

Dupla da seleção de vôlei de praia na PUCRS

Nesta quarta-feira, dia 15/10, jogadoras da equipe brasileira de vôlei de praia feminino, Sandra e Ana Paula, e o ex-atleta Paulão, estarão na PUCRS participando de um *workshop* seguido de sessão de autógrafos. O evento integra as comemorações de inauguração do Prédio Poliesportivo da Universidade, do Dia do Professor e do Trabalhador em Administração Escolar. Na oficina, que começa às 14h, no 5º andar do Prédio Poliesportivo, os jogadores falarão da situação atual do vôlei de praia no Brasil, da busca por patrocínios, campeonatos e sobre os prêmios conquistados. Depois haverá sessão de autógrafos com distribuição de camisetas e bonés. O ingresso será 1 kg de alimento não-perecível. A promoção do evento é da Faculdade de Educação Física e Ciências do Desporto e Banco do Brasil. Informações: **3320-3622**.



Bienal expõe cultura japonesa

De 21 a 25/10, exposições de fotografias, *ikebana*, bonsai, origami, máscaras do folclore japonês, *kimono* de noiva, gravuras em material plástico, pinturas clássicas e bonecos e painéis expositores sobre a cultura japonesa são algumas das atrações da 13ª Bienal da Cultura Japonesa. No dia 20/10, às 20h, no auditório do prédio 11, professores da Universidade participam do painel de abertura, que abordará o tema *Longevidade*. Em pauta, biologia do envelhecimento, qualidade de vida, atividade física, entre outros. O evento é uma promoção do Instituto de Cultura Japonesa e da Sociedade Nipo-Brasileira do Rio Grande do Sul, com apoio do Consulado Geral do Japão. As atividades ocorrem no prédio 11, das 9h às 18h. Entrada franca. Informações: **3320-3583** ou no www.pucrs.br/icj.

Atividades no Dia Mundial da Alimentação

Na abertura das atividades da Semana da Alimentação, dia 15/10, às 8h30min, PUCRS e Ministério Público assinam convênio. As instituições comprometem-se a promover condições de vida aos cidadãos pelo desenvolvimento de esforços e mobilização de recursos, em cooperação mútua para expandir atividades de ensino, pesquisa e extensão. Com o tema *Aliança Internacional contra a Fome*, comemora-se, em 16/10, o Dia Mundial da Alimentação. Na programação, a partir das 8h30min, no auditório do prédio 9, ocorre o painel *Combate ao Desperdício de Alimentos: Abordagem Técnica* e, às 10h30min, *Combate ao Desperdício de Alimentos: Abordagem Política e Econômica*. Às 13h, há apresentação da unidade móvel do Programa do Governo do Estado, *Tá no Prato*. Às 14h, têm início as Oficinas *Estratégias de Segurança Alimentar*. Uma das novidades do evento será a transmissão de seminários e painéis do Campus por videoconferência para 16 cidades gaúchas e duas do Distrito Federal. O evento é promovido pelo Projeto Solidariedade e Centro de Pastoral Universitária, em parceria com outras entidades. As inscrições, gratuitas, podem ser feitas na sala 103 do prédio 17 ou pelo www.pucrs.br/pastoral. Informações: **3320-3552**.

Universidade e Glorinha iniciam parceria

A PUCRS, por meio da Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários, e a Prefeitura Municipal de Glorinha assinaram convênio para desenvolver atividades conjuntas de ensino, pesquisa e ações comunitárias de extensão. Um dos projetos previstos na área da saúde envolve a promoção da melhoria da qualidade de vida e da prevenção de doenças na população da cidade, iniciando pelas crianças em idade escolar. O programa será realizado por professores e alunos do Instituto de Geriatria e Gerontologia (IGG). Também serão organizados encontros científicos, publicação de livros e revistas científicas e o município será incluído no Projeto Litoral, no qual alunos das Faculdades de Odontologia e Biociências prestam atendimentos gratuitos à população.

Estímulo aos estudos sobre literatura de língua portuguesa

Pesquisas sobre história da literatura e seu desenvolvimento nos países de língua portuguesa serão incentivadas a partir de uma parceria entre o Programa de Pós-Graduação em Letras e o Portuguese Studies Center, da Universidade de Utrecht (Holanda). O termo de cooperação acadêmica foi assinado pela diretora da Faculdade de Letras, Regina Zilberman, e pelo coordenador do Centro holandês, Paulo de Medeiros. A partir do convênio, as duas instituições editarão uma revista eletrônica sobre cultura e língua portuguesas. A publicação do primeiro número está programada para outubro de 2004. Outra ação prevista é o intercâmbio de professores e alunos brasileiros e holandeses. A PUCRS é a primeira instituição de ensino brasileira parceira do Portuguese Studies Center.

Ética e valorização do ser humano

Começa nesta quarta-feira, 15/10, o 12º Encontro Nacional da Associação Brasileira de Psicologia Social (Abrapso) que reflete sobre a ética, a “ditadura” da imagem descartável e o espírito coletivo e de solidariedade. *Estratégias de invenção do presente – A Psicologia Social no contemporâneo* é o tema do evento, que conta com a presença do secretário nacional de Segurança Pública, Luís Eduardo Soares, falando sobre *Psicologia e políticas públicas* no dia 17/10, às 14h, no prédio 41. Serão apresentados 2.100 trabalhos e 600 pôsteres e serão realizadas 205 mesas-redondas, 800 comunicações orais e o lançamento de mais de 30 livros. Promovido pela Abrapso, o encontro tem apoio da Faculdade de Psicologia da PUCRS. Inscrições podem ser feitas no dia do evento. Informações: www.pucrs.br/abrapso.

Transferência, ingresso de diplomados e reopção

A Divisão de Ingresso e Registro (DIR) recebe, até 31/10, pedidos de transferência de alunos de outras universidades, reopção de curso por estudantes da Universidade e ingresso de diplomados. As solicitações para os cursos de Direito, Administração, Contabilidade e Economia devem ser feitas na DIR (sala 108 do prédio 1). Para os outros cursos, somente na secretaria de cada unidade. Informações sobre cursos que têm vagas e documentação necessária no www.pucrs.br/dir, dir@pucrs.br ou 3320-3573.

Jornada Nacional de Ciências Aeronáuticas

Em comemoração aos dez anos de fundação, o curso de Ciências Aeronáuticas promove a 1ª Jornada Nacional de Ciências Aeronáuticas, dias 25 e 26/10. Haverá relato de experiências, apresentação de investigações científicas e debates sobre temas como o impacto da crise financeira na atividade aérea, o marco regulatório, fusões e associações, segurança de voo e mercado de trabalho. No dia 24/10, às 16h, ocorre um *show* aéreo de acrobacias no Aeroclube do RS (Av. Juca Batista, 8.101). Inscrições e propostas para apresentação de comunicação e pôster até 15/10 pelo www.pucrs.br/jornadaer. É disponibilizada hospedagem solidária gratuita no Aeroclube, para os primeiros 30 inscritos de fora de Porto Alegre, ou na casa de alunos do curso. Interessados enviar solicitação para jornadaer@pucrs.br.

Oportunidade de estudo na Europa

Alunos das Faculdades de Engenharia e Ciências Aeronáuticas podem se candidatar para cursar uma disciplina da sua graduação numa universidade europeia dentro do Inter-câmbio Latino-Americano Europeu em Engenharia. A duração é de um semestre. Requisitos: ótimo conhecimento da língua do país escolhido e 50% do curso de graduação concluído. São de responsabilidade do estudante os custos com passagem, alimentação e hospedagem. Inscrições até 31/10 na sala 201 do prédio 1. Informações: 3320-3660 ou aaii@pucrs.br.

Edipucrs lança Lukács e a Literatura

Ocorre no dia 16/10, às 19h30min, o lançamento da obra *Lukács e a Literatura*, organizada pela professora do Pós em Letras Maria da Glória Bordini. A publicação é da Editora Universitária da PUCRS (Edipucrs). O evento ocorre na Livraria Bamboletras (Rua Lima e Silva, 776 lj. 3) e tem entrada franca.

Política agrícola, reforma agrária e movimentos sociais

O Serviço de Assistência Jurídica Gratuita (Sajug) promove a palestra *Política agrícola, reforma agrária e movimentos sociais*. O convidado é o professor Mario Hamilton Vilela, chefe de gabinete da Reitoria. O evento tem entrada franca e ocorre no dia 15/10, às 18h, no auditório do prédio 11. É válido como atividade complementar.

Pesquisa de opinião da Capes

Os usuários do Portal Periódicos da Capes estão convidados a participar da pesquisa de opinião realizada para avaliar a qualidade da coleção de periódicos científicos eletrônicos disponibilizada. O questionário encontra-se no www.periodicos.capes.gov.br/enquete.htm. Basta selecionar a área de conhecimento que atua e clicar no botão OK para responder.

PUC do Chile recebe universitários brasileiros

A PUC do Chile oferece bolsas de estudo a alunos de graduação para cursarem um semestre. A universidade cobre o custo das mensalidades, mas o candidato deve pagar passagem, alimentação, seguro saúde e hospedagem. Requisitos: ter 50% do curso de graduação concluído e conhecimentos de língua espanhola. Inscrições até 21/11 na sala 201 do prédio 1. Informações: 3320-3660 ou aaii@pucrs.br.



O boletim semanal PUCRS NOTÍCIAS é editado pela Assessoria de Comunicação Social da Universidade. **Coordenador da Assessoria e Diretor-Editor:** Carlos Alberto Carvalho • **Editora Executiva:** Magda Achutti • **Redação e Edição:** Ana Paula Acauan, Angela Vencato e Magda Achutti • **Estagiária:** Débora Braga • **Revisão:** José Renato Schmaedecke • **Projeto gráfico:** Pense Design - Fone 3330-9962 • **Impressão:** Epecê-Gráfica • Para ficar por dentro das notícias diárias da Universidade, acesse www.pucrs.br/imprensa.

Aterosclerose

As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte entre os gaúchos. A aterosclerose é o endurecimento das paredes dos vasos sanguíneos, causado pelo acúmulo de gordura em suas paredes, dificultando a circulação do sangue. É responsável pelo surgimento de doenças como angina, enfarte do miocárdio e trombose. Ela começa na infância e, uma vez instalada, é de difícil tratamento, mas pode ser evitada com a adoção de hábitos de vida saudável desde cedo. São fatores de risco hipertensão arterial, colesterol alto, tabagismo, obesidade, diabetes, estresse, sedentarismo, menopausa, idade, sexo masculino e hereditariedade (doenças cardiovasculares na família). O tratamento está no combate dessas causas.

Sintomas

A doença só é identificada quando ocorre. Nos idosos os sinais podem ser perda de memória, falta de atenção, dormir e acordar enquanto está conversando e dor nas pernas. A angina também é um sintoma.

Prevenção

- Não fumar
- Manter a pressão arterial dentro dos limites normais
- Evitar a obesidade
- Fazer exercícios físicos regularmente
- Evitar ou administrar o estresse
- Se for portador de diabetes, mantê-la controlada
- Ter uma alimentação saudável, consumir o mínimo de sal possível e moderar a ingestão de açúcar e de bebidas alcoólicas
- Manter os níveis de colesterol total igual ou abaixo de 200mg/dl. Para reduzir o colesterol, deve-se evitar gema de ovo, gordura, frituras, doces, embutidos (como salsichão, presunto, salame e salsicha), carnes gordas e vísceras (fígado, coração, rins, miolo e moela).



Fonte: Proad/GRH/Sesmt

Se você quer esclarecer alguma dúvida ou sugerir um tema para o Viva Bem, entre em contato pelo ramal 4338 ou pucrsnoticias@pucrs.br

fique por dentro

■ O coordenador do Setor Didático-Pedagógico (Sedipe), Maurivan Ramos, retornou de Québec (Canadá), onde participou de estágio na Universidade de Laval, como requisito do curso de Gestão e Liderança Universitária. A promoção é do Instituto de Gestão e Liderança Universitária (IGLU) da Organização Universitária Interamericana. De 23 a 28/11 a PUCRS sediará o Estágio do 20º Curso de Especialização em Administração Universitária, recebendo participantes da Argentina, México e República Dominicana.

■ O Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas participou do concurso HP Mobility, promovido pela empresa HP na área de tecnologia sem fio. O projeto da PUCRS, sobre o uso de tecnologias sem fio aplicadas no suporte ao aprendizado para deficientes auditivos e visuais e para alunos de medicina, foi o vencedor. O prêmio é US\$ 130 mil em equipamentos para o desenvolvimento da pesquisa, que envolve as Faculdades de Informática, Engenharia, Educação e Medicina.

■ Professor Emilio Moriguchi, da Faculdade de Medicina e do Instituto de Geriatria e Gerontologia (IGG), presidirá a Comissão Científica do Congresso Mundial de Gerontologia, que será no Brasil de 26 a 30 de junho de 2005, no Rio. Moriguchi retornou de Kyoto (Japão), onde participou do Congresso Mundial de Aterosclerose apresentando as últimas pesquisas realizadas no IGG na área de metabolismo de colesterol.

■ Em sua reunião anual, a Sociedade Americana de Ictólogos e Herpetólogos reconheceu a importância da obra *Check List of the Freshwater Fishes of South and Central América*. Agradeceu ao professor Roberto Reis, da PUCRS, e aos pesquisadores Sven Kullander (Suécia) e Carl Ferraris Jr (EUA) pela organização e publicação do livro que é a primeira lista completa e comentada sobre peixes de água doce das Américas do Sul e Central.

■ O professor Wolfgang Kersting, da Universidade de Kiel (Alemanha), esteve na PUCRS apresentando uma análise filosófica da guerra do Iraque e ministrou palestra sobre a questão do Estado em Kant. A promoção foi do Programa de Pós-Graduação em Filosofia. Na ocasião, Kersting também autografou seu livro *Universalismo e Direitos Humanos*, lançado pela Edipucrs.

■ A Faculdade de Engenharia, e a Fundação de Ciência e Tecnologia (Cientec) iniciaram parceria para unificar esforços e potencialidades em pesquisa e tecnologia. As unidades universitárias terão novos espaços para pesquisa e ações cooperadas junto à Cientec e a infra-estrutura e tecnologia da PUCRS será disponibilizada aos pesquisadores da Fundação. A parceria proporciona mais força na captação de recursos junto aos fundos setoriais e alternativas de ações para o desenvolvimento do Estado.

15	<p>Início do curso Literatura no Rio Grande do Sul. Promoção: Faculdade de Letras. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Cursos do ATC – Apple Training Center: Dia 15/10 inicia o DVD <i>Studio Pro</i>. Dia 16/10 inicia o <i>Dreamweaver</i> e <i>Fireworks</i> Básico. Dia 20/10 inicia o <i>Photoshop</i> Avançado. Promoção: Faculdade de Comunicação Social. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Inscrições abertas para a 3ª Jornada Acadêmica – Temas em Serviço Social, com início em 22/10. Promoção: Faculdade de Serviço Social. Informações e inscrições gratuitas: 3320-3546.</p> <p>Inscrições abertas para o Encontro Gaúcho de Espiritualidade e Qualidade de Vida, com início em 25/10. Promoção: Faculdade de Psicologia, Centro de Pastoral Universitária e outras entidades. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Inscrições abertas para o curso Desenvolvimento de Websites e Portais Corporativos com ASP e SQL Server, com início em 25/10. Promoção: Faculdade de Informática. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p>		
	16	<p>Início do curso Adultos na atualidade: Uma abordagem simbólica. Promoção: Faculdade de Psicologia. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Inscrições abertas para a 4ª Jornada de Psicopedagogia, com início em 27/10. Promoção: curso de Psicopedagogia da Faculdade de Educação. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Inscrições abertas para o curso Gestão e Liderança de Equipes, com início em 27/10. Promoção: Fijo. Informações e inscrições: 3339-1692 e www.fijo.com.br.</p> <p>Inscrições abertas para os cursos de mestrado e doutorado do PPG em Letras. Informações e inscrições: sala 421 do prédio 8, 3320-3676 e www.pucrs.br/fale.</p>	
		17	<p>Inscrições abertas para o curso Psicologia do Consumidor: Construindo Novos Paradigmas para o Sujeito do Consumo, com início em 27/10. Promoção: Faculdade de Psicologia. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Inscrições abertas para o 4º Curso de Introdução ao Epiinfo 2002, com início em 27/10. Promoção: Instituto de Geriatria e Gerontologia. Informações e inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p> <p>Inscrições abertas para o curso Cuidadores de pacientes com Alzheimer, com início em 28/10. Promoção: Fijo. Informações e inscrições: 3339-1692 e www.fijo.com.br.</p> <p>Inscrições abertas para os cursos de bonsai e culinária japonesa. Promoção: Instituto de Cultura Japonesa. Informações: 3320-3583 e www.pucrs.br/icj. Inscrições: Proex, sala 201 do prédio 40, 3320-3680.</p>
			20
	21		



frase da semana

Colaboração do Centro de Pastoral

“ Sem a curiosidade que me move, que me inquieta, que me insere na busca, não aprendo nem ensino. ” (Paulo Freire)