



www.dicas.sas.uminho.pt

Alojamento sem custos nas Residências Universitárias

Os alunos bolseiros não terão custo com o alojamento, porque este custo em quarto duplo é suportado por um complemento de alojamento, que acresce à bolsa de estudo.

P02

ENTREVISTA AO ADMINISTRADOR DOS SASUM ENG. CARLOS SILVA

P08 a 10



“Os objetivos dos SASUM traduzem-se em proporcionar aos estudantes melhores condições de estudo e de integração académica, mediante a prestação de serviços nas suas áreas de atuação...”

UMinho deu as boas-vindas as mais de 2500 novos estudantes que entraram na 1ª fase.

P11

Conheça os que os SASUM têm para oferecer, ao nível do alojamento, alimentação e desporto.

P03 a 07

Faz DESPORTO na UMinho



Tutorias por pares na Universidade do Minho

Inscribe-te como tutor ou tutorando

O projeto "tutorias por pares" visa promover a integração proativa dos novos estudantes na Universidade do Minho. Como tutor ou tutorando, todos os alunos da Academia podem participar, para isso só têm de se inscrever.

REDAÇÃO

dicas@sas.uminho.pt

Tendo como objetivos, proporcionar um acompanhamento supervisionado por uma equipa de alunos e professores aos alunos da Universidade sobre questões relacionadas com a sua vivência enquanto alunos do Ensino Superior: Conhecimento acerca dos aspetos estruturais e funcionais dos cursos e da Universidade; Desenvolvimento de relações de cooperação entre colegas; Desenvolvimento de competências pessoais, sociais, académicas e profissionais que visam a concretização de uma formação de qualidade e sucesso profissional.

O sistema tutorial disponibiliza um apoio personalizado aos alunos (tutorandos), realizado pelos alunos (tutores) da Universidade do Minho. Qualquer aluno da Universidade do Minho é incentivado a integrar a equipa do programa Tutorias por

Pares, como tutorando ou tutor.

Poderão exercer o papel de Tutores todos os alunos da Universidade do Minho, a partir do 2º ano de frequência de qualquer curso. Os candidatos serão sujeitos a procedimentos de seleção mediante critérios estabelecidos.

Esta é uma atividade que integra o Suplemento ao Diploma do Aluno em vigor na Universidade do Minho.

Os tutorandos recebem apoio dos tutores em sessões realizadas em pequenos grupos de três elementos e organizadas em função das necessidades/pedidos dos tutorandos e com supervisão; As sessões têm a duração de 60-90 minutos, com frequência semanal ou quinzenal e têm lugar em tempo e espaço próprios na Universidade do Minho.

Qualquer aluno que frequente o 1º ano de um curso da Universidade do Minho pode requerer o apoio das Tutorias por Pares, através de inscrição em: tutorias-pares@psi.uminho.pt

Na continuidade da edição passada, aqui ficam mais algumas "dicas"!

"Dicas" para uma

Alimentação saudável vs emagrecimento!

Se pretendes emagrecer e combinar isso com uma alimentação saudável e não sabes por onde começar, vê e segue aqui alguns conselhos.

DEPARTAMENTO ALIMENTAR

dicas@sas.uminho.pt

1. Ingere hortícolas todos os dias;
2. Come pelo menos 3 peças de frutas diariamente;
3. Consome pelo menos 400 g de hortofrutícolas todos os dias!
4. Inclui leguminosas (favas, feijão, grão, ervilhas, milho) a pelo menos a uma das refeições.
5. Opta por pão de mistura de cereais (mais "escuro") por ser mais rico em fibra.
6. Prefere pescado e carnes brancas, como frango, peru, que possuem menor teor de

gordura saturada (que é a mais prejudicial ao organismo). Retira a pele das aves. Ela contém basicamente gordura;

7. Evita alimentos fritos. Dá preferência aos grelhados ou cozidos, ou estufados simples confeccionados com pouca gordura;
8. Prefere produtos lácteos magros ou meio-gordos em detrimento dos gordos (leite, iogurtes, queijo);
9. Evita os fast-food. Os alimentos servidos são normalmente ricos em gorduras;

E por fim: Movimenta-te!! Caminhar 3-4 vezes por semana na rua, durante 40-45 minutos em cada caminhada, irá ajudar-te a ter mais saúde!

Nota: Em casos mais complicados ou com problemas de saúde associados, consulta o teu médico ou nutricionista!

Aviso

Alojamento sem custos nas Residências Universitárias

Informa-se toda a Comunidade Académica que ainda existem algumas vagas nas Residências Universitárias em Braga. Estas vagas podem ser ocupadas por estudantes (1º, 2º e 3º ciclo) e professores. Segue a tabela de preços/mês:

Edifício	Bolseiros (Ação Social)	Não Bolseiros, Palop's e Erasmus	Doutoramentos e Professores
Combatentes Azurém I St.ª Tecla A, B, C	73,76 euros	92,15 euros	Gratuito
Azurém II - III (a) St.ª Tecla E e D (a)	73,76 euros	92,15 euros	169,75 euros
Lloyd Braga (a)	73,76 euros	92,15 euros	169,75 euros

Os alunos bolseiros não terão custo com o alojamento, porque este custo em quarto duplo é suportado por um complemento de alojamento, que acresce à bolsa de estudo e ao qual não têm direito se não se candidatarem ao alojamento previamente. Se for candidato a bolseiro e já tiver matriculado no 1º ano e pretender ter alojamento nestas condições terá de fazer a candidatura nos Serviços de Acção Social.

Para candidatura podem fazer o contacto para: Serviços de Acção Social Sede: Campus de Gualtar 4710-057 Gualtar telef: 253 601470 fax: 253 601451 email: alojamento@sas.uminho.pt

Carlos Silva

Podem consultar a ficha técnica de cada Residência em:

<http://www.sas.uminho.pt/Default.aspx?tabid=9&pageid=143&lang=pt-PT>
Ou ainda ver fotos dos espaços em: <http://www.sas.uminho.pt/default.aspx?tabid=4&pageid=121&lang=pt-pt&path=Alojamento>



FICHA TÉCNICA

Propriedade: Serviços de Acção Social da Universidade do Minho **Morada:** Universidade do Minho, Campus de Gualtar, 4710-057 Braga **Site:** www.dicas.sas.uminho.pt **Facebook:** www.facebook.com/UMDicas **Email:** dicas@sas.uminho.pt **Diretora:** Ana Marques **Subdiretores:** Nuno Gonçalves **Redação:** Ana Marques, Nuno Gonçalves, Bárbara Martins, Marta Borges, Andreia Cunha **Paginação:** Ana Marques **Fotografia e edição de imagem:** Nuno Gonçalves **Colaboração:** Susana Botelho **Impressão:** Diário do Minho **Tiragem:** 2000 exemplares **Publicação anotada na ERC:** Depósito legal n.º 201354/03

Departamento Alimentar dos SASUM

22 unidades e múltiplos serviços combinam qualidade/preço adaptando-se aos vários desejos e ocasiões

O Departamento Alimentar dos Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (DA-SASUM) compreende todas as unidades alimentares que apoiam a população universitária nos Polos de Braga e Guimarães. Com 22 unidades distribuídas pelos dois campi e variados serviços (restaurante, bares, grill, take away, vending e serviços extra) que englobam todo o serviço de catering, o DA presta serviços alimentares individuais ou a grupos, sempre numa combinação de qualidade/preço e situando-se ao nível dos melhores do mercado.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Os SASUM possuem quatro complexos alimentares, sendo 3 em Braga (Gualtar, Santa Tecla e Congregados) e um no polo de Azurém, em Guimarães. No complexo pedagógico de Gualtar existem ao serviço dos clientes, seis bares, mais um exclusivo para docentes; o Restaurante Universitário (incorporando uma cantina, um Grill e um restaurante).

O complexo residencial de Santa Tecla dispõe de uma cantina e um bar.

Nos Congregados, os Serviços têm em funcionamento um Snack-Bar que disponibiliza refeições subsidiadas ao almoço e ao jantar.

Em Azurém o complexo pedagógico possui cinco Bares, o Restaurante Universitário (integrando uma cantina, uma rampa de refeições não subsidiadas, um Grill e um bar de apoio exclusivo à cantina) e ainda um bar no complexo residencial.

Sendo o serviço de take away uma das últimas apostas do DA – SASUM, permitindo levar as refeições deste departamento para fora dos muros da UMinho, assente nas necessidades do dia-a-dia das famílias, este tem atingido um crescimento notável levando à diversificação dos pontos de venda. Atualmente os locais de venda de refeições de take away são: Bar do Grill, Bar CP1, Snack bar dos Congregados e bar das residências de Santa Tecla em Gualtar, em Braga, Bar das Residências e Bar de Eng^a I em Azurém.

Toda a atividade assenta na melhoria contínua de qualidade dos serviços e refeições e em princípios rigorosos de segurança alimentar. Os SASUM encon-



tram-se certificados para os requisitos das Normas NP EN ISO 22000:2005 e ISO 9001:2008, nas unidades do Departamento Alimentar.

Para mais informação, consultar <http://www.sas.uminho.pt/>

Serviço de Take Away - Rápido, Barato e Saudável

O serviço de Take Away foi lançado no final de 2013 pelo Departamento Alimentar (DA) dos SASUM e pretende ajudar a comunidade académica a optar por uma alimentação diversificada e saudável, a custos reduzidos. Esta iniciativa foi pensada, sobretudo, em todos os que dispõem de pouco tempo para prepararem as próprias refeições.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Integrado na estratégia de diversificação da oferta alimentar à comunidade académica da UMinho, bem como da promoção de hábitos alimentares saudáveis e variados, o serviço funciona através de refeições prontas, pré-embaladas e refrigeradas, com uma validade de três dias, podendo a ementa ser consultada no site dos SASUM em: <http://www.sas.uminho.pt/Default.aspx?tabid=10&pageid=568&lang=pt-PT>.

Segundo Carla Faria, diretora do DA, o grande objetivo foi “a conveniência de um serviço de refeições prontas, mas simultaneamente saudável”. Um serviço que “propõe soluções adaptadas a cada cliente, com disponibilidade diária de refeição de carne, peixe, vegetariana, sopa e alguns complementos. Este serviço pauta pela mesma qualidade e exigência que caracterizam o Departamento Alimen-

tar dos SASUM, um serviço de refeições prontas que segue os mais elevados padrões de higiene, segurança alimentar e equilíbrio nutricional” afirma diretora.

Os pontos de venda em Braga são: Bar do Grill – Gualtar; Bar CP1 - Gualtar; Snack-Bar Congregados e Bar Residências St. Tecla. Em Guimarães podem recorrer ao serviço no Bar Residências e no Bar Eng^a I e os preços variam entre 3 e 5 euros.

O serviço tem registado grande adesão, sendo que as vendas têm mantido a tendência de 2014, pois de acordo com Carla Faria “até final de julho transato já tinham sido vendidas mais de 15.000 refeições. Em termos médios mensalmente vendemos cerca de 2100 refeições o que é um n.º muito interessante” referiu. Em 2014 foram vendidas 23.478 refeições, verificando-se uma duplicação de vendas face ao ano anterior (em 2013 foram 11.088 refeições). Em 2014 foi definido um novo ponto de venda no bar CP1 que muito contribuiu para este acréscimo de vendas, embora nos restantes pontos de venda se verificasse também um aumento de vendas, face a 2013.

Para a diretora, o serviço de take away “é uma grande mais-valia para a comunidade académica”. Com preços acessíveis, este serviço é mais uma opção na já diversificada oferta alimentar dos SASUM

à comunidade, bem como na promoção de hábitos alimentares saudáveis e variados. O serviço está disponível a qualquer pessoa, com pagamento no ato da compra, de segunda a sexta, das 17:00h às 19:00h, sendo que de forma a melhor responder às solicitações dos pratos de interesse, aconselha-se a pré-reserva das refeições.

Carla Faria refere que neste momento “são sobretudo professores e funcionários os que recorrem a este serviço”, embora “sentimos a cada vez maior procura por parte dos nossos alunos como sendo uma solução para o fim de semana, mas também para o seu dia-a-dia em casa”. Os pratos mais apreciados são o arroz de pato, o bacalhau com natas, todo o tipo de massas (carbonara, bolonhesa, crepes, folhados, etc.) e a posta de bacalhau com bacon e broa lançada mais recentemente. “Mas de um modo geral, todos os pratos têm tido bastante aceitação tal como os n.ºs de vendas provam” refere.

Por fim, Carla Faria afirma que “Estamos em permanente avaliação de novos pratos e vamos

também ouvindo os nossos clientes. Sabemos o que é mais apreciado e apostamos na inovação, indo de encontro à satisfação dos nossos atuais e potenciais compradores. Este tem sido um serviço marcado pelo sucesso, a comunidade tem apreciado muito a iniciativa, o que se deve à conveniência de ter a refeição praticamente no local de trabalho, mas também à confiança adquirida na qualidade e segurança alimentar dos produtos/serviços do Departamento Alimentar, sendo importante o facto de o produto ter validade, o que permite guardar sobras com toda a segurança, e o preço que é muito simpático” afirmou.



Editorial

Arranque do ano letivo

Esta edição do UMDicas fica marcada pelo arranque de mais um ano de trabalho. Seja para estudar ou no seu emprego, o mês de setembro é sinónimo, para a grande maioria da população de um novo começo que todos esperamos que seja um ano melhor que o anterior!

O ano letivo na UMinho começou mais cedo que o normal e os Campi ganharam “vida” mais depressa. Com as inscrições, na primeira fase a receberem mais alunos que no ano transato, mais de 2500 e com os cerca de 330 estudantes recebidos ao abrigo do Programa ERASMUS, a Academia não podia ter começado melhor, com várias atividades que visaram o acolhimento e a melhor integração possível. Este início de ano fica ainda marcado pelo “II En-

contro Alumni UMinho”, um encontro que juntou cerca de 600 antigos estudantes da UMinho e que este ano se realizou no Mosteiro de Tibães, em Braga. A Academia foi ainda palco da Dádiva de Sangue e Recolha de Sangue para Análise de Medula, ação que decorreu nos dois Campi, a 15 e 22 de setembro, a qual se saldou em 447 doadores inscritos e 25 recolhas para análise de medula. Parabéns mais uma vez à Academia!

Os SASUM aproveitam também a abertura do ano para se “apresentarem” com uma grande entrevista ao Administrador e mostra de algumas das suas valências, a nível da alimentação, alojamento e desporto.

Bem-vindos à UMinho e aproveitem ao máximo a vossa estada.



ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Departamento Social dos SASUM

Residências universitárias, a tua casa na Universidade!

O Departamento Social dos Serviços de Acção Social da Universidade do Minho (DS-SASUM) são uma das estruturas de apoio aos estudantes, nomeadamente na área do alojamento, apoio médico e psicológico, enfermagem e bolsas de estudo, de forma a que estes possam sentir-se apoiados, para que a distancia de casa e da família tenha o menor impacto possível na sua vida académica e social.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Uma das áreas de maior relevo, sendo a que mais investimento tem garantido ao longo dos últimos anos da parte dos SASUM, foi o setor do Alojamento.

A UMinho tem atualmente 4 complexos residenciais, dois em Braga e dois em Guimarães, sendo estes: a residência de Santa Tecla e a residência Lloyd Braga, a residência de Azurém e a residência dos Combatentes respetivamente.

Totalmente remodeladas e com condições excelentes para que os estudantes possam sentir-se em “casa”, as residências universitárias têm uma capacidade global de 1389 camas, 92 das quais em camaratas, 811 em Braga e 482 em Guimarães em quartos. Dispõem ainda de 8 quartos adaptados para estudantes com deficiência física ou sensorial, em edifícios devidamente equipados com rampas de acesso.

Todos os estudantes podem candidatar-se a alojamento nas residências universitárias

Os estudantes que pretendem pedir alojamento nas residências de Braga ou Guimarães deverão preencher uma candidatura para alojamento, em impresso próprio, a adquirir e entregar nos SASUM, no setor de alojamento.

Todos os estudantes podem candidatar-se a alojamento nas residências universitárias, no en-



tanto têm prioridade no acesso ao alojamento os estudantes bolseiros dos SASUM e, entre estes, aqueles que apresentam uma situação económica mais debilitada. Os estudantes que ingressam pela primeira vez na UMinho têm um prazo de 30 dias, após a colocação, para apresentarem a candidatura à Residência Universitária.

Para os estudantes já inscritos na Universidade é fixado anualmente um prazo para entrega de candidaturas para o ano letivo seguinte.

Contudo, as candidaturas podem ser aceites mesmo findo esse período.

Alexandra Antunes é uma das moradoras da

residência universitária dos Combatentes em Guimarães. A aluna do Mestrado em Geografia refere-se à residência como “é a minha casa”, realçando que “é aqui que me sinto bem”. Para a estudante, a residência “tem boas condições, é claro que existem algumas regras que não estão tão bem e coisas que se calhar fazia muito jeito ter, mas não está nada mau” refere. A futura mestre diz ainda que “mais que um lugar para dormir é das melhores experiências que se pode ter. Encontrei amigos para vida, se o tempo voltasse para trás e viesse

ter sem querer às residências outra vez não trocava por nada. Existem pessoas que nos tocam, o caso do afeto que se ganha com os funcionários para mim é muito importante, falo de pessoas como a dona Manuela da residência dos Combatentes que para mim é mais que uma pessoa que deixa sempre tudo impecável, é mãe e ajuda muitos que ali vão parar”.

Já Igor Fernandes entrou este ano na UMinho e optou por ir morar para a residência universitária, pois

como disse “em termos monetários e de integração é o melhor”, salientando que “os serviços de alojamento são excelentes”. O estudante apenas adverte que “é uma casa universitária por isso é natural haver alguns barulhos”. O futuro Engenheiro Mecânico “gostava apenas que fosse posto um fogão” pois como adverte “porque por vezes queremos comer algo feito por nos e não conseguimos” diz.

No âmbito de acordos especiais, celebrados nomeadamente com a Fundação Calouste Gulbenkian, ou Programas de Mobilidade de Estudantes, os SASUM reservam o número de camas indispensáveis para os respetivos estudantes estrangeiros. No início de cada ano letivo, os SASUM reservam, para os estudantes do primeiro ano, uma percentagem das camas disponíveis.



FAQ'S - O teu primeiro dia na Residência Universitária...

A entrada para a residência resultou de um processo de candidatura, que decorre anualmente em prazos previamente definidos.

Junto do segurança de serviço deverá preencher a Ficha de Entrada, após o que se-lhe-á entregue as chaves do quarto e o cartão de acesso à Residência, sendo acompanhado até ao seu quarto.

No dia útil seguinte à data de entrada, acompanhado por um colaborador dos SASUM, deverá preencher a ficha de verificação do estado de conservação do quarto. Nesta ficha é feito um levantamento do estado do quarto aquando do início da sua estadia (condições em que o quarto se encontra), que será assinada por si e pelo referido colaborador. Instale-se e disfrute da sua estadia na Residência.

POR QUANTO TEMPO MANTEREI O MEU QUARTO?

Em princípio, manterá o quarto até ao final do curso, exceto:
Quando, havendo possibilidade física, solicite a mudança;
Em caso de solicitar uma permuta e esta seja autorizada;
Aquando da atribuição de quarto em período de alojamento extraordinário.

DURANTE O PERÍODO DE FÉRIAS (AGOSTO E SETEMBRO)?

Durante as férias, terá de remover do quarto todos os objetos pessoais e poderá, de acordo com o espaço físico das arrecadações de cada Residência, solicitar a guarda dos mesmos, deixando os dados pessoais e forma de contacto anexados a estes bens.

COMO POSSO OBTER UM QUARTO INDIVIDUAL?

A atribuição de quarto individual é realizada mediante solicitação e subordina-se aos seguintes critérios:
Ter sido residente no ano letivo anterior;
Ter mais anos de permanência na Residência;
Estar inscrito no último ano do curso em que se encontra inscrito;
Ter o menor número de reprovações.

GOSTARIA DE MUDAR DE QUARTO, ISSO É POSSÍVEL?

A mudança de quarto é possível a qualquer altura do ano. Para mudar de quarto necessita realizar a solicitação do mesmo e expor por escrito as razões na origem do pedido. O pedido de mudança será avaliado pelo Setor de Alojamento, sendo a decisão tomada com base na disponibilidade de vagas.

QUAIS OS CUIDADOS A TER COM O MEU QUARTO?

É da responsabilidade do residente a conservação e limpeza do quarto e equipamento. Neste sentido, deve proceder a limpeza regular do seu quarto e um manuseamento ótimo do equipamento disponível.

QUE NÃO POSSO FAZER NO MEU QUARTO?

Não deve retirar e/ou deslocar material, mobília, equipamento e outros utensílios adstritos aos quartos ou atribuir-lhe outro fim que não seja o determinado pelos SASUM. Nem deve colar posters, cartazes ou autocolantes nas paredes e portas, bem como efetuar qualquer tipo de inscrições nas mesmas.

COMO DEVE SER O MEU COMPORTAMENTO NA RESIDÊNCIA?

Durante a sua estadia nas Residências deve manter



um comportamento de acordo com as normas sobre o Alojamento das Residências Universitárias, em <http://www.sas.uminho.pt>

POSSO TER VISITAS NO MEU QUARTO?

Só é permitida a permanência de não residentes nas Residências, nos seguintes moldes:
Sob motivo de visita entre as 8h e as 23h;
Sob motivo de realização de trabalhos escolares entre as 23h e as 8h, exclusivamente a alunos da



UMinho, nos espaços comuns;
Mediante entrega obrigatória de um documento de identificação, enquanto permanecer dentro das instalações, ao segurança de serviço.
Lembre-se que o acesso de estudantes não residentes apenas é permitido nas zonas de convívio e salas de estudo, desde que devidamente acompanhados por alunos residentes.

SE TIVER ALGUM TIPO DE PROBLEMA, DURANTE A MINHA ESTADIA, COMO DEVO PROCEDER?

Na presença de qualquer situação problemática ao nível das instalações e/ou de convivência deve entrar em contacto com o segurança de serviço ou com outro colaborador do Setor de Alojamento.

No caso de perda das chaves do quarto ou do cartão de acesso, deve informar imediatamente o segurança ou a funcionária de bloco, que diligenciará no sentido da sua substituição, sendo o valor correspondente à substituição fixado por despacho do Administrador e imputado ao aluno.

QUE OCORRE NO MOMENTO DE DEVOLUÇÃO DO QUARTO?

Na data de saída, junto duma funcionária de limpeza, será realizada uma verificação do estado de conservação do quarto, onde ocorrerá o preenchimento da ficha de avaliação do mesmo, por parte da funcionária de limpeza, que será assinada por ambas as partes.

Esta verificação do estado do quarto será efetuada pela funcionária no último dia de permanência do estudante na Residência, pelo que a saída do quarto deve ocorrer em dia útil, em horário de expediente (9h – 13h; 14h – 18h).

Com a ficha de avaliação do estado de conservação do quarto, o residente deverá dirigir-se aos serviços administrativos do Setor de Alojamento que verificará a existência de débitos e a cobrança dos mesmos. A saída será devidamente oficializada, após a entrega da chave do quarto, do cartão de acesso e ficha de estado de conservação do quarto carimbada pelo SA, junto de um elemento da Segurança, pois só assim se considera o quarto livre.

O QUE NÃO É PERMITIDO NAS RESIDÊNCIAS UNIVERSITÁRIAS?

Durante a estadia na Residência devem ser observadas as Normas sobre o alojamento no link Normas das Residências in <http://www.sas.uminho.pt/>, não sendo permitido praticar os atos referidos nos nº10, 11 e 12 do artigo 5.º das mencionadas Normas.

AINDA TENHO DÚVIDAS, COMO DEVO PROCEDER?

Se ainda segue com dúvidas pode optar pelo seguinte:
Reler as Normas sobre o Alojamento nas Residências Universitárias, entregue no momento que assinou o contrato.
Obter mais informações sobre as Residências Universitárias na página eletrónica dos SASUM: <http://www.sas.uminho.pt>
Contactar qualquer colaborador do SA.
Contactar com algum elemento da Comissão de Residentes.

Para mais informações contactar o Setor de Alojamento: alojamento@sas.uminho.pt | 253601470 (Gualatr) | 253510093 (Azurém).

Departamento Desportivo dos SASUM

Desporto na UMinho, um mundo de oportunidades para lazer e competição

O Departamento Desportivo e Cultural dos Serviços de Ação Social da Universidade do Minho (DDC-SASUM) começou a desenvolver a sua atividade no ano letivo de 1994/95, tendo como missão promover a participação desportiva no seio da comunidade académica, proporcionando condições de acesso democrático a essa prática, num ambiente educativo, saudável e de excelência.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Cerca de 70 atividades desportivas para todos os gostos!

Assim, e de forma a criar um serviço desportivo que fosse reconhecido como uma referência a nível nacional e no espaço europeu, ao longo destes 20 anos apostou-se no desporto como elemento fundamental na formação integral dos membros da Academia, o que potenciou um aumento significativo do número de praticantes nos serviços desportivos, tendo passado de 6.300 utentes inscritos em 2004 para 8.433 em 2015, o que segundo o Diretor do DDC Fernando Parente, está relacionado com a estrutura de oferta e instalações disponíveis, contando com a oferta de 70 modalidades/atividades desportivas e 262.139 usos nas instalações desportivas “não prevemos um grande crescimento a curto prazo, mas manteremos certamente os valores atuais, sem deixar de avaliar oportunidades de crescimento. Nesta fase é fundamental melhorar a qualidade de serviços e atividades disponíveis para que os utilizadores se sintam satisfeitos” afirma o Diretor.

Cerca de metade dos estudantes da UMinho praticam desporto de forma regular no âmbito da atividade dos SASUM, seja, em atividades de lazer ou competição (Atividades Aquáticas, Desportos Coletivos, Artes Marciais e Combate, Desportos Individuais, Fitness (Aeróbicas, Corpo e Mente, Danças, Localizadas), o que coloca a UMinho ao nível das melhores práticas desenvolvidas pelas suas congéneres europeias, nomeadamente as que se dedicam ao desporto para todos, tipicamente situadas no centro e norte da Europa.

Dos 8.433 utentes inscritos em 2015, 6.095 (72%) foram em Braga e 2.338 (28%) foi em Guimarães. As instalações desportivas do DDC têm cerca de 21.050 m² de área útil para a prática desportiva e no ano letivo de 2014/2015 contaram com 262.139 usos, com uma média diária anual de 769, sendo que o mês que obteve uma média mais alta foi novembro com 1.117 usos.

Infraestruturas desportivas

A UMinho possui 2 Complexos Desportivos (Braga e Guimarães), Centro de Condição Física de Santa Tecla e Campo de práticas de Golfe.

O Complexo Desportivo de Gualtar é composto por duas naves polivalentes, sala de squash, 2 campos exteriores em relva sintética, 2 salas de condição física (musculação e cárdio fitness), 3 ginásios para atividades de ritmo, desportos de combate e defesa pessoal, campo de voleibol de praia, monólito exterior de escalada com 14m de altura, rocódromo interior com 10m de altura e um centro médico.

O Complexo Desportivo de Azurém é composto por uma nave polivalente, sala de squash, sala de condição física (musculação e cardiofitness), 3 ginásios



para atividades de ritmo, desportos de combate e defesa pessoal.

O Campo de práticas de Golfe em Azurém é composto por uma área de aproximadamente 14.400 metros quadrados, possuiu 10 zonas de batimentos, uma zona de putting green com 9 buracos e um bunker de areia.

O Centro de Condição Física de Santa Tecla é composto por uma sala de condição física para as atividades de musculação e cardiofitness e uma sala

poderão representar a Academia nos campeonatos europeus universitários.

Em termos de competição, as modalidades na UMinho vão desde o Andebol, Basquetebol, Futebol 11, Atletismo, Badminton, Bilhar, BTT, Equitação, Esqui alpino, Escalada, Futvôlei, Kickboxing, Ténis de Mesa, Natação, Taekwondo, Ténis, Xadrez, Voleibol, Rugby, Karaté, Judo, Karting, Orientação, Ténis, Tiro com Arco, Futsal, Canoagem, Esgrima, Golfe, Corfebol, Polo Aquático, Hóquei Patins,

DDC efetua a supervisão técnica das atividades de competição desportiva universitária, realiza o recrutamento e avaliação do perfil e desempenho dos técnicos de desporto, assim como, presta apoio administrativo e médico (através de um fisioterapeuta), bem como apoio logístico, através da cedência das instalações, material desportivo e transporte.

Atividades de Lazer

No que toca às atividades de lazer, a oferta é também alargada, abrangendo várias das modalidades anteriores que para além da vertente de competição, têm a vertente de recreação (podendo qualquer um praticar a modalidade, mesmo não querendo competir a nível nacional), para além de várias outras atividades de artes marciais, desportos de combate e Fitness.

A oferta destas ou outras atividades/modalidades depende de uma avaliação da procura que é feita anualmente, nomeadamente dos alunos que todos os anos chegam à Universidade de forma a conhecer melhor as tendências. “Seguimos uma oferta do histórico dos anos anteriores avaliando parâmetros de interesse, crescimento, etc., e potenciamos as atividades ou podem até fechar no caso da oferta não se justificar” refere o Diretor.

As atividades de fitness são a maior oferta em termos lazer, indo desde as atividades aeróbicas, atividades de corpo e mente, danças e localizadas, de forma a ir de encontro às pretensões da população alvo, sendo objetivo aumentar a regularidade de prática desportiva da comunidade académica e



de squash.

Para além destas instalações desportivas, a atividade desportiva da UMinho é desenvolvida em espaços informais nas atividades de aventura e ainda nas Instalações Desportivas cedidas pelas Câmaras Municipais de Braga e Guimarães, nomeadamente na modalidade de natação.

Competição Desportiva Universitária

Os serviços desportivos da UMinho oferecem aos seus alunos várias modalidades/atividades de competição, sejam elas, individuais ou coletivas. Este programa é dinamizado juntamente com a Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM) e enquadrado em função do calendário desportivo organizado pela Federação Académica de Desporto Universitário (FADU). Em termos internacionais, as equipas que conseguem títulos nacionais

Squash, Surf, Bodyboard, Vela e Xadrez.

A AAUM é responsável pela representação política e participação nas provas do âmbito da FADU. O

“A prática desportiva é absolutamente fundamental e decisiva para a formação integral de qualquer pessoa. Não se entende uma formação superior sem espaço para a “vivência motora”, quer esta seja de caráter lúdico, recreativo, de melhoria da condição física ou de competição. Praticar desporto na Universidade do Minho é qualificar a experiência académica e preparar melhor o futuro.”

Fernando Parente - Diretor do DDC

não só. São estas também, juntamente com as de condição física as mais procuradas. “Para termos uma ideia só a Musculação e Cardiofitness é 2/3 de toda a atividade, depois temos bastante procura nas atividades de ritmo, futsal, desportos de combate e natação” garante Fernando Parente.

Estudos garantem que devemos praticar pelo menos 180 minutos de exercício acumulado durante a semana, para manter os níveis de saúde e condição física exigidos para as tarefas e desafios



físicos, sociais e intelectuais. Dessa forma, e para o Diretor do DDC “os estudantes devem organizar-se de forma a conseguirem fazê-lo”. Continuando, refere que “O Desporto é considerado como um meio fantástico de promoção do sucesso escolar, nomeadamente na integração académica, gestão do tempo, trabalho em equipa, melhoria da au-

toestima e motivação, etc... A falta de tempo não é desculpa aceitável, fazer desporto só trás benefícios do ponto de vista pessoal e comunitário” declara.

Desporto da UMinho, um caso de sucesso a nível nacional e internacional

A qualidade, associada ao profissionalismo e responsabilidade são características inerentes aos SASUM, fazendo com que os Serviços estejam

atualmente num patamar de excelência, sendo o DDC um bom exemplo disso.

A estrutura desportiva do DDC, juntamente com a AAUM, no ano de 2014/2015, conquistou 116 medalhas no total, sendo 32 de ouro, 43 de prata e 41 de bronze. Para além disso, as equipas da



UMinho/AAUM conquistaram uma medalha nos Campeonatos Europeus Universitários. A UMinho é uma das Academias que mais sucesso tem conseguido em termos desportivos, o que tem vindo a projetar e muito a imagem do desporto da UMinho, a nível nacional e internacional. Hoje a UMinho é conhecida no meio do Desporto Universitário europeu e mundial como uma instituição de referência na oferta de serviços, competição desportiva universitária e como entidade que organiza eventos internacionais com elevados padrões de qualidade. “Mas o sucesso deve-se fundamentalmente à visão e trabalho continuado dos responsáveis da Univer-

sidade, nomeadamente dos Reitores, Administradores de Serviços de Acção Social e Presidentes da Associação Académica” afirmou.

Não esquecer que o sucesso do desporto da UMinho não resulta apenas de fatores internos, mas também do apoio de entidades que cooperam com a Universidade no desenvolvimento desportivo, tais como clubes, associações, câmaras municipais que acolhem os dois polos da Universidade, os quais são bases importantes para continuar e reforçar o projeto desportivo da UMinho.

Diretor do DDC dos SASUM

Fernando Parente candidata-se ao Comité Executivo da FISU

A Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) apresentou, no passado mês de agosto, a candidatura de Fernando Parente a assessor do Comité Executivo da Federação Internacional de Desporto Universitário (FISU).

FADU

dicas@sas.uminho.pt

Fernando Parente surge como o rosto de uma candidatura que já não é a primeira da FADU a esta instituição. “Este é um órgão no qual a FADU já esteve representada através do Pedro Dias, nos mandatos entre 2003 e 2011. Entende, por isso a FADU, que esta candidatura representa um marco importante no sentido de retomar uma maior participação internacional. O trabalho nos campos da participação e organização tem deixado Portugal num lugar de destaque e proporcionado, por isso, uma posição privilegiada para trabalhar para esta candidatura”, explica a presidente da FADU, Filipa Godinho.

O também docente é já uma habitual figura do desporto universitário tanto a nível nacional como internacional. Paralelamente ao seu trabalho a serviço da Universidade do Minho como diretor desportivo

dos Serviços de Ação Social, Parente é membro da Comissão do Desporto Para Todos do Comité Olímpico de Portugal, desde 2012, secretário da Comissão de Controlo Internacional da FISU, desde 2008, e membro do Comité Executivo da Associação Europeia de Desporto Universitário (EUSA), desde 2012.

“O Fernando Parente já deu provas do seu mérito, ao mesmo que tempo que, é já uma ‘cara conhecida’ dentro da Federação Internacional pela sua participação ativa e pela sua posição de Secretário na Comissão de Controlo. Estou, por isso certa, que estão reunidas as condições necessárias para que esta candidatura tenha o merecido sucesso”, defende Filipa Godinho.

Parente conta no seu currículo com várias organizações de provas nacionais e internacionais, entre elas oito campeonatos mundiais universitários - dos quais em cinco foi secretário-geral - e quatro campeonatos europeus universitários, onde também foi secretário-geral.

Fernando Parente foi ainda Chefe da Delegação portuguesa das Universiadas de Verão de 1997 que decorreram na Sicília, em Itália, e teve uma presen-



ça assídua nesta competição entre 1993 e 2007.

A eleição do Comité Executivo da FISU vai decorrer

durante a Assembleia Geral do organismo, nos dias 7 e 8 de novembro, em Lausanne, na Suíça.

**“NA NOSSA FUNÇÃO,
“ESTAMOS
ADMINISTRADORES”.
É UMA FUNÇÃO DEFINIDA
TEMPORALMENTE,
E O MEU OBJETIVO É
FAZER O MELHOR
POSSÍVEL DENTRO DA
ORGANIZAÇÃO.”**



Carlos Silva é Administrador dos Serviços de Ação Social da Universidade do Minho (SASUM) há quase 12 anos. Em entrevista ao UMdicas faz um balanço do seu percurso nesta função, da organização que lidera, da política social e ainda das valências que os SASUM disponibilizam à comunidade: alojamento, alimentação, desporto, bolsas de estudo, apoio médico, bem como outras atividades direcionadas para a proteção e bem-estar dos estudantes.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

É Administrador dos Serviços de Ação Social da Universidade do Minho (SASUM) há quase 12 anos. Que balanço faz deste trajeto?

Faço necessariamente um balanço positivo. O aspeto essencial é a mudança cultural que os Serviços sofreram durante estes anos. Atualmente é um Serviço onde se cultiva uma filosofia de excelência, uma estrutura que é praticamente a mesma no número trabalhadores, baseado num planeamento sólido e objetivo, alavancado pelos seus recursos humanos, onde a formação/qualificação e a aposta na motivação dos recursos humanos foi, e continua a ser, um vetor vital importante para a mudança de paradigma.

Foi um percurso com muita aprendizagem, construído no princípio do trabalho em equipa.

Esta aposta levou a que aprendêssemos a conhecer melhor os pontos fortes e menos fortes da organização e dos processos; a conhecer e a motivar as pessoas a abraçar o projeto; e, em conjunto, levou a uma profunda melhoria da eficácia e eficiência da nossa organização.

Outro aspeto crucial teve a ver com a requalificação/qualidade das infraestruturas, seja na área do

alojamento, alimentação ou desportiva, alicerçado atualmente em processos de manutenção contínua. São estes os aspetos mais fortes da instituição neste trajeto de 12 anos.

Atualmente como caracteriza os SASUM enquanto serviço de apoio aos estudantes?

Os SASUM têm como missão, proporcionar aos estudantes as melhores condições de frequência do ensino superior e de integração e vivência social e académica.

Os objetivos dos SASUM traduzem-se em proporcionar aos estudantes melhores condições de estudo e de integração académica, mediante a prestação de serviços nas suas áreas de atuação, nomeadamente: atribuição de bolsas de estudo e apoios de emergência aos estudantes de 1º e 2º clico, serviços de alimentação, com serviços diferenciados de apoio social entre outros, serviços desportivos (recreação e competição), serviços de alojamento, em 10 blocos residenciais, serviços de apoio clínico para estudantes que se encontrem deslocados das suas famílias e serviço de apoio psicológico, são estes os serviços que caracterizam a atividade fundamental dos nossos Serviços.

Os SASUM disponibilizam 10 bolcos residenciais para os seus estudantes (Braga e Guimaraes). Como caracteriza a qualidade,

o preço, a disponibilidade e a resposta aos alunos que solicitam alojamento?

O alojamento é uma área fundamental, porque é um serviço de baixo custo para a maior parte dos estudantes, em que a relação de oferta/preço é uma relação muito boa.

As residências possuem ainda, salas de estudo, cozinha para aquecerem as suas refeições, dispõem de uma estrutura wireless integrada com a rede da Universidade, grande parte dos espaços têm televisão por cabo nos seus quartos, serviço de lavandaria, algumas têm serviços de bar (Stª Tecla e Azurém), e em S. Tecla existe ainda uma infraestrutura desportiva. Ou seja, temos as residências preparadas para o que é fundamental na vivência de um estudante na universidade, quando comparados estes preços com os do mercado exterior, estes são muitos bons, para atestar isso podemos dizer que as residências têm cerca de 800 alunos bolseiros e 600 que não o são, ou seja, estes procuram as Residência porque estas oferecem um conjunto de serviços importante para o estudante, a baixo custo e com uma boa qualidade.

Os SASUM disponibilizam benefícios na área do apoio clínico, clínica geral, psicologia e enfermagem. De que forma se processam estes apoios? São serviços que têm uma procura interessante,

há estudantes que têm alguns problemas de saúde e estando deslocados da sua família, procuram na nossa oferta de medicina preventiva e apoio clínico, a resposta para os seus problemas. Temos consultas, por marcação prévia, uma vez por semana, em Braga e Guimarães, e no caso do apoio psicológico temos praticamente consultas diárias, pois a procura é mais elevada.

Também temos um protocolo com a Escola de Psicologia que ajuda a dar resposta à procura de apoio psicológico aqui na Universidade. Grande parte dos nossos serviços não tem custos para os estudantes carenciados, o que é um dos aspetos fundamentais na nossa atividade social. Quando são alunos que têm outro estatuto financeiro/social acabam por pagar um custo que é apenas de comparticipação da consulta, pois o serviço tem um custo superior para a instituição.

Quantas candidaturas a bolsas de estudo receberam no ano passado? Como tem sido a evolução dos apoios pedidos e concedidos nos últimos anos?

Ao longo dos últimos tem havido uma variação, quer no número de pedidos, seja no número final de bolseiros. Esta variação está intimamente ligada às alterações do regulamento de atribuição de bolsas de estudo que definido e aprovado pelo Secretário de Estado do Ensino Superior, sendo que estas

alterações têm forte influência nos resultados, ou seja, dependendo dos anos e do regulamento em vigor, o número de bolseiros sobe ou desce, o que acaba por causar algum desequilíbrio na atribuição de bolsas aos estudantes

No entanto, na Universidade do Minho, nos últimos anos o número tem vindo a subir, quer no número de bolseiros, quer no número de candidatos. No ano anterior tivemos 5261 bolseiros em 6556 candidatos, ou seja, há aqui uma relação de cerca de 80% entre bolseiros/candidatos. No passado este número já foi superior, para termos uma ideia, em 2010/2011 o número de candidatos chegou perto dos 7300, sendo que o maior número de bolseiros foi em 2009/2010 onde atingimos os 5513. No entanto estas variações dependem das alterações ao regulamento.

Este ano espera-se que o número de candidatos aumente, bem como o número de bolseiros, sendo que o valor da bolsa média deve rondar os 200 euros como se tem vindo a verificar nos últimos anos, e que é também a média de bolsa do País.

Evolução dos encargos com bolsas desde 2005/2006

Ano letivo	N.º de estudantes	N.º de candidatos	N.º de bolseiros	% bolseiros sobre o n.º de estudantes	Bolsas e subsídios	Bolsas médias
2005/06	13 735	5 884	5 195	37,82%	6.699.591 €	130 €
2006/07	13 485	6 305	5 452	40,43%	8.736.526 €	173 €
2007/08	14 150	6 519	5 490	38,80%	10.009.658 €	183 €
2008/09	14 187	6 885	5 511	38,85%	10.652.457 €	192 €
2009/10	15 462	7 187	5 513	35,66%	12.014.625 €	215 €
2010/11	16 084	7 298	5 037	31,32%	10.781.076 €	213 €
2011/12	16 208	6 590	4 584	28,28%	9.841.019 €	216 €
2012/13	16 925	6 536	4 993	29,50%	10.735.794 €	216 €
2013/14	16 719	6 541	5 227	31,26%	11.258.044,51€	214 €
2014/15*	16 448	6 556	5 261	31,99%	- €	210,75€

Em relação a esta vertente de apoio social, temos também o fundo de apoio social que foi criado na UMinho, que é o Fundo Social de Emergência que apoia estudantes em situações de emergência. Este ano, este apoio teve uma procura particularmente elevada, foram mais de 150 processos e em que grande parte dos alunos foram apoiados com bolsas que pagam a propina ao estudante.

Evolução das candidaturas e valor dos apoios atribuídos

FSE	2012/13	2013/14(a)	2014/15(a) (b)
Pedidos recebidos	60	136	124
Apoios Concedidos	39	101	104
Processos Indeferidos	21	35	20
Investimento da UMinho	33.972 €	106.434,50 €	109.976,70 €
Montante pago aos SAUM de propinas	26.134 €	89.018,30 €	94.367,22 €
Apoio Máximo	1.037 €	1.958,70 €	1.958,70 €
Apoio Mínimo	152 €	516,00 €	259,30 €
Valor médio do FSE	871 €	1.053,81 €	1.057,47 €

Os Serviços dispõem ainda de cerca de 22 unidades alimentares, entre cantinas, restaurante e vários bares. No que diz respeito a serviços de alimentação, come-se bem, com qualidade e a bom preço na UMinho?

Pelos valores dos níveis de satisfação dos nossos clientes e em particular pelos nossos estudantes, podemos dizer que o nível de satisfação é elevado, com mais de 80% de satisfação nestas estruturas, o que para nós é um indicador muito interessante. Ou seja, as pessoas valorizam os serviços que são prestados na área alimentar, seja nas cantinas ou noutras unidades. É algo que tem vindo a merecer a nossa atenção, no sentido de uma melhoria continua e que tem vindo a crescer nos últimos anos. Neste momento servimos mais de 550.000 refeições subsidiadas, sendo uma área que tem vindo a crescer nos últimos anos e mais de 100.000 refeições servidas nas outras unidades, mesmo o atendimento nos bares tem-se mantido estável, num ano fazemos mais de 1.400.000 atendimentos, o que para nós é muito importante. A nível de satisfação global no Departamento

alimentar, ronda os 85%, o que traduz a qualidade que é oferecida nos nossos serviços alimentares, onde tentamos sempre incluir melhorias, serviços novos, novas unidades, etc.

O desporto é uma das áreas de maior visibilidade. Que tipo de serviços dispõe e quem pode aceder a ele?

Todas as pessoas da comunidade académica podem aceder aos nossos serviços, a preços diferenciados.

No desporto passa-se exatamente a mesma coisa, temos áreas de serviço para todos os segmentos, em que estão englobadas as salas de musculação e cardio fitness, bem como atividades dirigidas a toda a comunidade, inclusive à comunidade externa. Oferecemos atividades desportivas mais direcionadas para estudantes, quer na vertente da recreação quer na competição.

Para termos uma ideia, mais de 7.000 pessoas, numa comunidade de mais de 10.000 utentes dos serviços desportivos são estudantes da UMinho, entre estes existem aqueles que são selecionados para representar a academia, através do nosso Clube que é a Associação Académica da Universidade do Minho nas competições nacionais da Federação Académica de Desporto Universitário.

Os Serviços de Acção Social oferecem serviços para todos, temos cerca de 70 atividades, na área do Fitness, atividades aquáticas, desportos individuais, treino funcional, desportos coletivos, artes marciais e de combate, as quais vão de encontro ao gosto e à procura dos nossos utentes, de modo a conseguirmos a satisfação de quem nos procura.

No último ano, ao nível do serviço desportivo tivemos uma ligeira quebra, mas também já está sinalizada, refletindo-se principalmente a nível dos clientes externos, motivada pela criação de uma serie de infraestruturas nesta área e na cidade de Braga, o que acaba por levar pessoas que praticavam desporto na Universidade, para fora. Mas isto também é importante pois estamos a criar um produto para a própria sociedade, estamos a levar as pessoas a praticar desporto de forma regular e quando acabam a Universidade continuam a prática desportiva nas instalações da cidade, o que é bom,

pois somos uma alavanca para a criação de hábitos desportivos e logo saudáveis.

Sendo os SASUM financiados em grande parte pelas suas próprias receitas. Quais as áreas que mais tem sofrido com a crise?

Temos tido cortes ao nível do Orçamento de Estado (OE) que tentamos colmatar com as receitas que são geradas pela atividade do Serviço. À medida que vamos perdendo OE vamos ajustando a nossa atividade de modo a que não haja uma perda na qualidade do serviço, ou seja, não é pelo facto de termos menos dinheiro que

vamos servir com menos qualidade ou ter produtos de menor qualidade.

A gestão tem que ser feita de forma a que não condicione os resultados, ou seja, se temos menos dinheiro vamos cortar em áreas que não tenham implicação direta com o serviço que estamos a prestar.

Só para termos uma ideia, o nosso orçamento chegou a rondar os 2,5 milhões de euros, ao nível do OE, e atualmente varia entre 1.900.000 e 2.000.000 de euros, ou seja, 400.000 por ano ao longo dos últimos anos é muito dinheiro, verba que era aplicada a maioria em melhoria da qualidade de infraestruturas para os estudantes.

Portanto, quando planeamos uma nova infraestrutura, temos de o fazer em mais tempo, ou seja, planeamos o investimento ao longo do tempo de modo a conseguir responder aquilo que é a nossa procura e nunca cortar em áreas que são fundamentais. Essa tem sido a nossa estratégia face à perda de orçamento.

Pontualmente perdemos receita em relação a alguns serviços, pois as pessoas não têm a capacidade de compra que tinham no passado, e por isso o que temos feito é, ajustar o preço dos nossos serviços, há preços que não são aumentados há 10 anos! Aquilo que nós consideramos um pequeno-almoço ou lanche típico, nunca aumentou, pois temos que dar capacidade aos nossos estudantes para fazerem estas refeições a preços que são realmente muito bons. Esta tem sido a estratégia, pois é este o nosso papel social e que temos vindo a cumprir ao longo dos últimos anos.

Tendo em conta o atual contexto económico e social, no seu entender, a função dos Serviços de Ação Social é cada vez mais importante?

O papel da Ação Social é importante em todas as universidades deste país, a Ação Social tem de ser inclusiva, é um mecanismo criado para ajudar o estudante na sua vivencia na universidade, ou seja, temos de ter serviços de baixo custo e de qualidade elevada, seja na área alimentar, na área desportiva, no alojamento, na área clinica, de forma a que o estudante consiga na universidade usufruir de serviços de qualidade, ter todas as condições para ter sucesso académico. Se o estudante não tiver condições, vão-lhe ser criados obstáculos que certamente vão por em causa o seu sucesso académico.

Portanto, a Ação Social é dos mecanismos mais importantes das universidades, pois é uma das estruturas que cria as condições básicas para que os estudantes possam ter sucesso académico.

A área da Ação Social tem sido uma área estratégica das universidades porque as que oferecem melhores serviços acabam por ter melhores resultados. Por exemplo, na área desportiva, a competição é usada de forma assumida para divulgar a imagem da Universidade do Minho e do clube, que neste caso é a Associação Académica.



Também nesta área o papel da Ação Social é importante para que os alunos do alto rendimento possam conciliar a sua atividade académica com o desporto de competição. Se não existissem estas estruturas nas Universidade seria muito difícil um estudante conseguir conciliar as atividades. Na UMinho fomos mais longe e temos um programa dirigido para os estudantes/atletas de alto rendimento, de forma a que consigam fazer as duas coisas, estudar e praticar desporto ao mais alto nível, isto só é conseguido quando esta visão está integrada na Universidade e na Ação Social.

Para além das bolsas, que outros mecanismos dispõem a Universidade e os Serviços de Ação Social para ajudar os alunos em dificuldades?

Temos vários mecanismos de apoio social direto para além da bolsa de estudo que está enquadrada no regulamento de atribuição de bolsas de estudo do ensino superior, tais como:

O Fundo Social de Emergência que tem nos últimos anos um plafond anual de 150.000.00 ou superior. **De salientar que este fundo tem tido um apoio muito grande da sociedade, a título de exemplo, os Lions Clube de Braga é uma instituição que tem ajudado a Universidade a cumprir esta missão,** os Lions têm dado aos alunos bolseiros 50.000 euros por ano, apoiando 50 estudantes por ano em situação de emergência e por isso é de louvar o esforço da sociedade nesta matéria.

Outro sistema de apoio é concretizado através da colaboração de estudantes nas atividades da Universidade do Minho, em quase todas as suas estruturas, serviços académicos, bibliotecas, serviços informáticos, atividades desportivas, na área da alimentação, alojamento, nas Escolas, Departamentos e laboratórios. Também existem programas específicos em algumas Escolas de apoio a estudantes carenciados.

Apenas para termos ideia, são pagos quase meio milhão de euros pela universidade e serviços só para o programa de colaboração, estamos realmente a falar de muito dinheiro e de muitos estudantes que são apoiados de forma direta através da instituição. São mecanismos de apoio social que foram desenvolvidos na universidade e que acabam por ajudar os estudantes a cumprir os seus objetivos que é ter sucesso académico. Este tem sido um dos caminhos mais interessantes de ver concretizado na UMinho nos últimos anos.

Como vê a política de Ação Social Escolar em Portugal e no seu entender para onde deveria evoluir?

A política de Ação Social tem de ser uma política concretizada/desenvolvida na Universidade, desenvolvida com autonomia administrativa e financeira, porque é única a forma de se executar rápido e de as colocar muito rapidamente no terreno.

Em Portugal têm-se experimentado modelos diferentes nas universidades, mas o modelo que tem os melhores resultados, sendo o da maioria dos Serviços em Portugal, é o modelo de proximidade dos Serviços de Ação Social à Universidade, desenvolvido sempre com autonomia, em que os Serviços têm autonomia para concretizar as políticas definidas na Universidade, pelo Reitor e pelo próprio Conselho Geral.

Nós temos de ser acima de tudo uma estrutura de resposta direta ao estudante, ele chega-nos com o seu problema e muitas vezes não pode sequer

esperar pelo outro dia para o resolver, por isso tentamos compreender o problema e tentamos dar resposta no imediato, e isto só se faz se realmente os serviços tiverem capacidade de decisão.

Esta Universidade definiu um caminho que é interessante para os Serviços de Ação Social, que foi o que seguiram a maior parte das instituições de ensino superior, mas não tenho dúvida que na UMinho conseguimos atingir um patamar elevado na concretização das políticas de ação social, que deve ser continuado e melhorado, sempre que possível.

Como já referiu em anteriores entrevistas, este foi o seu “maior desafio profissional”. Quais são os seus projetos e como perspetiva o seu futuro?

Posso dizer que planeio o futuro mas vivo o presente, é a minha filosofia de vida. Para mim é difícil dizer o que vou fazer daqui a 2 ou 4 anos, logicamente sempre perspetivei o futuro, tenho algumas metas que têm a ver o desenvolvimento pessoal e outras que têm a ver com a nossa atividade aqui nos Serviços.



Costumo dizer que faço parte de uma equipa, sou membro ativo dessa equipa, trabalho com pessoas, para as pessoas, para dar as melhores condições de trabalho, quer sejam condições físicas, quer seja formação essencial para o desenvolvimento das suas funções.

As pessoas para a nossa função são de escolha do Reitor, fui escolhido com objetivos e metas claras e quando este ciclo acabar continuarei a ser membro de uma equipa que ajudei a construir. Tenho objetivos claros do que quero fazer dentro de alguns anos, uns passam pela organização, outros não, mas realmente não estou muito preocupado com isso, nunca estive (risos).

Na nossa função, “estamos Administradores”. É uma função definida temporalmente, e o meu objetivo é fazer o melhor possível dentro da organização. Sinto-me bem dentro da organização, foi algo que construímos, é algo que conheço bem, tenho uma excelente equipa de pessoas a todos os níveis, as pessoas vestem a camisola da organização e por isso o que mais me motiva é estar dentro da organização.

Quais são as grandes linhas estratégias dos SASUM para o futuro?

Uma das grandes linhas estratégicas passam por reforçar a sustentabilidade financeira dos SASUM,

e para isso temos que aumentar as nossas receitas próprias, criando novos serviços/atividades, consolidando o processo de modernização administrativa, incrementando a economia, a eficiência e a eficácia. Estando no patamar que estamos, como vamos fazer isto?

Temos uma candidatura QREN que visa a excelência, para os próximos 2 anos, para os SAS do Norte, onde estão a UPorto, a UTAD e a UMinho, e onde queremos criar infraestruturas de gestão que sejam transversais aos três Serviços, de modo a consolidar as melhores práticas, de modo a que nos próximos anos sejamos serviços de referência em Portugal, em todas as áreas.

A estratégia para os próximos anos passará por aqui, usarmos as nossas estruturas de Ação Social de forma partilhada ao nível das universidades do Norte e que o nível de funcionamento dos processos e serviços sejam muito idênticos entre as três instituições.

A outra vertente estratégica tem a ver com o desenvolvimento de novas infraestruturas na Universidade. Para o próximo ano vamos concretizar

realmente um sonho para qualquer SAS, digo sonho porque, à medida que vamos perdendo orçamento de estado temos que criar infraestruturas para que possamos gerar receita.

Se olharmos por exemplo para o alojamento, não é uma área em que possamos prever crescimento, a não ser se criasse uma infraestrutura para o 3º ciclo ou para professores, e estaria a falar em algo mais relacionado com um hotel ou residência aqui no campus, que pudesse oferecer serviços de alojamento para participantes em conferências, eventos internacionais das várias escolas e da universidade, a preços baixos.

O estado tem investido cada vez menos na Ação Social, o que faz com que os serviços fiquem estagnados e sem capacidade de se expandir.

Pois, se nós para atingir a autossustentabilidade aumentássemos os preços, perdíamos claramente o rumo daquilo que é a nossa missão. Mas penso que havendo uma ligação das três universidades do Norte, havendo objetivos comuns, este caminho será um caminho mais natural, mas aqui e como costume dizer, só Deus sabe.

Qual a sua opinião sobre a passagem da UMinho a Fundação?

Está a acontecer, é um processo que já não é de hoje, mas um processo que tem anos. Está aí, vai acontecer até dezembro, é um facto, só espero que traga resultados positivos.

Há visões diferentes na Universidade do que deve ser a Universidade e do que será o regime fundacional. Uma coisa é clara, as Fundações têm vindo a perder o seu grau de autonomia conforme o que estava definido inicialmente. Há claramente aspetos positivos nesta vertente, agora tudo vai depender da forma como forem implementados, ou seja, da forma como for implementada a mudança.

Qualquer mudança é sempre complexa e depende dos seus atores, tudo vai depender de como se implementam as mudanças no terreno.

As universidades já passaram por muitos altos e baixos nos últimos anos e por isso será difícil dizer se a passagem ao regime fundacional é ponderadamente boa ou má. Apenas digo que um processo de mudança depende sempre, e em muito, da fase de implementação, para ser boa ou má dependerá dos seus atores.

Gostaria de deixar alguma mensagem para os novos estudantes e restante comunidade académica?

Para os estudantes, digo que enquanto cá estiverem aproveitem ao máximo a organização, façam o vosso curso superior e tornem-se melhores elementos da sociedade, adquiram competências que não tiveram oportunidade até agora. **Aproveitem as estruturas que estão cá dentro, seja a nível desportivo, alimentação e alojamento, experimentem novas atividades nas mais variadas áreas.**

A restante comunidade, que aproveitem a nossa infraestrutura desportiva para se libertarem dos problemas do dia-a-dia, usem ao máximo os nossos serviços e ajudem-nos a sermos melhores. Façam sugestões, a crítica desde que seja construtiva é positiva pois ajuda-nos a melhorar e a crescer, sejam sugestões ou reclamações, pois é uma forma de percebermos onde estamos e onde andamos. No objetivo de excelência que temos, a opinião das pessoas é importante, e se as pessoas fizerem isso, é um contributo fundamental para desenvolvermos o nosso serviço.

Cerimónia de Acolhimento 2015

UMinho deu as boas-vindas as mais de 2500 novos estudantes

Foram mais 2500 os novos alunos que este ano chegaram à Universidade do Minho (UMinho), sendo recebidos esta segunda-feira, dia 14 de setembro, numa cerimónia solene presidida pelo Reitor que lhe deu as boas-vindas, parabenizou e agradeceu a escolha que fizeram para realização da sua formação superior.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Os novos alunos da Academia Minhota que entraram na UMinho na primeira fase do concurso nacional de acesso ao ensino superior ouviram pela primeira vez, o Reitor António Cunha e o Presidente da Associação Académica da Universidade do Minho (AAUM), Carlos Videira que lhes deixaram mensagens de força e esperança, mas também de responsabilidade.

A cerimónia de acolhimento teve lugar no Pavilhão Desportivo da UMinho em Gualtar, pelas 15h30, juntando “caloiros” e doutores, equipa reitoral e diretores de curso, bem como todos os que fizeram questão de estar nesta primeira cerimónia oficial dirigida aos novos “residentes” da UMinho.

A sessão de boas-vindas iniciou, como é costume, com o hino da Academia entoado pelo Coro Académico da UMinho. Posto isto, Carlos Videira subiu ao palco colocando a tónica do discurso precisamente na importância do dia, no percurso que os novos alunos estão a iniciar, bem como na responsabilidade que os deve acompanhar daqui para a frente: “Sei que este é um dia especial

e muito importante para todos vós. O ano que está prestes a começar representa o início de um novo ciclo, será o primeiro de anos repletos de vitórias e derrotas, dúvidas e certezas, alegrias e frustrações. Será o primeiro de anos recheados de novas aprendizagens fundamentais para as vossas vidas e que deveis vivenciar com espírito crítico, com sentido de responsabilidade e respeito pelos outros” disse. Sublinhando ainda, que ninguém será capaz de os ajudar se não assumirem as suas próprias responsabilidades.

O presidente da AAUM chamou também a atenção para a importância da Educação Superior, não só para o futuro de cada um mas também para o futuro do país: “O que vocês fizerem com os vossos estudos vai decidir nada mais nada menos que o futuro do nosso país” referiu. Videira alertou ainda para as dificuldades que vão encontrar pela frente: “Sei que muitas vezes não é fácil...”, exortando a que “Enfrentem as dificuldades e não desistam”, assegurando que terá a seu lado quem os ajude e reforçando que a Universidade espera “grandes coisas de todos vocês”.

Ao Reitor coube-lhe “abrir” as portas da Academia: “A partir de hoje queremos que esta casa seja também a vossa” disse. Agradecendo a escolha na UMinho, António Cunha destacou a Academia como uma “parceira da preparação e construção do vosso futuro...”, sinalizando que a partir deste momento são parte da instituição, a qual apresentou como, de qualidade, apostada na educação integral, no compromisso com o desenvolvimento, na promoção



e reconhecimento do mérito, na solidariedade e na inclusão, e de dimensão internacional.

António Cunha destacou ainda, a forma como a Academia é sentida, lembrando que também os novos alunos irão começar a sentir “essa coisa de ser da UMinho”. Lembrando que ser da UMinho “é ser livre no pensamento e respeitar os seus valores”, por isso advertiu que “nesta casa, ninguém, nenhum estudante pode ser coagido a fazer o que não quer e deverá denunciar qualquer tentativa nesse sentido.” Continuando, preveniu: “não deixem que ninguém vos obrigue a olhar para o chão” numa indireta às praxes que por estes dias são o “prato” forte na Academia.

O responsável da UMinho terminou transmitindo a mensagem para que todos participem “ativamente na vida universitária”, desejando “um futuro profícuo e bem-sucedido na Universidade do Minho”.

No final, assistiu-se a duas excelentes atuações, subindo ao palco a Tuna Universitária do Minho e os Bomboémia que deixaram encantados não só os novos alunos mas todos os presentes.

A sessão repetiu-se das 18h30 às 20h00 para os novos alunos dos cursos em regime pós-laboral, no anfiteatro B1 (Complexo Pedagógico I).

Programa ERASMUS

Alunos ERASMUS recebidos na UMinho e em Braga

Ao abrigo do Programa ERASMUS, a UMinho recebeu este ano 330 estudantes de mais de 50 nacionalidades os quais foram recebidos pela Universidade do Minho (UMinho) e pela cidade de Braga com um programa de boas-vindas que englobou a apresentação da Academia e da cidade de Braga, com uma cerimónia na Avenida Central que contou com a presença do Vice-reitor, Rui Vieira de Castro, do Presidente da Câmara, Ricardo Rio e do Presidente da Associação Académica, Carlos Videira.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

O programa de boas-vindas aos alunos do programa de mobilidade e cooperação estudantil - ERASMUS decorrido no passado dia 7 de setembro foi promovido pelo Serviço de Relações Internacionais que procurou proporcionar a estes alunos vindos dos cinco continentes, a melhor integração possível, prestar orientação, para que a sua experiência na Academia Minhota seja, como referiu Rui Vieira de Castro “marcante nas vossas vidas”.

A UMinho é todos os anos o destino de centenas de estudantes oriundos dos quatro cantos do mundo, este ano, mais uma vez, foram muitos os que elegeram a UMinho, Braga ou Guimarães e o

nosso país para ser a sua “casa” por um ou dois semestres.

O dia começou com as boas-vindas e apresentação do programa, que esteve a cargo da Dra. Adriana Carvalho, Diretora dos Serviços de Relações Internacionais, que aproveitou a sessão não só para motivar estes estudantes nesta experiência importante da sua vida, mas também para algumas explicações.

Após isso, e sendo objetivo dar a conhecer aos estudantes ERASMUS o que de melhor tem o nosso país, no intervalo da sessão foram distribuídos os famosos “Pastéis de Nata”. Na retoma, estes alunos em mobilidade ficaram a conhecer um pouco mais daquilo que a UMinho tem para lhes oferecer, com apresentações dos vários serviços e valências da Academia.

Após o almoço na cantina, os novos residentes da UMinho foram conhecer a cidade de Braga através da atividade “Conhecer Braga”, tendo como objetivo não só conhecer a cidade, mas também uns aos outros.

Pelas 16:30 decorreu a cerimónia de boas-vindas na Avenida Central, a qual contou, em representação do Reitor, com o Vice-reitor, que afirmou o “enorme prazer” que é para a Universidade “poder acolher

um número tão diversificado e significativo de alunos que vêm de países e de universidades tão diversos”. Para Rui Vieira de Castro “esta é uma oportunidade única de desenvolvimento pessoal e social que julgo que vocês serão capazes de aproveitar”, sublinhando a importância desta experiência para a consolidação daquilo que são os objetivos comuns à comunidade internacional “uma oportunidade de contribuir para a construção do espaço internacional de ensino superior” disse.

Ricardo Rio foi o anfitrião da cidade, “colorindo” Braga como uma das cidades mais importantes do país e da Península Ibérica, uma cidade com uma dinâmica social e cultural muito intensa, com qualidade de vida, segura e com excelentes condições para quem a visita, vem estudar ou trabalhar “que proporcionará uma experiência única a todos” afirmou.

Para o presidente do município, estes alunos não escolheram apenas “uma das melhores universidades da Europa, mas também um dos melhores locais do mundo para passar os próximos meses ou os próximos anos”. Desejando a todos que



sejam bem-sucedidos no seu percurso académico e que se deixem “enamorar” pela cidade, que a visitem ou até se fixem cá e “contribuam com a vossa energia e capacidades para o futuro da cidade”.

Já Carlos Videira deu, em nome de todos os estudantes as boas-vindas à Universidade, assegurando que a UMinho lhe proporcionará desenvolver as suas competências académicas, tendo como papel a AAUM, proporcionar “oportunidades de desenvolvimento de competências transversais e complementares”. Garantindo que “a AAUM irá acompanhar-vos nos vossos primeiros passos nesta universidade, pois sabe quais são as vossas necessidades e o quanto é importante a vossa integração” disse.

II Encontro Alumni

II Encontro Alumni reuniu 600 antigos estudantes no Mosteiro de Tibães

Cerca de 600 antigos estudantes da Universidade do Minho reuniram-se no passado sábado, dia 19 de setembro, no II Encontro Alumni UMinho, no Mosteiro de Tibães, em Braga.

FILIPA BERNARDO
alumni@alumni.uminho.pt

O programa iniciou às 18h00 na emblemática Igreja de S. Martinho de Tibães com o concerto da Orquestra Académica e do Coro de Alunos da Licenciatura em Música da UMinho, acompanhados pela soprano Ângela Alves e pela contralto Ana Calheiros, sob a direção do maestro Artur Pinho Maria. Seguiu-se uma visita guiada ao Mosteiro, que incluía encenações de monges beneditinos, e onde estava também agendada a pré-inauguração da 25ª edição dos Encontros da Imagem – Festival

Internacional de Fotografia, com a exposição “Illusion Lab of Happiness”.

O cocktail de boas-vindas foi servido nos jardins e pátios exteriores do Mosteiro, ao som da banda de jazz GrooWay, e o jantar volante numa tenda montada no claustro do refeitório. A atuação da Tuna Universitária do Minho, que celebra este ano os seus 25 anos, antecipou o discurso do reitor António M. Cunha, também ex-aluno desta “casa”. O evento culminou com o concerto da fadista Cuca Roseta, que lançou recentemente o disco “Riú”, e uma festa animada pelo DJ Simão Soares.

Este encontro foi promovido no âmbito do projeto Alumni UMinho, cujas iniciativas têm procurado proporcionar a interação entre os antigos estudantes da UMinho e acompanhar de perto os seus

percursos, favorecendo o ajustamento entre a oferta formativa e as expectativas da sociedade, reforçando a ligação socioprofissional dos diplomados à sua Universidade, bem como às suas antigas redes académicas.

Este foi, assim, mais um momento privilegiado para reunir antigos colegas e amigos, recuperar memórias e visitar tempos marcantes na vida dos atuais Alumni, reaproximando-os da Academia e reforçando as



suas ligações à sua Universidade.

Caloiro de Molho 2015

Sol, água e muito entretenimento no Caloiro de Molho

Após o adiamento por uma semana devido à falta de condições meteorológicas apropriadas, realizou-se, esta quarta-feira, dia 23 de setembro, o habitual “caloiro de molho”. A última atividade inserida no programa do Acolhimento aos novos alunos contou com a presença dos vários cursos da academia que protagonizaram uma tarde de convívio e animação, onde não faltaram os habituais jogos intercursos.

ROBERTO CORREIA
dicas@sas.uminho.pt

Decorrida nas piscinas da Rodovia, em Braga, a atividade tinha como objetivo, proporcionar aos novos alunos uma atividade desportiva e recreativa, de modo facilitar a sua integração no seio da

comunidade académica e criar um ambiente de competição saudável entre os cursos, o que foi atingido com enorme sucesso.

Com jogos como, a Caça ao Tesouro, Gladiadores e Estafeta a Reboque, os novos alunos puderam divertir-se, conhecer-se melhor e entrar no espírito da Academia Minhota, como atestou a boa disposição, bem visível nas expressões dos “caloiros”, bem como dos seus “doutores”: “na minha opinião, esta atividade tem uma grande importância, pois é aqui que se começa a fomentar o amor pelo curso que frequentamos e o trabalho de equipa” referiu o Cardeal de curso de Biologia-Geologia, João Sousa – “é a primeira oportunidade de juntar toda a academia numa atividade onde todos se possam

conhecer e dar a conhecer um pouco, num ambiente descontraído permitindo uma boa integração”, completou.

Foi então desta maneira, que foi dado o mote para a próxima semana, também ela recheada de atividades académicas e animação, com a tradicional “Receção ao Caloiro” que decorrerá entre os dias 30 de setembro e 3 de outubro em Guimarães.



Estudantes da Universidade do Minho preparam-se para a realização de mais umas Jornadas de Curso

O NEECUM anuncia a V Edição do Comunica+

O Núcleo de Estudantes de Engenharia de Comunicações da Universidade do Minho (NEECUM) vem anunciar que nos próximos dias 19, 20 e 21 de Outubro irá realizar-se mais uma edição do Comunica+, nomeadamente no Auditório Nobre do Campus de Azurém da Universidade do Minho em Guimarães.

NEECUM
geral@neecum.com

Ao contrário dos anos anteriores, o NEECUM decidiu deslocar a realização das mesmas, que antigamente se realizavam no final do segundo semestre, de modo a promover uma melhor integração dos membros mais recentes da nossa comunidade académica e de lhes dar a conhecer melhor o mundo das telecomunicações e informática, tanto a nível nacional como multinacional, contando com a presença de alguns dos nomes mais representativos

das maiores empresas do ramo, entre as quais: representantes da Bosch, da PT, da ITSector, da WIT-Software, da Plux, da IPBrick e da Scytale.

As temáticas das apresentações marcadas representam muito bem a realidade do mercado nacional, com palestras que vão desde o mercado cada vez mais em crescimento das aplicações móveis até uma palestra acerca do BITalino, o Kit de desenvolvimento low cost português e passando pelos mais diversos workshops, entre os quais um workshop de AngularJS.

O Comunica+ é um evento aberto ao público que, de algum modo ou de outro, esteja invariavelmente interessado e é com especial atenção a todas essas pessoas que, por alguma razão ou outra, queiram manifestar o seu interesse que divulgamos a sua realização, com a esperança de que esse mesmo interesse e proximidade contribuam

para um crescimento saudável da comunidade das telecomunicações e informática, de modo a promover uma interação saudável entre as pessoas da área e uma expansão cada vez mais globalizada do nosso nome.

As entradas para o evento deste ano têm um preço diário de 5€ diários e de 10€ para aqueles que desejem marcar presença nos três dias do evento. Existem condições especiais para sócios do NEECUM, as quais se encontram divulgadas no cartaz do evento. Contamos com a presença de todos.

Para mais informações:
Site oficial: www.neecum.com
Página do Facebook: www.facebook.com/neecum
E-mail: geral@neecum.com
O Presidente do NEECUM: 910 777 760



Dádiva de Sangue e Recolha de Sangue para Análise de Medula

UMinho solidária garante dadores para a vida!

Decorreu nos passados dias, 15 e 22 de setembro, nos Campi da Universidade do Minho, em Braga e Guimarães respetivamente, a Campanha de Dádivas de Sangue e Recolha de Sangue para Análise de Medula, mais uma ação de solidariedade marcada pelo sucesso, atingindo o bonito número de 447 dadores inscritos e 25 recolhas de sangue para análise de medula, mas, mais que os números garantiram-se dadores para o futuro das dádivas em Portugal.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Na primeira colheita decorrida em Braga, o dia foi de chuva e muita chuva, o que condicionou de alguma forma a ida dos alunos e restante comunidade académica aos postos de recolha de sangue presentes no Campus, ainda assim, foram muitos os que não faltaram à chamada, aproveitando para fazer a sua dádiva e contribuir

um pouco de todos, passaram pelos postos de recolha, contribuindo de forma exemplar para mais este sucesso e apoiando tanto o IPS como o Centro de Histocompatibilidade da Região Norte, tendo-se atingido os 251 dadores inscritos e 12 recolhas de sangue para análise de medula.

Na semana seguinte foi a vez da comunidade académica do Campus de Azurém provar o quanto é solidária conseguindo 196 dadores inscritos e 13 Recolhas de Sangue para Análise de Medula, mostrando mais uma vez uma Academia muito solidária.

Durante os dois dias, das 09h30 às 19h00, as brigadas fixas e móveis estiveram nos campi e não foram só os números que foram excelentes, mas também porque foram muitos os dadores incipientes, que afirmavam esta sua primeira dádiva como um ato que estenderão para a vida.

Se com estas campanhas, os propulsores da iniciativa pretendem ajudar o Instituto Português do Sangue (IPS) e o Centro de Histocompatibilidade da Região Norte, seja, no aumento das reservas de sangue nacionais, como ampliar a base de dados de dadores de medula, é ainda um objetivo mais importante, incutir nos jovens o espírito solidário e garantir dadores para o futuro, e isso tem sido conseguido.

O sangue é um bem imprescindível e insubstituível, e cuja obtenção depende exclusivamente da dádiva voluntária

e benévola, e foi com isto em mente que a comunidade académica “perdeu” alguns minutos do seu dia e deu algo de si a esta causa.

Muitos são aqueles que precisam da dádiva de cada um de nós para sobreviver ou melhorar a sua qualidade de vida. A UMinho, desde há muito impulsionadora destas ações, cedeu mais uma vez o seu espaço para ser o “pulmão” por esta causa.

A UMinho é atualmente e, desde 2002 líder do Ranking Nacional de Dadores Inscritos em Instituições de Ensino Superior, sendo a Instituição que mais dadores inscritos fornece por ano ao Centro Regional de Sangue do Porto. Esta tem sido uma aliança de sucesso entre as instituições promotoras da iniciativa, um percurso que de ano



para ano tem prosperado, com a comunidade académica a contribuir cada vez mais com estas ações de solidariedade.

Durante este ano letivo ainda vão ser realizadas mais duas colheitas, uma em Braga e outra em Guimarães (entre os meses de março ou abril), por isso não percas a próxima chamada e contribui com esta causa.



com a causa solidária. Alunos, funcionários docentes e não docentes e até pessoas externas,

Testemunhos de Dadores de Sangue

Rui Guimarães, aluno de Línguas e Literaturas Europeias aderiu à iniciativa pela terceira vez, e segundo ele “não custa nada, são uns minutos que perco e estarei provavelmente a salvar uma pessoa”. Para o estudante “estas ações são ainda mais importantes aqui na universidade pois somos supostamente a próxima geração que estará à frente do país e é importante que tenhamos uma mentalidade solidária para ajudarmos a construir um país e um mundo melhor” disse.

António Morais, trabalhador dos SASUM não faltou a mais esta iniciativa, referindo que “como ser humano acho que nos devemos ajudar uns aos outros, e sendo por vezes complicado de outras formas, ajudo como posso” afirmou. Tendo iniciado o seu trajeto como dador em 2008, relata que estas ações são importantes no seio da universidade, devendo-se potenciar ainda mais a adesão dos novos alunos, pois como afirma “garantiríamos dadores por muitos mais anos, uma vez que tenho a certeza que quem faz a sua dádiva a primeira vez, muito dificilmente deixará de ser dador e o futuro da dádiva estaria assegurado”.

Andreia Araújo, aluna de MIEGI estava a acabar de fazer a sua dádiva, o que a fazia sentir-

se “bem” pois sabia que provavelmente estaria a ajudar alguém. A jovem, nesta sua primeira experiência como dadora afirmava que era importante haver estas ações na universidade, pois “a solidariedade está a crescer nos jovens” e por isso “o meio universitário é um bom local para angariar sangue”.

Filipe Gonçalves teve nesta colheita a sua estreia como dador. O estudante de **Eng. Materiais** aderiu à iniciativa para “poder ajudar quem mais precisa”, mencionando que, o facto da ação ser no interior do campus ajudou muito na sua decisão de se tornar dador “é uma boa forma de cativar os jovens”. Filipe refere ainda que agora que começou “esta será uma atitude para a vida que quero continuar a fazer todos os anos”.

Quem estava na fila para praticar o seu ato solidário era **Catarina Pena, estudante de Eng. e Gestão Industrial**, que, não sendo a sua primeira vez, se tinha iniciado como dadora na UMinho. Para a jovem, este é um ato fácil “não custa nada”. A futura engenheira destaca ainda que estas ações fazem todo o sentido ser realizadas no seio da universidade “é uma forma fácil de conseguir muitos dadores e dadores para a vida, pois os jovens são solidários por natureza e quando não têm de se deslocar para isso melhor ainda”.



O programa AVÓSPEDAGEM é uma iniciativa desenvolvida pelo Fundo Social em parceria com o Gabinete de Ação Social do Município de Braga.

AVÓSPEDAGEM
areasocial@fundosocial-braga.pt

Os objetivos centrais prendem-se com a promoção da convivência intergeracional e com o combate ao isolamento social da população idosa, através do alojamento de jovens estudantes, residentes fora do concelho de Braga, em habitações de seniores com uma comparticipação simbólica nas despesas.

Parceiros:

Rede Social de Braga.
Serviços Académicos da Universidade do Minho e da Universidade Católica de Braga.

Como funciona?

A pré-inscrição no programa realiza-se através dos serviços de Ação Social das entidades parceiras. A seleção dos candidatos e o acompanhamento dos mesmos são da responsabilidade da equipa técnica do Fundo Social e do Gabinete de Ação Social do Município de Braga.

O programa decorre em conformidade com o calendário letivo, de segunda a sexta-feira. O fim de semana e o período de férias são de caráter

facultativo.

A quem se destina?

Estudantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos, que não tenham residência no concelho de Braga.

Seniores com mais de 60 anos, residentes no concelho de Braga, que vivam sozinhos ou com o respetivo cônjuge e que possuam condições de alojamento.

Vantagens?

Convivência intergeracional.
Combate à solidão e ao isolamento do idoso.
Redução das despesas do estudante.
Contributo para a minimização da desertificação do centro histórico urbano.

CONTACTOS:

FUNDO SOCIAL
Tlf.: 253 220 397 | Tlm.: 926 448 863
areasocial@fundosocial-braga.pt
www.fundosocial-braga.pt/

MUNICÍPIO DE BRAGA - GABINETE DE AÇÃO SOCIAL
Tlf.: 253 203 150 | Ext. 1178
accasocial@cm-braga.pt
www.cm-braga.pt/

Entrevista à diretora da Licenciatura em Arqueologia

“Penso que, para se ser arqueólogo é preciso primeiro que tudo gostar-se muito deste desafio.”

O UMDicas esteve à conversa com Maria do Carmo Ribeiro, para quem ser diretora de curso é uma função de “enorme responsabilidade”.

ANA MARQUES
anac@sas.uminho.pt

Qual a sua formação e trajeto académico?

Toda a minha formação académica foi obtida na UM. Licencie-me em História e Ciências Sociais (ensino de), no ano de 1996; em 2001 obtive o grau de mestre em Arqueologia e, em 2008, o doutoramento em Arqueologia.

Ingressei na UM como monitora no ano letivo 2000/2001, para dar aulas ao Curso de História, Variante Arqueologia. Entre 2001 e 2008 estive como Assistente, e em 2008 fui contratada como Professora Auxiliar, situação que mantenho atualmente.

Como caracteriza a sua função de diretora de curso?

Desde logo de uma enorme responsabilidade, não só na coordenação do curso, ao nível do seu funcionamento, mas também da sua estrutura. Mencionar, por exemplo, o processo de acreditação do curso à Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior (A3ES), que foi um processo de muita responsabilidade e muito trabalhoso, que se arrastou por muito tempo. Este processo teve início, mais ou menos em 2010, com a instrução e submissão do processo. Em 2012 decorreu a submissão do Guião de Autoavaliação e só depois em janeiro de 2014 decorreu a vista da Comissão Externa de Avaliação. Este processo acabou, igualmente, por permitir uma reestruturação da Licenciatura em Arqueologia, em 2012. Evidentemente que estes processos contam com o apoio e envolvimento do corpo docente de arqueologia e também de alguns docentes da história, sem a colaboração dos quais seriam impossíveis de concretizar. No entanto, o corpo docente de Arqueologia é bastante reduzido, somos 5 docentes a 100% e 1 a 50%, que asseguramos uma licenciatura, um mestrado e um doutoramento. Enquanto diretores de curso, temos igualmente de estar sempre muito atentos e presentes, bem como ser breves nas respostas às solicitações, que podem ser variadíssimas.

O início e o fim do ano letivo são sempre períodos de grande envolvimento. Momentos como a receção aos novos alunos ou a eleição dos delegados e subdelegados requerem um acompanhamento e uma grande proximidade com os alunos.

Trata-se, de uma função trabalhosa, que requer que estejamos sempre muito disponíveis. Para além de dar resposta aos chamados assuntos correntes, que são variadíssimos, é necessário elaborar anualmente o relatório de autoavaliação do curso, monitorizar o encerramento dos DUCs e Relatórios das UCs ou providenciar a atualização do catálogo de curso.

O curso de arqueologia tem ainda algumas especificidades, nomeadamente os estágios práticos que ocorrem para os 3 anos, no mês de Julho. A distribuição dos alunos pelos diferentes núcleos de estágios é igualmente uma tarefa assegurada pela direção do curso.

Paralelamente a tudo isto, o diretor de curso, conjuntamente com a comissão de curso, têm de estar sempre muito atentos de modo a identificar casos de alunos com eventuais dificuldades

económicas, familiares ou pessoais que tenham repercussões no seu processo de ensino aprendizagem.

O que a motivou a aceitar “comandar” este curso?

Por um lado poder contribuir, mas também retribuir, dentro das minhas possibilidades, para a manutenção da área disciplinar de arqueologia dentro da UM, criada por docentes e investigadores que muito admiro e respeito e aos quais sou devedora enquanto professora, investigadora e pessoa.

Por outro lado, poder cooperar com um projeto de ensino no qual acredito, que aposta numa formação abrangente e sólida, de modo a formar futuros arqueólogos habilitados ao pleno exercício da atividade.

Quais são as maiores dificuldades no cumprimento da sua função?

Ultrapassados os primeiros obstáculos nos anos iniciais do desempenho das funções de diretora de curso (já vou no 3º mandato) as maiores dificuldades neste momento prendem-se sobretudo com a adaptação às novas plataformas digitais da UM, designadamente ao DOC-UM. Devo referir, no entanto, a ajuda e disponibilidade das funcionárias do Conselho Pedagógico do ICS, bem como da sua Presidente, nos diferentes tipos de auxílio prestado. O tempo, por vezes, também é uma dificuldade. Em certos períodos, conciliar a direção de curso com a docência, a investigação, outras tarefas de gestão e a vida pessoal torna-se difícil. Todavia, no cumprimento das minhas funções enquanto diretora de curso, e também a outros níveis, saber que posso contar com a experiência e o apoio de alguns colegas, designadamente do diretor de departamento, é muito importante.

No seu entender, porque é que um futuro universitário deve concorrer à Licenciatura em Arqueologia?

Um primeiro lugar por gosto - porque gostaria de adquirir formação na área científica que estuda o passado do homem e das sociedades através de evidências materiais, procurando compreender o comportamento humano e o seu significado. Penso que, para se ser arqueólogo é preciso primeiro que tudo gostar-se muito deste desafio. Depois, porque muito do passado da humanidade ainda não é conhecido. É preciso continuar a investigar, a fazer arqueologia, para que o puzzle da história fique cada vez mais completo. Mas a Arqueologia não se preocupa apenas com as questões do passado, mas também com as questões do presente e do futuro, procurando dar respostas aos desafios permanentes da sociedade atual. Na realidade, a importância da Arqueologia enquanto vetor de desenvolvimento aumentou significativamente nos últimos tempos graças sobretudo às alterações jurídicas na área patrimonial. Os arqueólogos possuem atualmente competências genéricas de alto valor social, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da sociedade, mas também, para a criação e valorização do património. No caso da UM, situada numa região com um rico património arqueológico e conhecedora das grandes transformações que visam a sua modernização e a sua promoção patrimonial e turística, o curso de Arqueologia faz ainda mais sentido.

Quais são na sua opinião os pontos fortes deste curso? E os pontos fracos?

Os pontos fortes da Licenciatura em Arqueologia da UM são a aposta numa formação sólida a nível teórico e prático mas também laboratorial e de campo. De igual modo, a valorização da componente formativa interdisciplinar no âmbito interno da própria disciplina, mas também ao nível do interface com outras disciplinas, através de um leque diversificado de UCs de opção (Geologia, Biologia, Sociologia, Geografia, Antropologia, Línguas). Concede igualmente um lugar de destaque à formação na área das TIC, quer no contexto do processo de ensino/aprendizagem (com duas UC obrigatórias na área da Informática), quer em diferentes contextos da prática arqueológica. Outro dos grandes pontos fortes, talvez o mais distintivo, é a aposta séria na formação prática de campo através de 3 UCs obrigatórias de Estágio, que funcionam anualmente, em regime intensivo, durante o mês de Julho, representando um ensino eminentemente tutorial, possibilitando a avaliação continuada da aprendizagem, desde a fase inicial de aquisição de conhecimentos básicos, relativos à prospeção, escavação, ou levantamentos de arte rupestre, até ao momento de interpretação do registo arqueológico.

Os pontos fracos prendem-se com o número reduzido de docentes. Como já referido, a área disciplinar de arqueologia conta apenas com 5 docentes de carreira, tendo sob a sua responsabilidade 3 cursos. Na realidade, a ratio de 1/20 é altamente constrangedora, uma vez que a formação contempla uma forte componente prática, que exige um ensino de caráter eminentemente tutorial. Também a falta de recursos materiais à disposição do curso condiciona naturalmente a concretização de alguns dos seus objetivos, nomeadamente visitas de estudo, internacionalização, entre outros.

O que caracteriza este curso da UMinho relativamente aos cursos da Licenciatura em Arqueologia de outras universidades?

Se compararmos a estrutura curricular da Licenciatura em Arqueologia da UM com o plano de estudos dos cursos oferecidos pelas outras universidades facilmente se evidenciam as diferenças, sobretudo relativamente aos pontos fortes enunciados anteriormente. Entre esses, sem dúvida que uma das grandes diferenças, que para nós é basilar, é a formação de campo e laboratorial. Nenhuma outra universidade oferece estágios práticos de campo, componente que para nós é imprescindível para a formação de um futuro arqueólogo.

Na realidade, a Licenciatura em Arqueologia da UM beneficia de um conjunto de recursos materiais e parcerias de apoio que o tornam singular. Reforço, concretamente, a colaboração continuada com a Unidade de Arqueologia da Universidade e com o Museu de Arqueologia D. Diogo de Sousa, para apoiar o projeto de ensino e o completar em termos materiais (bibliotecas, laboratórios) e



humanos. Sem dúvida que, a possibilidade dos alunos poderem acompanhar e/ou integrar os trabalhos arqueológicos que a UAUM assegura, representa um acesso privilegiado a um verdadeiro laboratório de campo. O apoio do corpo de técnicos e investigadores da UAUM é bastante amplo, quer seja em termos da formação no domínio dos Estágios Práticos quer na formação especializada na área das TICs. Situação idêntica se verifica nos domínios da conservação e restauro, através da parceria com o MADDS. Igualmente distintivo tem sido a política de celebração de protocolos desenvolvida, nomeadamente com diversas autarquias locais do norte de Portugal, que permite designadamente apoiar a realização dos estágios práticos de campo.

Existem hoje em dia excesso de profissionais em determinadas áreas. O que podem esperar os alunos da Licenciatura em Arqueologia quanto ao mercado de trabalho?

O mercado de trabalho na área de Arqueologia não é diferente da esmagadora maioria das demais áreas, nem, obviamente, indiferente à situação económica que o país atravessa.

Se atentarmos às estatísticas, o desemprego dos licenciados em Arqueologia pela UM é muito mais baixo do que os do restante país. Os dados apontam para taxas de desemprego na ordem dos 15% para o país e de 7% para os diplomados em Arqueologia da UM.

No entanto, é preciso ser realista. Tal como nas outras áreas, a competitividade é cada vez maior. Os primeiros anos serão sempre de alguma instabilidade, mas à medida que o seu currículo se solidifica, e também dependendo do tipo de área, penso que continuam a existir boas oportunidades de emprego. Igualmente, a reabilitação económica do país será extremamente importante para a integração dos futuros arqueólogos.

Quais são os maiores desafios de um recém-licenciado em Arqueologia?

Os arqueólogos podem exercer a sua atividade nos mais diversos meios, nomeadamente em organismos da administração local e central (nas áreas da pesquisa, salvaguarda e gestão patrimonial), em museus, em empresas privadas de intervenção especializada no domínio da arqueologia, em empresas ligadas às indústrias culturais, ou no exercício de profissão liberal.

No entanto, os seus maiores desafios serão sempre adquirir currículo e desenvolver competências transversais de modo a poder ser mais competitivo e criativos, adaptando-se às exigências da sociedade e do mercado de trabalho.





Um mundo de oportunidades
para lazer e competição!

**OFERTA DE CERCA DE 70
ATIVIDADES E/OU MODALIDADES
DESPORTIVAS**

**32 ATIVIDADES DE
FITNESS**

**15 DESPORTOS
INDIVIDUAIS**

**12 ARTES MARCIAIS
E COMBATE**

**6 DESPORTOS
COLETIVOS**

**4 ATIVIDADES
AQUÁTICAS**

Faz DESPORTO na UMinho

**Cartão de
Desporto**
para acesso às
instalações
desportivas,
a todas as
modalidades
e serviços.

Faz já o **TEU**
e vem fazer
parte
dos mais de
10.000
desportistas
inscritos nas
nossas
instalações.

Gualtar
Segunda a sexta, das 08h00 às 22h
Sábado das 10h às 14h e das 16h às 19h30
Domingo das 16h às 19h30

Azurém
Segunda a sexta das 08h00 às 24h00
Sábado das 10h00 às 13h00
e das 16h00 às 20h00

Atividades de Ritmo, Cardiofitness e Musculação

Cartão Anual *

(inclui atividades de ritmo, cycling, sauna e banho turco)
Alunos: 120€
Antigos alunos e Funcionários: 143€
Externos: 225€ (oferta de dístico de acesso aos campi)

Semestral *

(inclui atividades de ritmo e cycling)
Alunos: 71€
Antigos alunos e Funcionários: 85€
Externos: 125€

Anual light *

Alunos: 65€
Antigos alunos e Funcionários: 80€
Externos: 130€

Trimestral *

(inclui atividades de ritmo e cycling)
Alunos: 53€
Antigos alunos e Funcionários: 70€
Externos: 100€

Mensal Low Cost *

Alunos: 10€
Antigos alunos e Funcionários: 15€
Externos: 20€

Mensal *

(inclui atividades de ritmo e cycling)
Alunos: 21€
Antigos alunos e Funcionários: 25€
Externos: 35€

Sessão *

Alunos: 2€
Antigos alunos e Funcionários: 2,75€
Externos: 4,20€

* Acesso ilimitado às atividades, dentro do horário específico em cada Cartão.

Mais info.: www.sas.uminho.pt (Desporto e Cultura); Contactos: 253604123 (Gualtar) | 253510620 (Azurém)