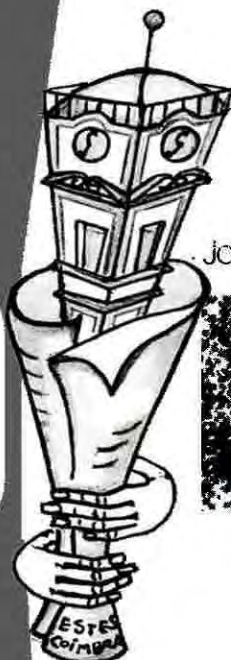




Associação de Estudantes da
Escola Superior de Tecnologia da
Saúde de Coimbra

(L)

nid.aeestesc@hotmail.com



Jornal de Distribuição Mensal | n. 55 | Outubro 2011

ESTES

ESPECIAL

SPOTS DA NOITE DE COIMBRA

**BOAS VINDAS DA
DIREÇÃO**

(pág. 3)

**NÚCLEOS DA
AE-ESTESC**

(pág. 6)

**EVENTOS
AE-ESTESC**

(pág. 9)

"INTERESSATE"

(pág. 10)

**O QUE OS ALUNOS
PENSAM DA ÉPOCA
DE RECURSO DO 1º
SEMESTRE**

(pág. 15)



E AINDA....

- > Notícias do NID
- > Boas vindas da AE
- > Boas vindas do Consilium Praxis
- > História da ESTESC
- > Cultura
- > Concursos Semana Cultural

- > Sabias que ...
- > Passatempos
- > Cartoon do mês
- > Frase do mês

EDITORIAL

Caros leitores,

Bem vindos ao ano lectivo de 2011/2012 aqui na nossa querida ESTeSC.

Apesar de não estarmos muito contentes com a alteração da nossa tão amada época de recurso, nada derruba o entusiasmo com que os estudantes da ESTeSC estão a iniciar este começo de aulas, ou será este recomeço às noites de Coimbra?

Este L(E)STES é especialmente destinado aos caloirinhos, por isso aproveito para vos alertar de que o NID precisa de novos membros. Tem sido muito trabalho para poucos elementos, e vocês não querem que o pessoal do NID ande a deixar cadeiras para trás pois não?

Não percas mais tempo, junta-te a nós, mais do que ser um aluno na ESTeSC tenta ser mais um dos que faz a ESTeSC ser a melhor Escola de Saúde do país.

A Coordenadora
Ana Silva



Notícias do NID



O que andarás o NID a preparar?

Concursos de Fotografia
Concurso de Poesia
Concurso de Desenho
Workshop de Fotografia
Sessões de Cinema
Campanhas de solidariedade
Elaboração mensal do L(E)STES

O Núcleo de Informação e Divulgação tem conseguido ao longo dos anos cumprir as actividades propostas, indo ao encontro dos alunos. O problema com que nos deparamos muitas vezes é que é muito trabalho para um número muito restrito de pessoas. Portanto mais uma vez frisamos que se gostas de escrever, se tens ideias, se és dinâmico e tens vontade, não hesites, fala connosco!

Ana Silva

nid.a@estesc@hotmail.com

Boas vindas da Direção

Bem vindos à Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra.

Iniciamos agora mais um ano lectivo na ESTeSC. Aos que agora chegam queremos dizer que somos uma escola dinâmica e proactiva. Uma escola exigente com os alunos, com os professores, com os funcionários não docentes, enfim, com todos os que aqui estudam e trabalham. Criámos essa cultura e essa imagem ao longo dos mais de 30 anos que levamos a ensinar saúde.

Temos 8 licenciaturas do grupo das 18 que constituem o universo das tecnologias da saúde, e uma oferta de nove Mestrados e de uma pós-graduação. Estamos a trabalhar para ter mais dois Mestrados, um CET e duas licenciaturas, estas de fora do universo das tecnologias da saúde, mas ligadas à saúde.

Queremos ser uma escola cada vez melhor e cada vez maior. Com uma das mais altas taxas de aprovação, 88% dos nossos alunos terminam o curso nos seus 4 anos de duração. Temos uma baixa percentagem de desistências e tudo isso se deve a professores e alunos entusiasmados. Também temos aqueles que não gostam de trabalhar (felizmente poucos).

No ano que agora começa o nível de exigência aumenta, especialmente para os professores, mas também para os estudantes.

O financiamento diminui sistematicamente e este governo cortou de forma irracional e injusta as verbas que nos atribuíam que já eram poucas. Adaptamos o funcionamento das unidades curriculares comuns aos vários cursos e fizemos turmas maiores (não tão grandes como nas universidades, nas faculdades de medicina, ou nas escolas de gestão, mas ainda

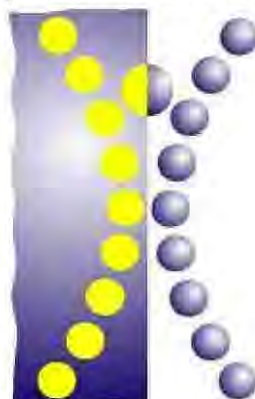
assim maiores do que era habitual). Este é um esforço acrescido para os professores, mas também para os alunos, que terão de estar mais atentos e de se dispersar menos em conversas laterais.

Este pode ser um ano onde a vida da escola pode mudar. Ainda antes do natal, queremos fazer um conjunto de obras de reparação no edifício e de reaproveitamento de espaços, onde se inclui a nova Associação de Estudantes, (que terá uma sala de convívio) e o novo laboratório de Dietética e Nutrição. Se o governo não nos impedir, antes do ano lectivo terminar iremos iniciar as obras de ampliação da escola.

Estamos em permanente mudança, mas sempre tendo os estudantes no centro da nossa atenção. Tudo o que fazemos é para vos facilitar a vida, ainda que às vezes, os que não gostam de trabalhar tenham dificuldade em o perceber.

O IPC e por força disso a ESTeSC, face aos cortes do governo subiu as propinas. Ainda assim somos das escolas de saúde que têm a propina mais baixa.

Esperamos que este seja um ano de sucessos para os nossos estudantes, porque isso serão sucessos para a ESTeSC.



ESCOLA
SUPERIOR DE
TECNOLOGIA DA
SAÚDE DE
COIMBRA

O Presidente
Jorge Conde

Boas vindas da AE

Mensagem do Presidente da Associação de Estudantes

Eis que chegou Setembro e é tempo de voltar à Escola! Para muitos, é o regresso a uma casa que já se conhece e que fará parte da sua vida! Para outros, que estão a chegar este é um novo mundo que irão descobrir e aprender a gostar, tanto que no momento da despedida a saudade será muita.

A Associação de Estudantes é a tua voz dentro da escola, nela podes encontrar a resposta às tuas dúvidas, a solução para os teus problemas, parceria para os teus projectos, e ocupação para os teus tempos livres. Temos para ti vários núcleos dos quais deves fazer parte e participar nas actividades.

Espero que ao longo deste novo ano lectivo sejas bem sucedido! E deixo-te um conselho: Que durante este ano não sejas apenas mais um aluno nesta escola, mas sim o aluno que faz a escola!

Saudações Académicas,

Fernando Dias

Presidente AE-ESTeSC

Boas vindas do Concilium Praxis

Inicia-se aqui uma nova fase na vida dos novos estudantes, em que irão realizar um percurso académico memorável e onde vão conhecer novas pessoas e criar amizades eternas.

A praxe académica, que é tradição centenária dos estudantes de Coimbra, para além de facilitar a sua integração nesta comunidade escolar de uma forma rápida e divertida, tem também como objetivo incutir o espírito académico no estudante universitário, assim como enaltecer o orgulho pelo curso e respetiva instituição. No final do 1º ano os caloiros vão sentir o simbolismo da conquista do merecido traje académico.

O Concilium Praxis tem a responsabilidade de fazer com que as atividades praxísticas decorram da melhor maneira e de garantir que o código de praxe seja cumprido tanto pelos caloiros como pelos próprios doutores, evitando assim possíveis excessos. Para isso, é importante que todos os caloiros leiam o código de praxe e que compreendam que a adesão à praxe não é obrigatória. Integrar, ou não, a praxe é uma decisão individual que deve ser feita de forma consciente e responsável.

A direção do Concilium Praxis é constituída pelo Presidente Imperatorum Centurion Daniela Guerreiro, Vice-presidente Legatum Centurion Marina Vicente, Secretária Scriptum Centurion Sara Bragancês e o Responsável Financeiro Argentum Decurion Ivo Andrade. Os restantes membros do Concilium Praxis são designados por Tribunus, dos quais fazem parte: Centurion Ana Fidalgo, Centurion Hugo Costa, Decurion André Oliveira, Decurion Cristiana Freire, Decurion João Rodrigues, Decurion Lisa Cunha, Decurion Patrícia Carreira, Decurion Rute Domingues, Legionarium Fernando Silva, Legionarium Tiago Gonçalves e Legionarium Vasco Justino.

Desejo um bom ano académico a todos os estudantes da ESTeSC. Honrem o traje, respeitem o Código de Praxe e vivam o espírito académico que, segundo dizem, são os melhores anos da nossa vida!

Imperatorum Centurion

Daniela Guerreiro

História da ESTeSC

O trajecto evolutivo da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra tem cerca de 40 anos. Inicia-se nos designados Centros de Preparação de Técnicos e Auxiliares dos Serviços Clínicos, criados pela portaria nº 18523 do Ministério da Saúde e Assistência (12 de Junho de 1961), e regulamentados em 1962 com o objectivo de uniformizar a formação de alguns profissionais prestadores de cuidados de saúde, até então preparados de forma diversa. Estes centros são depois reestruturados, ainda sob tutela do Ministério da Saúde, em Centros de Formação de Técnicos Auxiliares dos Serviços Complementares de Diagnóstico e Terapêutica.

Em 1982, nova reestruturação cria a Escola Técnica dos Serviços de Saúde de Coimbra, entidade dotada de personalidade jurídica, autonomia técnica, administrativa e pedagógica, que ministra formação pós-secundária.

Ministrava na altura oito cursos: Análises Clínicas e Saúde Pública, Anatomia Patológica, Cardiopneumologia, Dietética, Farmácia, Fisioterapia, Radiologia, e Neurofisiologia.

A integração no Ensino Superior Politécnico e a adopção da designação actual dá-se em 1993, representando apenas o reconhecimento do nível de ensino que vinha sendo praticado. Nesta data é colocada em regime de instalação e passa a ter tutela conjunta do Ministério da Educação e do Ministério da Saúde, que se responsabiliza pela gestão administrativa.

Por via do Decreto-Lei nº 99/2001, passa a ser tutelada exclusivamente pelo Ministério da Educação.

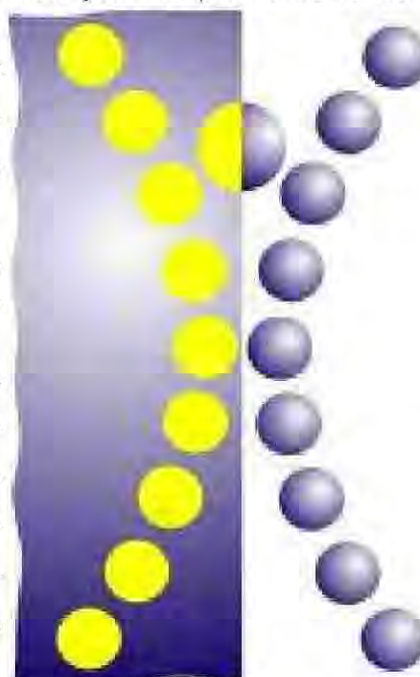
Actualmente sob tutela do Ministério da Ciência e do Ensino Superior, segundo atribuições e objectivos explicitados na Lei 54/90 de 5 de Setembro, confere a licenciatura adaptada a Bolonha em sete cursos: Análises Clínicas e Saúde Pública, Audiologia, Cardiopneumologia, Farmácia, Fisioterapia, Radiologia e Saúde Ambiental.

A 21 de Julho de 2004, é integrada no Instituto Politécnico de Coimbra (IPC), conservando o regime de gestão.

A 23 de Abril de 2007 vê os seus estatutos serem homologados pelo Presidente do IPC, tendo estes sido publicados em D.R. a 29 de Maio de 2007, data a partir da qual deixa de estar em regime de instalação.

Em Julho de 2008 os cursos leccionados na ESTeSC passam a ser adequados ao Processo de Bolonha.

Em 27 de Julho de 2009 foi publicado o plano de estudos da nova Licenciatura da ESTeSC em Dietética e Nutrição.



**ESCOLA
SUPERIOR DE
TECNOLOGIA DA
SAÚDE DE
COIMBRA**

Núcleos da AE-ESTeSC

Junta-te aquele que melhor te expresse...

NID Núcleo de Informação e Divulgação

Este L(E)STES é especialmente destinado aos caloiinhos, por isso aproveito para vos alertar de que o NID precisa de novos membros. Tem sido muito trabalho para poucos elementos e vocês não querem que o pessoal do NID ande a deixar cadeiras para trás pois não?

É graças à perseverança e dedicação de actuais e anteriores membros do NID como o seu fundador Tiago Jacinto, existe o Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTeSC. Mas para que todo o trabalho

que foi feito não caia no esquecimento, é para que daqui a uns anos ainda exista um NID são precisas novas ideias, novas perspectivas e logo novos membros.



Não percas mais tempo, junta-te a nós, mais do que ser um aluno na ESTeSC tenta ser mais um dos alunos que faz a ESTeSC ser a melhor Escola de Saúde do país.

Ana Sna

NAQ Núcleo de Ambiente e Qualidade

O Núcleo de Ambiente e Qualidade (NAQ) é um organismo da AE-ESTeSC, logo, aberto a qualquer aluno da ESTeSC. Foi criado, por um grupo de alunos do curso de Saúde Ambiental, no ano lectivo de 2004/2005 tendo como objectivo garantir que se adoptem medidas e iniciativas com o intuito de obterem melhorias a nível do ambiente e da qualidade na ESTeSC, englobando toda a comunidade escolar, assim como coordenar todas as actividades relacionadas com o tema.

Este núcleo tem vindo a desenvolver actividades tais como: "Projecto Papelão", onde se procede à separação selectiva de papel e cartão; "Projecto Pilhão", para a recolha de pilhas; colocação de ecopontos na ESTeSC para a recolha de resíduos de plástico, papel e vidro; recolha de tinteiros e

toners em colaboração com a AMI; a criação de um "Catálogo de Habitações" a ser consultado pelos estudantes que procuram casa em S. Martinho do Bispo/Santa Clara e ainda um "Mapa Escolar" para que seja mais fácil "Descobrires os cantinhos da ESTeSC!!!!"

Todos nós, alunos da ESTeSC, podemos ajudar a melhorar o ambiente e a qualidade da nossa escola.

Por isso, se és uma pessoa com ideias originais ou simplesmente com espírito de iniciativa e preocupado com a qualidade e o ambiente dirige-te à Associação de Estudantes e inscreve-te no NAQ!!



núcleo de ambiente e qualidade
associação de estudantes
escola superior de tecnologia da saúde de Coimbra

Núcleo de Desporto

O Núcleo de Desporto da ESTeSC está de volta e conta contigo para a participação nas actividades por nós realizadas e gostaríamos também de apelar a tua disponibilidade para integrares este.

No último ano a principal missão passou pela reactivação do núcleo onde existiu o desenvolvimento de novas actividades, tentando promover todos os interesses desportivos dos alunos e principalmente o seu convívio.

Neste novo ano lectivo o intuito permanecerá na realização das

actividades anualmente organizadas, mas também no aparecimento de outros desportos.

Para contacto do Núcleo de Desporto podes fazê-lo através do seguinte endereço, ndesporto.estesc@gmail.com ou então informa-te na tua associação de estudantes.

O Núcleo de Desporto da ESTeSC conta contigo para a participação nas actividades e mesmo a sua organização.

André Oliveira



Núcleo de Desporto

nid.aeestesc@hotmail.com

NAITE Núcleo de Apoio e Integração ao Estudante



O NAITE é um projecto da Associação de Estudantes e foi criado com o principal objectivo de descentralizar o poder e responsabilizar os alunos pela sua própria entre-ajuda. Deste modo, a AE continua a ter as portas abertas para ajudar todos os alunos que a ela recorram e estará, através dos membros do NAITE, mais próxima das necessidades da comunidade escolar.

Para uma melhor organização, o NAITE é composto por:

Gabinete de Apoio ao Estudante – formado por todos os alunos que estejam dispostos a prestar

todo o tipo de apoio aos restantes, organizar actividades para satisfazer esse objectivo e ainda fazer a ponte entre os alunos e os Serviços da Acção Social;

Concilium Praxis – formado por 1 elemento em representação da AE e 2 elementos de cada curso. Terá como objectivo a regulamentação da praxe na ESTeSC e a organização de actividades com ela relacionadas, tais como a Apresentação do Caloiro, as Praxes Organizadas, a Eleição da Miss e Mister Caloiro e o Rally Tascas.

TU NA D'ESTES

Reza uma *mui antigux lendariuns* que no início do século XXI ("8 de Abril de 2002"), um grupo de estudantes resolveu dar asas à sua vida académica e, que com "meia dúzia de cordas", formaram a Tu Na D'ESTES, que desde então, não parou de crescer!

Para quem só entrou este ano para a ESTeSC convém dar uma pequena intro/definições sobre:

Tuna – Grupo de amigos que se junta para tocar umas modinhas trajados a rigor e que segue um modo de vida baseado no espírito académico.

Tu Na D'ESTES – Tuna Académica da Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra (informação a reter!)

Hierarquia da Tuna - Ex-tunos (que já não pertencem à tuna), Tunos Honorários (que já acabaram o curso mas continuam a participar activamente), Tuno Veteranos (com mais experiência e anos de mundo tunante), Tunos, Caloiros e Aspirantes.

Este modo de vida permite estabelecer fortes laços de amizade pelos locais onde vamos assentando praça, para expor o nosso trabalho.

Percorremos o país de lés-a-lés.

Ainda no ano anterior marcamos presença em 5 Festivais:

- I Festum - 14 de Outubro de 2010 - Coimbra
- III Tosta Mista - 22, 23 e 24 de Outubro de 2010 - Viseu
- IV Tunante - 3, 4 e 5 de Dezembro de 2010 - Lisboa
- IV Viriatuna - 25 e 26 de Março de 2011 - Viseu
- II Iscalina - 2 e 3 de Abril de 2011 - Lisboa



Atenção que não são apenas festivais, e as festas das terrinhas, as jornadas, festas e actividades da escola, as arruadas, ..., não esquecendo casamentos, divórcios,...

Já temos no nosso roteiro Condeixa, Redinha, Porto, Guimarães, Algarve, Fundão, Açores...

Desde já deixo o convite, as portas estão abertas às 2^{as}, 4^{as} e 5^{as} às 19h no auditório, é importante vir aos ensaios, aprender a tocar e a cantar afinadinho para depois espalhar o ritmo, a diversão, a magia e fazer ... amigos/as, em qualquer ponto de Portugal ou durante mais Internacionalizações futuras.

E pra Tu Na D'ESTES não vai nada, nada, nada...

...TUDO!

Saudações Tunantes e Académicas
André Teixeira "Speedy"



SPOTS DA NOITE DE COIMBRA

Mais um ano, mais uma enormidade de caloiros que se sentem perdidos, sozinhos, abandonados no mundo, sem os papás e as mamãs para os protegerem... Mas não desesperem! O tempo de cortar o cordão umbilical está a chegar e antes que caiam na depressão das frequências e se apercebiam que a época de recurso este ano é só mais para o verão, o melhor mesmo é conhecerem-se, e criarem as melhores amizades dos, pelo menos, quatro próximos anos. Para tal nada melhor que ir beber um cafezinho, um sumo, uma água ou mesmo um fino de vez em quando (ou então vinte). Apesar de não conhecer grande coisa da noite Coimbrã, aqui fica um pequenino roteiro de onde podem ir à aventura, na folia do início de mais um ano de aulas:

Café Pastelaria O Sonho - Rua do Forno, S.Martinho do Bispo.

É como a segunda casa para muito pessoal da ESTeSC. Com o tão conhecido Sr. Aurélio a servir uns belos finos, este pequeno mas muito acolhedor café é o ideal para umas belas tardes de convívio. Uns dias vai estar aberto à noite, outros não. Talvez tenham sorte...

BAAC – Bar da Associação Académica de Coimbra, Praça da Republica.

Parte integrante do edifício da Associação Académica de Coimbra, o bar da AAC é o espaço, por excelência, de reunião dos estudantes. É um espaço que se transforma ao longo do dia. A calma matinal própria da rotina diária dos estudantes dá lugar ao acordar para o café da tarde, culminando nas longas noites de convívio e momentos inesquecíveis para todos.

Jocas e Requite – Perto da praça da Republica (Rua Padre António Vieira)

O Jocas e o Requite são dois bares em pleno centro da cidade de Coimbra, cuja especialidade são as famosas litradas. Seja de coca-cola com *whisky* ou de sumo com *vodka*, passando ainda pela cerveja, é local de paragem dos estudantes que se espalham pelos bares irrompendo pela Rua Padre António Vieira que se enche todas as noites. Um belo local para começar a noite.

Bigorna – Sé Velha

Um local de referência na zona histórica de Coimbra. Aberto todos os dias até as 4h da madrugada, com musica considerada alternativa, o Bigorna é um pequeno espaço situado junto à Sé Velha de Coimbra, que qualquer estudante deve conhecer. Desde os *shots* às promoções que são diferentes todos os dias, a loucura e a diversão estão assegurados. Não percam...

Theatrix – Praça da República

Esta sala de espetáculos funciona, para além de espaço artístico, cultural e lúdico, alguns dias da semana como discoteca. São maioritariamente festas temáticas, cheias de glamour e animação, onde passam um diversificado leque de dj's nacionais e internacionais.

NB Club

Em alternativa ao anterior, e porque os estudantes não cabem todos no mesmo local, especialmente à semana, o NB Coimbra é um espaço inovador, oferece uma sonoridade quase exclusivamente *House Music* em todas as suas vertentes. A decoração em constante mudança, faz deste local uma surpresa nova a cada visita. Até de manhã vai ser sempre a bombar.

Cristiano Matos

Eventos da AE-ESTeSC

ESTESCOIMBRA

RECEPÇÃO AO CALOIRO 2011

OUTOBR
DECIBEL ZERO
DJ HASC

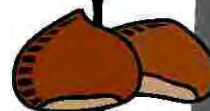
OFERTA DE PULSEIRA LUMINOSA

AE-ESTeSC
ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES
LOCAL: ESCOLA DE TECNOLOGIA DA SAÚDE DE COIMBRA
WWW.AE-ESTeSC.PT | FACEBOOK.COM/AE-ESTeSC

ENTRADA	PREÇOS
2€ - SÓCIOS	DRINK 10 FIMOS 6€
3€ - NÃO SÓCIOS	SHOTS - 1€
5€ - NÃO ESTeSC	1 BRANCA - 2€
	3 BRANCAS - 5€

Semana
cultural14 A 18 DE NOVEM-
BRO

MAGUSTO

10 de
Novembro

Outubro, dia 12 (Quarta feira), às 15:30

YOGA
SÂMKHYA

DEMONSTRAÇÃO e INFORMAÇÕES sobre os BENEFÍCIOS da Prática do YOGA

na Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra,
no novo Espaço da Cantina

TRAZER
TAPETE

OUTUBRO - Início das Aulas do Yoga,
no novo Espaço da Cantina

Informações: yoga@yogacoimbra.com ou AE-ESTeSC

Organização:

- Associação de Estudantes da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra
- Ashrama YOGA Sâmkhya COIMBRA - Associação
- Confederação Portuguesa do Yoga

nid.aeestesc@hotmail.com

Interessa-te

VI Encontro Nacional das Ciências e Tecnologias da Saúde

20 a 22 de Outubro

ESTeSL, em Lisboa, no Parque das Nações

Análises Clínicas e Saúde Pública

15^{as} Jornadas Científicas de Análises Clínicas

8 de Outubro

Hotel de Guimarães, na cidade de Guimarães

Seminário «O Papel da Genética na Saúde Pública»

3 de Outubro

Instituto Nacional de Saúde Pública Dr. Ricardo Jorge (INSA) - Lisboa

Cardiopneumologia

II Congresso da Fundação Portuguesa do Pulmão: «Infeções Respiratórias - Um Desafio Multifactorial»

14 e 15 de Outubro

Auditório da Associação Nacional das Farmácias - Lisboa

Jornadas Respirar 2011: «Conversas da Pneumologia com a Medicina Geral e Familiar»

22 de Outubro

Hotel do Sado, Business & Nature, em Setúbal

XXVII Congresso de Pneumologia

28 a 30 de Outubro

Centro de Congressos da Alfândega do Porto

Dietética

4ª Semana Vegetariana

1 a 7 de Outubro

A nível nacional

VI Encontro de Nutrição do Hospital Pulido Valente:

«Patologia Respiratória e Nutrição»

21 de Outubro

Anfiteatro do Hospital Pulido Valente - Lisboa

Farmácia

IV Fórum Nacional sobre a Gestão do Medicamento em Meio Hospitalar

7 de Outubro

Hotel Vila Galé Ópera - Lisboa

Conferência Anual do INFARMED 2011:

«Medicamentos e Produtos de Saúde: Inovação, Desenvolvimento e Sustentabilidade»

10 de Outubro

Centro de Congressos do Estoril

II Fórum em Investigação Farmacológica «Novos Desafios em Saúde»

19 de Outubro

Aula Magna da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

Fisioterapia

X Jornadas Internacionais de Medicina Física e de Reabilitação

20 a 21 de Outubro

Sheraton Porto Hotel & Spa - Porto

Congresso Practice 2011 - prevenção e reabilitação activa com o exercício

21 a 23 de Outubro

Universidade Lusófona, Lisboa

Radiologia

II Jornadas Ibéricas de Radiologia/VII Jornadas

Temáticas da SPRMN

9 a 11 de Novembro

Coimbra

Saúde Ambiental

International Conference on Occupational and Environmental Health - ICOEH 2011

17 a 19 de Outubro

Biblioteca Almeida Garrett - Porto

11º Fórum Nacional de Medicina do Trabalho

9 de Novembro

Culturgest, em Lisboa

Sara Braganças

nid.ae@estesl.com@hotmail.com

Churrascu's & ca

Restaurante e Take-away

PATROCINADOR OFICIAL DO NID

Entradas

Sopa	1,00€
Salada Mista Pq.	2,00€
Salada Mista gr.	4,00€

Grelhados de Carne

Frango	8,00€/Kg
Entremeada	10,00€/Kg
Fevera	10,00€/Kg
Salsicha Fresca	10,00€/Kg
Enchidos Vários	10,00€/Kg
Grelhada Mista	10,00€/Kg
Espetada de Carne	10,50€/Kg
Entrecosto	10,50€/Kg
Secretos de Porco Preto	12,00€/Kg
Picanha	12,50€/Kg

Grelhados de Peixe

Bacalhau	14,00€/Kg
Corvina	14,00€/Kg
Perca	14,00€/Kg
Espetadas de Lulas	14,00€/Kg

Acompanhamentos

Migas	5,00€/Kg
Arroz Branco	4,00€/Kg
Arroz de Feijão	4,50€/Kg
Batata a Murro	4,50€/Kg
Batata Frita	4,50€/Kg

RESTAURANTE

Grelhados no Carvão

Diárias desde 6,00 €
(Terça a Sexta ao almoço)

Jantares de Grupo
(por marcação)

(com primeira gerência)

Rua Infante D. Henrique - 261 Fala - 3045-081 Coimbra
e-mail.: churrascus.companhia@gmail.com

T. 239 040 656 - T. 934 712 516 / 914 964 681



CULTURA

Filmes a estrear



CONCERTOS EM outubro

MÃO MORTA

Data: 6 de Outubro

Local: TAGV

Hora: 21h30

A partir de 12€

ELEANOR FRIEDBERGER + EUROS CHILDS

Data: 8 de Outubro

Local: Museu nacional de machado de castro

Hora: 21h45

A partir de 8€

Eventos em coimbra



Feira de Artesanato Urbano

Data: 5 de Outubro

Local: Ruas Visconde da Luz e Ferreira Borges.

Horário: 10:00 às 19:00

Sara Barreirinhas

Concursos Semana Cultural!

MELHOR FOTO DE VERÃO

PARTICIPA

Entrega as tuas fotografias na AE-ESTESC
até dia 17 de Outubro

1º Prémio: Telemóvel Nokia X2 TMN

**2º Prémio: Jantar a dois no
Churrascos e Companhia**

Semana Cultural 2011



Núcleo de Informação e Divulgação - NID
AE-ESTESC

Consulta o regulamento no
facebook da AE

CONCURSO DE POESIA

TEMA: LATADA

Envia até dia 23 de Outubro para
nid.aeestesc@hotmail.com

As votações serão feitas através do facebook a
partir de dia 24 de Outubro!

1º Prémio: Bilhete Geral da Latada

2º Prémio: T-shirt AE

Consulta o regulamento no Facebook da AE ou
do NID

CONCURSO DE DESENHO

TEMA: Nas asas do tempo

Entrega os teus desenhos na AE-
ESTESC até dia 23 de Outubro!

1º Prémio: Bilhete Geral da Latada

2º Prémio: T-shirt AE

Consulta o regulamento no
Facebook da AE ou do NID



CONCURSO DE CURTAS METRAGENS

Em breve mais informações...

nid.aeestesc@hotmail.com

SABIAS QUE...

O **coração** humano produz pressão suficiente para jorrar o sangue para fora do corpo a uma distância de 10 metros.

Se não tomarmos o **pequeno-almoço** o nosso organismo sofre uma quebra de energia, que se pode manifestar em cansaço, dores de cabeça, irritabilidade ou até vômitos.

O osso mais pequeno do corpo humano chama-se estribo e fica na parte de dentro do **ouvido**.

A primeira **radiografia** ocorreu em Dezembro de 1895, quando a esposa do físico que inventou o raio-X permaneceu com a sua mão exposta à radiação durante 15 minutos.

O **sangue** retirado do corpo coagula-se em **seis minutos**.

Não se devem tomar certos antibióticos com leite, pois o seu princípio activo deixa de funcionar.

Uma tonelada de **papel reciclado** poupa cerca de 22 árvores, economiza 75% de energia eléctrica e polui 74% menos vezes o ar, do que se fosse produzido de novo.

Marta Leal

Passatempos

2 Letras:

Dó; Ia; Lê; Oh; Os; Ri; Só; Vê;

3 Letras:

Dei; Dês; Ema; Ice; Irô; Jau; Oro; Vez;

4 Letras:

Área; Asar; Elio; Inda; Mais; Ouço; Puro; Suor;

5 Letras:

Jacob; Morse; Ocais; Orbes; Senti;

Símbia; Souza; Urzes; 7 Letras:

Adocia; Adquiro; Assadas; Avisara; Doirada; Oculte;

8 Letras:

Avarento; Dilacere; Sacudida;

9 Letras:

Brincados; Colossais; Isentasse; Nutrissem;

10 Letras:

Costuradas; Diabolismo; Ofendes-

sem; Sobrepondo;

11 Letras:

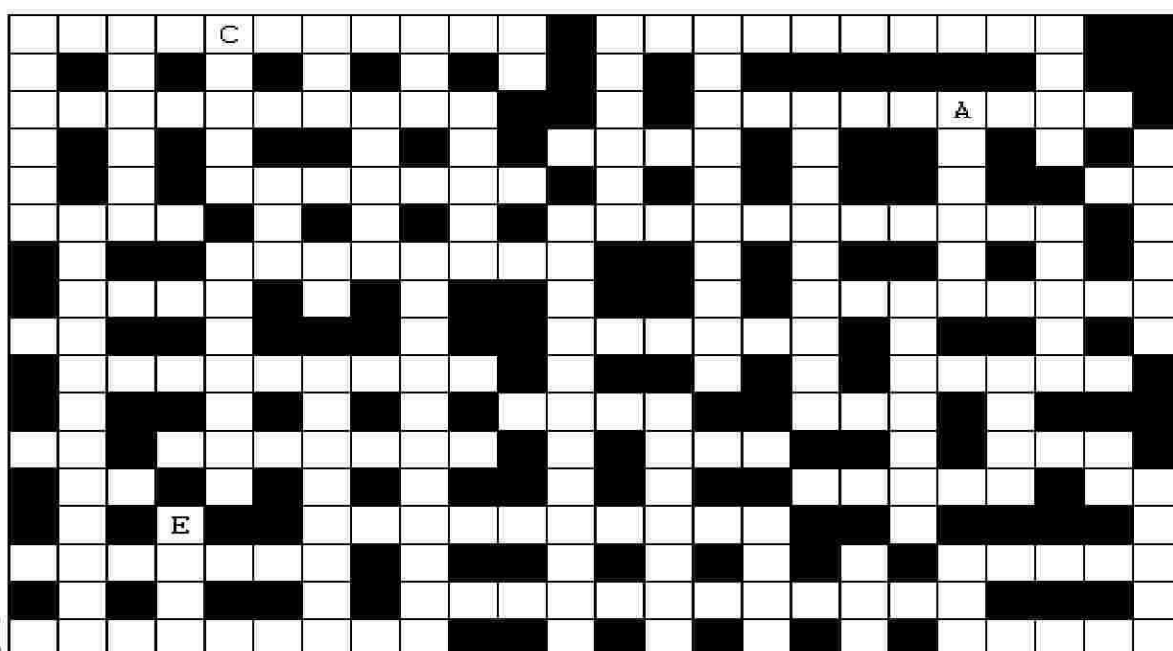
Comerciadas; Dispensados; Trinca-deiro;

12 Letras:

Amadureceria; Desmantelado; Reponderação.

6 Letras:

Acudir; Causei; Isente; Miados; Pagãos; Trouxa; Cóclea



Diz lá o que pensas sobre...

A ÉPOCA DE RECURSO DO PRIMEIRO SEMESTRE

Eu penso que a mudança da época de recurso para o final do 2º semestre veio prejudicar os alunos.

Uma das razões prende-se com o facto de à partida ficar logo excluída mais uma oportunidade dos alunos ficarem aprovados a uma unidade curricular do 1º semestre, uma vez que, quando forem fazer o recurso já decorreu outro semestre e portanto os conteúdos programáticos leccionados no semestre anterior já não estão tão presentes.

Outra das razões é o facto de desmotivar os alunos interessados em fazer melhoria de nota, pois os exames dos dois semestres ficam acumulados em duas semanas.

Vanessa Alves, 3º ano Radiologia

O senhor Presidente quer os "melhores técnicos do país à saída", no entanto aprova um calendário académico completamente antipedagógico. Talvez os melhores técnicos do país demorem mais um ano para terminar o curso.

Anónimo, Dietética e Nutrição

A informação de que no presente ano letivo não haverá semana de exames de recurso no 1º semestre, não foi acolhida com muito agrado pela grande maioria dos alunos da Estesc.

Todos compreendemos que o país está a atravessar um período difícil, tendo em conta a crise financeira instalada e para a conseguirmos superar é necessário um controlo restrito dos gastos a todos os níveis e o ensino não é exceção.

Pessoalmente acho que o principal problema de os exames de recurso das disciplinas do 1º semestre serem no final do 2º semestre é a preparação com que vamos realizá-los, porque se quando fazíamos os exames de recurso no semestre correspondente, tendo as respetivas aulas sentíamos dificuldades, tendo em conta a quantidade de matéria. Então ao fazê-los só no final do 2º semestre, quando já passaram cerca de quatro meses, as aulas já não estarão tão presentes, independentemente da preparação que fizermos para o exame, o que levará a notas mais baixas e consequentemente à diminuição da média, podendo resultar na não conclusão da disciplina em questão.

Felícia Costa, Cardiopneumologia

Soluções Sopa de Letras



OUTUBRO 2011

Cartoon do Mês



Frase do mês

Problemas financeiros não se resolvem com dinheiro. Resolvem-se com imaginação!

facebook

Nid Estesc

O NID TEM FACEBOOK!

ADICIONA-O JÁ COMO AMIGO E FICA ATENTO ÀS NOVIDADES!

ACTIVIDADES, EVENTOS, NOTÍCIAS, TUDO O QUE PRECISAS DE SABER, ESTÁ AQUI!

WEN'D YOU

FICHA TÉCNICA

Coordenadora: Ana Silva;
 Responsável Financeira: Sara Braganças
 Secretária: Sara Barreirinhas;
 Redacção: Ana Silva, André Oliveira, André Teixeira, Cristiano Matos, Daniela Guerreiro, Fernando Dias, Fátima Costa, Mafalda Pinto, , Marta Leal, Sara Barreirinhas, Sara Braganças, Vasco Vicente.
 Logótipo: Ana Carvalho
 Fonseca; Imagem: Ana Silva, Cristiano Cunha, , Sara Barreirinhas,; Colaboradores Permanentes: Ana Silva, Cristiano Matos, Mafalda Pinto, Márcia Correia, Marta Leal, Sara Barreirinhas, Sara Braganças;
 Impressão: Centro de cópias RR; Tiragem: 250 exemplares;
 Supervisão: Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTESC; Propriedade: Associação de Estudantes da ESTES Coimbra; Agradecimentos: Associação de Estudantes da ESTESC