



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

**Abr.  
2008**

**Apoio**



# ESTES

(L)ESTES | JORNAL DE EDIÇÃO MENSAL | N.º 36

Distribuição Gratuita

## AE-ESTeSC

### > Notícias

### > SCAS 2008

pág. 3

### > A.G.A.

### A reportagem

pág. 9

### > Diz lá...o que pensas sobre

### > O regresso da Draxe à ESTeSC

pág. 9

### > Mitos Urbanos do dito à verdade

### > Barriga de Cerveja

pág. 5

### > Saúde in(forma)...

### > Dietas Depuralina

pág. 12

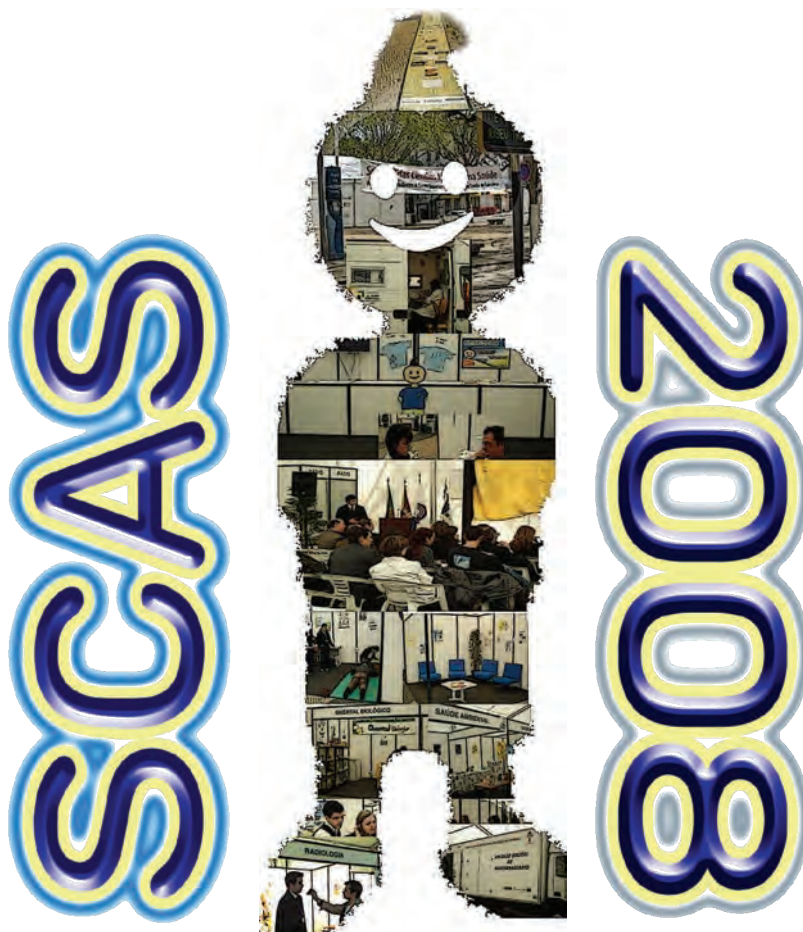
### > O Processo de Bolonha

### Entrevista ao Prof. Graciano Paulo

pág. 8

### > Em destaque ...

- > Notícias do NID
- > Núcleos AE-ESTeSC
- > Tu Na D'ESTeS
- > Personalidade do mês
- > Ciência e Tecnologia
- > Solidariedade
- > Cultura - Abril em Destaque
- > Passatempos



**O NID precisa de ti...  
Entrega-nos as tuas  
propostas ... Colabora  
neste projecto!  
O (L)ESTES anseia pelo  
teu talento!!!**

## > Editorial

Ela está quase a chegar... a Queima está quase aí! Para muitos a primeira, para muitos a última... esta tradição que, em Coimbra, remonta ao ano de 1899 marcou e continua a marcar gerações que muitas recordações levam da sua vivência coimbrã, da sua jornada académica. Este ano todos os cursos da ESTeSC estarão representados nos carros alegóricos do cortejo.

Aproveito para divulgar (caso não se efectuem trocas de última hora):

Carro A.C.S.P. - n.º 79;

Carro Audiologia - n.º 66;

Carro Cardiopneumol. - IPC;

Carro Farmácia - n.º 68;

Carro Fisioterapia - n.º 78;

Carro Radiologia - n.º 77;

Carro S. Ambiental - n.º 67.

Portanto a todos desejo os melhores "últimos dias de praxe" (mais vale tarde que nunca!) e, apesar de se dizer que a queima já não é o que era, seja ela a primeira ou a última, que esta seja repleta de espírito académico e nostalgia!

Porque eu acredito, uma pessoa que é uma vez estudante, para sempre será estudante...

Até breve!

P.S. : Aproveito também para referir que o seminário do Conselho Pedagógico tem inscrições abertas até quarta-feira, toca a participar!

## Edições anteriores... Abril

2005



2006



2007



## > Notícias do NID

No passado dia 9 de Abril, pelas 20H, reuniram-se no auditório da ESTeSC as 6 equipas candidatas a "Mentes Brilhantes" da ESTeSC.

Composta por 3 partes, a iniciativa foi marcada pela boa disposição. Algumas perguntas no início ao qual as equipas acertavam ou não, muitas gargalhadas pelo meio na parte da mimica e desenho, e muito suspense no final, com as fotografias distorcidas. O saldo foi sem dúvida positivo, tendo a organização primado nas novas tecnologias e diversidade e interesse das eliminatórias! No final, os vencedores foram os "P'la AE", ficando em segundo lugar os "ESTES' Ligentes", e em terceiro os "Kranius". Parabéns a todos, para o ano há mais!



Como não poderia deixar de ser, até dia 16 de Maio decorre a entrega de fotografias dos participantes ao Concurso de Fotografia, este ano com o tema "Meio Urbano"! Revira os teus álbuns, arranja um conjunto de fotografias até um

máximo de 5! Depois basta imprimi-las no tamanho 15x20 e entregá-las na AE com um título e os teus dados! Esperamos pelas fotos, mostra o fotógrafo que há em ti! Os primeiros lugares terão surpresas... Até Breve!



## Notícias da AE-ESTeSC

### A Tua AE não pára...

Após uma longa, dura e árdua organização da Semana das Ciências Aplicadas na Saúde a tua AE continua a marcar posição.

Nos passados dias 11, 12 e 13 de Abril estivemos em tua representação naquilo a que posso chamar um "mega encontro de dirigentes associativos".

Neste fim-de-semana estiveram presentes três elementos da AE com participação activa na reunião da FNAEESP (Federação Nacional das Associações de Estudantes do Ensino Superior Politécnico), na Reunião das Tecnologias da Saúde, tendo sido estas integradas no ENDAFLUP (Encontro Nacional de Direcções Associativas na Faculdade de Letras da Universidade do Porto).

Por considerar que deves estar informado, e que não te deve passar ao lado aquilo que te diz respeito passo a citar os principais assuntos deste encontro.

Na reunião da FNAEESP foi apresentado o plano de actividades constituído por um cartão jovem politécnico, por actividades de formação, pelo FNEIP - Festival Nacional dos Estudantes dos Institutos e Politécnicos, por um PoliRoteiro e por um compendio Jurídico; bem como o orçamento para o ano de 2008.

Ao mesmo tempo decorreu uma reunião com as AE's das Tecnologias da Saúde para abordar o assunto da empregabilidade nesta área, resultando desta uma moção dirigida ao Exmo. Sr. Primeiro

Ministro e ao Ministro da Ciência e Tecnologia do Ensino Superior, Exmo. Sr. Mariano Gago. Desta resultou também uma moção com o intuito de uma próxima reunião com ambos os ministros tendo como tema "O Processo de Bolonha para as Tecnologias da Saúde" pois já se encontra em discussão há demasiado tempo sem ter sido emitido ainda algum parecer.

No decorrer deste ENDA foram debatidos, em grupos de trabalho, temas como: o Estatuto de Estudante Atleta, de Dirigente Associativo, de Estudante a Tempo Parcial, de Trabalhador Estudante e de Estudante Trabalhador; como a Agência de Acreditação e Avaliação GOES; como o acompanhamento de processos estatutários e como a Acção Social Escolar. No último dia deste encontro foram também debatidos o financiamento por parte do IPJ bem como o Processo de Bolonha.

Depois destes debates foram levados a plenário os resultados obtidos em cada grupo de trabalho, do qual resultou uma moção que apresenta algumas propostas de possíveis alterações ao processo e aplicação de atribuição de apoios ao Associativismo Jovem por parte do IPJ que será entregue a quem de direito.

Caso estejas interessado em saber pormenores acerca dos temas supracitados dirige-te à tua AE onde poderás consultar toda a informação disponível.

É um prazer para a tua AE poder representar-te e estar presente neste tipo de encontros.

**Raquel Leitão**



### Missão Cumprida

Após um ano de interrupção é um orgulho para nós poder ressuscitar um projecto tão importante para todos.

Além do que já se tinha feito em anos anteriores, este ano, a TUA AE conseguiu proporcionar visitas organizadas ao recinto por parte de escolas, na medida em que consideramos a Promoção da Saúde um dos objectivos primordiais deste evento, tendo deste modo conseguido que o auditório estivesse cheio pelo menos uma vez por dia.

Assim conseguimos atingir alguns dos nossos objectivos, nomeadamente com a realização de 19 a 20 mil exames de rastreio nos vários expositores, com a presença de cerca de 8 mil pessoas a realizar rastreios e cerca de 2 mil pessoas apenas a visitar.

Na organização desta SCAS, a AE deparou-se com

a fraca adesão por parte de alunos e professores, com a nula adesão aos debates e a acções de sensibilização realizadas, o que nos deixa um pouco entristecidos, pois defendemos, em público, o nome de todos.

Um dos aspectos que se evidenciou durante os 7 dias foi, sem dúvida, o incumprimento de horários o que, quer se queira quer não, dificultou o bom funcionamento dos stands. Deste modo espero que em futuros eventos possamos contar com a vossa compreensão para que este aspecto seja melhorado.

O grande entrave deste evento foi sem dúvida o financiamento, o que poderá colocar em causa a realização de futuras iniciativas. Contudo estamos orgulhosos do resultado final, o que nos dá força para continuar.

Deste modo agradecemos a todos quanto participaram nesta actividade e que de forma directa ou indirecta contribuíram para a sua realização e para o seu sucesso.

A TODOS

Muito Obrigada

P'la Associação de Estudantes  
**Raquel Leitão**

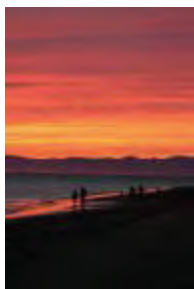
## > Look around ... ... the world

### Islândia



Sendo uma das maiores ilhas do Atlântico Norte, a Islândia situa-se a sul do Círculo Polar Ártico, entre a Noruega e a Gronelândia, apresentando uma área de 102.905 quilómetros quadrados de extensão e, aproximadamente, 300 mil habitantes, dos quais 140 mil vivem na capital, Reiquiavique.

Portadora de uma das paisagens mais raras e belas do mundo, a quase intacta natureza presente na Islândia permite mesmo classificá-la como "O Paraíso na Terra". Enormes colónias de papagaios-domar, gansos selvagens, mergulhões e dezenas de outras espécies migratórias transportam para esta, nos primeiros calores de Maio, uma inigualável diversidade. Os mares, onde se encontra uma abundância de peixes de águas frias, nomeadamente o bacalhau, principal recurso económico do país, são cruzados por baleias e os rochedos preenchidos por focas. A constante modelação geológica desta ilha, consequência dos mais de cem vulcões (dos quais continuam activos o Hekla e o Katla), da sua localização (sobre a falha que separa as placas continentais americana e europeia), proporcionou



lhes vastos campos de lava, fiordes intermináveis, planaltos desérticos, montanhas de cores inimagináveis, largos areais negros e dourados, canyons e quedas de água, uma junção de todos os fenómenos da natureza num só lugar. É de realçar que ao estar entre dois continentes, é condicionado, além da geologia, o carácter dos seus habitantes, que partilham com os norte-americanos o espírito empreendedor e individualista e com os europeus a mentalidade laica e o modelo de assistência social. No que respeita à flora, pouco consegue crescer sobre o chão de lava escura para além de líquenes e algumas plantas rasteiras, sendo a zona mais rica e diversificada a área do Parque Nacional de Skaftafell, no sul da ilha, onde abundam bétulas, sorveiras, saxifragas e se começam a fixar salgueiros. Em consequência da rara presença de flora com o porte e dimensão a que estamos habituados, uma piada local é "Se estiver perdido numa floresta islandesa, levante-se". Glaciares de um azul arrepiante, fumarolas sibilantes, lagoas de lama pálida e cones escuros de vulcões, na sua maioria, silenciosos, são algumas das memórias que ficam desta ilha feita de fogo.



Liliana Ribeiro

## > Gentes da minha terra ...



Viana do Castelo é uma das cidades mais conhecidas do norte do País. Rasgada pelo rio Lima e o Oceano Atlântico, o seu casco histórico guarda excelentes mostras arquitectónicas, como a Igreja Matriz. No

litoral encontramos excelentes praias que convidam ao descanso, como as de Afife, Carreço, Cabedelo e Amorosa

Esta é capital do Distrito de Viana do Castelo, na [região Norte](#) e sub-região do Minho-Lima. É também sede de um município com 314,36 km² de área, e cerca de 36.750 habitantes no seu núcleo urbano e quarenta freguesias no concelho.

As origens do povoamento remontam a antes da era cristã, como o comprovam as ruínas de um castro ou citânia no alto da colina de Santa Luzia. Recebeu o seu primeiro foral do rei Afonso III de Portugal em 1258, e o nome de Viana da Foz do Lima em razão

da sua localização geográfica. Em 1848 foi elevada a cidade por decreto de Dona Maria II, tendo visto então a sua designação alterada para Viana do Castelo.

O património cultural popular vianense é o que mais diferencia Viana do Castelo de outros municípios. A

variedade etno-folclórica, que se exprime na opulência e diversidade dos trajes, na riqueza dos ouros, na vivacidade do folclore, na originalidade do artesanato, bem como na variedade da gastronomia e na alegria das suas vibrantes romarias, fazem de Viana do Castelo uma terra fiel às tradições e entronizam-na como capital do folclore português.

**A visitar:** Chafariz da Praça da Rainha; Igreja de Santa Luzia; Forte de Santiago da Barra; Castelo de Portuzelo; Convento de São Francisco do

Monte; Elevador de Santa Luzia; Ponte Eiffel.

Teresa Pedro



## > O mundo lá fora

### Conflito China-Tibete

que volta a ser palco de uma revolta contra o governo de Pequim, é um dos principais conflitos políticos e territoriais que a China enfrenta há 50 anos.

A China reivindica o Tibete como seu desde o século XIII. O país ocupou militarmente este reino do Himalaia em 1950, um ano depois da instauração da República Popular por Mao Tse-tung. A região é uma teocracia budista de 1,2 milhões de km² e cerca de 2,7 milhões de habitantes.

Em Maio de 1951, os governos de Lhasa (capital do Tibete) e Pequim chegaram a um acordo que selou a "volta à pátria" do Tibete com a assinatura do 14º Dalai-Lama, o líder espiritual dos tibetanos.

Após alguns anos de frágil convivência e incidentes esporádicos, em Março de 1959 aconteceu uma revolta contra "a ocupação" e a "socialização forçada", que foi reprimida com um saldo de milhares de mortos. Na ocasião, o Dalai-Lama, que disse ter assinado o acordo de 1951 sob pressão, abandonou o país e fundou um governo no exílio no norte da Índia, que defende a não violência, sem renunciar à recuperação dos direitos políticos e culturais dos seus compatriotas.

Entre 1979 e 1987, houve tentativas de diálogos. Pequim mostrou-se disposta a perdoar "a traição" de Dalai-Lama e aceitar o seu retorno, desde que este

A questão do Tibete,

renunciasse a suas funções e que residisse na capital chinesa, e não em Lhasa. O dignatário tibetano recusou a oferta.

Em Junho de 1988, no acto que é considerado a grande concessão, Dalai-Lama renuncia à independência do Tibete e pede um poder realmente autónomo.

A atribuição do prémio Nobel da Paz a Dalai-Lama em 1989, seis meses após uma revolta fortemente reprimida no Tibete, foi recebido por Pequim como falta de consideração ao posicionamento do governo chinês.

O presidente chinês Jiang Zemin, em 1997, propôs instaurar um diálogo com o Dalai-Lama se este admitisse oficialmente que o Tibete é "uma parte inseparável da China". O líder tibetano negou a fazê-lo e acusou o governo chinês de "genocídio cultural".

Cortejado em todo o mundo, particularmente nos países ocidentais, o Dalai-Lama opõe-se ao crescente domínio e ocupação das autoridades chinesas sobre seu país.

Segundo Pequim, o conflito já deixou muitos mortos e, entretanto, o Dalai Lama (que se encontra no exílio) lançou um novo apelo para renovar o diálogo com a China, a fim de resolver a crise no Tibete.

**Sílvia Vaz**



## > Mitos Urbanos do dito à verdade



### A cerveja faz crescer

"Xii que barriga de cerveja!!" quem nunca disse ou ouviu dizer tal coisa?

Vamos então dissimular esse assunto e perceber se afinal é a cerveja a responsável por aquelas barrigas que de sexy's nada têm.

Quem se deleita com umas boas e frescas cervejas naquelas quentes tardes de Verão ou nas longas noites da "cidade dos estudantes" pode ficar, à partida, descansado pois a cerveja não tem nada de especial que crie barriga no entanto, também não contribui para uma silhueta longuínea.

Aquela indesejável protuberância aparece quando se consomem mais calorias do que se

gastam. Cada copo de cerveja contém cerca de 70 calorias (o equivalente a um bife) e como quem gosta não se fica só por um, não atribuamos as culpas ao famoso "sumo de cevada". A culpa é do consumidor que gasta tudo menos calorias enquanto está confortavelmente sentado na esplanada a meio de uma agradável conversa e umas boas gargalhadas.

Portanto, e estando a aproximar-se a *tan aguardada* Queima das Fitas, tenham cuidado pois o Verão também se aproxima a passos

largos e ela anda por aí ...

**Kátia Almeida**



## Núcleos da AE-ESTESC

### > Núcleo de Desporto



### ESTESC CUP 08

A bola continua a rolar na edição de 2008 do ESTeSC Cup. O calendário de jogos, com as respectivas equipas encontra-se afixado, por isso mantém-te atento para saberes quando jogas!!!

Qualquer dúvida deve ser tratada com os membros do núcleo ou através do email: [ndesporto@aeestesc.net](mailto:ndesporto@aeestesc.net)

**Paulo Cortesão**

### > Tu Na D'ESTeS



#### Abril é a TRIPLICAR

Antigamente o povo dizia "Abril águas mil" o que não deixa de ser verdade pelo que se tem vindo a verificar. Contudo, no caso da tuna é a triplicar... ah pois é!! E porquê? Na primeira semana de Abril a tuna esteve á prova por duas vezes. A primeira foi no passado dia 1 no 1º Festival de Tunas Mistas de Coimbra inserido na SCAS onde a tuna arrecadou dois prémios: melhor solo na voz de Sílvia Leontina "Leoa" com o "Fado Português" e o prémio de melhor standarte com a maravilhosa exibição de Nuno Fontes "Fontenário". Passado três dias a tuna pisava pela primeira vez o palco do TAGV no "8 Badaladas" organizado pela Quantunna - Tuna da Faculdade de Ciências e Tecnologias da Universidade de Coimbra, onde o prémio de melhor original foi para...para...Tu Na D'ESTES.

A tuna esteve também presente nas jornadas de Fisioterapia. As próximas actividades da tuna serão o grandioso jantar de celebração do 6º aniversário da tuna e ainda, e pela terceira vez consecutiva a participação no "Festival de Sopas" da Laburgeira.

Dia após dia aproxima-se o grande dia, o grande evento organizado pela Tu Na D'ESTES...sim...é isso...o III FAST' À NOITE que se irá realizar nos próximos dias 24 e 25 deste mês. O festival propriamente dito será no dia 24 pelas 21h no auditório da nossa escola.

Por estas e por muitas outras razões **Não Percas A Próxima Actuação Porque Nós Também Não.**

#### FAST' À NOITE

Assim se chama o Festival de Tunas Mistas da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra. A sua primeira edição foi a 23 de Março de 2006 a

cargo do Núcleo de Música da AE-ESTESC. Este evento surgiu com o objectivo de comemorar o aniversário da Tu Na D'ESTES não só com tunas dos vários pontos do país assim como para festejar junto do crescente número de público que nos tem vindo a acompanhar.

Este ano já vamos na terceira edição do festival e pela primeira vez a organização está à responsabilidade da Tu Na D'ESTES. O evento continua dentro dos mesmos parâmetros. A concurso estarão 5 tunas na disputa por 8 prémios, este ano introduzimos mais um prémio, de modo que o público tenha uma participação mais activa neste espectáculo. Posso desde já confirmar a presença de uma tuna de um dos arquipélagos de Portugal.

A grande alteração será o festival passar a ser em dois dias. Isto é, no dia 24 pelas 15h30 as tunas começam a chegar a ESTeS Coimbra depois irão para o convívio da tarde seguido de jantar e pelas 21h terá início no palco do auditório da mesma escola o festival propriamente dito que, após a actuação da tuna anfitriã, terminará com a entrega dos prémios. A festa irá prosseguir com convívio da noite onde o transporte para este será garantido para todos os presentes no festival pela organização. No dia seguinte as tunas terão direito ao almoço de despedida designado por Tu Na BRASA. Após estômago confortado as tunas estarão livres para regressarem a casa.

Para assistires a este espectáculo só há um pequeno pormenor...tens de "possuir" o bilhete que te dá acesso ao auditório da ESTeS Coimbra e não só. Dentro de dias poderás comprar o teu bilhete num local perto de ti!

Este é um grande evento que está a ser organizado pela Tu Na D'ESTES e gostaríamos de contar com a tua presença...por isso é só adquirires o bilhete e vires assistir no próximo dia 24 de Abril.

A Magister

**Carolina Matos "Açores"**

## Diário de um ERASMUS

**CZEŚĆ** caro amigo(a)! Escrevo-te a mais de 3000 km de distância e peço-te desde já perdão se a letra estiver tremida, pois estou a deslocar-me de "tram" (eléctrico), um meio de transporte ainda muito popular, aqui na Polónia.

Já lá vão quase três meses desde que eu e mais 7 amigos embarcámos nesta aventura. Ao descolar do Aeroporto de Lisboa poucas eram as certezas que levava e muitas eram as expectativas.

O ponto de partida foi *Berlim*, onde descobrimos uma cidade que é muito mais do que cerveja e salsichas. Ali se desenrolou uma boa parte da história do séc. XX e, ainda hoje é possível ver as diferenças entre o que existe a Este e a Oeste do, agora virtual, Muro de Berlim.

O grupo separa-se em dois e o nosso comboio leva-nos para o nosso destino, Poznan - Polónia, cidade que se pode comparar ao Porto em tamanho, mas é apenas a quinta maior da Polónia. Nesta cidade encontramos o nosso poiso, ou Alcatraz como "carinhosamente" chamamos à nossa residência. Cá encontramos umas quantas nacionalidades mas, como em qualquer parte do mundo, os "tugas" estavam representados em força.

Mas este país tem vários atractivos, desde os monumentos, uns estáticos e outros "ambulantes", à diversão nocturna, à produção/consumo nacional de vodka, e tudo a preços mais baixos.

Logo, estando estas condições reunidas decidimos aplicar-nos aos estudos: longos foram os dias de estudo nocturno, com horas de reflexão diurna introspectiva na cama, e por vezes uma má disposição ou outra.

Mas como Erasmus não é só estudo, decidimos partir à descoberta. Trouxa às costas, hotel reservado, três palavrinhas de polaco, comboio mais barato possível, e aí vamos nós.

*Poznan*...2:30 horas: *Wroclaw*, cidade das nossas colegas, onde o rio forma tal rede de canais, que lembra ao visitante, Veneza, e onde a praça central apenas convida às esplanadas e ao Verão ainda ausente... 3:30 horas: *Warszawa*, capital cosmopolita, preenchida de arranha-céus, mas onde também se encontra uma bela zona antiga guardada pelo



"Barbacan" (muralha), assim como os aposentos reais... 12 horas:

*Praha*, (República Checa), a bela e indescritível, a cidade das 100 torres, a Paris de Leste, aquela cidade onde, não importa para onde se olhe ou vá, que é constante a sensação de se estar dentro de um postal... 7 horas: *Kraków*, a mais bela cidade polaca, com os seus edifícios coloridos por toda a parte, a sua praça central do tamanho de um campo de futebol, com as suas minas de sal de *Wieliczka* com 320 metros de profundidade e, finalmente, bem perto de *Auschwitz*, um dos únicos lugares no mundo em que é impossível definir a sensação de lá estar...

O facto de conhecer tantos e tão belos locais não faz, por si só, de Erasmus uma experiência única. O espírito de entreajuda entre pessoas de diferentes culturas, as amizades que para sempre ficarão, os momentos cómicos na residência e nas viagens que não sairão da nossa memória, o espírito de "desenrascanço" num país onde apenas os mais jovens falam inglês, e mesmo os stresses que se geram devido a tão longa convivência, são tudo coisas que fazem de nós outras pessoas que não éramos antes, e que justificam a existência de Erasmus como um programa de aprendizagem de vida.

Poucos são os momentos que me restam ainda nesta terra tão diferente da nossa, onde aprendi a viver e a desenrascar-me como pude. Mas agora que estou prestes a voltar, e mesmo tendo saudades da pátria, começo a sentir-me quase como um "polaco" que vai abandonar o seu lar e os seus novos amigos. Digo, sem dúvida alguma, que será para sempre como uma segunda pátria.

Porém a vida continua e Erasmus não é eterno. Coimbra já começa a ferver... e clama a nossa presença... Estou, claramente, a falar da Queima, que só tem significado com aqueles que deixámos para trás e nunca esquecemos neste três meses. E esse momento de reencontro consegue esfriar a nostalgia que se vai sentindo...

Por isso, e como os nossos amigos "tugas" dizem: "Ouve o que te digo, Amigo...Este Erasmus..." é uma coisa de valor e, se pudes, não percas esta oportunidade...

Ainda falta mais uma paragem antes de voltar, Londres, mas todos os pensamentos estão já em Portugal...

*Vemo-nos no recinto, Amigo...*

*Dziękuję y Do widzenia*

*Um Erasmus na Polónia*



## &gt; Em destaque...

**Processo de Bolonha**

De algum tempo para cá os alunos têm-se perguntado...o que é feito de Bolonha? De facto, os únicos cursos em Portugal que não se encontram adaptados a Bolonha são os das Tecnologias da Saúde... tudo isto porque o Sr. Ministro

insiste em não dar resposta nem decisão relativamente aos planos apresentados...

Numa perspectiva histórica, o processo inicia-se em 1998, com a assinatura, em Paris da Declaração de Sorbonne, e mais tarde efectivado em 1999, com a Declaração de Bolonha.

Apesar de tudo, já em 2005 as escolas públicas das tecnologias da Saúde recusaram-se a adaptar um plano de estudos de 4 anos, enquanto que algumas privadas, à cobardia e à ganância, apresentaram um plano de 3 anos tendo este sido prontamente aprovado.

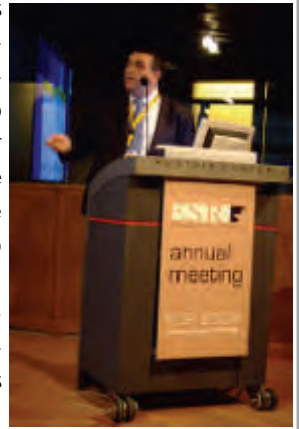
O ministro que na altura tutelava o ensino superior, Ministro da Saúde Correia Campos, encomendou então um estudo independente a Pedro Lourtie, de modo a fazer um relatório dando parecer sobre o número de anos de formação adequados. A convocatória para a decisão deste relatório era prevista para Abril de 2007 e, enquanto esta não foi comunicada, tudo se encontrou parado. Finalmente, a decisão expressa neste relatório foi de que os cursos das tecnologias da saúde deveriam, efectivamente, durar 4 anos. Posto isto, as escolas apresentaram novos planos de estudos (até Novembro de 2007), dos quais o Sr. Ministro Mariano Gago nunca se pronunciou...tendo em conta que, segundo a lei portuguesa, já passaram os 41 dias úteis para a resposta do Sr. Ministro, todas as escolas se juntaram nas últimas semanas para subscrever uma carta dirigida ao Ministério. Contudo, tememos que só isso não seja suficiente... Há quem garanta que só uma manifestação nacional poderá ajudar a salvar a implementação de Bolonha nas Tecnologias da Saúde...

**(L)ESTES: Prof. Graciano, qual será a origem da demora do Sr. Ministro em resposta à proposta das escolas?**

**R:** A resposta a essa pergunta deverá ser pedida ao próprio Ministro. Lamentavelmente estamos num país onde os eleitos apenas são simpáticos e receptivos antes das eleições. É uma falta de respeito para com 22 instituições de ensino superior, que de forma responsável e transparente, trabalharam no sentido de perceber qual o melhor modelo para a formação das nossas profissões. Claro que quem está atento a estas questões percebe que o Sr. Ministro está preocupado com tudo menos com



a qualidade do ensino, mas sim com implementar medidas que levem à diminuição da despesa. Enquanto cidadão consigo suportar tudo de um governo, desde que me seja devidamente explicado. O que não suporto é que um Ministro, a quem nós pagamos o ordenado e que não escolhemos para o cargo, ignore as Escolas. Tenho a certeza



que não foram esses os valores que a Escola que o Sr. Ministro frequentou lhe incutiu. As Escolas não querem muito, apenas que o Sr. Ministro responda e que o faça de forma fundamentada.

**(L)ESTES: Penso que já todos conhecem o risco para as Tecnologias da Saúde com 3 anos de formação. Mesmo com o 2 relatórios a aconselhar os 4 anos, pensa que ainda pode estar em risco a correcta implementação de Bolonha?**

**R:** Estamos em Portugal. Qualquer decisão é por si só um risco, uma vez que não há o cuidado e planejar, prever e organizar. A implementação de Bolonha no nosso país foi muito mal feita, política e cientificamente. Espero no entanto que as recentes posições do CCISP (que passado 4 anos nos vieram dar razão quanto à duração) e as fundamentações apresentadas pelas Escolas sirvam para o Sr. Ministro perceber de uma vez por todas que deve deixar decidir quem sabe.

**(L)ESTES: Uma solução que propõe é uma manifestação dos alunos. Quer deixar alguma palavra de conselho ou incentivo?**

**R:** Os alunos das tecnologias da saúde não precisam de conselhos nem de incentivos. A história já provou que têm criatividade suficiente para fazer vincar as suas posições, face às suas preocupações. A única mensagem que deixo é que Portugal é referência na Europa em termos de formação nestas áreas e que compete aos professores, alunos e pessoal não docente garantir, por todo e qualquer meio ao dispor de uma sociedade livre e democrática, a defesa intransigente da formação de qualidade nas tecnologias da saúde.

**Teresa Pedro**

## > Assembleia Geral de Alunos A Reportagem

No passado dia 15 de Março de 2008, por volta das 15h30m, realizou-se, no auditório da ESTeSC, a segunda AGA desse mesmo ano.

Na ordem de trabalhos constavam: informações gerais; RR; Núcleos; SCAS2008; Praxe e Outros.

No que respeita ao primeiro ponto, referiu-se a demissão do aluno Tiago Gonçalves, relator do conselho fiscal; a apresentação da demissão da coordenadora do NAQ, a aluna Cátia Gonçalves, assumindo a coordenação a aluna Daniela Lourenço; representatividade da AE; ENDA; reunião de Associações de Estudantes.

Para falar do ponto seguinte, chamou-se o Presidente da AE-ESTeSC, o qual apresentou o contrato estabelecido pela AE com o RR e, comunicou a extensão do contrato até Junho de 2009. Também foram apresentados os resultados do questionário realizado em Dezembro 2007, sendo realçada a incongruência entre o número de pessoas que efectivamente recorre ao RR e o número de pessoas que afirmaram usufruir deste.

De seguida, o Presidente da AE-ESTeSC falou, em particular, da situação dos Núcleos da AE-ESTeSC, tendo alertado para a necessidade de os alunos se envolverem e integrarem estes mesmos núcleos, uma vez que só assim estes poderão desenvolver actividades e trabalhar em prol da comunidade escolar.

A SCAS2008 foi o assunto seguinte, o qual também foi apresentado pelo Presidente da AE-ESTeSC. Antes de qualquer comentário seu acerca desta, o presidente passou a palavra aos alunos presentes na Assembleia, esperando ouvir a impressão que esta lhes deixou. Foi levantada alguma polémica relativamente ao interesse e empenho, nomeadamente dos alunos do primeiro e segundo ano dos cursos leccionados na escola. Também se apontou alguns aspectos negativos acerca do funcionamento dos stands, nomeadamente o cumprimento do horário de encerramento.

Após este, deu-se início ao assunto Praxe, tendo sido chamado o Director da ESTeSC, Prof. Jorge Conde para dar início à discussão. Este apresentou a situação em que a praxe se encontrava, nomeadamente a existência de dois grupos de alunos que afirmavam ser o órgão

coordenador desta. Posto isto, o Director deixou o pedido de que se formasse somente um órgão, deixando duas possíveis hipóteses em discussão: ou se constituía um conselho enquanto instituição para a orientação da praxe ou a AE criava um núcleo encarregue de gerir esta, tendo cada um de apresentar estatutos e um regulamento interno para que tudo funcione correctamente. O seguimento da discussão teve o intuito de contextualizar todos os alunos presentes na Assembleia no problema em questão e, após o anúncio de uma possível proposta da AE, foi posta aos alunos presentes a seguinte questão, "Querem a praxe de volta ou não?" Uma vez que a maioria dos alunos votou a favor do regresso da praxe, foi apresentada a proposta da AE. Esta baseava-se numa comissão provisória que geriria a praxe formada por 9 elementos, sendo que destes 5 pertenceriam a AE e 4 seriam eleitos nesta mesma AGA, tendo estes 4 que possuir mais de 3 matrículas. Na proposta também constava a realização do tribunal de praxe em AGA, estabelecendo também algumas alterações no presente código de praxe. Esta proposta foi aprovada e, assim, procedeu-se à eleição dos 4 elementos que constituiriam esta comissão. Assim, pela AE, integra esta comissão Sara Brito, 4º ano de Radiologia; Kátia Almeida, 3º ano de Fisioterapia; Sofia Pereira, 2º ano de Análises Clínicas e Saúde Pública; Francisco Silva, 2º ano de Cardiopneumologia e Cristiano Cunha, 1º ano de Radiologia; pela eleição em AGA ficou Nuno Fontes, 4º ano de Audiologia; Hugo Câmara, 3º ano de Farmácia; Igor Simões, 4º ano Cardiopneumologia e Marta Amaro, 2º ano de Fisioterapia.

Em tom de conclusão desta AGA, tratou-se do último ponto, Outros, no qual foi referido pelo Presidente da AE-ESTeSC o novo projecto desta, a reestruturação dos seus estatutos. Esta foi uma das AGA's com maior número de alunos, cerca de 400, tendo o Presidente da AE-ESTeSC alertado para a necessidade de que as futuras AGA's tenham a mesma afluência de alunos, visto que todos os assuntos tratados nesta são de interesse e irão afectar o desenvolvimento da vida escolar de cada um.

**Liliana Ribeiro**

### > Diz lá ... o que pensas sobre:

### O regresso da Praxe à ESTeSC

#### Dirigido ao Pessoal não Docente da ESTeSC

Concordo com o regresso da Praxe, desde que haja o factor de sã convivência entre os alunos, vista como projecto de Escola e da vivência académica e não apenas realizada por motivos de vingança pessoal e de humilhação do ser humano.

**Dona Margarida**

Concordo mas não como costuma ser. Concordo com Praxes simples sem os pôr a andar de joelhos e isso... brincar sim mas saber brincar.

**Dona Adosinda**

Dentro dos moldes anteriores não concordo. Se for só lá fora concordo mas com menos brutalidade. Acho graça às brincadeiras mas também há cantigas, as que acabam em "alho" e falam em "pimba" que não interessam a ninguém... são coisas para se fazer e não dizer.

**Dona Alice**

## &gt; Queima 2008

A Queima das Fitas de Coimbra vai ter este ano um novo formato, aprovado pelo *Magnum Consilium Veteranorum*.

Como exemplo, a semana terá nove concertos nas "Noites do Parque", a Serenata passa de quinta-feira, para sexta, e o cortejo alegórico ao domingo à tarde, em vez da terça-feira.

A Queima, começa este ano às 00:00 de 03 de Maio, com a serenata monumental, seguindo-se na Praça da Canção a primeira Noite do Parque, dedicada ao antigo estudante, no que constitui a maior novidade nas noites do parque.

Esta alteração ao modelo tradicional da «Queima», cujo programa total se prolonga entre Março e Junho, foi justificada com a introdução do modelo de Bolonha no Ensino Superior e após uma reflexão no órgão que tutela

a praxe académica, o Conselho de Veteranos.

Em cada uma das "Noites do Parque", actuarão

no palco principal da Praça da Canção artistas e/ou bandas conceituadas quer nacional quer internacionalmente, no período de tempo compreendido entre as 23h e as 3h, hora a partir do qual actuarão as tunas e secções da Associação Académica de Coimbra.

Como já foi noticiado, são algumas das bandas que sobem ao palco da Queima das Fitas 2008 David Fonseca (3 de Maio), os Clã (6 de Maio), Yves Larock feat Jaba (7 de Maio) e James (10 de Maio). As bandas que muitos referem, mas sem certeza da comissão organizadora, passam pelos Mesa, Quinta do Bill,

Hi-Fi Energy Music, Hands on Approach, Fingertips e Mind da Gap.

**Teresa Dedro**



## &gt; Musicalidades

## Let the jam roll

Os "Let the Jam Roll" são uma banda, de Guimarães, formada em finais de 2005. A banda consolidou-se após uma "Jam Session", dado que a maioria dos músicos se conheciam, e já há muito que o desejo de constituir a banda os "perseguiu". Formaram-se, assim, os LJR com uma filosofia de criação sem barreiras, sustentada por uma grande componente de improvisação e, através da intuição e sentimento, aliar o tema à mensagem. Mensagem essa, que, sempre irreverente, luta por uma liberdade na criação e na expressão, de modo, a que a obra se mantenha genuína e fiel aos princípios essenciais da música, permitindo, assim, uma maior evolução tanto artística como humana. Barreiras como o limite de tempo, estrutura musical pré-formulada ou composição direccionada, não fazem parte da filosofia

nicabilidade com o público. "Let the Jam roll" é o álbum homónimo da banda, único até agora, lançado em Dezembro de 2006. Estiveram um mês em terceiro lugar das bandas mais ouvidas a



Tiago Simaens, Pianista; David Santos, (vocalista); Mário Gonçalves, (baterista / percussionista); Merinho Fontes, (Baixista); Marco Ferreira, (Guitarrista);

seguir a *Dream Theatre* e *Muse* num blog cultural inglês.

Os LJR estiveram recentemente incluídos no Festival "Musicalidades" promovido pela Associação Académica de Coimbra. Estiveram na Final da "Arena Best Rock" (fim de semana 19-20 de Abril), um festival internacional, e na final do "UMplugged" (Festival de

Bandas de Garagem promovido pela Associação Académica da Universidade do Minho). Futuramente estarão presentes na Queima das Fitas da Póvoa de Lanhoso (ISAVE) e na Festa da Alegria em Braga no dia 19 de Maio, no palco principal, onde farão a primeira parte dos Blasted Mechanism.

Fica a Sugestão!

**Cristiano Cunha**



LJR. Adeptos de uma sonoridade declaradamente orientada para espectáculos ao vivo, primando pela animação e versatilidade dos temas aliados a uma mensagem moderna e de forte componente social, permitindo, assim, uma maior comu-

## > Ciência e Tecnologia



### Descoberta nova proteína com influência na obesidade



Uma equipa de investigadores do Instituto Karolinska (Suécia) descobriu uma nova proteína que tem um papel primordial na formação de novas células gordas.

De acordo com o Instituto Karolinska, esta nova proteína, a TRAP (tartrate-resistant

acid phosphatase), é segregada por células imunes no tecido gordo e dá uma nova percepção da inflamação crónica dos tecidos gordos que caracteriza a obesidade.

Esta descoberta resultou do acompanhamento de catorze mulheres obesas, onde se constatou que a TRAP se encontrava em níveis excessivos. De acordo com o professor Goeran Andersson, pessoa que dirigiu este estudo, esta proteína estimula a formação de novas células gordas e pode desencadear o desenvolvimento da obesidade. Neste sentido, uma possível forma de tratar a obesidade consiste na inibição da produção desta proteína.

Para além desta descoberta, a equipa sueca de cientistas também decifrou o tratamento de alguns casos de caquexia mórbida, ou seja, o estado de magreza extrema e de atrofia muscular, verificada em doentes com determinados tipos de cancro, uma vez que esta proteína também estimula o metabolismo de células gordas benignas.

**Patrícia Oliveira**

### Células induzidas curam lesões cardíacas em animais

**Jay Shneider**



Investigadores norte-americanos utilizaram pela primeira vez células embrionárias induzidas para reparar lesões cardíacas em ratos, revelou um estudo divulgado pela revista científica *Proceedings of the National Academy of Sciences*. Os cientistas do Centro Médico Southwestern da Universidade do Texas, nos Estados Unidos de América (EUA), destacam no relatório que os resultados obtidos podem levar à criação de sistemas para curar lesões provocadas por um ataque cardíaco ou alguma outra doença.

**"O potencial clínico é enorme"**, afirmou Jay Shneider, professor auxiliar de Medicina Interna e autor do estudo. O investigador lembrou que, apesar dos progressos no tratamento e prevenção dos ataques cardíacos, o coração não pode reparar-se por si próprio depois de sofrer danos. **"O enfarte é um problema criado pelo Homem. É o resultado de uma maior longevidade e da arteriosclerose** [termo genérico para o espessamento e endurecimento da parede arterial]", indicou Jay Shneider. Os ensaios demonstraram, segundo os autores, que as células tratadas eram capazes de criar moléculas e proteínas que apenas podem ser encontradas em células do coração. Uma semana após estas terem sido implementadas nos animais o funcionamento do seu coração "melhorou notavelmente". Após três semanas os cientistas constataram que o órgão danificado era tão forte como antes das lesões.

**Cristiano Cunha**

## Ensino Superior: Estudantes passam a poder inscrever-se, em simultâneo, em dois ciclos de estudos superiores

O Conselho de Ministros (CM) aprovou uma alteração ao regime de acesso e ingresso no ensino superior que permitirá a um estudante inscrever-se em simultâneo em dois ciclos de estudos superiores.

Além de suprimir a restrição à inscrição simultânea em dois ciclos de estudos superiores, as novas alterações ao diploma estabelecem ainda um aumento do prazo de validade dos exames feitos no estrangeiro - equivalentes ao ensino secundário português - para ingresso no ensino superior em Portugal.

Segundo fonte do Ministério da Ciência e Tecnologia e Ensino Superior, estes exames, que tinham um prazo de validade de um ano, passam agora a ser válidos por um período de três anos, semelhante ao fixado pela

Comissão Nacional de Acesso ao Ensino Superior (CNAES) para a utilização dos exames nacionais do ensino secundário.

Esta alteração, segundo o comunicado do Conselho de Ministros, visa assegurar a igualdade de tratamento entre todos os candidatos, qualquer que seja a sua origem académica.

O comunicado refere ainda que é cometido à CNAES a aprovação dos regulamentos de realização dos pré-requisitos para entrada nos cursos, sob proposta das instituições de ensino superior que os solicitam, e não apenas a sua homologação, de forma a assegurar uma mais adequada coordenação. *Fonte: Lusa/fm*

**Teresa Pedro**

## Solidariedade

### Associação dos Cegos e Amblíopes de Portugal



A ACAPO, Associação dos Cegos e Amblíopes de Portugal, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que procura

a defesa dos direitos e a promoção da integração socioprofissional dos deficientes visuais.

Esta Associação teve origem na junção das três principais e mais antigas Instituições portuguesas de deficientes visuais (Associação de Cegos Luis Braille, Liga de Cegos João de Deus e Associação dos Cegos do Norte de Portugal) em 1989.

Assim, desta união surgiu uma instituição com características únicas no movimento associativo de deficientes em Portugal, tanto ao nível da

sua estrutura organizacional, como nos fins e actividades desenvolvidas. É de referir que todos os seus corpos sociais são constituídos integralmente por pessoas deficientes visuais, promovendo a plena participação e resolução das questões que lhes dizem respeito.

Com delegações por todo o país, a ACAPO procura desenvolver de uma forma coerente e integrada, todo um conjunto de equipamentos e serviços sociais que se traduzam na melhoria efectiva da qualidade de vida e participação das pessoas cegas e amblíopes e contribuam para uma maior igualdade de oportunidades e inclusão social.

**Teresa Pedro**

## > Saúde in (forma)...

### Dietas Depuralina







Com o aproximar do Verão as pessoas tem tendência a recorrer a dietas rápidas e "milagrosas".

Recentemente surgiu no mercado um novo composto, a Depuralina, sem contra indicações, apenas com uma advertência especial para os alérgicos ao glúten. Rapidamente passou a ser utilizado por muitas pessoas, surtindo os efeitos desejados, emagrecimento rápido e perda de gorduras acumuladas.

Há poucas semanas houve três casos oficiais de intoxicação por este medicamento, as pessoas foram hospitalizadas com reacções alérgicas graves e toxicidade no fígado. Num comunicado conjunto, a Direcção-Geral da Saúde, Gabinete de Planeamento e Políticas do Ministério da Agricultura e Infarmed anunciaram a suspensão imediata da venda do suplemento alimentar devido a «fortes suspeitas de associação causal entre a utilização» do produto e o aparecimento de episódios tóxicos graves.

**Helóisa Maia**

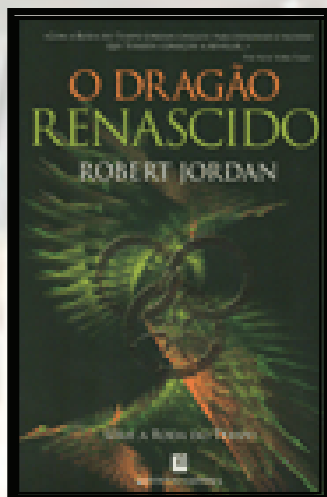
## > Sabias que...

-  O Capitólio dos Estados Unidos, projectado em 1792 pelo Dr. William Thornton, dispõe de mecanismos de escuta não electrónicos.
-  Uma descarga de autoclismo num país ocidental utiliza o mesmo volume de água que um habitante do mundo em desenvolvimento consome, em média, num dia inteiro.
-  O mel é dos alimentos que dura mais tempo sem se estragar. Nas câmaras subterrâneas do Egipto antigo, onde se deixavam alimentos em homenagem aos mortos, encontrou-se mel ainda comestível.
-  Sabes como surgiu o dia das mentiras? O Dia das Mentiras surgiu no século XVI, quando o calendário Gregoriano foi adoptado e a comemoração do Ano Novo passou para o dia 1 de Janeiro. Anteriormente festas de ano novo duravam uma semana e terminavam no dia 1 de Abril. As pessoas demoraram a habituar-se à troca da passagem de ano e muitas ainda achavam que o Ano Novo era no dia 1º de Abril. Ficaram assim chamados de "tolos de Abril", elas eram vítimas do Dia da Mentira: recebiam convites para festas que não existiam, cartões e presentes estranhos.



## &gt;Abril em destaque ...

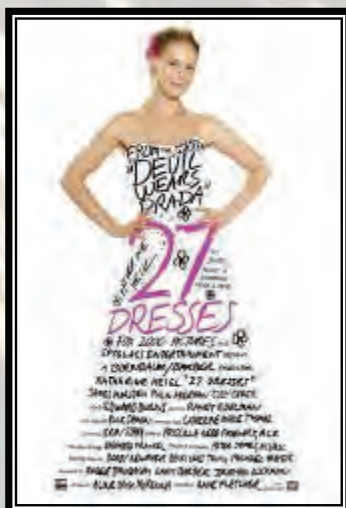
## Literatura

**"O dragão renascido"**

De John Boyne

Saída do 3º volume da série "A roda do Tempo"

## Cinema

**"Vestida para casar"**

Anne Fletcher

## Música

**"Rockferry"**

Duffy

**Soluções (Pág. 15):**

## Diferenças:

Lança, bandeira (na torre mais à direita), pássaros (à esquerda), olhos do soldado, escudo do soldado, montanhas (à esquerda).

M	O	D	O	R	R	E	N	T	O
A	D		S	U	I	N	A		U
N	I	Q	U	E	N	T	O	S	
D	O	U		L		R		S	A
A	S	I	L	A	D	O	S		N
R	O	M	A		A	N	I	M	O
I		E		U	N	I		O	N
M	U	R	O		O	Z	A		I
	R	A	I		S	A	R	I	M
V	A	S	T	O		R	A	I	O

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

## &gt; ESTES dos..

## Pequenitos



Na edição de Março prometemos dar-te a resposta nesta edição. O prometido é devido, o miúdo apresentado na edição anterior é o Tomás Ponty Oliva, 3º Ano de Fisioterapia.



E nesta edição?? Consideras-te capaz de adivinhar quem é este Professor da ESTES.

## &gt; Personalidade do mês

## Papa Bento XVI

Joseph Ratzinger



Joseph Alois Ratzinger nasceu a 16 de Abril de 1927 na Baviera. Desde o dia 19 de Abril de 2005 foi eleito como 265º Papa, sendo o actual Sumo Pontífice da Igreja Católica Apostólica Romana. Bento XVI foi então suceder o Papa João Paulo II no conclave de 2005.

Com uma adolescência muito ligada à Teologia, Joseph Ratzinger leccionou em diversas escolas e universidades, chegando a ser Vice-Reitor na Universidade da Ratisbona. No Segundo Concílio do Vaticano (1962-1965) Ratzinger assistiu como *peritus* (especialista em Teologia) do Cardeal Joseph Frings de Colónia. A 25 de Março de 1977 foi nomeado, por Paulo VI, Arcebispo de Munique e criado Cardeal no consistório de 27 de Junho desse mesmo ano. Em 1981, foi apontado como prefeito da Consagração para a Doutrina da Fé, pelo Papa João Paulo II, durante 23 anos. Seguidamente, foi designado bispo-cardeal da Sé Episcopal de Velletri-Segni, 1993, e tornou-se Decano do Colégio Cardinalício em 2002.

Durante o período em que João Paulo II foi Papa, Ratzinger foi um dos influentes integrantes da Cúria Romana e partilhava das suas posições ortodoxas. A título de curiosidade, a escolha do nome Bento

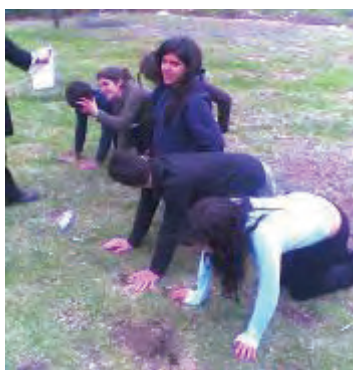
é uma provável homenagem ao último papa que adoptou o nome Bento, que foi o italiano Giacomo della Chiesa, entre 1914 e 1922. Conhecido como o "Papa da paz", Bento XV tentou, sem sucesso, negociar a paz durante a Primeira Guerra Mundial. O seu pontificado foi marcado por uma reforma administrativa da igreja, possuindo um carácter de abertura e de diálogo. Além disso, Bento XVI sempre foi muito ligado espiritualmente ao mosteiro da Beneditino de Schotten, perto de Ratisbona, na Baviera. Alguns analistas, relacionaram a adopção do nome Bento com a actuação de São Bento de Núrsia (480-547), fundador da Ordem Beneditina e padroeiro da Europa, o que o próprio Papa confirmou após a publicação das explicações sobre seu brasão. Após as invasões bárbaras, os mosteiros de São Bento foram responsáveis pela manutenção da cultura latina e grega e pela evangelização da Europa. A escolha do nome deste Santo representaria, portanto, que uma das prioridades do papado de Bento XVI será a "recristianização da Europa".

Por fim, Bento XVI foi considerado, pela revista *Time*, uma das 100 pessoas mais influentes do mundo.



Kátia Almeida

## &gt;Comentários construtivos...



*A relvinha é  
tão bonita...  
com os caloiros  
em cima!*



## &gt;Comentários corrosivos...



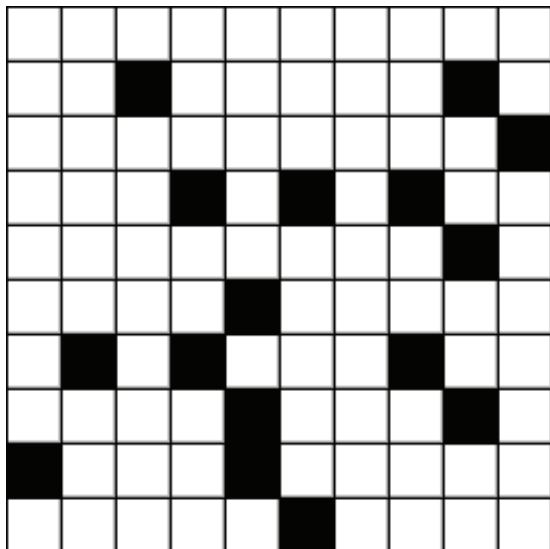
*Extintores na  
"red-line"....*

*Parece-nos que a  
despressurização  
não é uma coisa  
boa...*



## > Passatempos...

### Palavras cruzadas:



#### Horizontais:

- 1 - Estúpido;
- 2 - Coligação, peste entre os porcos;
- 3 - Mesquinhos;
- 4 - Ofereço, pura;
- 5 - Albergados;
- 6 - Capital da Itália, alor;
- 7 - Juntei, laço apertado (inv.);
- 8 - Parede, ensejo (inv.);
- 9 - Ira confusa, olhas (inv.);
- 10 - Imenso, faisca.

#### Verticais:

- 1 - Dialecto chinês;
- 2 - Detestável, larva que se cria nas feridas dos animais;
- 3 - Sonhos;
- 4 - Costume (inv.), ali, é parente (inv.);
- 5 - Beco;
- 6 - O princípio da rinite, prejuízos;
- 7 - Engrandecer;
- 8 - Recusa, nota, pedra de altar;
- 9 - Polícia de Hitler, grande massa, romanos;
- 10 - É alternativa, não identificado.

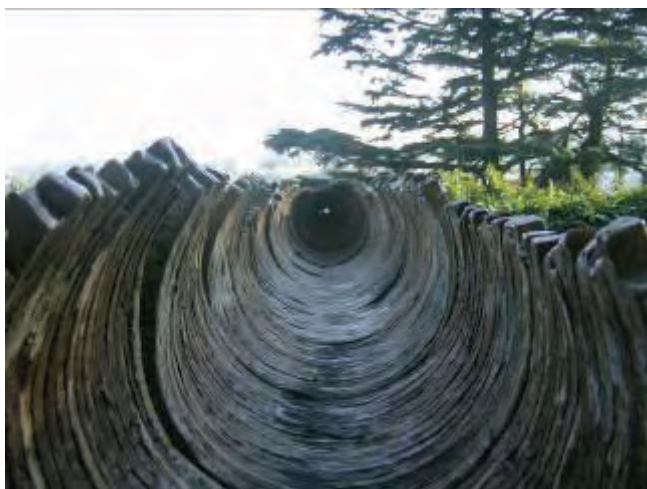
### SUDOKU

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

### Descobre as 6 diferenças:



Soluções pág. 13.

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

*"Se quer viver uma vida feliz, amarre-se a uma meta, não às pessoas nem ou coisas."*

*Albert Einstein*

> **Estórias d'Avózinha**

Olá, olá! Pois é, a tão aguardada praxe está de volta ao recinto da ESTeSCoimbra. Tão aguardada para os doutores e apenas uma ínfima parte dos caloiros, porque grande parte deles passava bem sem praxe! Aliás, não tinham praxe, iam trajados ao cortejo, faziam jantar da Serenata por eles próprios! Os caloiros já não são o que eram e começa-se, a nível nacional, a ponderar o título de "burro", pois começa a ser demasiado pouco!

Mas tudo começou numa Assembleia Geral de Alunos que teve tudo menos de típica!! É verdade, estavam mais de 3 pessoas!

A verdade é que a Direcção está mesmo empenhada no bom sucesso da Praxe. Para além de a permitir todos os dias (que na verdade são pouquíssimos) ainda pôs homenzinhos a fazer lama perto do Edifício Francisco Grade para os caloiros poderem tratar da pele e fazerem umas máscaras de belezas jeitosas!

E é já esta semana o tão aguardado, tão afamado "FAST" Ao Fim de Semana prolongado". Está p'ra rebentar e estima-se que a adesão dos alunos seja altíssima visto a Queima das Fitas estar aí à perna e os estudantes precisarem de aproveitar o fim de semana para angariar fundos para as suas tradições académicas, como sejam pack's de cerveja e pães com chouriço...

Aceitam-se comentários, críticas, insultos... enfim um pouco de tudo, para [aavozinha@hotmail.com](mailto:aavozinha@hotmail.com).

**A Avózinha**

**FICHA TÉCNICA**

**Coordenador:** Teresa Pedro **Responsável financeiro:** Tiago Domingues; **Secretária:** Nicole Albuquerque; **Redacção:** Cristiano Cunha, Heloísa Maia, Igor Silva, Kátia Almeida, Liliana Ribeiro, Nicole Albuquerque, Nuno Fontes, Patrícia Oliveira, Sílvia Vaz, Teresa Pedro, Tiago Domingues, Vasco Vicente **Logótipo:** Ana Carvalho Fonseca; **Fotografia:** Kátia Almeida, Liliana Ribeiro, Teresa Pedro, Tiago Domingues, Vasco Vicente **Colaboradores permanentes:** Diana Mestre, Dina Figueiredo, Luís Domingos, Maria Paula Russo, Ricardo Monteiro, Miguel Pereira, Paula Oliveira, Tiago Morais, Tomás Oliva; **Impressão:** Centro de Cópias; **Tiragem:** 200 exemplares; **Supervisão:** Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTESC; **Propriedade:** Associação de Estudantes da ESTeS Coimbra; **Apoio:** Instituto Politécnico de Coimbra **Agradecimentos:** Associação de Estudantes da ESTeSC; Instituto Politécnico de Coimbra.

**Edição:**

Núcleo de  
Informação e  
Divulgação  
AE-ESTESC  
✓