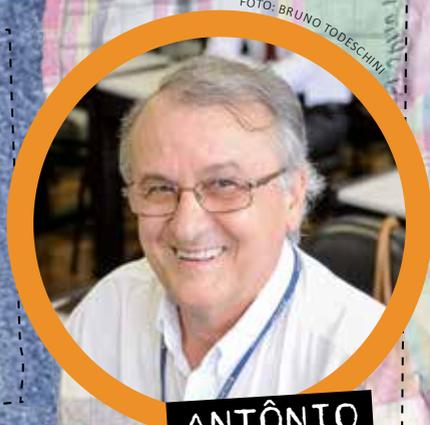


# MUNDO PUCRS

Edição Nº 17 • Ano I • 27 de novembro a 10 de dezembro de 2014

FOTO: BRUNO TODESCHINI



**ANTÔNIO  
DALPICOL,  
O AMIGO  
DAS LETRAS**

PÁGINA 4

**O FIM DE  
ANO COMO  
ALIADO**

PÁGINA 7



A psicóloga  
Maria  
Estelita  
Gil e o  
patroninho  
Ayel dos  
Santos  
Souza na  
Feira de  
2013

**FESTA DA LITERATURA**

HOSPITAL SÃO LUCAS REALIZA A

**FEIRA DO LIVRO INFANTIL**

PÁGINA 5



Letra: Augusto Fischer  
Júlia da Rosa Simões  
**Porto Alegre**  
a capital dos gaúchos

# na PAUTA

## ATÉ 28 DE NOVEMBRO — TRANCAMENTO DE MATRÍCULA, CANCELAMENTO DE DISCIPLINAS E PEDIDOS DE REINGRESSO

Central de Atendimento ao Aluno, prédio 15. Informações pelo 3320-3573.

## ATÉ 1º DE DEZEMBRO — AVALIAÇÃO DE DISCIPLINAS

Alunos e professores da graduação podem responder a Avaliação de Disciplinas no [www.pucrs.br](http://www.pucrs.br), por meio da Central de Alunos e da Central de Professores. Ou direto no [www.pucrs.br/autoavaliacao](http://www.pucrs.br/autoavaliacao). Informações pelo 3353-4391.

## 1º E 2 DE DEZEMBRO —

### SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE DESENHO INDUSTRIAL

Auditório térreo do prédio 50, às 8h30min. Entre os palestrantes, o professor Alexander Krasnikov, da Escola de Negócios da Universidade de George Washington (EUA), e a coordenadora do Plano Nacional de Desenho do Ministério da Indústria da Argentina, Carolina Martinez. O evento aborda temas como *Desenho industrial e políticas públicas; Marcos legais; Integração dos mecanismos de proteção*, entre outros. Inscrições: [www.google.com/forms/ebLKWTWsV8](http://www.google.com/forms/ebLKWTWsV8). Informações: 3320-3907 e pelo [ett.eventos@pucrs.br](mailto:ett.eventos@pucrs.br). Promoção: Escritório de Transferência de Tecnologia da PUCRS em parceria com a Organização Mundial da Propriedade Intelectual e o Instituto Nacional da Propriedade Industrial.

## 4 DE DEZEMBRO — PALESTRAS INTERNACIONAIS

Auditório térreo do prédio 40, das 17h30min às 19h. A pesquisadora Valentina Mordvintseva, do Instituto Nacional de Arqueologia da Academia de Ciências da Ucrânia, apresenta estudos em arqueologia na Crimeia. E a professora Yulia Melikh, da Faculdade de Filosofia da Moscow State University, aborda o pensamento literário e filosófico na Rússia. Depois das palestras, haverá uma mesa-redonda mediada pelo docente Abílio Baeta Neves (Propesq). Promoção: Pró-Reitoria de Pesquisa, Inovação e Desenvolvimento, Assessoria para Assuntos Internacionais e Interinstitucionais e Instituto de Cultura.

## ATÉ 5 DE DEZEMBRO —

### EXPOSIÇÃO QUAL O PEDAÇO DE SEU PAÍS QUE VOCÊ CARREGA?

Saguão da Biblioteca Central. Exposição de fotos dos alunos Edissa Waldow, Frederico Martins, Helena Rocha, Heike Knebel, Pedro Scott, Maia Rubim e Yanlin Costa, da equipe de Fotografia e do Editorial J, núcleos do Espaço Experiência da Faculdade de Comunicação Social. A mostra apresenta, por meio de imagens, o que intercambistas na PUCRS demonstram e levam consigo de suas culturas de origem.

## 6 E 7 DE DEZEMBRO — VESTIBULAR DE VERÃO

Provas realizadas das 16h às 20h. Informações: [www.pucrs.br/vestibular](http://www.pucrs.br/vestibular) ou 3320-3557.



## ATÉ 16/12 — INSCRIÇÕES PARA O PROGRAMA BRAFITEC

Alunos dos cursos de Engenharia Civil, Mecânica, Controle e Automação, Produção, Elétrica e Química podem inscrever-se no programa de mobilidade acadêmica Brafitec. Interessados devem ler o edital e preencher o formulário de inscrição no [www.pucrs.br/pma](http://www.pucrs.br/pma) e entregar junto a documentação necessária na Coordenadoria de Mobilidade Acadêmica (sala 101, prédio 15). As entrevistas ocorrem no dia 18/12, na sala 208 do prédio 15. Os resultados serão divulgados em 23/12. Informações adicionais pelo 3320-3656.

## #FICADICA

Saber a agenda completa dos *shows* e dos espetáculos de Porto Alegre ficou mais fácil. O aluno de Engenharia de Produção Lucas Castilhos cod desenvolveu um aplicativo para isso, chamado *Easy Show*. Além de conter todo o programa de apresentações da Capital gaúcha e de outras três cidades brasileiras — São Paulo, Rio de Janeiro e Gramado — a ferramenta permite aos usuários buscar ofertas e revenda de ingressos, agendar no calendário

pessoal as datas das performances e compartilhar fotos de eventos assistidos.

Para aperfeiçoar a tecnologia, Castilhos fez o trabalho de conclusão de curso sobre a usabilidade do aplicativo. Orientado pela professora Patrícia Magnago, realizou testes, observações, filmagens e questionários. A ideia é expandir a plataforma para outras capitais, como Belo Horizonte, Brasília e Curitiba. Para baixar o *app*, acesse [www.bitly.com/easyshow](http://www.bitly.com/easyshow) ou procure na Play Store de *smartphones* com sistema Android. Mais informações: [www.easysshowapp.com.br](http://www.easysshowapp.com.br).

## Fale com a gente

Fone: 3353-4446 ou ramal 4446  
Site: [www.pucrs.br/mundopucrs](http://www.pucrs.br/mundopucrs)  
E-mail: [mundopucrs@pucrs.br](mailto:mundopucrs@pucrs.br)  
Fan page: [www.facebook.com/mundopucrs](http://www.facebook.com/mundopucrs)

# POR aí

## É o Natal vem chegando...



A PUCRS está com um programa de ações para preparar a comunidade universitária à celebração do nascimento de Jesus. O Campus recebeu iluminação natalina, manjedouras e o presépio está montado na Igreja Cristo Mestre. O sorteio do Amigo Secreto entre as unidades acadêmicas mobiliza professores e técnicos administrativos. Em 17 de dezembro haverá a troca de presentes com um significado especial. Veja como participar.



## #vivaesseNatal

- **2 DE DEZEMBRO (terça-feira)**  
– Das 11h às 14h – Piquenique natalino (entre os prédios 6 e 15)  
– Das 17h às 18h – Montagem da árvore de Natal (em frente à Reitoria)
- **3 DE DEZEMBRO (quarta-feira)**  
– 18h – Espetáculo do Coral e da Orquestra  
– 18h30min – Mundo da Criança PUCRS (Centro de Eventos, prédio 41)
- **5 DE DEZEMBRO (sexta-feira)**  
– Das 9h às 19h – Entrega dos presentes de Natal: Jovem Aprendiz, Estagiários e Coral (auditório 202, prédio 40)
- **8 E 9 DE DEZEMBRO (segunda e terça-feira)**  
– Das 9h às 19h – Entrega dos presentes de Natal aos técnicos administrativos e professores (teatro do prédio 40, auditório do prédio 50 e Parque Esportivo)
- **11 DE DEZEMBRO (quinta-feira)**  
20h – Confraternização de final de ano: Adppucrs e Afpucrs (restaurante Palatu's)
- **12 DE DEZEMBRO (sexta-feira)**  
19h – GreNal Solidário Afpucrs (Parque Esportivo)
- **17 DE DEZEMBRO (quarta-feira)**  
– 11h30min e 18h – Jornada Preparatória ao Natal (Igreja Universitária Cristo Mestre)  
– Visita do Amigo Secreto entre as unidades acadêmicas e setores



## PUCRS tem canal no iTunes U

A plataforma para conteúdo educacional da Apple, iTunes U, agora conta com um canal da PUCRS. Ele funciona como um repositório de conteúdo, com videoaulas e materiais de apoio. O acesso é por meio de dispositivos da Apple ou por computadores que tenham o programa iTunes instalado (inclusive os que funcionam com o Windows). As aulas podem ser assistidas a qualquer momento e na ordem desejada pelo aluno. O curso que inaugura o canal é o primeiro em português de Desenvolvimento iOS em Swift, criado por integrantes do programa BEPID – uma parceria entre a Faculdade de Informática da PUCRS e o Instituto de Pesquisas Eldorado.

Nos primeiros dias após publicado, o curso ficou entre os mais acessados do Brasil. Segundo o coordenador do projeto, professor da Faculdade de Informática Afonso Sales, um dos objetivos do BEPID é oferecer conteúdo gratuitamente para a comunidade em geral. A ideia é lançar, até o final do ano, uma versão do curso legendado em inglês. O canal da Universidade é gerenciado pela PUCRS Virtual e pode ser utilizado por outras Faculdades.



Saiba mais em: <http://j.mp/itunesupucrs>

## O que é ser PUCRS para você? Em fotos!

Alunos, diplomados, técnicos administrativos e professores da Universidade e a comunidade podem participar do concurso fotográfico *O que é ser PUCRS para você?*. Basta inscrever suas fotos que representem essa questão no site [www.descubrapucrs.com.br](http://www.descubrapucrs.com.br) até 15 de dezembro. Os autores das três fotos mais curtidas serão premiados com uma câmera instantânea Fuji Instax Mini. Cada participante pode concorrer com quantas fotos quiser, subindo o arquivo ou compartilhando com a sua conta do Instagram ou do Facebook. O regulamento está no site.

## MicroG inaugura Espaço Empreendedor

O Centro de Microgravidade recém-inaugurou o primeiro Espaço MicroG Empreendedor em conjunto com as empresas Lifemed e Toth, no Tecnopuc. A parceria quer explorar ainda mais o potencial da união entre a Universidade e o setor empresarial, estimulando o desenvolvimento de novos projetos, produtos e iniciativas inovadoras. O Espaço MicroG Empreendedor está instalado em ambiente compartilhado entre as empresas envolvidas no projeto. A união já conta com exemplos de sucesso, entre eles o Lifeshock Pro, desfibrilador lançado em 2013.

# De Quincas Borba à Zorba, o Grego

## AUTORRETRATO Antônio Dalpicol

**Nascido em** Caxias do Sul, Antônio Dalpicol mudou-se para a Capital gaúcha em 1966, quando veio cursar Letras na UFRGS. Sua caminhada como professor de Português na PUCRS iniciou-se em 1989. Lembra com carinho dos 20 anos em que lecionou na Faculdade de Comunicação Social (Famecos). Hoje, segue na Faculdade de Letras e atua como revisor na Assessoria de Comunicação Social (Ascom). Com descendência do Tirol Austríaco (do lado materno) e do norte da Itália (pelo lado paterno), Prof. Dalpicol, como é conhecido, já visitou as terras de seus antepassados. Colorado, gosta também de jogos de tênis; não dispensa um bom livro, em especial biografias, e um mate na companhia da esposa Sandra. Em 2014, lançou o livro *Muito além do seminário*, em parceria com outros colegas escritores, onde contam suas experiências de vida.



Na sua formatura, em 1970, com o Prof. Elpídio Paes

Em sala de aula, na Faculdade de Letras



**Eu sou:** professor

**Acredito em:** muitas coisas – na bondade das pessoas, na família como base da sociedade, na escola como base do saber, em Deus, com certeza...

**Eu admiro:** todas as pessoas que lutam dia a dia para conquistar, honestamente, seu espaço neste mundo selvagem.

**Melhor lembrança:** (são muitas!) o nascimento de meus filhos e neto; a conquista do campeonato mundial – FIFA – no Japão; a formatura em Letras em 1970...

**Um lugar:** São Brás da Quarta Léguas (Galópolis/Caxias do Sul).

**Durante a minha vida aprendi:** a valorizar cada minuto; a pensar muito antes de tomar decisões; a não ser intransigente; a acreditar na bondade das pessoas...

**Experiência marcante:** ter sido professor de PAC (Português Aplicado à Comunicação) na Famecos durante quase 20 anos. Inesquecível!

**Já visitei:** menos lugares de muitos que eu queria ter visitado, mas o suficiente para entender que a Terra é linda e enorme.

**Não gosto de:** sair do meu caminho, isto é, fazer algo que não programei. Acho que não sou inventivo, nem aventureiro.

**Meu esporte é:** (atualmente só para assistir) tênis (fico horas vendo uma bolinha indo de lá pra cá, de cá pra lá

numa concentração única); futebol (paixão antiga, dos tempos de menino, quando era um promissor ponta esquerda).

**Pessoas que me influenciaram:** (foram muitas!) meus pais, pelo exemplo de simplicidade e dedicação; meus irmãos, pelo incentivo e torcida; minhas primeiras professoras (Elisa e Júlia), pela paciência; dona Sandra (sempre esposa e atenta), pelo companheirismo; dona Afonsina (sogra exemplar), pela sabedoria; vários amigos e colegas...

**Tenho saudades de:** quando era criança (quanto tempo, meu Deus!), brincando de carrinho de lomba nas lombadas de São Brás.

**Se eu fosse um personagem:** gostaria de ser como Alexis Zorba (interpretado por Anthony Quinn) em *Zorba, o Grego*; ou, talvez, Rubião (personagem de *Quincas Borba*, de Machado de Assis), de braços com Sofia!?!...; ou ainda, Jango Jorge, personagem de *Contrabandista*, conto de Simões Lopes Neto. Acho que tenho múltiplas personalidades!...

**Recomendo:** procurar sempre o bem individual e coletivo; preparar hoje o amanhã para não se arrepende.

**Se eu fosse um filme eu seria:** *A grande escapada*, com Charles Bronson.

**A trilha musical da minha vida teria:** chorinhos de Chico Buarque e bossa nova de Vinícius e Toquinho.

**Cosas simples que me fazem**

**feliz:** tomar um mate no avarandado da casa com dona Sandra (é verdade!); estar com meus filhos e neto nos fins de semana; caminhar à beira da praia ao entardecer; ver o interesse dos alunos em aprender...

**As melhores coisas da vida são:** a paz de consciência; o convívio com a família e amigos, a vitória do time do coração...

**Quando não estou trabalhando gosto de:** estar em casa, ir à praia; ler um bom livro (uma biografia, de preferência); assistir (na TV) a bons jogos de futebol ou de tênis...

**Momento mais marcante na trajetória PUCRS:** na PUCRS, todos os momentos são marcantes; cada período de aula é marcante; ser homenageado ou paraninfo de turma é marcante; ver um trabalho realizado com sucesso é marcante...

**Se eu não trabalhasse na Fale eu seria:** não sei o que seria... ah! revisor na Ascom, na companhia de gente tão querida!?

**Meu talento é:** (será que eu tenho isso?) ser paciente.

**Planos futuros:** continuar na luta; fazer as viagens programadas e sempre adiadas; estar mais com as pessoas que estimo...

# ALÉM DO campus



Interessados em colaborar podem doar obras infantis no Serviço de Psicologia, no 2º andar do HSL, até o dia do evento.

## Música, histórias e homenagem na Feira do Livro Infantil

O 5º andar do Hospital São Lucas fica ainda mais colorido no dia 10 de dezembro para a Feira do Livro Infantil, promovida pela instituição com a Faculdade de Letras. Uma programação recheada começa às 10h e vai até o final da tarde no Setor de Pediatria. Na 11ª edição, o evento busca reproduzir situações semelhantes às da Feira do Livro de Porto Alegre, inclusive tendo o mesmo patrono, o escritor Airton Ortiz. Representando as crianças,

estará o patroninho. É escolhido na semana do evento, pois a sua condição pode alterar-se com a alta do hospital ou até com a realização de uma cirurgia.

Neste ano, um dos destaques será a homenagem à professora Solange Medina Ketzer, criadora do projeto *Literatura Infantil e Medicina Pediátrica: uma aproximação de integração humana* e sua coordenadora até 2013. Será descerrada uma placa,

dando o seu nome à Biblioteca Infantojuvenil, instituída em 1998.

Durante todo o dia, haverá atividades voltadas à promoção do livro e da leitura, como narração de histórias, apresentação teatral dos bolsistas do projeto (ao todo são sete alunos de Letras com BPA/PUCRS e dois estudantes de Ensino Médio de escolas maristas que participam do Pré-Grad na PUCRS), sessão de autógrafos e doação de livros às crianças.

### Quem é Solange Medina Ketzer

**Pró-Reitora** Acadêmica de 2000 a 2013, a professora dedicou-se à PUCRS durante 30 anos. Foi por uma década vice-diretora e diretora da Faculdade de Letras. Criou o projeto *Literatura Infantil e Medicina Pediátrica: uma aproximação de integração humana* há 17 anos, pelo qual bolsistas contam histórias para as crianças internadas na Pediatria, contribuindo para amenizar o sofrimento. Em 1998, foi criada a Biblioteca Infantojuvenil, uma iniciativa inovadora no País. Em 2007, o projeto recebeu o Prêmio Fato Literário, do Grupo RBS. Em 2011, conquistou o Prêmio Top Cidadania, da ABRH/RS, na categoria Instituições sem Fins Lucrativos.



### Nada de jogos

**Micaelly Fanfa** Lelling, 7 anos, perdeu a Feira do Livro de Porto Alegre neste ano por-

que estava no Hospital São Lucas desde 26 de outubro. Pisou num prego e ainda caiu, fraturando o pé. Ganhou do pai um *tablet* para passar o tempo mais rápido, mas nada de jogos. Usa o aparelho para tirar fotos dos colegas de leito. No resto do tempo, diverte-se na recreação do hospital ou na Biblioteca Infantojuvenil. Adora ler e em voz alta para todo mundo ouvir. "Chega em casa com a mochila cheia de livros da biblioteca da escola", conta a mãe Tatiane Fanfa.



### Programação

- **10h** – Cerimônia de abertura
  - Fala da psicóloga Maria Estelita Gil
  - Descerramento de placa e homenagem à professora Solange Medina Ketzer
  - Abertura oficial pelo patrono e pelo patroninho
  - Número musical com alunos da Fale Jonas Saraiva (doutorado) e Rafaela Damião (graduação)
  - Fala e sessão de autógrafos com o patrono
  - Compra simbólica dos livros pelas crianças internadas e egressos da Pediatria.
- **14h30min** – Narração de histórias e sessão de autógrafos com os escritores Martina Schreiner e Celso Sisto
- **15h30min** – Apresentação da Orchestra de Poesia, direção do professor Celso Sisto
- **16h** – Apresentação do grupo de bolsistas do projeto *Tininha Cereja*
- **16h30min** – Compra dos livros pelas crianças

### Fontes:

Vera Wannmacher Pereira, professora da Fale, Leandro do Prado e Jonas Saraiva, doutorandos, e Maria Estelita Gil, psicóloga do HSL



# Gente & Cia

## ALUNO NA ANTÁRTICA

Os professores **Rafael Baptista** e **Thais Russomano** coordenam, até 9 de dezembro, o Space Life Sciences, o primeiro curso de extensão da PUCRS totalmente em inglês e a distância. Focado em Fisiologia, Farmácia e Biomecânica Aeroespacial, com duração de um mês, conta com 25 alunos brasileiros e dez estrangeiros. Entre os “forasteiros”, está **Agustin Folgueira**, 30 anos, médico argentino e pesquisador que vive na Base Antártica Belgrano 2 (foto). O aluno trabalha na “pequena cidade” de 18 habitantes, cercada por um deserto de gelo. O curso é promovido pela Faculdade de Medicina, Coordenadoria de Educação a Distância e Centro de Microgravidade.



FOTO: DIVULGAÇÃO



FOTO: DIVULGAÇÃO

## LES DOCTORIALES

**Onze alunos** de doutorado da PUCRS participaram da primeira edição gaúcha do Les Doctoriales. O seminário de imersão de cinco dias, realizado em Bento Gonçalves, levou um grupo de 100 doutorandos, de 95 instituições do Estado, a ampliar a sua consciência sobre as competências profissionais. A Universidade foi representada por discentes dos Programas de Pós-Graduação em Administração, Ciência da Computação, Ciências Criminais, Comunicação Social, Engenharia e Tecnologia de Materiais (Pgetema), Educação, Letras e Medicina. Na competição *Desafio de inovação em 24 horas*, integraram a equipe vencedora (foto) **Juliane Marcolino** e **Natália Lopes** (Pgetema), **Adriana Karnal** (Letras/Linguística) e **Angela Meili** (Comunicação). Os professores **Eleani Costa** e **Gustavo Dalmarco** participaram da seleção dos estudantes na PUCRS. O Les Doctoriales é uma promoção do governo do Estado.

## PRÊMIO NA FEIRA

O livro *Desenvolvimento Econômico no Rio Grande do Sul*, lançado pela Edipucrs, ganhou o Troféu Cultura Econômica, do Jornal do Comércio e Badesul, na 60ª Feira do Livro de Porto Alegre. A obra, organizada pelos professores da Faculdade de Administração, Contabilidade e Economia **Izete Bagolin** e **Ely de Mattos** (foto), foi considerada a melhor publicação na área de economia e negócios. São autores de capítulos os professores **Adelar Fochezatto**, **Augusto Alvim**, **Cecília Hoff**, **Gabriela Ferreira**, **Gustavo Moraes**, **Jorge Audy** e **Milton Stella**.



FOTO: DIVULGAÇÃO

## HUMANO-COMPUTADOR

**Pela primeira** vez a PUCRS teve duas equipes finalistas na Competição de Avaliação de Interação Humano-Computador. De 17 trabalhos de todo o Brasil, os grupos de alunos da Pós-Graduação em Ciência da Computação, da Faculdade de Informática, **Augusto Weiand**, **Caroline Santos**, **Marcelo Ghilardi** e **Tallitha Campos**; e **Aline Zanin**, **Leonardo Soletti**, **Pedro Henrique da Silva**, **Vanessa Machado** e **Walter Paixão-Cortes** se classificaram em 4º e 5º lugar, respectivamente. Eles foram orientados pela professora **Milene Silveira**. A competição ocorreu no Simpósio Brasileiro sobre Fatores Humanos em Sistemas Computacionais, o maior evento promovido pela Sociedade Brasileira de Computação.



FOTO: DIVULGAÇÃO

## NO JAPÃO

**Dois doutorandas** do Programa de Gerontologia Biomédica foram aceitas para um doutorado sanduíche no Departamento de Participação Social e Saúde Comunitária do Instituto Metropolitano Gerontológico de Tóquio (TMIG). Serão orientadas pelo professor Shoji Shinkai. As alunas **Maria Cabral**, que realizará pesquisa sobre hábitos alimentares de japoneses longevos (80 anos ou mais), e **Ângela Kemel Zanella**, que estudará os fatores de risco para incontinência urinária em japonesas longevas, iniciarão o seu estágio de seis meses em fevereiro. O TMIG é o mais importante instituto de pesquisa do envelhecimento do Japão e foi local de treinamento do orientador das alunas, professor **Ângelo Bós**, no seu doutorado, na Universidade de Tokai.

# #fimdeano



**Provas, trabalhos, TCC, encerramento de semestre, reuniões com amigos, festas de encerramento, muitos compromissos e pouco tempo.** Muitas vezes, quando parece que falta tempo para

fazer tudo, otimizá-lo pode ser a solução. O professor da Faculdade de Administração, Contabilidade e Economia (Face) André Bender dá algumas dicas de como se organizar para evitar atropelos e não deixar nada para trás.

## PODC

A sigla muito usada em Administração quer dizer Planejamento, Organização, Direção e Controle, ferramentas básicas nas práticas da área. Faça um cronograma das ações que devem ser realizadas nas próximas semanas e nos próximos meses. Não confie na memória, escreva para não esquecer de nada. Use a ferramenta que achar mais adequada para estruturar e alinhar suas atividades. Pode ser no computador, no celular, em pranchetas, em bloco de notas, ou em folhas brancas, sem pautas – para deixar a cabeça mais aberta. Deixe espaços para acrescentar novos compromissos. “Quando a pessoa tem muita coisa a fazer, ela fica esticada e não sabe para onde correr. Colocar em perspectiva muda a situação”, comenta Bender.

É importante visitar a lista sistematicamente e riscar em outra cor o que já foi feito. Isso dá uma sensação de dever cumprido. Deixe-a visível e diariamente consulte o que ainda falta realizar. “Disciplina é importante e a necessidade é grande motivadora. Não fazer algo que deve ser feito pode ter um custo muito alto”, destaca Bender.

## PLANEJAMENTO FINANCEIRO

**Complementar à** lista de afazeres, pode ser criada uma lista dos compromissos financeiros. O professor Alfredo Meneghetti, da Face, dá dicas de como se organizar economicamente no final do ano, equilibrando compras de Natal, IPVA e IPTU. Segundo ele, é preciso planejar-se e fazer uma poupança ao longo do ano para conseguir grandes descontos nos impostos. Sobre o 13º salário, Meneghetti sugere usar para quitar dívidas, em segundo lugar para os compromissos de final de ano e, no caso da pessoa ter saldo positivo, colocá-lo na poupança. Ouça as dicas do professor de como apresentar família e amigos no Natal sem extrapolar o orçamento e como viajar nas férias sem se endividar.

Ouça as dicas do professor Alfredo Meneghetti em [www.pucrs.br/mundopucrs/017/audio.htm](http://www.pucrs.br/mundopucrs/017/audio.htm) ou use o QRCode.



## QUALIDADE DE VIDA

**Cuidar do** nível de estresse e ter as coisas na perspectiva certa, sem exageros, é importante. Todos os momentos de refeição devem ser de reflexão, com alimentos saudáveis e uma dieta equilibrada. O corpo pode ser um aliado para a mente sadia. Levante mais cedo para não precisar fazer tudo às pressas. Tome um café da manhã com calma e não deixe as pernas irem na frente e a cabeça ficar para trás. Pense no que está fazendo.



## ESTUDAR ESTRATÉGICO

**Nas disciplinas** da Faculdade, identifique as que percebe como mais complexas para si e dê um atendimento preferencial. Dedique mais tempo àquelas em que precisa de maiores notas ou tem mais dificuldade. E deixe os *gadgets* um pouco de lado. “Os principais problemas que percebo que os alunos enfrentam são largar o celular e escrever o que precisam fazer”, revela André Bender.

## REFLEXÃO

**Uma dica** é fazer essa lista com um exercício de reflexão. Durante um café da manhã sossegado e bem alimentado – “porque ninguém pensa direito de barriga vazia” –, dedique 30 minutos para planejar suas ações futuras. Inicialmente, faça uma lista despreziosa e, num segundo momento, atribua prioridades por datas. Você pode usar a classificação ABC (da gestão de estoque em administração). Hierarquize os mais importantes e urgentes primeiro, depois os que necessitam de cuidados medianos e por último, mas também importantes, os que exigem menos esforços. Isso ajuda a reduzir a ansiedade. “É simples e de valor inestimável”, garante Bender.

*Não sabe como vai dar presentes para todo mundo neste Natal?*



**Faça diferente** dessa vez: não dê presentes para ninguém. Ao invés disso, tenha um gesto, escreva uma carta, mostre o quanto gosta das pessoas. A dica é do professor Wilson Marchonatti, coordenador do Labmec – Estúdio de Finanças, da Face.



Meu lugar é aqui



Enviada por Leonardo Padilha pelo Instagram @srsparks

No túnel do Salão de Atos



Enviada por Wendell de Lacerda pelo Instagram @wendellacerdaa

Chuva no caminho para o Hospital São Lucas



Gurizada do curso de Filosofia se despede das aulas

Enviada por Frei Malone Rodrigues pelo facebook.com/mundopucrs



Enviada por Tatiane Teichmann pelo Instagram @tatiteichmann

Quase em férias: "Felicidade é passar o resto da manhã nas gramas do prédio 15"



Envie suas fotos feitas na PUCRS para [mundopucrs@pucrs.br](mailto:mundopucrs@pucrs.br) ou pelo [www.facebook.com/mundopucrs](http://www.facebook.com/mundopucrs). Você também pode usar a [#mundopucrs](https://www.instagram.com/mundopucrs) no Instagram.



PUCRS

**Mundo PUCRS** é uma publicação interna quinzenal da Universidade editada pelo Setor Editorial da Assessoria de Comunicação Social, prédio 1, 2º andar, sala 202.02, fone 3353-4446 • **Coordenadora da Assessoria:** Ana Maria Roig • **Editora Executiva:** Magda Achutti • **Edição e Redação:** Ana Paula Acauan, Magda Achutti e Vanessa Mello • **Estagiária:** Juliana Marzanasco • **Revisão:** Antônio Dalpico • **Fotógrafos:** Bruno Todeschini e Gilson Oliveira • **Arquivo Fotográfico:** Analice Longaray e Camila Paes Keppler • **Publicação on-line:** Rodrigo Marassá Ojeda • **Projeto gráfico e Editoração Eletrônica:** Pense Design • **Impressão:** Epecê-Gráfica

Siga na WEB

A edição impressa da Mundo PUCRS encerra 2014 por aqui e volta com o início das aulas, em março. Mas seguimos no mundo digital. Fique ligado nas novidades da PUCRS na nossa fan page, com atualizações diárias: [www.facebook.com/mundopucrs](http://www.facebook.com/mundopucrs).