FA7 FACULDADE 7 DE SETEMBRO

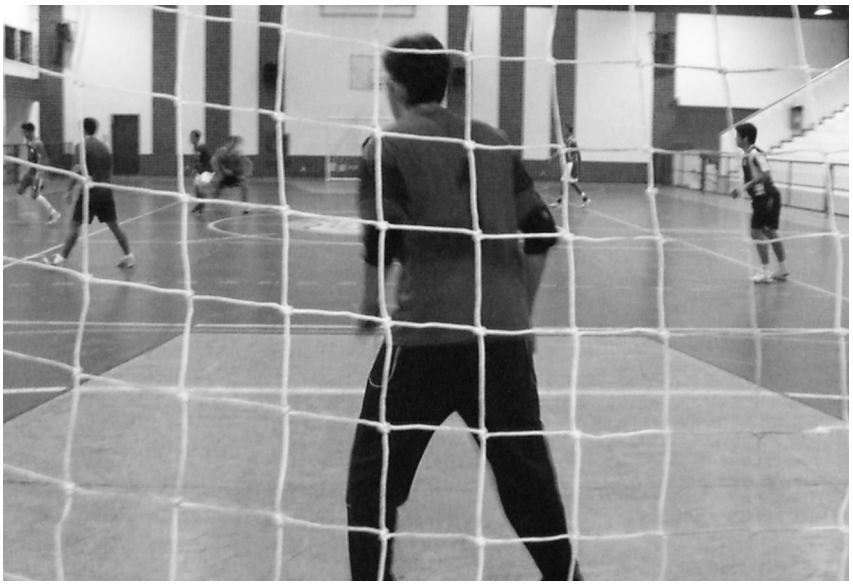
Zuada

nº 3

Jornal Laboratório da Disciplina Projeto Experimental em Jornalismo Impresso

maio/2009

# Esporte na FA7: é escasso, mas existe!



Texto e foto: Fábio Oliveira

Para aqueles que, além de estudar, curtem "bater uma bolinha" como um hobby mais sério, os times de futebol de campo e de futsal da FA7 estão na ativa e periodicamente em busca de novos atletas para a composição do elenco.

A seleção de campo, que tem como responsável o aluno de Direito, Wilgo Bibiano, disputará a seletiva para o Campeonato Brasileiro no mês de maio. O time já está praticamente formado, mas os Jogos Universitários Cearenses, que ocorrerão no segundo semestre, deverão abrir novas oportunidades para quem quiser provar que tem talento e se juntar ao grupo.

No futsal, a equipe que disputará esta seletiva também já está formada, mas sempre após as competições novos testes são realizados para quem desejar participar.

Sem troféu ainda no histórico de ambos os esportes, os dois times já chegaram perto algumas vezes, mas acabaram escorregando nas semifinais, ou até mesmo na final. Em novembro de 2008, a equipe de campo conseguiu a segunda colocação na Copa Mundo Unifor, mesmo não tendo um técnico no comando do banco de reservas.

Se, às margens dos gramados não há quem oriente os jogadores, rente às quadras a FA7 está bem servida. Facó, 42 anos, jogou em clubes importantes do Ceará, como o Sumov, em times fora do Estado, como a Seleção Gaúcha e equipes de Minas Gerais, Florianópolis, Santa Catarina, e até na Espanha.

Mas o que mais marcou a sua carreira foi ter vestido a "Amarelinha". Em 1986 e 1987 ele defendeu a Seleção Brasileira e foi campeão Sul-Americano, título que considera o mais importante entre os conquistados. Ao falar dos títulos não conquistados pela FA7, Facó justificou. "É complicado pra gente, né? Nós disputamos campeonatos contra times de ponta. Por e-xemplo: a Unifor, só o que tem é atleta". De fato, diferentemente da FA7, instituições como Unifor e Fic dão bolsa de estudos para vários jogadores. "Não possuir o curso de Educação Física atrapalha bastante. Aqui são raros os atletas", completou o treinador.

Aos que preferem esportes menos populares do que o futebol, como basquete ou vôlei, é importante saber que já existiram tentativas de formação de equipes dessas modalidades, mas o número insuficiente de atletas fez com que os responsáveis desistissem.

Portanto, se você se interessa ou conhece alguém que se interesse por essas atividades, divulgue a ideia e leve uma proposta à Direção.

**Serviço:**
Treinos de Futsal
Local:
Colégio 7 de Setembro (EBS/Aldeota)
Dias e horários:
terças, às 22h50, e sábados, às 15h
Treinos de Futebol de Campo
Email para contato:
wilgo_bibiano@yahoo.com.br

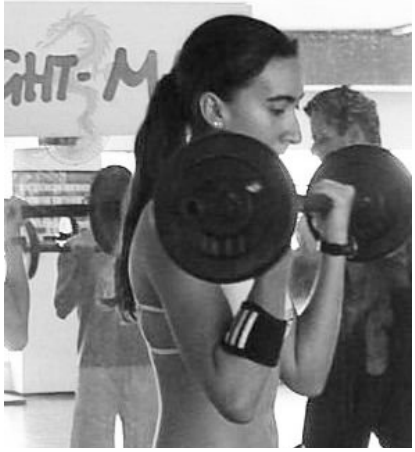
Qualidade de vida pág. 2
Pedal noturno pág. 2
Lanche no Centro pág. 3
Toca de Assis pág. 3

## Editorial

Nesta edição, é a vez de saber sobre as equipes esportivas da FA7 e os passeios ciclísticos noturnos que saem da avenida Washington Soares. É hora de conhecer a vida de oração e serviço ao próximo da Toca de Assis, passear pelo centro de Fortaleza na hora do lanche, tirar dúvidas sobre malhação e alimentação, além de ler sobre a história da mulher na sociedade e conferir detalhes sobre o Ano Internacional da Astronomia. Boa leitura!

Entrevista

# Qualidade de vida, eu quero uma pra viver!



Texto: Juliana Rocha

*Você já se pegou imaginando como estará daqui a uns 20, 30 anos? Para quem tem essa preocupação, vale conferir a entrevista com a universitária de Educação Física Sylvana Stevan, de 21 anos.*

**Zuada -** O que existe de verdade e mentira na frase "é possível emagrecer comendo bem"?
**Sylvana -** É possível emagrecer comendo bem sim, o que vai diferenciar é o que você vai ingerir e a quantidade de calorias que o seu corpo irá precisar. Então, você se alimentando com frutas, cereais e muita água, de 3 em 3 horas, seu corpo não irá sentir aquela fome descomunal na próxima refeição. O segredo é comer bem e não comer muito.

**Zuada -** Alguém já pediu a você pra ficar com um corpo que aparentemente não conseguiria?
**Sylvana -** Olha, vem cada pedido... Gente querendo levantar bumbum em menos de 2 semanas, ganhar volume nas pernas com pouquíssimo tempo de academia e os homens que querem ganhar massa muscular e adquirir aquela estética possível somente para quem malha há muito tempo. Mas sempre dou um jeitinho de lembrá-los que tudo é uma questão de tempo e determinação.

**Zuada -** E em relação aos anabolizantes?
**Sylvana -** Não concordo, não apoio de jeito nenhum essa prática. Tudo que vem rápido vai embora na mesma velocidade. Não consigo entender como ainda têm pessoas que usam mesmo sabendo dos malefícios.

**Zuada -** O que você diria para quem não têm disposição ou não tem tempo para malhar?
**Sylvana -** Digo sempre que exercícios físicos são sinônimos de saúde. Se você não tem tempo pra saúde então em breve ela irá dar sinais de que não está bem. Recomendo sempre uma caminhada de 1 hora nos finais de semana para quem não é atleta. É satisfatório esse tempo pra quem não se exercita costumeiramente.

Vida urbana

# Passeio ciclístico noturno

Texto e foto: Hellen Marçal

Pedalar, para muitas pessoas, não passa de uma brincadeira. Para outras, é uma forma de relaxar depois de um dia cansativo de trabalho ou das preocupações do dia-a-dia. Se antes a principal função da bicicleta era meio de transporte, hoje ela também é considerada uma prática esportiva saudável e divertida.

Em Fortaleza essa prática vem crescendo a cada dia. Vestidos com roupas coloridas, capacete e luzes piscantes nas bicicletas, um grupo de ciclistas, na maioria amadores, se reúne duas vezes por semana para fazer um passeio noturno pela cidade. Voltado principalmente para iniciantes, o passeio tem como objetivo estimular a prática de atividade física, o lazer e a confraternização entre os amantes do esporte.

Aproximadamente 200 ciclistas pedalam com regularidade, porém esse número já chegou a 400 nos meses de férias. São cerca de 22 a 30 quilômetros de percurso em seis rotas diferentes passando por diversos pontos turísticos. Não se paga nada para aderir ao grupo. Qualquer pessoa pode participar, não sendo indicado apenas para pessoas totalmente sedentárias. "A única exigência do grupo é o uso do capacete", informa Marcelo Facó, organizador do evento.

Sobre as vantagens do passeio noturno, o publicitário Bruno de Araújo revela: "Acho muito legal. À noite o clima é mais agradável e não tem muito carro, o que facilita a pedalada nas ruas. Além de ser um ótimo anti-estresse para dias exaustivos de trabalho".

Para Mariana Sales, pedalar com o grupo tem outro atrativo. "Os lugares que passamos são muito mais bonitos e iluminados à noite, bem diferente do que vemos durante o dia. Alguns dos passeios que mais gosto vão até a Praça do Ferreira, Praia de Iracema, Avenida Beira Mar e a Praia do Futuro".

Os passeios de bicicleta noturnos do Grupo Subway Bike acontecem às segundas e quartas-feiras, com concentração às 20 horas, no Shopping Buena Vista (Avenida Washington Soares, em frente ao Fórum). No local há estacionamento e o passeio conta com carro de apoio. Além do capacete, recomenda-se também o uso de luvas, reservatório com água e roupas apropriadas. Mais informações: contato@bikeceara.com.br

Cidade

# O centro da comida e da saúde

Texto: Alan Régis

Foto: Sâmila Braga

É quase meio-dia no Centro de Fortaleza. A temperatura faria ferver um caldeirão. São sons, anúncios e negócios, que fazem a quarta capital do Brasil caminhar. No meio de tanta informação, os ambulantes vendem de batatas fritas à ervas medicinais. E, nas calçadas e vielas que formam o labirinto do comércio, é quase impossível resistir aos seus preços e sabores.

Na Rua General Sampaio, próximo ao Shopping Camelo, Paulo Freitas, 28 anos, frita suas batatas e as vende por um real. Para os mais desconfiados, ele ressalta: "Eu conservo o óleo sempre novo". Numa lanchonete próxima, o pão de queijo, o pastelão, a torta de frango e a empada custam quase o mesmo preço: R$ 1,20. E não fica apenas nisso. Para qualquer lugar que se olhe, há opções de comida rápida e barata: petas, broas e milho cozido com manteiga enchem os olhos. Próximo dali, na Praça José de Alencar, uma jarra de vitamina com dois salgados sai a R$1,80.

Apesar disso, os precavidos procuram não exagerar, como a aposentada Raimunda Gomes, que revela não ser uma prática rotineira: "Quase não como aqui, porquê tem uns que são muito oleosos". É importante lembrar que os lanches vendidos no centro servem apenas como uma alimentação paliativa.

Entre os vendedores, há quem comercialize não só comida, mas saúde. Antônio Sampaio (foto), 49 anos, trabalha há 15 na Rua Pedro I, perto da General Sampaio, de segunda à sexta, das 7h30 às 18h30, e aos sábados até as 14h. É lá que vende seus produtos naturais e temperos. Erva-doce, camomila, cidreira e boldo são apenas algumas opções.

"O chá é pra todas as idades, e deve ser tomado principalmente à noite, para dormir", sugere o comerciante. Para vender os produtos naturais, garante que leu livros e que a vivência com o povo ajuda. O preço acessível de seus produtos também atrai clientes. "O mais caro é a farinha de linhaça, três reais. Ela é boa pra pressão, intestino preso e mioma", orienta Antônio.

Vocação

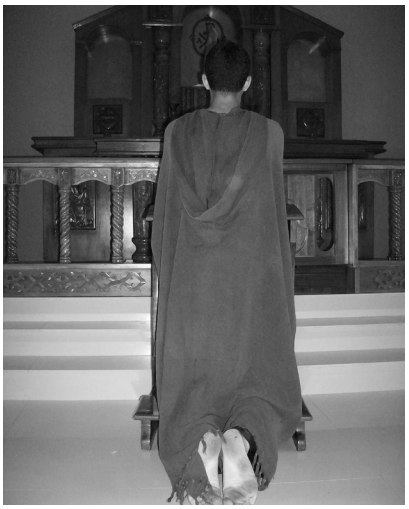
# Toca de Assis: a escolha de um novo caminho

Texto e foto: Angélica Goiana

A casa é toda branca e fica na Avenida João Pessoa. Não fosse por algumas palavras escritas no muro poderia ser como outra qualquer. Porém, quem observar as palavras que falam de pobreza e amor, verá que se trata da Casa Fraterna de Aliança São José, mais conhecida na vizinhança como Toca de Assis.

É para lá que ex-moradores de rua são levados para serem tratados por jovens como tantos que existem, não fosse por alguns detalhes, a começar pelas vestes marrons que usam. Eles fazem parte da Fundação Filhos e Filhas da Pobreza do Santíssimo Sacramento, fundada em maio de 1994 pelo padre Roberto José Lettieri.

Jovens como Ronei, 21 anos, primogênito de uma família do interior de São Paulo e que há três anos está na Toca de Assis. "Quando eu vim pra Toca minha mãe chorou muito", revela o rapaz, que queria ser psicólogo. Antes de ingressar na Fundação, Ronei



tinha uma vida como a de qualquer outro jovem. "Eu era muito apegado ao meu irmão, a gente saía, ouvia rap", relembra, rindo. "Sempre fui bom no computador, consegui uma colocação numa grande empresa, mas na etapa final eu desisti. Sentia que algo me faltava". Logo depois, entrou para a Toca de Assis.

Ronei fala com alegria do trabalho que desenvolve e explica tudo enquanto mostra a casa que possui muitos cômodos e poucos móveis. No piso inferior funciona o refeitório e a lavanderia, além de dormitórios e banheiros. No piso superior existe a capela, uma pequena sala de aula e mais dormitórios.

Na casa, assim como Ronei, há outros jovens. Marcel, 26 anos, nasceu em Sergipe e está na Toca há mais de um ano. Órfão, teve que trabalhar desde cedo: foi barman e ajudante de cozinha. Marcel gostava de sair com os amigos e de MPB. "Eu já estava cansado do mundo, foi na Toca que encontrei um sentido pra minha vida". A reação inicial da família dele não foi fácil: "As minhas irmãs não aceitavam, mas agora está tudo bem". Mesmo com saudade da família, o jovem não deixa dúvida de que está feliz. " Gosto da pastoral de rua, de partilhar. É muito bom poder ajudar alguém".

Astronomia

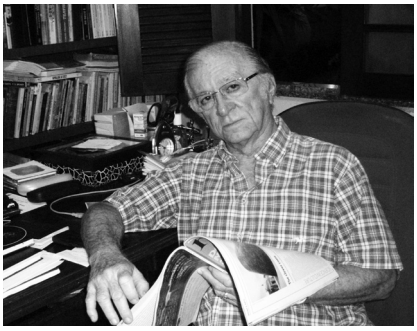
# Fortaleza reúne cosmólogos internacionais

Texto e foto: Adriana Paiva

Neste ano dedicado à astronomia, Fortaleza vai sediar um encontro de especialistas na área para debater sobre os mais recentes progressos e apresentar uma nova entidade representativa, o IcraBrasil (International Center for Cosmology, Relativity and Astrophysics), que terá sede em Fortaleza, com abrangência para toda a América do Sul.

A conferência internacional, a ser realizada de 26 a 29 de maio, contará com o apoio do Governo Federal, Governo do Estado do Ceará , através da Funcap, e do International Center for Relativistic Astrophysics Network (Icranet), cuja sede é em Pescara, Itália.

Nas palavras de um dos organizadores brasileiros do evento, o cientista cearense Francisco José Amaral Vieira (foto), coordenador de divulgação científica da Funcap e secretário geral da IcraNet, a reunião propõe-se a "acompanhar os progressos que



incidirem dessas descobertas revolucionárias que embasarão avanços de futuras missões espaciais lançadas da América do Sul".

Espera-se a presença de nomes como Alberto Santoro, físico brasileiro que participou do projeto europeu do LHC, que visa reproduzir as condições do Big Bang, bem como a de outros nomes nacionais e internacionais do campo da Astronomia e Cosmologia, entre estes o professor Remo Ruffini, diretor mundial do IcraNet.

## Quatro séculos de ciência

O Ano Internacional da Astronomia comemora em 2009 os quatro séculos desde as primeiras observações telescópicas do céu feitas por Galileu Galilei. Durante todo o ano, será dada forte ênfase à educação, ao envolvimento do público e ao engajamento dos jovens na ciência, através de atividades locais, nacionais e globais.

A Astronomia é uma das ciências mais antigas e deu origem a campos inteiros da Física e da Matemática. Teve papel fundamental na organização do tempo e do espaço explorados pela humanidade.

Com o passar dos séculos, a ciência se colocou em um novo desafio: detectar vida em outros planetas e verificar se a vida é produto de leis naturais da evolução da matéria, como prediz o evolucionismo, ou requer uma intervenção externa, como grande parte da humanidade ainda acredita.

Sociedade

# Mulher: sexo forte

Texto: Renata Viana

A figura de sexo frágil sempre permeou o sentido da imagem feminina na sociedade. Na antiguidade não era diferente. Na Grécia, as mulheres eram educadas para as tarefas de mãe e esposa, sendo a grande maioria analfabeta, e os homens, por sua vez, mesmo de classes inferiores, tinham bom nível cultural.

Em Roma, sociedade mais avançada democraticamente, as mulheres possuiam mais direitos. Podiam usufruir de sua herança, de sua casa, de sua família, de sua cozinha; podiam também ter prazer com seu marido, com seu amante, com seu vizinho, com seu escravo... Mas a mulher não tinha a possibilidade de exercer seus direitos diretamente; ela não podia representar-se, deveria ter um tutor, normalmente alguém de sua família, como seu pai, seu avô, seu irmão.

A criação familiar determina, nas

maioria das sociedades, que a figura feminina seja direcionada à maternidade. Na Idade Média, as mulheres tornaram-se cada vez mais reclusas e sem direitos políticos. As imposições da Igreja e a idéia da salvação da alma permearam quase dois séculos e marcaram profundamente a cultura das sociedades atuais. Atualmente as mulheres são tratadas de maneira mais digna porém não da maneira mais correta. As mulheres conquistaram alguns direitos iguais aos dos homens mas ainda recebem salários menores do que os eles em profissões iguais, são exploradas sexualmente e sofrem agressões.

A grande pergunta é: por que as mulheres sofreram tanto para conquistar seus direitos? Segundo o chefe de recursos humanos da Sefaz, José Nazário Viana, 49, a forma física do homem o fez se sobrepor no exercício e desenvolvimento das mais variadas formas de trabalho. "Hoje, o avanço tecnológico permite uma redução do esforço físico, o que leva a estratégia se sobrepor à força, assim, as profissões que antes eram exclusivamente masculinas ganham cada vez mais representantes femininos", afirma.

**O Zuada é uma publicação do curso de jornalismo da FA7, produzida pelos alunos da disciplina Projeto Experimental em Jornalismo Impresso // Coordenação: prof. Alessandra Marques // Redação: Adriana Paiva, Alan Régis, Angélica Goiana, Fábio Oliveira, Hellen Marçal, Juliana Rocha, Renata Viana // Tratamento de fotos: Cínthia Azevedo // Projeto gráfico: Sammia Santos e Sâmila Braga // Diagramação : Alan Regis Dantas, Alessandra Marques, Amanda Paiva e Renata Viana // Contato: zuadafa7@gmail.com**