nona edição desta actividade, que decorreu entre os dias 27 de Março a 1 de Abril, a organização levou os estudantes a um local onde 'os minhotos já foram felizes'. Na praia da Batata, em Lagos, o Minho foi quem mais ordenou com gritos de animação, festa e boa disposição.

José Carlos Bragança
dicas@sas.uminho.pt

E depois de seis dias de muita festa e muito desporto a gata na praia chegou ao fim. Para trás uma semana de pura diversão onde não faltou a “lei da rolha”, que é como quem diz: foi proibido falar em aulas, professores, exames ou trabalhos para entregar. Uma semana onde o insólito aconteceu com a terra a tremer em Portugal, mas a passar despercebido a toda a comitiva minhota. “E tudo começou” no dia 27 de Março por volta das 5h30 em frente ao pavilhão desportivo de Gualtar. Um aglomerado de pessoas (com muitas malas) andava à procura da pulseira mágica que servia de passaporte para a Gata na Praia. Simultaneamente, os elementos do staff desdobravam-se em esforços para colocar malas e participantes nos nove autocarros o mais rápido possível. Quando todos os participantes tinham a pulseira e estavam sentados nos autocarros foi tempo de iniciar a viagem rumo ao sul do país. O percurso foi longo e maçador daí que as duas paragens em Pombal e Grândola tiveram estatuto de utilidade pública e permitiram dar uma trinca, beber qualquer coisa ou ainda, para aqueles que gostam, repor os níveis de nicotina no organismo. No primeiro dia a única actividade agendada pela organização foi a festa “flower-power”.

No dia 2, o sol convidou tudo e todos para a praia e os estudantes acorreram à chamada. Este foi o dia que marcou o início da competição desportiva no areal da Batata com a realização de jogos de futebol e corrida de sacos em lona. A noite foi regada com muito azeite na já habitual festa azeiteira que invadiu as ruas estreitas de Lagos.

Ao terceiro dia, não estava conforme as escrituras, mas a chuva e o frio quiseram 'dar um ar da sua graça'. Apesar da presença destes dois elementos da natureza, sempre indesejados na Gata na Praia, a animação não quebrou e a organização conseguiu atrair muitos estudantes à praia. O esforço e entrega dos elementos do staff foram elogiados pelo antigo presidente da AAUM, Pedro Soares, que não hesitou em dar seis estrelas à organização. “Como participante vejo que o grupo está

a fazer um trabalho muito bom e a prova é que os estudantes estão a gostar. Aqui em Lagos damos mais uma prova de que somos a melhor academia do país. Esta organização está não cinco mas seis estrelas”, confessou Soares. Para o antigo líder dos estudantes esta gata “tem um sabor diferente sem as responsabilidades de ser o comandante da comitiva”, pois “é muito bom estar num local sem responsabilidades acrescidas, excepto a de comportamentos dignos de cidadão de bem”, rematou.

Já no quarto dia o destino mandou de volta o sol para a praia da Batata e com ele os alunos puderam bronzear-se ainda mais. Quando o sol se pôs foram vistos muitos vultos brancos a caminho da discoteca oficial da actividade naquele que foi o dia da “Festa Branca”.

Quem também foi visto por terras algarvias, junto dos estudantes foi o Provedor do Estudante. O professor António Paisana deslocou-se a Lagos para estar junto dos alunos e mostrar-lhes que o Provedor do Estudante é uma espécie de todo-o-terreno: “a gata na praia é uma manifestação da vitalidade da Universidade do Minho. Estou aqui a convite da organização e embora isto não seja uma forma de divulgação do cargo serve para mostrar que estou sempre ao lado dos alunos”.

As noites e os dias iam-se sucedendo e o fim tinha de chegar. “Tudo que é bom acaba depressa”, diz o povo e ao quinto dia foi chegado o tempo da despedida às areias da Batata, com a realização de um “peddy-paper”. Nesta actividade os alunos puxaram pela criatividade e inteligência em tarefas desde construções na areia, poemas e até resposta a questões relacionadas com a gata na praia e a cidade anfitriã desta edição. Este foi o dia da habitual foto de conjunto e do mergulho geral depois da cerimónia de encerramento. Esta cerimónia contou com a presença do vereador da Câmara Municipal de Lagos, Jorge Serpa. O representante da autarquia lagoense mostrou-se muito satisfeito com a presença dos alunos em Lagos: “Vocês fizeram desta praia uma gigante sala de estar. Foi com muito gosto que



aqui vos recebemos e tudo fizemos para que as condições essenciais à actividade estivessem reunidas. Lagos gosta de gente jovem e dinâmica como são os alunos da UM”, assegurou.

'A cereja no topo do bolo' estava reservada para a última noite de folia com uma festa nocturna na praia onde quase ninguém quis faltar. “Isto foi altamente” ou “Que fixe” manifestavam-se os alunos à saída do espaço que recebeu a festa na praia.

Para o sucesso da actividade muito contribuem as musicas que se ouvem na praia e na discoteca. “O rei dos frangos” é já o hino oficial e todos os anos há uma música que fica marcada como a música da gata. Este ano a música “Mila” do cantor brasileiro Netinho foi a que melhor caiu nos ouvidos dos minhotos. O responsável por dar música aos alunos é Sérgio Moura e para este aluno de Direito que simultaneamente é presidente da Mesa da Reunião Geral de Alunos (RGA) “há todos os anos uma preocupação em passar muita e boa música”. Apesar de estar no outro lado da mesa de som, Moura confessa que é aí que mais se diverte: “eu gosto muito de ver os alunos a dançar e faço isto com muito gosto. Não encaro a vinda à gata como um trabalho. Estar do outro lado da barricada não me causa nenhuma estranheza, bem pelo contrário. Acho que me divirto mais deste lado do que se estivesse do outro lado da mesa de som”.

Esta foi a quarta participação de Sérgio Moura numa gata na praia e o DJ confessou que a edição deste ano foi das melhores em que tomou contacto: “Todos falam da Gata três como a melhor de sempre. Eu penso que esta gata teve ambiente e muita festa semelhantes a essa gata três e se



esta não é a melhor anda lá perto. A mística da gata três esteve presente aqui nesta semana”.

A organização a cargo da AAUM e do Departamento de Desporto dos Serviços de Acção Social da UM reservou o sexto dia para o regresso ao Minho. A viagem decorreu dentro do estabelecido. No relatório e contas da semana o presidente da AAUM não escondeu a satisfação pela semana proporcionada aos alunos: “Esta actividade foi fantástica, tudo correu pelo melhor e conseguimos cumprir todos os objectivos a que nos propusemos. Os dias foram dinâmicos, não houve excessos que comprometessem a imagem dos alunos e da universidade e no fundo creio que todos saem de Lagos muito satisfeitos”, comentou o líder dos estudantes. Luís Rodrigues era um homem feliz no adeus ao Algarve e aproveitou para agradecer aos elementos da organização

“pela entrega excepcional” e sobretudo dar os parabéns aos alunos: “A Gata envolve uma logística muito grande e exige uma entrega total de todos os elementos do staff e este ano, uma vez



mais, o staff teve uma actuação muito boa, mas eu gostava sobretudo de salientar o comportamento dos alunos e dar-lhes os meus parabéns, pois tivemos níveis de adesão na praia muito bons”, destacou.

A chave rodou na Gata na Praia IX, uma gata que consagrou a equipa 25 como vencedora da semana de férias. No segundo lugar ficou a turma 37 e no último lugar do pódio quedou-se a equipa 34.

Para o ano há mais e até lá ficam as lembranças tatuadas na memória.



Ciclo de Conferências APET/Jornadas de Línguas Aplicadas (LA)

Nos dias 22 e 23 de Abril realizar-se-á o Ciclo de Conferências APET/UMinho: Jornadas de Línguas Aplicadas (LA), no Auditório B1 do CP2, subordinado ao tema Tradução É uma profissão com qualidade. Para mais informações ou inscrição, consulte o site da APET www.apet.pt.



O meio e cultura tunante está em alta no portal de musica on-line "Palco Principal"!

A Tuna Académica da Guarda - Copituna d'Oppidana chega ao 1º lugar do top geral do portal. Palco Principal: palcoprincipal.sapo.pt Pagina da Tuna Académica da Guarda no Palco Principal: palcoprincipal.sapo.pt/copituna Top geral: palcoprincipal.sapo.pt/top

ACADEMIA prémio ocv/futurália/aviso

Investigação em OCV da UMinho distinguida em Madrid

Nos passados dias 12, 13 e 14 de Março, realizou-se o XXI Congresso Internacional de Optometria, em Madrid, no qual foi distinguido o trabalho de alguns membros do grupo de Investigação em Óptica e Ciências da Visão da Escola de Ciências da UMinho. O projecto, apresentado pelo Doutor António Queirós Pereira, destacou-se entre cerca de 200 outros.

Francisca Fidalgo
dicas@sas.uminho.pt

Licenciado em Física Aplicada, ramo Optometria, António Queirós Pereira está a desenvolver a sua tese de doutoramento no Laboratório de Investigação em Optometria Clínica e Experimental (CEORLab) da UMinho, em parceria com a clínica NovoVisión, em Madrid. O estudo distinguido surgiu no âmbito deste doutoramento e foi realizado em colaboração com o Professor José Manuel González-Méijome e o

Professor Jorge Jorge, membros do CEORLab, o Dr. César Villa-Collar, optometrista na Clínica Oftalmológica NovoVisión, e o Professor Ángel Ramon Gutiérrez, oftalmologista da Universidade de Múrcia. Sob o tema "Influencia del tamaño pupilar en las aberraciones corneales después de cirugía refractiva y ortoqueratología", o estudo baseou-se na avaliação de 81 pacientes, "nos quais a miopia

foi corrigida por meio de dois tipos de cirurgia, laser e pelo uso de lentes de contacto para aplanar a córnea durante a noite, sem necessitar de usar lentes ou óculos durante o dia e sem cirurgia", explica o investigador. Assim, o objectivo era encontrar a relação entre o tamanho da pupila e as aberrações de alta ordem, que são, nas palavras de António Queirós Pereira, "distorções do sistema visual, que produzem imagens fantasmas e, em alguns casos, encadeamento principalmente durante a noite". Conclusões tiradas, e no que diz respeito à prática clínica, o investigador da UMinho explica que o estudo permitiu perceber que os tratamentos têm que ser melhorados, principalmente os não cirúrgicos, "estes resultados

ajudam a escolher melhor que tipos de tratamentos aplicar, ou não aplicar, a diferentes pacientes, em função do seu diâmetro pupilar".

Relativamente a riscos associados a estas técnicas, o mentor do estudo referiu também que existem sempre riscos, contudo, "o risco de alterações severas é inferior a 8 em cada 10.000 pacientes com este tipo de lentes". Outro aspecto menos positivo será o facto de a cirurgia refractiva a laser ser irreversível.

Consciente da relevância da distinção em causa, António Queirós Pereira encara-a como um prémio ao esforço dispensado pelo grupo, ao longo dos dois anos de trabalho, assim como um

reconhecimento do apoio de instituições como a UMinho e a FCT (Fundação para a Ciência e Tecnologia) e dos seus orientadores de doutoramento. Sem esquecer a importância de pertencer a redes internacionais e ter parcerias com grupos de investigação de outros países, para alcançar o sucesso, o investigador considera que estas distinções contribuem para uma internacionalização do grupo de investigação e de uma universidade que visa afirmar-se no panorama internacional. "Os sucessos contribuem para atrair mais recursos e mais parcerias interessantes, e isso é o que é preciso para retroalimentar a dinâmica crescente da investigação e publicação da nossa Academia", conclui.

Futurália- Uma feira de oferta educativa, formação e emprego

Decorreu, entre 10 e 13 de Março, na Feira Internacional de Lisboa (FIL), a 3ª edição da Futurália – Salão de Oferta Educativa, Formação e Emprego. A Universidade do Minho (UMinho) esteve presente neste evento, com o objectivo de divulgar a oferta formativa graduada e pós-graduada. A iniciativa tem uma periodicidade bienal e é - juntamente com a Qualifica, que decorrerá na Exponor, em Matosinhos, entre 15 e 18 de Abril - uma das duas grandes feiras de educação e emprego realizadas em Portugal.

Redacção
dicas@sas.uminho.pt

Durante os quatro dias da Futurália passaram pela FIL mais de 63 000 visitantes, representando um crescimento de 70% relativamente à edição anterior. Entre os visitantes registados encontraram-se 31 000 alunos e 3 400 professores e psicólogos de escolas básicas e secundárias de todo o país, incluindo várias escolas da região Minho, para além de muitos outros estudantes, professores e profissionais não integrados em visitas organizadas.

Para além da UMinho, estiveram representadas na Feira 450 entidades, divididas por 205 expositores de universidades, escolas de negócios, escolas profissionais, centros de

formação e outras instituições de ensino e formação, empresas de recrutamento e trabalho temporário, e programas de mobilidade e intercâmbio, assim como entidades públicas e organizações internacionais de 14 países diferentes.

Segundo o Gabinete de Comunicação, Informação e Imagem da UMinho (GCII), esta feira é um momento importante de contacto com os públicos da Universidade, constituindo-se como uma oportunidade bastante interessante de contacto com potenciais estudantes de 1º e 2º ciclo, sobretudo com aqueles que residem fora da zona de influência geográfica da Universidade. A equipa que representou a

Universidade foi constituída por quatro estudantes e, no dia de abertura da Feira, por mais dois elementos do GCII. As questões colocadas pelos visitantes foram muito diversas, com algum destaque para os pedidos de esclarecimento sobre as notas dos últimos colocados nos cursos de licenciatura e mestrado integrado, o custo de vida e a vida académica.

Da parte da UMinho, foram distribuídos mais de 3000 guias gerais dos cursos de licenciatura e mestrado integrado e mais de 500 guias de pós-graduações, para além de várias centenas de desdobráveis e guias específicos das áreas do saber e cursos. Aproveitou-se também a oportunidade para divulgar o programa de visitas à Universidade e o Verão no Campus, que despertaram também bastante curiosidade da parte dos visitantes.

A Futurália
Segundo a organização da Futurália, o evento tem um carácter eclético e multifacetado, envolvendo mais de 40 eventos



associados às áreas da educação, formação, empreendedorismo e desenvolvimento de competências, entre os quais conferências, workshops e seminários. Decorreram também cerca de 150 acções de entretenimento paralelas, onde se incluem concertos, teatro, festival de entretenimento digital, dança, artes circenses e, entre outros, desfiles e castings.

A aposta nas redes sociais Facebook e Twitter, e a criação de passatempos como "Grande será o nosso futuro", "O estágio é teu", "Best of Futurália" e "London

Quest", pretendeu criar uma verdadeira experiência de proximidade e interactividade, que conciliasse a pedagogia com o entretenimento.

Tal como já tinha sucedido na edição passada, a Futurália voltou a dar ênfase à vertente internacional, apresentando múltiplas opções de formação, intercâmbio e experiência profissional oriundas de outros países. Espanha, República Checa, Suíça, EUA, China, Itália, Holanda, Turquia, Austrália, Reino Unido e França são alguns dos países que marcaram presença.

CURSO DE DANÇAS DE SALÃO POPULARES, LATINO AMERICANAS E AFRICANAS

Terá início na próxima terça-feira (20/4/2010), pelas 21h30 no ginásio polivalente do Complexo Desportivo de Azurém, o curso de danças de salão populares, latino americanas e africanas, que será ministrado pela Academia Global Dança.

Informamos os interessados na frequência deste curso que as condições são as seguintes:

Início do curso: 20 de Abril de 2010

Inscrição: Secretaria do Complexo Desportivo de

Azurém

Mensalidade:
- Alunos da Universidade do Minho: 20€
- Funcionários Docentes e Não Docentes da Universidade do Minho: 25€
- Externos: 35€;





TNU Pentatlo Moderno

A FADU organizou pela primeira vez na sua história uma prova de Pentatlo Moderno. Sob o formato de Torneio Nacional Universitário (TNU), a competição decorreu no Estádio Universitário de Lisboa, no passado dia 27 de Março. Pode consultar os resultados em www.fadu.pt



Mesa Redonda "25 de Abril de 1974" na UMinho

O Prof. Marcelo Rebelo de Sousa e o Reitor da UMinho são alguns dos intervenientes da Mesa Redonda "25 de Abril de 1974", que se vai realizar no próximo dia 27 de Abril, pelas 15h30, no auditório CP2 do Campus de Gualtar, em Braga. Assessão tem entrada livre.

Hospital dos Bonequinhos foi um sucesso!

O Hospital dos Bonequinhos, actividade desenvolvida pelo NEMUM com o objectivo de que as crianças “percam o medo à bata branca”, foi um sucesso. Os números falam por si e revelam a envergadura desta iniciativa dos alunos de Medicina da UMinho: 900 crianças atendidas, 30 escolas presentes e 100 alunos de Medicina e 80 de Ensino Básico envolvidos na consecução desta 5ª edição do Hospital dos Bonequinhos!

Texto e fotografia: Nuno Gonçalves
nunog@sas.uminho.pt

O Braga Parque foi nos passados dias 22, 23 e 24 de Março o local escolhido pelo Núcleo de Estudantes de Medicina da Universidade do Minho (NEMUM) para a realização da 5ª edição do Hospital dos Bonequinhos. Esta actividade desenvolvida pelos futuros médicos minhotos, contou também com a preciosa colaboração das alunas da Licenciatura em Educação Básica (EB). “O objectivo desta actividade, é que as crianças percam o medo da bata branca, o medo de ir ao médico” disse Firmino Machado, Presidente do NEMUM, ao UMDicas. Este aluno de medicina foi um dos muitos rostos sorridentes e atenciosos, que receberam as cerca de 900 crianças

durante os três dias da iniciativa. “Após as actividades iniciais de dinamização, proporcionadas pelas alunas de Educação Básica, as crianças vêm para a zona dos gabinetes com o seu ursinho. O ursinho tem sempre um problema: ou tem a pata partida, ou lhe dói a cabeça, ou a barriga. Então o objectivo aqui é as crianças fazerem de pais dos ursinhos e depois, com a nossa ajuda, irem tratar o problema do urso. Para isso, no momento inicial elas desenham qual é o problema numa folha fazendo assim também um jogo para perceberem quais são os órgãos do corpo humano e as suas relações”, explicava assim desta forma o dirigente do NEMUM, o processo de funcionamento do Hospital, e que

segundo o mesmo, irá levar a que as crianças não voltem a sentir medo da próxima vez que tiverem que ir ao médico. Papel muito importante nesta actividade, tiveram também as alunas de Educação Básica, que eram o primeiro “interface” com as crianças. Para Cristiana Moreira, aluna de EB, esta actividade “é muito boa, pois é feita para que os miúdos não tenham medo de ir ao hospital, e também para nós, porque nos ajuda a ter uma melhor preparação para o futuro.” A divulgação do evento foi realizada pelo NEMUM através dos agrupamentos de escolas numa primeira fase e, numa segunda fase, através de um caderno de apresentação entregue a todas as escolas dos diversos agrupamentos. Finalmente, o último contacto era realizado através telefonemas para as escolas. Ilda Graça, uma das educadoras das 30 escolas participantes, reconhecia a importância desta actividade, afirmando que “as crianças adoram estas actividades. Aprendem coisas novas e já não têm tanto receio de ir ao médico. É muito gratificante.”



Segundo a mesma, os próprios pais “colaboram muito com estas actividades”, tendo havido casos em que foram eles que trouxeram directamente as crianças. Firmino Machado, quando questionado acerca do papel dos pais nesta actividade, e da sua receptividade à mesma, confirmou aquilo que Ilda Graça nos havia contado: “os pais acham muito interessante e dão liberdade para que a criança participe e interaja, sem interferências, o que de certa forma contribui para a própria autonomia da criança.”

O Hospital dos Bonequinhos pelo que a reportagem do UMDicas pode constatar, foi um sucesso, gerando uma interessante dinâmica entre licenciaturas, escolas, superfícies comerciais, e tudo com uma finalidade muito nobre e pedagógica. “Os miúdos acima de tudo têm-se mostrado muito contentes e saem daqui todos motivados. Acho que conseguimos atingir a meta pretendida”

Comunicação para maiores de idade

Sexo, violência e censura foram os temas em debate no Campus de Gualtar da UM, no âmbito das XVIII jornadas de comunicação. De 13 a 16 de Abril, alunos e profissionais da área discutiram a forma como os media lidam com estas questões. O título escolhido para o evento foi “Maiores de 18”, devido às características dos assuntos analisados e ao facto do curso de ciências de comunicação (CC) ter assinalado o seu 18º aniversário.

Diana Isabel Sousa
dicas@sas.uminho.pt
A sessão de abertura das jornadas de comunicação decorreu na FNAC, no dia 13 de Abril, e contou com casa cheia. Para além dos alunos de CC, estiveram presentes a pró-reitora de Comunicação e Imagem, Felisbela Lopes, o presidente da AAUM, Luís Rodrigues, a directora do curso de CC, Helena Pires e o presidente do grupo

de alunos de ciências da comunicação (GACCUM), José Raposo. No dia 14 de Abril, quarta-feira, arrancou a fase de debates. E o primeiro assunto a ser discutido foi a relação entre o erotismo e os media, que está longe de ser pacífica. Elmano Madaíl, jornalista do Jornal de Notícias

[JN], começou por dar conta de uma ligação entre a crise que os meios de comunicação atravessam e a magnitude do números de interessados em conteúdos eróticos. É porque sexo vende que, muitas vezes, os jornais, principalmente os sensacionalistas, caem na tentação de explorar o desejo pelo interdito. Tal não é, segundo o jornalista, o caso do JN, pois este recusa o erotismo gratuito. Por sua vez, Paulo Monteiro, director do Correio do Minho, assumiu que a última página deste jornal prende o leitor. E essa última página contém apenas imagens de jovens semi-nuas. “O Correio do Minho é mesmo lido de trás para a frente”, disse. O tema «Violência: choque em cadeia» foi debatido ao longo do terceiro dia de

trabalhos. Ficou claro que, muitas vezes, o jornalista é o foco de acções de violência e, por outro lado, também é aquele que lida com matérias violentas, cabendo-lhe informar as pessoas sobre esses assuntos, respeitando os princípios éticos e deontológicos da profissão. O que, como salientaram os profissionais presentes, nem sempre acontece. A censura e os media foi a problemática que encerrou as jornadas de comunicação. Alfredo Maia, presidente do sindicato dos jornalistas, e Samuel Silva, correspondente em Braga do Público, salientaram que, hoje, em Portugal há um certo desgaste da palavra censura. “É como a história do Pedro e do lobo. Se tantas vezes se grita censura, quando realmente for um

caso sério a opinião pública vai acabar por não valorizar”, afirmou Samuel Silva. Contudo, os interlocutores convidados reconheceram que, actualmente, proliferam mecanismos, sobretudo económicos, que condicionam a prática jornalística. Manso Preto, jornalista experiente que, de momento, colabora com o jornal EL Mundo, deixou por isso o apelo a todos os futuros profissionais da área: “Procurem resistir sempre”. O presidente do grupo de alunos de CC, José Raposo, e a directora do curso, Helena Pires, no último dia das jornadas, fizeram um balanço muito positivo do evento e agradeceram o entusiasmo de todos os envolvidos.

GAED apoia cada vez mais alunos

O Gabinete de Apoio ao Estudante com Deficiência (GAED) para muitos desconhecido, desenvolve um exemplar e útil apoio a todos os alunos com limitações. Criado em 1994 tem visto a sua acção aumentar, apoiando neste momento cerca de setenta estudantes. O UMDicas foi junto dos responsáveis e alunos perceber como funciona o gabinete e ouvir o feedback de alunos apoiados.

Yolanda Lima
dicas@sas.uminho.pt

Carolina Vale, aluna do curso de Ciências da Comunicação afirma já ter procurado apoio junto do gabinete “antes de me candidatar à universidade vim aqui falar com o gabinete para me informar sobre as condições da universidade e da residência”, garante ainda com toda a certeza que o GAED “foi indispensável” para a sua

integração. O GAED funciona durante toda a semana e o dia-a-dia é marcado por diferentes actividades, como nos diz a responsável pelo gabinete, Sandra Estêvão Rodrigues, “o dia-a-dia no GAED tem actividades muito variadas: atendimento de alunos e docentes, produção de materiais de estudo, apoio informático,

resolução de problemas diversos trazidos pelos estudantes, orientação de trabalhos, coordenação do Grupo de Trabalho para o Apoio aos Alunos com Deficiência no ensino superior, dinamização de actividades, etc.” Os estudantes ficam a conhecer este serviço no acto da matrícula e também através do site da UMinho ou ainda, como afirma Sandra Rodrigues “através de docentes ou funcionários, ou antes do ingresso na universidade procuram conhecer o serviço.” A Dr.ª Graciete Dias, responsável pelo GAED na Reitoria, explicou-nos que o gabinete tem uma dependência directa da Reitoria, enquadra-se no lema “Universidade Inclusiva”, visa a igualdade de oportunidades e

pretende “servir de ponto de contacto e de coordenação global de esforços para dar respostas às necessidades dos estudantes com deficiência”. Afirmando que “a reitoria apoia o estabelecimento de acordos de colaboração envolvendo Instituições de Ensino Superior, bem como o Instituto Nacional para a reabilitação.” No âmbito da medida de consolidação da estrutura e capacidade de intervenção do GAED prevista no plano de actividades de 2010, a responsável da reitoria explicou que “o Programa de Acção da Universidade do Minho para o quadriénio 2009-2013 inclui no seu elenco a redefinição do público-alvo e competências do GAED, elaboração de proposta para a sua

inclusão como unidade de serviços na estrutura orgânica da universidade.” Este ano é de realçar que o GAED já promoveu um seminário designado “As acessibilidades e os desafios para a promoção do Ensino Superior inclusivo”, em conjunto com o Grupo de Promoção da Saúde da Escola de Psicologia e desenvolve neste momento uma parceria com os Serviços de Acção Social (SASUM), de onde se realça a disponibilização das ementas em documentos acessíveis para a leitura de todos. Neste contexto, Sandra Rodrigues garante que “no passado muitas iniciativas foram já postas em marcha e esperamos oferecer ainda mais para toda a comunidade.”



EURO CONCERTMAGIC OF THE DANCE

Aclamado pela crítica como o espectáculo mais elegante e apaixonante do século, "Magic of the Dance" é uma maravilhosa história de amor que decorre numa Irlanda assolada pela fome, onde o bem e o mal convivem, todo ele representado com umas impressionantes e refinadas danças.



Brasil organiza Jogos Universitários da América do Sul

A terceira edição dos Jogos Universitários da América do Sul vai a cidade brasileira de Curitiba como palco. Disputados em três modalidades – Futebol, Voleibol e Ténis – estes Jogos contam com a participação do Brasil, Chile, Paraguai e Uruguai. Mais detalhes em: www.fisu.net

ACADEMIA
departamento pedagógico aaum

Andreia Ferreira: Vice-presidente do Departamento Pedagógico AAUM

“Os estudantes estão todos os dias em primeiro lugar”



Tem 21 anos e ocupa um lugar na vice-presidência da AAUM. Pragmática e objectiva, nesta entrevista Andreia Ferreira faz um balanço dos primeiros meses à frente do Departamento Pedagógico, fala das iniciativas em curso e da ginástica necessária para conciliar o último ano do Mestrado Integrado em Engenharia Civil com o associativismo. Em 10 respostas percebe-se a existência dum objectivo prioritário: os alunos.

José Carlos Bragança
anac@sas.uminho.pt

Neste ano lectivo quais têm sido os problemas/dúvidas mais frequentes, apresentados pelos alunos junto do Departamento Pedagógico?

Existem algumas dúvidas ao nível do RIAPA, uma vez que muitos dos artigos não são seguidos por alguns docentes. Isto leva a que em alguns cursos os alunos continuem sem perceber muito bem se o regulamento existe e porque continua a ser contornado ou a não ser cumprido. Tentamos sempre estabelecer diálogo com os docentes e alunos para resolver estas questões, porque existem casos em que tanto docentes como alunos não estão bem esclarecidos sobre o regulamento. O que pode dizer sobre a preparação das iniciativas "Assembleia de Delegados" e "Reuniões sectoriais". Quanto à Assembleia de Delegados estamos a tentar focar os temas mais actuais e de interesse para serem discutidos em assembleia, uma vez que a Assembleia serve como fórum de discussão para que os delegados nos façam chegar os seus problemas, mas também irão ser abordados assuntos relevantes. À semelhança da formação Pedagógica que exigiu muito tempo de preparação, também a assembleia está a ser preparada cuidadosamente. Relativamente às Reuniões Sectoriais estão já marcadas, e neste momento estamos a tentar perceber as especificidades de cada curso. É que estas reuniões servem para ouvir (de uma forma mais particular) os problemas de cada curso e de cada escola, porque existem problemas específicos de cada curso que são aí tratados.

Recentemente o Departamento Pedagógico da AAUM levou a cabo uma formação Pedagógica para

delegados e subdelegados. Que balanço faz desta iniciativa?

Correu muito bem. Consegui ouvir todos os presentes e acredito que foi muito produtiva para quem esteve presente. Tivemos uma forte adesão por parte dos delegados e subdelegados e contamos ainda com presenças ilustres da Universidade. Desta formação saliento um tema que despertou o interesse de todos e que foi levantado pelo professor Sérgio Machado dos Santos: "A participação dos estudantes nos processos de garantia da qualidade". Aqui os estudantes ficaram a perceber melhor qual o seu papel no sistema de garantia da qualidade e tiveram sem duvida uma boa oportunidade para questionar a pessoa que neste momento está mais por dentro de todo o processo. Foram ainda abordadas outras temáticas que acredito terem sido muito úteis para que os delegados e subdelegados desempenhem da melhor forma o cargo para o qual foram eleitos. Acrescente-se ainda que na sessão de encerramento, a Pró-Reitora da Universidade do Minho, professora Doutora Paula Cristina Martins, abordou uma outra temática de extrema importância: "O perfil do estudante universitário no modelo de Bolonha - competências e mediações".

Qual o balanço dos 10 anos do Processo Bolonha?

O processo de Bolonha apresenta ainda muitas lacunas, nomeadamente no que diz respeito ao paradigma ensino/aprendizagem. Em muitos cursos continuam a verificar-se problemas na implementação, os alunos continuam a sofrer com o excesso de trabalhos que resultam de uma clara falta de organização, e muitos alunos

foram prejudicados na transição para Bolonha. Creio que este tema é bem mais complexo do que apenas uma nova metodologia e para funcionar são ainda necessárias muitas mudanças por parte dos docentes, e também algum esforço por parte dos alunos.

Acredita que o Dia do Estudante é ainda um dia que passa despercebido aos alunos minhotos?

"O dia do Estudante é todos os dias". Esta é sem dúvida a mensagem mais importante. Para a AAUM os estudantes estão todos os dias em primeiro lugar e esta foi a manchete que pusemos nos folhetos dos tabuleiros das cantinas de ambos os campi. Este ano fizemos esforços para que os alunos se lembrassem do "Dia do Estudante" também com a realização de acções de sensibilização junto dos estudantes, tentando informá-los acerca de regulamentos e estatutos que devem ter sempre presentes, de forma a conhecer os seus direitos (como exemplo o RIAPA).

Considera o Departamento Pedagógico como um dos mais importantes dentro da estrutura da AAUM?

Sem dúvida o Departamento Pedagógico assume-se como essencial e nuclear na AAUM. Este é o departamento dotado dos meios capazes de conseguir responder às necessidades e problemas de toda a comunidade académica. Damos sempre primazia aos problemas dos estudantes, ao melhoramento das relações entre todos os grupos académicos, fomentando dessa forma o espírito de união entre a massa estudantil. Mantemos ainda uma particular atenção sobre as necessidades extracurriculares dos alunos e na luta para criar as condições necessárias para que os alunos possam desenvolver competências. Acredito porém que, todos os departamentos são importantes, cada um dentro das suas especificidades até porque todas as actividades têm a sua importância.

O que a motivou para ocupar a



vice-presidência da AAUM com a pasta do Departamento Pedagógico?

As questões de carácter pedagógico sempre me interessaram, mesmo quando não ocupava este cargo. Quando fui convidada pelo actual presidente da AAUM, Luís Rodrigues, não tive dúvidas que este seria o departamento que mais tinha a ver comigo até porque já fui delegada de turma.

Como concilia a carreira académica/profissional com o associativismo?

No início do ano as coisas foram mais complicadas a nível da gestão de horários. No entanto, com organização e muita força de vontade consegui conciliar ambas de uma forma eficiente e eficaz. Certo é que neste momento o meu ritmo de vida é bastante mais acelerado do que era antes de ocupar o cargo, mas é gratificante ver por exemplo o sucesso que a Formação Pedagógica teve, esses momentos compensam todo o esforço.

O que pensa do associativismo no percurso de um estudante?

Sem margem para dúvidas que o associativismo é uma mais-valia para os jovens. Vivemos experiências que nos fazem crescer como pessoas e nos tornam mais responsáveis e atentos a muitos problemas da actualidade. Acredito que no final do mandato terei uma bagagem muito mais rica a vários níveis e muitas lembranças do meu percurso académico que não teria se não fosse dirigente associativa. Também acredito que fiz e farei amigos que ficarão para a vida.

Que mensagem deixa aos alunos...

Trabalhamos todos os dias para que os problemas que nos chegam sejam resolvidos de forma célere, contem sempre com a nossa disponibilidade. Os estudantes serão sempre a nossa prioridade. Espero que o ano corra da melhor forma a todos.

Loja UMinho

Horário:
segunda a sexta das 12h00 às 19h00

Posto de vendas em Azurem
Complexo Desportivo Universitário
Horário: 10h00 às 24h00

Localização:
Campus de Gualtar
Junto ao Complexo Desportivo Universitário

ACADEMIA
dáviva/nemum



Projecto TTT na Exposição Mundial de Xangai

A "Torre Turística Transportável" (TTT), concebida por José Manuel Pequeno, professor da Escola de Arquitectura da Universidade do Minho, vai ser apresentada em Maio, na Exposição Mundial de Xangai (China), a maior de sempre desde 1865. Mais informações: <http://en.expo2010.cn/>



INÊS DE CASTRO, ATÉ AO FIM DO MUNDO

26 ABR 21,30h no Teatro Circo
Trágica história de amor do par romântico mais célebre da cultura portuguesa, Dom Pedro I e Inês de Castro. O amor que venceu os séculos saído de uma idade média, onde a paixão, morte, dor, ódio, poder, razões de Estado, loucura e beleza, que estão neste episódio da história, constituem afinal.

Doar sangue é dar vida

A Universidade do Minho (UMinho) através dos Serviços de Acção Social da UM (SASUM) e a Associação Académica da Universidade do Minho, em cooperação com o Instituto Português do Sangue e o Centro de Histocompatibilidade da Região Norte, organizou mais uma Dáviva de Sangue e Recolha de Sangue para Análise de Medula

Diana Sousa
dicas@sas.uminho.pt

A iniciativa decorreu no dia 20 de Abril, no Campus de Gualtar em Braga. A comunidade estudantil foi sensível à acção e aderiu em peso. A vice-presidente do departamento social da AAUM, Diana Oliveira, revelou que a academia tem sido recordista a nível de dadores nacionais. Este ano, foram 409 os Dadores Inscritos e 102 Recolhas para Análise de Medula. No complexo desportivo e nas unidades móveis, estacionadas em frente ao Prometeu e à Escola de Ciências da Saúde, muitos foram os alunos dispostos a dar sangue e a candidatarem-se a dadores de medula. O processo para tal era muito simples: primeiro falavam com um assistente ao dador, depois preenchiam um inquérito com questões relacionadas com a condição física, hábitos de alimentação, estilo de vida, seguidamente, dirigiam-se a uma consulta de triagem e, se recebessem a autorização por parte dos médicos presentes, doavam então 450 ml de sangue. E todas as pessoas com bom estado de saúde, peso igual ou superior a 50kg e idades compreendidas entre os 18 e os 65 anos puderam fazer a sua dádiva. Para a doação de medula óssea, os indivíduos, saudáveis e com 18 a 55 anos, fizeram apenas uma pequena colheita de sangue.

Às 10 horas da manhã, no Prometeu, junto da unidade móvel que, em letras vermelhas, dizia «Doar sangue é dar vida», estavam 15 estudantes que esperavam pela sua vez para poderem contribuir. Joana Ferreira, aluna do 3º ano do curso de Ciências da Comunicação, estava na fila há 10 minutos. Mas não era a primeira vez que doava sangue, tendo participado nas edições anteriores desta iniciativa. “Tendo em conta que o sangue é preciso a qualquer momento, todos nós devemos colaborar”, disse. No complexo desportivo, encontramos duas estudantes do 5º ano de medicina que, não podendo dar sangue por pertencerem a um grupo considerado de risco (pois, a partir do 3º ano deste curso, os alunos têm os anos clínicos, passando o dia em hospitais e contactando com inúmeras doenças), distribuíam flyers e tentavam sensibilizar as pessoas por quem passavam. Contudo, Andreia Soares e Ângela Lopes, que têm participado, em anos anteriores, na organização da actividade, afirmaram reparar que a comunidade estudantil se mostrava informada, até porque a divulgação foi bastante (cartazes, mails, toalhetes personalizados na cantina, panfletos), por isso, estavam satisfeitas. Afinal “doar sangue pode salvar vidas” – como



frisaram as estudantes, em uníssono.

Albina Oliveira, administrativa do atendimento ao dador, deu-nos



conta que, após a recolha de sangue, este vai para o Centro Regional do Sangue, do Porto, onde é analisado e separado em vários componentes (plasma, plaquetas, globos ruivos, etc), e depois os hospitais e clínicas de todo o país que precisarem recebem as unidades necessárias. Por sua vez, as amostras de sangue para doação de medula óssea, são analisadas pelo Instituto de Hiscompatibilidade, que introduz na base de dados as características do sangue recolhido e, mais tarde, entram em contacto com o dador se for encontrada alguma situação de compatibilidade.

A vice-presidente do departamento social da AAUM, Diana Oliveira, salientou que “infelizmente, o sangue não dá para fazer, e, portanto, ter iniciativas destas promove uma grande adesão, tanto dos estudantes da academia como de pessoas de fora da UMinho. O que acaba por ser um acto nobre”. Esta actividade tinha como principais objectivos aumentar o número de dadores e consciencializar a comunidade estudantil para o facto de dar sangue ser partilhar um pouco de saúde e, também, para a importância da doação de medula - sobre a qual as pessoas ainda estão pouco informadas. Para além desta colheita, e da do próximo dia 27 de Abril no Campus de Azurém, decorrem dádivas semanais no gabinete de apoio médico do SAS. “Portanto, isto acaba por ser um processo contínuo”, informou Diana Oliveira.

NEMUM e o Desporto

A realização de um fim-de-semana radical para os alunos de Medicina, a realizar no Gerês é um dos grandes objectivos do Departamento Recreativo do NEMUM coordenado por Ricardo Jorge Fernandes e Joel Monteiro. Criar actividades recreativas e desportivas para os alunos de Medicina e não só, são objectivos do NEMUM. O UMDicas conversou com os responsáveis para saber mais sobre o desporto no NEMUM

Michael Ribeiro
mika@sas.uminho.pt
Com a sede no rés-do-chão da ala académica da Escola Ciências da Saúde, o NEMUM tem várias actividades agendadas que podem ser consultadas na sede ou em <http://nemum09.blogspot.com/> e <http://www.facebook.com/NEMUM>.

UMdicas: Quais os projectos a nível desportivo ou actividades lúdicas que o NEMUM realiza?
A nível desportivo temos a liga de futebol NEMUM, que se realiza ao

longo do ano, e cujo vencedor representará o curso no Troféu do Reitor. Temos também um torneio de voleibol que se realiza numa tarde escolhida para o efeito no areal do campus. Brevemente será realizado, pela primeira vez, um fim-de-semana radical no Gerês, organizado por uma empresa especializada em actividades outdoor (rappel, slide, paintball, BTT, rafting). Na vertente lúdica, temos previsto um mega torneio (matrecos, jogos tradicionais,

poker, sueca, ping pong, playstation] e ainda um campeonato de laser game. Estão agendados Workshops de danças (em continuação de outras edições), de barman e magia. Compete ainda ao departamento a organização de jantares ao longo do ano (Jantar de Carnaval, Jantar de Natal. Jantar do cortejo, Churrascão) com grande adesão dos alunos.

UMdicas: Essas actividades são só para sócios do NEMUM?
Não. Todos os alunos de Medicina da Universidade do Minho podem participar.

UMdicas: De que forma é que o núcleo tenta cativar os seus sócios e restantes alunos para a actividade desportiva?
Através da apresentação do plano de actividades previstas no início

do ano e da publicitação das actividades por cartazes afixados na escola e por contacto via e-mail.

UMdicas: Com todo o trabalho e estudo que os alunos têm o tempo disponível não é muito. De que forma conseguem contornar esta falta de tempo?
A aposta na selecção criteriosa das actividades e a calendarização que é feita tendo em atenção os horários de cada um dos anos permite encontrar actividades interessantes e que possam ser realizadas pelos alunos de cada um dos anos. O mais importante é a oferta depois é uma questão de motivação para participar.

UMdicas: Aproxima-se o Troféu Reitor, o mais evento intra-muros realizado na Universidade do Minho. O NEMUM vai participar?
O NEMUM participa todos os anos,

através de uma equipa de futebol e este ano tentar-se-á seleccionar uma equipa de voleibol.

UMdicas: Como é feita a escolha das equipas ou a selecção dos jogadores?
A equipa vencedora da liga NEMUM de futebol pode escolher jogadores que tenham participado na liga ao serviço de outros anos, ou preferir jogar apenas com os jogadores que se sagraram campeões nesse ano. Relativamente ao voleibol, será feito um torneio numa tarde e os vencedores poderão representar o curso no troféu.

UMdicas: Qual o vosso grande evento ou projecto que gostariam de realizar?
O grande evento para este ano é a realização do fim-de-semana radical para os alunos de Medicina.



Programa de Voluntariado da EUSA

A EUSA (European University Sports Association) está a recrutar voluntários para a organização dos seus Campeonatos Europeus Universitários. Se queres conhecer novas culturas e participar num grande evento desportivo, esta é a tua oportunidade. Mais informações em www.eusa.eu



8º Congresso Nacional de Mecânica Experimental - CNME 2010

O CNME 2010 é organizado pela Associação Portuguesa de Análise Experimental de Tensões (APAET) em associação com os Departamentos de Engenharia Civil e Mecânica da UMinho e decorrerá no auditório da UMinho em Guimarães nos dias 21, 22 e 23 de Abril de 2010.

CULTURA
fitu/actividade física

Os 'vermelhos' foram ao Theatro

Teve lugar, nos passados dias 16 e 17 de Abril, o XX Festival Internacional de Tunas Universitárias (FITU). O vermelho foi mesmo a cor dominante no mítico Theatro Circo. A 'ementa' apresentou os ingredientes aos quais já habituou os bracarenses: muita boa música, diversão e a irreverência habituais nas tunas. Duas noites memoráveis, à altura dos pergaminhos do festival.

João Nogueira Dias
dicas@sas.uminho.pt

Quinta-feira, dia 15, as festividades foram iniciadas, com uma serenata à cidade, na Rua de Nossa Senhora do Leite. Já na sexta-feira seguinte, durante a tarde, as tunas participantes foram recebidas no Theatro Circo. À noite, a Tuna Universitária do Minho (TUM), responsável pelo festival, deu o início aos espectáculos, tendo feito uma curiosa alusão à sua antiguidade. Começaram a actuar os tunos fundadores e, aos poucos, foram subindo ao palco as gerações mais recentes. Nessa mesma noite subiram ao palco a Tuna de Medicina do Porto (TMP), a Tuna de Medicina da Universidade de Coimbra (TMUC) e a Tuna da Universidade Católica do Porto (TUCP). Na condição de tuna extra-concurso, a Azeituna também levou o seu azul ao palco do Theatro Circo.

No sábado, dia 17, decorreu o desfile "Passa-Calles", pelas ruas da cidade, enquanto que, mais tarde, decorreu, no Largo do Paço, o baptismo dos caloiros da TUM. À noite, foi a vez de subirem ao palco a Estudantina Universitária de Lisboa (EUL), a Tuna Universitária do Instituto Superior Técnico (TUIST), a Tuna Universitária de Aveiro (TUA) e a Tuna de Derecho de Oviedo (TOD). O grupo de percussão Tramadix também

ajudou à festa, enquanto que a TUM voltou a subir ao palco, desta vez com o acompanhamento da Orquestra Académica da Universidade do Minho, com a direcção de Vítor Matos. Em ambos os dias, a apresentação do festival esteve a cargo dos Jograis do Orfeão Universitário do Porto. No final, como é hábito, decorreu a entrega de prémios. A TUCP venceu

o prémio de Melhor Passa-Calles e Melhor Pandeireta, enquanto que a TUA venceu o prémio de Melhor Porta-Estandarte. Os prémios de Tuna Mais Tuna, Melhor Solista e 3.ª Melhor Tuna foram para a Tuna de Medicina da Universidade de Coimbra. Já o prémio de 2.ª Melhor Tuna foi para a EUL. A TUIST levou para casa o prémio de Melhor Tuna e de Melhor Instrumental. No final do festival, João Oliveira, membro da TUM e um dos responsáveis pela organização do festival, não podia estar mais satisfeito. "Conseguimos, nesta data importante, que assinala vinte edições do FITU, acrescentar algo ao que tem sido feito nestes últimos anos. As nossas duas actuações foram inovadoras, já

que numa delas, fizemos subir ao palco as diferentes gerações da TUM; enquanto que na outra, estivemos acompanhados pela Orquestra Académica da Universidade do Minho. A participação dos Tramadix também trouxe uma musicalidade diferente ao festival." Quanto ao estatuto do festival, João Oliveira não tem dúvidas. "Já deixámos uma marca na cultura da cidade, do País e até da Península Ibérica, uma vez que já tivemos aqui tunas espanholas." Relativamente ao futuro, os dados estão lançados. "O objectivo é aperfeiçoar, a cada ano, a organização do evento"

Foi mais uma edição de um

festival que já conta com vinte, marcando assim forte presença na agenda cultural da cidade de Braga e preparando-se para outras tantas, pelo menos, cheio de vivacidade.



Benefícios da Actividade física em Ambiente Universitário

A actividade física no meio universitário favorece a sociabilização dos alunos e o seu rendimento escolar. Esta é a grande conclusão são de vários estudos levados a cabo por autores que se interessaram por o tema do impacto da "actividade desportiva no meio universitário".

Laura Camacho
dicas@sas.uminho.pt

Muitas vezes interpretada como, e apenas "recreação", vista por muitos como "perda de tempo" ou para "quem não tem que fazer", a verdade é que a actividade física é essencial a todos e em todas as idades, e mais ainda para "os universitários". A universidade requer tempo, concentração, auto-disciplina, persistência nas tarefas, características que segundo muitos autores e investigadores consideram ser potenciadas pela prática regular de desporto e actividade física. Como se sabe, a

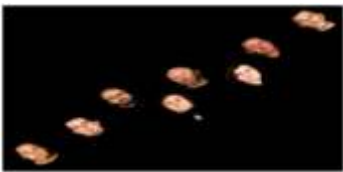
prática de desporto no meio escolar faz parte da formação do estudante, reconhecendo-se uma "associação positiva entre a frequência de actividades extracurriculares e o rendimento escolar". Está provado que a actividade física, para além de favorecer a sociabilização dos alunos, e a sua saúde, influencia positivamente do seu rendimento escolar. Associada também a uma boa alimentação, ponto fundamental para regular o stress, e por isso fundamental para uma boa

qualidade de vida. Alguns estudantes reclamam da carga horária de aulas, dos trabalhos, dos exames, referindo que o curso "não deixa tempo para mais nada". Segundo a opinião daqueles que são praticantes de desporto (estamos a falar de atletas/estudantes de alta competição que têm horários diários de treinos) a conciliação entre os estudos e o desporto "não podemos dizer que é fácil", mas tem um segredo "saber gerir o tempo". Tudo depende de como se administra o tempo no dia-a-dia, e se souberem aproveitar o tempo, concentrando-se na tarefa que estão a fazer, esse tempo dispendido será produtivo. Tem que haver tempo para estudar, para os amigos e família, para actividades extra-curriculares como o desporto ou actividades culturais, para o lazer, etc. O que

muitas vezes acontece é que o tempo dispendido não está a ser aproveitado e rentável como deve (muitas vezes por falta de concentração), o que faz com que o tempo gasto a estudar ou noutra tarefa, tenha que ser muito maior do que poderia ser, se fosse aproveitado com o máximo de concentração e empenho. A falta de actividade física entre os universitários, apesar do seu conhecimento académico sobre sua importância e necessidade, ainda é uma realidade junto de alguns públicos. Na UMinho cerca de metade dos estudantes praticam desporto, "o que é desde já um feito assinalável", colocando a Academia "ao nível das melhores práticas desenvolvidas pelas suas congéneres europeias". O lema na UMinho é "Desporto para todos", é nesse intuito que os SASUM têm vindo a criar, ano após ano,

condições, infra-estruturas e equipamentos para que todos possam ter acesso à actividade física. As instituições internacionais de prestígio que se dedicam ao estudo da actividade física e desporto, recomendam como prática mínima diária de exercício físico 30 minutos, em intensidade moderada pelo menos cinco vezes por semana, ou quando muito 180m de exercício semanal acumulado. Tempo que qualquer um poderá despendar, sem prejuízo de estudos, e que trará benefícios excepcionais em termos estéticos, saúde, integração e prazer, para além de "melhores níveis de desenvolvimento pessoal e de satisfação com o contexto académico."

BIG
opinião



Comemoração do 25 de Abril - RAÍZES

"Sexta-feira 13" é o nome do álbum do grupo que este ano sobe ao palco principal em contexto de evocação do 25 de Abril. O grupo "Raízes" surgiu em Vila Verde – Braga, no dia 25 de Abril de 1980, para de participar nas comemorações desta histórica data. 24 Abril 22,00h – Teatro Circo



1º Europeu Universitário de Bilhar.

A EUSA (Associação Europeia de Desporto Universitário) vai organizar pela primeira vez na sua história, um Europeu Universitário de Bilhar. Esta organização foi entregue à Federação Académica do Desporto da Estónia, tendo a cidade de Tallin como palco. Para mais informações: www.eusa.eu

Galeria BIG www.dicas.sas.uminho.pt



Opinião

PEDRO DIAS

pmdias@sas.uminho.pt

CNU's, está próximo um dos maiores eventos multidesportivos de carácter regular que é organizado no nosso país!

A fase final dos Campeonatos Nacionais Universitários (CNU's) decorrerá de 24 a 30 de Abril de 2010 na cidade de Matosinhos. Álvaro Siza Vieira é uma das personalidades de excepcional talento que nasceu neste concelho às portas da cidade invicta.

A organização deste evento multidesportivo atrairá cerca de três milhares de estudantes/atletas oriundos de aproximadamente meia centena de Instituições de Ensino Superior Portugal, está a cargo da Federação Académica do Desporto Universitário (FADU), Instituto Politécnico do Porto (IPP) e da Câmara Municipal de Matosinhos (CMM).

Este evento integra 19 modalidades desportivas, sendo 12 modalidades colectivas e 7 individuais. Para atingir a fase final da competição (CNU's), centenas de jogos foram disputados nas provas regionais (Porto e Lisboa), zona nacional de apuramento, Açores e Madeira. Estas provas serviram de crivo para qualificar as talentosas equipas e atletas que vão disputar o título nacional.

Destaco o facto de apenas as 8 equipas "mais aptas" em cada modalidade colectiva, terem a possibilidade de jogar em Matosinho, na expectativa de alcançar o título nacional. Foram aproximadamente quinze mil os estudantes do ensino superior envolvidos na qualificação para a fase final dos CNU's, o sucesso organizativo e desportivo da edição anterior, são um excepcional cartão-de-visita que contribuirá decisivamente, para mobilizar mais estudantes/atletas de elevado nível desportivo para representar as Instituições de Ensino Superior onde estão matriculados, mas também, para aumentar o fraquíssimo espaço noticioso que tradicionalmente está destinado ao Desporto no Ensino Superior nos órgãos de comunicação social. Durante uma semana, o país saberá que o Desporto no Ensino Superior está activo e se recomenda.

Da Universidade do Minho irá para Matosinhos uma delegação extensa, cerca de 230 elementos integram a comitiva da AAUM, com o firme propósito de melhorar a prestação alcançada nos CNU's de 2009 (15 medalhas de ouro, 15 de Prata e 19 de Bronze). Na época em curso, os alunos da Universidade do Minho já conquistaram 32 medalhas nos CNU's, onde destacamos os brilhantes desempenhos do Karaté e Taekwondo, que superaram os resultados desportivos alcançados no ano transacto. É expectável que a AAUM possa alcançar um desempenho qualitativo ao nível da época anterior, sendo necessário aos Minhotos conquistar 17 medalhas durante os 7 dias de competição na cidade de Matosinhos.

A FADU deu continuidade à parceria com o IPP para a realização dos CNU's, em equipa ganhadora não se mexe, é um bom prenúncio para o sucesso que este evento merece. É assinalável o empenho dos organizadores para criar condições de excelência aos participantes e respectivas delegações, destaco particularmente: o fortíssimo envolvimento institucional (FADU, IPP, CMM) confirmado pela presença dos três presidentes na recente cerimónia de apresentação do evento, a superior qualidade das instalações desportivas, a imagem corporativa do evento, a estrutura técnica de suporte, o plano de promoção e divulgação do evento, o crescente interesse, envolvimento e cooperação estratégica das Instituições de Ensino Superior com agentes desportivos e outras entidades com responsabilidade social neste sector, são factos que contribuem de forma decisiva, para que os estudantes e as instituições de ensino superior se envolvam de forma entusiástica num dos maiores eventos multidesportivos de carácter regular que é organizado no nosso país.

Uma palavra de apreço à FADU, IPP e Município de Matosinhos, pelo árduo trabalho na preparação, planeamento e realização deste evento, que será uma experiência inesquecível para milhares de jovens oriundos de 12 distritos e das regiões autónomas da Madeira e dos Açores.

