Comunica UDESC

Notícias da Universidade do Estado de Santa Catarina 25 de setembro de 2014 Ano 3 • Ed. 53

Servidor, participe do Jisudesc 2014!

A partir da próxima quinta-feira, 2, até 3 de novembro, estarão abertas as inscrições para a décima edição dos Jogos de Integração dos Servidores da Universidade do Estado de Santa Catarina (Jisudesc), que será realizado na Associação dos Funcionários Fiscais de Santa Catarina (Affesc), em Canasvieiras, Florianópolis. Os técnicos e os professores interessados em participar devem procurar os responsáveis da Reitoria e dos centros para se inscreverem. Serão disputadas 19 modalidades esportivas diferentes.

O regulamento geral do Jisudesc será divulgado no site da Ceven na próxima terça-feira, 30, assim como a data do congresso técnico, após o período de inscrições. Os Jisudesc 2014 terá 13 equipes, sendo 12 dos centros e outra da Reitoria. Cada uma poderá ter delegação com até 50 integrantes.

Todos os centros, excetos os de Florianópolis, terão direito até 25 vagas de alojamento. Caso o número de atletas inscritos exceda essa quantia, eles serão responsáveis pela estadia.

Além disso, a organização do evento deixará disponível um espaço coberto com lona para que os participantes possam colocar barracas.

Mais informações podem ser obtidas com a Coordenadoria de Eventos (Ceven), da Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Comunidade (Proex), com mensagem para jisudesc@udesc.br e pelo telefone (48) 3321-8031.

Confira as modalidades:

- Basquete 3x3
- Bocha
- Canastra
- Corrida
- Dominó
- Futebol
- Futebol sênior
- Futsal
- Gincana
- Laçada
- Natação
- Sinuca
- Taco
- Tênis de campo
- Tênis de mesa
- Totó
- Truco
- Vôlei 4x4
- Xadrez

2014 Jisudesc

Jogos de Integração dos Servidores da UDESC

Fotografia

Seguem abertas até segunda-feira, 29 , as inscrições para o Concurso de Fotografias 2014 da Udesc, que aborda o tema "Conexões: Udesc 50 anos" e oferece R$ 16 mil em prêmios. O concurso é aberto a servidores e à comunidade em geral. Mais informações com a Proex pelo telefone (48) 3321-8037 e proex.reitoria@udesc.br.

Prapeg

A Udesc repassará R$ 628 mil para projetos destinados a melhorar a qualidade dos cursos de graduação dos 12 centros da instituição, por meio do Edital nº 01/2014 do Programa de Apoio ao Ensino de Graduação (Prapeg). Todos os professores efetivos da graduação poderão apresentar um projeto entre 21 e 24 de outubro.

Golfinhos

O curso de Engenharia de Pesca da Udesc Laguna promove mais uma edição da caravana do Projeto Toninhas, até sexta-feira, 26. A mostra é gratuita e tem moldes, fotos e banners sobre a toninha, pequena espécie de golfinho que está ameaçada de extinção, além de distribuição de materiais de divulgação. Mais informações podem ser obtidas pelos telefones (47) 3471-3816 e (48) 9696-6025.

Gilberto Luiz Francosi
Chefe do setor de Serviços Gerais da Udesc Oeste

Ele veste a camisa

Para o chefe do Setor de Serviços Gerais da Udesc Oeste, em Chapecó, Gilberto Luiz Francosi, não tem tempo ruim. Ele está sempre de prontidão para atender os colegas da unidade, nas mais variadas solicitações. O fôlego de "garoto" para o trabalho tem dado resultado também dentro de campo. Apaixonado por futebol, Gilberto é atleta assíduo dos Jogos de Integração dos Servidores da Udesc (Jisudesc).

Na última edição dos jogos, em 2013, o servidor faturou três medalhas de ouro em três modalidades diferentes do esporte — salão livre, suíço livre e sênior, todas pelo time da Udesc Oeste. "O futebol sempre fez parte da minha vida, mesmo que por brincadeira. Enquanto tenho idade e saúde, vou continuar jogando", afirma.

Gilberto trabalha há 20 anos na Udesc, os últimos sete em Chapecó. Antes de ingressar na universidade, era gerente de um posto de gasolina. Nesta época, lembra-se, cansou de abastecer os carros oficiais da Udesc. Surgiu, então, a motivação e o incentivo dos amigos para prestar o concurso. "Aqui no CEO, eu sou realizado profissionalmente e pessoalmente, pois amo o que faço", diz.

Além do Jisudesc, outra atividade marcante para Gilberto é o Projeto Rondon da Udesc, para ele, a "família Rondon". Gilberto nunca se esquece das vezes que levou alunos e professores até comunidades carentes do Oeste para atuarem no projeto. Nesses locais, segundo ele, se vê o outro lado da vida e como é importante o aluno sair da sala de aula e observar as dificuldades da vida na prática.

Em casa, Gilberto, natural de Joaçaba, é um cara família. Tem quatro filhos e sete netos, com quem gosta de passear. "Não penso em aposentadoria, pois me sinto jovem e com muita disposição!", conclui.

Gilberto, orgulhoso, com as medalhas obtidas no último Jisudesc

Papo-rápido

Data do aniversário
26 de setembro

Livro de cabeceira
O Filho Pródigo

Filme favorito
O Poderoso Chefão

Uma pessoa exemplar
minha mãe (em memória)

Uma paixão
minhas duas filhas

Time
Chapecoense e Grêmio

Culinária
churrasco

Agenda

Misturada

A Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Comunidade (Proex) e o programa de extensão Udesc Musical, do Centro de Artes (Ceart), começou a promover uma série de apresentações musicais no campus do Bairro Itacorubi, em Florianópolis. É o projeto Misturada. Nesta quinta-feira, 25, serão três apresentações, em um palco montado próximo à Biblioteca Central (BC), a partir das 12h20. Em outubro, elas ocorrerão em quatro datas: 9, 16, 23 e 30.

Você sabia?

Aula de ioga

◆ Todas as quintas-feiras, das 8h30 às 9h30, o campus da Udesc no Bairro Itacorubi, em Florianópolis, tem aulas de ioga antigo abertas para a comunidade acadêmica, com o instrutor Pedro Rangel, estudante da Udesc Ceart. As aulas ocorrem no Laboratório 2 do Departamento de Artes Cênicas. Não é necessário fazer inscrição prévia, apenas estar em boa condição física e utilizar roupas leves.

Avaliação

◆ Foi realizado na última semana o 4º Seminário de Avaliação Institucional da Udesc, no Plenarinho da Reitoria, com o objetivo de orientar as comissões setoriais de avaliação recém-empossadas sobre o processo de planejamento dos trabalhos para 2016. Para a coordenadora da área, Rosilane Pontes Bernard, as questões levantadas no seminário podem subsidiar ações futuras da instituição.

Proeven

◆ Na segunda-feira, 29, terminarão as inscrições do Edital nº 01/2015 do Programa de Auxílio à Participação em Eventos (Proeven), que dará ajuda financeira a professores que queiram apresentar trabalhos científicos, tecnológicos ou artístico-culturais no exterior.

As meninas "superpoderosas" da Coordenação de Vestibular (Covest), da Reitoria: Márcia Miranda, Sandra Alves e Rosângela Machado. O trio é responsável para que tudo dê certo antes, durante e depois das provas.

O Comunica Udesc abriu espaço para mostrar as equipes dos diversos setores da nossa universidade. Envie uma foto para comunicacao@udesc.br. Participe!

UDESC tem

Geti completa 25 anos

◆ O Grupo de Estudos da Terceira Idade (Geti), programa de extensão mais antigo da Udesc em atividade, completou 25 anos na última segunda-feira, 22. Criado em 1989, o Geti mantém 17 ações que promovem gratuitamente atividade física, qualidade de vida, educação e terapia a mais de 400 idosos, na Udesc Cefid, em Florianópolis. As ações incluem a prática de caminhada, dança, ginástica, hidroginástica, musculação, natação, pilates e ioga, além fisioterapia, treinamento para prevenção de quedas e aulas de informática, canto e teatro. Mais informações sobre as atividades do Geti e a programação de aniversário podem ser obtidas pelo e-mail geti.cefid@udesc.br ou pelo telefone (48) 3321-8659.

Viver Bem

Previna-se contra a osteoporose

◆ A partir dos 35 anos, começa a perda progressiva de massa óssea ou osteoporose. O processo é mais rápido nas mulheres, principalmente após a menopausa. Algumas dicas podem ajudar na prevenção ou controle do problema.

◆ Adote uma dieta rica em alimentos com cálcio (leite e derivados, como iogurtes e queijos). Consuma verduras de folhas escuras, como brócolis, espinafre e couve. Evite carne vermelha, refrigerante, café e sal.

◆ Exponha-se ao sol de forma moderada. Os raios ultravioletas sobre a pele estimulam a produção de vitamina D, fundamental para a absorção do cálcio pelo organismo. Basta de 20 a 30 minutos de sol por dia, entre 6h e 11h.

◆ Comece um programa de exercícios (pode ser caminhada ou musculação, por exemplo). Não importa a idade. Entre outras vantagens, ajuda a fortalecer os músculos, melhorar o equilíbrio e os reflexos, evitando as quedas.

◆ Mulheres que entraram na menopausa devem consultar um médico para começar um tratamento especial. A partir de 45 anos, devem ser submetidas a um teste de densitometria óssea.

Fonte: Ministério da Saúde

Decisões

Calendário acadêmico

O Consepe aprovou o Calendário Acadêmico 2015. A primeira mudança é o aumento do intervalo entre os dois semestres letivos, passando de duas para três semanas. O primeiro semestre iniciará em 19 de fevereiro e terminará em 9 de julho. O segundo ocorrerá entre 3 de agosto e 17 de dezembro. Foi definido também um período para reposição de aulas afetadas por feriados.

Equilíbrio Udesc

Autocontrole, concentração e vontade

◆ Paz não é aquilo que encontramos em um lugar sem ruídos, sem problemas, mas o que permite manter a calma, mesmo no meio das situações mais adversas.

◆ Autocontrole, concentração e vontade são alguns dos pilares para contornarmos os obstáculos que aparecem em nossa vida, seja no trabalho ou na vida pessoal. Manter a calma pode se transformar numa ferramenta essencial para o sucesso pessoal e profissional.

Expediente

Produção: Assessoria de Comunicação da Udesc (Ascom)
Secretário de Comunicação: Thiago Cesar Augusto
Edição: Luiz Eduardo Schmitt
Jornalistas: Carlito Costa, Carolina Hommerding, Celia Penteado, Gustavo Vaz, Isabela Vargas, Laís Moser, Rodrigo Schmitt, Tatiane Rosa e Valmor Pizzetti
Projeto Gráfico: Christiane Dalla Costa
Leia mais em: www.udesc.br
Entre em contato: comunicacao@udesc.br
Telefones: (48) 3321-8142 / 3321-8143