

Udesc oferecerá vacinação contra gripe para servidores

A Universidade do Estado de Santa Catarina (Udesc) oferecerá vacinação gratuita contra a gripe para técnicos e professores da instituição. A previsão é de que sejam imunizados mil servidores entre 9 e 23 de abril, segundo o cronograma, que engloba os 12 centros de ensino da Udesc e a Reitoria. A dose, que protege contra três vírus causadores da gripe (H1N1, H3N2 e B), começará a fazer efeito cerca de 15 dias após a aplicação. Depois desse período, surgirão os anticorpos dando proteção, e o nível máximo de proteção será atingido em aproximadamente 45 dias.

Mais informações podem ser obtidas pelo e-mail **valdirene.avila@udesc.br** e pelo telefone (48) 3664-7999, das 13h às 19h.



DATA	CENTRO	HORÁRIO DE VACINAÇÃO	LOCAL
09/04	Reitoria, Esag, Faed	10h às 12h e 13h às 17h	Sala 174 da Esag
10/04	CCT	10h30 às 12h e 13h às 16h	Espaço da Saúde (piso térreo)
11/04	Ceplan	11h às 12h e 13h às 15h	Chalé 06
12/04	Ceres	13h às 15h30	Sala dos Motoristas
13/04	Cesfi	10h às 12h e 13h às 15h30	Sala 35
16/04	Cefid	10h às 12h e 13h às 15h	Clínica de Fisioterapia
17/04	CAV	11h às 12h e 13h às 16h	Setor de Saúde
18/04	Ceavi	11h às 12h e 13h às 15h30	Sala da Pós-Graduação
18/04	CEO (Chapecó/Centro)	9h às 11h	Sala 06
18/04	CEO (Chapecó/Sto Antônio)	12h às 15h	Sala de Reuniões
18/04	Pinhalzinho	16h às 17h30	Laboratório de Informática
23/04	Cead e Ceart	13h30 às 17h	Sala de Desenho 02 do Ceart

Nova campanha do Vestibular da Udesc

Na segunda-feira, 2, a Udesc abriu as inscrições do Vestibular em **www.vestibular.udesc.br**. As provas ocorrerão em 10 de junho. São oferecidas 1.048 vagas em 37 cursos presenciais de graduação, todos gratuitos, em nove municípios catarinenses. Os candidatos poderão se inscrever até 4 de maio e pagar a taxa de inscrição, de R\$ 110, até 7 de maio. Informações pelos telefones (48) 3664-8089 e 8091, das 13h às 19h, e pelo e-mail **vestiba@udesc.br**.

Ajude a divulgar!



Perfil

Luciano Gatiboni,
professor da Udesc Lages

Orientador que abre caminhos

“Você não pode ensinar nada a um homem, apenas pode ajudá-lo a encontrar as respostas dentro dele mesmo.” A frase de Galileu Galilei é lema de vida para o professor Luciano Gatiboni, titular no Departamento de Solos e Recursos Naturais da Udesc Lages. Na carreira, a maior satisfação de Gatiboni é justamente observar o crescimento dos alunos e orientandos. Por isso, para ele, a frase de Galilei resume perfeitamente o papel do professor, “não como aquele que transmite conhecimento, mas sim aquele que facilita o aprendizado”.

Além de acompanhar o sucesso dos acadêmicos, ele coleciona grandes conquistas, como ter os resultados do trabalho de pós-doutorado, em 2013, incluídos na legislação ambiental estadual pela Fundação do Meio Ambiente (Fatma).

Gatiboni ingressou como docente na universidade em 2004, no curso de Zootecnia da Udesc Oeste. Em 2006, começou a atuar também no Programa de Pós-Graduação em Ciência do Solo da Udesc Lages, para onde foi transferido definitivamente em 2007.

Continuar atuando no ensino e na pesquisa é o principal propósito do professor, que almeja ver o centro produzindo cada vez mais trabalhos relevantes para o desenvolvimento do setor agropecuário catarinense e também formando profissionais com qualidade. “Espero que a Udesc seja cada vez mais relevante para a sociedade catarinense e que, como contrapartida, a universidade seja reconhecida e que os catarinenses a defendam como uma instituição que cumpre seu papel social”, diz o professor.

Natural de Manoel Viana, no Rio Grande do Sul, Gatiboni tem a família como maior paixão. Viajar com a esposa, Marisa, e o filho, Eduardo, de 11 anos, é sua atividade favorita. Sua aventura mais marcante foi percorrer 12 mil quilômetros de carro pela Patagônia. Nas horas de folga, ele desenvolve um outro talento: a cozinha experimental. Testar receitas culinárias em casa é um dos hobbies preferidos de Gatiboni, que também aproveita o tempo livre para assistir a documentários, filmes e séries.

O professor que vibra com o crescimento dos alunos e tem a família como porto seguro se descreve como um pacificador “que tenta entender as razões de cada parte em um conflito”.



Papo-rápido

Aniversário: Aniversário: **23 de junho**

Livro de cabeceira: **Colapso, de Jared Diamond**

Filme favorito: **Trilogia Matrix**

Passeio inesquecível: **Nasa/Kennedy Space Center, Cabo Canaveral, EUA**

Uma pessoa exemplar: **Carl Sagan**

Uma paixão: **família**

É torcedor: **torcedor não praticante do Internacional de Porto Alegre**

Culinária: **todas, mas especialmente italiana**

Aniversariantes de 5 de abril

Francisco Canella – Udesc Faed

Luiz Henrique Vicente – Udesc Cefid

Maria Aparecida Limas Silveira – Udesc Lages



Clic comunica

O engenheiro Roberto Böell Vaz, da Udesc, participou com o projeto Roaz no 8º Fórum Mundial da Água, que teve debates sobre uso, preservação, proteção, planejamento e gestão da água entre 17 e 23 de março, em Brasília. No último dia do fórum, as sondas da embarcação do Roaz mediram temperatura, pH, oxigênio dissolvido na água e salinidade do Lago Paranoá, no Distrito Federal.

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

Fique por dentro

Novo diretor em Lages

◆ O professor Clóvis Gewehro foi eleito para o cargo de diretor-geral do Centro de Ciências Agroveterinárias (Cav), da Udesc Catarina (Udesc), no pleito realizado nesta terça-feira, 3. Gewehr, que é o atual diretor de Extensão do centro, cumprirá um mandato de quatro anos, com início em 8 maio de 2018. Saiba mais acessando a **matéria completa**.

Eleição na Udesc Cefid

◆ A comissão eleitoral homologou na última quarta-feira, 28, a inscrição do professor Joris Pazin para o cargo de diretor-geral do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (Cefid), Gestão 2018-2012. A votação será realizada no próximo dia 25, com participação de servidores e alunos do centro de ensino. Saiba mais na **notícia** no site da Udesc.

Cipi

◆ A Coordenadoria de Projetos e Inovação (Cipi) está sob novo comando, com a técnica universitária e administradora Elaine Zeni Vieira Brinhosa. O setor era liderado pelo professor Marco Antônio Seifriz, que pretende se dedicar agora à construção do Observatório do Ecossistema Catarinense de Inovação. Acesse a **notícia completa** no site da Udesc.

UDESC *tem*

Prêmio Boas Práticas em Gestão Pública

◆ As inscrições para a segunda edição do Prêmio de Boas Práticas em Gestão Pública Udesc Esag estão abertas até 30 de abril. O prêmio é promovido pela Udesc, por meio do Centro de Ciências da Administração e Socioeco-

nômicas (Esag), e diversos parceiros, com a finalidade de identificar, reconhecer, estimular e premiar práticas inovadoras de gestão pública desenvolvidas em Santa Catarina. Informações pelo site www.esag.udesc.br/premio.



Primeira edição do prêmio foi realizada em 2016

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 reitor Marcus Tomasi se reuniu com autoridades em Urussanga, no Sul de SC, para tratar da criação um polo de apoio ao ensino a distância da Udesc no município, em parceria com a Universidade Aberta do Brasil (UAB).



A Secretaria de Comunicação (Secom) colocou nas ruas mais uma campanha do Vestibular de Inverno, com investimentos em mídia por todo o Estado.



A primeira reunião de reorganização do Grupo Coordenado em Gestão de Riscos e Desastres (Gceped) da Udesc teve participação do pró-reitor Fábio Napoleão, do coordenador do Ceped, Marino Eyerkauffer, servidores do Estado, da Ufsc e da OFDA.



A Pró-Reitoria de Ensino, liderada pela professora Soraia Tonon da Luz, está funcionando temporariamente na Sala de Informática da Udesc Esag. O espaço original está sendo reorganizado.



Tomasi esteve reunido com o prefeito de Ibirama, Adriano Poffo, e empresários do Alto Vale do Itajaí para conversar sobre os projetos e potenciais da universidade na área.



Tomasi e Soraia visitaram o novo prédio da Udesc Balneário Camboriú e, na companhia da diretora-geral, Maria Ester Menegasso, verificaram a qualidade das salas e dos laboratórios.

Tá na agenda

06/04 - Posse do governador do Estado de Santa Catarina, Eduardo Pinho Moreira, na Alesc, às 11h30

12/04 - Visita do deputado Luiz Fernando Vampiro, com o prefeito de Balneário Rincão, no Gabinete do Reitor

17/04 - 2º Seminário Internacional e Energias Renováveis, no Centro de Eventos Plínio Arlindo de Nês, em Chapecó

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

UDESC sustentável

Selo Setor Lixo Zero

A Secretaria de Cooperação Interinstitucional e Internacional (SCII), da Reitoria, é o primeiro setor a receber o "Selo Setor Lixo Zero". Para ter direito ao selo, o setor deve possuir os seguintes requisitos: não possuir lixeiras individuais; ter uma estação de resíduos com três resíduos: reciclável, orgânico e rejeitos; separar e encaminhar os papéis recicláveis para o almoxarifado central da Udesc (ou realizar outra destinação ambientalmente correta); e eliminar o uso de copos descartáveis, in-

cluindo para visitantes. Os requisitos abordados contemplam os três objetivos do acordo Rede de Cooperação Acadêmica Internacional Lixo Zero. Seu setor tem os requisitos acima? Contate o coordenador do Projeto Lixo Zero do seu centro (neste [link](#)) e solicite seu selo. Ainda não tem os requisitos? Seja proativo, faça acontecer!

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

Compulsão alimentar

A compulsão alimentar caracteriza-se pela ingestão de quantidade excessiva de alimento em um curto período de tempo. É comum identificar ansiedade, estresse ou tristeza em quem sofre desse transtorno.

Geralmente, após o episódio de compulsão alimentar, a pessoa sente-se culpada por não ter conseguido controlar-se diante da comida, mesmo sem estar com fome.

A compulsão alimentar favorece o ganho de peso e predispõe à hipertensão, ao diabetes e ao desenvolvimento de outras doenças associadas ao excesso de gordura corporal. Algumas questões ajudam a descobrir se a pessoa tem ou não compulsão por alimentos.

Você tem sensação de mal-estar porque seu estômago está sempre cheio? Tem a sensação de perda de controle da quantidade que come? Pensa demasiadamente em comida? Sente-se culpado depois de comer muito? Come escondido? Se a resposta for sim para, pelo menos, duas dessas questões, é possível que você seja portador de compulsão alimentar.

Existem quadros mais leves e mais severos de compulsão alimentar. Se você acredita ser compulsivo, evite ficar longos períodos sem comer. Ao se sentir triste, ansioso ou estressado, não “desconte” na comida. Procure conversar com um amigo, com um familiar ou com um profissional.

Pratique atividade física, busque integrar-se a um grupo e ajudar pessoas em atividades voluntárias. Tudo isso ajuda a lidar melhor com as emoções. A psicoterapia, especialmente a cognitivo-comportamental, e alguns medicamentos podem ser utilizados para auxiliar o tratamento.

Fonte: Saúde Brasil,
Ministério da Saúde



Equilíbrio UDESC

Por Celia Penteado



O que eu detesto em mim (e nos outros)?

Dentro da Psicologia Analítica, a sombra na personalidade é um conceito desenvolvido pelo psicoterapeuta suíço Carl Gustav Jung. Segundo essa concepção, sombras são aspectos sombrios da nossa individualidade e geralmente as negamos por considerá-las “negativas”.

Essas sombras começam a se desenvolver na infância como consequência da repressão de sentimentos obscuros. Desde cedo, buscamos nos adequar ao meio em que vivemos para sermos aprovados. Assim, negamos traços de personalidade que acreditamos que não serão aceitos por outras pessoas.

No entanto, se formos honestos, reconheceremos aspectos menos virtuosos da nossa personalidade. Para descobrir quais são suas sombras, note aquilo que irrita você nos outros. Essa pode ser uma boa pista!

Quanto menor a consciência que temos da nossa sombra, mais escura ela é. Isso pode ser uma trava inconsciente para o nosso desenvolvimento interior. Ao negarmos nosso lado “ruim”, projetamos esse comportamento sobre os outros. Se tenho atitudes egoístas e não admito, enxergo essa característica no outro e não em mim.

Entretanto, os aspectos obscuros da personalidade escondem potenciais ocultos. Aceitar nossa sombra exige coragem e amor pelo nosso lado “obscuro”. Ao reconhecer que temos características “negativas”, podemos transformá-las, aumentando nossa auto-estima e nos tornando cada vez mais fortes.

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).

Nova programação da rádio

A Rádio Udesc 100,1 FM Florianópolis estreou na terça-feira, 3, a nova programação matutina. O jornalista Salvador dos Santos passa a apresentar dois programas diários: o “Som Catarina”, das 8h às 9h, e o “Polifonia”, das 9h às 10h. Outro destaque da nova grade é o programa “Jornal Udesc”, coordenado pelo jornalista Paulo Santhias, que vai ao ar de segunda a sexta, das 11h às 11h30min. “A versão 2018 do Jornal Udesc terá reportagens, participação do ouvinte, entrevistas e notícias de arte, educação, cultura e cidadania”, diz Santhias. Saiba mais acessando o site **www.udesc.br/radio**.

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