

Dia Internacional da Mulher na Udesc

Nesta quinta-feira, 8, comemora-se o Dia Internacional da Mulher, e a Universidade do Estado de Santa Catarina (Udesc) realizará atividades no Centro de Artes (Ceart), no Centro de Educação Superior do Oeste (CEO) e no Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí (Ceavi) para celebrar a data. Confira a programação:

► Udesc Ceart

Evento "Música, relações de gênero e cultura no Dia Internacional da Mulher: homenagem a Maria Ignez Mello", às 17h, no Auditório do Departamento de Música, com palestra e concerto.

► Udesc Ibirama

Participação no Encontro Municipal em Comemoração ao Dia da Mulher, promovido pela Prefeitura de Ibirama. Dois projetos de extensão farão parte da ação: a oficina de cozinha sustentável e a oficina de pa-kua, que ensinará as mulheres a se defenderem de situações de abuso ou violência.



► Udesc Oeste

Palestra "Ser mulher: desafios e possibilidades no século 21", com as professoras Denise Antunes Zocche e Silvana Zanotelli, do curso de Enfermagem da Udesc. Será ministrada em três datas: dia 8, às 13h30, na Sala 01 do Prédio da Zootecnia, em Chapecó; dia 15, às 17h30, no Prédio da Enfermagem, também em Chapecó; e dia 16, às 15h, no Prédio das Engenharias, em Pinhalzinho. A apresentação trata de temas sobre autoestima, prevenção e valorização da mulher na sociedade. O cronograma de atividades também prevê aulas de pilates, zumba e o dia da beleza, realizadas por meio de parcerias entre a Udesc Oeste e o Centro de Educação Profissional (Cedup Chapecó).

Atividades na Udesc Oeste iniciaram nesta semana



Homenagem a Maria Ignez Mello

A data de 8 de março é também o dia em que faleceu, há dez anos, a pesquisadora, compositora e professora **Maria Ignez Cruz Mello**, docente da Udesc Ceart. Para homenageá-la, será promovido um encontro com início às 17h, no Auditório do Departamento de Música, em Florianópolis.

O evento contará com mesa-redonda sobre música, antropologia e relações de gênero. Em seguida, haverá um concerto com os professores Bernardete Castelan Póvoas, Lourdes Saraiva, Luiz Henrique Fiaminghi, Acácio Piedade, Maurício Zamith, Alícia Cupani e Luis Cláudio Barros e Thais Nicolau, todos da Udesc Ceart.



De estudante a diretor

O novo diretor-geral do Centro de Ciências da Administração e Socioeconômicas (Esag) da Udesc, em Florianópolis, não poderia ser mais “esaguiano”. Professor do Departamento de Administração Empresarial desde 2009, quando começou a lecionar na universidade, Éverton Luis Pellizzaro de Lorenzi Cancellier é um legítimo egresso dos bancos escolares da Udesc que voltou à instituição para continuar formando novos profissionais e pesquisadores da sua área. Esse “retorno”, garante, é uma fonte diária de satisfação. “Trabalhar na escola em que me graduei é gratificante.”

Perfil

**Éverton Luis
Pellizzaro de Lorenzi
Cancellier,
diretor-geral da Udesc Esag**

trados e um doutorado, além de cursos de especialização.

Mas a ligação com a universidade e o centro, em especial, não é puramente afetiva. Éverton admira e orgulha-se do trabalho desenvolvido atualmente. “O que mais me chama a atenção é a capacidade de empreender e inovar que encontrei aqui, mostrando que entidades públicas podem ser fonte de renovação para a sociedade”, explica o professor. Além das aulas, tem um carinho especial pelos projetos a que se dedica ligados à gestão de pequenas empresas e empreendedorismo inovador, sempre com a participação de alunos de graduação e pós-graduação.

Família e superação

Se Éverton é uma cria da Udesc Esag, também é um filho adotivo de Florianópolis, onde chegou aos seis anos, com a família vindo de Curitibanos, na Serra Catarinense, há quatro décadas. Cresceu, estudou e profissionalizou-se no litoral, onde casou-se e tornou-se pai dos gêmeos Giovana e Gabriel, hoje com 11 anos. É com a família, por falar nisso, que gosta de passar o tempo quando não está na universidade, passeando e encontrando os amigos.

Mesmo com todos os encargos com o trabalho e o tempo dedicado à família, Éverton encontra espaço para aproveitar o convite que a cidade faz a seus habitantes para praticar atividade física ao ar livre. Costuma correr e pedalar, duas atividades que também lhe dão satisfação – e, de quebra, ajudam a cuidar da saúde. Correndo, pedalando, trabalhando, vivendo, não costuma se deixar abater por desafios e dificuldades. Não à toa, a palavra com que seu autodefine é a resiliência. “O que não nos destrói nos fortalece”, diz o professor, citando Nietzsche. “As adversidades nos impõem um caminho para a superação, tornando-nos mais fortes.”

Papo-rápido

- Aniversário: **8 de agosto**
- Livro de cabeceira: **Um livro sempre na cabeceira**
- Filme favorito: **12 homens e uma sentença**, de Sidney Lumet
- Passeio inesquecível: **Cidades históricas de Minas Gerais**
- Uma pessoa exemplar: **Meus pais, Joacir e Anilce**
- Uma paixão: **Minha esposa e filhos**
- É torcedor: **Flamengo**
- Culinária: **Qualquer refeição com os amigos.**

Aniversariantes de 8 de março

Ana Cristina Benazzi dos Santos - Udesc Esag

Elisangela Argenta Zanatta - Udesc Oeste

Helio Jose Schlogl - Udesc Planalto Norte

Neudi Jose Bordignon - Udesc Oeste



Clic comunica

Em 26 de fevereiro, ocorreu a formatura da primeira turma da Especialização em Gestão Pública Universitária oferecida para técnicos da Udesc, por meio do Centro de Ciências da Administração e Socioeconômicas (Esag). Ao todo, 25 técnicos de vários centros de ensino e da Reitoria concluíram o curso, que iniciou em agosto de 2016 e buscou capacitar servidores com pressupostos das modernas técnicas de gestão pública.

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

Fique por dentro

Projetos inovadores

◆ Estão abertas as inscrições ao 3º Encontro Dazideia, que será realizado em 27 de março, às 18h30, no Auditório do Bloco F da Udesc Joinville. O evento será um espaço para compartilhamento de projetos inovadores. Inscrições e mais informações sobre o evento [aqui](#).

Lixo Zero

◆ A Udesc e organizações parceiras lançaram a Rede Internacional de Cooperação Acadêmica Lixo Zero. Participam da iniciativa a Ufsc, a Ifsc, o Instituto Lixo Zero Brasil e a Universidade de Massey, da Nova Zelândia. Acesse a [notícia completa](#) para mais informações.

Prêmio

◆ Até 30 de abril, estão abertas as inscrições da segunda edição do Prêmio de Boas Práticas em Gestão Pública Udesc Esag, com a finalidade de estimular e premiar práticas inovadoras de gestão pública desenvolvidas em Santa Catarina. As inscrições devem ser feitas pelo site www.esag.udesc.br/premio.

UDESC tem

Trote solidário

◆ O Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí (Ceavi), da Udesc, em Ibirama, organizou, durante os primeiros dias de aula, o trote solidário, que integrou a Semana de Calouros da unidade. O valor de R\$ 1.237,70 foi doado à Rede Feminina de Combate ao Câncer de Ibirama.



Gestão em movimento

Prestação de contas, transparência e a agenda dos representantes da gestão da Udesc

O Gestão em Movimento apresenta momentos importantes da universidade, representados pela sua equipe de gestão, por meio de fotos. O objetivo é contribuir com a transparência, assim como prestar contas das atividades mais relevantes.



O pró-reitor de Planejamento, Leonardo Secchi, participou do lançamento da Rede de Cooperação Acadêmica Lixo Zero, no Auditório da Udesc Esag, com instituições estaduais e internacionais.



O reitor Marcus Tomasi visitou, nesta semana, deputados estaduais para pedir apoio à derrubada do veto parcial ao VRV dos servidores da Udesc. A matéria aguarda para ser discutida no plenário da Alesc.



Tomasi esteve no Ministério da Educação, em Brasília, tratando com diretores da pasta para viabilizar a liberação de recursos do PNAEST.

Tomasi
participou
na última
quinta-feira,
1º, da posse
do professor
Éverton Luis
Cancellier
como diretor
-geral da
Udesc Esag.



FOTO: CARLITO COSTA/ASCOM

O secretário de TIC da Udesc, Jairo Wensing, esteve em Seattle, nos Estados Unidos, para participar do Executive Briefing Center da Microsoft. Na ocasião, conversou com Henrique Malvar, brasileiro que está à frente de uma equipe de oito mil pesquisadores da Microsoft.

Tá na agenda

- | | |
|-----------|--|
| 13/03 | Abertura do Seminário Internacional de Defesa Civil, no Centro de Eventos Luiz Henrique da Silveira, às 9h |
| 15/03 | Solenidade de comemoração dos 10 anos da Udesc Laguna, no Auditório do Centro de Educação Superior da Região Sul (Ceres), às 18h30 |
| Até 17/03 | Outorgas de grau em vários centros de ensino da Udesc |
| 20/03 | Visita do reitor da Universidade do Minho, Rui Vieira de Castro |

Quer conversar com o reitor? Participe do projeto Gabinete de Portas Abertas. Agende pelo telefone (48) 3664-8104

UDESC sustentável

Projeto Udesc Lixo Zero

Ficou explicitado no Acordo de Cooperação Acadêmica Lixo Zero entre Udesc, Ufsc, Ifsc e Instituto Lixo Zero, assinado em 27 de fevereiro, três comprometimentos iniciais quanto a ações de sustentabilidade com foco à meta Lixo Zero 2022: implementar e/ou expandir a coleta de resíduos sólidos com separação mínima em três frações (rejeito, orgânico e reciclável); eliminar as lixeiras internas das salas de aula e setores administrativos por resíduários diferenciados para coleta mínima em três frações (rejeito, orgâni-

co e reciclável); e eliminar o uso de copos plásticos descartáveis nas instituições. A Comissão de Resíduos da Udesc está em fase de estruturação de grupos de trabalho dos centros com o objetivo de transformar todas as unidades da instituição em campi lixo zero. Contamos com a colaboração de todos!

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

Por Gustavo Kogure



Viver Bem

Diferenças entre
TPM e TDPM

Por que algumas mulheres têm a tensão pré-menstrual (TPM) mais forte do que as outras? Estudos revelam que, além da TPM, algumas mulheres sofrem de transtorno disfórico pré-menstrual (TDPM).

A semelhança entre TPM e TDPM é que acontecem e terminam no mesmo período. A diferença é a intensidade dos sintomas e a natureza mais psíquica dos sintomas de TDPM e mais físicas na TPM.

O diagnóstico da TDPM é feito por meio de uma anamnese, na qual a paciente relata seus sintomas mais importantes, que devem ser severos ao ponto de impactar negativamente no cotidiano.

Na TPM, as mulheres sentem cólicas, inchaço, dores de cabeça e nas mamas, fome em excesso, vontade de chorar, insônia e ansiedade. Os sintomas desaparecem no início do fluxo. A principal causa é a alteração hormonal. É possível amenizar com atividade física, alimentação e redução do sal.

Na TDPM, além de melancolia, irritabilidade e desânimo, os sintomas provocam descontrole emocional. Eles cessam no início do fluxo menstrual. É importante consultar um médico. Recomenda-se tratar com medicação que auxilie na estabilidade do humor, além de exercícios físicos e alimentação saudável e equilibrada.

Fonte: G1

Equilíbrio UDESC

Por Celia Penteado



Cobranças internas

“Eu deveria ter feito isto”. Você já se pegou fazendo esse tipo de cobrança? É como se existisse uma pessoa dentro da gente que está sempre nos reprovando.

Às vezes, nos sentimos escravos das nossas próprias regras. Ficamos decepcionados quando não conseguimos realizar “os deverias”. Desconsideramos que, para cada situação, existe a possibilidade de uma nova atitude.

Também sofremos quando realizamos “os deveres” sem vontade, pois viver tentando agradar os outros contribui para uma existência infeliz. O que é feito sem sinceridade não tem valor.

Se você acha que se cobra demais e se sente em dívida, transforme sua forma de pensar e seus hábitos. Observe como você se comporta e quais as consequências dos seus atos.

Não tenha medo de se decepcionar, olhando com respeito e coragem para quem você realmente é e o que quer. Quando damos espaço ao nosso mundo interno, somos mais autênticos. Isso torna a vida mais leve e aumenta a nossa sensação de bem-estar.

Você tem sugestões para esta coluna? Escreva para celia.penteado@udesc.br. Ouça o programa Equilíbrio: Terça às 8h/Quarta às 13h na Rádio Udesc FM Florianópolis (100,1) e na Rádio Udesc FM Lages (106,9).

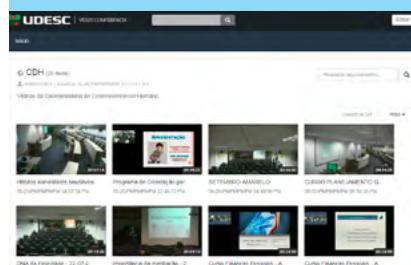
Técnico da Udesc em concurso nacional

O administrador Gustavo Gabriel Theiss, técnico da Udesc Lages, está entre os dez finalistas do concurso nacional de palestrantes promovido pelo Grupo Negócios Públicos. O servidor é o único representante catarinense na disputa. O resultado será divulgado no **13º Congresso de Pregoeiros**, em Foz do Iguaçu (PR), de 19 a 22 de março. Theiss é mestre em Gestão Universitária.



Palestras no vc.udesc

O Plenarinho da Reitoria recebeu nesta quarta-feira, 7, uma palestra sobre previdência complementar voltada aos servidores da universidade. Promovida por iniciativa da Coordenadoria de Desenvolvimento Humano (CDH), a apresentação teve transmissão ao vivo por videoconferência para todos os centros e ficará disponível no canal da CDH no vc.udesc.br – que conta com 30 vídeos sobre temas diversos.



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: Celia Penteado | **Revisão:** Rodrigo Brüning Schmitt | **Projeto gráfico e editoração:** Gustavo Cabral Vaz

Leia mais em: www.udesc.br