



XIX ERENUT-N/NE

Resistência e Luta: O direito humano à
alimentação adequada

03 a 06 de maio de 2018
Belém-PA

MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA

BELÉM – PA

O que é o ERENUT?

- O encontro regional dos estudantes de nutrição é um espaço de discussão, sensibilização coletiva e articulação dos estudantes de nutrição, responsável por aprofundar o debate crítico sobre a formação profissional do nutricionista e sobre toda a conjuntura atual da qual o país se encontra, através da troca de saberes entre os encontristas.
- Além disso, serão discutidos os principais posicionamentos dos estudantes das regiões Norte e Nordeste e serão sugeridas ações a serem executadas pelo Movimento Estudantil de Nutrição (MEN) até o Encontro Nacional dos Estudante de Nutrição (ENENUT) seguinte.

O QUE TRAZER PARA O ERENUT PARÁ?

- Colchonete/ saco de dormir, travesseiro e lençol;
- Kit de primeiros socorros (remédios que se utiliza normalmente) e descongestionante nasal (muito importante devido à alta umidade da nossa região);
- Sacolas plásticas para lixos e roupas sujas;
- Kit para higiene pessoal (shampoo, condicionador, sabonete, creme dental, escova de dente, fio dental, toalha de banho e absorvente);
- Roupas leves (geralmente o clima é quente e úmido);
- A comissão organizadora não se responsabilizará por objetos extraviados durante o encontro, por isso lembre de trazer um cadeado para sua mochila/mala;
- Protetor solar e repelente;
- Traga guarda-chuva (em Belém chove quase toda tarde);
- Documento de identificação com foto;

- Traga sua música, instrumentos musicais e toda forma de expressão para a apresentação das delegações;
- Além disso muita alegria e disposição!!!

ALIMENTAÇÃO

- As três refeições diárias (café da manhã, almoço e jantar) serão ofertadas, sendo que apenas almoço e jantar serão servidas no Restaurante Universitário (RU), nos dias 03/05 e 04/05. No restante dos dias, a comissão organizadora contará com o apoio de uma empresa produtora de refeições para fornecer café da manhã, almoço e jantar em um local ainda a ser definido.

ALOJAMENTO

- Será disponibilizado o ginásio de educação física da UFPA para o alojamento das delegações.
- O que trazer?
 - ✓ Colchão inflável, saco de dormir ou colchonete;
 - ✓ Lençol, travesseiro;
 - ✓ Ventilador (o local não possui ar condicionado);
 - ✓ Extensão;

IMPORTANTE

- Fiquem atentos aos horários da programação (principalmente das refeições);
- Evite andar sozinho, principalmente à noite;

DICIONÁRIO PARAENSE

- **ÉGUA** – usada para expressar admiração, insatisfação, raiva, alegria, espanto, tristeza... enfim, é usada em 99% das frases ditas pelos paraenses.
- **ÉGUA NÃO** – expressão de extrema decepção com algo ou alguém. O mesmo que "não acredito numa coisas dessas!"
- **PAI D'EGUA** – muito bom, beleza, ótimo, excelente, legal,
- **ERAS DE TI** – diz-se para alguém quando se esta chateado;
- **ESPIA** – olha só, observe;
- **ESPOQUEI DE RIR** – cair na gargalhada, rir bastante;
- **EU CHORO** – Não tô nem aí! Te vira! Dá teu jeito!
- **EU HEIN** – eu não, tô fora!
- **LEVOU O FARELO** – se deu mal; se ferrou ou morreu;
- **MAS QUANDO JÁ**- tá brincado?! Expressão negativa, dita quando se discorda de algo;
- **ME ERRA** – Pra cima de mim não, vai enganar outro;
- **OLHA QUE O PAU TE ACHA** – tome cuidado pois você pode se dar mal;
- **PAPUDINHO** – cachaceiro, bebereão;
- **PEGAR O BECO** – sair, ir embora;
- **TE DOIDÉ** – diz de algo muito absurdo. O mesmo que “fala sério”
- **TA VINDO UM PAU D'ÁGUA** – tá vindo uma chuva forte, uma tempestade;
- **ULHA** – expressão de admiração usada para se referir a algo que chame a atenção;
- **TE ARREDA** – afasta, chega um pouco pra lá;
- **CARAPANÃ** – pernilongo, mosquito;