

Você é formado pela Udesc? Participe do Dia do Egresso!

Nesta quinta-feira, 28, às 19h, a Udesc fará um evento para comemorar o Dia do Egresso. A comemoração será realizada no Auditório do Centro de Ciências da Administração e Socioeconômicas (Esag) e visa estreitar os laços com quem é formado nos cursos superiores da instituição. Um dos destaques do even-

to será a palestra com a ex-aluna Simone Füchter, que levou seu projeto sobre realidade aumentada à Nasa. O evento também contará com a apresentação da orquestra acadêmica e os lançamentos da marca Alumni Udesc e do Portal do Egresso na internet. Confira mais informações no link: bit.ly/DiaDoEgresso2017.

PROGRAMAÇÃO

19h	Abertura e recepção com o reitor Marcus Tomasi
19h20	Apresentação da marca Alumni Udesc e lançamento do novo Portal do Egresso
19h30	Apresentação da Orquestra da Udesc
20h	Palestra com a egressa Simone Füchter, com o tema "Uma trajetória real incluindo ambientes virtuais: a constante reinvenção".
20h40	Homenagens a egressos
21h	Confraternização



Encontro de Extensão encerra inscrições nesta quinta

O 13º Encontro de Extensão da Udesc está com inscrições abertas na internet até quinta-feira, 28. O evento, que é gratuito e oferece hospedagem para expositores de fora de Florianópolis, ocorrerá entre 18 e 20 de outubro, no Centro Multiuso de São José. O tema dessa edição é "Curricularização e



cidadania ativa", baseado na determinação do Plano Nacional de Educação (PNE) de que 10% das atividades curriculares de graduação devem ser voltadas para a extensão universitária. Informações pelo telefone (48) 3664-8029, das 13h às 19h, e inscrições pelo link bit.ly/InscricoesExtensao2017.

Campanha do Dia das Crianças

Que tal provocar sorrisos em outubro? O projeto Doses de Alegria, que desenvolve atividades de lazer e recreação em ambientes hospitalares, está arrecadando brinquedos novos ou usados em bom estado para uma campanha do Dia das Crianças. Quem quiser contribuir pode procurar a técnica Ieda Frasson na Coordenadoria de Contabilidade, na Reitoria, em

Florianópolis, das 13h às 19h. É preciso indicar a idade adequada para cada brinquedo.

Os brinquedos serão distribuídos a crianças de comunidades de baixa renda. "Tem muita gente boa querendo ajudar e mudar o mundo, só que às vezes falta tempo", conta Ieda. Aproveite esta oportunidade e colabore!

Contando doses de alegria

Toda quinta-feira, a técnica em desenvolvimento da Udesc Ieda Frasson troca as planilhas e os números pelo nariz de palhaço. A contadora gaúcha, que trabalha na Coordenadoria de Contabilidade da Reitoria, na Capital, é voluntária do projeto Doses de Alegria, que leva atividades de lazer a hospitais, casas geriátricas e outras entidades da Grande Florianópolis. "Me descobri fazendo o que vou fazer até o último dia da minha vida", diz. O programa de coaching da universidade foi o que levou Ieda a procurar o projeto no fim do ano passado. Conhecida na infância por imitar colegas e professores e reunir a família no sítio em Nova Araçá, na Serra Gaúcha, para fazer teatros, a menina cresceu sem perder o gosto por fazer os outros rirem. "Sinto que nasci com esse dom e sou grata por saber que estou aplicando para uma coisa boa, porque não me via usando meu humor para fins comerciais", conta.

Em 1994, trocou o Rio Grande do Sul pelo litoral catarinense para se graduar em Ciências Contábeis e fazer mestrado na Ufsc. Depois de trabalhar por sete anos na Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação de SC (Fapesc), ingressou na Udesc há dez anos, na Contabilidade, e assumiu as coordenações de Apoio de Liquidação e Pagamento, em 2009, e da Contabilidade, em 2012, cargo em que permaneceu até 2016. O currículo profissional estava cheio, mas ainda sentia que faltava algo: queria deixar sua contribuição social.

Foi assim que procurou pelo Doses de Alegria na internet, passou no processo seletivo e por uma capacitação e hoje dá vida à "Xurupita da Colônia". Aos 41 anos, a doutora palhaça entrou em ação pela primeira vez em maio deste ano e leva alegria a crianças, idosos e aos familiares de quem os acompanha. "A gente não entra questionando o porquê de aquelas pessoas estarem lá, não podemos fazer nada em relação à cura, mas podemos levar alegria. É um encontro de alma com alma em que se esquece todo o resto", diz. Desde que passou pelo programa de coaching e iniciou o trabalho no Doses de Alegria, Ieda diz que o mundo é o mesmo: sua forma de en-



xergar a vida é que mudou. Coisas simples como a saúde, a família e até ter uma cama para dormir passaram a ter muito mais valor: "Quando saio do hospital sabendo que tem crianças que vão ficar, o mundo fica do tamanho de um grãozinho de areia". Contato com a natureza, boas conversas, chimarrão e viagens são outras coisas que aprecia.

Apaixonada por praia, já conheceu Carneiros (PE), Jericoacara (CE) e Maragogi (AL) e quer ir à Itália. A técnica pretende ter filhos e se aposentar na Udesc. "Isso se nenhum circo me levar embora", brinca. Para a universidade, deseja que os gestores "vejam a contabilidade como a gestão passada e a atual veem, como fonte de informação e de transparência". Hoje, Ieda se diz mais feliz e conta que o coaching a ensinou a dar espaço a cada área da vida: trabalho, família, lazer e contribuição social. "O segredo da vida é o equilíbrio", resume.



Perfil

Ieda Frasson,
técnica da Reitoria

Papo-rápido

Aniversário: **16 de maio**

Livro de cabeceira: **A Bíblia Sagrada**

Filme favorito: **Poder além da vida**

Passeio inesquecível: **de Kombi, para São Paulo**

Uma pessoa exemplar: **Meus pais, Graciano e Eunice**

Uma paixão: **Doses de Alegria**

É torcedora: **Internacional**

Culinária: **Italiana**

Aniversariantes de 28 de setembro

Renata Weingartner Rosa - Udesc Lages

Valdir Damazio Junior - Udesc Joinville

Clic comunica

A professora Marcia Silveira Kroeff, do Departamento de Biblioteconomia do Centro de Ciências Humanas e da Educação (Faed), assumiu o cargo de coordenadora na semana passada. A docente dará continuidade ao trabalho realizado pelo técnico Vinicius Perucci, que atualmente responde pela Coordenadoria de Programação Orçamentária da Pró-Reitoria de Planejamento (Proplan). Localizada em Florianópolis, a Editora da Udesc conta também com o secretário administrativo Maury Dutra Filho e o designer Mauro Tortato na equipe.



Servidor, participe do Clic Comunica! Envie uma foto com os colegas do seu setor para comunicacao@udesc.br.

UDESC tem

Capacitação docente

- ◆ Estão abertas as inscrições para três minicursos e uma palestra de capacitação docente voltados a servidores e pós-graduandos da Udesc, que ocorrem entre esta quinta-feira, 28, e 19 de outubro:
- ◆ Minicurso “Avaliação da aprendizagem no ensino superior”, com a professora Verônica Gesser, no dia 28, das 13h30 às 18h30, na Sala 146 (25 vagas).
- ◆ Minicurso “Design thinking aplicado ao plano de ensino”, com o professor Vilson Martins Filho, em 5 de outubro, das 18h às 22h, na Sala 08 (20 vagas).
- ◆ Minicurso “Sala de aula invertida”, com o professor Kamil Giglio, em 19 de outubro, das 14h às 18h30, no Laboratório de Informática (25 vagas).
- ◆ Palestra “Como trabalhar tecnologias e inovação em sala de aula”, com o professor Vilson Martins Filho, será ministrada em 2 de outubro, às 18h30, no Auditório da Udesc Esag (120 vagas).

FOTO: GUSTAVO CABRAL VAZ/ASCOM



Fique por dentro

NER sob nova batuta

- ◆ Em outubro, o Núcleo Extensionista Rondon (NER), ligado à Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Comunidade (Proex), passará a ter como coordenador o professor Jaison Ademir Sevegnani, da Udesc Ibirama.

Mudança no Ceped

- ◆ O Grupo Coordenado de Ações em Riscos e Desastres (Ceped) terá nova coordenação a partir de outubro. O professor Marino Luiz Eyerkauf, da Udesc Ibirama, passou a responder pela gestão desse segmento da Proex.

Novos desafios

- ◆ O professor Alfredo Balduíno Santos, da Udesc Cead, reassume a Coordenação de Extensão da Proex. De acordo com o pró-reitor de Extensão, Cultura e Comunidade, Fábio Napoleão, sob a liderança de Balduíno, os novos integrantes da Proex trarão muitas inovações para a universidade.

Viver Bem

Climatério

Climatério é o período de transição em que a mulher passa da fase reprodutiva para a fase de pós-menopausa. Os ciclos menstruais se tornam irregulares, até cessarem por completo. O climatério tem início por volta dos 40 anos e se estende até os 65 anos. A menopausa ocorre, em média, aos 50 anos.

Sintomas mais frequentes:

Ondas de calor, transpiração, tonturas e palpitações; depressão ou irritabilidade; distúrbios menstruais; diminuição da libido; diminuição da elasticidade da pele; aumento da porosidade dos ossos, tornando-os mais frágeis.

Como enfrentar essa fase?

- ◆ Procure orientação médica;
- ◆ Beba bastante água;
- ◆ Pratique exercícios regularmente;
- ◆ Evite fumo, álcool ou outras drogas;
- ◆ Tome sol.

Estas medidas vão contribuir para a melhoria da qualidade de vida e prevenção de doenças como câncer de mama, osteoporose, entre outras.

Fonte: Secretaria Municipal de Saúde de Recife.
Climatério,
o que é?



Equilíbrio UDESC

Por Celia Penteado



Como lidar com a morte de quem amamos?

Após a morte de uma pessoa muito próxima, em geral passamos por um momento de profunda tristeza. Para superar o luto, é preciso vivenciá-lo. Só assim a pessoa que sofreu a perda chegará a fase de aceitação.

Se você está passando por essa fase, escolha uma pessoa da sua confiança e conte o que sente, fale como a perda aconteceu. O diálogo faz com o que o assunto se torne mais natural e que passemos a encarar com mais força a situação.

No entanto, é importante entendermos que o apoio maior quem nos dará seremos nós mesmos. É importante que nossos sentimentos sejam respeitados e que tenhamos paciência conosco mesmo para que essa dor seja vivida integralmente.

O tempo suaviza a dor da separação, mas a saudade continua, só que de maneira mais amena. Passaremos a lembrar de momentos com menos dor e mais gratidão pelo privilégio de termos convivido com a pessoa que se foi.

Você tem sugestões para esta coluna? Escreva para celia.penteado@udesc.br.

FOTO: ANA CAROLINA PRIETO

Meditação nesta sexta Na sexta-feira, 29, às 9h30, ocorrerá uma oficina de meditação do Laboratório de Educação para a Sustentabilidade e Inovação Social (Leds). A atividade terá duas horas de duração e será realizada na pérgola próxima à cantina da Udesc Esag. Interessados devem acessório para sentar no chão, além de levar protetor solar e repelente. Se chover, a atividade será na Sala de Dança 1 da Udesc Ceart.



UDESC sustentável

Por Gustavo Kogure



Comissões temáticas

A comissão Udesc Sustentável iniciou a segunda etapa da Política de Sustentabilidade da universidade com a chamada de docentes, técnicos e alunos para participarem das comissões temáticas nas áreas de energia, água, áreas verdes, resíduos, mobilidade, compras sustentáveis, construções sustentáveis e educação sustentável. Essas comissões criaram objetivos, metas, ações e prazos de execução nas respectivas áreas. Faça parte desse time e seja a mudança que deseja ver na Udesc. Para se inscrever, acesse o site www.udesc.br/sustentavel.

Você conhece alguma ação sustentável no seu centro de ensino? Envie sugestões para gustavo.kogure@udesc.br.

Acesse www.udesc.br/sustentavel.

Expediente | Produção: Secretaria de Comunicação da Udesc (Secom)

Secretário de Comunicação: Luiz Eduardo Schmitt **Contato:** comunicacao@udesc.br

Telefones: (48) 3664-8006 / 3664-8010 | **Edição:** Célia Penteado | **Revisão:** Rodrigo Brüning Schmitt

Perfil: Isadora Vicente | **Projeto gráfico e editoração:** Gustavo Cabral Vaz

Leia mais em: www.udesc.br