

Acção Social

Buffets Temáticos

O DA vai levar a cabo os Buffets Temáticos, uma iniciativa com o objectivo de dinamizar as refeições de buffet do Restaurante Panorâmico e promover a imagem dos SASUM junto da Comunidade Académica e visitantes. Uma acção semanal durante dois dias (4ª + 5ª feiras) no Restaurante Panorâmico

P2

Academia

UMinho com Unidade de Psicologia do Desporto

Este Serviço de Consulta visa fornecer serviços de apoio psicológico aos mais variados agentes desportivos, como também desenvolver investigação no intuito de perceber os motivos pelos quais aqueles que pretendem iniciar um estilo de vida mais activo acabam por não o fazer.

P7

Desporto

Vice-Campeã europeia na Fase Final dos CNU's

No II Torneio de Apuramento realizado em Aveiro, a equipa de Andebol venceu o ISAVE e garantiu um lugar na final dos CNU's. O objectivo agora é a conquista do título nacional.

P4

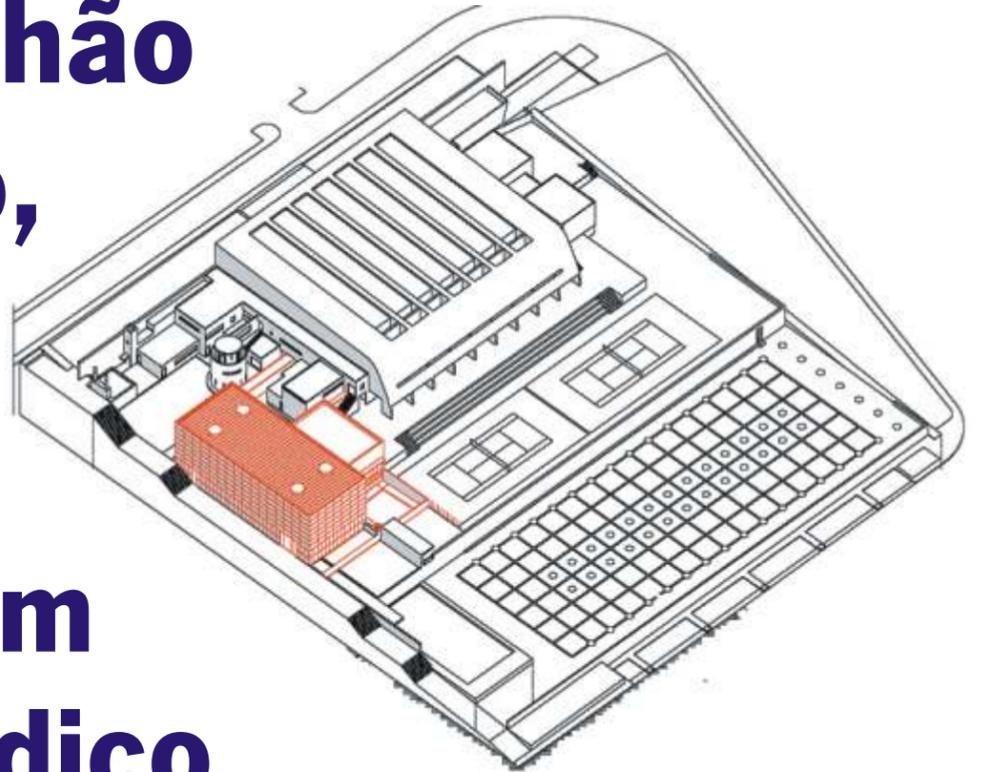
Cultura

ARCUM ruma para o futuro

Hélder Dias foi reeleito presidente da ARCUM no passado dia 2 de Março. Na comemoração do seu 16º ano de existência, tomou posse uma nova direcção que tem como objectivo afirmar-se como uma instituição de utilidade pública.

P15

Novo pavilhão desportivo, uma sala de cardio fitness e um centro médico



No início do próximo ano lectivo, o campus de Gualtar vai receber novas Instalações Desportivas e de Apoio Médico. Um investimento financeiro repartido entre a Universidade do Minho e os SASUM, para dar resposta às solicitações da comunidade e do Instituto de Estudos da Criança (IEC).

P8



Ouro e bronze já são nossos!

As primeiras medalhas do ano para a UMinho vieram do atletismo. Com a competição a demonstrar um nível mais elevado relativamente ao ano passado, os nossos atletas conquistaram ouro e bronze no 1º Campeonato Nacional Universitário (CNU) do ano lectivo 2006/07.

P4

acer
ASUS
FUJITSU COMPUTERS
SIEMENS
LG
UMinho - Aquisição de Portáteis a preços especiais

SPORT ZONE
Tudo para o desporto, incluindo a emoção.
www.sportzone.pt

Editorial



Desporto na Moda, Serviços Congestionados

Março é tradicionalmente um mês de grande procura nas Instalações Desportivas da Universidade. O clima influencia positivamente a predisposição para a actividade física e a proximidade do Verão lembra aos mais distraídos que prática regular de exercício físico é necessária. Deve-se assim iniciar as visitas ao Ginásio para recuperar a forma e o formato físico.

Aumenta o número de utentes e a frequência das visitas a todos os espaços, as Salas de Musculação e Cardio Fitness ficam completamente lotadas e com problemas de resposta nos horários nobres.

Esta procura é uma tendência que não se tem conseguido evitar, mesmo com recurso a estratégias anteriores de deslocar pessoas para outros horários a condições economicamente mais vantajosas. Lembrem-se constantemente os utentes de evitar os "horários de ponta".

Cientes de que a tendência de aumento de praticantes desportivos na Universidade é uma realidade e que temos ainda muito trabalho pela frente para colocar mais gente a fazer desporto dentro dos campi, surgiu uma oportunidade de aumentar a oferta de instalações e serviços, minimizando os problemas de congestionamento em alguns sectores de actividade e alguma insatisfação sentida em "períodos de pico".

Nas páginas centrais deste número damos a conhecer a construção de um novo pavilhão no Campus de Gualtar com valências para a actividade lectiva de educação física dos cursos do IEC e serviço à comunidade. Deste projecto fazem ainda parte uma nova sala de musculação e cardio fitness e um centro médico que disponibilizará uma série de serviços, que se sentem como necessários.

Estas novas Instalações, nomeadamente as de componente desportiva permitirão uma duplicação do espaço dedicado à musculação e cardio fitness (actividade desportiva n.º 1 na Universidade) e uma melhor flexibilidade de resposta à gestão das actividades de ginásio, dos desportos individuais e de equipa.

Decorre desde já o planeamento de um novo conceito de serviço que a partir de do próximo ano lectivo terá de certo maior capacidade e diversidade de resposta nos horários nobres e na realização de multi-eventos desportivos. As actividades de ritmo, dança, musculação e cardio fitness terão uma resposta mais adequada aos interesses, nos horários e no espaço que os utentes mais desejam.

Entretanto, deixamos uma mensagem muito particular a todos os utentes das Instalações Desportivas, nomeadamente das Salas de Musculação e Cardio Fitness:

Caso lhe seja possível, procure realizar a sua actividade nas Sala de Musculação e Cardio Fitness o mais distante possível dos horários nobres (18h00-21h00).

Fernando Parente

Departamento Alimentar dos SASUM:

NOÇÕES BÁSICAS SOBRE OS ALIMENTOS

Os constituintes dos alimentos, chamados de nutrientes ou substâncias nutritivas, agrupam-se em 7 famílias: proteínas, hidratos de carbono, gorduras, minerais, vitaminas, fibras e água, podendo ser divididas em 2 grupos:

1. Macronutrientes ou nutrientes energéticos (os que fornecem energia):

- Proteínas
- Hidratos de carbono
- Gorduras

2. Micronutrientes ou nutrientes reguladores (não fornecem energia, mas são fundamentais no regulamento de vários processos biológicos que ocorrem no nosso organismo):

- Minerais
- Vitaminas
- Fibras
- Água

Proteínas

Embora forneçam energia, a sua principal função no nosso organismo é plástica, isto é, participam na construção dos tecidos, sendo responsáveis pelo crescimento, manutenção e reparação das estruturas orgânicas. As principais fontes alimentares de proteínas de origem animal são: queijo, carne, iogurte, leite e ovos; e de proteína de origem vegetal são: leguminosas secas (grão, feijão, soja, lentilhas), cereais (arroz, trigo).

Hidratos de Carbono

Os hidratos de carbono são a fonte de energia primordial para o organismo, sendo substâncias energéticas que se encontram fundamentalmente nos vegetais, mas também em algumas substâncias do reino animal (iogurte e leite lactose). Os principais alimentos fornecedores de hidratos de carbono simples são o açúcar e produtos açucarados, mel, fruta e de hidratos de carbono complexos são os cereais e derivados (arroz, trigo, centeio), tubérculos (batata) e leguminosas (feijão, grão, ervilhas).

Gorduras

As gorduras têm função energética e construtora, protegem do frio e de agressões mecânicas.

As principais fontes são:

- gordura saturada: natas, manteiga, margarina, gordura do leite e de carne bovina;
- gordura monoinsaturada: azeite, óleo de bagaço de azeitona, óleo de amendoim, banha de porco, gordura de carne de porco e de aves;
- gordura poliinsaturada: óleos, frutos oleaginosos (secos) e gordura de peixe.

Minerais

Os minerais são nutrientes essenciais, não calóricos, importantes na regulação e activação de

vários processos metabólicos e alguns têm função construtora, como o cálcio, fósforo, flúor e ferro. São essenciais, pois o organismo é incapaz de os sintetizar, só podendo obtê-los através da alimentação.

Cálcio é o 5º elemento mais abundante no organismo, encontrando-se, predominantemente, nos ossos e nos dentes (99%). É fundamental a ingestão alimentar deste mineral ao longo da vida de modo a permitir uma adequada formação, manutenção e recuperação do esqueleto. As principais fontes de cálcio são leite e derivados de leite (iogurte, queijo), frutos secos e gordos (avelãs, amêndoas, etc.) e alguns produtos hortícolas.

Fósforo tem duas funções primordiais no organismo: é um constituinte dos ossos e dentes e participa no metabolismo energético. O fósforo existe em quase todos os alimentos, principalmente nos mais ricos em proteínas, como a carne, peixe, leite, produtos lácteos e leguminosas (feijão, grão, ervilha, fava).

Magnésio este encontra-se na estrutura óssea e faz parte das enzimas. O magnésio é componente de vários alimentos como os cereais, leguminosas, fruta e leite.

Sódio tem uma importante função no nosso organismo porque regulariza o equilíbrio ácido/base. O sódio existe na composição da carne, ovos, pescado e laticínios. No entanto, a maior fonte de ingestão é proveniente do sal de cozinha. Também é componente de muitos aditivos alimentares pelo que os alimentos processados podem contribuir em grande parte para um consumo elevado de sódio.

Potássio tem um importante papel na maior parte das funções vitais, como o metabolismo celular, síntese proteica e de hidratos de carbono e transmissão neuromuscular. O potássio existe em quantidades apreciáveis nas leguminosas secas, cereais, fruta e produtos hortícolas, sendo ainda bons fornecedores deste mineral os peixes, carnes, crustáceos e moluscos.

Ferro o organismo contém entre 3 a 5 gr. de ferro, a maior parte no sangue (hemoglobina). Uma ingestão adequada de ferro é necessária para o crescimento normal, um bom desenvolvimento intelectual e para a imunocompetência. As principais fontes alimentares são as carnes, em especial o fígado, a gema de ovo, pescado, leguminosas, frutos secos e gordos.

Flúor o organismo humano necessita de pequenas quantidades de flúor, não só para aumentar a resistência dentária, como também para evitar a desmineralização óssea. A concentração de flúor nos alimentos é baixa e varia de acordo com o seu conteúdo nas águas, sendo a principal fonte de flúor a água potável.

Vitaminas

As vitaminas são nutrientes orgânicos, não

energéticos e essenciais para o normal funcionamento, crescimento e reparação de tecidos e órgãos. Regulam e activam vários processos metabólicos e, visto não serem sintetizáveis pelo organismo, têm de ser fornecidas pela alimentação, com excepção da vitamina D (que pode ser sintetizada na pele após exposição à luz solar), a niacina (B3), a vitamina K e a biotina (ambas sintetizáveis pelas bactérias intestinais).

Vitamina B1: cereais integrais, leguminosas secas, carne de porco, gema de ovo e fígado.

Vitamina B2: levedura, fígado, gema de ovo, leite e derivados.

Vitamina B3: vísceras, carnes, pescado e leguminosas secas.

Vitamina B5: carne, cereais integrais e leguminosas.

Vitamina B6: levedura de cerveja, cereais integrais, fígado e frutos gordos.

Vitamina B8: frutos secos e gordos, rins, ovo e fígado.

Vitamina B12: carne e vísceras.

Ácido fólico: fígado e hortaliças

Vitamina C: kiwis, citrinos, morangos, melão, tomate, batata e couve.

Vitamina A: fígado, ovos, rim e leite.

Vitamina D: óleo de fígado de bacalhau, salmão, sardinhas e ovos.

Vitamina E: azeite, gérmen de trigo, óleos (girassol, gérmen de trigo), avelãs, nozes, produtos hortícolas, ovos e queijo.

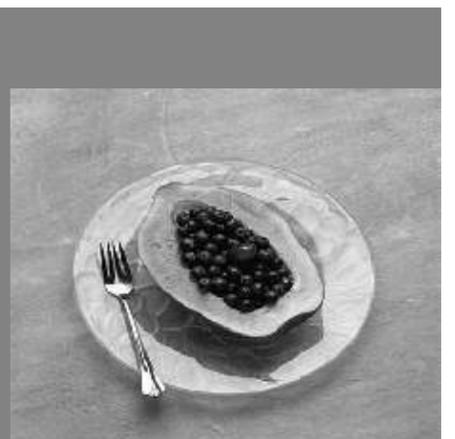
Vitamina K: repolho, couve-flor, espinafre e outros hortícolas.

Fibras

A designação de fibras (ou fibras alimentares) engloba um conjunto de substâncias não digeríveis pelo nosso intestino, como: a celulose, hemicelulose, pectinas, gomas, ... As fibras encontram-se apenas nos alimentos de origem vegetal, como: produtos hortícolas, fruta, leguminosas secas, aveia, cevada, cereais e derivados pouco refinados (integrais).

Água

A água é o nutriente necessário em maior quantidade, sem o qual o organismo não sobrevive mais do que alguns dias. É o composto mais abundante nos organismos vivos, constituindo entre 60 a 90% dos mesmos. A água é fundamental para manter o equilíbrio do organismo. Os principais fornecedores de água são as bebidas, como: a água em natureza, infusões, leite, sumos de preferência não alcoólicos nem açucarados. Os alimentos mais ricos em água são os frutos, como por exemplo o melão, melancia, os citrinos, e os produtos hortícolas.



UM dicas
Ficha Técnica

Director: Fernando Parente
Coordenador: Nuno Catarino
Conselho Editorial: Ana Marques, Fernando Parente, Michael Ribeiro, Nuno Catarino, Nuno Gonçalves, Paulo Pereira
Redacção: Ana Marques, Ana Rego, Helder Miranda, Michael Ribeiro, Nuno Gonçalves, Zizina Moreira
Fotografia: Helder Miranda e Nuno Gonçalves

Grafismo Paginação e Tratamento digital: Paulo Pereira
Impressão: Diário do Minho
Tiragem: 2000 exemplares
Propriedade: Serviços de Acção Social da Universidade do Minho
Internet: www.dicas.sas.uminho.pt
Email: dicas@sas.uminho.pt

Gastronomia Portuguesa Buffet's Temáticos

No intuito de cativar e satisfazer os utentes do Restaurante Panorâmico, o Departamento Alimentar dos SASUM lança os buffet's temáticos da Gastronomia Portuguesa. Destinado a todos os que desejam degustar o que de melhor se serve nas nossas regiões, esperamos-vos às 4^{as} e 5^{as}-feiras de 21 de Março a 17 de Maio.



Regiões Gastronómicas	Datas/Ementas
Douro e Minho	<p>21 de Março: Caldo de Castanhas; Açorda da Mãe à moda do Minho; Pescada à Poveira; Rojões à Minhota; Arroz de Pato à moda de Braga; Tripinhas à moda do Porto + Sobremesas regionais</p> <p>22 de Março: Sopa seca à moda do Minho; Rancho à moda do Minho; Bacalhau à Margarida da Praça (V. Castelo); Anho no forno à moda de Monção; Arroz de feijão com chouriço de carne de sangue e toucinho; Polvo assado na brasa; Lampreia/Sável + Sobremesas regionais</p>
Trás-os-Montes e Alto Douro	28 e 29 de Março
Beiras Alta, Baixa e Litoral	4 e 5 de Abril
Ribatejo e Estremadura	11 e 12 de Abril
Alentejo	18 e 19 de Abril
Algarve	2 e 3 de Maio
Madeira	9 e 10 de Maio
Açores	16 e 17 de Maio



afum

Informações e Inscrições:
Tel.: 253 520 820/3
Fax: 253 520 821
E-mail: ddc@sas.uminho.pt

**III Raid TT da Universidade do Minho
21 de Abril 2007**

CNU de Atletismo de Pista Coberta

Ouro e Bronze a toda a velocidade

No primeiro CNU do ano, a AAUMinho trouxe de Espinho ouro e bronze, fruto do bom desempenho dos seus velocistas nas provas de 4x200m e 60m. Em termos colectivos, a UMinho apenas foi superada pela UNLisboa (2ª) e pela UPorto (1ª).

Após o adiamento do Campeonato Nacional Universitário (CNU) de Judo por parte da Federação Académica de Desporto Universitário (FADU), competia este ano em sorte à equipa de atletismo da AAUMinho lutar pelas primeiras medalhas do ano. Com uma comitiva menor do que em anos anteriores (este CNU coincidiu com a data de algumas provas do calendário regional e nacional) a AAUMinho apresentou-se em Espinho com 10 atletas.

Com a competição a iniciar-se por volta das 11h00, a primeira medalha do dia para a AAUMinho chegou através de Carlos Gonçalves que venceu a sua série dos 60m com um tempo de 7.08s. A prata haveria de ser conquistada por Ricardo Martins (AEESTSL) com um tempo de 7.04s, e o ouro foi a toda a velocidade para Lisboa, com o atleta Arnaldo Abrantes da Universidade Nova de Lisboa com um tempo de 6.92s.

Foi preciso esperar quase até ao final da competição para que a sorte voltasse a sorrir aos do Minho. Na estafeta 4x200m Carlos Gonçalves, Mário Silva, Miguel Silva e Pedro Costa não deram qualquer hipótese à concorrência, completando a prova num tempo canhão de 1.32.372s. Nos lugares imediatamente a seguir ficaram os atletas da UPorto (1.35.867) e da UNLisboa (1.37.218).

No colectivo, a grande vencedora deste CNU de Atletismo de Pista Coberta foi a UPorto somando 70

pontos, seguida pela UNLisboa com 59 e a fechar o pódio a UMinho com 43. A equipa da AAUMinho perde assim a sua hegemonia, foram 2 anos seguidos sempre a vencer os títulos colectivos, 6 ao todo.

Segundo o técnico da AAUMinho, Paulo Ferreira "Este ano a competição demonstrou muito melhor nível em relação ao ano passado, tendo sido estabelecido um novo máximo em termos de atletas presentes".

Em ano de Universíadas as provas são sempre mais concorridas, e esta demonstrou isso mesmo, mas também porque há cada vez mais interesse das academias e o ranking começa a ter cada vez mais importância.

A equipa da AAUMinho não se apresentou na sua



máxima força, com uma equipa algo desfalcada e sem alguns elementos que já não a podem representar, isto permitiu abrir a competição no que toca à conquista de medalhas e do título colectivo.

"Com muitas academias presentes e com comitivas bastante numerosas, isto mostra haver trabalho por parte dos responsáveis. As equipas estão a organizar-se, e este ano foram com força para "ganhar aos tipos do Minho...", referiu Paulo Ferreira.

Lutar pelas medalhas e o título é agora levado muito a sério pois o ranking nacional elaborado no fim do ano é muito influenciado pelas modalidades individuais como natação, atletismo, judo, etc.

O próximo CNU da época é o de Corta-Mato e caso não hajam impedimentos devido à sobreposição de provas, a AAUMinho parte como grande favorita às medalhas e ao título colectivo.

A envergar as cores da academia minhota nesta prova estiveram então: Ashley Novais (Biologia Aplicada), Carlos Gonçalves (LEI), João Machado (LESI), João Mota (Eng. Electrónica), Manuel Costa (LESI), Miguel Silva (LEI), Mário Silva (Física), Marta Sousa (Eng. Civil), Nuno Couto (Física) e Pedro Costa (Física) que foi eleito o atleta do ano da UMinho em 2005/06.



Texto: Nuno Gonçalves e Ana Coimbra
Fotografia: Nuno Gonçalves

II Torneio de Apuramento de Voleibol F/M

Voleibol carimba bilhete para a Fase Final dos CNUs

As equipas de voleibol da AAUMinho estiveram em plano de destaque ao assegurarem na passada quinta-feira, na Covilhã, a sua qualificação para Fase Final dos Campeonatos Nacionais Universitários (CNUs). Um 1º lugar no feminino e um 3º no masculino, garantiram os pontos necessários para que tal fosse possível quando ainda falta disputar um Torneio de Apuramento.

A cidade da Covilhã acolheu nos passados dias 28 de Fevereiro e 1 de Março, o II Torneio de Apuramento (TA) de Voleibol Universitário. Com 7 equipas no quadro feminino e 9 no quadro masculino, esta prova de apuramento poderia deixar já definidos alguns nomes para a Fase Final dos CNUs.

Frente à AAC, a história foi outra e pela primeira vez este ano, a equipa minhota sofreu uma derrota (2-1).

Nas meias-finais, a AAUMinho defrontou a frágil equipa do IPLeiria. Numa partida sem percalços, as minhotas venceram por 2-0 as leirienses. Na outra meia-final, a AAC venceu pelos mesmos números a Universidade de Aveiro (UAv).

leveu a melhor sobre a AAUMinho, vencendo por 2-0. Na outra meia-final, o Instituto Politécnico de Coimbra (IPC) derrotou por 2-1 a Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD).

No jogo de atribuição dos 3º e 4º lugares, a AAUMinho e a UTAD protagonizaram uma emotiva partida de voleibol que só se decidiu na "negra" (2-1). Os minhotos acabaram por levar a melhor face aos transmontanos, carimbando também deste modo o seu passaporte para a Fase Final dos CNUs. Na final, o IPC "despachou" (2-0) como seria de esperar o ISAVE, e juntou-se deste modo à AAUMinho no lote de equipas que irão disputar em Maio o título nacional universitário.

Balanço Final

Quando falta ainda um Torneio de Apuramento por disputar, ambas as equipas estão automaticamente qualificadas (o feminino foi a primeira modalidade colectiva em termos nacionais a assegurar esta passagem) para a Fase Final dos CNUs, onde se certamente se apresentarão como fortes candidatas

aos lugares de topo.

Em conversa com os técnicos do feminino (João Silva/João Lucas) e do masculino (Francisco Costa), todos eles alinharam pelo mesmo dispasão, afirmando que o objectivo principal desta fase foi atingido (qualificação), e que a juntar a isso, conseguiu-se por toda a gente a jogar.

João Silva e João Lucas relativamente à performance do feminino mostraram-se satisfeitos com a prestação das atletas que pela primeira vez envergaram as cores da AAUMinho, e pela resposta dada pela equipa na final frente à AAC.

Francisco Costa por sua vez afirmou estar extremamente satisfeito com a prestação dos seus atletas, que segundo este, foram progressivamente subindo de rendimento durante o decorrer do TA. Para o técnico do masculino este 3º lugar tem um sabor especial, pois foi conseguido com apenas um atleta federado (ambas as equipas que disputaram a final dispunham de diversos atletas federados e com um mais elevado ritmo competitivo).

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



Após a dupla vitória (F/M) no I TA do ano, as equipas da AAUMinho partiam com algum favoritismo para esta prova. Se no feminino apenas a Associação Académica de Coimbra (AAC) poderia causar problemas, no masculino, a concorrência já era maior e mais forte.

Feminino

Colocada no Grupo A, a equipa minhota teve como adversárias as equipas da Universidade da Beira Interior (UBI), da Universidade do Algarve (UAg) e da AAC. Nos dois primeiros jogos, frente à UBI e à UAg, as atletas da AAUMinho não tiveram qualquer dificuldade e venceram ambos os jogos por 2-0.

Masculino

Após vencer facilmente a fase grupos, com 2 vitórias por 2-1 e 2-0 frente às equipas da UBI e da Escola Superior de Tecnologias de Viseu (ESTV), a AAUMinho (que se apresentou desfalcada de alguns jogadores chave) defrontou a equipa do Instituto Superior do Ave (ISAVE). Nesta meia-final, o ISAVE



Liga Universitária de Futsal

Assalto ao 1º lugar em jornada dupla

A AAUMinho derrotou a Universidade Fernando Pessoa por duas vezes no espaço de uma semana, acabando com a sua invencibilidade, conquistando o primeiro lugar da LUF zona norte e assumindo-se como um dos candidatos à vitória final.

AAUMinho 4-0 UFP (1ª Jornada)

Foi uma AAUMinho personalizada, determinada e com vontade de mostrar que não merece o lugar que ocupa que entrou em jogo. Os 5 minutos iniciais foram de domínio absoluto dos homens da casa. Beneficiando do desacerto total do adversário e fruto de uma pressão alta, a AAUMinho conseguia recuperar bolas em série e por três vezes Bruno Luzio apareceu na cara do guarda-redes adversário. Acabaria por ser apenas à 4ª tentativa que os minhotos chegariam ao golo. Mais um lance a explorar a fragilidade defensiva adversária, com o homem solto a aparecer nas costas da defesa e Bruno Luzio desta vez a não perdoar. O jogo continuou a pender para o lado dos da casa, que continuavam a pressionar bem e a não deixar jogar o



adversário.

Os Minhotos entravam bem no jogo e 6 minutos volvidos, fruto da pressão intensa, obrigavam o adversário a cometer mais um erro, desta vez com resultados práticos. Atraso de bola ao guarda-redes e este com uma falha inacreditável, deixa passar a bola por baixo da sapatilha. Estava feito o 2-0 para os da casa.

A UFP reagiu, passou a circular melhor a bola e acabaria por equilibrar a partida, sem no entanto criar grandes lances de perigo para a baliza dos Minhotos. Ao invés, os da casa lançavam contra-ataques venenosos, aparecendo em situações de finalização ao segundo poste mas, com o homem a chegar invariavelmente atrasado ou permitindo o corte de um defesa adversário.

Ao intervalo o resultado era justo e premiava a equipa mais esclarecida em campo.

No início da segunda parte a UFP entrou com vontade de dar a volta ao resultado, mas não passou disso mesmo. AAUMinho voltou à pressão que tão bom resultado tinha dado na primeira metade, encaixou no adversário e defendeu sempre com determinação. Nos primeiros 10 minutos a história do jogo não se alterou. Os minhotos continuavam a criar inúmeras oportunidades para ampliar a vantagem sem no entanto conseguir chegar ao 3-0. Os visitantes recorriam frequentemente à falta para travar os homens da casa.

Com 12 minutos da 2ª parte a UFP atingia a sua 5ª falta.

Acabaria por ser já na parte final do jogo, com o adversário a jogar com guarda-redes avançado que a AAUMinho chegaria ao 3-0, mas não sem antes desperdiçar um livre de 10 metros por Miguel Gonçalves. Minuto 36, mais uma vez a pressão ao homem da bola a resultar na perfeição, linhas de passe bem fechadas e bola a sobrar para Hugo Silva que da sua área fazia o 3-0.

Até final, destaque para a expulsão do guarda-redes avançado dos Portuenses por alegada mão na bola fora da sua grande área com o respectivo livre directo a ser cobrado por Bruno António fixando o resultado final em 4-0.

AAUMinho acabou por ser um vencedor justo, fruto da sua entrega, determinação e da estratégia bem montada pelo seu treinador João Macedo, num jogo crucial para as suas aspirações nesta competição.

UFP 3-7 AAUMinho (6ª Jornada)

Uma semana volvida e a formação da AAUMinho voltou a defrontar a UFP, desta vez em jogo a contar para a 6ª. Jornada da LUF, zona norte. Se de um lado a Universidade Fernando Pessoa procurava manter a liderança da prova, e alargar a vantagem para os perseguidores corrigindo a derrota da semana passada, do outro lado estava uma AAUMinho a atravessar bom momento e em busca do primeiro lugar.

O jogo do "tira-teimas" entre minhotos e portuenses começou da melhor forma para os da casa. Jogando no seu sistema habitual de 3x1 e utilizando pressão defensiva junto à área adversária, a UFP entrava em jogo determinada. Ao minuto 5, beneficiando de um passe arriscado de José Magalhães na sua zona defensiva os portuenses colocavam-se em vantagem.

AAUMinho não alterava a sua estratégia em virtude do golo sofrido e procurava equilibrar a partida, passando a ter mais posse de bola. Seria no entanto em contra-ataque que Bruno Luzio, em jogada individual e com remate cruzado, empataria a partida ao minuto 12. A UFP tentava reagir, conseguia criar situações de perigo utilizando o seu pivot mas não as materializava em golo. E como, "quem não mata morre" ao minuto 18 os minhotos faziam o 1-2. Assistência de Bruno António ao segundo poste e Hugo Silva a facturar, resultado com que se atingiria o intervalo.

No regresso dos balneários, tudo mudou. A UFP ainda conseguiu empatar a partida a dois, mas a partir do minuto 3 da segunda parte só deu

AAUMinho. Com uma reacção demolidora ao golo do empate, e no espaço de 5 minutos, os forasteiros faziam 4 golos e sentenciavam a partida. Primeiro foi Hugo Silva isolado a bater o guarda-redes adversário, depois por duas vezes Bruno Luzio em lances individuais e por fim José Magalhães em contra ataque a contornar o guarda-redes e a fazer o 2-6.

Até final, tempo ainda para Bruno Luzio completar o seu Poker (4 golos) e colocar-se na primeira posição da lista de melhores marcadores com 13 golos.

No espaço de uma semana, a equipa da AAUMinho passou da penúltima posição para o primeiro lugar, fruto de duas vitórias sobre o até aqui líder invicto da prova e colocou-se nos lugares cimeiros de acesso ao play-off.

Neste momento, e quando estão decorridas 6 jornadas da prova, a AAUMinho ocupa o primeiro lugar da prova com 12 pontos conquistados e em igualdade com o Instituto Politécnico do Porto.

Texto: Hugo Triunfante



II TA de Futsal Feminino

Faltou sorte ao Futsal Feminino

Realizou-se nos passados dias 5 e 6, em Leiria, o II Torneio de Apuramento (TA) em Futsal Feminino, com vista à qualificação para as Fases Finais dos Campeonatos Nacionais Universitários. A equipa da AAUMinho terminou na 4ª posição, fruto de algum azar nos jogos decisivos.

Esforço, dedicação, vontade de vencer, e sobretudo falta de sorte. Foram estas as notas dominantes da participação da equipa feminina de futsal da Associação Académica da Universidade do Minho (AAUMinho) no II TA de Futsal Feminino.

A AAUMinho apresentou-se em Leiria um pouco desfalcada, com apenas 8 atletas das 14 que poderiam ser utilizadas.

Na competição as equipas ficaram separadas em 2 grupos. No grupo A ficaram as formações do IPEleiria, da AAUBI e da AEESECB, que não compareceu para este TA.

No grupo B, ficaram a AAUMinho, a AAUAveiro e a AAUTAD.

Fase de grupos

A AAUMinho entrou com o pé direito no torneio, ao

vencer a formação da AAUAveiro por 3-0, no primeiro jogo da fase de grupos.

No segundo jogo, o adversário da AAUMinho foi a formação da AAUTAD. Uma equipa muito sólida e consistente, que não deu hipóteses de reacção à equipa minhota, impondo uma derrota por 2-0.

Terminada a fase de grupos, a AAUMinho transitou para as meias-finais no 2º lugar, onde iria encontrar a equipa da casa, o IPEleiria. IPEleiria que venceu a AAUBI por 1-0 e a AEESECB por 3-0 (falta de comparência), e consequentemente venceu o grupo.

Meias-finais

Na meia-final, começaram melhor as leirienses, remetendo as minhotas para a sua defesa, e por diversas ocasiões criaram lances de perigo aos quais a guarda-redes da AAUMinho se opôs muito bem, segurando o nulo no marcador.

Quando a AAUMinho começava a ganhar espaço em campo e a trocar melhor a bola, o IPEleiria chegou ao golo.

Quando faltavam 5 minutos para o final da partida, Anselmo Calais modificou a tática da sua equipa, passando a jogar com a guarda-redes avançada. Esta mudança veio a dar frutos a 2 minutos do final da partida, quando Adriana Sousa (Matemática) repôs o empate, numa altura em que "só dava" AAUMinho.

Com o empate no final do tempo regulamentar a partida iria para prolongamento.

As leirienses, notoriamente mais frescas que as visitantes, a 2 minutos do fim da partida chegaram ao golo. Resultado final, após prolongamento 2-1.

Na outra meia-final foi mais forte a AAUBI, levando de vencida a AAUTAD por 4-2.

3º e 4º Lugar

O jogo de atribuição do 3º e 4º lugar foi muito equilibrado e sem espanto chegou ao final do tempo regulamentar empatado a zero. Também no prolongamento o marcador não sofreu alterações.

Com o empate no marcador, o jogo prosseguiu para a marcação das grandes penalidades. Foram mais certeiras as estudantes da UTAD, apontando 4 golos contra 1 da AAUMinho.

Final

Na final, foi mais forte a equipa da AAUBI, vencendo a formação do IPEleiria por duas bolas a zero, alcançando o primeiro lugar deste II Torneio de Apuramento.

No final do torneio, o treinador da equipa minhota, Anselmo Calais, enalteceu o enorme esforço das suas atletas, e queixou-se da falta de sorte da sua equipa. "As nossas jogadoras deram tudo em campo, lutaram muito, e com um pouco mais de sorte talvez saíssemos daqui com uma melhor

classificação", salientou.

Representaram as cores da AAUMinho.: Joana Soares (Direito), Filipa Fernandes (Eng. Materiais), Joana Domingues (Mestrado em Evolução e Origem da Vida), Joana Ribeiro (Mestrado em Evolução e Origem da Vida), Catarina Campos (Eng. Biológica), Rita Pereira (Eng. Biológica), Adriana Sousa (Matemática) e Andreia Vale (Eng. Civil).

Texto e Fotografia: Helder Miranda
heldermiranda2@gmail.com



II TA de Basquetebol Masculino

Derrota na final mas primeiríssimos na geral

Decorreu nos passados dias 8 e 9 de Março, na cidade da Covilhã o II TA de Basquetebol Masculino organizado pela Associação Académica da Universidade Beira Interior (AAUBI), mais uma prova de classificação no caminho para os CNU's. A AAUMinho colocada no grupo B da prova derrotou os seus dois adversários, apenas na final foi travada pela Associação Académica de Coimbra (AAC), mas garantindo o primeiro lugar na geral.

IPC AAUM 27-58

Jogo muito positivo por parte da AAUMinho, dominando durante todo o jogo. O jogo começou com 3 triplos por parte dos minhotos que cedo mostraram estar com "mão quente". Isso veio a verificar-se durante todo o jogo, sendo que os lançamentos longos valeram 33 dos 58 pontos da AAUMinho (11 em 20 tentativas). Neste capítulo o

realce vai para os jogadores João Cunha, com 3 convertidos em 4 tentativas e o capitão João Chaves com 4 em 5 tentados. No início da segunda parte os atletas do IPC ainda esboçaram uma pequena recuperação, imediatamente anulada pelo aumento do ritmo de jogo da AAUMinho. Com isto a AAUMinho conquistou a primeira vitória do Open, mostrando desde cedo que as suas intenções eram sair da Covilhã com o apuramento para os CNU's garantido.

bastante elevado, cedo se percebeu que os atletas da AAC tinham a lição bem estudada, fechando muito bem as linhas de passe para os extremos e condicionando o tiro exterior, a AAUMinho teve de procurar posições próximas do cesto para conseguir converter os seus pontos. Por sua vez o ataque dos de Coimbra aproveitava um pouco da passividade da defesa dos minhotos para comandar o jogo. Apesar do equilíbrio no resultado, a AAC parecia mais forte que a AAUMinho na segunda parte, e fruto de uma excelente exibição do base da AAC (5 triplos), a equipa de Coimbra conseguiu cavar uma vantagem que foi gerindo ao longo do tempo. AAUMinho tudo tentou para inverter o marcador mas a consistência defensiva por parte da AAC veio ao de cima e acabou por fazer a diferença. De realçar que a AAUMinho não converteu nenhum triplo neste jogo, sendo que apenas o tentou por 3 vezes. No final a AAC foi um justo vencedor e assim entrou nas contas do apuramento para os CNU's.

**Aveiro AAUM 25-27**

Mais um jogo positivo dos minhotos, onde que a vontade de vencer e manter a invencibilidade veio ao de cima. Este jogo apenas decidia o 1º e 2º lugar do grupo dado que ambas as equipas já estavam qualificadas para as meias-finais. Num jogo onde o equilíbrio foi a nota dominante, a equipa de Aveiro manteve-se sempre no jogo muito por culpa da sua excelente prestação defensiva, anulando o forte jogo exterior da AAUMinho. Já na segunda parte os níveis físicos dos aveirenses baixaram, fruto do jogo equilibrado frente ao IPC e os minhotos aproveitaram para se imporem e levarem de vencido pela segunda vez esta época a equipa vice-campeã nacional.

Meia Final UTAD AAUM 0-10

A UTAD fez falta de comparência, chegando ao recinto do jogo 10 minutos depois da hora marcada. Uma vez mais os transmontanos mostraram uma desorganização atroz, tendo assim comprometido a sua qualificação para os CNU's. Muito mau para quem é Campeão Nacional!

Final AAC AAUM 63-47

No jogo mais esperado do dia os minhotos tentavam a 2ª vitória em outros tantos open's deste ano. Com um início de jogo muito equilibrado e um ritmo

Classificação Nacional:

AAUM 45 pontos
Aveiro 30 pontos
IPC 25 pontos
AAC 25 pontos
UBI 10 pontos
UTAD 10 pontos
Viseu 6 pontos



Texto: João Chaves

II Open de Ténis de Mesa

1º e 3º lugares para o Ténis de Mesa

Os atletas da AAUMinho, Joni Sousa e Carlos Fernandes, estiveram em plano de destaque neste 2º Open de Ténis de Mesa, disputado na passada sexta-feira na Covilhã. Após terem alcançado respectivamente o 2º e 1º lugar no I Open disputado em Lisboa, a dupla minhota voltou a repetir a excelente performance, tendo desta vez Joni Sousa levado a melhor sobre o seu colega de equipa ao derrotá-lo nas meias-finais.

Na final, Joni Sousa venceu o seu adversário do Instituto Superior de Contabilidade (ISCAP), Ricardo Carneiro. Carlos Fernandes no jogo de atribuição do 3º e 4º lugar, viria a levar de vencido o seu opositor da UPorto, Pedro Costa

Com mais esta excelente performance, ambos os atletas minhotos asseguraram o seu lugar na Fase Final dos CNU's, algo que por coincidência, as equipas de voleibol da AAUMinho tinham alcançado no dia anterior, e exactamente no mesmo local: a cidade da Covilhã.



Texto e Fotografia: Nuno Gonçalves

RANKING NACIONAL									
Ranking	ATLETA	AAEE/IES	I Open		II Open		III Open		Pt.Total
			Cl	Pontos	Cl	Pontos	Cl	Pontos	
1º	JONI SOUSA	AAUM	2º	45	1º	48			93
2º	CARLOS FERNANDES	AAUM	1º	48	3º	42			90
3º	PEDRO DANIEL COSTA	U Porto	3º	42	4º	39			81
4º	RUI REGO	U Porto	5º	36	7º	30			66
5º	RONALD SILVA	U Lisboa	7º	30	10º	21			51
6º	RUI SILVA	AAUM	11º	18	8º	27			45
7º	RUI CARNEIRO	AEISCAP	-	-	2º	45			45
8º	ALEXANDRE SANTOS	AEESTV	8º	27	12º	15			42
9º	PEDRO BARBOSA	AEESTV	4º	39	17º	1			40
10º	JOEL GONÇALVES	ACDUPF	-	-	5º	36			36

acer

ASUS

FUJITSU COMPUTERS
SIEMENS

LG

UMinho - Aquisição de Portáteis a preços especiais

II TA de Andebol Masculino

Vice-campeões europeus apontam armas ao título nacional

A AAUMinho, actual Vice-Campeã europeia de andebol universitário, qualificou-se para a Fase Final dos CNU's ao bater na final do II Torneio de Apuramento o ISAVE por 24-22. Agora que estão apurados, os atletas minhotos apontam como objectivo principal a conquista do título nacional.

A Associação Académica da Universidade do Minho (AAUMinho) apresentou-se neste TA desfalcada de algumas pedras chaves, mas mesmo assim, assumia-se como natural candidata à vitória final. A equipa minhota ficou colocada no Grupo B, conjuntamente com as equipas do Instituto Superior do Ave (ISAVE) e da Associação Académica da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (AAUTAD). Antevia-se na luta pelo 1º lugar do grupo entre a AAUMinho e o ISAVE, uma final antecipada desta prova.

No grupo A, estavam as equipas da Associação Académica da Universidade de Aveiro (AAUAv - a jogar em casa), do Instituto Politécnico de Leiria (IPLeia), e da Associação de Estudantes da Escola Superior de Tecnologias de Viseu (AEESTV). Este era claramente o grupo mais "acessível" da competição.

Fase de Grupos: AAUMinho x AAUTAD

O primeiro jogo deste TA para os minhotos foi contra os seus colegas transmontanos da AAUTAD. Sempre impondo o seu ritmo de jogo, a AAUMinho liderou desde o primeiro até ao último minuto a marcha do marcador. Nem mesmo uma lesão num jogador chave (pivot), expulsão (algo discutível) de um outro jogador preponderante na manobra ofensiva da equipa perturbou a AAUMinho, que no final venceu facilmente por 14-10.

Fase de Grupos: AAUMinho x ISAVE

O ISAVE, fazendo alinhar na equipa universitária diversos atletas profissionais que disputam a Liga Hallcom (entenda-se, 1ª Divisão Nacional), apresentava-se na teoria como favorito para esta partida.

A 1ª parte deste duelo minhoto ficou marcada sobretudo pelo equilíbrio e pela boa performance do guarda-redes da equipa do ISAVE. Sempre muito atento, o último homem dos de amarelo, impediu por diversas vezes o golo da AAUMinho.

A 2ª parte foi quase tirada a papel químico da primeira, não fora os últimos minutos desta. Após duas exclusões de 2 minutos para o ISAVE, a AAUMinho não conseguiu materializar em golos esta importante vantagem numérica, acabando mesmo por sofrer um golo! No final, os de amarelo acabaram por vencer esta partida que, sobretudo por falta de calma, os atletas da AAUMinho lhes entregaram de bandeja.

Meia-Final: AAUMinho x IPLeia

Frente à sempre incómoda e muito rápida formação leiriense, a AAUMinho fez um jogo quase perfeito. Com uma defesa muito forte em 6-0, uma elevada percentagem de finalização e contra-ataques venenosos, os atletas minhotos deram um recital de andebol para quem esteve presente nas bancadas do Pavilhão Universitário de Aveiro. Este jogo ficou

marcado no entanto por mais uma lesão em outra pedra chave da equipa minhota (o lateral esquerdo da AAUMinho era muito forte em termos defensivos). Face a mais este rude golpe, antevia-se a vida muito complicada para a AAUMinho na final frente ao ISAVE, que na outra meia-final da manhã venceu facilmente a AAUAv por 23-13.

Final: AAUMinho x ISAVE

As previsões haviam-se confirmado. Frente a frente estavam mais uma vez os rivais minhotos, mas agora no jogo que decidiria quem iria sair de Aveiro com os "louros".

Apesar de não poder contar com dois elementos influentes no xadrez da equipa, a AAUMinho surpreendeu pela calma e eficácia demonstrada durante o decorrer da partida. Procurando sempre controlar as operações, os atletas minhotos estiveram sempre à frente no marcador até sensivelmente aos 10 minutos da 2ª parte. Nos 6 minutos seguintes houve algum ascendente do ISAVE, mas a AAUMinho ripostava sempre muito bem, e nunca deixava os de amarelo distanciarem-se.

Durante este período de tempo, o guarda-redes da AAUMinho é excluído 2 min. por comemorar mais euforicamente uma grande defesa (foi um dos pilares



da equipa nesta final). Com menos um, e o suplente a entrar a frio, tudo se parecia complicar. No entanto, os atletas da AAUMinho "aguentaram o forte" e a 2 minutos do final da partida, colocam-se em vantagem no marcador, ao mesmo tempo que o ISAVE vê dois atletas seus serem excluídos por 2 minutos.

Com este rude golpe, as poucas esperanças que o ISAVE poderia ter em empatar a partida foram por água abaixo. No final, a AAUMinho venceu muito justamente esta partida (24-22) e o TA, fruto da sua

maior capacidade de sacrifício e entrega ao jogo

Os técnicos da AAUMinho no final mostraram-se devesas satisfeitos pela vitória no TA, pela qualificação para a Fase Final dos CNU's, mas sobretudo pela união e capacidade de resposta do grupo em dar a volta por cima nos momentos de adversidade.

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





Universidade do Minho

Universidade sem muros
comunica | partilha | pertence



Portátil

informa-te sobre a campanha de aquisição a preços especiais
www.sas.uminho.pt | intranet.uminho.pt | www.saum.uminho.pt

Novas Instalações Desportivas e de Apoio

Orçamentada em 880.000€ a obra a realizar não tem, nesta fase, qualquer apoio externo, sendo inteiramente realizada com receitas próprias. O investimento financeiro é repartido entre a Universidade do Minho e os SASUM. Uma conjugação de esforços para qualificar os serviços prestados à Comunidade e apoiar a componente de ensino do IEC.

Junto ao actual Complexo Desportivo da Universidade do Minho no Campus de Gualtar, que já integra um Pavilhão, três Ginásios, uma Sala de Squash, uma Sala de Musculação e diversos Gabinetes e Instalações Técnicas, irá nascer um novo **pavilhão desportivo, uma sala de cardio fitness e um centro médico**. Estas novas valências surgem no sentido de dar resposta a procuras sentidas no âmbito da actividade dos SASUM e no caso do novo Pavilhão para dar apoio às aulas de Educação Física dos Cursos de Educação de Infância e Ensino Básico do 1º ciclo do IEC.

Segundo o Administrador dos SASUM, Eng.º Carlos Silva, o processo está já a decorrer e em fase avançada, “já se realizou o acto público com a abertura das propostas e vai seguir-se a decisão da comissão de avaliação em relação às propostas apresentadas. Estes processos são sempre prolongados pois têm um conjunto de prazos que é preciso cumprir em termos legais, se tudo correr com normalidade a obra poderá iniciar-se em meados de Abril e estará concluída no final de Setembro deste ano no máximo em Outubro”.

O Administrador dos SASUM, refere ainda que “o que se tentou fazer foi simples, ao ter de se construir este pavilhão, pretende-se que este espaço fosse potencializado, servindo não só para a prática pedagógica do IEC (que vai ocupar uma certa mancha diária), mas para que respondesse a algumas necessidades que já existiam no próprio funcionamento do pavilhão. Assim, este servirá como complemento para algumas modalidades que não necessitam de áreas tão grandes e que

podem funcionar neste complexo”.

A ampliação da sala de musculação aparece também como um complemento no sentido de responder às solicitações em horas de ponta desta actividade, às quais a actual sala já não responde na área do Cardio Fitness. Aproveita-se assim este projecto para se poder dar mais capacidade à actividade da sala de musculação e de responder às necessidades da comunidade.

O centro médico vai responder a uma necessidade que existe na Universidade e que complementa em termos de valências os próprios Serviços. A Universidade vai colocar a funcionar a sua componente da medicina do trabalho, embora os SASUM já tenham este serviço implementado há vários anos, a Universidade só no próximo ano lectivo desenvolverá esta componente, sendo por isso uma das necessidades mais sentidas. Para além da medicina desportiva, nomeadamente no que se refere aos exames médico-desportivos e medicina do trabalho, este centro integrará o apoio de medicina geral, que já existe para os Estudantes mas que se prevê que seja entendido à comunidade.

Carlos Silva adianta-nos ainda “*que este centro deverá contar com um médico em permanência onde qualquer pessoa da Universidade se possa deslocar e ter uma consulta. Permitirá a qualquer pessoa na UMinho (aluno, funcionário ou docente) que queira ter uma consulta médica não necessitar de se deslocar para fora do Campus, tendo assim ganhos em termos de assiduidade pois existe um médico na Universidade, potenciando ainda a*



Eng.º Carlos Silva, Administrador dos SASUM

criação de canais rápidos para diagnóstico ou realização de exames mais específicos”. O formato e modelo de gestão ainda não está totalmente definido, pois carecem ainda de consolidação com algumas estruturas da Universidade (Escolas e Serviços) que serão parceiros neste projecto, mas existe a certeza de que os serviços vão ser pagos ou “quotizados”.

São estes os vectores principais das novas valências a construir, sendo que a integração no espaço existente foi também uma preocupação dos SASUM. Assim, o acesso ao novo pavilhão e à

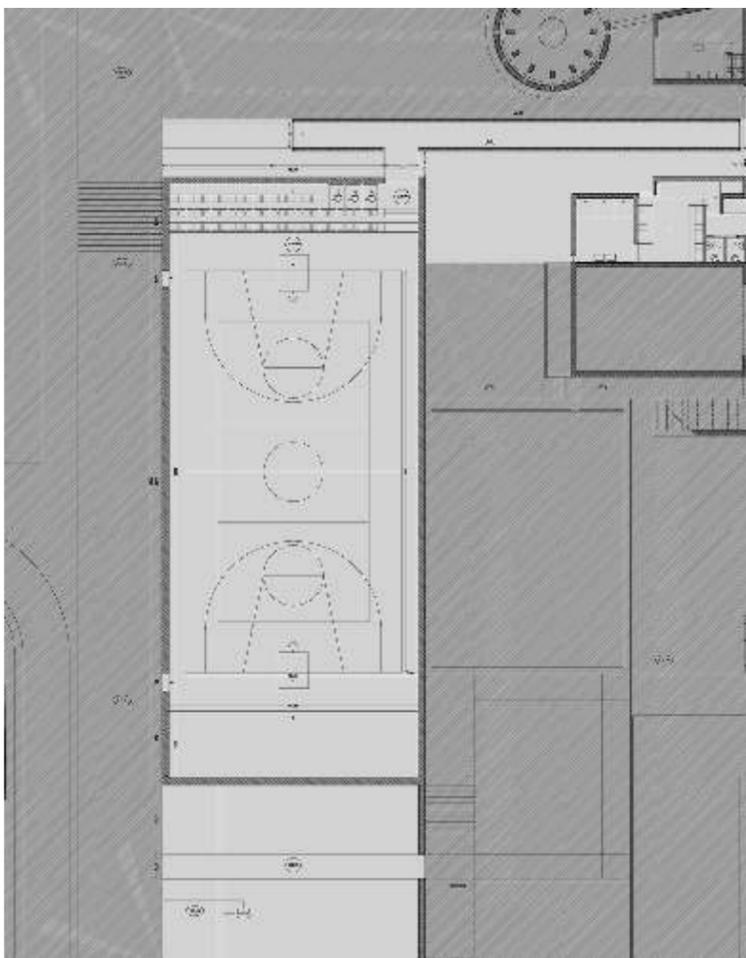
sala de musculação será efectuado pelo acesso actual aos espaços existentes; só o centro médico é que terá um acesso diferenciado e dedicado.

Em termos de concurso o prazo para execução da obra é de 6 meses. Teoricamente pelo menos a área do pavilhão deverá estar pronta a funcionar no início de Outubro, dado que com a transferência do IEC aqui para o campus de Gualtar leva a que necessitem deste espaço para a sua actividade pedagógica. As outras duas obras caso estejam criadas condições, serão realizadas ao

mesmo tempo, mas o pavilhão é a prioridade.

O valor base definido em termos de valor base para concurso foi de 880.000€ acrescidos de IVA, sendo que as propostas apresentadas estão um pouco abaixo deste valor.

Valor das propostas apresentadas, no acto publico realizado na Universidade do Minho no dia 22 de Fevereiro de 2007.



Quadro 1 - Valor das propostas apresentadas pelos concorrentes

Identificação do concorrente (Ordem de abertura das propostas)	Valor da Proposta Base	Prazo da Proposta Base	Valor da Proposta Condicionada	Prazo da Proposta Condicionada
1-João Fernandes da Silva SA	834.930,47 €	180 dias	-	-
2-Soares & Grego Lda.	991.082,22 €	180 dias	-	-
3-Inmetro, Construções Lda./ABB, Alexandre Barbosa Borges SA	761.669,95 €	180 dias	-	-
4- Arlindo Correia & Filhos SA	838.400,00 €	180 dias	-	-
5-NVE, Engenharias Lda.	819.451,33 €	180 dias	819.451,33 €	148 dias
6-CofilPort, Sociedade de Empreitadas SA	940.536,65 €	180 dias	-	-
7-Sá Machado & Filhos S A	794.000,00 €	180 dias	794.000,00 €	165 dias
8-Empreiteiros Casais S A	876.152,87 €	180 dias	-	-

Médico para Outubro no Campus de Gualtar



Prof. Dr.ª Beatriz Pereira, Coordenadora do Grupo Disciplinar de Educação Física do IEC

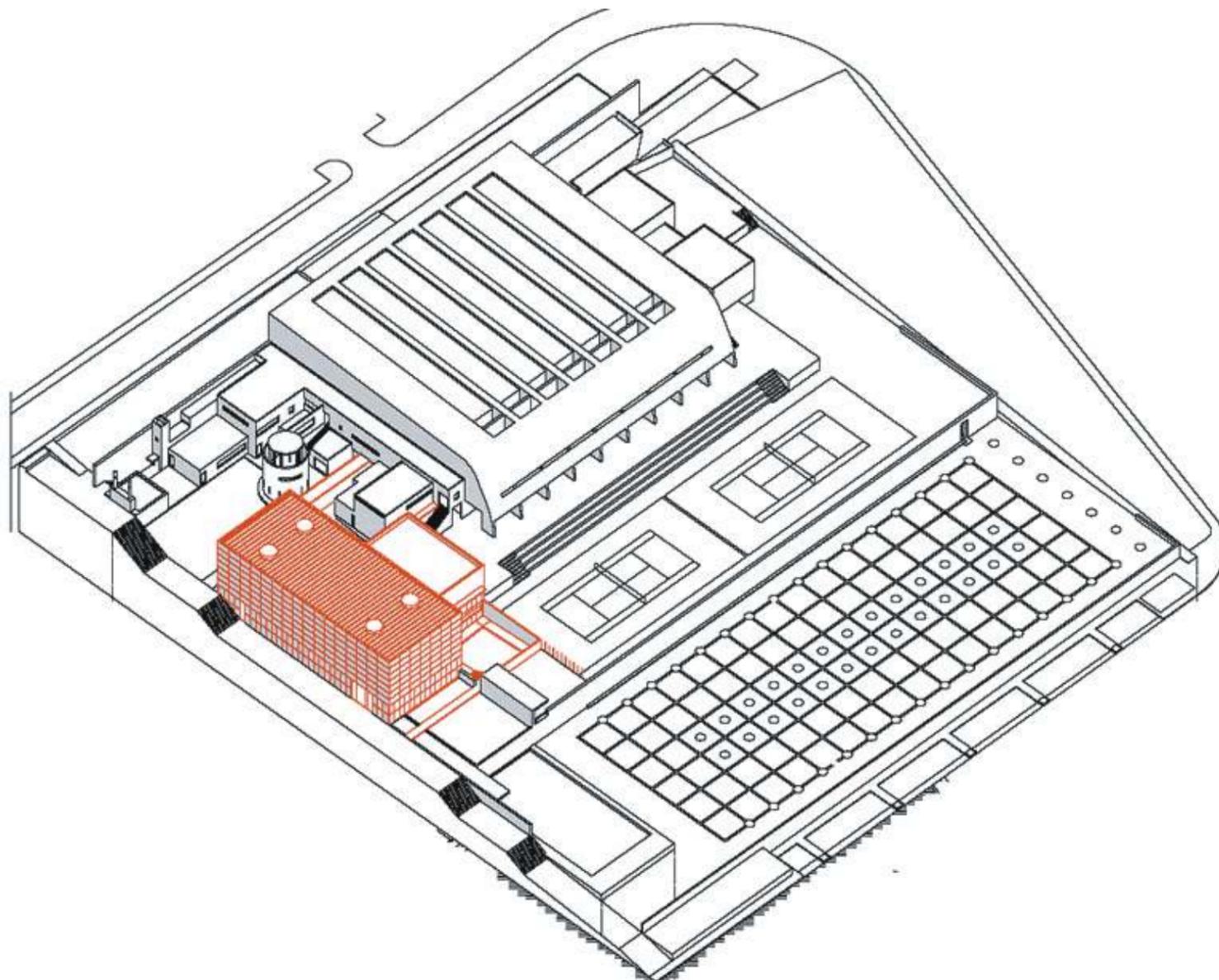
Aulas de Educação Física dos Cursos do IEC já no início do próximo ano lectivo

Como referido anteriormente, este novo projecto tem três vectores diferenciados, a construção do novo pavilhão, a construção de um centro médico e a ampliação da sala de cardio fitness, com as quais se pretende responder a solicitações diferentes. Em relação à sua funcionalidade, o pavilhão surge também de uma necessidade de apoio à prática pedagógica do IEC, que transita do centro da cidade de Braga para o Campus de Gualtar. Assim, este instituto tem o apoio e o espaço para exercer as componentes das disciplinas que envolvem a prática de actividade física.

Com o vinda do IEC para o Campus de Gualtar, e depois de algumas reuniões com os SASUM chegou-se à conclusão que não havia disponibilidade do actual pavilhão para as aulas curriculares sob pena de se impedir a prática desportiva regular de um importante percentagem dos estudantes da Universidade. Uma vez que não haviam essas condições foi necessário pensar numa alternativa, pois os alunos não podiam ficar sem aulas. Foi sugerido pelos SASUM que se avançasse para a construção de um novo pavilhão com as valências de ensino que servisse tanto os interesses do IEC assim como se pudesse potenciar e complementar os próprios serviços desportivos da Universidade do Minho. Como nos disse Beatriz Pereira, coordenadora do grupo disciplinar de Educação Física, *“houve desde esse momento uma partilha no sentido de ver o que seria necessário e como se poderia implementar um projecto que fosse útil para o funcionamento curricular e que servisse os interesses da Universidade na área de lazer”*.

O novo Pavilhão tem assim como principal funcionalidade para o IEC ser um espaço para a prática das disciplinas de Ed. Física para os cursos de Educação de Infância e Ensino Básico do 1º ciclo, onde serão leccionadas as disciplinas de desenvolvimento motor e animação recreativa e desportiva. Segundo a coordenadora do grupo disciplinar de Educação Física *“este servirá uma média de alunos de 80 a 90 por ano por cada ano do curso, que agora com as reformulações de Bolonha será de 3+2, tendo todos os anos planos curriculares de educação física”*.

Assim sendo, o IEC, uma das partes com interesse neste projecto e para a Prof.ª Dr.ª Beatriz Pereira, espera que no início do próximo ano lectivo o pavilhão já esteja pronto *“esperamos poder fazer toda a formação teórica e prática do próximo ano nas novas instalações que vão ser construídas, por isso esperamos que fiquem prontas até Setembro ou Outubro. A formação na área da Ed. Física precisa de condições próprias e materiais de apoio específicos para a sua prática, e é necessário que o espaço esteja pronto no início das aulas”*.



Projecto Multiwave

TecMinho e Universidade do Minho apresentam Tear inovador

A TecMinho, em parceria com a Universidade do Minho, levaram a cabo no passado dia 22, uma acção de demonstração do Projecto MULTIWEAVE, um inovador Tear de tecidos multiaxiais para aplicações técnicas.

Realizada no Campus de Azurém, em Guimarães, a sessão destinou-se a apresentar todas as potencialidades da tecnologia desenvolvida aos mais importantes agentes da área têxtil, de forma a avaliar potenciais colaboradores e parceiros estratégicos naquela área.

A sessão iniciou com uma apresentação do Professor Ferrie van Hattum, do Departamento de Engenharia de Polímeros da Universidade do Minho (U.M.) na qual destacou a importância dos materiais

compósitos de reforço têxtil. Face às modernas exigências tecnológicas em termos de materiais e estruturas, estes materiais destacam-se pela sua boa relação peso - desempenho.

Logo depois seguiu-se a apresentação do Projecto MULTIWEAVE e demonstração do equipamento desenvolvido, e esteve a cargo de Mário Lima, Professor do Departamento de Engenharia Mecânica da Universidade do Minho.

O projecto MULTIWEAVE, co-financiado pela Comissão Europeia, vem no seguimento da vasta experiência de investigação na área têxtil da Universidade do Minho e do "know-how" em termos de máquinas têxteis de empresas do consórcio.

O principal objectivo do projecto foi desenvolver um novo tipo de estrutura de tecido entrelaçado (multiaxial), e o respectivo processo para o seu fabrico e produção.

Uma característica importante destes têxteis é a possibilidade de providenciarem resistências específicas em várias direcções preferenciais. Para atingir este objectivo foi desenvolvido, e apresentado na sessão, em tear experimental que permite produzir um tecido multiaxial. Destes tecidos espera-se que tenham um vasto potencial de aplicação, em áreas que vão desde a indústria automóvel, ao desporto, aeronáutica, etc.

Texto: Hélder Miranda

Unidade de Psicologia do Desporto Serviço de Consulta

Rui Gomes é o actual coordenador da Unidade de Psicologia do Desporto, contando para isso com a colaboração dos Drs. José Cruz e Jorge Silvério, também eles profissionais desta área.

Em entrevista ao UMDicas, Rui Gomes referiu que apesar desta unidade já existir desde 1999, só o ano passado foi possível o seu funcionamento em pleno. "Pode-se dizer que estamos numa fase de arranque da Unidade e animados com as diferentes possibilidades de intervenção que pretendemos levar a cabo".

UMDicas- O que é o Serviço de consulta (Unidade de Psicologia do Desporto)?

Rui Gomes- A Unidade de Consultadoria e Apoio Psicológico no Desporto e no Exercício Físico visa fornecer serviços de apoio psicológico aos mais variados agentes desportivos (atletas de vários níveis competitivos e do desporto lazer, técnicos desportivos, etc.), procurando promover e aumentar o rendimento desportivo (no caso do desporto de competição) e contribuir para que os praticantes de exercício físico possam retirar o maior proveito pessoal das suas experiências desportivas.

UMDicas- Qual o âmbito de actuação, ou seja, quais as competências da Unidade de Psicologia do Desporto?

R.G- Em termos gerais, há três grandes temas que a Unidade procura desenvolver. Em primeiro lugar, prestamos serviços de consulta e apoio a toda a comunidade através do acompanhamento directo a praticantes desportivos, abordando-se questões relacionadas com o rendimento desportivo bem como com a gestão da actividade desportiva com as outras áreas de vida. Ainda nesta área de intervenção, também estamos preparados para receber treinadores e técnicos desportivos, ajudando-os a gerir melhor as equipas e a rentabilizar melhor a relação com os atletas. Um segundo aspecto prende-se com o assumir de uma vertente de "investigação-acção", procurando-se rentabilizar os recursos existentes na Unidade e na comunidade académica e desportiva para realizar investigações sobre os factores psicológicos associados, por um lado, ao rendimento e sucesso desportivo e, por outro lado, à prática de exercício físico na população em geral. Por último, estamos também preparados para realizar programas de formação aos diversos agentes desportivos sobre temas relacionados com a Psicologia do Desporto e do Exercício, cabendo-nos também dentro desta abordagem do serviço contribuir para a própria formação dos nossos alunos de Psicologia interessados nesta área de intervenção. Gostaria ainda de referir que dentro desta linha de trabalho da Unidade, iremos em coordenação com a Área de Psicologia do Desporto organizar dois eventos científicos este ano: a 1ª Escola de Verão em Psicologia Aplicada ao Desporto (17 e 18 de Julho), seguida da Conferência de Psicologia de Desporto e do Exercício (19 e 20 de Julho), tendo já confirmada a presença de alguns dos melhores especialistas mundiais. Será com certeza uma oportunidade para trocarmos experiências de trabalho, pois alguns dos convidados têm imensa experiência de trabalho com atletas de alta competição bem como com a investigação em Psicologia do Desporto.

UMDicas- Onde está localizada a Unidade?

R.G- A Unidade engloba-se numa estrutura mais vasta, o Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano, encontrando-se a funcionar no Instituto de Educação e Psicologia, que nesta altura se encontra a mudar para as novas instalações. Esta mudança significará a possibilidade de oferecer condições de atendimento ao público de melhor qualidade, indo assim de encontro a uma aspiração antiga de crescimento do Serviço, que tem uma grande procura na comunidade académica e externa à universidade.

UMDicas- Porquê psicologia do Desporto e não outra área? O que vos levou a pensar na necessidade deste serviço na UM?

R.G- Na realidade quando pensamos nesta Unidade, não podemos analisá-la de um modo independente da Área de Psicologia do Desporto. De facto, e tendo em consideração todo o processo de reestruturação dos planos de formação à luz de Bolonha, temos neste momento a possibilidade de oferecer aos nossos alunos três níveis distintos de formação, com disciplinas de psicologia do desporto no 1º ciclo, e cursos de especialização de Mestrado e Doutoramento para os 2º e 3º ciclos. A Unidade resulta desta conjugação de esforços, fazendo sentido juntar às facetas do ensino e da investigação a da intervenção. Temos assim uma amplitude significativa de recursos para oferecer aos nossos alunos, melhorando a qualidade da formação que lhes é proposta.

Por outro lado, também deve ser referido o facto da Psicologia do Desporto representar uma especialidade em crescimento, suscitando cada vez maior interesse na população em geral e, em particular, na comunidade desportiva.

UMDicas- A unidade de Psicologia do Desporto é uma unidade independente ou está sob poder do IEP? Como é gerida e articulado o funcionamento desta unidade?

R.G- A Unidade depende directamente da direcção do Serviço de Consulta, que por sua vez insere-se num projecto mais global da direcção do Departamento de Psicologia e do próprio Instituto de Educação e Psicologia. Em termos funcionais, cabe à Direcção do Serviço e à sua Comissão Directiva definir a política e estratégia de funcionamento.

UMDicas- Qual o público-alvo deste serviço? Apenas a comunidade interna ou estendem a vossa actividade à comunidade externa?

R.G- Na realidade o nosso interesse prende-se com a comunidade em geral, incluindo-se aqui a própria

academia. Poderá ser interessante em termos futuros procurarmos desenvolver programas de incentivo à prática desportiva e utilização dos recursos disponibilizados pela universidade. O desporto na universidade está bastante divulgado e os meios disponibilizados são bons e bastante acessíveis, mas é necessário tentar perceber a razão pela qual os alunos que não praticam exercício resistem a mudar os seus comportamentos sedentários e, principalmente, os motivos pelos quais aqueles que pretendem iniciar um estilo de vida mais activo acabam por não o fazer.

UMDicas- O que deve fazer quem quiser aceder a este serviço?

R.G- É muito fácil. Basta dirigir-se à recepção do Serviço de Consulta (que funciona no Instituto de Educação e Psicologia) e fazer a marcação. A resposta é muito rápida. Tem também disponível a página de Internet do serviço (<http://webs.iep.uminho.pt/scpdh/>), onde encontra informações sobre todas as unidades.

UMDicas- Qual tem sido a adesão?

R.G- Ainda baixa para os recursos que temos disponíveis. Penso que poderemos crescer bastante no futuro, principalmente devido à amplitude de serviços que propomos.

UMDicas- Quais têm sido os principais problemas pelos quais têm sido procurados?

R.G- Os atletas de competição são sempre os mais

disponíveis para a procura de ajuda. São eles que sentem mais a pressão da alta competição. É muito interessante trabalhar com eles, pois estão muito disponíveis para melhorar e quando percebem que o nosso papel é ajudá-los a melhorar do ponto de vista psicológico (tal como melhoram através do treino físico, técnico e tático) acabam por aderir mais facilmente às propostas de intervenção.

UMDicas- Quais os principais benefícios e potencialidades deste novo serviço para a comunidade UM?

R.G- Fundamentalmente poderá representar mais um recurso para rentabilizar a prática desportiva no seio da universidade. Existem imensos estudos que comprovam as vantagens de trabalharmos a mudança de atitudes e crenças negativas que as pessoas desenvolvem acerca da prática desportiva. Para algumas pessoas, por melhores que sejam as condições oferecidas elas não se sentem capazes ou motivadas para aderir aos programas de exercício. É necessário intervir a outros níveis para elas se aproximarem de uma intenção efectiva para o início da prática desportiva. Poderá ser uma área interessante de trabalho no futuro, sendo de facto muito estimulante procurar alterar estas dimensões psicológicas.

Texto: Ana Coimbra
Fotografia: Nuno Gonçalves



Plano de Imergência Interno (PEI)

Os serviços Técnicos da UM (ST) apresentaram no passado dia 8 de Março o Plano de Imergência Interno (PEI) para o Campus de Gualtar. Uma breve apresentação aberta a toda a comunidade académica, que decorreu no B1 do CP2 frente a um composto auditório que pretendeu inteirar-se sobre as questões da segurança no Campus.

Presentes para esta primeira divulgação interna e com o intuito de dar a conhecer todo o trabalho que tem sido feito em prol da segurança da academia e de todos aqueles que dela fazem parte, esteve a equipa dos ST que durante os últimos 3 anos se empenhou no seu desenvolvimento. Com a abertura e introdução a cargo da Eng^a. Helena Campos, responsável dos ST, a apresentação do dossier propriamente dito ficou incumbida à Dra. Joana Campos.

O Plano de Imergência Interno (PEI), que já foi apresentado à Câmara Municipal de Braga, Governo Civil bem como às forças de segurança, "consiste num conjunto de acções a realizar ordenadamente para dar resposta a uma situação de emergência em que a Universidade esteja envolvida".

Este plano surgiu com o objectivo de criar um documento prático e progressivo que defina o comportamento da Universidade e em particular, a conduta no Campus de Gualtar perante uma situação de emergência interna, pois considera-se fundamental a informação sobre as atitudes preventivas mais adequadas para evitar riscos ou limitar os seus efeitos.

Este plano, que para já ainda se constitui como um plano global para o Campus, será posteriormente completado por Planos de Emergência específicos para cada escola, isto porque cada uma tem especificidades próprias que requerem planos individuais.

Presentemente e como se pode verificar durante a

Sessão de Esclarecimento, ainda muita coisa está por fazer: edifícios que ainda não constam do plano, reuniões com os responsáveis dos edifícios ainda por realizar, equipas de emergência por constituir, etc. Este trabalho que está ainda em desenvolvimento e como referiu a Eng^a. Helena Campos "é um trabalho que nunca estará terminado, pois o Campos está em continua transformação e as adaptações do plano à realidade da universidade em cada momento vão estar sempre em curso. Deve ser revisto periodicamente e alterado quando necessário". Para breve esta equipa dos ST entrará numa fase de reuniões com os responsáveis dos edifícios para assim se efectuarem, "Planos Específicos das escolas onde serão descritos em pormenor os locais que as constituem e identificados e avaliados as suas condições de risco".

Pretende-se que o Campus tenha "um conjunto de medidas, normas, missões e tarefas a adoptar em situações de emergência (acidentes graves, catástrofes, ou calamidades), que ocorram no interior das instalações, com a finalidade de minimizar as suas consequências e socorrer as pessoas em perigo".

Após a execução dos Planos específicos e para cada espaço do Campus, pois para além das escolas o Campus é composto por outros espaços como, o complexo desportivo, a cantina, bares, restaurante, edifício dos SASUM, etc., que terão de ter também um plano específico. Será posteriormente realizado um plano de informação, do qual constarão acções de formação, instrução e treino de todos os que fazem parte da academia e que por isso possam ser

afectados por qualquer incidente. Esta é assim a razão principal pela qual este plano está a ser elaborado, para que todos possam ser informados de como deverão reagir frente a uma eventual catástrofe.

O PEI tem assim como objectivos:

- Definir a estrutura organizacional de emergência e os meios humanos e materiais necessários;
- Melhorar a rapidez e eficiência de actuação em situação de emergência;
- Estabelecer procedimentos e preparar o combate rápido ao sinistro;
- Minimizar as consequências, dar protecção aos trabalhadores e às instalações;
- Evacuação rápida e segura de todos os que se encontram nas instalações em caso de ocorrência de uma situação perigosa.

O PEI foi elaborado para ser aplicado em situações de riscos de origem natural (sismo e inundação), riscos originados pelo desenvolvimento tecnológico (incêndio ou explosão) e riscos sociais (ameaça de bomba, actividades desordeiras ou terroristas), situações para as quais serão accionadas os meios internos (equipas de emergência interna) ou os meios externos (entidades externas a contactar em situação de emergência), como por exemplo, Serviço Municipal de Protecção Civil de Braga ou Bombeiros.

Em caso de situação de risco, foram estabelecidas Zonas de Risco no Campus (locais mais sujeitos à ocorrência de incidentes), bem como Pontos Nevralgicos (locais a atender em primeiro lugar em caso de risco) como, Biblioteca dos Serviços de

Documentação; Armazéns dos Serviços Administrativos; Salas de Segurança; edifício dos ST; Grupo Socorrido; Grupo de Bombagem da RIA; Arquivos Centrais; Salas do GAED; Centrais de Comunicações.

O mais importante e o que se pretende das escolas é que os seus responsáveis informem os ST, marquem reunião para os informarem do que se encontra dentro das escolas, que tipo de materiais, o que acontece quando há um derrame, têm que se conhecer esses riscos para depois se poderem enquadrar nos cenários de emergência traçados e na actuação a ter. "Temos realmente que falar com as escolas e ver caso a caso", disse Helena Campos. Segundo esta responsável dos ST, "Serão constituídas também brigadas especiais em cada escola, que deverão agir logo que algo ocorra, estas vão ser constituídas atendendo à dimensão da própria da escola, pelo que deve haver um número X de elementos por cada piso do edifício. Estas serão constituídas por pessoas que conhecendo bem os espaços possam auxiliar as brigadas gerais no seu trabalho".

Muito trabalho já foi feito e muito ainda está para fazer em relação à segurança na UMinho. O PEI é um grande contributo para isso, mas pelo que se pode verificar existe ainda um grande caminho a percorrer para que se possa dizer que o Campus de Gualtar está bem preparado para fazer face a eventuais situações de risco.

Ana Marques
anac@sas.uminho.pt

Dádiva e recolha para análise de medula **Sde Sangue**

20 de Março das 09h às 18h
Complexo Desportivo Universitário de Gualtar
28 de Março das 10h às 18h
Complexo Desportivo Universitário de Azurem

organização



Universidade do Minho
Serviços de Acção Social



aaum



Associação dos Antigos Estudantes da Universidade do Minho



Ciclo de Exposições Janela Aberta divulga trabalhos de antigos Alunos

Depois de "Ecce Homo" a livraria Almedina recebeu a exposição "Camuflagem". De 1 a 15 de Março foi a vez de José Rodrigo Lima expor alguns dos seus trabalhos na livraria Almedina do campus de Gualtar da Universidade do Minho. A exposição intitulada "Camuflagem" conta com uma selecção de alguns trabalhos fotográficos deste antigo aluno da Academia minhota, que já inclui no seu curriculum várias exposições individuais, publicações e prémios.

Ainda no mês de Março o Ciclo continua com a exposição intitulada "Sobre Espelhos" de Helena Oliveira

Rodrigo Lima foi vencedor do 1º Concurso Municipal de Fotografia de Braga (2004) e do Safari Fotográfico da Casa do Pessoal do Hospital da Senhora da Oliveira (Guimarães, 2005) e já viu o seu trabalho exposto na revista "O Mundo da Fotografia Digital". É natural de Braga e estudou Engenharia Civil na Universidade do Minho, tendo concluído a licenciatura em 2000. Esta exposição está inserida no ciclo de exposições "Janela Aberta", com trabalhos de antigos alunos da academia minhota, organizado pelo Associação de Antigos Estudantes da Universidade do Minho (AAEUM) em parceria com a livraria Almedina.



Trilho das Brandas e Alto da Pedrada

Inaugurando a dinamização de actividades de pedestrianismo na AAEUM, no passado dia 11 de Março, 18 caminheiros percorreram as paisagens da Serra da Peneda, associando a prática desportiva e recreativa com a descoberta do património cultural, humano e ambiental. Subindo de Rouças (Gavieira) em direcção à nascente do Rio Vez em Lamas do Vez, num trilho marcado pelas normas internacionais, visitámos as Brandas de Gorbelas (branda de cultivo), a Branda de Poulo da Seida (branda de gado) e o impressionante Fojo de Lobo na Seida. Seguimos depois para o Alto da Pedrada, o ponto mais elevado do Alto Minho (1416 metros) de onde se contemplava o mar. A descida foi realizada por trilho não marcado, seguindo os tradicionais trajectos das povoações da Peneda e Soajo (Outeiro Maior, Muranho, Naia e Porteló). No final a vontade de era de voltar a caminhar e a descobrir as magníficas paisagens das Serras Minhotas.



Rua D. Pedro V, nº 8 - 3º Dto 4710-374 Braga
14:00 às 17:00 e das 18:00 às 21:00 - Sábado 10:00 às 12:30

Tel: 253 218 331 Fax: 253 613 866
secretaria@aaeum.pt - www.aaeum.pt

Núcleo de Estudantes de Medicina da Universidade do Minho

"De boa saúde", é o que se pode dizer do estado do NEMUM Núcleo de Estudantes de Medicina da Universidade do Minho, e que celebra este ano o seu 4º aniversário.

O UMDicas esteve à conversa com Sónia Duarte, aluna do 3º ano da Licenciatura em Medicina, e actual presidente da direcção do NEMUM, e que nos contou um pouco da história, objectivos e projectos do NEMUM para o futuro.

UMDicas Quando foi criado o NEMUM e com que propósito?

Sónia Duarte O Núcleo de Estudantes de Medicina da Universidade do Minho (NEMUM) foi fundado a 8 de Outubro de 2003 (data de publicação dos estatutos em Diário da República), com o propósito de enriquecer a formação dos estudantes de Medicina da Universidade do Minho, proporcionando-lhes actividades sociais, desportivas, culturais e científicas, defender os seus interesses na área da educação médica pré e pós-graduada, e ainda permitir a sua aproximação à comunidade, através de acções de promoção de saúde.

UMDicas Quantos associados tem?

Sónia - Actualmente o NEMUM conta com 275 associados.

UMDicas - Qual foi o primeiro Presidente do NEMUM?

Sónia - Teve como primeiro presidente Pedro Morgado, na altura aluno do 2º ano do curso de Medicina, que actualmente está no último ano da licenciatura.

UMDicas - Quais são as grandes actividades e projectos do NEMUM ao longo do ano?

Sónia - Todos os anos o NEMUM organiza

uma Semana Cultural dedicada ao Professor que fundou a Escola de Ciências da Saúde, realiza ligas de futebol, galas e outros eventos sociais entre alunos e professores, promove rastreios de hipertensão arterial e diabetes mellitus, alerta para a saúde reprodutiva e sida e desenvolve diversas actividades de acção social.

Colecciona e publica colectâneas de poesia, escrita por professores e alunos da Escola de Ciências da Saúde, os "Sótão do Pensamento" I e II.

Como actividade anual temos ainda os Intercâmbios Clínicos e Científicos que dão aos nossos alunos a possibilidade de conhecer a realidade da prática médica em países integrantes da International Federation Medical Students Association (IFMSA) e o Curtos Estágios Médicos em Férias, em que os nossos alunos frequentam qualquer hospital do país, num período de 15 dias, com a possibilidade de aprender mais sobre a medicina em Portugal.

Ainda, todos os meses é lançado o jornal "Haja Saúde", escrito pelos alunos, abordando temas da actualidade e da Medicina.

No último Natal, levou um pequeno presente a todos os doentes internados na véspera de Natal no Hospital de São Marcos em Braga, e brinquedos a crianças de várias instituições, e no passado mês de Janeiro não deixou em

passar em branco o muito discutido tema do aborto, realizando um debate aberto a toda a comunidade da Universidade.

UMDicas De entre esta lista de projectos e iniciativas, têm ainda em mente novos projectos?

Sónia - Para este mandato temos novos projectos, ainda mais ambiciosos. Todas as primeiras segundas-feiras de cada mês promovemos, na livraria Almedina, as "Conversas na Pirâmide", um espaço dedicado ao debate da investigação científica com Professores da Universidade do Minho. Em Outubro pretendemos arrancar com as I Jornadas de Medicina da Universidade do Minho e em Dezembro, o NEMUM organiza o XVII Encontro Nacional de Estudantes de Medicina (XVII ENEM), de longe o nosso projecto mais ambicioso, em parceria com a Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM), da qual é membro.

UMDicas Por fim, qual é o grande objectivo do NEMUM?

Sónia - Pretendemos acima de tudo continuar a proporcionar, aos alunos de Medicina da Universidade do Minho, momentos de crescimento e boa disposição, sem nunca esquecer a defesa dos seus interesses, como o nosso maior propósito.

MelIntegra

No âmbito do projecto MelIntegra (Mercados e Estratégias de inserção de jovens licenciados), organiza-se na Universidade do Minho, entre Março e Abril de 2007, uma série de sessões de formação avançada, com o objectivo de promover e facilitar a inserção no mercado de trabalho dos licenciados.

Com o objectivo de potenciar a empregabilidade e o empreendedorismo, estas sessões dividem-se em três grupos temáticos:

Grupo I - Procura Activa de Emprego; (início 20 de Março)

Objectivos: pretende dotar os(as) formandos(as) de competências e atitudes empreendedoras face à procura de emprego, desenvolvendo conteúdos no âmbito da procura activa de emprego. Serão explorados temas que irão desde os instrumentos da procura activa de emprego/técnicas de procura de emprego, até ao planeamento e identificação dos mecanismos facilitadores para a inserção no mercado de trabalho.

Grupo II - Balanço de Competências; (início 3 de Abril)

Objectivos: permite identificar e desenvolver competências, com a finalidade de dotar o(a) formando(a) de instrumentos que lhe permitam contrabalançar competências pessoais com aquelas exigidas pelo mercado de trabalho. Serão desenvolvidos conteúdos desde a inteligência emocional até à legislação laboral.

Grupo III Empreendedorismo. (início 17 de Abril)

Objectivos: pretende motivar para o empreendedorismo, através do desenvolvimento de conteúdos em torno das características do(a) empreendedor(a). Serão focados aspectos relativos à constituição de um negócio/ empresa, estabelecendo-se planos de negócios com o intuito de perspectivar a sua adequação e aceitação no mercado.

Estas sessões de formação avançada vão ser realizadas por consultores especializados nas áreas do emprego e da formação, com experiência profissional comprovada no desenvolvimento de estratégias de inserção profissional.

Para aprofundar estes aspectos, bem como outros relacionados com o projecto MelIntegra, gostaríamos de agendar uma entrevista com o vosso jornal.

A entrevista seria dada pela Prof.ª Ana Paula Marques (coordenadora científica do projecto MelIntegra)

Para a marcação da entrevista deverão contactar:

Rita Moreira
telefone: 253604212 ext: 5286

Tem dificuldade em estacionar na UM?

Dois ex-alunos da UMinho fazem a proposta para a diminuição do problema de estacionamento e outros problemas originários do exagerado uso do automóvel particular. Esta sugestão encontra-se no seu site dedicado a esta ideia.

Se vive em Amares, Barcelos, arredores de Braga, Cabeceiras de Basto, Celorico de Basto, Esposende, Fafe, Guimarães, Póvoa de Lanhoso, Terras de Bouro, Vieira do Minho, Vila Nova de Famalicão, Vila Verde, Vizela ou mesmo noutras localidades mais distantes e trabalha ou estuda na UMinho, já chegou aos campus de Gualtar ou Azurém e esteve tempo demasiado na fila para aceder ao parque de estacionamento? Já todos passamos por esta experiência e não é das melhores!!!

A proposta para solucionar o problema surge de dois ex-alunos da UMinho, António José

Constantino (licenciado em Psicologia) e Nuno Pinto (Licenciado em Gestão) que pensaram e colocaram a questão: porquê viajar sozinho se pode partilhar o carro e as despesas com outra pessoa?

Em relação ao problema de estacionamento na UMinho, esta sugestão iria também ajudar na sua resolução.

A partilha da boleia levaria à poupança de recursos económicos, ecológicos, promove a socialização e redes de partilha e acabaria com o caos no estacionamento da UMinho.

Como fazer?

www.deboleia.com é unicamente um intermediário das tuas procuras de parceiros de viagem, oferece-te a possibilidade de encontrar um ou mais parceiros de viagem. Como passageiro podes acompanhar um condutor. Como condutor, é-te possível encontrar um ou mais passageiros.

Estes dois alunos propõem uma visita ao site www.deboleia.com, dedicado exclusivamente a esta ideia.

Ana Marques

Carnaval na Neve 2007

114 Pessoas e a neve como cenário!

Organizado pela Associação de Funcionários da UMinho (AFUM) em cooperação com os Serviços de Acção Social da UMinho, o Carnaval na Neve 2007 levou 114 pessoas durante uma semana, à Cerdânia nos Pirinéus Orientais. Realizado de 17 a 24 de Fevereiro, apesar do receio de encontrar pouca neve, foi uma semana a todos os níveis espectacular. Uma família de 114 pessoas que se divertiu, divertiu e divertiu.

O Carnaval na Neve é uma actividade que de ano para ano vê aumentar a adesão de participantes e a qualidade do serviço. Este ano não conseguiu levar mais participantes devido à falta de alojamento, deixando assim várias pessoas sem lugar nesta aventura carnavalesca na neve.

Com partida dia 17 de Fevereiro, pelas 21:30h, a animação era muita entre os participantes, uns pela primeira vez outros já reincidentes, mas todos com muita vontade de tomar conta das pistas, sentir o prazer de deslizar montanha a baixo e gozar da aventura. Muitos diziam "há um ano que esperava por isto!" para outros era o viver de novas experiências, a partida para o desconhecido, mas com a certeza que iria ser inesquecível.

Arrancaram da UMinho rumo à Cerdânia dois autocarros, o grande pensamento que pairava era, será que vamos ter neve? Com o andamento da viagem e com as brincadeiras que se iam fazendo, a comitiva do Carnaval na Neve 2007 foi desanuviando e deixou-se levar pelo espírito deste tipo de viagens, diziam-se piadas, cantavam-se, viam-se filmes e a neve embora nunca deixando de ser um objectivo, a viagem já valia pelo convívio.

Só no dia seguinte e já muito perto do destino é que se avistou a neve, a ansiedade era tanta, principalmente por parte das crianças que a vontade era correr para brincar. Passadas 17 horas a comitiva chegava ao seu destino, Puigcerdá. O cansaço estava expresso no rosto de cada um, mas nada que uma noite bem dormida no centro de férias de Yrvals (albergue durante a semana) não recuperasse. Já só se pensava no dia seguinte e em Masella, a estância eleita para dar início à grande semana de neve.

Como costumam dizer os participantes, "organizações de viagens à neve há muitas, mas esta tem algo de especial", o pacote para além do transporte, estadia, alimentação, forfait, etc., tem outro ingrediente e este talvez o maior contribuinte para o grande sucesso da actividade, que é cada tentar que cada dia seja passado numa estância diferente, o que nem sempre é possível. Para além da actividade na neve nunca ser algo monótono, a semana torna-se assim ainda mais enérgica, e cada dia é sempre uma surpresa.

Uma semana, aventuras ao rubro!

Para o primeiro dia na Neve, Masella foi a estância escolhida para se iniciar a semana. Com a falta de neve que se verificou durante este ano, Masella

era das que ainda tinha melhores condições para a prática e por isso a opção. Depois de tanto tempo a sonhar, a neve era finalmente uma realidade à espera de ser desfrutada. Foi com alguma agitação que se calçavam as botas e se encaixavam os Skis ou da prancha de Snowboard. Para os principiantes tudo ao princípio fazia imensa confusão, mas com mais ou menos custo todos foram de encontro à neve. Mostrar o que sabemos fazer a nós próprios e aos outros é algo que todos ansiamos. Esperar um ano (na grande maioria dos casos) para poder reviver estes momentos e ver se estamos melhor, é muito tempo!!!

Como já se esperava as quedas e trambolhões foram muitos, tudo isto num ambiente de alegria e boa disposição, um ambiente abrilhantado pelo imenso sol que se fez sentir e que acompanhou esta comitiva pela semana toda.

No final do dia, apesar do cansaço, já só se falava da grande noite de Carnaval. Mesmo longe, a noite de Carnaval não foi esquecida, embora sem o tradicional cozido, todos se vestiram a rigor, e foi ao som da música que todos dançaram e se divertiram e entre a grande animação teve também lugar o habitual desfile de Carnaval. A concurso para o melhor fantasiado estiveram várias dezenas de figurantes, mas quem consegue ter mais graça que as crianças? Sagrando-se as grandes vencedoras da noite SOFIA e o JOÃO.

2º dia- Les Angles

No segundo dia o destino foi Les Angles, a mais longínqua (45 minutos de Yrvals) mas reconhecida como uma das estâncias mais bonitas. Ampla, com pistas muito boas, um dia que apesar do algum frio que se fez notar, foi do agrado de todos.

Depois de tantas quedas no primeiro dia, aqueles que se estavam a iniciar já conseguiam fazê-las pelo menos de forma mais controlada! Os mais experientes, esses eram sempre a abrir (como de costume!

3º dia- Porte Puymorens

O terceiro dia foi passado em Porte Puymorens, das estâncias programadas a mais pequena mas como foi referido pelos participantes "muito acolhedora e com pistas espectaculares para a prática. Segundo as estatísticas, este costuma ser o "dia trágico", mas apesar disso a comitiva UMinho foi contra as estatísticas e não houve qualquer acidente neste 3º dia de aventura.

4º dia- De volta a Masella

No quarto dia a visita foi de novo a Masella. Já com a sensação de que mais de metade da semana estava passada e que a despedida estava a aproximar-se, o espírito era mesmo de aproveitar ao máximo, tirar o maior partido das pistas, não deixar nada por fazer, pois para muitos só para o ano voltarão. A vontade era tentar ver onde chegavam os limites de cada um, tentar fazer frente aos medos. Por entre as pistas "verdes", "azuis", "vermelhas" e "pretas" todos tentaram dar o seu melhor e testar as suas capacidades.

A noite, no alojamento de Yrvals foi de entrega de diplomas. Todos os participantes receberam da escola de ski e dos seus monitores os diplomas, certificando a sua participação e nível de aprendizagem.

5º dia- E as saudades já começam a bater!

O último adeus foi dado em Masella, a estância que estava em melhores condições para a prática e por isso escolhida para nos despedirmos da neve da melhor forma.

Neste último dia, apesar do cansaço já acumulado, ninguém quis ficar longe das pistas, a vontade era poder levar tudo aquilo para casa, mas não sendo possível, ninguém queria perder um segundo, aproveitando-o como o último dia de neve da sua vida.

Até os "arestas" como foram apelidados os "sumos" do ski tiraram o último dia para fazerem malabarismos na neve, aproveitando para gravar essas aventuras.

Depois do almoço o "adeus" à neve foi mesmo uma realidade. A nostalgia era visível nos participantes, mas a convicção de que para o ano há mais tornou a despedida mais simples.

Na volta ainda houve tempo para se passar por Andorra, outros dos grandes destinos turísticos de neve, onde a comitiva aproveitou para conhecer, passear um pouco, fazer umas compras e jantar antes da partida definitiva rumo a Braga e à UMinho.

Este Carnaval na Neve 2007 terminou com um saldo muito positivo, a satisfação imperava nos participantes. Uma viagem que correu às mil maravilhas, uma semana excelente, repleta de novas experiências, aventuras inesquecíveis, e o melhor de tudo, a convivência entre um grupo sensacional.

Para o ano há mais!!!

Ana Marques
anac@sas.uminho.pt



Associação de Funcionários da Universidade do Minho



Torneio de Futsal Inter Instituições AFUM 2007

GNR de Braga mais forte bate equipa dos SASUM na final

Decorreu no passado dia 13 de Março a aguardada final do Torneio de Futsal Inter Instituições AFUM 2007 e que colocou frente a frente na final a bem preparada GNR com a experiente equipa da casa SASUM. Os SASUM começaram por dominar o marcador e controlando o jogo durante toda a primeira parte que terminou com um justo 1-0 para os SASUM. No segundo minuto da segunda parte os SASUM ampliaram ainda a vantagem para 2-0, no entanto esta apenas duraria menos de 1 minuto. Após o 2-1 a equipa da GNR aproveitou uma série de falhas defensiva, assim como a velocidade e técnica de alguns dos seus elementos para em menos de 3 minutos virar o resultado para 2-4. Com 5 minutos de jogo na segunda parte os SASUM ainda conseguiram reduzir a vantagem para 3-4 através da marcação de uma grande penalidade. A partir deste momento a GNR foi sempre mais forte e mais concentrada aproveitando o facto dos SASUM jogar com o guarda-redes avançado mais de metade do tempo da segunda parte. O resultado acabaria por ser favorável à GNR de Braga por 3-8, o qual nos parece justo, mas exagerado face ao equilíbrio registado durante toda a partida.

Na terceira e quarta posição ficou a equipa da AFUM e Polícia Municipal respectivamente num jogo que acabou com o resultado de 9-1. Estas equipas foram as finalistas da edição anterior e que eram à partida os grandes candidatos à vitória no torneio. O Melhor marcador do torneio foi o crónico artilheiro José Ramada da AUM com 14 remates certos, o prémio de melhor guarda-redes foi para Alfredo Barbosa da AFUM e a equipa que mostrou melhor desportivismo foi a Alfândega de Braga.

A cerimónia de encerramento deste torneio com a respectiva entrega de prémios decorrerá dia 21 de Março num jantar convívio no Restaurante da Universidade do Minho em Gualtar e que sucederá a um jogo entre a Selecção Nacional de Futsal de Padres com uma Selecção do Torneio. Também será conhecido neste jantar o Melhor Jogador do Torneio de Futsal Inter Instituições AFUM 2007.

A Redacção.

III Torneio INSTITUIÇÕES AFUM - 2007

N.º	Data	Hora	1.ª Fase/ 1/4 Final	Grupo
1	14-Fev	21.00	Pol. Municipal 2 2	CCD Saúde A
2	14-Fev	21.45	CGD 1 5	Reg. Cavalaria A
3	14-Fev	22.30	SASUM 1 1	CCD Seg. Social B
4	23-Fev	20.00	GNR 10 3	AAEUM B
5	19-Fev	21.00	AFUM 7 3	PSP Braga C
6	19-Fev	21.45	Alfândega 3 5	Finanças C
7	19-Fev	22.30	Pol. Municipal 5 4	Reg. Cavalaria A
8	19-Fev	23.15	CGD 1 2	CCD Saúde A
9	21-Fev	21.00	SASUM 9 2	AAEUM B
10	21-Fev	21.45	GNR 6 1	CCD Seg. Social B
11	21-Fev	22.30	AFUM 4 0	Finanças C
12	21-Fev	23.15	Alfândega 3 7	PSP Braga C
13	26-Fev	21.00	Pol. Municipal 5 2	CGD A
14	26-Fev	21.45	CCD Saúde 3 2	Reg. Cavalaria A
15	26-Fev	22.30	SASUM 2 5	GNR B
16	26-Fev	23.15	CCD Seg. Social 1 2	AAEUM B
17	28-Fev	22.00	AFUM 7 1	Alfândega C
18	28-Fev	22.45	PSP Braga 3 2	Finanças C
19	03-Mar	18.00	Pol. Municipal 1 0	Reg. Cavalaria 1/4 Final
20	03-Mar	19.00	GNR de Braga 7 1	Finanças 1/4 Final
21	05-Mar	22.00	AFUM 6 2	CCD Saúde 1/4 Final
22	05-Mar	23.00	SASUM 2 0	PSP Braga 1/4 Final
N.º	Data	Hora	Meia-Final	
23	07-Mar	22.00	Pol. Municipal 3 3	GNR de Braga
24	07-Mar	23.00	AFUM 4 5	SASUM
N.º	Data	Hora	3º e 4º Classificado	
25	13-Mar	22.00	Pol. Municipal 1 9	AFUM
N.º	Data	Hora	Final	
26	13-Mar	23.00	GNR de Braga 8 3	SASUM

* Apurada e equipa da GNR de Braga Após marcação de Penalties por 8-7

II MAGNA AUGUSTA

Festival de Tunas Académicas

Sex. 23 Março 23h00
Ronda pelas ruas de Braga

Sáb. 24 Março 21h30
Grande Festival de Tunas
Parque de Exp. de Braga

Locais de Venda de Bilhetes:
Posto de Turismo de Braga
Cabinete de Apoio ao Aluno da UM
Sala da Augustuna no BA
PEB – no dia do espectáculo

Tunas a Concurso
Copituna D'Oppidana -Guarda
Real Tunel Académico-Viseu
Scalabituna-Santarém
Tuna Templária-Tomar

Tuna extra-concurso
Tum'Acanénica-Leiria

Apresentação
Jogralhos
Grupo de Jograis da U.M.



Patrocinadores

insólito bar



MÓVEIS
ABF

Populum



CARPE
noctem

ЯОСЮВ
СВЪЕ



Organização



Apoios

loja d'eventos
organização e marketing

Apoios Institucionais

Reitoria da Universidade do Minho
Serviço de Apoio Social da U. Minho
Câmara Municipal de Braga
Faculdade de Psicologia da U. Minho
Associação Académica da Universidade do Minho
Instituto Português da Juventude
Região de Turismo Verde Minho
Associação de Antigos Estudantes da U. Minho

Media Partners



www.apudrobraga.pt

FUMP

“Ecos do Mundo” soaram na noite bracarense

O Grande Auditório do Parque de Exposições de Braga, recebeu no passado dia 24 de Fevereiro o XIII FUMP “Ecos do Mundo”. Este festival, que tem dado primazia a grupos culturais universitários, abriu o palco a grupos e danças dos vários cantos do mundo, como foi o caso do grupo francês “Lous Gaynuts”

O “Ecos do Mundo”, que invadiu o XIII FUMP no Parque de Exposições de Braga organizado pela Associação Recreativa e Cultural da Universitária do Minho, foi um festival que marcou pela qualidade dos grupos presentes, que, não só contribuiu para uma Semana Cultural, em Braga, sem precedentes, como levar a excelência da música popular e tradicional a vários públicos. O “Ecos do Mundo” XIII FUMP é um festival que desde a décima primeira edição se tornou actual sem esquecer as tradições do passado, abrindo este ano o festival a grupos musicais e danças dos vários cantos do mundo.

Durante a tarde, os vários grupos culturais desfilarão nas ruas de Braga, proporcionando momentos de confraternização com as todas as pessoas que assistiam ao Desfile Etnográfico.

A casa cheia do Grande Auditório do Parque de Exposições de Braga demonstra o sucesso do festival, onde as actuações do grupo francês “Lous Gaynuts” e a Orquestra Popular Sopro de Cordas foram muito aplaudidas, transmitindo assim o espírito deste XIII FUMP, que pretendia apresentar sons e interpretações tradicionais de todo o mundo.

Neste “Ecos do Mundo” XIII FUMP, actuaram além dos grupos culturais da Universidade do Minho; Grupo de Música Popular da Universidade do Minho, Grupo Folclórico da Universidade do Minho e Bomboémia Grupo de Percussão da Universidade do Minho, os franceses “Lous Gaynuts”, Orquestra Popular Sopro de Cordas, Rancho Folclórico Benfica e Ribatejo, Academia de Dança Arte Total, Populum Escolas de Dança, Associação Cultural de Capoeira K.

O público presente que encheu o Grande Auditório do Parque de Exposições de Braga ajudou a tornar este festival um êxito, participando e intervindo durante as várias actuações.

“Ecos do Mundo” encheu de sons de todo o Mundo a noite bracarense, prosseguindo depois a festa pelas ruas de Braga.

Michael Ribeiro
mika@sas.uminho.pt



TUM Teatro Universitário de Braga

Inicialmente criado em 1976 sob o nome de Teatro Universitário de Braga (TUB), e após algumas mutações ao longo dos anos, é finalmente em 1989 que o Teatro Universitário do Minho (TUM) assume em definitivo o seu estatuto de organismo autónomo da AAUMinho.

Com uma política cultural bastante eclética, o TUM pretende através da sua “arte colectiva” ser visto como um lugar de formação para os estudantes universitários, e um veículo diferente para expressão da cultura académica.

Onde, quando e porquê o nascimento do Teatro da Universidade do Minho?

A primeira tentativa de criação de um grupo de teatro na Universidade do Minho data de 1976, ano em que surge o TUBRA (Teatro Universitário de Braga). No início de 1980, o TUBRA dá origem ao TIP (Teatro Independente Pronto). Em 1985, surge o TEUM (Teatro dos Estudantes da Universidade do Minho).

Finalmente, em Janeiro de 1989, por vontade expressa da Associação Académica da Universidade do Minho, Ana Bettencourt e João Brito criam condições para a implantação de um novo grupo, o TUM (Teatro Universitário do Minho), actualmente constituído como organismo autónomo da Associação Académica.

O TUM tem como objectivos prioritários a criação de infra-estruturas que possibilitem o desenvolvimento de vertentes criativas, formativas e documentais, e a divulgação de estéticas inovadoras ligadas ao teatro.

A programação das actividades para o corrente ano reúne-se essencialmente em diversos projectos lúdico-formativos que pretendem dar um contributo importante a nível cultural à cidade e à Universidade do Minho, assim como reforçando a união entre os sócios, antigos e novos, na participação no teatro como uma arte colectiva

Porquê a necessidade de criar um grupo cultural como este?

O TUM tem apostado em produzir espectáculos de teatro e acções de formação que satisfaçam as necessidades dos alunos na Universidade do Minho e do público em geral. Esta política pretende colmatar algumas carecias no plano curricular dos respectivos cursos e que os grupos académicos podem e devem tentar solucionar através de algumas parcerias.

Desta forma, e ao contrário dos últimos anos, o resultado final do curso de teatro, pautado pela formação profissional, contou com a apresentação de um espectáculo de teatro aberto a toda a comunidade. “Os Vendilhões do Templo” foi a peça levada à cena em finais de Outubro por parte dos alunos do curso de teatro do TUM de 2006.

Estas iniciativas pretendem melhorar a oferta cultural na comunidade civil e promover o contacto do meio académico com os diferentes espaços das cidades de Braga e Guimarães.

Em que se diferencia este Grupo dos outros grupos culturais da UMinho? Qual a vossa grande paixão?

O TUM tem uma política cultural bastante eclética. Sendo o teatro a síntese de todas as artes, os universitários podem encontrar no TUM um espaço de formação em diversas áreas através das acções de formação levadas a cabo por vários profissionais: workshop de voz, dicção e postura; contadores de histórias; luz; som; poesia etc. A grande paixão do TUM é a arte colectiva.

O que fazem para cativar elementos novos?

O curso de teatro aberto a toda a comunidade civil é a grande porta para cativar novos elementos. Ao longo de 4 meses os alunos podem desfrutar de aulas de teatro leccionadas por profissionais da área. No final é apresentada uma peça de teatro para que os participantes possam ter um primeiro contacto com o público.

Qual tem sido o vosso percurso e quais as participações mais importantes?

O TUM apresenta periodicamente espectáculos teatrais,

cujo intento máximo é o de sensibilizar o público para novas formas de expressão dramática.

As actividades em que nós participámos e consideramos mais relevantes foram:

Participação nos 5èmes Rencontres Internationales Théâtre Universitaire, em Besançon (França), e no 1º Encontro Nacional de Teatro Universitário, em Portimão, com a peça “Woyzec”.

Participação no Actus 1998, Coimbra e Festival de teatro de Viana do Castelo com a produção “De Outro”.

Publicação da tradução da obra de Dermot Bolger “O Lamento por Artur Cleary”.

Participação no Festival Anual de Teatro Académico de Lisboa com a produção “Errata: onde se lê sonho deve ler-se mata”

UM dicas: Tiveram algum momento menos bom, durante Vossa existência?

Sempre que o tecto começa a pingar e somos obrigados a cancelar espectáculos por “problemas com as infra-estruturas”.

UM dicas: E o momento mais alto deste grupo?

Os risos, as lágrimas e os arrepios do público.

UM dicas: E projectos para o futuro?

Consolidar o trabalho de formação teatral e levar algumas produções para itinerância alargando o trabalho do TUM a toda a comunidade. Continuar com o concurso literário do TUM e promover novos valores literários da UM; realizar acções de formação de forma a colmatar as necessidades curriculares dos cursos da UM.

Este ano o TUM foi seleccionado para participar no dia 19 de Maio no Festival Anual de Teatro Académico de Lisboa -

FATAL com o espectáculo “Silêncio”, que está em cena em Braga de 24 de Março a 22 de Abril.

UM dicas: Uma palavra para definir o Grupo de Teatro? Ambição

UM dicas: Qual o vosso grande sonho? Fazer do TUM uma escola de teatro.

Porque o teatro é para todos, e a cultura não dorme, o TUM conta com todos os universitários dispostos a despertar as noites de teatro pelo distrito de Braga. “

www.blogdotum.blogspot.com
www.tum.no.sapo.pt
teatrum@gmail.com
Direcção do TUM - 964344093

Teatro Universitário do Minho
Rua do Castelo,
Complexo Pedagógico do Castelo,
Sala 212, 4710-320, Braga
Tlm:965530263
Tel./Fax: 253272933

Auditório de Bolso do TUM
Rua do Farto, nº 4/6 (à Sé)
4710-421, Braga

Tomada de Posse da ARCUM

ARCUM em direcção ao futuro

A nova direcção da ARCUM tomou posse na passada sexta-feira, numa cerimónia em que estiveram presentes, entre outros, o Reitor da UMinho, Guimarães Rodrigues e a vereadora da cultura da Câmara de Braga, Ilda Carneiro.

Criada em 1991, a ARCUM tem como objectivos dinamizar e divulgar as actividades académicas e culturais da UMinho, no país e estrangeiro.

Neste seu 16º ano de existência, tomou posse uma nova direcção que traça como caminhos a seguir a organização interna e a afirmação da ARCUM como uma instituição de utilidade pública.

Na cerimónia que decorreu no anfiteatro Dr. Armando Osório (situado na sede da AAUMinho) estiveram presentes representantes dos diversos quadrantes da academia minhota, bem como os representantes dos grupos culturais da ARCUM.

Guimarães Rodrigues, Reitor da UMinho, Ilda Carneiro, Vereadora da Cultura da Câmara Municipal de Braga, Armando Osório, antigo administrador dos SASUM, Jorge Louro, Presidente da AAUMinho, Fernando Parente, Chefe do DDC em representação dos SASUM e Pedro Soares, Presidente da AAUMinho, foram as individualidades presentes e que durante esta tomada de posse comentários vincaram a importância do papel da ARCUM na

dinamização da cultura minhota.

Hélder Dias, presidente reeleito da ARCUM, em conversa com o UMDicas apontou como marcos maiores do seu primeiro mandato a dinamização do Grupo de Música Popular e Folclore, o renascimento do Grupo de Poesia (inactivo desde 2001), a digressão com os grupos à Irlanda, a aquisição de património e a nova página on-line da ARCUM.

Para este novo mandato, Hélder Dias traça objectivos ainda mais ambiciosos, como é o caso da atribuição do estatuto de utilidade pública (o processo está em marcha), a criação do cartão de sócio e uma forte divulgação das actividades dos grupos culturais.

Orgãos Sociais da ARCUM

Direcção

Presidente - Hélder Dias
Vice-Presidente - Rui Martins

Vice-Presidente - José Barros

Tesoureiro - Márcia Rodrigues

Secretária - Câtea Silva

Administração Interna - Ricardo Agra

Património - Sérgio Brito

Recreativo - Eduardo Gomes

Escola de Música - Guilherme Barbosa

Tuna Universitária do Minho - Eduardo Teixeira

Bomboémia - Grupo de Percussão da Universidade do

Minho - Rita Pinheiro

Grupo de Folclórico - Lurdes Rodrigues

Grupo de Música Popular - Patrícia

Grupo de Poesia - José Luís Costa

Mesa da Assembleia Geral

Presidente - Nuno Rodrigues

Vice-Presidente - Luís Nogueira

Secretária - Vânia Pinheiro

Conselho Fiscal

Presidente - Nuno Pinto

Vice-Presidente - Pedro Oliveira

Secretária - Armada Pereira

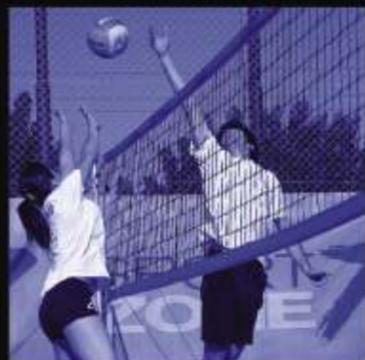
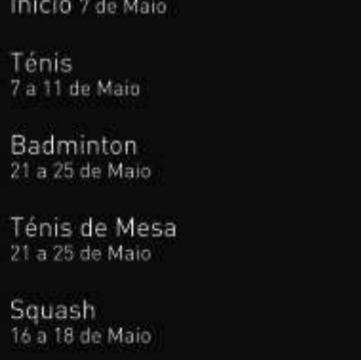
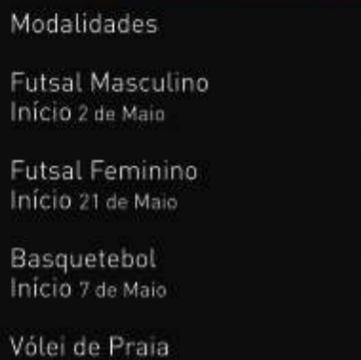
Texto e Fotografia: Nuno Gonçalves

Nunog@sas.uminho.pt



TROFEU REITOR

2007



Modalidades

Futsal Masculino
Início 2 de Maio

Futsal Feminino
Início 21 de Maio

Basquetebol
Início 7 de Maio

Vôlei de Praia
Início 7 de Maio

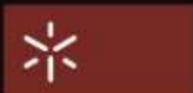
Tênis
7 a 11 de Maio

Badminton
21 a 25 de Maio

Tênis de Mesa
21 a 25 de Maio

Squash
16 a 18 de Maio

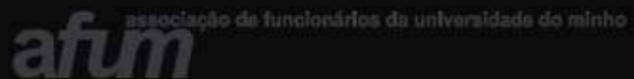
Organização



Universidade do Minho
Serviços de Acção Social
Departamento de Desporto e Cultura

Inscrições a partir de 26 de Março
Secretarias dos Complexos Desportivos Universitários de Gualtar e Azurém

Promotores



RUA QUINTA DA ARMADA Nº117 4710 BRAGA
TEL. 253 257790/1 - FAX: 253 257792
E-mail: tmarketing@nec.pt

SPORT ZONE

Tudo para o desporto, incluindo a emoção.

www.sportzone.pt