Comunica UDESC

Notícias da Universidade do Estado de Santa Catarina

3 de dezembro de 2015 Ano 4 • Ed. 79



Cefid é o primeiro campeão geral do Jisudesc

O Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (Cefid), de Florianópolis, foi o campeão geral da 11ª edição dos Jogos de Integração dos Servidores da Universidade do Estado de Santa Catarina (Jisudesc), que ocorreu entre 20 e 22 de novembro, na Capital, com quase 400 participantes, e fez parte do calendário dos 50 anos da Udesc. No geral, a Udesc Cefid teve 649 pontos, sendo seguida pelo Centro de Ciências Agroveterinárias (CAV), de Lages, com 522, e pela Reitoria, com 439. O troféu da equipe vencedora é itinerante e será defendido em 2016.

Na página do Jisudesc, a Ceven disponibilizou uma ficha para os professores e os técnicos da Udesc avaliarem a edição deste ano dos jogos. Quem quiser participar deve salvar o arquivo em pdf e enviá-lo para jisudesc@udesc.br ou entregá-lo ao chefe da sua delegação até segunda-feira, 30. No encerramento dos jogos, no domingo, 22, a Udesc entregou a Medalha do Mérito Funcional Alice Guilhon Gonzaga Petrelli de 2015 para servidores que foram eleitos na Reitoria e nos centros e menções honrosas para professores e técnicos que completaram 30 de serviços prestados.

CONFIRA TODOS OS RESULTADOS:

Basquetebol 3x3 feminino
Campeão: Cefid
Vice: Cead

Basquetebol 3x3 masculino
Campeão: Ceavi
Vice: Cefid

Futebol suíço sênior masculino
Campeão: Cead
Vice: CAV

Futebol suíço masculino
Campeão: CEO
Vice: Reitoria 1

Futsal livre feminino
Campeão: Cefid
Vice: Cead

Futsal livre masculino
Campeão: CEO
Vice: CAV

Voleibol 4x4 feminino
Campeão: Cefid
Vice: Cead

Voleibol 4x4 masculino
Campeão: Cefid
Vice: Ceavi

Bocha masculino
Campeão: Ceavi
Vice: Faed 2

Bocha feminino
Campeão: CAV 1
Vice: Ceart

Canastra livre
Campeão: Cefid 1
Vice: CAV 1

Corrida rústica
Campeão geral Fem.: Cefid
Campeão geral Masc.: CAV

Dominó livre
Campeão: Faed 2
Vice: CEO 1

Laçada da vaca parada
Campeão masculino: Ceavi
Campeão feminino: CEO

Natação
Campeão geral fem.: Cefid
Campeão geral masc.: Cefid

Sinuca feminino
Campeão: Cefid
Reitoria 1: Vice

Sinuca masculino
Campeão: Cefid 2
Vice: Ceart 1

Taco feminino
Campeão: Cefid
Vice: Ceplan

Taco masculino
Campeão: CAV 1
Vice: Cead

Tênis de campo feminino
Campeão e vice: Cefid

Tênis de campo masculino
Campeão e vice: Ceavi

Tênis de mesa feminino
Campeão: Cefid
Vice: CEO

Tênis de mesa masculino
Campeão: Faed 1
Vice: CCT 2

Totó feminino
Campeão: Cead
Vice: Reitoria 1

Totó masculino
Campeão: Cesfi
Vice: CEO 1

Truco
Campeão: CCT 2
Vice: CEO 1

Xadrez feminino
Campeão: CAV
Vice: Faed

Xadrez masculino
Campeão: Cesfi
Vice: Esag

Gincana
Campeão: CEO
Vice: Ceavi

De aluna a servidora da Udesc

Perfil

Maristela Denise Coelho

Técnica universitária da Udesc Faed

Desde 2010, trabalhando na Udesc, a técnica universitária Maristela Denise Coelho nasceu em Florianópolis, onde cresceu e sempre morou. Ingressou na universidade enquanto ainda cursava a sétima fase de Administração Pública da Udesc Esag. Por estar concluindo o curso teve interesse em prestar o concurso, pois poderia unir o desejo de trabalhar no setor público a um ambiente plural e diversificado de uma universidade.

Antes de trabalhar na Udesc, foi estagiária na Secretaria de Fiscalização da Prefeitura de Florianópolis por dois anos e também estagiou na Justiça Federal de Santa Catarina por um ano e meio: "Foram experiências muito valorosas e ricas em aprendizados".

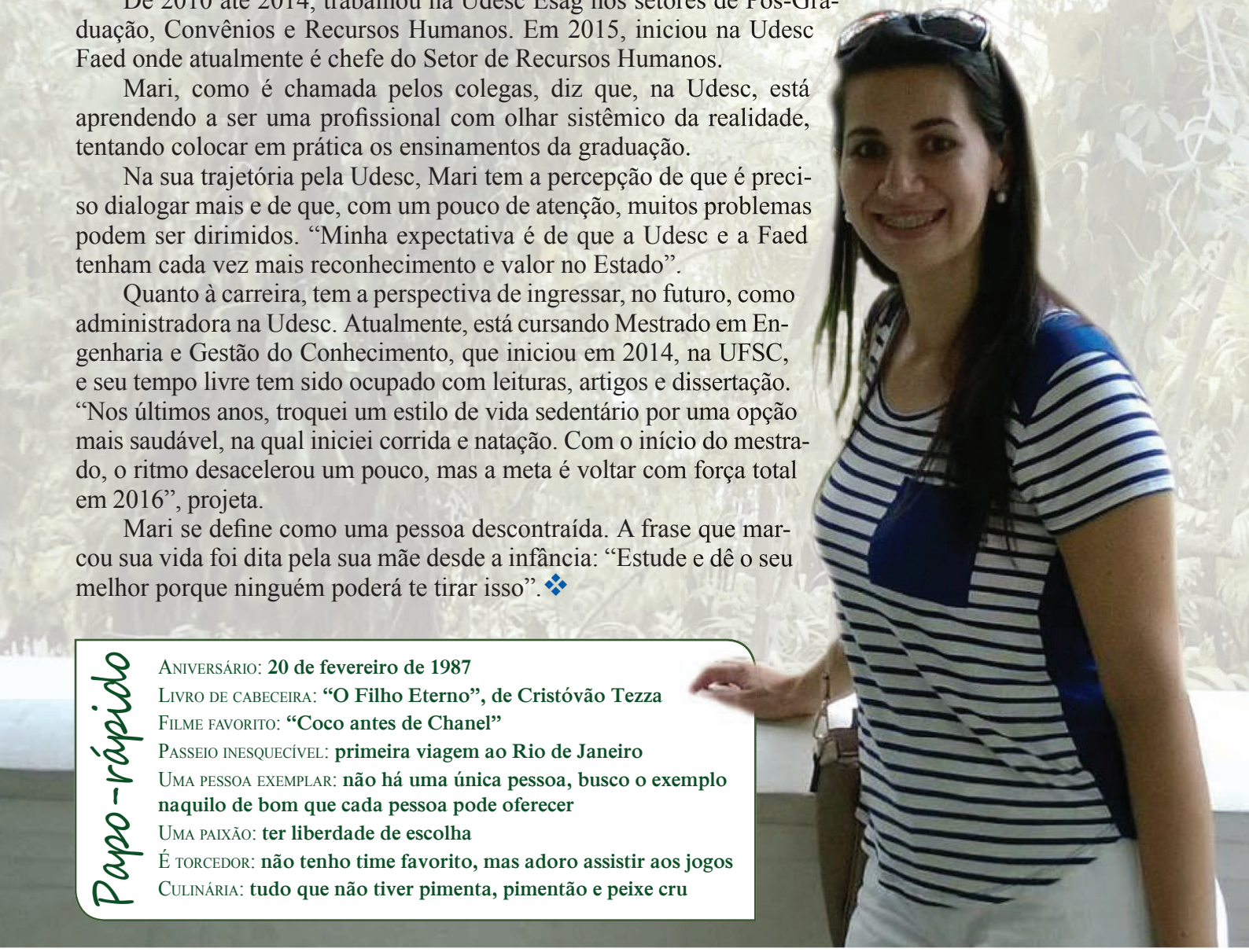
De 2010 até 2014, trabalhou na Udesc Esag nos setores de Pós-Graduação, Convênios e Recursos Humanos. Em 2015, iniciou na Udesc Faed onde atualmente é chefe do Setor de Recursos Humanos.

Mari, como é chamada pelos colegas, diz que, na Udesc, está aprendendo a ser uma profissional com olhar sistêmico da realidade, tentando colocar em prática os ensinamentos da graduação.

Na sua trajetória pela Udesc, Mari tem a percepção de que é preciso dialogar mais e de que, com um pouco de atenção, muitos problemas podem ser dirimidos. "Minha expectativa é de que a Udesc e a Faed tenham cada vez mais reconhecimento e valor no Estado".

Quanto à carreira, tem a perspectiva de ingressar, no futuro, como administradora na Udesc. Atualmente, está cursando Mestrado em Engenharia e Gestão do Conhecimento, que iniciou em 2014, na UFSC, e seu tempo livre tem sido ocupado com leituras, artigos e dissertação. "Nos últimos anos, troquei um estilo de vida sedentário por uma opção mais saudável, na qual iniciei corrida e natação. Com o início do mestrado, o ritmo desacelerou um pouco, mas a meta é voltar com força total em 2016", projeta.

Mari se define como uma pessoa descontraída. A frase que marcou sua vida foi dita pela sua mãe desde a infância: "Estude e dê o seu melhor porque ninguém poderá te tirar isso". ❖



Papo-rápido

- Aniversário: **20 de fevereiro de 1987**
- Livro de cabeceira: **"O Filho Eterno", de Cristóvão Tezza**
- Filme favorito: **"Coco antes de Chanel"**
- Passeio inesquecível: **primeira viagem ao Rio de Janeiro**
- Uma pessoa exemplar: **não há uma única pessoa, busco o exemplo naquilo de bom que cada pessoa pode oferecer**
- Uma paixão: **ter liberdade de escolha**
- É torcedor: **não tenho time favorito, mas adoro assistir aos jogos**
- Culinária: **tudo que não tiver pimenta, pimentão e peixe cru**



Aniversariantes do dia

Eduardo Pinheiro de Souza - Udesc Laguna
Ana Paula Fraga Lopes - Udesc Cefid
Ketrin Martins Ramos - Udesc Lages
Fernanda Aparecida João - Udesc Joinville

Você sabia?

Pesquisa

◆ Dezoito grupos mostrarão resultados de trabalhos no 4º Encontro dos Grupos de Pesquisa da Udesc, em 7 de dezembro, às 14h, na Reitoria. Participarão pesquisadores de Lages, Florianópolis, Joinville e Chapecó contemplados no projeto PAP Externo.

Bem no ranking

◆ A Udesc obteve uma marca histórica ao terminar, pela primeira vez, um ano entre as dez melhores instituições do ranking nacional do esporte universitário, exatamente na décima posição, entre 144 participantes.

Intercâmbio

◆ Até 14 de fevereiro, o programa de cooperação e mobilidade universitária Erasmus Mundus, da União Europeia, receberá inscrições de estudantes de graduação e de doutorado, professores e técnicos da Udesc. São nove universidade europeias conveniadas.



Para atrair e alimentar os passarinhos, a Biblioteca Central da Udesc mantém, na frente do prédio, a chamada "Praça dos Pássaros". Quem cuida do espaço é o técnico Maurício Müller. "A ideia é de que as pessoas parem por um instante e apreciem as rolinhas, canários, sabiás, entre outras aves", conta o servidor.

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

Natal solidário

◆Dois centros da Udesc realizam campanhas para arrecadação de brinquedos a serem entregues a crianças carentes no Natal. Na Udesc Joinville, há duas árvores de Natal com cartões com informações sobre crianças e seus pedidos de presente na recepção do Bloco A e no Restaurante Universitário. A sugestão é escolher um cartão, comprar o presente e entregar até 14 de dezembro no Serviço de Orientação ao Estudante (SOE) ou no Danma. Já na Udesc Lages, o programa de extensão Amigo do Carroceiro também está arrecadado brinquedos, doces, roupas e calçados, que serão doados às famílias participantes. As doações podem ser entregues em pontos de coleta espalhados pelo centro e nas secretarias dos cursos.

UDESC tem



Viver Bem

Ferro contra a anemia

Anemia é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como a condição na qual o conteúdo de hemoglobina no sangue está abaixo do normal, como resultado da carência de um ou mais nutrientes essenciais, principalmente o ferro. Crianças, gestantes, lactantes (mulheres que estão amamentando), meninas adolescentes e mulheres adultas em fase de reprodução são os grupos mais afetados pela doença.

Os principais sinais e sintomas são: fadiga generalizada, anorexia (falta de apetite), palidez de pele e mucosas (parte interna do olho, gengivas), menor disposição para o trabalho, dificuldade de aprendizagem nas crianças, apatia (crianças muito "paradas").

Quais são as fontes de ferro?

- O ferro pode ser fornecido ao organismo por alimentos de origem animal e vegetal. São melhores fontes de ferro as carnes vermelhas, principalmente fígado de qualquer animal e outras vísceras (miúdos), como rim e coração, carnes de aves e de peixes e mariscos crus. Ao contrário do que muitas pessoas pensam, o leite e o ovo não são fontes importantes de ferro;
- Entre os alimentos de origem vegetal, destacam-se, como fonte de ferro, os folhosos verde-escuros (exceto espinafre), como agrião, couve, cheiro-verde e taioba; as leguminosas (feijões, fava, grão-de-bico, ervilha e lentilha); grãos integrais e enriquecidos; nozes e castanhas, melado de cana, rapadura e açúcar mascavo.

Fonte: Biblioteca Virtual em Saúde (Ministério da Saúde)



Equilíbrio Udesc



Por Celia Penteado

Entenda o que é a insegurança

Uma pessoa insegura é uma pessoa vulnerável, que não conhece seu próprio valor. A insegurança tem origem em experiências passadas e o inseguro se sente como se não fosse "bom o bastante". Dessa forma, procura se proteger de quem acredita ter algum tipo de poder em relação a ele.

Alguns sinais de insegurança são:

- "Passar por cima dos outros" com suas preferências;
- Falar sem parar, especialmente sobre si mesmo e seus feitos;
- Fofocar sobre a vida de outras pessoas;
- Resistir às críticas;
- Competir ou ser muito autoritário (não deixar que outros ajam livremente é um sinal claro de insegurança).

Uma vez que você tenha identificado suas próprias inseguranças, lide com elas. Converse com quem não lhe julgará ou trabalhe-as sozinho. Você pode manter um diário dos seus pensamentos e verificar como os acontecimentos lhe afetam.

Mas, acima de tudo, lembre-se: as inseguranças não são indestrutíveis. São apenas indicadores de pensamentos que precisam ser melhorados.

Recesso dos servidores

O período de recesso de fim de ano das atividades acadêmicas e administrativas na Udesc foi alterado e será de 19 de dezembro de 2015 até 3 de janeiro de 2016. Com isso, os servidores da Reitoria e de todos os centros deverão trabalhar até 18 de dezembro (sexta-feira). Em 4 de janeiro (segunda-feira), os trabalhos voltarão ao normal para quem não entrar em férias.

Expediente
Produção: Secretaria de Comunicação da Udesc (Secom)
Secretário de Comunicação: Thiago Cesar Augusto
Contato: comunicacao@udesc.br | **Telefones:** (48) 3321-8142 / 3321-8143
Edição: Luiz Eduardo Schmitt | **Revisão:** Rodrigo Brüning Schmitt
Projeto Gráfico: Christiane Dalla Costa | **Editoração:** Gustavo Cabral Vaz e Fê Pimentel Teixeira
Leia mais em: www.udesc.br