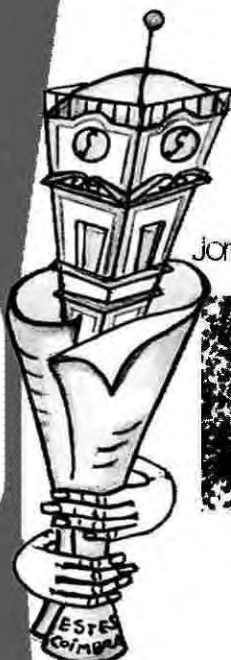




Associação de Estudantes da
Escola Superior de Tecnologia da
Saúde de Coimbra



Jornal de Distribuição Mensal | n. 62 | Outubro 2012

(L)

nid.aeestesc@hotmail.com

ESTES

BOAS-VINDAS DA AE

(pág. 3)

NÚCLEOS

(pág. 4)

NÓS POR CÁ

(pág. 6)

NÓS POR LÁ

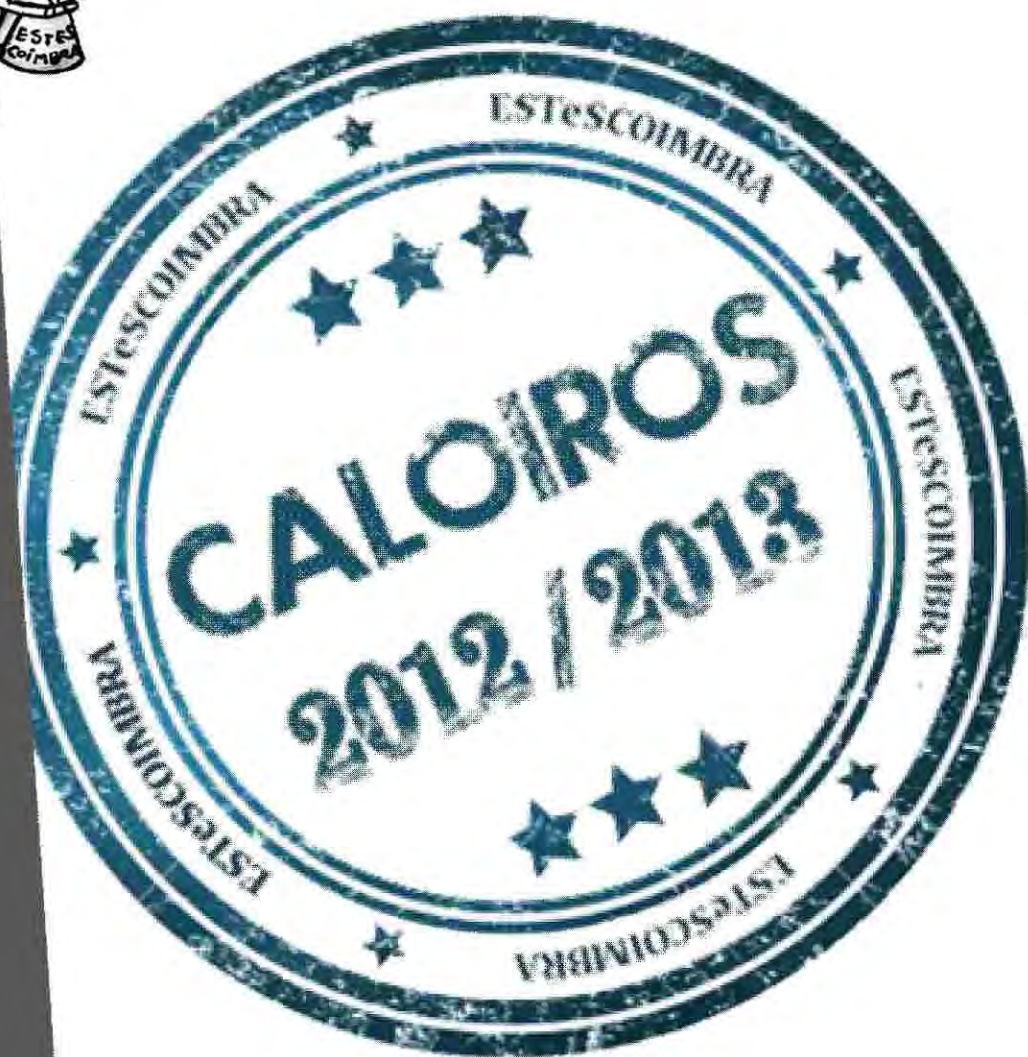
(pág. 6)

PRETO NO BRANCO

(pág. 6)

EM DESTAQUE: CARTA DE PRINCÍ- PIOS COMUNS DA PRAXE

(pág. 8)



E AINDA....

- > Notícias do NID
- > TU NA D'ESTES
- > Correio do leitor
- > Cultura
- > Ciência Hoje

- > Interessa-te
- > Sabias que...
- > Passatempos
- > Cartoons do Mês
- > Poema do Mês

EDITORIAL

Caros leitores,

Sejam bem vindos ao ano lectivo de 2012/2013.

Começa mais um ano de actividades e, juntamente com ele, mais uma edição do nosso tão querido (L)ESTES. É verdade, ao que parece o NID não morreu e está aí, mais uma vez e em força, para vos trazer as notícias mais recentes da ESTeSC e também do mundo.

Se a crise nos bate à porta e deixa todos em polvorosa, não vale a pena desanimar. Temos pela frente muito divertimento e boa disposição, não fosse esta cidade de estudantes um sinónimo de festa e alegria. Divertam-se!

Nesta edição, especialmente dedicada a receber os novos alunos, não podíamos deixar de apelar à vossa dinâmica e proactividade. Pois é, precisamos de novos membros e por isso contamos convosco... Mas se não quiserem ser membros e, no entanto, gostavam de participar nas nossas actividades (jornal e outras), enviem os vossos textos e sugestões para o nosso e-mail (de forma anónima se preferirem).

Não se deixem ficar de braços cruzados, juntem-se a nós e venham fazer da ESTeSC uma escola melhor!

A Coordenadora
Marta Leal



Notícias do NID



O que andarás o NID a preparar?

- Concursos de Fotografia
- Concurso de Curtas
- Campanhas de solidariedade
- Elaboração mensal do (L)ESTES
- E mais actividades...

O Núcleo de Informação e Divulgação tem conseguido ao longo dos anos cumprir as actividades propostas, indo ao encontro dos alunos. Mas como em tudo, precisamos de ideias novas e de outras perspectivas. Por isso, se tens vontade de inovar, gostas de escrever e envolver-te na comunidade que te rodeia, vem ter connosco e participa!

Marta Leal

Boas vindas da AE

Bem vindos caloiros!

Chegados à ESTeSC, afiguram-se muitos desafios e novas experiências. Sair de casa dos pais, sair à noite, conhecer novas pessoas, a Praxe, etc...

Sei que esta mudança por vezes pode não ser a mais fácil, mas na AE-ESTeSC trabalhamos todos os dias para te ajudar e para te proporcionar as melhores experiências enquanto estás a estudar na ESTeSC.

A AE-ESTeSC promove vários núcleos e secções, de modo a dinamizar a comunidade estudantil. Poderás, ao longo do teu percurso académico, integrar esses núcleos e contribuir para a evolução da AE. Os núcleos disponíveis neste momento são: Núcleo de Informação e Divulgação (responsável pela edição do jornal L'ESTES), Núcleo de Música (que integra a TU NA D'ESTES), Núcleo de Desporto (responsável por dinamizar os torneios desportivos na ESTeSC), Núcleo de Ambiente

e Qualidade (responsável por estudar e dinamizar acções para promover um ambiente sustentável e amigo do planeta) e o Núcleo de Apoio e Integração ao Estudante (que integra o Concilium Praxis). Se tiveres alguma ideia que aches que tem pernas para andar, dirige-te à AE e propõe a criação de um novo núcleo.

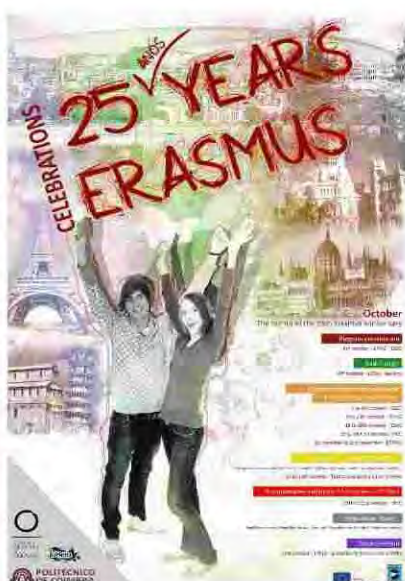
Queremos que te sintas apoiado nesta nova etapa e portanto tens sempre à disposição algum elemento da AE-ESTeSC na Sede, ou o mail ae@aeestesc.net que deverás utilizar para expor as tuas dúvidas.

Aproveita estes anos, pois serão os melhores da tua vida.

Saudações Académicas.

O Presidente,
No Andrade

A reter...



nid.aeestesc@hotmail.com

Núcleos da AE-ESTeSC
 NID Núcleo de Informação e Divulgação

Além da organização mensal do jornal L(E)STES, o NID é um grupo que se ocupa da realização de diversas actividades ao longo do ano, para que esta nossa escola seja sempre um pouco mais dinâmica. Se estás a pensar no que poderá o NID ter reservado para ti, então ao longo do ano está atento, porque vão decorrer concursos que valem a pena e com os quais podes ganhar bons prémios.

E tal como já tem sido realçado ao longo desta edição, o NID precisa de novos membros! Não queremos um jornal que conta apenas com alunos de um curso ou dois, queremos um jornal onde todos os cursos da ESTeS participem. Não gos-

tas de ver o teu curso mencionado no L(E)STES? Então quem melhor do que tu para escrever sobre ele e dignificá-lo? Além disso são necessárias novas perspectivas, novas ideias...

O Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTESC nasceu graças ao seu fundador Tiago Jacinto, e tem-se mantido activo porque os seus membros são dedicados e não desistem frente à primeira dificuldade. Esperemos que não caia no esquecimento e que o NID se mantenha firme durante muitos mais anos, por isso, junta-te a nós, sozinho nada se consegue.

Mafalda Queira

TU NA D'ESTOS

...No Tu Na L'ESTES

Reza uma *mui antigux lendariuns* que a 8 de Abril de 2002, um grupo de estudantes resolveu dar "música" à sua vida académica e, que com "meia dúzia de cordas", formaram a Tu Na D'ESTES, que não parou mais de crescer!

Desde então 10 anos passaram a voar por rotas portuguesas como Viana do Castelo, Ponte de Lima, Condeixa, Redinha, Porto, Guimarães, Algarve, Fundão, Lisboa, Viseu, Açores (Angra do Heroísmo), ... tanto em festivais como em festas das terrinhas, arruadas, ..., não esquecendo casamentos e divórcios.

Mas, 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!)

E muito mais pode-se dizer, mas informo que este artigo é demasiado pequeno para relatar tal viagem, tais momento que foram/serão guardados de um modo muito especial para quem os vive.

Assim sendo, dou as boas vindas aos recém chegados caloirinhos, que agora embarcam nesta longa e atribulada viagem pelo mundo acadêmico, vindo também a con-

vidar a integrar nesta família musical, a Tu Na D'ESTES, aprender a tocar e a cantar afinadinhos para depois espalhar o ritmo, a diversão, a magia e fazer ... amigos/as, em qualquer ponto de Portugal ou durante mais internacionalizações futuras.

Já com um cheirinho a Latada, deixo aos leitores e futuros acompanhantes do Tu Na L'ESTES as maiores saudações tunantes ao sabor do é-ferre-à:

Às seringas (Aiíiiiíi)
Aos cotonetes (Tiriííri)
Aos ECG (Tum-Tum)
Às Barriguinhas (Cheias)
Às aspirinas (Efervescentes)
Às mãozinhas (Força máxima)
Às chapas (Enche o peito de ar, não respira,
pode respirar)
Aos ecopontos (Em ponto pequeno)

[illegible]

Então aparece (nos ensaios) às 2^{as}, 4^{as} e 5^{as} às 19h no auditório da tua escola!

André Teixeira - "Speedy"



Núcleo de Desporto

O Núcleo de Desporto (ND) vem por este meio dar as boas-vindas aos novos alunos da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, desejando a estes e aos restantes alunos desta instituição um ano lectivo cheio de sucessos e alegrias.

A Associação de Estudantes da ESTeSC é um órgão que representa os alunos dentro e fora da escola. O Núcleo de Desporto da AE proporciona algumas 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 possível aparecimento de

outros desportos.

O ND está sempre aberto às tuas sugestões e conta contigo para a participação nas actividades por nós realizadas. Gostaríamos ainda de apelar à tua disponibilidade para integrares este Núcleo.

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.

Para terminar, o núcleo dá os parabéns às equipas finalistas da ESTeSCup 2011/12, "Mágica Biosa", "Os patifes", "Fisio 31", "Mãozinhas" e à dupla vencedora do torneio de sueca, João Vieira e José Ferreira.

André Oneiro

NAQ Núcleo de Ambiente e Qualidade

O Núcleo de Ambiente e Qualidade (NAQ) é um núcleo da Associação de Estudantes da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, 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 a adopção de medidas e iniciativas no âmbito do ambiente e da qualidade ao nível da ESTeSC, englobando toda a comunidade escolar, assim como a coordenação de todas as actividades relacionadas com o

ambiente e a qualidade realizadas na ESTeSC.

Todos nós, alunos da ESTeSC, podemos ajudar a melhorar o ambiente e a qualidade da nossa escola. Por isso, se és uma pessoa que gostas de um AMBIENTE positivo e uma QUALIDADE fantástica na ESTeSC aparece e traz as tuas ideias!!!

Estamos a TUA espera!!

Adaptado do site aAE

<http://www.aeestesc.net>



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

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

tudo 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.

Adaptado do site aAE

<http://www.aeestesc.net>

Nós por cá...

A 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.

Adaptado do site da ESTeSC

www.estescoimbrapt

Nós por lá...

FIM DO SECUNDÁRIO

Chegou ao fim o secundário e agora, para os caloiros da ESTeSC, começa um novo ciclo. Para aqueles que adoravam o ensino secundário pode até ser difícil dizer adeus à antiga rofina, mas esta cidade depressa conquista uma pessoa.

Enquanto que, por um lado, alguns devem estar amedrontados e receosos, outros

com certeza

estão muito curiosos e cheios de vontade de começar este novo ano. Mas a todos esperam novas amizades, noites por Coimbra, a praxe, jantares de curso, padrinhos ou madrinhas, a Latada, a Queima e... Estudo e dedicação.

No início pode parecer que tudo corre

nid.ae@estesc@hotmail.com

lentamente, mas num ápice passaram os quatro anos e nem demos por nada.

Por isso há-que aproveitar e não permanecer numa depressão pós-secundário ou pós-férias. É a altura ideal para criar alguma independência: passar a fazer a comida sem a ajuda da mãe, limpar (ou não) a casa, ou então viver numa agitada e animada residência...

Bom, já deu para perceber que não vai faltar o que fazer por estes lados. O secundário

já lá vai e o melhor a fazer é guardar as recordações e partir para outra. Há sempre os fins-de-semana para matar as saudades da terra, dos amigos e da família, e para recarregar as baterias... Pelo menos para a maioria.

Assim sendo, o NID deseja-vos uma ótima vida académica em Coimbra!

Mafalda Oliveira

Preto no Branco

Começamos mais um ano e com ele vêm novos alunos, novas descobertas e... o aumento das propinas! Para o ano lectivo 2012/2013, as **propinas** na ESTeSC para licenciaturas subiram 8% (de 880€ para 950€), sendo a mais afectada de todas as escolas do Instituto Politécnico de Coimbra. O seu aumento já vai no 2º ano consecutivo. Nós, alunos, até podíamos concordar com o feito se vissemos que o nosso dinheiro está realmente a ser aplicado para melhorar e desenvolver a ESTeSC. Até porque sabemos que existem outras instituições de ensino superior em que as propinas são ligeiramente superiores às nossas. Mas está praticamente tudo na mesma. Apesar deste aumento não ser de agora, só no passado ano lectivo é que se iniciaram as obras para o laboratório de Dietética e Nutrição e, por isso, muitos alunos não vão usufruir do mesmo. Isto leva-nos a outras questões. Como é que se abriu um curso novo sem pensar nas condições que ele exige, como o seu próprio **laboratório, materiais, salas?** Mais um curso significa mais 30 pessoas a ocuparem uma sala por ano, ou seja, no fim de três anos, são precisas pelo menos três salas a mais! E onde estão? Não estão. É por isso mes-

mo que, por vezes, temos aulas quase em regime pós-laboral, em que saímos às 20h ou às 21h... E as aulas não são seguidas, havendo tempos mortos de três horas ou mais. Existem aulas com vários cursos em salas que não têm capacidade para tanta gente, havendo alunos a assistir à aula no chão. E a nossa **biblioteca?** É pequena, tem poucas mesas, poucos computadores, poucos livros, pouco espaço para nos mexermos. É certo e sabido que a maior parte dos estudantes da ESTeSC utilizam a biblioteca da Escola Superior de Enfermagem por ter mais condições.

Além de tudo isto, existem as questões sociais. A diferença de propinas de uma instituição para a outra pode ser um factor decisivo para a escolha do curso que os alunos vão frequentar. Ora, por causa destes aumentos muitos estudantes podem ver-se obrigados a desistir da sua licenciatura. Setenta euros pode não interferir na gestão financeira de algumas famílias mas, com certeza, que noutras faz toda a diferença!

E andamos a pagar propinas para isto.

Z

Em Destaque

CARTA DE PRINCÍPIOS DE REGRAS COMUNS DA PRAXE

Depois de toda a tinta que tem corrido nos últimos anos sobre o tema Praxe, ser a favor ou contra, se são uma forma de integração, uma falta de respeito ou um contínuo de várias tradições académicas, recentemente os órgãos que tutelam as praxes em oito universidades e politécnicos subscreveram uma carta de princípios, na qual se estabelecem regras comuns para a recepção a novos alunos.

Com a intenção de separar o que é praxe do que não é, e evitar muitos dos abusos que ocorrem debaixo do seu nome, os veteranos assumem o objectivo de defender as tradições académicas das críticas que se têm tornado mais fortes nos últimos anos, definindo para isso os critérios que regem essas práticas.

O documento assinado assenta em dois princípios base: o "respeito pela dignidade humana" e a "responsabilização individual pelos actos". A partir destas premissas vão estabelecer-se as regras comuns que vão vigorar nas nove academias subscritoras da carta.

"Pretendemos defender a praxe, combatendo situações em que ela também é vítima", afirmou o presidente do Conselho de Veteranos da Universidade de Coimbra, João Luis Jesus.

A carta de princípios foi subscrita pelas academias de Évora, Porto, Aveiro, Minho, Beira Interior, Trás-os-Montes e Alto Douro, Leiria e Coimbra. Cada academia vai manter a auto-



nomia para redigir os seus próprios códigos de praxe, mas comprometendo-se a adequá-los às regras comuns agora acordadas. O documento foi tornado público no dia 8 de Setembro, numa cerimónia no Pátio das Escolas da Universidade de Coimbra.

O controlo das universidades também aumentou nos últimos anos, especialmente desde que essas práticas foram criticadas publicamente pelo então ministro Mariano Gago.

Segundo o Dux da Universidade do Porto, "acima de tudo, queremos sublinhar a necessidade de respeito. Dos mais novos em relação aos mais velhos, mas também dos mais velhos em relação aos mais novos".

Marta Leal

Correio do Leitor

Tivemos durante a tarde da primeira quinta-feira de aulas, a primeira A.G.A. e a apresentação dos caloiros. Provocando saudades a uns, nervosismo a outros, as quase quatro horas em que a ESTESC esteve no mesmo espaço, não foram fáceis. Muitos tiveram fome, sede e sono. Beberam água, comeram bolachas e chocolates, e também não faltou um cafézinho para acordar (afinal, no dia antes houve festa!).

Entre barulhos de fundo, "caloiro é burro", discursos e explicações, foi caindo no chão do auditório o lixo "que sobrava". Culpa do "ar condicionado" que não temos, boletins de voto foram servindo de leque, acabando a esmaga-

dora maioria caída no chão.

E quem limpou? Os caloiros, que deixaram todo o espaço onde se encontravam - nas escadas - limpo.

E subindo as escadas, viam-se as filas a ficar vazias de pessoas, mas cheias de lixo! Pensei que "caloiro é burro", mas sempre limpa o que outros - superiores a ele - fazem quando trajados. Afinal, não deixa de ser um desrespeito pelo traje, pelo curso, pela ESTESC e por Coimbra, sujar o espaço onde se aprende, vive e cultiva as tradições centenárias da praxe!

GD

Diz lá o que pensas sobre...

...OS HORÁRIOS

Desde o primeiro semestre da minha licenciatura, sempre tive horários que em pouco me agradaram. As aulas não são seguidas, havendo por isso muitos furos que não permitem fazer uma boa gestão do tempo. Além disso acabamos as aulas tarde ou começamos muito cedo. O que me deixava mais contente era ter a sexta-feira livre e neste semestre nem essa sorte tive!

Laura Marques, Dietética e Nutrição

No meu caso pessoal, o horário deste ano vai-me influenciar negativamente, obrigando-me a fazer muitas adaptações, nomeadamente reduzir as actividades extracurriculares (AEC), tempo de estudo e abdicar de algum tempo pessoal. O tempo de estudo é reduzido visto que saio todos os dias entre as 19 e 21h e durante o dia é só buracos, ou seja, como vivo do outro lado não vou andar sempre para cá e para lá e o tempo que posso estudar na escola não é bem aproveitado, porque não posso "levar tudo seguido". O mesmo se passa com as AEC e tempo pessoal. Por último, o facto de as aulas (para mim) começarem quase sempre após as 11h da manhã e estenderem-se até às horas que já referi em cima torna-se muito exaustivo porque os níveis de atenção à tarde são bastante menores.

Entendo que existam aulas que tenham necessariamente de ser dadas a determinadas horas, no caso dos professores que têm um outro trabalho, mas o resto das disciplinas podiam ser leccionadas em horários mais "bonzinhos"... Podemos ter o dever de estudar, mas temos também o direito ao nosso tempo pessoal! Com estes horários isso não se verifica.

Francisco Gouveia, Cardiopneumologia

Interessa-te

Geral

V Congresso Ibero-Americano de Pesquisa Qualitativa em Saúde
"Circulação de Saberes e Desafios em Saúde"
 Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da
 Universidade Técnica de Lisboa
 11 a 13 de Outubro

VIII Congresso Internacional Luso-espanhol
"Envelhecimento positivo e solidariedade intergeracional"
 Castelo Branco
 18 a 20 de Outubro

Formação em Marketing na Saúde - ISPA
 Instituto Universitário de Ciências Psicológicas
 Sociais e da Vida, Lisboa
 20 a 27 de Outubro

III Congresso Nacional de Saúde Pública
 Hospitais da Universidade de Coimbra do CHUC
 25 e 26 de Outubro

Ciclo de Conferências
"Cancro da Mama: uma abordagem multidisciplinar"
 ESTeS Lisboa
 30 de Outubro

Análises Clínicas e Saúde Pública

CURSO INSA I.P
"Análise microbiológica de águas para consumo humano, piscinas, águas minerais e de nascente"
 Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Lisboa
 10 a 13 de Outubro

CURSO INSA I.P
"Vigilância biológica da exposição profissional a agentes químicos"
 Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Lisboa
 23 de Outubro

Audiologia

I Jornadas de Língua Gestual Portuguesa
 Escola Superior de Educação de Coimbra
 27 de Outubro

V Congresso Internacional de Surdos
 Auditório Alexandre Pessoa Vaz, Universidade
 Lusófona de Humanidades e Tecnologias de Lisboa
 16 e 17 de Novembro

Cardiopneumologia

XI Jornadas de Cardiologia de Medicina Familiar de Aveiro Norte
 Hotel Solverde, Espinho
 12 e 13 de Outubro

Dietética e Nutrição

24ª edição do Curso de Culinária Saudável
 FCNAUP, Porto
 13, 20 e 27 de Outubro e 3 e 10 de Novembro

IX Congresso da SPCNA - 1.º Congresso Low Cost de Nutrição
 Universidade de Desporto do Porto
 16 e 17 de Outubro

Farmácia

VIII Congresso da APLF e XXVI Encontro Nacional de Técnicos de Farmácia
 Leiria
 17 e 18 de Novembro

Fisioterapia

Curso de Formação no Método Joselovsky
"Introdução ao Método e Tratamento de Alterações Posturais"
 ISAVE, Póvoa de Lanhoso
 13 e 14 de Outubro

CULTURA

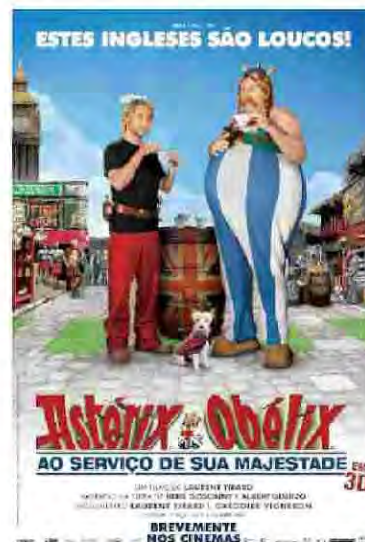
FILMES A ESTREAR



As linhas de Wellington
Drama/Guerra
Estreia: 4 de Outubro



Arbitrage
Drama/Thriller
Estreia: 11 de Outubro



Astérix e Obélix: Ao Serviço de sua Magestade
Comédia
Estreia: 18 de Outubro

EVENTOS EM OUTUBRO

IV Mostra de Doçaria
Conventual e Regional de
Coimbra

Dia: 5 a 7
Local: Convento Santana

Ciclo de Cinema Docu-
mental—Food.Inc

Dia: 15, 21h
Local: Fnac, Coimbra

Concerto: António Pinho Var-
gas

Dia: 27, 21h30
Local: Teatro Académico Gil
Vicente, Coimbra

O NID RECOMENDA...



Estamos em 1996. Quando Josh instala um CD-ROM que dá acesso a cem horas de internet gratuitas no computador de Emma, sua vizinha e melhor amiga, são ambos transportados para uma estranha página chamada Facebook onde veem versões de si mesmos quinze anos mais velhos. As suas relações, amigos, filhos, carreiras, férias... todas essas informações estão na internet e alteram-se consoante as decisões que eles tomam no dia a dia. À medida que tomam consciência do que a vida lhes reserva no futuro, Josh e Emma são obrigados a confrontar-se com o que estão a fazer certo e errado no presente...

Preço: 14,94€

Marta Leal

Ciência Hoje!

E se se pudesse medir a glicose sem a picada de agulha?

Investigadores do Instituto Fraunhofer (Alemanha) estão a desenvolver um sistema de diagnóstico em miniatura que utiliza fluídos, como o suor ou as lágrimas.



Trata-se de um biossensor de medição não invasiva que poderá libertar os pacientes com diabetes da constante dor da picada de agulha no dedo, um meio de verificação de glicose no sangue que faz parte da vida diária destas pessoas.

Este sistema, composto por um minúsculo chip, combina a medição e análise digital, situando-se no corpo do paciente. É capaz de medir os níveis de glicose continuamente por meio de fluídos de tecidos diferentes do sangue, tal como foi mencionado.

O instrumento pode tornar-se a base para um desenvolvimento particularmente útil no futuro: o biochip pode vir a controlar uma bomba em miniatura implantada que, com base no valor da glicose medido, indica a quantidade exata de insulina a administrar. Dessa forma, pacientes com diabetes podem dizer adeus às picadas de agulha para sempre!



Mafalda Oliveira

Sabias que...

O sangue percorre, por dia, cerca de 15 km ao longo de todo o corpo?

A velocidade do espirro pode ser de 160 km/h? Ao tapar-se o nariz a pressão é transmitida para um canal do ouvido. Corre-se o risco de se romper o tímpano caso se tente bloquear o espirro para evitar fazer barulho.

Num único espirro o ser humano espalha no ar cerca de 10 milhões de vírus e bactérias, que são lançados até 4 metros de distância?

Por dia, cada pessoa perde entre 50 a 100 cabelos?

Uma torneira a pingar, mesmo que o pingo seja mínimo, pode desperdiçar mais de 190 litros de água por dia?

Existem mais de 660 músculos em todo o corpo?

Mafalda Oliveira

Passatempos



DESCUBRA
QUAL DAS
PARTES ABAIXO
COMPLETA O
COCO EM
DESTAQUE!



QUAL DOS
DETALHES
ABAIXO
NÃO COR-
RESPONDE
A FIGURA
AO LADO?



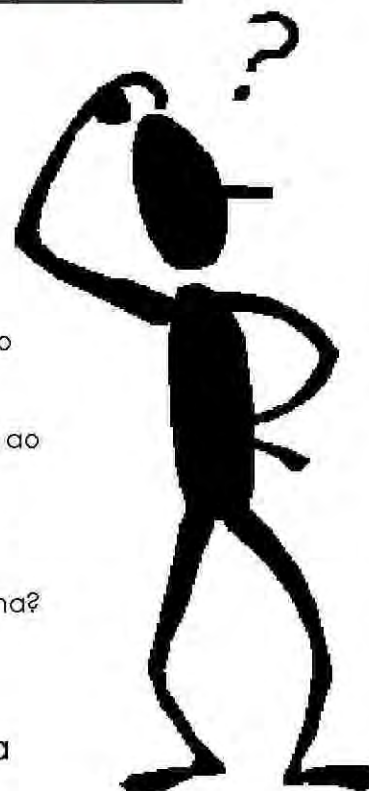
Passatemplos

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

Adivinha!

- 1- O que é que as meninas fazem depois dos 18 anos?
- 2- Quatro romanos e um inglês estavam num avião. Qual era o nome da hospedeira?
- 3- Qual é o homem que precisa de fazer a barba várias vezes ao dia?
- 4- Qual é a coisa qual é ela que sem falar se chama por ela?
- 5- Porque é que muitos alentejanos usam o lápis atrás da orelha?

Luís Costa & Mafalda Oliveira



Soluções Passatemplos: pag.16

nid.aeestes@hotmai.com

Cartoon do Mês



Poema do Mês

A amizade torna os fardos mais leves

porque os divide pelo meio.

A amizade intensifica as alegrias,
elevando ao quadrado, nas mate-
máticas do coração.

A amizade ameniza as tarefas difíceis
porque a gente não as realiza sozi-
nho.

Embora longe, o amigo é alguém
perto de nós.

A amizade coloca música e poesia
na banalidade do quotidiano.

O amigo é a outra metade da gen-
te,

o lado claro e melhor.

Sempre que encontramos um amigo
encontramos um pouco mais de nós
mesmos.

O amigo, na hora certa, é sol ao
meio-dia,

estrela na escuridão.

O amigo é bússola e rota no oceano,
porto seguro na tribulação.

O amigo é o milagre do calor huma-
no
que Deus opera num coração.

Anónimo

Frase do Mês

Luís Costa

"A amizade é como a pintura, que, para se ver bem, não se há-de ver de perto; de longe se conhecem os seus defeitos e as suas perfeições" - Anónimo.

Soluções Passatempos

Ambas as imagens têm como solu-

ção o número 3.

Advinhas:

1- 19 anos

2- IVone

3- O barbeiro

4- Elevador

5- Para fazer as contas de cabeça

OUTUBRO 2012

C.L.D.

FICHA TÉCNICA

Coordenadora: Marta Leal; Secretária: Mafalda Oliveira; Responsável Financeiro: Luís Costa; Redação: André Oliveira, André Teixeira, Ana Silva, Ino Andrade, Luís Costa, Mafalda Oliveira, Marta Leal; Logótipo: Ana Carvalho Fonseca; Imagem: Cristiano Cunha, Daniel Cipriano; Colaboradores Permanentes: Ana Silva, Luís Costa, Mafalda Oliveira, Marta Leal; Impressão: Centro de cópias RR; Tiragem: 150 exemplares; Supervisão: Núcleo de Informação e Divulgação da AE-ESTESC; Propriedade: Associação de Estudantes da ESTeS Coimbra; Agradecimentos: Associação de Estudantes da ESTeSC

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