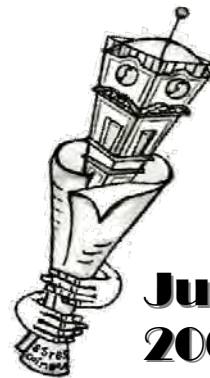




Associação de Estudantes da
Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra



**Jun.
2007**

(L)ESTES | JORNAL DE EDIÇÃO MENSAL | N.º26

Distribuição Gratuita

> Notícias da ESTeSC

pag. 2

> Publicação de Estatutos da ESTeSC in Diário da República

> Calendário eleitoral

> Novos Preços no Bar

> Dia Mundial do Ambiente...

pag. 3

Directora do Curso Superior de Saúde Ambiental

Comemoração do dia do Ambiente—5 de Junho

> ESTES dos pequenitos

pag. 11

Será que conheces esta cara?

> Ciência e Tecnologia

pag. 12

Aquecimento Global

O mediterrâneo será uma das zonas mais afectadas pelas ondas de calor...

> Em destaque ...

- > Propinas
- > Representatividade
- > A.G.A
- > Avaliação do Desempenho
Pedagógico dos
Docentes da ESTeSC

Baile de Finalistas 2007



pag. 10

O NID precisa de ti...

**Entrega-nos as tuas
propostas ... Colabora
neste projecto!**

**O (L)ESTES anseia pelo
teu talento!!!**

> Editorial

Pois é, apesar de continuar ameaçado o (L)Estes ainda não é trimestral, mesmo com uma semana de atraso continuamos aqui, por quanto tempo, é que já é outro assunto...

Mais um ano é chegado ao fim, frequências, exames, trabalhos, aquelas coisas que só parecem servir para apoquentar a mente dos estudantes. Contam-se, finalmente, os dias que faltam para começarem as tão ansiadas férias, mesmo que o boletim meteorológico não ajude nos sonhos de verão.

É também nesta altura que nos apercebemos do que está em risco. Não, não me refiro às disciplinas que deixámos para trás e que lá tiveram de ficar para exame, quiçá Setembro. Falo sim deste mesmo jornal, que está em vias de extinção. Desde já desafio qualquer um a colaborar.

Logística a parte, gostava de alertar as pessoas para algo que nos perturba muito: a baixa adesão das actividades, mesmo que do interesse dos alunos.

Para os que não participaram no calendário eleitoral e na AGA, por alegarem não saber, experimentem ler os avisos, em que quase tropeçam e que só faltam serem luminosos. O que acham de um pouco de interesse na Vida Estudantil para variar, não?!

OS VOTOS DE MAIORES FELICIDADES AOS MEMBROS QUE JÁ FIZERAM PARTE, QUE DERAM UMA PARTE DE SI AO NID, E QUE DE ALGUMA FORMA CONTINUAM LIGADOS A ELE!

O NOSSO MUITO OBRIGADO!

BOAS FÉRIAS...

> Notícias do NID

Na edição anterior fez-se um apelo a novos membros. Apesar de todos gostarem do (L)ESTES, visto que esgotam logo das bancas, até a data ninguém com a audácia, ousadia, garra, enfim, alguém com interesse para preservar o nosso jornal que todos lêem e apreciam. Este não se resume aos passatempos para as aulas mais estimulantes, ele é o meio de manifestação dos interesses e críticas dos alunos, o meio de dar a saber o que de relevante se faz de bem ou mal na nossa escola. Penso que já só mesmo isso nos dará o fulgor para o manter, nem que seja, trimestral como muitos criticam, mas não me lem-

bro de ninguém perguntar se era necessário ajudar! Todos nós temos aulas e estudo, pena tenho de só alguns mostrarem disponibilidade para prescindir de algum tempo em prol dos outros, que nunca foram capazes de duas palavras de apoio, mais que fosse. Sinceramente não sei qual o efeito deste novo pedido, se é que realmente alguém lerá algo para além do título deste artigo, no entanto, para aqueles que o fazem peço que não deixem o (L)estes terminar.

O Núcleo de Informação e Divulgação da nossa escola precisa de ti, tornem-se úteis!

Diana Mestre

> Notícias da ESTESC

PUBLICAÇÃO DOS ESTATUTOS IN DIÁRIO DA REPÚBLICA

Informamos os alunos da ESTeSC (as restantes 8 centenas de alunos da nossa escola que não foram a AGA,) que os Estatutos da Escola foram publicados em Diário da República e que desde o passado dia 2

CALENDÁRIO ELEITORAL

No passado dia 22 de Junho decorreram as eleições dos alunos para a Assembleia de Representantes. A lista A ganhou com 74% dos votos, colocando 10 alunos, enquanto que a lista B obteve 26% dos votos e colocou 6 alunos.

Também decorreram independentemente, as eleições, dentro de cada curso, dos 2 representantes de cada um para o Concelho Pedagógico.

Aos alunos que participaram e informaram os restantes dos eventos o nosso bem-haja.

NOVOS PREÇOS DO BAR

O nosso querido bar mudou de gerência, e com ele, a cor da indumentária dos funcionários passou a cor de vinho, desculpem lá a comparação. Com esta veio também um senhor funcionário, e a sopinha já nada tem a ver com aquela coisa que ainda não arrisquei provar, da nossa ainda mais querida cantina. Agora até temos amostras de sandes de pele de leitão picante e tudo, ou melhor o pão destas...

Como também já devem ter reparado a inflação chegou aos preços, ou melhor, chegaram 3 ou 4 de uma só vez...

Fora os capitalistas, penso que a satisfação não será muita, e cabe a nós mudá-lo! Sou compelido a pensar que, aquando da aprovação da nova tabela de preços alguém não deve ter prestado muita atenção. Ainda que o principal critério fosse a relação qualidade preço, alguém deve ter lido outro tipo de números, que não os preços.

Dadas as circunstâncias, ira decorrer um abaixo-assinado no início do próximo ano lectivo, para tentar sensibilizar a gerência. Se não conseguir teremos de começar a pensar em trazer o farnel, as sandes de torresmo, os coiratos e os tremoços para a bucha da tarde.

>Dia Mundial do Ambiente...

Comemoração do Dia Mundial do Ambiente – 5 de Junho

O 3º ano do Curso Superior de Saúde Ambiental, no âmbito da unidade curricular de Saúde Pública – Módulo de Educação para a Saúde, realizou um desfile de moda (Ecológico), destinado a toda a comunidade escolar, subordinado ao tema **“Aprender a Reciclar Hábitos e Atitudes”**, que se realizou no dia 5 de Junho de 2007 no seu Auditório pelas 15:00H. Assim, através da utilização de diversos materiais reciclados e da reutilização de outros, como sendo o papel, cartão, embalagens de plástico e de metal, entre outros, os alunos com muita criatividade e um pouco de técnica organizaram este desfile de moda, com o objectivo de despertar a consciência ambiental, ajudando a preservar o ambiente.

Os temas escolhidos para os cerca de 25 fatos foram: a água, a alimentação, os resíduos, as alterações climáticas, a desertificação e as energias renováveis.

No final do desfile, o júri, composto por 5 elementos, designadamente, a Directora, uma docente do Curso de Saúde Ambiental e os Presidentes do Conselho Científico, Conselho Pedagógico e da Associação de Estudantes da ESTeSC, atribuíram prémios (também eles feitos através da utilização de diversos materiais reciclados e da reutilização de outros), ao grupo de alunos que melhor apresentação fez (desfile, fatos, mensagem, tema...) – o da alimentação; ao grupo mais pedagógico/educativo (melhor transmissor da mensagem) – o de resíduos; ao aluno com o fato mais original/criativo – “a chaminé”; mais ecológico – “o diabo” e mais cómico – “a alimentação saudável”. O júri teve ainda direito a lembranças alusivas a este desfile, igualmente feitas pelos alunos.

O homem tornou-se o mais poderoso agente de transformação do planeta, comprometendo no presente o desenvolvimento das sociedades futuras. Impõe-se hoje pensar e agir considerando a existência de “limites”, obrigando a uma utilização/preservação rumo à sustentabilidade que interessa definir e aplicar no presente, até porque os problemas ambientais cada vez mais se assumem como globais.

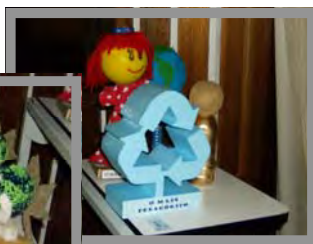
Uma das tarefas que parece mais motivante em matéria de Educação para a Saúde é a melhoria da própria escola em assuntos de Saúde Ambiental, na realidade, para a maior parte dos assuntos, a escola é considerada o espelho das sociedades, entende-se por isso difícil que se queiram construir sociedades ambientais sãs, sem intervir com eficácia nas escolas, construindo entidades exemplares relativamente ao exterior.

Em suma, uma tarde elucidativa para todos os presentes, havendo a consciencialização que para além das comemorações é fundamental **“Aprender a Reciclar Hábitos e Atitudes”**. É preciso agir para tornar o mundo num lugar melhor para se viver. E tal tarefa compete-nos a todos.

...Porque Terra, há só uma!!!

Ana Ferreira

Directora do Curso Superior de Saúde Ambiental



> Nós por cá

Tuna d'ESTES

E assim continuamos a crescer...

Desde 8 de Abril de 2002, data em que a Tu Na D'ESTES foi apresentada ao público, foram muitos aqueles que por cá passaram contribuindo para a sua evolução, sobretudo a nível qualitativo, através do aperfeiçoamento do Regulamento Interno da Tuna de forma a implementar melhorias aos mais variados níveis, em termos organizacionais e dinâmicos.

Os últimos três anos foram determinantes, tendo sofrido muitas alterações, que imprimiram à Tu Na D'ESTES um grau de qualidade cada vez mais elevado.

O interesse por esta tem vindo a crescer. Este ano a adesão excedeu as expectativas, atingindo um número de 68 elementos, 29 dos quais, novos. No entanto, e apesar de tudo, só 12 resistiram, pois só com muita força de vontade e dedicação se consegue atingir este objectivo. Actualmente a tuna é constituída por 47 elementos activos, estando alguns destes "hibernados".

O ano lectivo 2006/2007 foi mais um ano de grande produtividade, a Tu Na D'ESTES criou 2 originais ("A quem devemos" e "Lenda de um copo") e duas adaptações ("Secretamente" – Rita Guerra e "Canção de embalar" – José Afonso). Durante este ano lectivo a Tuna actuou por 28 vezes por vários pontos do país. Desde festas tradicionais/populares ao nosso IIº Fast' à Noite, passando por Janeiras, Jornadas, Inaugurações e de solidariedade. A última, até ao momento realizou-se em Vendas Novas onde participou num Festival de Tunas, arrecadando mais um prémio – 5ª melhor Tuna – entre as sete tunas a concurso (masculinas, femininas e mistas).

A Tu Na D'ESTES continuará na sua viagem em busca de mais e melhores momentos, bem como na aquisição de novos instrumentos e elementos.

Com os melhores cumprimentos, até à próxima actuação.

D'la Tu Na D'ESTES

**Carolina Matos/ Luís Domingos/
Nicole Albuquerque**

“NAQ report”

Já pensaste na sensação de uma Escola Sem Fumo???

A AE-ESTeSC e o Núcleo de Ambiente e Qualidade em, conjunto com a AE da ESenFC, pretende desenvolver um projecto "Escola Sem Fumo", tendo como base a Lei Anti-tabaco que irá sair no próximo ano.

Como é do conhecimento de todos, o tabaco traz muitos malefícios....mas nunca é demais relembrar!!!

O uso intenso e constante de cigarros aumenta a probabilidade da ocorrência de algumas doenças

como por exemplo a pneumonia, o cancro (pulmão, laringe, faringe, esófago, boca, estômago, entre outros), enfarte miocárdio, bronquite crónica, enfisema pulmonar, derrame cerebral, úlcera digestiva, entre outras.

Nos próximos dias, encontraras junto à entrada um mural onde poderás deixar a tua opinião!!! PARTICIPA!!!!

**A coordenadora do NAQ
Cátia Gonçalves**

Cursos AE-ESTeSC**Técnicas de Procura de Emprego**

Nos próximos dias 23 a 27 de Julho vai realizar-se na ESTESC o Curso Técnicas de Procura de Emprego em mais uma acção da Associação de Estudantes em conjunto com o Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP). Este curso foi pensado com vista a esclarecer as dúvidas e até mesmo algumas dificuldades apresentadas por parte dos recém licenciados/bacharéis. Os temas que serão abordados são: a entrevista, como estar perante o entrevistador; processo de recrutamento; como fazer o curriculum, que dados a colocar; criação do próprio emprego; mobilização no espaço europeu; fontes de informação, entre outros. O curso terá duração de 15 horas e os certificados serão do IEFP.

Ana Maria Pedrosa



> Gentes da minha terra

Viseu, a cidade de Viriato...



O distrito de Viseu pertence, na sua maior parte, à província tradicional da Beira Alta, mas incluindo também concelhos pertencentes ao Douro Litoral e a Trás-os-Montes e Alto Douro.

Viseu está associada à figura de Viriato, já que se pensa que este herói lusitano tenha talvez nascido nesta região. Depois da ocupação romana na península, seguiu-se a elevação da cidade a sede de diocese, já em domínio visigótico, no século VI. No século VIII, foi ocupada pelos muçulmanos, como a maioria das povoações ibéricas e, durante a reconquista da península, foi alvo de ataques e contra-ataques alternados entre cristãos e

muçulmanos.

A cidade tem vários museus que podem ser visitados: o Museu de Arte Sacra na Sé de Viseu, a Casa Museu Almeida Moreira (coleccionador), o Museu Grão Vasco (pintura), a Casa da Ribeira (artesanato), o Eco Museu Torredeita, o Museu Etnográfico de Silgueiroa e o Solar do Vinho do Dão/ Museu do Vinho, ou em alternativa o Fontelo ou o Teatro Viriato.

Viseu, cidade-alvo de bastante desenvolvimento nos últimos anos, foi recentemente considerada pela DECO a cidade com melhor qualidade de vida. Sem dúvida, uma cidade e visitar...

Susana Figueiredo

> O mundo lá fora

Referendo sobre tratado europeu divide políticos

O Presidente da Comissão Europeia, Durão Barroso, esteve dia 13 de Abril, na Assembleia da República para falar aos deputados portugueses, nomeadamente sobre o tratado europeu, um tema que provoca algumas divisões no panorama político português.

Em causa está um novo tratado europeu, em torno do qual a Chanceler alemã Angela Merkel tem tentado construir um consenso. Estaria em preparação uma versão mais simples e menos ambiciosa que possa ser aprovada sem necessariamente recorrer a consulta referendária, de forma a evitar a repetição do chumbo que afastou desde 2005 o tratado constitucional europeu da agenda comunitária.

Durão Barroso disse "Se não tivermos o tratado rapidamente não poderemos responder aos desafios da Europa do século XXI".

Reino Unido, Polónia, República Checa e Holanda são os países que continuam a colocar mais problemas ao novo texto, mas a presidência alemã da UE está a negociar uma saída para o problema criado por França e Holanda, que recusaram o tratado constitucional em referendo.

A Alemanha pretende que os 27 cheguem a acordo sobre algumas modificações sem alterar a substância do texto que já foi confirmado por 18 países.

A próxima presidência da UE, a assegurar por Portugal no segundo semestre do ano, deverá ficar responsável pela convocação de uma conferência intergovernamental que irá redigir o texto final do novo tratado.

Da resposta de Durão Barroso a um deputado na Assembleia ficou claro o seu desejo de reunir o máximo consenso europeu na aprovação do tratado. Afirmando que cada país deve decidir individualmente o modo como o tratado será



confirmado, ou seja, por referendo ou outra via, não deixou de assinalar que a Portugal «convirá também, por questão de boa cooperação europeia, ouvir o que os outros governos querem fazer».

No quadro da legislação portuguesa, cabe ao Presidente da República convocar um referendo e Cavaco Silva nunca escondeu a sua falta de entusiasmo relativamente ao assunto. Marques Mendes, o líder da força política a que pertence Cavaco Silva, defende, contudo, a validação do tratado por via referendária.

Licínia Dino

Representatividade... Mantém-te Informado!!

Assembleia Geral extraordinária da FNAEESP

No passado dia 9 de Junho decorreu em Felgueiras uma Assembleia Geral da FNAEESP, Federação Nacional das Associações de Estudantes do Ensino Superior Politécnico, em que estive representado por elementos da tua AE.

Nesta Assembleia Geral o principal assunto em discussão foi o novo regime jurídico das instituições do Ensino Superior. Esta lei irá reger o regime jurídico das instituições de ensino superior regulando designadamente a sua constituição, atribuições, organização, funcionamento e competência dos seus órgãos e, ainda, a tutela e fiscalização pública do Estado sobre as mesmas, no quadro da autonomia que constitucionalmente lhes é reconhecida.

Visto que este documento retira direitos aos estudantes, a direcção da FNAEESP realizou um documento com alguns contributos de modo a enriquecer esta proposta e a ser entregue ao Ministro da Ciência e Tecnologia do Ensino Superior.

"AE-ESTESC é a única, a nível nacional, que se encontra com a situação regularizada e que está a proceder à candidatura aos subsídios..."

O segundo ponto da ordem de trabalhos discutido nesta assembleia foi os subsídios do IPJ

(Instituto Português da Juventude) sendo sido feito o ponto de situação geral das candidaturas aos apoios pelas diferentes associações. Neste ponto é de destacar que a AE-ESTESC é a

única, a nível nacional, que se encontra com a situação regularizada e que está a proceder à candidatura aos subsídios.

A assembleia terminou com informações gerais sobre actividades futuras da FNAEESP. Fica atento às placares da tua AE onde serão colocadas informações sobre as diferentes actividades.

Ricardo Montelro

Conselho Geral do IPC Propinas

Segundo o Presidente do IPC, a existência da propina única nas escolas da sua instituição constitui um factor de excelência. Após reunião do Conselho de Gestão do IPC, onde foi aprovada esta proposta, foram realizadas sucessivas reuniões para tentar chegar a um consenso.

No passado dia 22 de Março, realizou-se na ESTeSCoimbra uma reunião onde o Presidente do IPC propôs incluir o ponto propinas na ordem de trabalho. Depois de alguma discussão onde os alunos presentes mostraram o seu desagrado devido à falta de preparação, esta proposta foi levada a votação não tendo sido aprovada. Face a este resultado os alunos pediram um adiamento do processo de forma a puderem preparar-se adequadamente para esta discussão, junto dos pares.

No dia 28 de Maio, os alunos preparados para um debate que se esperava ser aceso e demorado, viram as suas expectativas frustradas. Após uma breve introdução e algumas opiniões, onde foi frisado que todas as escolas excepto a ESTGOH dispõem de autonomia financeira, foi levada a votação a proposta vinda do Conselho de Gestão. A qual não foi aprovada tendo sido logo encerrado o ponto.

Assim, ganhámos uma batalha e não a guerra, pois o ponto propinas não está encerrado, este continuará sempre presente na nossa vida enquanto estudantes do ensino superior.

É necessária a nossa união para a defesa dos nossos interesses!!!

Representante dos alunos da ESTeSCoimbra em CG IPC
Luís Domingos

Avaliação do Desempenho Pedagógico dos Docentes da EST_ESC

A adesão das várias Instituições de Ensino Superior na avaliação do desempenho pedagógico dos seus docentes, tem vindo a aumentar progressivamente, sendo também um elemento essencial da cultura da qualidade do projecto educativo da EST_ESC.

Com base na própria política da qualidade da Escola, e assentando no princípio "proporcionar aos alunos uma formação que lhes permita aceder ao mercado de trabalho com qualidade reconhecida do ponto de vista humano, técnico e científico, bem como o desenvolvimento de capacidades para a procura do conhecimento e da aprendizagem ao longo da vida", o Conselho Pedagógico está a promover a avaliação do desempenho pedagógico dos docentes nos termos do disposto na alínea g) do artigo 37º do Decreto-Lei nº 54/90, de 5 de Setembro. A avaliação do desempenho dos docentes passa assim a ser encarada como estratégia integrada no modo como a EST_ESC, enquanto Instituição dinâmica, se encontra fortemente empenhada na valoriza-

ção dos seus docentes e dos seus estudantes!

Para tal houve necessidade de desenvolver um instrumento de avaliação (questionário), presentemente em aplicação por unidade curricular/docente, que permitisse contemplar as várias dimensões e

perspectivas que caracterizam a actividade do docente, aferindo a qualidade do trabalho docente, contribuindo assim para a melhoria da qualidade do ensino, através da compreensão e reflexão das suas práticas.

De entre os vários objectivos a que se propõe esta avaliação, deve-se destacar a valorização da função pedagógica de cada docente, a promoção de uma atitude mais participativa e responsabilizada por parte dos alunos, a promoção de uma atitude de permanente reflexão e auto-crítica por parte dos docentes e por fim uma maior motivação dos alunos e docentes para a importância da Qualidade.

Ana Daula Fonseca
Presidente do Conselho Pedagógico



Assembleia Geral de Alunos

Decorreu no passado dia 30 de Maio pelas 14 horas, mais uma Assembleia Geral de Alunos, no Auditório da ESTES Coimbra.

Após o tradicional adiar do início da ordem de trabalhos, por falta de quórum, esta foi retomada 30 minutos depois.

Dos vários pontos debatidos, os mais cruciais foram, sem dúvida nenhuma, as propinas e o regime de faltas às aulas, pontos esses que contaram com a intervenção da directora da EST_ESC, Dr.^a Lúcia Simões e do Presidente do Conselho Científico, Mestre Graciano Nobre Paulo. Foram prestadas os devidos esclarecimentos, relativamente a duas questões que tanto assombram os alunos desta escola: Propinas 2007/2008 e o regime de faltas às aulas que tanta polémica tem levantado.

No que às propinas diz respeito foi divulgada uma proposta para a adopção de uma propina única para o IPC, o que irá levar (in)directamente a um novo aumento das propinas, mas sem que nenhuma

decisão tenha sido tomada até à altura.

Relativamente ao ponto Regime de Faltas às aulas, foram prestados os devidos esclarecimentos pelo Presidente do Conselho Científico Mestre Graciano Nobre Paulo, acerca do processo pelo qual este regime funciona.

Tomaram ainda posse como novos elementos da Associação de Estudantes os alunos, Tiago Domingues (1º Fisioterapia), Filipa Dias (1º Audiologia) e Letícia Nunes (1º ACSP).

Como rescaldo, podemos considerar que esta foi uma AGA bastante proveitosa, não só pelos intervenientes que teve mas também pela participação interventiva e interessada por parte dos alunos que compareceram (perto de 80), mas como não há bela sem senão de registar a fraca adesão por parte dos alunos, que tem sido uma constante ao longo das ultimas AGAs.

Sérgio Calado

> Saúde in (forma)...

Beleza a quanto obrigas....Auto-bronzeadores vs Solários

Na altura pré-balnear, com a temperatura a subir, as desejadas férias estão perto! A corrida aos ginásios e dietas já começou mas...agora a preocupação começa a ser o bronze! Cada vez menos associado à praia, as técnicas actuais de bronzeamento artificial dão a garantia da "cor do verão", em qualquer época do ano...

Os métodos para se bronzear são basicamente três: bronzeamento artificial feito em câmaras, auto-bronzeamento e bronzeamento a jacto.

O primeiro tipo tornou-se popular há alguns anos e causou polémica entre dermatologistas. A tonalidade de morena é adquirida por meio de câmaras que emitem raios ultravioletas (componentes presentes no sol que causam o bronzeado).

Anos atrás, pesquisas apontavam que o responsável pelo cancro de pele era o UVB, justificando assim, poucos riscos envolvidos neste tipo de bronzeamento. No entanto, estudos actuais revelam que os raios UVA também podem levar ao cancro.

Além disso, os raios UVA têm a desvantagem de não causar a sensação de queimar na pele. A pessoa fica sem parâmetro para saber se está a queimar-se muito ou não, então a pele queima mais e o risco de cancro é maior, já que não existe a protecção adequada.

Sejamos, pois, claros: as pessoas que hoje procuram os solários por motivos estéticos, na verdade estão a provocar o envelhecimento precoce da pele e o preço do foto-envelhecimento é caro, com surgimento das lesões características da pele envelhecida, e predispondo-se ao surgimento de complicações mais sérias.

Já os auto-bronzeadores, são cremes ou loções que

contêm dihidroxiacetona (DHA). Esta substância causa uma reacção química na pele, deixando-a com o tom bronzeado. O método não causa tanta polémica quanto o bronzeamento feito em câmaras porque apenas "tinge" a camada externa da pele. A pigmentação sai aos poucos (dura cerca de 28 dias) com o processo de descamação e renovação natural da pele e não interfere em banhos de sol (recomenda-se sempre o uso de filtro solar).

Os auto-bronzeadores não causam danos à pele, pois eles só promovem a oxidação da camada superficial. "O processo pode ser repetido sempre que necessário, só é recomendado que a pessoa hidrate mais a pele".

No entanto, a desvantagem das loções auto-bronzeadoras é que algumas áreas do corpo são difíceis de serem aplicadas pela própria pessoa, podendo originar manchas ou tonalidades diferentes pelo corpo. O bronzeamento a jacto é feito em clínicas dermatológicas especializadas e nada mais é que um aperfeiçoamento do auto-bronzeador. Hoje em dia não há dúvidas quanto aos malefícios do sol, em situações de exagero, sem protecção solar e em horário de risco. Agora também não há dúvida que as alternativas para um bronzeado bonito podem não ser as melhores!! O solário é sem dúvida uma opção de risco. Quanto ao uso de auto-bronzeador, ainda que se acredite não ser prejudicial para a pele, convém não esquecer que o mesmo não é um filtro solar e que a pele, estando mais escura, não está propriamente mais "protegida" contra os raios solares!! O protector não pode deixar de ser usado.

Fica aqui o desejo de boas férias...com ou sem bronzeado, mas sem riscos para a saúde!

Teresa Dedro



Em destaque...



Estado de emergência na Palestina

O Presidente da Palestina dissolveu o Governo conjunto da Fatah e do Hamas. O estado de emergência foi declarado no território, depois do

Hamas ter conquistado em Gaza vários pontos estratégicos à Fatah. Oitenta por cento é a quantidade de território que o Hamas diz controlar na Faixa de Gaza assumindo o controlo de algumas posições de grande valor estratégico em Gaza como edifícios das forças de segurança e de comando político da Fatah.

No tabuleiro de guerra, há a registar ainda que a cidade de Rafah passa a partir de agora a estar controlada pelas Brigadas Ezzedine Al-Qassam, o braço armado do Hamas.

Os confrontos dos últimos dias entre os dois movimen-

tos palestinianos elevaram já o número de vítimas para perto da centena de mortos. Um balanço que, com tendência a aumentar. Isto, porque o Hamas fez um ultimato aos militantes da Fatah. Devem entregar as armas, caso contrário vão ter que combater.

A tensão entre os dois movimentos da Palestina levou já a Liga Árabe a apelar ao fim da violência, assim como a Casa Branca. Washington, no entanto, responsabiliza mais o Hamas do que a Fatah pela actual situação.

De acordo com alguns analistas, o actual conflito pode levar a que no futuro o Hamas, mais radical, passe a controlar a Faixa de Gaza e a Fatah, mais moderada, fique responsável pela Cisjordânia.

Lícinia Pino

>Repórter... Baile de Finalistas

O baile de finalistas organizado pela AE-ESTeSC decorreu no passado sábado dia 23 de Junho, no Restaurante/ Churrascaria “Fogo no Chão” e contou com a presença de 123 finalistas e respectivos acompanhantes. A AE-ESTeSC disponibilizou um autocarro para a ida e regresso dos finalistas do restaurante para São Martinho do Bispo. O jantar decorreu no jardim, recheado de boa disposição, muitas fotografias, muita caipirinha e boa comida claro... A ementa não desiluiu ninguém, pelo contrário, o rodízio foi sem duvida a melhor opção, no final do jantar houve espaço para as sobremesas e para entregar uma lembrança

aos finalistas da ESTeSC. Após o jantar, finalistas, acompanhantes e convidados deslocaram-se para um salão onde se seguiu o baile, com direito a valsa, música brasileira e (a pedido de muitas famílias) música comercial. O bolo e o champanhe não falharam, o pessoal divertiu-se à grande e respirava-se o espírito de alegria da ESTeSC com caipirinhas sempre a acompanhar (algumas dores nos pés também!). Em suma uma noite espectacular, memorável e única para os finalistas da ESTeSC, as fotos da noite estão em baixo para poderem confirmar a essência da festa.

Paula Russo



> **Personalidade do mês**

António Cavaco Silva

Presidente da República

Economista, político e professor universitário nascido a 15/7/1939, em Boliqueime, Loulé.

Formou-se em Lisboa, no Instituto de Ciências Económicas e Financeiras, em 1964, e ali passou a ensinar a partir de 1966. Na Universidade de York (Reino Unido) doutorou-se, em 1973, com a tese *Economic Effects of Public Debt*.

Professor catedrático da Universidade Nova de Lisboa (desde 1979), da Universidade Católica (1975) e director do Gabinete de Estudos do Banco de Portugal, assumiu em 1980 a pasta de Economia e Finanças no governo de Francisco Sá Carneiro, demitindo-se em 1981 e recusando-se depois a integrar o novo executivo liderado por Pinto Balsemão após a morte de Sá Carneiro. Tendo assumido, em Maio de 1985, a liderança do PSD, levou o partido a ganhar as eleições para a Assembleia da República realizadas em 6 de Outubro de 1985, tornando-se o primeiro-ministro do 10.º Governo Constitucional. Após as eleições legislativas de 1987 e 1991, em que seu partido obteve maiorias absolutas, constituiu, respectivamente, o 11.º e 12.º Governos Constitucionais. Depois de perder as eleições presidenciais em 1996, que deram a vitória a Jorge Sampaio, afastou-se da vida política e prosseguiu com a carreira docente.

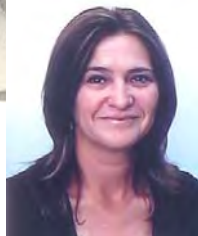
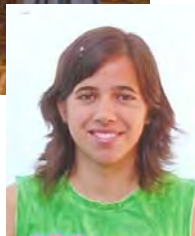
Recentemente, no ano de 2006, foi eleito como presidente da república.



Nicole Albuquerque

> **ESTES dos**... *pequenitos*

Na edição passada...



Desfeito o mistério...as fotografias correspondiam à nossa colega Mª João Dias, de Saúde Ambiental, e à professora Ana Paula Fonseca!!!

Descobre lá quem é...



Esta menina é hoje aluna da ESTeSC

Esta menina é hoje professora da ESTeSC

Na próxima edição as fotos actuais destes pequenitos para descobrires as diferenças!!

> Pensamentos e Reflexões

CRIANÇA!

Criança, tu és o conforto
 Criança, tu és o amor.
 Tu, que tens alegria nos teus olhos
 E que aos outros ofereces amizade;
 Tu, que caminhas
 Sem maus pensamentos
 E que amas
 Sem rodeios Vem ...!
 Vem comigo.
 Dá-me a tua mão.
 Criança,
 Tu és o símbolo
 Do amor
 Da paz
 E da liberdade.
 Tu és o fruto
 Da inocência
 E da pureza.
 Criança
 Ajuda-nos a construir
 Um mundo bom,
 Como tu
 Estrela brilhante!

Poema de Paula Perna



Dia Mundial da Criança

Em 1950, a Federação Democrática Internacional das Mulheres, propôs às Nações Unidas que se comemorasse um dia dedicado a todas as crianças do Mundo. Os Estados Membros das Nações Unidas, - ONU - reconhecendo que as crianças, independentemente da raça, cor, sexo, religião e origem nacional ou social, necessitam de cuidados e atenções especiais, precisam de ser compreendidas, preparadas e educadas de modo a terem possibilidades de usufruir de um futuro condigno e risonho, propuseram o Dia 1 de Junho, como Dia Mundial da Criança.

Os direitos da criança estão consagrados na Convenção sobre os Direitos da Criança, elaborada em 1989, pelas Nações Unidas. Nela tiveram em consideração, entre outras coisas, o indicado na Declaração dos Direitos da Criança, adoptada em 20 de Novembro de 1959 pela Assembleia Geral desta Organização, que dizia que "a criança, por motivo da sua falta de maturidade física e intelectual, tem necessidade de uma protecção e cuidados especiais..."

A ONU reconheceu também que "em todos os países do mundo há crianças que vivem em condições particularmente difíceis e a quem importa assegurar uma atenção especial, tendo devidamente em conta a importância das tradições e valores culturais de cada povo para a protecção e o desenvolvimento harmonioso da criança e a importância da cooperação internacional para a melhoria das condições de vida das crianças em todos os países, em particular nos países em desenvolvimento."

> ESTeSC Cup 2007

O torneio de futebol da nossa escola, que se iniciou em Março de 2007, terminou. Neste participaram 9 equipas masculinas e 4 femininas. A massa adepta, 5 a 6 pessoas por jogo, marcou praticamente todos os encontros apoiando incondicionalmente a equipa... de arbitragem.

O torneio feminino foi ganho pela equipa "DFC" que venceu a equipa "3 Ampolas". Os "Reis do Gado" venceram o torneio masculino, onde derrotaram na final a equipa "Pés Tortos" por 5-4, através da marcação de grandes penalidades, após prolongamento.



O torneio realizou-se sem casos de corrupção activa/passiva de maior pelo que a publicação de um livro a este respeito terá de ficar para o ano. Porque um jogo de futebol não é apenas marcar tentos e evitar tentos, é também convívio e divertimento, o Núcleo de Desporto espera que no próximo ano se inscrevam mais equipas e, muito importante, novos membros. Porque se és jovem ou não, se gostas de desporto e pretendes dinamizar a tua escola com outras actividades desportivas, as inscrições no Núcleo de Desporto estão abertas todo o ano, bastando para isso passar pela tua AE.

Núcleo de Desporto

> Diz lá ...

o que pensas sobre: Avaliação dos Docentes

"Dá um bocado de trabalho...(risos)... mas acho muito boa ideia! Há professores que conseguem despertar o nosso interesse nas aulas, procurando uma forma mais fácil e apelativa de explicar os vários conceitos das disciplinas que leccionam. Mas também existem professores que não se esforçam para tal! É por isso que existe desinteresse para certas cadeiras! No entanto, posso dizer que, na sua maioria, se esforçam para nos dar os suportes escritos das aulas. O que ajuda bastante no nosso estudo!"

Sofia (Radlo, 1ºAno)

"Só acho que é uma boa oportunidade para nós darmos a nossa opinião acerca dos professores."

Letícia Nunes (ACSP, 1ºAno)

"Depende...isso é como tudo...há os bons, os maus profissionais e os assim assim...Mas a este nível d ensino apenas deveriam existir os melhores. Já tive professores que lhes saia matéria pelos olhos, outros que se eu estudasse umas horas sabia mais que eles... há lá muita gente a receber ordenados muito elevados sem o merecer...mas isso toda a gente sabe. Não é ter um mestrado que se tem capacidade de leccionar..."

Pedro (ACSP, 3ºAno)

Não acredito muito nos resultados práticos dessa avaliação...Só vendo no futuro medidas tomadas com base nos resultados obtidos."

Tiago Carvalho (ACSP, 3ºAno)

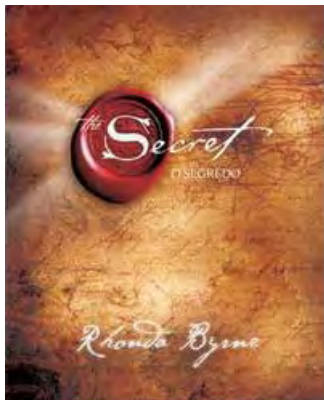
"Eu acho bem, porque existem muitos professores que merecem saber a opinião dos alunos...talvez, quando confrontados com hipótese de despedimento mudem de atitude nas aulas."

Carla Elói (Fármacia, 3ºAno)

"Se queremos implementar uma política de qualidade dentro da escola, não nos podemos esquecer que a avaliação, acima de tudo, deve ser justa por parte dos alunos tendo em conta o trabalho desenvolvido ao longo dos vários anos, nos vários aspectos curriculares e não apenas na relação base do "ir ou não ir" com a cara do professor. Pode constituir um elemento de avaliação rentável e preciso naquilo que é a implementação de uma melhoria das condições de avaliação e instrumentos de ensino apropriados, se todos os parâmetros forem correctamente avaliados e analisados. A relação professor-aluno e escola poderá ser adquirida. Este instrumento revela-se indispensável na procura de um equilíbrio saudável entre todos que a meu ver será a base de melhorias significativas tanto a nível de melhores métodos de ensino, como na própria motivação de professores e alunos."

Nicole Albuquerque (S.A., 2ºAno)

> Junho em destaque ...

Literatura**O Segredo**

O Segredo é neste momento livro de não ficção mais vendido em todo o mundo. Só nos Estados Unidos vendeu mais de 3,5 milhões de exemplares e ocupa o primeiro lugar dos principais tops de vendas. A autora, Rhonda Byrne, descobriu que a maioria das pessoas que têm ou tiveram sucesso conheciam um Grande Segredo, e dá exemplos que vão desde Einstein a Galileu Galilei. A partir dessa descoberta, ela foi procurar pessoas que actualmente conhecessem o Segredo e vivessem de acordo com ele (como, por exemplo, o autor de Conversas com Deus ou o autor de Os Homens São de Marte as Mulheres São de Vénus). Falou com elas, entrevistou-as, e através do testemunho delas vai explicando no livro a "lei da atracção": nós atraímos aquilo que queremos atrair e, se queremos atrair o sucesso, conseguimos atrair o sucesso.

Na origem do livro está um documentário feito para a televisão australiana que se tornou num sucesso global – é, presentemente, o DVD mais vendido em todo mundo, e mesmo em Portugal há sessões regulares de exibição e documentário. Ou seja, um fenómeno de culto.

Nicole Albuquerque

Cinema**É preciso Rir para relaxar...**

Quando Shrek se casou com Fiona a última coisa que estava nos seus planos era tornar-se Rei.

Mas quando o seu sogro começa subitamente a coaxar, é exactamente com este destino que este se depara.

A menos que Shrek (com a ajuda dos seu leais amigos Burro e Gato das Botas) consiga descortinar um Rei adequado para o Reino de Bué-Bué Longe, este Ogre pode muito bem ficar pendurado com o cargo...

O candidato mais promissor, Artie, primo de Fiona, um estudante muito baladas da época Medieval, revela-se porém um desafio bem maior do que esperavam...

Este filme estreia a 21 de Junho, uma boa maneira de relaxar após a batalha das frequências...

Nuno Fontes

Música**WRAYGUNN**

Ao terceiro disco, os conimbricenses, liderados por Paulo Furtado (Legendary Tiger Man), conseguem pôr em disco a energia que lhes é característica em palco. Em Shangri-La o gospel (mais presente no seu antecessor, Eclesiastes 1:11) deu lugar à soul e ao funk, mas nunca fugindo às sonoridades blues-rock típicas da banda, sendo mostra disso as músicas "Ain't It Nice?", "Love Is My New Drug" e "Love Letters From A Muthafucka". Lançado no início de Junho, uma das grandes novidades foi a maior participação vocal de Raquel Ralha e Selma Uamusse, uma vez que dão voz a algumas das músicas ("Hoola Hoop Woman", "Work Me Out"), em vez de fazerem apenas a parte dos coros. "Go Go Dancer" foi o single de avanço, sendo "Love Letters From A Muthafucka" o segundo a ser extraído deste registo.

A banda está em digressão nacional para promoção do álbum, sendo que já estão datas confirmadas para concertos em Espanha, França e Reino Unido, locais onde Shangri-La também será editado em disco no final do Verão/princípio de Outono.

Miguel Derelra

> Comentário corrosivo...



Não se deixem enganar com a amostra de sandes de pele de leitão picante, tudo não passa de pão, e mesmo assim pouco...

Além disso o pãozito é carote!!!



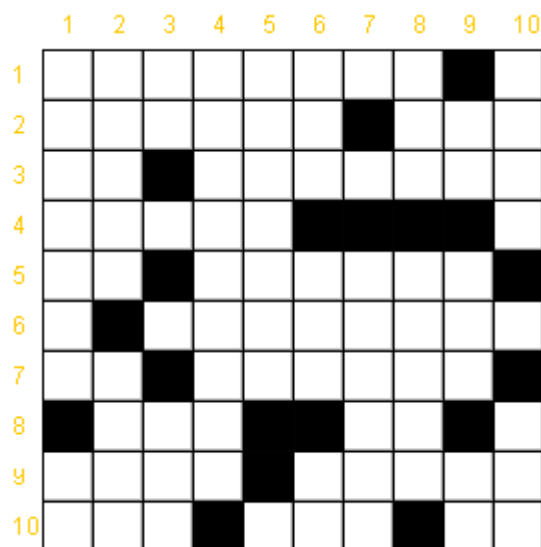
> Comentário construtivo...



Uma ideia original para sensibilizar quem passava no hall de entrada acerca do aquecimento global! Parabéns Saúde Ambiental!!!



> Passatempos...

**Palavras cruzadas:****Horizontais:**

1. suposição;
2. tesouro público, maior (inv.);
3. batráquio, conflitos;
4. agrado;
5. laço apertado, burro selvagem;
6. relativo ao crime;
7. brisa, imagens da Igreja Russa;
8. patrão, agora;
9. bacias, cartas geográficas;
10. colocar, música (inv.), letra grega.

Verticais:

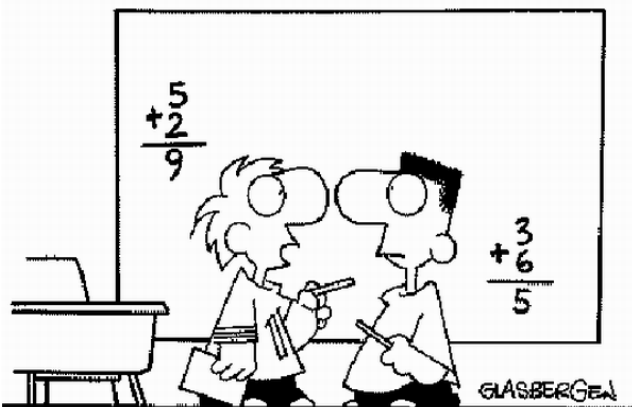
1. jogo na televisão, o partido de Portas;
2. zangado, faísca;
3. apanhadeira, oceano;
4. altares;
5. foi um filme de sucesso;
6. triture (inv.), patrão, pedra de moinho;
7. são cerejas;
8. quase três (inv.), perna confusa;
9. o sono do bebé, bom (inv.), brisa;
10. sumo (anagr.), tradição.

Catarina Cravo

... do mês

SUDOKU

9	4		1		2		5	8
6				5				4
		2	4		3	1		
	2						6	
5		8		2		4		1
	6						8	
		1	6		8	7		
7				4				3
4	3		5		9		1	2

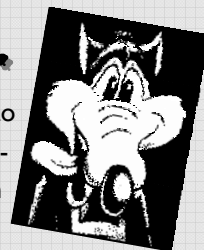
> **Cartoon**

O meu advogado vai processar a escola por violação do meu direito de ser estúpido.

> **Fotografia do mês**> **Frase do mês**

*"Some men see things as they are and say 'Why?',
I dream things that never were and say 'Why not?'"*

John F. Kennedy

Provocações....

Sabem qual é o máximo deste mês? Não, não são os exames, nem as férias que se aproximam, nem o fabuloso baile de finalistas com estilo brasileiro! Máximo mesmo máximo só mesmo as propinas! É o que pode acontecer já para o ano com a fixação da propina em 900 euros. Compreendo que os cursos técnicos impliquem um maior investimento, só não compreendo que haja um aumento de quase 300 euros de um ano para o outro. Garantam-me que aumenta também a qualidade de ensino, garantam-me que aumentam a bolsa, garantam-me que nenhum aluno desiste do curso por não ter dinheiro. Garantam isso que de certeza não vão ver nenhum aluno da ESTeSC a manifestar-se nas ruas. Na última AGA foram dadas duas garantias por parte da direcção da ESTeSC: aumentar a propina para um valor ainda não acordado e arranjar, caso seja necessário, uma solução para alunos que não consigam prosseguir os estudos devido ao valor da propina.

Também este mês está a ser realizado um questionário que irá avaliar o comportamento e as características didácticas dos professores. A ideia parece boa, mas tenho a impressão que este inquérito é como as estatísticas, vale o que vale! Pelo menos vai ser possível no fim do estudo, saber se o professor quando hesita faz "mmm" ou "hamm"! Alguns professores irão ser avaliados pelos mesmos alunos mas em disciplinas diferentes. Ou seja, o professor pode baralhar o aluno e fazer "mmm" numa disciplina e depois "hamm", na outra. Refira-se também que não são consideradas hesitações expressões do tipo "aaa", "hummm", "eeee" ou mesmo "tttt"!

Sejam sinceros e cuidadosos e não hesitem em... em... hamm... mmm... em responder a todas as perguntas.

Robo Man

FICHA TÉCNICA

Coordenadora: Diana Covas **Responsável financeiro:** Patrícia Baptista; **Secretária:** Licínia Pino; **Redacção:** Catarina Cravo, Diana Mestre, Joana Rita, Hugo Pereira, Licínia Pino, Marlene Lirio, Nicole Albuquerque, Nuno Fontes, Patrícia Baptista, Patrícia Gonçalves, Paula Oliveira, Susana Figueiredo, Teresa Pedro, Tiago Domingues, Vasco Vicente, Vera Godinho; **Logótipo:** Ana Carvalho Fonseca; **Fotografia:** Vera Godinho; **Colaboradores permanentes:** Sérgio Calado; **Publicidade:** Diana Covas, Licínia Pino; **Impressão:** Centro de Cópias; **Tiragem:** 300 exemplares; **Supervisão:** Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTESC; **Propriedade:** Associação de Estudantes da ESTeS Coimbra; **Agradecimentos:** Associação de Estudantes da ESTeSC.

Edição:

Núcleo de
Informação e
Divulgação
AE-ESTESC
✓