



Relatório de Atividades

Gabinete de Desporto

Associação Académica da Universidade do Algarve

ANO LETIVO 2023/2024



Apresentação

O Relatório de Atividades pretende registar o percurso da atividade anual face ao que tinha sido estabelecido no Plano de Atividades. Procura-se aferir o grau de cumprimento dos objetivos estabelecidos, bem como dar conhecimento da realização dos programas e ações propostas, assim como o nível de recursos utilizados. Apontam-se os desvios e comentam-se os resultados.

O Planeamento e Controlo complementam-se e são exigências recíprocas numa qualquer gestão eficiente, não podendo, naturalmente, o Gabinete de Desporto da Associação Académica da Universidade do Algarve (GDAAUALG) ser indiferente a tais pressupostos.

Nestes termos, e na sequência do que sempre foi prática do Gabinete, o Relatório de Atividades relativo ao ano letivo de 2023/2024, procurará, de uma forma sucinta, demonstrar não só as atividades do Gabinete, mas também a sua organização.

A época desportiva iniciou-se no mês de setembro de 2023, tendo terminado no fim do mês de julho de 2024 com a duração aproximada de 11 meses.

Na elaboração deste relatório tiveram participação ativa, os responsáveis pelas diversas modalidades e setores do gabinete.



Apresentação	1
Índice Geral	2
1. Caracterização Institucional	3
2. Descrição Técnica	6
3. Aulas de Grupo	17
4. Eventos	18
5. Parcerias	35
6. Outros Projetos	39
7. Considerações Finais	43



1. Caracterização Institucional

1.1. Órgão executivo

A Universidade do Algarve (UALG) e os seus Serviços de Ação Social (SAS) têm na Associação Académica da Universidade do Algarve (AAUALG), pelo Gabinete de Desporto (GD), o executivo responsável pela planificação e enquadramento das práticas desportivas no âmbito académico.

1.2. Gabinete de Desporto

1.2.1. Localização

No ano letivo 2023/2024, o Gabinete de Desporto (GD) iniciou o ano letivo nas suas instalações, localizadas no interior da sede da AAUALG no Campus da Penha, que por sua vez, está localizada na Escola Superior de Gestão Hoteleira e Turismo.

1.2.2. Recursos Humanos

O GD contou com a alocação à sua atividade, nos seus quadros, um Professor licenciado em Educação Física e Desporto / mestre em Psicologia da Educação e doutorado em Psicologia requisitado anualmente e suportado pelos SASUALG. Contou ainda com o auxílio de um Técnico Superior licenciado em Gestão de Empresas, responsável pela área financeira deste gabinete e uma secretária, suportados pela AAUALG (até o final do mês de abril de 2024).

Por outro lado, durante 2023/24, o GD recorreu à colaboração técnica e especializada para o enquadramento das modalidades e atividades físicas e desportivas, tendo desta forma 5 Técnicos em prestação de serviços. Além disso, contou com as parceiras protocoladas com a Associação de Andebol do Algarve e a Associação de Futebol do Algarve, para o enquadramento técnico das suas equipas de Andebol Masculino, Futsal Masculino, Feminino e Futebol.



Este ano voltámos a receber dois alunos provenientes do curso de Desporto da Escola Superior de Educação e Comunicação, para efetuarem o seu estágio curricular, no decorrer do segundo semestre. No que concerne ao protocolo estabelecido com a Escola Secundária Pinheiro e Rosa, este ano não recebemos qualquer estagiário.

Contou ainda com a colaboração de diversos voluntários, por parte de membros da Direção Geral da AAUALG (Pelouro do Desporto), assim como com outros estudantes da Universidade do Algarve.

1.2.3. Recursos Materiais

1.2.3.1. Equipamentos Tecnológicos

Neste âmbito não se tem vindo a ser efetuado nenhum investimento nos últimos anos tanto em estrutura, como em recursos e sistemas aplicacionais e aplicações informáticas caracterizadas por 2 computadores. O GD, usufrui igualmente de todos os equipamentos disponibilizados pela AAUALG no seu todo, nomeadamente os Centros de Cópias e serviço de secretariado.

1.2.3.2. Instalações Desportivas

A UALG dispõe de dois polidesportivos, um no campus de Gambelas, bastante degradado e a necessitar de obras de requalificação urgentes e um outro localizado no Campus da Penha, o qual foi alvo de obras de requalificação no decorrer do ano letivo passado e agora encontra-se em excelentes condições de utilização e sob a gestão da ESEC, assim como, uma sala polivalente, denominada sala 57. Em Gambelas também utilizamos uma sala polivalente cedida pela ANFUP, para algumas aulas de grupo. Além disso, também conseguimos implementar no ano de 2016 um campo de voleibol de relva e uma *slackline*, em cada um dos campi, para utilização livre da comunidade académica da UALG.

Para a utilização recreativa e competitiva o GDAAUALG por inexistência de infraestruturas próprias em condições de promover o seu conjunto de práticas com



qualidade, recorre sucessivamente ao plano de espaços cedidos pela Câmara Municipal de Faro. Entre estes encontram-se os Campo Municipal da Penha, Campo Municipal Horta da Areia e os Pavilhões da Escola EB 2,3 Afonso III, Escola Secundária Dr. Pinheiro e Rosa, EB 2,3 Joaquim Magalhães, o Pavilhão Municipal da Penha e a Pista de Atletismo.

No que concerne a este ponto dizer ainda que com a obra realizada do UALG TEC CAMPUS, acabamos por perder a parede de Escalada que ali estava alocada.

Também, temos concorrido ao PRID – Programa Nacional de Reabilitação de Instalações Desportivas para tentarmos obter uma fonte de financiamento que nos permita a reabilitação dos polidesportivos do Campus de Gambelas, mas sem sucesso. Por via dessas candidaturas, os serviços técnicos da UALG, conceberam os respetivos projetos para ambas as reabilitações, sendo que, o principal entrave para a sua execução, seja o financiamento para as obras. Entretanto, como referido acima, a requalificação do polidesportivo da Penha é já uma realidade. Das medidas que temos inscritas no nosso Plano de Desenvolvimento Desportivo, no que se relaciona ao eixo “Mais e Melhores Locais de Prática” continua por ser cumprido a referência à projeção de uma sala de *Fitness* com máquinas e a concretização do circuito de manutenção no Campus de Gambelas e a alocação de um *street workout* ao mesmo. A escassez de instalações desportivas dentro dos *Campi* urge ser atenuada.



2. Descrição Técnica

Contando com a colaboração descritiva dos técnicos responsáveis de cada modalidade, de seguida é apresentado resumo descritivo da época desportiva 2023/24, apresentando entre outras informações, referências a resultados, prestações desportivas, pontos fortes e pontos fracos.

Nesta descrição destaca-se, decorrente dos objetivos estratégicos do GD, a participação e representação nacional nos momentos emanados pela Federação Académica de Desporto Universitário (FADU), na qual a AAUALG faz-se representar a título político/interventivo e em competição. Ao GD cabe o ónus de efetuar a supervisão técnica das atividades de competição desportiva universitária, realizar o recrutamento e a avaliação do perfil de desempenho dos técnicos de desporto, assim como prestar apoio administrativo, apoio médico, apoiar no estabelecimento de protocolos de instalações e transporte e apoiar na cedência de material desportivo.

Relativamente às competições FADU, devido à continua subida dos valores de participação, o GD em consenso com a DG, decidiu-se selecionar com critério as modalidades coletivas com participação nas competições da FADU e apoiar cirurgicamente participações nas modalidades individuais, comparticipando nalgumas despesas inerentes ao processo de participação em eventos FADU.

2.1. Modalidades coletivas



As modalidades coletivas são por norma, as atividades que maior número de estudantes, tendo por esse facto um maior grau de organização e acompanhamento. Este ano desenvolvemos treinos de Andebol M, Basquetebol M, Futebol M, Futsal M/F e Voleibol M/F.

Estes treinos têm em vista como prioridade a preparação e planeamento para as participações competitivas universitárias. Além da componente competitiva, estas modalidades também proporcionaram aos que preferiram a componente recreativa, sem qualquer associação a competições, somente com o intuito de praticar a modalidade, pelos bens associados a esta.

Treinos abertos a toda a comunidade académica UALG – modalidades coletivas (Futebol M/F – terças-feiras (21h30m) e quintas-feiras (16h) – Campo de Futebol da Penha. Futsal M/F – segundas e quartas-feiras (17h) – Pavilhão Municipal da Penha. Basquetebol M/F - segundas e quartas-feiras (21h15m) – Pavilhão Escola Pinheiro e Rosa. Andebol M/F - segundas-feiras (20h) – Pavilhão Escola de Estoi. Voleibol M/F – - segundas e quartas-feiras (21h) – Pavilhão Escola Joaquim Magalhães). As atividades decorreram a maior parte do ano letivo, apenas com as paragens devidas às pausas letivas.

2.1.1. Andebol Masculino (Constituição da Seleção Universitária - Parceria com AAA – para o enquadramento técnico da modalidade)



Técnico	AAA - Departamento Técnico – Fábio Dias			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Faro	AAUALg	30 e 31 Outubro 2023	7º Lugar Não apurada para a fase final
II Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Covilhã	AAUBI	12 a 13 de Março 2024	
N.º atletas inscritos AAUALG				22
N.º atletas federados FADU				18

Tabela 1 – Informação competitiva modalidade Andebol M AAUALG

2.1.4. Basquetebol Masculino



Técnico	Tiago Teixeira			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Faro	AAUAlg	28 a 29 Novembro de 2023	4º Lugar Não apurada para a segunda fase
II Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Coimbra	AAC	8 e 9 de fevereiro 2024	
N.º atletas inscritos AAUALG				30
N.º atletas federados FADU				20

Tabela 2 – Informação competitiva modalidade Basquetebol M AAUALG

2.1.3. Futebol Masculino (Constituição da Seleção Universitária - Parceria com AFA – para o enquadramento técnico da modalidade e desenvolvimento/valorização do desporto universitário, nas modalidades de futebol, futsal e futebol de praia)



Técnico	AFA - Departamento Técnico – Prof. Luís Brites			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Évora	AAUE	14 e 15 Novembro de 2023	4º Lugar Não apurada para a segunda fase
II Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Faro	AAUAlg	14 e 15 Fevereiro de 2024	
N.º atletas inscritos AAUALG				50
N.º atletas federados FADU				26

Tabela 3 – Informação competitiva modalidade Futebol AAUALG

2.1.4. Futsal Feminino (Constituição da Seleção Universitária - Parceria com AFA – para o enquadramento técnico da modalidade e desenvolvimento/valorização do desporto universitário, nas modalidades de futebol, futsal e futebol de praia)



Técnico	AFA - Departamento Técnico – Prof. Luís Matias			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional	Faro	AAUALg	5, 6 e 7 Dezembro de 2023	10º Lugar
II Jornada Concentrada Zona Nacional	Covilhã	AAUBI	19, 20 e 21 de fevereiro de 2024	Não apurada para a fase final
N.º atletas inscritos AAUALG				20
N.º atletas federados FADU				15

Tabela 4 – Informação competitiva modalidade Futsal F AAUALG

2.1.5. Futsal Masculino

(Constituição da Seleção Universitária - Parceria com AFA – para o enquadramento técnico da modalidade e desenvolvimento/valorização do desporto universitário, nas modalidades de futebol, futsal e futebol de praia).



Técnico	AFA - Departamento Técnico – Prof. João Martins			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Beja	IPBeja	14 e 15 Dezembro de 2023	4º Lugar Não apurada para a segunda fase.
II Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Faro	AAUALg	5 e 6 Fevereiro de 2024	
N.º atletas inscritos AAUALG				30
N.º atletas federados FADU				18

Tabela 5 – Informação competitiva modalidade Futsal M AAUALG

2.1.6. Voleibol Masculino



Técnicos	João Santos e Filipe Silva			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional	Faro	AAUALg	12 a 13 Dezembro de 2023	3º Lugar Não apurada para a fase final
II Jornada Concentrada Zona Nacional	Vila Real	AAUTAD	19 e 20 Março de 2024	
N.º atletas inscritos AAUALG				24
N.º atletas federados FADU				16

Tabela 6 – Informação competitiva modalidade Voleibol Masculino AAUALG

2.1.7. Voleibol Feminino



Técnicos	João Santos e Gillian Silva			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
I Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Faro	AAUALg	12 e 13 Dezembro de 2023	1º Lugar – Zona Sul Apurada para o <i>Playoff</i> . – Segunda fase
II Jornada Concentrada Zona Nacional/ Centro/ Sul	Évora	AAUE	22 e 23 Fevereiro de 2024	
II FASE	Vila Real	AAUTAD	19 e 20 março de 2024	4º Lugar Não apurada para a fase final
N.º atletas inscritos AAUALG				30
N.º atletas federados FADU				18

Tabela 7 – Informação competitiva modalidade Voleibol Feminino AAUALG

2.1.8. Futebol de Praia



Técnico	Estagiário GDAAUAlg – António Guerreiro			
Prova	Local	Organização	Data	Classificação
CNU Concentrados de Praia	Portimão	AAUAlg	20 e 21 Maio de 2024	3º Lugar – Medalha de BRONZE Obtenção de Bolsa de Mérito Desportivo UALG
N.º atletas inscritos AAUALG				14
N.º atletas federados FADU				12

Tabela 8 – Informação competitiva modalidade Futebol Praia AAUALG

2.2. Modalidades Individuais

A aposta na participação nas competições individuais alargou-se a 7 modalidades, mais uma que na época anterior, ainda longe do ano com mais participações em modalidades individuais (12). Apesar de termos tido menores limitações devido à pandemia, a mesma fez com que muitos atletas deixassem de estar preparados para nos representarem nestas provas. E o facto de o subsídio, para apoiarmos os alunos nestas competições, ter continuado a ser cerca de metade do que recebíamos pré-pandemia, faz com que tenhamos de ser mais criteriosos no apoio aos mesmos, e nos tenha limitado bastante na promoção de mais atletas em mais modalidades, e premiar a classificações de mérito, a alunos que obtiveram medalhas numa modalidade específica.

Conciliando com as organizações locais, a AAUALG promoveu 24 participações de alunos da Universidade em modalidades individuais, mais 12 com as 3 duplas masculinas e femininas no Voleibol de Praia. As melhores prestações, culminado com a obtenção de pódios, que no próximo ano letivo conduzirão ao usufruto da Bolsa de Mérito Desportivo UALG, temos a realçar as seguintes modalidades:

- Atletismo, com a conquista de 6 pódios (1 ouro, 2 pratas e 3 bronzes);
- Kickboxing, com a conquista de 2 pódios (1 ouro, 1 prata);
- Karaté, com a conquista de 1 pódio (ouro).

Relembrar ainda, com especial ênfase, o esforço dos atletas participantes em conseguirem promover uma saudável participação desportiva com a participação estudantil.

3. Aulas de Grupo

A promoção da saúde e, conseqüente melhoria da qualidade de vida é, para nós, um objetivo primordial. No âmbito das Atividades de Grupo, realizaram-se aulas com acompanhamento musical, em que se desenvolveram os diversos parâmetros da aptidão física (resistência cardiovascular, força/resistência muscular e flexibilidade).

Procuramos disponibilizar uma variedade de aulas de grupo, a que toda a comunidade pode aderir. Estas aulas são pagas pelos participantes, com 3 subcategorias de pagamento/acesso diferenciados (aluno, professor/funcionário/ex-alunos e externo). Não são subsidiadas pelos SASUALG, pelo que têm como pressuposto fundamental a sua autossuficiência.

Recuperar o quadro da vertente das aulas de grupo AAUALg do Programa Faz Desporto AAUALg, para as taxas de participação e atividades do pré-pandemia não tem sido tarefa fácil. Neste ano letivo, conseguimos mais um pequeno passo nesse sentido, mas ainda insuficiente, na nossa opinião. As atividades de Pilates e Zumba em Gambelas decorrem com a normalidade desejada, ou seja, com números de participação interessantes (Pilates, em média com 25 e zumba 15) e também em Gambelas a atividade de Pilates Clínico adicionada a meio do ano letivo obteve os índices de participação espetáveis (em média 10). No Campus da Penha, apenas a Dança Adaptada decorreu com alguma normalidade (com a participação de 10 utentes em média) e as demais possibilidades que tentamos apresentar (Pilates, treino funcional, *fitness lurch*) por insuficiente número de pessoas inscritas e sustentabilidade/viabilidade financeira das mesmas, não vingaram. Urge voltar a tentar reverter esta situação, para o próximo ano letivo, através de maior envolvimento dos alunos nestas atividades.



4. Eventos

Cada vez mais temos a consciência de que os eventos desportivos são importantes para quem neles participa e até mesmo para a realização pessoal de quem neles intervém. Os eventos surgem como uma parte importante para a instituição e região que os desenvolve, dando-lhes notoriedade e reconhecimento.

4.1. Semana de Acolhimento Novos Alunos UALG

Voltamos a ter uma participação de destaque, quer na Semana de Acolhimento UALG, com a organização / dinamização de atividades desportivas, através de parceiros, com a organização / dinamização de atividades desportivas, através de parceiros (Dia aberto do Clube de Surf de Faro - Possibilidade de experimentar a modalidade de Surf - Local: Sede do Clube de Surf Faro - Praia de Faro - Dia aberto do Ginásio Clube Naval de Faro (GCNF) - Possibilidade de experimentar a atividade de Vela - Local: Centro Náutico da Praia de - Faro - Praia de Faro - Atividade de Receção ao Caloiro 2023 - Passeio / Caminhada Itinerário do Cavalo marinho (entre esculturas de Bordalo II). Caminhada com guia e pontos nos qr-codes para conhecer a Ria Formosa, o ciclo de vida do Cavalo-marinho e preservar o ambiente envolvente, quer na Participação no Evento da Receção ao Caloiro, com a organização de aulas de fitness e tarde desportiva, para alunos caloiros da UALG. Neste evento, consideramos essencial rever e melhorar a nossa presença na Receção ao Caloiro junto da comissão organizadora e das comissões de praxe, por forma a existir melhor articulação para a promoção de atividades lúdico-desportivas de sociabilização e integração no recinto do evento e, principalmente, a realização de ações promocionais das nossas classes desportivas junto das comissões de praxe.

O nível de participação nas atividades náuticas foi de 180 inscritos, para as 180 vagas disponíveis e para o passeio foi de 40, para as 70 disponíveis, o que muito nos apraz registar.

4.2. Troféus Reitor Universidade do Algarve

O Gabinete de Desporto da AAUALg enquanto entidade responsável da programação e coordenação das competições desportivas da Universidade do Algarve, promoveu no passado ano letivo, a união destas no **Troféu Reitor da Universidade do Algarve**, em homenagem à figura máxima da hierarquia da academia. Em coordenação com o Pelouro de Desporto da

AAUALg, abrimos inscrições para Futebol, Futsal, Basquetebol 3x3 e Voleibol 6x6, com a intenção de dinamizar todas estas competições no período compreendido entre fevereiro e maio. A competição de Ténis de Mesa foi organizada pelo núcleo do curso de Desporto em dezembro de 2023, com a participação de 18 alunos. Por falta de número mínimo de inscrições, das 4 competições internas, apenas a de Basquetebol 3x3, não se realizou.

A promoção do jogo limpo e *fair-play* foi uma das preocupações dos organizadores durante a realização das competições. Com iniciativas e regulamentos específicos a AAUALG primou pela máxima: “Desporto universitário também é *fair-play*” onde os valores do jogo limpo, lealdade e convívio estiveram constantemente a ser ativados.

Modalidade	Equipas	Participantes	Local	Período
Futsal	10	120	Pavilhão Municipal de Penha / Pavilhão Afonso III	fevereiro de 2024 a maio de 2024
Futebol 7	16	240	Complexo Municipal da Penha	fevereiro de 2024 a junho de 2024
Voleibol	5	50	Ginásio ESEC	março de 2024 a maio de 2024

Tabela 8 - Informação Troféus Reitor Universidade do Algarve

4.3. Atividades Competitivas Universitárias Nacionais

A Associação Académica da Universidade do Algarve, através do seu Gabinete de Desporto segue uma estratégia de crescimento contínuo na organização de atividades

competitivas universitárias nacionais. No ano letivo 2023/24 organizou 8 eventos / iniciativas, sob a égide da FADU, sendo de destacar, a organização do CNU de Praia, pelo desafio e envergadura que a organização desse evento significa para a Comissão Organizadora Local. Para a operacionalização destes eventos desportivos a apoio dos Municípios é decisivo e primordial. Neste sentido, aproveitamos esta oportunidade para deixar uma palavra de agradecimento e reconhecimento aos Municípios de Faro e Portimão, por toda a colaboração e apoio que nos concederam para que as realizações destes eventos desportivos nacionais possam decorrer na nossa região.

Prova	Modalidade	Local	Data	N.º participantes
1ª Jornada Concentrada de apuramento ao CNU – Zona Sul	Andebol Masculino	Faro	30 e 31 de outubro de 2023	8 Equipas 140 atletas
1ª Jornada Concentrada de apuramento ao CNU – Zona Sul	Basquetebol Masculino	Faro	28 a 30 de novembro de 2023	5 Equipas 70 atletas
1ª Jornada Concentrada de apuramento ao CNU – Zona Sul	Futsal Feminino	Faro	5 e 6 de dezembro de 2023	5 Equipas 65 atletas
1ª Jornada Concentrada de apuramento ao CNU	Voleibol M / F	Faro	11 a 13 de dezembro de 2023	14 Equipas 170 atletas
2ª Jornada Concentrada de apuramento ao CNU – Zona Sul	Futsal Masculino	Faro	5 e 6 de fevereiro de 2024	6 Equipas 90 atletas
2ª Jornada Concentrada de apuramento ao CNU – Zona Sul	Futebol Masculino	Faro	14 e 15 de fevereiro de 2024	5 Equipas 100 atletas
Campeonatos Nacionais Universitários de Praia	Voleibol F/M Andebol M/F Futebol M	Praia da Rocha - Portimão	20 a 23 de maio de 2024	330 atletas

Tabela 9 - Informação competições universitárias nacionais organizadas pela AAUALG

4.4. 2ª Corrida e Caminhada Inclusiva e Solidária UAlg - Alliance SEA-EU



O evento realizou-se no dia 1 de abril das 10h às 12h30 no Campus da Penha - Universidade do Algarve. Todo o trajeto decorreu realizado dentro da Universidade. Este evento, realizado pela segunda vez na Universidade do Algarve (UAlg), surge no âmbito da Universidade Europeia dos Mares *SEA-EU European University of the Seas* (<https://sea-eu.org/pt/bem-vindo/>), consórcio composto por 9 universidades europeias) que a UAlg passou a integrar. Teve como referência e contou com o apoio da organização de um projeto semelhante que começou na Universidade da Bretanha Ocidental UBO (França) sendo desenvolvido por alunos desta universidade.

Nesta edição, houve 186 inscrições, um aumento de 30% em relação à primeira edição. Dentro dessas, 145 pessoas compareceram, incluindo 100 membros da comunidade académica (alunos, pessoal docente e não docente) e 45 representantes de três instituições/associações parceiras (ACASO, ASMAL, APPC), abrangendo diversas patologias como síndrome de Usher, doença mental, TDAH, dificuldade motora, dificuldade intelectual e auditiva, e autismo.

Na vertente solidária, os participantes contribuíram com cerca de 110 km, conforme registado no *Strava*, para as instituições beneficiárias do apoio da Universidade de Brest. Além disso, foram arrecadados e entregues à CASA - Centro de Apoio ao Sem Abrigo

aproximadamente 40 kg de produtos alimentares, em colaboração com o Gabinete de Voluntariado UALG V+.

A data do evento foi um desafio, pois para além de ser próximo à entrada dos estagiários no gabinete, o que limitou o tempo para a organização, tendo aproximadamente 2 meses, para solicitar informações do ano anterior, melhorar, entrar em contacto com associações e parcerias, ainda ocorreu na época de Páscoa onde muitas associações já têm as suas atividades programadas, e outras estavam em período de férias.



**2ª CORRIDA
E CAMINHADA
INCLUSIVA
DA UALG**
CAMPUS DA PENHA

01 ABR
10:00 > 13:00
> Edição conectada com **STRAVA**
> correr e/ou caminhar

INSCRIÇÃO: 

**5 m ou 5 km,
CORRE E/OU CAMINHA
O QUE CONSEGUIRES!**

Organização:


Parceiros:




4.5. PIPAF (Programa de Iniciação à Prática de Atividade Física) – 6ª Edição



O Programa de iniciação à prática de atividade física (PIPAF) é uma iniciativa para a promoção de estilos de vida saudáveis e de bem-estar individual, destinado a pessoas que não realizam atividade física com regularidade.

O PIPAF está, ainda, alinhado com o vetor estratégico da Universidade do Algarve, UALG + Saudável, bem como, com a Estratégia Nacional para Promoção da Atividade Física 2016-2025.

A abertura de inscrições para participação nesta edição do PIPAF, foi efetivada no início do mês de fevereiro de 2024, através da divulgação de um link específico para o efeito, enviado para as mailings lists da comunidade académica UALG. Registámos no total 65 inscrições, menos cerca de três dezenas a menos que na anterior edição (35 para o Campus da Penha e 30 para o Campus de Gambelas), isto porque, pela primeira vez decidimos abrir duas turmas, uma em cada campi.

A primeira sessão do PIPAF, decorreu no dia 11 de março e a última no dia 28 de maio de 2024, totalizado 12 semanas de duração e 24 de sessões de treino, em cada Campus, 2 por semana (segundas e quintas-feiras, no Campus da Penha e terças e sextas, no campus

de Gambelas). Estas sessões, tiveram, por norma uma duração de 45/50 minutos e iniciaram-se sempre entre as 17h40m e as 18h.

Números e estatísticas de participação, nesta edição do PIPAF, temos a salientar o seguinte:

- Dos 65 participantes inscritos, cerca 30, participaram em pelos menos uma sessão (número muito similar ao da edição anterior):
- A sessão/aula com mais participantes teve um total de 20;
- A média de presenças nas sessões/aulas ao longo dos 3 meses foi 14 participantes, no Campus de Gambelas e 10 no Campus da Penha.
- 12 dos mais assíduos, continuam a sua prática regular de Atividade física com o nosso parceiro desta iniciativa a 180 *unit*.

4.6. Dias Abertos UALG



Tal como vem sendo procedimento habitual nos últimos anos, o GCUALG, aquando da preparação do seu evento Dia Aberto UALG, solicita-nos colaboração, no sentido de responsabilizar-nos pela apresentação de algumas atividades físico-desportivos de experimentação, para incluir numa panóplia bastante alargada de atividades ao dispor dos



alunos e professores que nos visitam nesse evento tão marcante e decisivo de promoção “do viver” a Universidade do Algarve.

Voltámos a aceitar o desafio e procurarmos parceiros quer dentro da UALG, quer fora da UALG, no sentido de apresentarmos uma proposta de atividades, um pouco menos conhecidas e usuais, que se tornassem, mais apelativas e atrativas, com o intuito de despertar uma maior curiosidade e vontade de participação.

Por conseguinte, depois de garantirmos as parcerias/colaborações com os respetivos parceiros, apresentámos a seguinte proposta de programa de atividades para ambos os *campi*, nos dois dias de atividades:

Atividades Campus da Penha

- . Modalidade Voleibol - Dinamização do Campo de Voleibol de relva
 - Dia 16 e 17. Parceiro Associação Desportiva São Francisco e equipas AAUAlg
- . Defesa Pessoal – Dinamização no Anfiteatro exterior, Campus da Penha.
 - Dia 16. Parceiro ELITE
- . Surf (SIMULAÇÃO INDOOR) - Dinamização de atividade de experimentação /demonstração de Surf (fora de água), no Ginásio da ESEC.
 - Dia 17. Parceiro Clube Surf de Faro.
- . Modalidade SUP - Dinamização de uma atividade relacionada com a modalidade de SUP – Entre a entrada da cantina e a entrada da ESEC
 - Dia 16 e 17. Parceiro SUP Race Faro – Ginásio clube Naval de Faro
- . Modalidade de Futebol/Futsal- dinamização de uma atividade da modalidade – Polidesportivo ESEC - Dia 16 e 17. Parceiro AFA
 - Treino Funcional Outdoor- zona exterior em frente à cantina ESEC - Dia 16. Parceiro 180P UNIT

Atividades Campus de Gambelas

- . Modalidade Rugby - Dinamização de uma atividade relacionada com a modalidade de Rugby, no relvado junto à entrada norte
 - Dia 16 e 17. Parceiro Clube de Rugby Universitário do Algarve.



. Modalidade de Karaté - Dinamização de atividade de experimentação /demonstração de Karaté, na ANFUP - Dia 16 e 17. Parceiro MKFIT.

Nível de adesão e participação nas diferentes atividades

Dia 16 – Campus da Penha

Atividade de Voleibol – 5 grupos inscritos/recebidos, 11 turmas, 61 participantes.

Atividade Defesa Pessoal – 4 grupos, 9 turmas inscritos/recebidos, 68 participantes.

Atividade futsal/futebol - 4 grupos, 4 turmas, 51 participantes.

Atividade Karaté - 1 grupo, 2 turmas, 2 participantes.

Atividade SUP - 3 grupos, 3 turmas, 56 participantes.

Atividade Funcional Outdoor - 2 grupos, 2 turmas, 31 participantes.

Dia 16 – Campus de Gambelas

Atividade de Rugby – 1 grupo inscrito/recebido, 1 participante.

Dia 17 – Campus da Penha

Atividade futsal/futebol I- 4 grupos, 7 turmas, 67 participantes

Atividade Surf – 2 grupos inscritos/recebidos, 3 turmas, 24 participantes.

Atividade de Voleibol – 3 grupos inscritos/recebidos, 5 turmas, 46 participantes.

Atividade SUP - 3 grupos, 3 turmas, 56 participantes.

Dia 17 – Campus de Gambelas

Atividade de Karaté – 1 grupo inscrito/recebido, 2 turmas, 8 participantes.

Atividade de Rugby – 1 grupo inscrito/recebido, 7 participantes

Em comparação ao ano anterior, tivemos mais 15 participantes, e tivemos mais 3 novas atividades o SUP, treino funcional outdoor e o futebol/futsal, o que é um ponto muito positivo para este tipo de eventos, para promover diferentes tipos de atividades físicas e novas experiências enriquecedoras.

Por fim, deixar uma mensagem de agradecimento, muito especial, quer a todos os nossos parceiros e seus colaboradores (Associação de Futebol do Algarve, Associação

Desportiva São Francisco, ELITE, Clube Surf de Faro, Clube de Rugby Universitário do Algarve, SUP Race Faro, Equipas de voleibol Universitária do Algarve e MKFIT).

4.7. Programa Cuida-Te IPDJ - Ação Atividade Física + Nutrição = Bem Estar



O programa “Cuida-te” visa a promoção da saúde e de estilos de vida saudáveis e responsáveis. Educar para a saúde, promovendo a aquisição de conhecimentos e competências nesta área, nomeadamente, ao nível da prática de atividade física e nutrição, de forma global e integradora, interrelacionando os diferentes componentes: somáticos, psicoafectivos e sociais. Através da promoção da saúde integral dos jovens, do fomento da prática de: atividade física regular, alimentação saudável, adoção de estilos de vida saudáveis e responsáveis e da promoção da saúde sexual e reprodutiva.

Modelo Estrutural

Esta ação de sensibilização e promoção de estilos de vida saudáveis deverá prestar os seguintes serviços: Avaliação e aconselhamento técnico orientado para o início ou manutenção de uma prática de atividade física regular; Avaliação corporal, analisando vários parâmetros, tais como: peso, percentagem de gordura, de massa magra e de água no corpo, gasto calórico em repouso, idade metabólica, gordura visceral e perímetros corporais; Aconselhamento nutricional, tendo por base os resultados da avaliação corporal; Aconselhamento sobre a problemática da saúde sexual e reprodutiva;



Proporcionar a experimentação de atividade físico desportivas e práticas holísticas; Palestras e Workshops de Alimentação Saudável.

Localização das Unidades Móveis

. 2 e 3 de abril – UALG, Campus da Penha;

. 4 de abril – UALG, Pólo de Portimão.

. 9, 10 e 11 de abril – UALG, Campus de Gambelas;

Nível de participação por atividade / evento complementar:

- **Unidade Móvel IPDJ – Cuida-Te** – Avaliações corporais / aconselhamentos nutricionais e de prática de atividade física – **total = 113** participantes (65 Campus de Gambelas / 30 Campus de Penha / 18 Pólo de Portimão) + cerca de mais 4 dezenas que na edição anterior.

- **Farmácia Helena Rastreios** - As variáveis consideradas foram: género, idade, prática de exercício físico, hábitos tabágicos e patologias de risco cardiovascular diagnosticadas (diabetes, hipertensão arterial, hipercolesterolemia); relativamente aos parâmetros biológicos, realizaram-se medições de: pressão arterial, glicemia e colesterol total) – nos dias 2 e 3, das 10:00 às 16:00 no Campus da Penha e Gambelas – **total = 35** participantes (7 do sexo masculino e 28 do sexo feminino) com idades compreendidas entre os 18 e os 66 anos (média de 48 anos).

- **Unidade Móvel da ARS / APF Algarve (Saúde Sexual e Reprodutiva)**, temos o seguinte: Campus da Penha – 19 rastreios | Campus de Gambelas – 54 rastreios. Total de rastreios: **73** (o dobro da edição anterior). Esta ação também contemplou a distribuição do seguinte profilático: diferentes tipos de preservativos, inclusivamente masculinos e femininos, assim como lubrificantes, tendo sido distribuídos 1.018 preservativos, sendo que 837 foram distribuídos no *campus* de Gambelas e 181 no *campus* da Penha. Para além desse material, também foram distribuídos dezenas de panfletos com informação essencial acerca das diferentes doenças sexualmente transmissíveis (DSTs).

- **Unidade Saúde Móvel da Associação Oncológica do Algarve (AOA)** - Campanha de Informação e Prevenção do Cancro da Pele e da realização de Despistes de DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica), apenas presente no dia 11 no Campus de Gambelas – **total = 34** participantes (26 do sexo feminino e 8 do sexo masculino).

- **Serviço de Nefrologia ULS Algarve** - Rastreio da microalbuminúria na urina; Medição tensão arterial; Realização de questionários e entrega de panfletos relacionados com a promoção da saúde renal (dias 9, 10 e 11) realizado numa tenda localizada na entrada do Complexo Pedagógico, para o efeito - **72** rastreios de proteinúria e hipertensão e respostas a questionários sobre literacia em Doença Renal Crónica (DRC).

- **Evento** - *Workshop Show Cooking: O Gourmet Saudável na Hotelaria: Explorando o Mundo do Fine Dining Saudável* (Professor Abílio -ESGHT) no Host LAB da ESGHT – 17h30 / 19h. Com um limite de inscrições para 15 participantes, 11 inscritos marcaram presença no evento e saíram do mesmo, muito satisfeitos e impressionados, sugerindo que deveríamos repetir este tipo de eventos mais vezes.

Em termos globais de participação e comparando com a edição anterior (2023), obtivemos um nível de participação bem superior, o que era um dos principais objetivos, a que nos propusemos alcançar. De uma forma geral, consideramos que a iniciativa correu relativamente bem, tendo os nossos parceiros e participantes demonstrado a sua satisfação, com votos que a iniciativa se mantenha. Ficou provado que o melhor formato para a calendarização do evento, será colocar a operacionalização da iniciativa em semanas diferentes no campus da Penha e Campus de Gambelas, para facilitar a gestão dos recursos humanos dos nossos parceiros. Além disso, deveremos rever a forma de promover e divulgar a iniciativa, nomeadamente, envolvendo quer o GCPUALG, quer as diferentes unidades orgânicas da UALG.



4.8. Pausas + ativas UALG

Decorrente da operacionalização do Projeto piloto Pausas + Ativas na UAlg, bem-sucedida, no ano letivo 2022/23, este ano letivo implementámos no decorrer do primeiro semestre a primeira edição das Pausas + Ativas na UAlg (por um problema de saúde da monitora desta atividade, infelizmente, não nos foi possível dar continuidade no segundo semestre, tal como era nossa intenção. A estrutura final resultou de diferentes opiniões e posições dos diversos intervenientes deste projeto, o qual se enquadra na FISU Healthy Campus e nas atividades no âmbito da aliança SEA-EU.

O principal objetivo desta iniciativa é Promover a Saúde e o Bem-Estar no local de trabalho, combatendo o comportamento sedentário e desafiando todos os colaboradores da UAlg a adotarem um estilo de vida mais ativo e saudável, promotor do bem-estar e qualidade de vida. A média de participantes por sessão fixou-se em 12.



4.9. Curso de Verão UAlg



A participação do Gabinete de Desporto da AAUALG nesta iniciativa resultou de um convite / desafio que a equipa responsável pelo projeto (Gabinete de Comunicação UALG), nos lançou, no ano letivo 2013/14, de assumirmos a responsabilidade de gerir e coordenar a vertente desportivo / recreativa, direcionada para preencher o programa de atividades das tardes do evento, ao qual, com todo o gosto e responsabilidade respondemos afirmativamente e este ano letivo voltámos a fazê-lo.

A iniciativa é dirigida a jovens que frequentam o ensino secundário (a partir dos 16 anos) e pretende ser um espaço de promoção UALG em diferentes dimensões (formativa, recreativa, educativa e desportiva), funcionando nos regimes residencial e não residencial. Neste evento a Universidade do Algarve coloca à disposição dos participantes mais de duas dezenas de cursos, os quais têm como finalidade a promoção e gosto pelas áreas de ensino e investigação da UALG e ajudar no processo de escolha vocacional do seu percurso escolar no ensino superior. Esta iniciativa possibilita ainda a vivência da realidade académica dos campi e o contacto com alunos e docentes da UALG, proporcionando, assim, uma experiência diferente e única a todos os participantes.

No decorrer das duas semanas previstas para a realização do evento, intervimos com a dinamização de atividades nos 8 dias úteis do evento.

A opção que tomamos para a seleção das atividades a propor foram como não poderia deixar de ser (também decorrente dos feedbacks muito positivos das experiências dos anos anteriores), maioritariamente, relacionadas com os desportos náuticos, visto estarmos numa altura do ano em que seriam as que mais sentido fariam, em nosso entender.

No sentido de operacionalizar essa intenção e dar um pouco a conhecer a oferta que existe na região algarvia, dessas atividades, recorremos a parceiros com os quais já temos uma forte ligação e propusemos as seguintes atividades para as duas semanas: Canoagem, Stand Up Paddle (SUP), Bodyboard, Surf, Vela, Treino Funcional / Karaté, Basquetebol e *Bootcamp*.

De segunda a quinta-feira, em cada tarde dia foi realizada uma atividade diferente. Da primeira para a segunda semana, alterámos todas as atividades propostas, não repetindo nenhuma delas. Visto que os grupos eram compostos por muitos participantes, houve a necessidade de desdobrar cada um dos grupos (semana) em 4, para melhor adequarmos as atividades, não só às capacidades logísticas dos nossos parceiros, como também, proporcionar maior qualidade às diferentes atividades.

No total das duas semanas, participaram nestas atividades 230 (semana 1 – 119 + semana 2 – 111) alunos dos Cursos de Verão, ou seja, cerca de 2 dezenas a mais, que na edição anterior. Em nosso entender, pelo regresso da opção de inscrição com estadia incluída, nas residências universitárias.

Fazendo um breve balanço de cada uma das atividades, baseado no fomos conseguindo apurar dos feedbacks fornecidos pelos participantes e monitores dos diferentes grupos, as atividades decorreram da seguinte forma:

Semana 1 – 1 a 4 de julho - Atividades recreativo desportivas (período da tarde – maré vazia)

- Batismo de Bodyboard/ Surf by AMAR (duas / três horas) - Praia de Faro.

Boa cooperação da parte da Associação AMAR, tendo como resultado, o normal funcionamento das atividades ministradas. De destacar a disponibilidade dos técnicos para solucionar todo e qualquer problema para que as atividades decorressem da melhor forma possível. Feedbacks positivos da parte dos participantes.

- Batismo de Surf by CSF - (duas / três horas) – Clube de Surf de Faro - Praia de Faro.

As atividades de Surf decorreram nos moldes semelhantes aos anos anteriores. A reconhecida e assinalável capacidade logística do CSF, facilita bastante a potenciação da melhoria da experiência do Surf aos nossos participantes, pois é sempre possível uma melhor a maior atenção a cada um dos participantes. De salientar a sempre presente proatividade da parte dos responsáveis que foram adaptando a condução das suas atividades consoante o nível dos participantes e a evolução da maré.

- Basquetebol by CF "Os Bonjoanenses" de Faro (duas / três horas) – Pavilhão Municipal da Penha.

Esta atividade foi uma das novidades nesta edição. O Basquetebol também pode ter um lado recreativo e foi nós tentámos trazer aos participantes neste evento. Os jogos e brincadeiras relacionados com a modalidade foram na sua grande maioria bem recebidos pelos diferentes participantes, o que nos apraz registar.

- *Bootcamp Praia / by 180 P UNIT* (duas horas) – Caixa de areia CN Praia de Faro. Atividade de treino funcional operacionalizada com uma dinâmica de jogos de cooperação e oposição bastante interessante e divertida. A opção pelo espaço onde a mesma decorreu (Praia de Faro), acabou por revelar-se, bastante acertada, na medida em que, facilitou a criação de um ambiente descontraído e controlado, para o desenvolvimento do conjunto de propostas de exercícios realizados.

Semana 2 – 8 a 11 de julho - Atividades recreativo desportivas (período da tarde – maré cheia)

- *Canoagem by CSF* (duas horas) – Praia de Faro. O acesso a Ria e o espaço envolvente, a partir da sede do CSF, facilita bastante a forma como esta atividade decorrer, permitindo ultrapassar alguns constrangimentos ao nível de recursos materiais e potenciar bastante a tempo útil de aprendizagem e usufruto da atividade proposta, por cada um dos participantes e isso, reflete-se sobremaneira na sua satisfação com as propostas apresentadas.

- *Batismo de Vela by GCNF* - (duas / três horas) – Centro Náutico da Praia de Faro. A vasta experiência e conhecimento dos instrutores de Vela do nosso parceiro, quer para iniciação, quer para competição nesta modalidade desportiva, simplifica bastante, o que para quem pela primeira vez, experimenta navegar num barco à Vela. Com a divisão dos grupos em cinco participantes de cada vez, todos tiveram a oportunidade de passar por diferentes tarefas necessárias para uma navegação correta e assertiva.

- *Treino Funcional / Karaté by MKFIT* (duas / três horas) – Sala ANFUP. Atividade de Karaté e treino funcional com uma dinâmica interessante entre a equipa responsável pela sua operacionalização e a maioria dos participantes. Os mesmos relataram ter gostado da experiência diferente. A colocação de um TATAMI, no espaço onde decorreu a atividade, foi uma mais-valia, simplificando alguns processos e trazendo um ambiente de maior segurança e conforto ao desenrolar das propostas de atividades.

- *Stand Up Padlle by GCNF - SUP RACE* Faro (duas horas) – Praia de Faro. O acesso a Ria Formosa e o espaço envolvente, a partir da sede do SUP RACE, aliado ao profissionalismo e conhecimento/experiência da equipa técnica, foram excelentes facilitadores para que a atividade tenha obtido o reconhecido sucesso por parte dos participantes.



De uma forma geral, o balanço foi bastante positivo em ambas as semanas, onde a boa disposição, a atividade física e o desporto estiveram mais uma vez aliados, proporcionando experiências mais enriquecedoras e memoráveis aos participantes.

Uma palavra de apreço para os coordenadores deste projeto, monitores, estagiários, voluntários, profissionais das diferentes unidades orgânicas da UALG, desta edição dos Cursos de Verão UALG, que com o seu trabalho, coesão de grupo, espírito de iniciativa muito contribuíram para o sucesso da iniciativa. Não poderíamos finalizar este ponto, sem fazer notar, destacar e agradecer grandemente aos parceiros e apoiantes do GDAAUAlg na consecução das suas responsabilidades nesta iniciativa, sem o contributo dos mesmos, a mesma não teria alcançado o sucesso que se lhe reconhece.

5. Parcerias

Este tipo de acordos permite que as organizações possam expandir e desenvolver as suas atividades, trata-se de uma ligação baseada na igualdade e na partilha de competências e visa criar uma relação de confiança que obedece a uma estratégia comum. As parcerias devem ser vistas de forma diferente das tarefas comuns e rotineiras da atividade estratégica.

5.1. Parcerias Seleções Universitárias (AAUAlg-AFA e AAUAlg-AAA)

No ano letivo 2023/24, a AAUAlg deu seguimento aos protocolos de colaboração estabelecidos com as Associações de modalidade da Região Algarvia (Andebol e Futebol) com a intenção da formação de seleções universitárias (o mais competitivas possível) nas diferentes modalidades, para representação da Universidade do Algarve nos Campeonatos Nacionais Universitários das respetivas modalidades. Os objetivos destas parcerias são claros, por um lado, criar uma base alargada de sinergias, com todos os clubes da região, fazendo com que todos possam estar por dentro do processo de forma clara e aberta, de modo que a nossa região, seja bem representada a nível nacional, e por outro, contribuir para o desenvolvimento desportivo da região, através da possível integração de alunos da Universidade do Algarve nos clubes do nosso distrito.



Neste sentido, a Associação Académica da Universidade do Algarve (AAUAlg) e a Associação de Futebol do Algarve (AFA) deram continuidade ao ano experimental da parceria inédita na região, procurando reforçar e estreitar as ligações entre instituições, fomentando sinergias a vários níveis. As Seleções Universitárias de Futebol Masculino e de Futsal Masculino e Feminino, que competem anualmente nas provas organizadas pela Federação Académica do Desporto Universitário, foram integradas no Departamento Técnico da AFA. O mesmo aconteceu entre a Associação Académica da Universidade do Algarve (AAUAlg) e a Associação de Andebol do Algarve (AAA) referente à seleção universitária de Andebol Masculino. O resultado destas parcerias foi um claro salto competitivo positivo dos resultados e organização destas equipas, pelo que, pensamos que este será o caminho a seguir para os próximos anos. Obrigado à AFA e AAA, por terem aceitado este desafio de se aliarem a nós nesta caminhada pela valorização da prática desportiva no geral e universitária em particular. No próximo ano letivo, temos como objetivo também chegar a um acordo com a Associação de Basquetebol do Algarve, em moldes semelhantes.



5.2. Parcerias Atividades Náuticas Desportivas (Surf, Bodyboard, Canoagem e Stand UP Paddle)

As parcerias estabelecidas com a Associação AMAR, Clube de Surf de Faro e Faro SUP Race, permitiu que cerca de 220 estudantes UALG (na sua esmagadora maioria internacionais) tivessem a oportunidade de usufruir de aulas de Surf, Bodyboard, Canoagem e Stand UP Paddle) a preços muito convidativos e acessíveis, no decorrer do ano letivo 23/24.



Programa FAZ DESPORTO maio/junho

DESCONFINA COM ATIVIDADES DESPORTIVAS NÁUTICAS

Parceiros, Praia de Faro >

UALGECO + SAUDÁVEL
UNIVERSIDADE DO ALGARVE

Faro
clubesurfaro.org

AAUALG DESPORTO

CNPf
Aluguer de material, aulas e passeios de canoagem e SUP (25% desconto para alunos UALG)
Informações/inscrições: 289 870 898
email: centronauticofaro@cm-faro.pt
Horários de funcionamento do CNPF: 9h/17h

CSF
Aluguer de material, aulas de Surf, Bodyboard, canoagem e SUP (Oferta de seguro e taxa inscrição para alunos UALG)
Informações/inscrições: 934 581 668
email: clubesurfaro.aulas@gmail.com
Horários das atividades: semanalmente, dependentes das mares e atividades

AMAR
Aluguer de material, aulas de Surf, Bodyboard e Bootcamp (descontos especiais para alunos UALG)
Informações/inscrições: WhatsApp: 351 967 375 461 / email: amar@amar.org.pt
Horários das atividades: semanalmente, dependentes das mares

www.ualg.pt

5.3. Parceria AMEA

A parceria estabelecida para a atividade de Escalada, com a Associação de Montanhismo e Escalada do Algarve (AMEA), possibilitou que cerca de 35 estudantes UALG (na sua esmagadora maioria internacionais) pudessem praticar essa atividade semanalmente, a preços muito convidativos e acessíveis, no decorrer do ano letivo 23/24.



5.4. Parceria MKFIT

A parceria estabelecida para Desportos de Combate, nomeadamente, para a Modalidade de Karaté, com o MKFIT, tem permitido não só continuarmos a ter representações quer em quantidade quer em qualidade, muito interessantes nos CNUS da modalidade, como também possibilitado, que alguns dos nossos alunos, com passado na modalidade, retomem a sua prática desportiva.



KARATE  **UNIVERSITÁRIO**

40%
DE DESCONTO
PARA ALUNOS
UALG
OFERTA DE
SEGURO E
INSCRIÇÃO

Horário Sénior
Escola E.B. 2,3 de Montenegro
3ª e 5ª feira 20:00/21:00

Sede em Gambelas
2ª e 4ª feira 19:30/20:30 (competição)

 mkfit_montenegro
 918483916

 UAlg
UNIVERSIDADE DO ALGARVE

 AAUALG
DESPORTO

 Faro

6. Outros Projetos

6.1. UALG ECO BIKE– Programa de cedência temporária de bicicletas da UALG

A mudança de paradigma de uma mobilidade essencialmente motorizada para formas suaves terá de ser feita à custa de um esforço partilhado entre a sociedade civil e os organismos públicos. Este programa pretende promover os modos ligeiros de mobilidade entre os alunos universitários; e contribuir para modos de vida mais saudáveis. Espera-se desta forma aumentar significativamente a percentagem de alunos (e funcionários) a optarem por modos ligeiros de mobilidade.

A gestão do projeto de cedência temporária de utilização de bicicletas é coordenada pelo promotor do projeto, cabendo-lhe criar e estabelecer as obrigações da entidade gestora deste projeto, sendo o suporte logístico da responsabilidade da Gabinete de Desporto da Associação Académica da Universidade do Algarve. Mais especificamente, temos a responsabilidade, de uma vez selecionados os candidatos, estes serão informados por email; entregar bicicleta juntamente com cadeado, kit de iluminação e um kit de utilizador. A entrega da bicicleta é feita mediante a assinatura de um termo de responsabilidade do qual consta, designadamente, a seguinte informação: Identificação do utilizador; Número da bicicleta e estado de conservação; Responsabilidades inerentes à utilização da bicicleta; Comprovativo de pagamento do seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais disponibilizado pela Universidade do Algarve ou outro; Declaração de conhecimento e aceitação do presente documento; Comprovativo da caução.

Concluído o período de cedência, o utilizador deve devolver a bicicleta, em local indicado para o efeito, sob pena de responsabilidade civil e criminal. No momento da devolução, a bicicleta deve encontrar-se em estado de conservação semelhante ao da sua entrega, devendo o utilizador reportar qualquer anomalia que apresente. A caução será devolvida ao utilizador, após verificação de que a bicicleta se encontra em perfeito estado de conservação e sem danos.

Deste forma, e à data em que o relatório foi finalizado, o ponto de situação relativo ao projeto UALG ECO BIKE, é o seguinte:

- **795** candidaturas recebidas, das quais 407, foram, entretanto, canceladas por não terem vindo levantar as bicicletas atribuídas em tempo útil, de acordo com o regulamento, a maior parte devido a períodos de espera excessivos.

- **259** devoluções de bicicletas (maioritariamente, por regresso, dos alunos aos seus países de origem e/ou terminarem a ligação à UALG). Todos eles, transmitem um feedback muito positivo deste projeto, quando devolvem as bicicletas, dizendo que foi um serviço que os ajudou bastante na sua mobilidade diária, no decorrer das suas estadias na nossa Universidade.
- **85** bicicletas entregues e em circulação.
- **27** candidaturas em lista de espera.
- **4** bicicletas disponíveis para entrega – aguardam pelo levantamento.
- **16** bicicletas foram alvo de denúncia de roubo, pelos alunos beneficiários Projeto UALG ECO BIKE (referentes aos furtos das bicicletas números 4/8/11/17/18/20/42/56/57/62/68/76/81/85/89 e 106) à PSP de Faro e essas estão dadas como perdidas no imobilizado da UALG.
- **15** bicicletas encontram-se em manutenção no Agrupamento Pinheiro e Rosa e no GDAAUAlg a aguardar, a montagem e reparação (rodas e afins) e manutenção.





6.2. Programa de Certificação FISU “Healthy Campus”

O conceito *Healthy Campus* (Campus Saudável) da FISU (<https://www.fisu.net/healthy-campus>) é visto como um meio de criar uma relação favorável entre saúde pública, vida ativa e desenvolvimento sustentável, não apenas no “território” das Instituições de Ensino Superior, mas que passa para fora dos seus “muros”, influenciando positivamente todas as partes interessadas, e por sua vez, toda a sociedade.

É o crescente compromisso de incorporar conceitos e programas de saúde e bem-estar na missão do Ensino Superior, juntamente com a expectativa de que as suas instituições atuem de forma intencional, em tudo o que fazem, proporcionando influência num processo de ações coordenadas para abordar mudanças e impactos ambientais positivos numa agenda integrada de saúde e sustentabilidade.

O programa de Certificação Mundial *Healthy Campus* envolve universidades de mais de 30 países e procura avaliar as boas práticas que podem contribuir para a promoção da saúde e do bem-estar nos campi universitários.

As Universidades são avaliadas em 100 parâmetros, distribuídos por sete áreas, seis das quais operacionais (Desporto e Atividade Física; Nutrição; Prevenção de Doenças; Saúde Mental e Social; Comportamentos de Risco; Ambiente, Sustentabilidade e Responsabilidade social) e uma área transversal, relacionada com a Gestão e Liderança do Campus Saudável.

A Universidade do Algarve (UALg) recebeu no dia 27 de maio de 2023, em Bruxelas, a “Certificação Ouro” no Programa *Healthy Campus*, atribuído pela Federação Internacional de Desporto Universitário (FISU), referente ao ciclo de 2021/2022.

O levantamento das boas práticas desenvolvidas pela UAlg foi feito pelo Grupo de Trabalho UAlg + Saudável. Para a obtenção do grau “Ouro”, as instituições têm de cumprir os requisitos em mais de 80 indicadores e nós conseguimos 81.

O trabalho para o ciclo 2023/2024 (“segundo round”) operacionalizou-se com a introdução de todos os dados na plataforma, no decorrer do ano de 2023. O GDAAUALg esteve representado no grupo de trabalho liderado pelo Pró-reitor para a Inovação Pedagógica e Apoio ao Estudante, o Prof. Doutor Eduardo Bruno Oliveira Esteves, para colaborar neste processo, após a responsabilidade de coordenar a candidatura na primeira fase do processo. A UALG conseguiu responder a 94 critérios com sucesso, o que depois da sua validação pela FISU e ratificação pela equipa de auditores (no decorrer do mês de

junho de 2024), permitiu alcançarmos o nível de certificação máximo de Platina, referente às Instituições que conseguem validar mais de 90 critérios.

FISU HEALTHY CAMPUS LABEL



A new and exciting global initiative launched by FISU for universities, the **FISU Healthy Campus Label** embeds health and well-being into all aspects of campus culture, improving student lifestyle.

Spread across seven domains

-  Physical activity and sport
-  Nutrition
-  Disease prevention
-  Mental and social health
-  Risk behaviour
-  Environment, sustainability and social responsibility
-  Healthy Campus Management

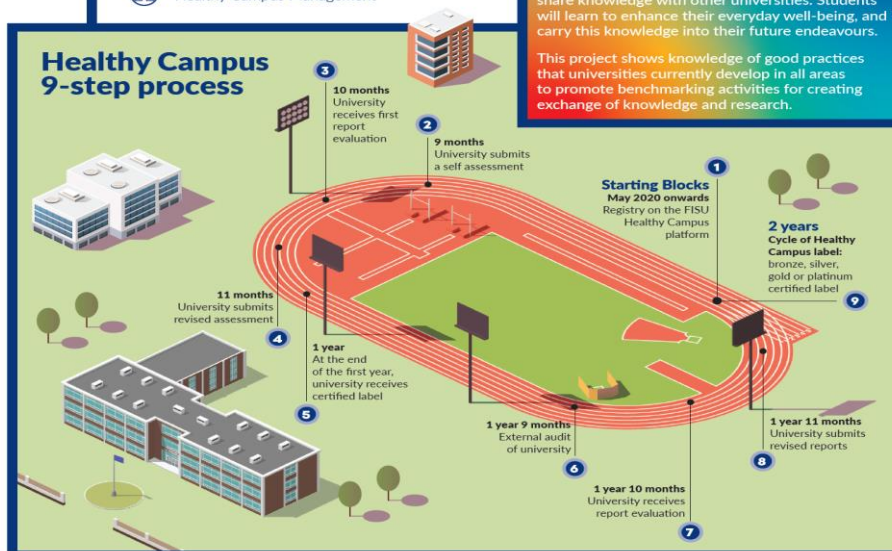


Why should your university participate?

Campuses worldwide can benefit from improved health and well-being of all university students and their communities, while being part of a network to share knowledge with other universities. Students will learn to enhance their everyday well-being, and carry this knowledge into their future endeavours.

This project shows knowledge of good practices that universities currently develop in all areas to promote benchmarking activities for creating exchange of knowledge and research.

Healthy Campus 9-step process



How can universities register and participate in the FISU Healthy Campus programme?

Through www.fisuhealthycampus.sport, universities can access the conditions of participation and a detailed description of the project. The FISU Healthy Campus Label digital platform brings FISU, universities and the Healthy Campus standards to one place.

Join the FISU Healthy Campus Label by creating an account on www.fisuhealthycampus.sport to access criteria, submit evidence and track your progress to obtain this prestigious distinction.

7. Considerações Finais

A avaliação deste relatório de atividades é da competência das entidades interessadas, a quem cabe analisar o trabalho desenvolvido e os resultados alcançados, no sentido de partindo dos mesmos, tirar ilações para o futuro.

O plano das atividades desportivas da UALG que findou, dividiu-se pela dinamização das atividades em contextos competitivos com desenvolvimento das modalidades coletivas através de treinos regulares nas modalidades de andebol, basquetebol, futebol, futsal e voleibol.

As apostas nos protocolos/parcerias com as Associações de modalidade, constituíram-se como uma mais-valia, pois apesar de não atingirmos o acesso aos CNUS, os resultados alcançados foram mais positivos, além de conseguimos ter maior compromisso por parte dos atletas, maior organização e termos acesso a mais instalações desportivas, material desportivo em condições de prática e melhores técnicos. Juntando todos estes fatores passamos a ter equipas mais competitivas e a disputar mais jogo de igual para igual.

Na competição individual, de salientar a maior participação por parte dos nossos estudantes-atletas neste ano, em números de atletas, modalidades e resultados, comparando com as prestações últimos anos. Apesar da participação não ser tão forte como durante a pré-pandemia, obtivemos um nível de participação satisfatório, e obtenção de pódios acima da média. Relembrar ainda, com especial ênfase, o esforço dos atletas participantes em conseguirem promover uma saudável participação desportiva com as atividades académicas, e terem-se deslocado a todas as competições com limitações, quer de apoio de recursos humanos, quer de recursos financeiros.

No que diz respeito à organização de eventos competitivos, estes dividiram-se pelas organizações nacionais universitárias, com cinco jornadas concentradas de apuramento aos CNU e um Campeonato Nacional Universitário, o que continua a ser uma forte aposta, visto ser uma ótima oportunidade de otimizarmos todos os recursos.

Continuamos a propor atividades de promoção das aulas de grupo com aulas abertas no início do ano letivo, transição de semestre e dia aberto. Dinamizou-se ainda ações de rastreio de nutrição e bem-estar a través do Programa “Cuida-te”, a exemplo de anos anteriores, regulando a preocupação do Gabinete de Desporto AAUALG em promover ações de sensibilização para a temática na comunidade.



A nível de competições internas foram dinamizadas ao abrigo do Troféu Reitor da Universidade do Algarve, competições nas modalidades de futsal, futebol de 7 e voleibol.

Continuámos com o Programa de Iniciação à Prática de Atividade Física (PIPAF), no formato presencial, com um nível de participação similar ao do ano anterior e procuramos reforçar a aposta da estratégia preconizada pela Instituição, na promoção da prática de atividade física não competitiva, com dinamização de novos eventos, tais como, a Caminhada/Corrida Inclusiva e as Pausas Ativas.

Estivemos novamente envolvidos nos “Cursos de Verão 2024 - UALG” com a responsabilidade da dinamização da vertente desportiva dos mesmos, a qual mereceu elogios por parte da organização, o que nos apraz registar.

O ponto menos positivo da operacionalização do plano de atividades deste ano letivo, relaciona-se com a não dinamização dos Campus em Férias Verão 2024, previsto no mesmo, pela primeira (descontando a ano de 2020, por motivos associados a Pandemia COVID19), nos últimos 15 anos. No habitual relatório de passagem de informação entre mandatos da AAUALg (enviado em dezembro de 2023), o GDAAUALg, procura dar conhecimento à direção cessante do ponto da situação em que ficaram as atividades inseridas no plano de atividades do GDAAUALg, respeitantes ao seu mandato e, por outro, a futura direção também, desde logo, tomar conhecimento, do que está previsto fazer-se, até ao final do ano letivo. Nesse documento, escrevemos o seguinte relativamente a este evento - “No âmbito do projeto dos campus em férias, o GDAAUALg em 2023 deu continuidade à iniciativa “Campus em Férias” (apenas na edição do verão). Será necessário, concertar convosco, o que fazer a este projeto, no vosso mandato de 2024, pois, sem o funcionário da AAUALg, que desempenhava a função de coordenador do projeto, será necessário repensar toda esta situação relacionada com este evento em específico.” Infelizmente, não foi possível atempadamente solucionar / concertar todas as diferentes questões operacionais / organizacionais associadas a este evento, o que culminou com a não realização da iniciativa. Pela importância e sucesso almejado ao longo dos anos, pela Responsabilidade Social, pela resposta aos inúmeros pedidos de membros da comunidade académica UALG, esta é uma iniciativa para a qual a AAUALg e a UALG deverão encontrar uma forma de entendimento, para que a mesma não se perca.

Relativamente à comunicação e imagem, foi desenvolvido uma série de estratégias de promoção, onde relevam-se as informações mensais, a rubrica radiofónica semanal “Academia no Ar – Edição Desportiva” em parceria com a RUA FM. Com a entrada da nova direção, começamos a ter algum apoio na comunicação e ficaram responsáveis

promoção das nossas atividades no Instagram, ficando o GD responsável pelo Facebook. O ponto negativo, continua a ser o facto de não haver uma estratégia de comunicação estrutural, em que toda a atividade desportiva, tenha uma mesma imagem. Uma grande mais-valia, continua a ser o Gabinete de Comunicação da UALG, dando a oportunidade de colocar toda a informação organizada do GDAAUAlg, no *site* da universidade.

Para finalizar importa referir alguns aspetos, que consideramos fundamentais, no desenvolvimento da promoção desportiva da Universidade do Algarve, que já foram enunciados em ocasiões e relatórios anteriores, mas continuam a coexistir:

- Hoje, a investigação não deixa dúvidas sobre as vantagens de investir no desporto. Os gastos com a saúde, justiça e serviços sociais reduzem-se quando conseguimos aumentar a percentagem de população ativa.
- As estratégias internacionais, nacionais, regionais e locais continuam a incentivar os cidadãos a participar no desporto e a procurarem estilos de vida mais saudáveis.
- É, essencialmente ao nível local, que precisamos de desenvolver estratégias que removam barreiras (por ex. horários mais livres, quantidade e qualidade das instalações) e que permitam o envolvimento da comunidade académica e da população em geral na prática desportiva.
- No âmbito da missão e atribuições do GDAAUAlg, o mesmo tem dado passos firmes em se afirmar a título institucional no âmbito da Universidade do Algarve, sendo hoje, já o seu trabalho mais reconhecido pelos diferentes parceiros institucionais. Contudo, debatemo-nos com limitações estratégicas a médio-longo prazo por parte da gestão de topo.
- A estrutura desportiva da UALG (GD/Pelouro AAUAlg), considera que a aposta na promoção da atividade física e desportiva por parte da Universidade do Algarve, pode e deve ser um fator de diferenciação no desenvolvimento da própria Universidade. Em diversos momentos o desenvolvimento desportivo será uma mais-valia para a comunidade académica, por exemplo, na angariação de novos alunos nacionais e internacionais, no contexto de afirmação local e nacional, na



potenciação dos atuais alunos no processo de integração no mercado de trabalho entre outros aspetos positivos.

- A médio e longo prazo os efeitos indiretos de investir no desporto permitirão:

Tornar a UALG num espaço melhor para estudar / Fator distintivo em relação a outras universidades / Reduzir a dependência de drogas / Melhorar a saúde da comunidade académica / Aumentar o rendimento escolar / Melhorar o envolvimento com a natureza.

Nuno Rodrigues

Gabinete de Desporto AAUALG

julho de 2024

