

Implantação da Fundacentro no Amazonas é discutida em reunião no CTN

Por ACS / D.M.S. e C.R.



Secretário de Estado do Planejamento e Desenvolvimento Econômico do Amazonas e presidente do Sinfravis visitaram a instituição para discutir com a gestão a implantação de uma regional no estado.

A presidenta da Fundacentro, Maria Amélia de Souza Reis, reuniu-se no último dia 03/12, com o secretário de Estado de Planejamento e Desenvolvimento Econômico do Amazonas, Airton Claudino, e com o presidente do Sindicato da Indústria Naval, Náutica, Offshore e Reparos do Amazonas, Matheus Araújo, no Centro Técnico Nacional, em São Paulo, para discutir a implantação da Fundacentro no Amazonas.

O secretário Airton Claudino se comprometeu em buscar um local para a instalação da regional até 18 de dezembro. O objetivo é que o imóvel seja doado à Fundacentro pelo governo do estado. Três servidores têm interesse em trabalhar em Manaus, um da própria Fundacentro e outros dois do Ministério do Trabalho e Emprego.

Participaram também da reunião, pela Fundacentro, o procurador jurídico, Paulo Foglia, a diretora técnica substituta, Solange Schaffer, o diretor de administração e finanças, Paulo Guimarães e a assessora técnica da Diretoria

Executiva, Érica Reinhardt.

Segundo a presidenta da Fundacentro, em Manaus, existe uma demanda em todas as áreas no que tange a saúde e prevenção de acidentes. "O nosso objetivo é poder difundir conhecimentos que contribuam na promoção da segurança e saúde do trabalhador também no Amazonas", salienta a presidenta. Ela ainda ressaltou que o ministro do Trabalho, Manoel Dias, está interessado na implantação da Fundacentro no Amazonas.

O secretário Airton Claudino destacou que a modernização dos portos está em discussão no governo. Assim a implantação da Fundacentro será imprescindível para assegurar a saúde do trabalhador nessa área.

"Precisamos da expertise da Fundacentro em segurança e saúde no trabalho. Temos áreas muito vulneráveis. O Amazonas é o terceiro polo naval brasileiro em emprego de mão de obra. Será muito bom se a Fundação nos ajudar nesse processo", avalia Claudino.

A demanda para a implantação de uma regional no Amazonas veio por meio dos sindicatos. "O setor produtivo do estado e a força de trabalho estão desassistidos socialmente em relação às condições de trabalho. Precisamos corrigir nossos erros e nos cercar de ações educativas. Precisamos de conhecimento, e a Fundacentro em Manaus pode levar essa expertise para nós. Percebo que o ponto de partida foi dado e que a Fundacentro será uma parceira no estado", conclui Matheus Araújo. #

Portaria regulamentada periculosidade para vigilantes e faz valer Anexo 3 da Norma Regulamentadora 16

Portaria foi assinada por Ministro do Trabalho neste último dia 02 de dezembro de 2013

Assessoria de Comunicação Social/MTE



Com o objetivo de melhorar as condições de trabalho para os profissionais da segurança pessoal e patrimonial, o ministro do Trabalho e Emprego, Manoel Dias, assinou neste último dia 02 de dezembro de 2013, portaria que aprova o Anexo 3 na Norma Regulamentadora 16 (NR-16), que trata das atividades e operações perigosas.

A portaria define que as atividades que expõem os profissionais a roubos ou violência física são perigosas e regulamentam o adicional de periculosidade, no valor de 30%, para os vigilantes, a-

provada pela Lei 12.740, de 8 de dezembro de 2012.

Durante o ano, os técnicos da Secretaria de Inspeção do Trabalho (SIT) e representantes de empregadores e trabalhadores se reuniram sobre o tema para obter um consenso no texto assinado pelo ministro. A portaria foi publicada no Diário Oficial da União no dia 03 de dezembro de 2013 e entrou em vigor a partir da data.

No ato de assinatura, o ministro destacou a importância do processo tripartite de elaboração da norma. "A portaria

é o fruto de um amplo debate tripartite realizado no âmbito do Ministério do Trabalho. Não há maneira melhor de fazer um entendimento senão pelo diálogo", declarou.

O deputado distrital Chico Vigilante (PT) afirmou que esse é um momento histórico. "Foi uma luta aprovar esse adicional de periculosidade. Apesar das divergências, esse é um novo momento. Estamos muito felizes", declarou. O presidente da Confederação Nacional de Vigilantes e Prestadores de Serviços, José Boaventura, relembrou que foram mais de 17 anos de luta. "Essa portaria representa a valorização da nossa profissão. Vigilantes de todo Brasil estão muito satisfeitos com essa regulamentação", comemorou.

TRIPARTITE

NR - O MTE elabora e revisa as Normas Regulamentadoras (NR) que garantem um trabalho seguro e sadio e previne a ocorrência de doenças e acidentes de trabalho. A construção desses regulamentos ocorre de forma tripartite e por meio de comissões. O ministro do Trabalho e Emprego também assinou outras portarias com alterações pontuais nas Normas Regulamentadoras de Segurança e Saúde do Trabalho. #

Clique [AQUI](#) e visualize a Portaria na íntegra.

Técnicos e Técnicas de Segurança do Trabalho do Ceará prestigiam VI encontro em Fortaleza



Armando Henrique esteve presente no encontro de TST no Ceará



09/12/2013 13:31

O SINTEST-CE (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado do Ceará) realizou o VI Encontro Estadual dos Técnicos de Segurança, nesta segunda-feira 09 de dezembro de 2013, abordando vários temas de interesse técnicos e interesse dos profissionais prevenicionistas.

Armando Henrique, Presidente da FE-NATEST (Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho), presente no evento, abordou o tema: "O papel do SESMT na aplicação da Política de Segurança e Saúde no Trabalho", lembrou a oportunidade que o SINTEST-CE foi o primeiro sindicato da categoria dos Técnicos de Segurança a conquistar a carta sindical; o que deve especialmente ao empenho do companheiro Clezio que hora está em Santa Catarina atuando no Centro de Referência de Saúde dos Trabalhadores na cidade de Blumenau.

No evento teve a presença de dezenas de profissionais da SST, que teve apresentações também de Carlos Alberto Trindade Rebonatto (Juiz do Trabalho e Gestor do Programa Trabalho Seguro); Luiz Marvão (TST e presidente do SINTEST/CE) entre outras atividades. #

Senac de Araçatuba e Bauru terão novos gerentes em 2014

Mariana Nicoletti



Marlene dos Santos Zequin assume a função exercida por Emmanuel Flores de Andrade em Araçatuba (SP), que, agora, toma a frente da unidade Bauru (SP).

Por Amanda Marchini - Lacerda Comunicação Empresarial

A partir de janeiro de 2014, o Senac Araçatuba (SP) terá uma nova gerente, Marlene dos Santos Zequin. Ela assume a função exercida por Emmanuel Flores de Andrade, que assumirá a unidade de Bauru (SP).

Marlene dos Santos Zequin, 54 anos, é pedagoga licenciada pela Faculdade Integradas Toledo, em Araçatuba (SP), e possui MBA em gestão empresarial pela Unioleto. No Senac desde 1984, iniciou sua carreira na unidade de Araçatuba, mas foi em Barretos (SP) onde avançou em sua carreira, chegando ao cargo de gerência, que exerce desde outubro de 2008.

"Araçatuba é a minha cidade de origem, foi lá que iniciei minha carreira no Senac. Juntamente com a equipe, vamos traçar metas para o nosso trabalho, que deve ser sempre focado na prestação de serviços, visando ao desenvolvimento da comunidade, criando parcerias e entregando serviços educacionais com a qualidade da marca Senac", ressalta Marlene.

Despedida

Emmanuel é formado em administração de empresas e atua no Senac desde 1997. Ele iniciou a carreira em Barretos como coordenador de área. Após sete meses no cargo, foi nomeado gerente da unidade Bebedouro. Nessa função, em 2002, assumiu a unidade de Guarulhos e, em outubro do mesmo ano, Araçatuba, onde permaneceu por 11 anos. "Quando cheguei, a unidade possuía 13

funcionários e 267 alunos. Deixo o cargo com uma equipe de 157 pessoas e mais de 5.300 alunos. Foi um período de muito trabalho, dedicação e empenho", afirma Emmanuel.

A partir de janeiro, Emmanuel assume a unidade de Bauru, cuja gerência será deixada por José Roberto Bottaro, que se aposentará após 33 anos de trabalho na instituição, oito deles só em Bauru.

Senac Araçatuba oferece mais de 1.700 bolsas de estudos para 2014

Por meio da Política Senac de Concessão de Bolsas de Estudo, compromisso da instituição de oferecer capacitação a pessoas economicamente desfavorecidas, serão ofertadas bolsas de estudos à pessoas com renda familiar per capita de até dois salários mínimos federais (R\$ 1.356). O principal objetivo da política é promover o desenvolvimento de pessoas por meio da educação contribuindo para o bem-estar da sociedade, compromisso do Senac São Paulo.

Para 2014, estão previstas 1.709 bolsas, distribuídas em: 452 para cursos técnicos, 627 para capacitações e 630 bolsas destinadas ao Programa Aprendizagem.

Serão abertos cursos nas áreas de administração geral; gestão de pessoas; comunicação, cultura e artes; desenvolvimento social; nutrição; saúde e segurança do trabalho; enfermagem; redes e infraestrutura; saúde e bem estar, marketing, e tecnologia da informação. #

Ministério do Trabalho divulga alterações em várias Normas regulamentadoras

As NRs alteradas são: 7, 12, 22, 29, 31 e 34

O Ministério do Trabalho e Emprego publicou neste dia 11 de dezembro de 2013, no Diário Oficial da União (DOU), alterações em algumas Normas Regulamentadoras de Saúde e Segurança no Trabalho.

Confira aqui cada uma das alterações:
Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional: Portaria nº 1.892, de 9 de dezembro de 2013, que acrescenta o subitem 4.1 e altera o item 9 no Anexo II do Quadro II da Norma Regulamentadora nº 07;

Segurança no trabalho em máquinas e equipamentos: Portaria nº 1.893, de 9 de dezembro de 2013, que altera os itens 12.4.1, 12.76, 12.76.1, Anexo III, Anexo XI, da Norma Regulamentadora nº 12;

Segurança e saúde ocupacional na mineração: Portaria nº 1.894, de 9 de dezembro de 2013, que altera os itens 22.7.6.1, 22.7.8, 22.10.2, 22.12.4.1, 22.36.13 e Anexo III da Norma Regulamentadora nº 22;

Segurança e saúde no trabalho portuário: Portaria nº 1.895, de 9 de dezembro de 2013, alterando os itens

29.1.4.1, 29.2.2.3, 29.2.2.15, 29.2.2.18, 29.2.2.23, 29.2.2.29, 29.3.5.18.1, 29.3.5.18.2, 29.3.5.25, 29.3.8.4, 29.5.2, 29.6.3.1.1, 29.6.4.6, 29.6.4.8, Anexo V, Anexo VI, Anexo VIII, Anexo IX da Norma Regulamentadora nº 29. Também, os seguintes itens foram revogados: 29.2.2.13, 29.2.2.14 e 29.6.5.11.1;

Segurança e Saúde no Trabalho na Agricultura, Pecuária, Silvicultura, Exploração Florestal e Aquicultura: Portaria nº 1.896, de 9 de dezembro de 2013, alterando os

itens 31.12.13, 31.12.20.1, 31.12.47.3, 31.12.47.3.1, 31.12.54, 31.12.68.1, e Anexo III da Norma Regulamentadora nº 31;

Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção e Reparação Naval: Portaria nº 1.897, de 9 de dezembro de 2013, alterando os itens 34.4.2, 34.5.2.1, 34.11.3.2, 34.11.15, 34.14.2, 34.14.2.1, 34.14.2.2, 34.14.2.3 e acrescentar os itens 4 e 5 no Anexo I da Norma Regulamentadora nº 34. #

Ministro também assina renovação da Portaria 572

O ministro do Trabalho Manoel Dias visitou o Sindicato da Indústria de Extração do Carvão do Estado de Santa Catarina e reuniu-se com o secretário executivo da entidade e presidente da Associação Brasileira do Carvão Mineral (ABCM) Fernando Zancan e representantes da indústria carbonífera na região.

Foram discutidos assuntos relacionados ao carvão mineral, além da assinatura da renovação da Portaria nº 572, que foi assinada no dia 9 de dezembro. "Essa Portaria foi publicada em março de 2001 criando a Comissão Regional do Setor Mineral (CR-SM). A comissão acompanha a implantação da NR-22 (Norma Regulamentadora de Segurança e Saúde Ocupacional na mineração). Esta renovação ajuda ainda mais, pois amplia as atribuições da comissão, além de aumentar o número de profissionais", explicou o engenheiro do Siecsc Cleber Gomes.

Exames: Admissional; Demissional; Periódicos; Retorno ao Trabalho; Mudança de Função; Psicossocial; Exames Complementares
Laudo Ergonômico; Treinamentos; PPR; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP
(18) 3301-1361
Rua Amazonas, 305 - Araçatuba-SP

João Pessoa terá curso sobre CIPA

"Uma só legislação, várias configurações"

Será realizado em João Pessoa (PB), nos dias 13 e 14 de dezembro de 2013 no Hotel Caiçara, que fica na Avenida Olinda 235 o Curso "CIPA - Uma só legislação, várias configurações".

Os objetivos do evento será traçar um paralelo entre as principais diferenças relacionadas à organização e ao funcionamento da CIPA, com base nas Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho do Ministério do Trabalho e Emprego; e dar visibilidade aos avanços na legislação referente à CIPA, favorecendo sua inserção na pauta das negociações coletivas de trabalho.

O docente será José Hélio Lopes Batista, psicólogo organizacional, técnico de segurança do trabalho e educador da Fundacentro-PE.

Com vagas limitadas, as inscrições devem ser feitas através de depósito bancário (R\$70,00) conta Caixa, Agência 036, Operação 003, C/C 2887-9 e enviar comprovante para opusdeeventos@gmail.com
Informações (83) 8880-2736 e/ou 9921-1398

O aluno deverá levar um manual das NRs ou Notebook para acessá-las. #

Rua Prof. A. Chiquita Fernandes, 01
www.sindalco-ata.org.br
(18) 3622-2251
Empenhado sempre na busca de melhores condições e bem estar de todos associados.
José Roberto da Cunha
Presidente

FISIOTERAPIA MAESTRO GARDIM
(11) 97444-0902
Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção;
Pilates Studio; RPG;
Fisioterapeuta Manoel Kazuaki Simplicio - marcelo_kz@hotmail.com
Rua Maestro Gardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP
(perto do metrô Paraíso)

GOBRASIL
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer
Aqui você encontra o website que tanto procura
www.gobrasil.com.br

ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO
(18) 3301-9320
Venda e Manutenção de: Extintor, Hidrante, Alarme Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sprinkler.
Projeto para Bombeiros com Assessoria Técnica Especializada
Cursos de Formação Brigada de Incêndio com Certificado e Apostila
esgalha.sistemas@terra.com.br
esgalha.projetos@terra.com.br
(18) 3301-9322
Av. Prestes Maia, 2.860 - Araçatuba - SP

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS
Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades
(18) 3622-2281 www.equipeni.com.br
Av. José Ferreira Batista, 3435 Araçatuba - SP

EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
Caio Cesar Cachioni
Representante Comercial
Teléfono de contato:
(011) 2644-6473 (Espirito Santo)
(018) 38117-8892
(018) 38131-2390
(018) 38128-8221
E-mail: caiocepseg@terra.com.br
CALÇADOS DE SEGURANÇA. Slogon: caiocepseg



Oficina da Norma

Sistema de Gestão Integrados: Saúde e Segurança Ocupacional, Meio Ambiente e Qualidade

Patrícia Milla Gouveia
Engenharia Bioquímica e Sqi
patricia.milla@yahoo.com.br

COMO PREPARAR UM DIAGRAMA DE ESPINHA DE PEIXE?

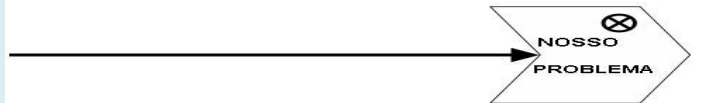
Em 1943, Kaoru Ishikawa (um dos principais gurus da Qualidade) propôs uma forma esquemática para se analisar os problemas existentes em uma empresa. Nascia o Diagrama de Ishikawa, popularizado depois como nome de Espinha de Peixe por se parecer com uma. Ele permite uma visualização sintética e hierárquica das causas que levam a um determinado efeito (problema ou melhoria), facilitando a análise, escolha de caminhos e tomada de decisão.

Além dos nomes citados ele também é conhecido como Diagrama de Causa e Efeito e Método 6M pois, também segundo Ishikawa, todos os tipos de problemas poderiam ser classificados em seis grandes grupos: Método; Matéria-prima; Mão-de-obra; Máquinas; Medição e Meio Ambiente. Esses grupos são os que geralmente formam as "espinhas" principais do "Peixe".

Como preparar um Diagrama desses?

Primeiro é necessário ter um problema para analisar (essa parte não é difícil, certo?).

1 - Definido o enunciado do problema, ele deve ser colocado na "cabeça do peixe", precedido por uma seta da esquerda para a direita:

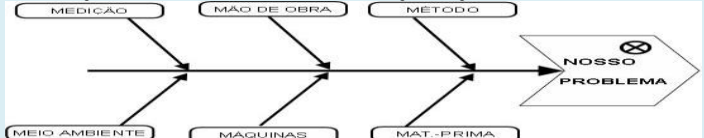


2 - Depois colocamos as seis espinhas principais (Os seis M - os Motivos). Ele vai ficar mais ou menos assim:



Se você quiser identificar as seis espinhas principais com o nome de cada M ou com números de 0 a 6, fique à vontade. Só que o mais comum (e recomendável) é identificar cada M de forma clara, para facilitar o uso depois.

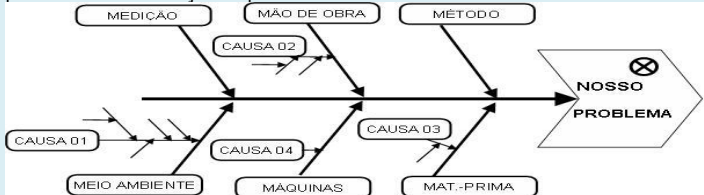
Mas ele não tem de ser obrigatoriamente assim. Cada espinha pode ter também o nome de uma causa já identificada (ou suspeitada) para o problema, ou ainda, uma classificação específica da área ou da organização. Faça como achar melhor.



3 - Agora a parte séria - a aplicação do Diagrama de Ishikawa:

Através de entrevistas com as partes envolvidas ou uma reunião de Brainstorm, devem ser encontradas as causas principais (ou mais evidentes), catalogá-las nas espinhas correspondentes e assim gradativamente, até obtermos um diagrama com grau de complexidade que satisfaça sua necessidade.

É frequente observarmos uma concentração de causas em um ou dois dos motivos, e esses serão os que maior probabilidade oferecem de ser a CAUSA RAZIS e portanto de ter a solução do problema!



Tendo em mãos o Diagrama formado, convém uma reunião com todos os envolvidos para confirmação das causas sugeridas, talvez até para que, observando o quadro geral apresentado, novas idéias sejam incluídas antes da tomada de decisão sobre o tema.

Após finalizado o processo, pode ser gerado um Plano de Ação com chances bem maiores de sucesso!

Fonte: www.qualiblog.com.br

Uma ótima semana a todos e até a próxima!
Patrícia Milla Gouveia

Concurso na área de saúde oferece até 4.411 vagas em todos os níveis

Cargos são de nível fundamental, médio e técnico. Os salários vão até R\$ 5.147,31

A Autarquia Hospitalar Municipal de São Paulo encerrou neste último dia 10/12 as inscrições de três concursos públicos para 4.411 vagas em cargos de nível fundamental, médio e superior. Os salários vão de R\$ 1.132,50 a R\$ 5.147,31.

São 32 vagas para agente de apoio - armazenagem (nível fundamental), 501 para assistente de gestão de políticas públicas (ensino médio completo e domínio em informática - Windows e Office), 26 para técnico de segurança do trabalho (nível técnico), 20 para auxiliar técnico de saúde - eletrocardiografia (ensino médio completo ou equivalente, habilitação específica e/ou experiência mínima comprovada de 4 meses), 6 para auxiliar técnico de saúde - eletroencefalograma (ensino médio completo ou equivalente, habilitação específica e/ou experiência mínima comprovada de 4 meses), 7 para auxiliar técnico de saúde - gasoterapia (ensino médio completo ou equivalente, habilitação específica e/ou experiência mínima comprovada de 4 meses), 1.103 para auxiliar técnico de saúde - enfermagem (ensino fundamental II completo mais registro no Conselho Regional de Enfermagem de auxiliar de enfermagem), 1.006 para técnico em saúde - enfermagem (ensino médio completo, com especialização na área de atuação ou curso técnico pro

fissionalizante correspondente ao ensino médio mais registro no Conselho Regional de Enfermagem de técnico de enfermagem), 60 para farmácia (ensino médio completo, com especialização na área de atuação ou curso técnico profissionalizante correspondente ao ensino médio mais registro no conselho), 8 para higiene dental (diploma de técnico em saúde bucal registrado no Conselho Regional de Odontologia), 78 para imobilização ortopédica (ensino médio completo, com especialização na área de atuação ou curso técnico profissionalizante correspondente ao ensino médio) e 30 para radiologia (ensino médio completo, com especialização na área de atuação ou curso técnico profissionalizante correspondente ao ensino médio mais registro no conselho).

Os salários vão de R\$2.228,72 a R\$5.147,31 são 35 vagas para especialista em assistência e desenvolvimento social - serviço social, 6 para especialista desenvolvimento urbano/engenheiro do trabalho, 281 para especialista em saúde/enfermagem, 26 para especialista em saúde/fisioterapia, 6 para especialista em saúde - fonoaudiologia, 5 para especialista em saúde/terapia ocupacional, 19 para especialista em saúde/farmacácia, 10 para especialista em saúde/nutrição, 14 para especialista em saúde - psicologia, 10 para especialista em saúde - odontologia e 22 para especialista em saúde - odontologia - bucomaxilo. 1.100 vagas de médicos. Os salários variam de R\$ 4.203,13 a R\$ 4.721,66. #

epi.com@g.com.br

EPI.com

Equipamento de Segurança

Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

TREINAMENTOS: Trabalho em Altura; Operador de Empilhadeira; NR-10; Operador de Ponte Rolante; Laudo de Compressores; CIPA; Operador de Guincho

(18) 3301-1514

ASOMED

MEDICINA DO TRABALHO

Segurança do Trabalho - Medicina Ocupacional
Exames Complementares - Treinamentos

(18) 3305-8004 - 3608-7491

asomedm@terra.com.br
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

doisDI

(18) 8801-3114

joice@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta

BRANDINHO: Design de Marca; Papeleria; Manual de Identidade
WEB: Sites; Sistemas Administrativos; Redes Sociais
MARKETING: Planilhas; Anúncios; Propagandas
RECURSOS: Museologia; 3D; Imagem; Material de PDU

(18) 8801-2115

luiz@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta

(18) 3641-8015

Birigui e Região

O EPI que você precisa tem aqui!

Assessoria e Consultoria
Orientações técnicas

Rua Pedro Alvares Cabral, 899

ESGALHA

SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

(18) 3301-9320

Venda e Manutenção de: Extintor, Hidrante, Alarma Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sprinkler.
Projeto para Bombeiro com Assessoria Técnica Especializada
Cursos de Formação Brigada de Incêndio com Certificado e Apostila

esgalha.sistemas@terra.com.br
esgalha.projetos@terra.com.br

(18) 3301-9322

Av. Prestes Maia, 2.860 - Araçatuba - SP

MC

O EPI QUE VOCÊ PRECISA

(18) 3652-9703

Avenida Bento da Cruz, 39
PENÁPOLIS E REGIÃO

Segurança do Trabalho: Organizando o Setor

Mário Sobral Jr. Professor do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas - IFAM acaba de lançar seu 1º livro com o tema "Segurança do trabalho - Organizando o Setor".

"Após um pouco mais de cinco anos de muito estudo e esforço consegui concluir meu primeiro livro: Segurança do Trabalho - Organizando o Setor - Volume 1. A ideia surgiu ao ver a nagústia dos meus adorados alunos perguntando o que deveriam fazer ao entrar em uma empresa. Resolvi então escrever um manual que facilitasse a vida de quem está começando na área, como se fosse um verdadeiro colega de trabalho. A linguagem é a mais didática possível e o objetivo é retirar algumas pedras do caminho dos profissionais de Saúde e Segurança do Trabalho", citou Mário sobre sua obra.



Mário Sobral Junior é Professor do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amazonas - IFAM; Editor do Jornal Segurito; Engenheiro Civil; Engenheiro de Segurança do Trabalho; Especialista em Higiene Ocupacional; Especialista em Ergonomia; Mestre em Engenharia de Produção; Perito Assistente em Empresas do Polo Industrial de Manaus.

Adquirir o livro do Professor Mário Sobral clicando [AQUI](#). #

Operador de guindaste da Arena Corinthians trabalhava havia 18 dias seguidos

Fonte/Foto: Bruno Santos / Terra



O Ministério do Trabalho e Emprego informou no último dia 10 de dezembro que José Valter Joaquim, operador do guindaste que tombou no último dia 27/11 na Arena Corinthians, trabalhava há 18 dias seguidos, tendo cumprido horas extras diariamente nesse período.

Na avaliação do superintendente do ministério em São Paulo, Luiz Antonio Medeiros, embora seja legal o cumprimento de duas horas a mais de trabalho dia, é necessário limitá-las especialmente nos casos em que o estresse do trabalhador possa representar risco à segurança. O acidente provocou a morte de dois operários.

"Devido à rapidez da obra, todo o dia aqui tem duas horas extras. Estava conversando com a Odebrecht (construtora responsável pela obra) no sentido de dar uma limitada nisso", declarou Medeiros, após fazer uma vistoria no estúdio na manhã do dia 11/12. Ele esclareceu ainda que o trabalho por um período ininterrupto é legal. "Não sei o que a empresa combinou com eles (funcionários), se esses 18 dias eram compensados, banco de horas, não sei, mas achamos que há exaustão para uma pessoa que opera um mecanismo tão delicado", acrescentou.

O operador de guindaste é funcionário da Locar, empresa contratada pela Odebrecht para operar esse tipo de equipamento. A Odebrecht informou que irá se pronunciar por meio de nota.

Durante a vistoria, a superintendência iniciou a inspeção dos nove guindastes que foram interditados pelo órgão um dia depois do acidente. Os testes incluem, por exemplo, a verificação do peso suportado pelo equipamento.

"A máquina levantou 10 toneladas, então queremos ver se os relógios estão marcando exatamente esse valor", explicou. O balanço da inspeção será divulgado nesta quinta.

A expectativa é que até o dia 16 todas as máquinas estejam liberadas, inclusive a grua quebrada, que ainda está no local. Medeiros informou que, além da liberação dos equipamentos, a Odebrecht deverá firmar um acordo com o ministério sobre horas extras, condições de trabalho e segurança. "Para nós termos a garantia de que nada vai ocorrer no futuro. A empresa vai ter que assinar um compromisso conosco", disse o superintendente.

A Arena Corinthians sediará a abertura da Copa do Mundo de 2014 e mais cinco jogos da competição. A entrega ficou para abril de 2014. #

Fenatest propõe formação de Comissão de Investigação

Proposta foi encaminhada para Presidente da Frente Parlamentar sobre SST

O Presidente da FENATEST (Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho), Armando Henrique encaminhou ofício ao Presidente da Frente Parlamentar sobre Segurança e Saúde no Trabalho, Deputado Vicentinho (PT/SP), proposta para designação e Instalação de uma Comissão de Investigação da Frente Parlamentar, com caráter de prevenção e reparação dos danos de grande e grave acidente.

A proposta foi baseada na ocorrência do acidente em que causou óbito de dois empregados nas obras de construção do estádio Itaquerão.

No ofício, Armando cita que "dado a complexidade e dimensão deste acidente, consideramos importante a designação de uma comissão extraída da Frente Parlamentar pela Segurança do Trabalho e Saúde no Trabalho, instalada no dia 27 de novembro de 2013, irônica-mente no mesmo dia desta tragédia, considerando que todas as obras públicas e públicas/privadas, são licitadas com critérios de cumprimento da legislação e a boa gestão de prevenção, contemplando no memorial de contrato as propostas de gestão de trabalho digno e qualidade de vida dos trabalhadores, porém, sempre que ocorre um acidente é porque houve falha na prevenção por ação ou omissão, tornando pertinente que esta Frente Parlamentar institua uma comissão, que esta requisito o plano de gestão e de investimento na prevenção de acidentes e audite a prática do proposto".

Armando justifica que a iniciativa "se dá pela prática do descompasso frequente entre as propostas orçadas na licitação e o praticado, especialmente nas obras com financiamento público, escassez de fiscalização e falta de controle social".

Na proposta, o Presidente da FENATEST lembra ao Presidente da Frente Parlamentar, que é uma excelente oportunidade, para que esta frente preste um grande serviço de interesse social, podendo contar com a pré disposição dos integrantes da FENATEST, para colaborar na formulação dos quesitos pertinentes, bem como a indicação de corpo técnico qualificado e com imparcialidade, que certamente contribuirá para a qualidade de vida no trabalho, definição de comprometimento do governo legislativo, no combate e esta mazela e vergonhosa (acidentes do trabalho e tragédias) previsíveis, promovendo a cultura preventiva. #



Deputado Vicentinho e Armando Henrique no momento em que a Frente Parlamentar sobre SST foi instalada em Brasília (DF) no dia 27 de novembro de 2013.

2014

norminha.net.br

Serão mais 8.760 horas dedicadas na divulgação do bem estar do trabalhador brasileiro

Vamos multiplicar nossas ações preventivistas

Carazinho (RS) vai ter encontro de Técnicos de Segurança

Foto aérea de Carazinho (RS)



Carazinho (RS) vai receber preventivistas da região neste 143 de dezembro de 2013.

Será o último encontro regionais de Técnicos de Segurança do Trabalho de 2013 que o SINTESTRS (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado do Rio Grande do Sul) está realizando no Rio Grande do Sul.

O encontro que de Carazinho (RS) será realizado neste próximo dia 14 de dezembro de 2013 no Colégio Rui Barbosa que fica na Rua Pedro Vargas 561.

Os temas a serem apresentados são: Palestra sobre "Técnico de Segurança do Trabalho: cenário atual e perspectivas da profissão" com apresentação de Nilson Airton Lauxsen - SINDITESTRS;

Palestra sobre "A importância e o trabalho de uma associação regional de Técnicos de Segurança do Trabalho" com apresentação da ARTEST (Bento Gonçalves);

Palestra sobre "Responsabilidades do empregador e dos profissionais de Saúde e Segurança na prevenção de acidentes do trabalho" com apresentação do Ministério Público do Trabalho - MPT do RS;

Palestra sobre "Segurança e Saúde no Trabalho - Ações empresariais em prol da prevenção de acidentes e do ambiente de trabalho Saudável" com a

apresentação da Equipe Executiva do CONTRAB/FIGERS;

Palestra sobre o "Técnico de Segurança do Trabalho - Desafios da profissão" com apresentação de Maria Mucillo - FUNDACENTRO/RS;

Workshop: "A gestão da NR-35 e demonstração de uso de equipamentos utilizados em trabalho em altura" com apresentação da Equipe Técnica da PAR Treinamentos.

As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas junto ao site do SINDITESTRS www.sinditestr.org.br

NOSSA NOTA:

Aproveitamos a oportunidade para parabenizar os dirigentes do SINTESTRS pelo trabalho desenvolvido durante o ano de 2013, agregando valores na multiplicação de ações e união em que vem pregando entre os profissionais preventivistas do estado do Rio Grande do Sul.

Em 2014 contamos com a colaboração e empenho do SINTESTRS e seus associados para que possamos continuar a divulgar suas ações, na busca constante da valorização da categoria e pelo bem estar do trabalhador brasileiro. #



Por onde anda o Presidente?

Marcos Antonio de Almeida Ribeiro

SINTESP

Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo

Por Sofia Jucon

SINTESP realizou XVII Convenção Anual da Diretoria



A XVII Convenção Anual da Diretoria do SINTESP foi realizada nos dias 6 e 7 de dezembro de 2013, no Hotel Excelsior, no centro de São Paulo, com as presenças de diretores da Executiva, Estadual e Regionais. Os trabalhos tiveram início no último dia 6, com a apresentação das realizações de 2013 e continuou no dia 7 com o desenvolvimento de propostas para 2014. O presidente do SINTESP, Marcos Antonio Ribeiro, comandou a abertura oficial desta 17ª convenção ao lado de Armando Henrique, diretor do SINTESP presidente da Fenatest; João Carlos Figueira, presidente do Sintesc-SC - Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de Santa Catarina; além de outros convidados.



O presidente Marquinhos declarou que desta reunião seria tirado um plano de trabalho para 2014. "Por isso, é muito importante esta convenção ser realizada no final do ano, justamente, para dar condições de toda a diretoria iniciar o próximo ano com os direcionamentos necessários para o desenvolvimento de suas atividades e contribuindo para um melhor resultado em todos os âmbitos ao final de 2014", avaliou.

Marquinhos fez algumas observações sobre as ações desenvolvidas em sua gestão, quando, a nova diretoria assumiu em 2011, lembrando os obstáculos que esta diretoria teve que enfrentar, o que segundo ele, reforçou ainda mais a vontade de lutar e de vencer os desafios, com muito mais força e responsabilidade, além da ética e do companheirismo que solidificarão a união dos diretores, facilitando o processo de crescimento contínuo.

E acrescentou, que o crescimento se deu em todos os campos, com a significativa duplicação do quadro de associados, com o equilíbrio financeiro das contas, com o atendimento da demanda de cursos e eventos, das parcerias estabelecidas, entre outras questões.

Após a retrospectiva de 2013, com avaliações e considerações de alguns diretores e comentários construtivos, foram realizadas dinâmicas de grupo que se caracterizaram pelo aspecto lúdico, inteligente, que, além de descontrair os participantes, conduzidas por Angélica Lourenço e o professor Edinho, convidados para participar desta iniciativa do Sindicato.

Para finalizar o primeiro dia da convenção, foi oferecido um jantar de confraternização aos participantes.

O segundo dia prosseguiu no sábado, com a reunião de grupos de trabalhos para a elaboração de propostas e planejamento estratégico de ações que serão desenvolvidas ao longo de 2014.

As discussões serão transformadas em um plano de trabalho, que ditarão o norte das ações do Sindicato para o ano seguinte e, dentre as considerações postuladas e metas traçadas, que embasarão o plano de trabalho, objetivando uma dinamização das ações e o total comprometimento com a categoria, além do fortalecimento do profissional técnico de segurança do trabalho.

Marquinhos acompanha reunião na SRT sobre fiscalização das Obras de Construção no Estado de São Paulo



Dia 10 de dezembro, o deputado Antonio de Sousa Ramalho, presidente do Sintracon-SP; Armando Henrique, presidente da Fenatest; Fernando, assessor do deputado Ramalho e vice-presidente do SINTESP; juntamente com o presidente do SINTESP, Marquinhos, estiveram na sede da Superintendência Regional do Trabalho, no centro de São Paulo, SP, com o objetivo de buscar a construção de alternativas para que o acidente do "Itaquero" não vire mais uma pizza e continue morrendo trabalhadores pela banalização de segurança do trabalho.

Segundo Marquinhos, o assunto tratado nesta reunião foi sobre a redução do número de auditores fiscais para a fiscalização dos canteiros de obras na cidade de São Paulo. "Infelizmente, o assunto foi tratado sem a presença do Superintendente Regional do Trabalho que esteve ausente devido a liberação do embargo do equipamento (guindaste) na obra do estádio do Corinthians", contou o presidente do SINTESP. #

Formação de Instrutor para Operador de empilhadeiras foi último curso realizado em 2013

2013 foi marcado com realização de cursos e treinamentos para melhorar a capacitação dos profissionais da SST no Paraná, sempre sob coordenação do SINTESPAR



Curso amplia capacitação dos profissionais no Paraná.



Detalhes foram registrados para aproveitamento nos treinamentos.

Entre várias outras ações, a realização de cursos e treinamentos foi um dos destaques do SINTESPAR (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado do Paraná) em 2013.

Os eventos realizados serviram para ampliar a capacitação dos profissionais da SST do Paraná.

Nos dias 05, 06 e 07 de dezembro de 2013 foi realizado em Curitiba (PR) o curso para formação de Instrutor para Operador de Empilhadeiras encerrando esse ciclo de treinamento.



Para 2014, Adir de Souza, Presidente do SINTESPAR disse que a luta para unir cada vez mais os profissionais do Brasil terá continuação e que a entidade, além de prestar o melhor serviços aos seus associados, também estará na luta por melhores condições de trabalho, buscando a consagração do Conselho da Classe junto à frente Parlamentar que foi instalada. #

NR 31 passa por discussão em SC

Ministro se reuniu com setores rurais para discutir mudanças na redação do texto da norma

O ministro do Trabalho e Emprego, Manoel Dias, encontrou-se no dia 09/12/13, em Florianópolis (SC), com trabalhadores rurais e empregadores para discutir a Norma Regulamentadora 31, que trata da saúde e segurança do trabalhador no campo. Após ouvir as reivindicações das classes, o ministro admitiu a hipótese de rever o texto da norma.



O ministro se reuniu com vários setores rurais para debater a Norma Regulamentadora

A NR engloba os trabalhadores que atuam na agricultura, pecuária, silvicultura, exploração florestal e aquicultura. Segundo os empregadores, há dificuldade em se adequar à norma, principalmente em relação à contratação de mão de obra e adaptação de refeitórios e banheiros. Em Santa Catarina, os plantadores de cebola, fumo e tomate já pediram maior flexibilidade por parte da fiscalização trabalhista. "Já realizamos diversas reuniões com os produtores rurais e observamos a real necessidade de ouvir os mais afetados para que as adequações atendam a todos", declarou o superintendente regional Luis Miguel Viegas.

Manoel Dias comprometeu-se a encontrar uma solução para acabar com os problemas que vêm se arrastando há anos. "Estamos trabalhando para começar um ano diferente dos últimos e vamos chegar a um consenso", enfatizou. Após análise das reivindicações e sugestões, a comissão formada para analisar o caso irá se pronunciar. "Se for necessário rever a Norma Regulamentadora, será feito e o novo parecer será apresentado ao Congresso Nacional", finalizou o ministro. #

Fonte: Ascom MTE

Jácomo Botas promove 5º Super Dia Feliz

Eventos envolve empregadores e colaboradores em dia festivo, feliz e de muita harmonia



Diretores, colaboradores e familiares da Jácomo Botas de Araçatuba (SP) se dão ao prazer de viver um Super Dia Feliz para comemorar o trabalho.

Pelo quinto ano consecutivo, a Jácomo Botas de Araçatuba (SP) reúne diretores, colaboradores e familiares para viverem um Super Dia Feliz.

O evento é organizado pela Turnover Consultoria (Fábio Lais) que a cada ano vem surpreendendo os participantes, permitindo que a Família Jácomo Botas possa desfrutar de um Super Dia com muita alegria, diversão, felicidade e harmonia.

O 5º Super Dia Feliz foi realizado na Chácara 3 Maria de Araçatuba, no último dia 01 de dezembro de 2013.

O evento teve início com um super café da manhã e em seguida a apresenta-

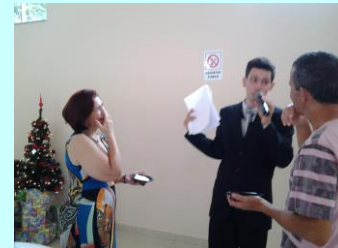
ção da palestra "Autodesempenho na prevenção de acidentes: Você faz a diferença" proferida pelo TST Wilson Celio Maioli. Na sequência, teve Gincana com a participação de todos os colaboradores; Game Show "Torta na cara"; participação do "Silvio Santis" (Cover do Silvio Santos); Massoterapeutas à disposição de colaboradores e familiares; Entrega do livro "Cuidando da própria vida" para todos os colaboradores, o qual foi autografado pelo autor (Fábio Lais); Apresentação de Samba Saia na Roda; o Almoço foi servido a todos, com bingo e a chegada do papai Noel, com premiação dos colaboradores destaque do ano.



Fábio Lais deu atenção especial aos colaboradores e autografou todos os livros "Cuidando da própria vida" que foram apresentados a todos pela direção da Jácomo Botas.



Palestra sobre motivação na prevenção de acidentes abriu o Super Dia Feliz para colaboradores e familiares da Jácomo Botas



Cover "Silvio Santis" animou as várias brincadeiras que envolveram os colaboradores e muitos prêmios.



Gincana envolveu colaboradores



Torta na cara "aliviou" vencedores com muito bom humor.



Massoterapeutas atenderam a todos durante sessão de autógrafa.

TÉCNICO DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.

Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:

contato@norminha.net.br

epi.com@ig.com.br
EPI.com
 Equipamento de Segurança
 Comércio de Equipamentos de Proteção Individual
 TREINAMENTOS: Trabalho em Altura; Operador de Empilhadeira; NR-10; Operador de Ponte Rolante; Laudo de Compressores; CIPA; Operador de Guincho
(18) 3301-1514

ASOMED
 MEDICINA DO TRABALHO
 Segurança do Trabalho - Medicina Ocupacional
 Exames Complementares - Treinamentos
(18) 3305-8004 - 3608-7491
 asomedm@terra.com.br
 Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

epi.com@ig.com.br
EPI.com
 Equipamento de Segurança
 Comércio de Equipamentos de Proteção Individual
 TREINAMENTOS: Trabalho em Altura; Operador de Empilhadeira; NR-10; Operador de Ponte Rolante; Laudo de Compressores; CIPA; Operador de Guincho
(18) 3301-1514

MC
 O EPI QUE VOCÊ PRECISA
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO
(18) 3652-9703
 Avenida Bento da Cruz, 39
 PENÁPOLIS E REGIÃO

CIPEIROS E TRABALHADORES
 Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.
 Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:
 contato@norminha.net.br

ENGENHEIRO DE SEGURANÇA DO TRABALHO
 Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.
 Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:
 contato@norminha.net.br

PROFISSIONAIS DE RECURSOS HUMANOS
 Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.
 Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:
 contato@norminha.net.br

Solução, ronco e ereção matinal; tire 40 dúvidas sobre seu corpo

Fernanda Frozza - Fotos: Getty Images
Até a edição passada você viu 28; hoje vai ver mais 08 de 40 dúvidas



Por que surgem pequenas manchinhas brancas nas unhas?

As manchinhas também são chamadas de onicólise e surgem quando a unha se descola da lamina ungueal - ou pele debaixo da unha. "Isso pode acontecer por vários motivos, como uso de alguns medicamentos, uso de esmalte, enfraquecimento ou fungos nas unhas. Só que as manchinhas brancas dos fungos acometem as extremidades e as demais ficam no centro", explica a dermatologista Rita de Cássia.



Por que os cabelos e unhas crescem mesmo após a morte?

Pode parecer estranho, mas cabelos e unhas parecem maiores após a morte. Alguns especialistas dizem que isso acontece porque mesmo que o cérebro e o coração parem de funcionar, algumas células do corpo continuam vivas e exercendo suas funções. Depois de um tempo, todas as células param de trabalhar, já que as reservas do organismo se esgotam.

Outros dizem que não passa de impressão, já que o corpo sofre uma desidratação, os tecidos ficam retraídos e os cabelos e unhas se destacam, parecendo maiores.



Por que salivamos quando sentimos vontade de comer alguma coisa?

Comer é um prazer. Afinal, quem nunca ficou com água na boca ao ver um bolo de chocolate? Quando salivamos diante de um prato saboroso é uma maneira de preparar o corpo para a digestão. Dessa forma, a partir do momento em que você observa e sente o cheiro da comida, o cérebro fica em alerta e manda um estímulo que aciona as glândulas salivares, responsáveis por decompor os alimentos.



Por que saem lágrimas dos olhos quando descascamos cebola?

A cebola libera alguns gases quando cortada. Esses gases entram em contato com a água dos olhos e provocam sensação de ardência no globo ocular. Para se defender da irritação, as glândulas lacrimais são ativadas, lavam os olhos e removem essas substâncias. Vale lembrar que, nesses casos, a dica é descascar as cebolas dentro de uma vasilha com água para impedir que os gases viajem pelo ar.



Por que bocejamos quando vemos outra pessoa bocejar?

Não se sabe ao certo porque bocejamos, mas a teoria mais aceita é que essa é uma forma de capturar mais oxigênio e aumentar a frequência cardíaca. Por isso, o bocejo é uma ação involuntária do organismo para despertar ou fazer com que o corpo entre em alerta.

Mas afinal, por que bocejamos quando vemos outra pessoa fazendo o mesmo? Normalmente, isso acontece porque estamos vivendo uma situação parecida com a primeira pessoa que bocejou - como assistir a um filme entediante, por exemplo. Assim, ao ver alguém bocejar, nosso cérebro percebe que também precisa ficar em alerta e repete a ação.



Por que roncamos?

Quem nunca perdeu algumas horas de sono porque foi atrapalhado por um ronco muito alto? Esse barulho acontece porque ao dormir todos os músculos e as vias aéreas ficam relaxados e acabam reduzindo a passagem de ar. Assim, a língua e as amígdalas vibram durante a respiração e produzem um ruído, conhecido como ronco.

Também por esse motivo, os obesos têm mais probabilidade de roncar, já que a gordura local diminui ainda mais o espaço por onde o ar passa.



Por que não nos lembramos de quando éramos bebês?

Por mais que seja uma fase importante na vida, não conseguimos lembrar dos meses que passamos no útero, tampouco de quando éramos bebês. Isso acontece porque até os dois anos e meio de idade nossa memória está em formação e, por mais que passamos por situações extremamente boas ou ruins, não conseguimos recordar. "A memória ainda não está completamente desenvolvida, a ponto de poder reter informações da vida intrauterina e da primeira infância", justifica Edilson Ogeda.

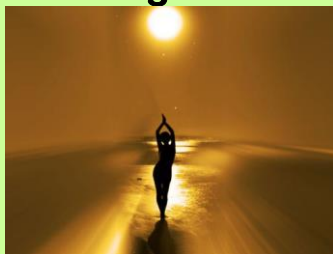
Por que às vezes o dente dói quando consumimos bebidas geladas?

Algumas pessoas sentem dor só de pensar em tomar um sorvete ou alguma bebida gelada. A hipersensibilidade dentinária, popularmente conhecida como "dentes sensíveis", pode ter vários motivos.

No geral, enquanto a parte exposta do dente é coberta por um esmalte - que o protege de agressões térmicas -, a parte submersa abriga a dentina, uma estrutura que leva estímulos até as terminações nervosas e é bem mais sensível às agressões que o esmalte. Por isso, quando o esmalte se desgasta e a dentina fica exposta, é comum sentir dor ao ingerir sorvete ou bebidas muito geladas.

Continua/termina na próxima edição

Abençoe-se e se proteja de influências energéticas



Por: Luiz Antônio Gasparetto

Experimente esta técnica de defesa contra possíveis influências energéticas. Pratique-a todas as noites ou quando surgirem situações difíceis. Feche os olhos e imagine que o astral é algo escuro que fica logo atrás e acima de você. Vamos mandar tudo o que é do astral para o astral.

Imagine agora a energia vindo de baixo da terra, passando pelo seu corpo e sendo jogada para esse escuro. Para que esse caminho da energia seja realizado rapidamente, use a respiração: inspire profundamente e expire rapidamente. Dá até uns arrepios...

Concentrada, diga: "sai de mim. Quero que saia tudo isso de mim. Não interessa o quê. Eu quero que saia". Fale com raiva. A energia da raiva é energia de domínio. Estamos chamando nossa força para limpar nosso campo energético. Trata-se de uma força poderosa, pois é severa. O corpo inteiro ouve e faz o que você manda.

Continue mentalizando: "sai, sai, sai". Observe como seu corpo vai tendo sensações. Às vezes, a gente chega até a tremer. Se você sente que, em determinado local, a dor aumenta, é porque tem algo grudado ali. Respire fundo e aos poucos você sente que vai acalmando, até experimentar uma descontração, um relaxamento.

Vamos agora fazer uma captação positiva. Leve as mãos ao alto e puxe o prana. Agora suas mãos são antenas parabólicas que estão voltadas para o universo infinito. E diga: "Quero me abrir para esse infinito. Me vejo no meio dos astros, das estrelas, um lugar superluminoso".

Mentaliza, porque o corpo vai para onde a mente sintoniza. Um lugar lindo, cheio de paz. Traga as mãos para o peito e sinta que você é da paz. Pense que você é forte e boa, mas não boba. Que aprende a dizer não, que se responsabiliza por si mesma.

Abençoe-se! Que parta de você mesma um carinho, um elogio, um gesto de amor. Olhe para si como se olhasse para o próprio filho. Abençoe-se por todas as vitórias e pelos fracassos também, porque eles foram grandes tentativas. É abençoando-nos que somos abençoados. É essa bênção é profunda. #

(18) 8801-3114
joice@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta
SERVIÇOS: Design de Marca, Suporte, Manual de Identidade
WEB: Sites, Sistemas Administrativos, Redes Sociais
MULTIMÍDIA: Vídeos, Animações, Representações
PRODUTOS: Modelagem 3D, Embalagem, Material de P&V

(18) 3641-8015
Birigui e Região
O EPI que você precisa tem aqui!
Assessoria e Consultoria
Orientações técnicas
Rua Pedro Álvares Cabral, 899

EQUIPE
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS
Intermediários as melhores opções de acordo com suas necessidades
(18) 3622-2281 www.equipeni.com.br
Av. José Ferreira Batista, 3435 Araçatuba - SP

MC
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO
O EPI QUE VOCÊ PRECISA
(18) 3652-9703
Avenida Bento da Cruz, 39
PENÁPOLIS E REGIÃO

Salvador teve noite de comemorações aos Profissionais da SST

Foi realizado na noite do dia 27 de novembro de 2013, no Salvador Shopping Business a Noite de Comemorações aos Profissionais de Segurança do Trabalho, devido ao Dia Nacional do Técnico e Engenheiro de Segurança do Trabalho.

Na oportunidade foram apresentadas duas palestras: "Desafios e oportunidades do profissional de segurança e o mercado de trabalho" proferida por Deiviti Lopes Caetano e "A importância do bom humor e do prazer na vida e no trabalho" proferida por Victoriano Garrido.

O evento foi organizado pela WD Soluções Técnicas.

Além das apresentações das palestras, teve coffee break e um maravilhoso networking entre os profissionais e palestrantes.

Veja abaixo alguns dos bons momentos vividos pelos profissionais durante a homenagem:



Parabenizamos a todos os participantes e à equipe organizadora pelo belo evento realizado. #



"Motivação com saúde e bom humor"
Qualidade de Vida

Fábio_lais@hotmail.com - Consultor, Palestrante, Hunting, Professor e Cronista

13 COISAS QUE AS PESSOAS MENTALMENTE FORTES EVITAM

Inúmeros artigos, particularmente voltados a empreendedores, falam sobre as características críticas das pessoas mentalmente fortes, como tenacidade, otimismo e uma capacidade de superar obstáculos.

No entanto, também podemos definir força mental identificando as coisas que indivíduos mentalmente fortes não fazem. Confira alguns desses itens na lista compilada pela psicoterapeuta e assistente social Amy Morin:

1. PERDER TEMPO SENTINDO PENA DE SI MESMAS

Você não vê pessoas mentalmente fortes sentindo pena de si mesmas ou suas circunstâncias. Elas aprenderam a assumir a responsabilidade por suas ações e resultados, e têm uma compreensão inerente de que muitas vezes a vida não é justa. Elas são capazes de emergir de uma situação difícil com consciência e gratidão pelas lições aprendidas. Quando uma ocasião acaba mal para elas, pessoas fortes simplesmente seguem em frente.

2. SER CONTROLADAS OU SUBJUGADAS

Pessoas mentalmente fortes evitam dar aos outros o poder de fazê-los sentirem-se inferiores ou ruins. Elas entendem que estão no controle de suas ações e emoções. Elas sabem que a sua força está na sua capacidade de reagir de maneira adequada.

3. FUGIR DE MUDANÇAS

Pessoas mentalmente fortes aceitam e abraçam a mudança. Seu maior "medo", se tiverem um, não é do desconhecido, mas de tornarem-se complacentes e estagnadas. Um ambiente de mudança e incerteza pode energizar uma pessoa mentalmente forte e estimular o seu melhor lado.

4. GASTAR ENERGIA EM COISAS QUE NÃO PODEM CONTROLAR

Pessoas mentalmente fortes não reclamam (muito) do tráfego, da bagagem perdida e especialmente das outras pessoas, pois reconhecem que todos esses fatores estão, geralmente, fora do seu controle. Em uma situação ruim, elas reconhecem que a única coisa que sempre podem controlar é a sua própria resposta e atitude.

5. PREOCUPAR-SE EM AGRADAR OS OUTROS

É impossível agradar a todos. Pior ainda é quem se esforça para desagradar outros como forma de reforçar uma imagem de força. Nenhuma dessas posições é boa. Uma pessoa mentalmente forte se esforça para ser gentil e justa e para agradar aos outros quando necessário, mas não tem medo de dar sua opinião ou apoiar o que acha certo. Elas são capazes de suportar a possibilidade de que alguém vai ficar chateado com elas, e passam por essa situação, sempre que possível, com graça e elegância.

6. TER MEDO DE ASSUMIR RISCOS CALCULADOS

Uma pessoa mentalmente forte está disposta a assumir riscos calculados. Isso é uma coisa completamente diferente do que pular de cabeça em situações obviamente tolas. Mas com a força mental, o indivíduo pode pesar os riscos e benefícios completamente, e avaliar plenamente as potenciais desvantagens e até mesmo os piores cenários antes de tomar uma atitude.

7. DEBRUÇAR SOBRE O PASSADO

Há força em reconhecer o passado e, sobretudo, as coisas aprendidas com as experiências passadas, mas uma pessoa mentalmente forte é capaz de evitar se afundar em decepções antigas ou fantasias dos "dias de glória" de outrora. Elas investem a maior parte de sua energia na criação de um presente e futuro melhores.

8. COMETER OS MESMOS ERROS REPETIDAMENTE

Não adianta realizarmos as mesmas ações repetidas vezes esperando um resultado diferente e melhor do que o que já recebemos. Uma pessoa mentalmente forte assume total responsabilidade por seu comportamento passado e está disposta a aprender com os erros. Pesquisas sugerem que a capacidade de ser autorreflexivo de forma precisa e produtiva é uma das maiores características de executivos e empresários bem-sucedidos.

9. RESENTIR O SUCESSO DOS OUTROS

É preciso ter força de caráter para sentir alegria genuína pelo sucesso de outras pessoas. Pessoas mentalmente fortes têm essa capacidade. Elas não ficam com ciúmes ou ressentidas quando outros alcançam sucesso (embora possam tomar nota do que o indivíduo fez bem). Elas estão dispostas a trabalhar duro por suas próprias chances de sucesso, sem depender de atalhos.

10. DESISTIR DEPOIS DE FALHAR

Cada fracasso é uma oportunidade para melhorar. Mesmo os maiores empresários estão dispostos a admitir que seus esforços iniciais invariavelmente trouxeram muitas falhas. Pessoas mentalmente fortes estão dispostas a falhar de novo e de novo, se necessário, desde que cada "fracasso" os traga mais perto de seus objetivos finais.

11. TER MEDO DE PASSAR TEMPO SOZINHAS

Pessoas mentalmente fortes apreciam e até mesmo valorizam o tempo que passam sozinhas. Elas usam esse tempo de inatividade para refletir, planejar e ser produtivas. Mais importante, elas não dependem de outros para reforçar a sua felicidade e humor. Elas podem ser felizes com os outros, bem como sozinhas.

12. SENTIR QUE O MUNDO LHE DEVE ALGO

Na economia atual, executivos e funcionários de todos os níveis estão ganhando a percepção de que o mundo não lhes deve um salário, um pacote de benefícios e uma vida confortável, independentemente da sua preparação e escolaridade. Pessoas mentalmente fortes entram no mercado preparadas para trabalhar e ter sucesso de acordo com seu mérito, ao invés de já chegar com uma lista de coisas que deveriam receber de mão beijada.

13. ESPERAR RESULTADOS IMEDIATOS

Quer se trate de um treino, um regime nutricional ou de começar um negócio, as pessoas mentalmente fortes entram nas situações pensando a longo prazo. Elas sabem que não devem esperar resultados imediatos. Elas aplicam sua energia e tempo em doses e celebram cada etapa e aumento de sucesso no caminho. Elas têm "poder de permanência" e entendem que as mudanças genuínas levam tempo.

E aí? Você tem força mental? Existem elementos nesta lista que você precisa melhorar?

Abraços, saúde e sucesso!

FÁBIO R. LAIS

fabio_lais@hotmail.com

www.facebook.com/fabio.lais.turnover

www.facebook.com/TurnoverConsultoria



Você já pensou num presente de Natal que irá mesmo satisfazer e preencher a pessoa de alegria?! Entre em contato com Fábio Lais e adquira um ou mais exemplares do Livro "Cuidando da própria vida" e dê de presente. No mínimo o amigo terá alegria!



Nutrição Com Equilíbrio

Kelly Cristina Souza Silveira
Nutricionista

Caríssimos

Dando continuidade ao nosso assunto da edição seguem alguns benefícios da suplementação da linhaça para a saúde:

- Atenuar processos inflamatórios: Estudos mostram que o nutriente ALA (ácido alfa linoléico) é capaz de gerar reações anti-inflamatórias, combatendo inflamações que podem ser causadas por fatores como dislipidemias, obesidade, hiperglicemia, sedentarismo e tabagismo.

Além disso, a linhaça também ajuda a trazer um equilíbrio nas quantidades de ômega 3 e 6 que atualmente nossa alimentação tem tido muito mais fontes do último do que do primeiro, o que tem causado maiores inflamações no organismo. Alguns especialistas acreditam que aumentando o consumo de ômega 3, consegue-se um melhor equilíbrio nesse aspecto.

Protege nosso organismo: Além de ajudar as bifidobactérias, os ácidos graxos de cadeia curta provenientes da digestão das fibras, que impedem com que bactérias ruins do intestino se transportem para a corrente sanguínea, infectando assim o corpo todo.

Previne alguns tipos de câncer: Alguns estudos evidenciam a ação antitumoral da linhaça. Para as mulheres, isso ocorre devido a presença das lignanas, substâncias muito semelhantes ao estrogênio e por isso chamadas de fitoestrógenos. Muitas evidências apontam a ligação desses hormônios com o câncer de mama, e como as lignanas acabam se ligando aos receptores do estrogênio, tem uma função protetora desta doença. Como cada colher de sopa de linhaça tem cerca de 15 mg de lignanas, ela é considerada o alimento mais rico nesse nutriente. É possível que o nutriente também se relaciona à prevenção do câncer de próstata, mas isso ainda está sendo investigado.

Protege a saúde dos ossos: A semelhança da lignana com o estrogênio faz com que eles compensem a menor produção desse hormônio que ocorre na menopausa. Não se sabe ao certo se ele realmente é significativo na redução de sintomas do climatério e das alterações de humor, até porque isso varia de forma como cada organismo metaboliza esse nutriente. Porém, ela pode ter um efeito positivo na saúde óssea (já que mulheres pós-menopausa tem maiores chances de apresentarem osteoporose) e na saúde cardiovascular da mulher.

O mais indicado é consumir cerca de uma colher de sopa de linhaça, o que equivale a 10 gramas, pois é o suficiente para ter uma boa quantidade do ácido alfa-linoléico que precisamos ao dia. Porém, dá para consumir um pouco mais, a menos que se ultrapasse a quantidade de 20 gramas ao dia. A partir daí, a alta quantidade de fibras pode trazer desconfortos.

A linhaça é encontrada em quatro formas para consumo: farinha de linhaça, grãos, óleos e suplementos. Pode ser consumido com sucos, vitaminas, frutas, junto com a refeição, sorvetes, bolos, ou onde desejar. Segue uma sugestão de suco funcional:

Ingredientes:
Suco de 1 laranja
1 folha de couve
100 ml de suco de uva
1 colher (sopa) de linhaça
1 colher (sopa) da farinha de banana verde

Modo de preparo: Bata os ingredientes no liquidificador e consuma este suco energético no café da manhã

**Estamos atendendo em novo endereço: Salão Kalu
Rua Bandeirantes, 1338 – Araçatuba – SP - Fone: (18) 3622-5470**



Cérebro em Ação

**Psicologia Organizacional e Neuropsicológica
Práticas de Trabalho e Qualidade de Vida**

*Caciana Medina, Neuropsicóloga & Psicóloga Organizacional e Clínica Especialista em
Reabilitação Neuropsicológica, Especialista em Terapia Familiar Sistêmica e de Casais,
Psicodramatista Personal e Executive Coaching. www.centroterapiapiakada.com.br*

Casamento: Dura porque é eterno!

"-Como vocês conseguem manter um casamento que já dura 65 anos?"



"-Meu filho, nós nascemos em uma época em que, quando algo quebrava, éramos ensinados a consertar e não a jogar fora."

Atualmente é muito comum ouvirmos as pessoas dizerem que "**o casamento será eterno enquanto durar**", e respaldados nesta afirmação o casal mantém-se unidos apenas até o momento em que a tolerância, paciência e amor se fizerem presentes considerando nesta presença principalmente as situações agradáveis do casamento e estiverem com energia suficiente para prevalecer em meio às dificuldades cotidianas, porém o que muitos não se dão conta que a conceituação da pala-

vra amor estando está associada ao casamento, uniao conjugal, deve ir muito além de um limite instituído humanamente dizendo, ou seja, é em meio aos turbilhões e grandes tempestades surgidas dentro dos relacionamentos que o casal deve colocar em prática o que em um determinado dia verbalizaram um para com o outro - "EU TE AMO!!", verbalização esta que subentende-se ter embasado a união dos dois corpos estruturando assim o relacionamento conjugal. No entanto enfatizando a conceituação de AMOR temos algo muito sério e promissor caso estejamos prontos para colocar em prática que seria:

O AMOR...

...O amor é sofredor, é benigno; o amor não é invejoso; o amor não se vangloria, não se ensoberbece, não se porta inconvenientemente, não busca os seus próprios interesses, não se irrita, não suspeita mal; não se regozija com a injustiça, mas se regozija com a verdade; tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta. **1 Coríntios 13:4-7**

Baseado nesta conceituação é que cabe indagar-nos até que ponto amamos verdadeiramente nosso cônjuge quando chegamos até nós as crises e dificuldades? Pois se amamos conforme a conceituação acima, então, deveríamos não termos inveja e ou não nos vangloriaríamos (acharíamos que somos superior ao nosso cônjuge, às vezes devido a um status profissional, social e ou econômico e ou até mesmo a um vigor e ou saúde física e ou psíquica), devemos nos portarmos convenientemente (postura adequada, vestimentas sensuais apenas junto ao parceiro e ou parceira conjugal, **fidelidade acima de tudo**, respeito, sem ofensas em palavras e ou atitudes, dentre outros comportamentos convenientes), deveremos ser parceiros de nosso cônjuge, compartilharmos ideias e cultivarmos valores unânimes, falarmos baixo, sermos mais pacientes e não explodirmos por quaisquer situações cotidianas, devemos confiar no(a) esposo(a), sermos justos, sermos verdadeiros, estarmos aptos para suportarmos as crises (financeira, saúde, emocionais, etc), sabermos esperar o dia e momento certos para cada realização junto ao cônjuge, suportarmos as dores e fazermos delas grandes aliados para a vitória, só assim é que construiríamos relacionamentos conjugais de 50 anos em diante, caso contrário... o limite é certo!!

No entanto antes de amar saiba escolher com calma e muita precisão seu parceiro conjugal, a partir da escolha assertiva, Ame de verdade e faça valer a palavra AMOR em prol da felicidade plena e não aparente!!

Afinal **casamento dura, porque é eterno**, pois é assim e para isto que foi constituído por Deus!! Na verdade o que devemos é aprender a lidar com o casamento.

Deus lhes abençoe! Psicóloga Especialista em Terapia Sistêmica de Casais e Família.

Evento gratuito aberto ao público Logística é tema de palestra no Senac Presidente Prudente (SP)

A unidade se preocupa em fornecer formação profissional para a área de logística por se tratar de uma região carente em profissionais capacitados

Por Amanda Marchini

"Técnico em Logística - o Brasil não cresce sem esse profissional" é o tema da palestra que acontece no Senac Presidente Prudente (SP) neste dia 12 de dezembro de 2013. De forma abrangente, o evento aborda, desde os conceitos básicos de logística aos processos de planejamento, suprimentos, distribuição, movimentação e transporte de materiais, a importância dos processos para o sucesso da empresa e a integração da Cadeia de Suprimentos pela Logística Integrada.

O Brasil exige cada vez mais profissionais capacitados na área de logística, uma vez que é um país de dimensões continentais, dotado de infraestrutura de transportes de alta complexidade que exige soluções logísticas integradas e de alto desempenho.

Pesquisas recentes apontam para o crescimento do número de projetos de operações logísticas que envolvem a contratação de empresas especializadas e o uso de tecnologias sofisticadas. Como consequência dessa tendência, é crescente a demanda por profissionais altamente qualificados na administração de operações logísticas. O Banco Nacional de Desenvolvimento Econômico e Social (BNDS) divulgou no último dia 21, uma pesquisa que aponta que os investimentos em logística no Brasil devem crescer 57% nos próximos quatro anos, na comparação com o quadriênio 2009-2012.

Segundo o gerente Mauro de Nardi Costa, o Senac Presidente Prudente se preocupa em fornecer formação profissional para a área de logística por se tratar de uma região carente em profissionais capacitados. "O mercado de trabalho de Presidente Prudente e região está exigindo cada vez mais profissionais com boa formação em logística para suprir a demanda de escoação, de forma inteligente e eficiente. Por isso estamos sempre buscando novos conhecimentos e agregando novos valores aos nossos cursos", explica.

A palestra tem início às 19h30, no auditório da unidade, e totalmente gratuito. As vagas são limitadas e, para participar, é necessário solicitar a inscrição pelo presidentepudente@sp.senac.br ou pelo telefone (18) 3344-4400.

Palestrante

O palestrante é William Soares Silveira, ex-executivo de Gestão de Negócios, com foco em vendas, marketing e logística, além forte experiência no planejamento, estruturação, implantação e desenvolvimento de operações de distribuição nacional. Silveira tem profunda vivência em desenvolvimento organizacional, atuando diretamente como gestor de processos de mudanças através de ações inovadoras, contemplando a cadeia de valor, preparando as empresas para salto qualitativo e quantitativo, em procedimentos turn around. Trabalhou por trinta anos como executivo na Votorantim, Ripasa, Sonoco, entre outras.

Na vida acadêmica, é professor do curso de pós-graduação em administração da Fundação Getúlio Vargas, docente coordenador do curso Técnico em Logística do Senac São Paulo, consultor de empresas em gestão nas áreas de cerâmica, indústria gráfica e editorial, eletrônica, papel e celulose. É administrador; pós-graduado em Administração Estratégica; MBA Executivo Internacional com extensões na França, Inglaterra e USA e mestrado em Educação na área de Gestão.

Inscrições abertas

O Senac Presidente Prudente está com as inscrições abertas para o curso Técnico em Logística. Com carga horária de 800 horas, o curso tem início em 3 de fevereiro de 2014 e previsão de término para outubro de 2015, oferecendo apenas 24 vagas.

As aulas serão ministradas de segunda a quinta feira, das 19 às 22 horas. Para se inscrever, é necessário acessar www.sp.senac.br/presidentepudente.

Técnico em Logística é um curso profissionalizante em que o aluno desenvolve competências profissionais para identificar oportunidades de negócios, propor soluções inovadoras para a área, operacionalizar ações integradas de marketing e vendas e de logística. Além disso, capacita o aluno a planejar e operacionalizar a produção, operacionalizar a logística internacional, identificar custos logísticos, consolidar e integrar, no âmbito da cadeia logística, seus processos. #

Audidores-Fiscais do Trabalho de Sergipe buscam alternativas para evitar acidentes de trabalho

Na semana passada mais um trabalhador se acidentou em obra da construção civil em Aracaju (SE). Cinco trabalhadores morreram este ano, na capital, em decorrência de acidentes na construção civil.

A chefe do Núcleo de Fiscalização da Superintendência Regional do Trabalho e Emprego em Sergipe - SRTE/SE, Daniela Vasconcelos, avalia como difícil a situação diante do número reduzido de Auditores-Fiscais do Trabalho para a área de segurança e saúde no trabalho, apenas cinco. "Destes cinco, uma Auditora-Fiscal atua especificamente na fiscalização de hospitais", informou.

Em relação ao acidente da semana passada, Daniela disse que ainda não foi concluído o relatório da Fiscalização, mas adiantou que a causa do acidente foi que o cinto de segurança não suportou o peso do trabalhador.

A Auditora-Fiscal explicou que uma das formas encontradas para amenizar a falta de Auditores-Fiscais do Trabalho para suprir a demanda de denúncias que chegam diariamente, é a realização de eventos que reúnem empresários e sindicalistas para orientar sobre as medidas de segurança que devem ser tomadas.

Segundo Daniela, há muita resistência por parte dos empresários no sentido de investir em segurança dos trabalhadores. "Sabemos que as obras da construção civil não são obras estáticas e que são muito dinâmicas, possibilitando acidentes, mas é preciso cumprir as normas de segurança para que acidentes que poderiam ser evitados, ocorram", ponderou a chefe de Fiscalização. #

Amônia e benzeno são temas de cursos e seminários realizados pela Fundacentro do Espírito Santo



Convidada pelo MPT e MTE, instituição realiza ações de capacitação e conscientização.

A convite do Ministério do Trabalho e Emprego, a Fundacentro, em parceria com o Ministério Público do Trabalho vem realizando desde julho deste ano, cursos, palestras e seminários para alertar sobre os riscos presentes na amônia e benzeno.

O convite para que a instituição desenvolvesse ações de capacitação e conscientização junto aos trabalhadores dos segmentos da indústria de refrigeração industrial, partiu após grave acidente ocorrido no estado do Rio Grande do Norte, quando um vazamento de amônia em empresa de beneficiamento de camarão vitimou 127 trabalhadores, dos quais 2 foram levados a óbito.

Recentemente, outro acidente ocorrido na cidade de Castelo (ES), levou o Centro Regional de Referência em Saúde do Trabalhador de Cachoeiro do Itapemirim, juntamente com a Fundacentro, representada pela tecnóloga, Valéria Ramos Soares Pinto, à elaboração de relatório, posteriormente enviado ao Ministério Público do Trabalho. Uma das ações da Fundacentro foi a realização do Seminário Sistemas de Refrigeração por Amônia. Segundo a Auditoria Fiscal do Trabalho, entre as irregularidades, foram apontadas falhas relacionadas ao projeto e testes no sistema de evaporação.

A amônia anidra, utilizada nos sistemas de refrigeração industrial, quando inalada pelo trabalhador pode gerar problemas nas mucosas, queimadura nos olhos, na pele e na parte respiratória, levando muitas vezes à baixa visão, edema pulmonar, e em casos mais graves à asfixia e cegueira. Apesar de ser um gás tóxico, incolor, solúvel e ao mesmo tempo inflamável, a amônia é amplamente utilizada em sistemas de refrigeração industrial, em especial na indústria alimentícia.

Outros problemas apontados pela Superintendência Regional do Trabalho e Emprego (SRTE) foram as condições de

Fisioterapia MAESTRO CARDIM (11) 97444-0902



Reabilitação Esportiva - Fisioterapia Ortopédica - Prevenção de Lesões - Pilates Studio - RPG - Pilates - Fisioterapia Marcelo Kazuaki Simplicio - marcelo_ks@hotmail.com - Rua Maestro Cardim, 1259 - Paraíso São Paulo/SP (perto do metrô Paraíso)



**Birigui e
MultSeg Região**

O EPI que você precisa tem aqui!
Assessoria e Consultoria
Orientações técnicas
Rua Pedro Álvares Cabral, 899



ASOMED
MEDICINA DO TRABALHO

Segurança do Trabalho - Medicina Ocupacional
Exames Complementares - Treinamentos
(18) 3305-8004 - 3608-7491
asomedm@terra.com.br
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP



EQUIPE

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Intermediamos as melhores opções
de acordo com suas necessidades
(18) 3622-2281 www.equipeni.com.br
Av. José Ferreira Batista, 3435 Araçatuba - SP



ASOMED
MEDICINA DO TRABALHO

Segurança do Trabalho - Medicina Ocupacional
Exames Complementares - Treinamentos
(18) 3305-8004 - 3608-7491
asomedm@terra.com.br
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

Justiça condena Lojas Americanas a cumprir normas de segurança e saúde

Fonte: Bahia Notícias Segunda, 09 de Dezembro de 2013 - 12:00



Foto Bahia Notícias

A 2ª Vara do Trabalho de Itabuna, no sul da Bahia determinou, através de liminar, que as Lojas Americanas cumpram as normas de saúde, higiene, meio ambiente e segurança na sua loja no Jequitibá Plaza Shopping. A empresa deverá adaptar as condições de trabalho às características psicofisiológicas dos funcionários para proporcionar conforto, segurança e desempenho eficiente e implantação de sistema de pausas programadas e prática de ginástica laboral durante a jornada de trabalho. A determinação deve ser cumprida em 90 dias, sob pena de pagamento de multa diária de R\$ 20 mil por item descumprido. Na ação impetrada pelo Ministério Público do Trabalho da Bahia (MPT-BA), ainda é requerido que

... e em uma cidade do interior da Bahia ...



(18) 8801-3114
 joice@doisdi.com
 A idéia nasce da pergunta
 BRANCO Design de Marca, Populário, Manual de Identidade
 WEB, Sites, Sistemas Administrativos, Redes Sociais
 MULTIMÍDIA: Vídeos, Animações, Representações
 PRODUTO: Modulação 3D, Embalagens, Material de PVC

(18) 8801-2115
 luiz@doisdi.com
 A idéia nasce da pergunta

(18) 3641-8015
Birigui e Região
MultSeg
 O EPI que você precisa tem aqui!
 Assessoria e Consultoria
 Orientações técnicas
 Rua Pedro Álvares Cabral, 899

EPSEG
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO
 Caio Cesar Cachioni
 Representante Comercial
 unibrasil
 REIDRAT
 FORTEPE
 Tel: (18) 3644-6473 (Residência)
 (18) 3611-6352 (Com)
 (18) 3611-2330 (Cel)
 (18) 3612-5221 (Fax)
 E-mail: caiocep@epseg.com.br
 Skype: caiocecepseg

MC
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO
O EPI QUE VOCÊ PRECISA
(18) 3652-9703
 Avenida Bento da Cruz, 39
 PENÁPOLIS E REGIÃO

Bate-papo com o escritor ANDRÉ VIANCO encerra A HORA DOS VAMPIROS na tarde deste sábado



Além de Vianco, mestre do "terror" Ivan Cardoso vem ao Sesc no dia 13 à noite

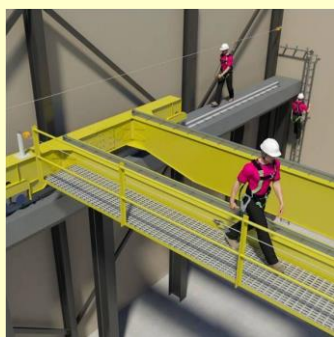
DIA 13. Sexta: Na sexta-feira maldita de dezembro, o Sesc Rio Preto (SP) mêncla terror e humor em exibições de dois filmes e um bate-papo vampiresco. Como parte da programação do festival A Hora dos Vampiros, que começa nesta terça, dia 10, e vai até sábado, dia 14, a noite da sexta começa às 19h30 com a sessão do filme AS SETE VAMPIROS.

Às 22h30 começa o último clássico da noite, A HORA DO ESPANTO. No filme, o jovem Charley Webster (William Ragsdale) desconfia que o comportamento estranho dos novos vizinhos pode ser explicado pelo fato de eles serem vampiros. Charley pede ajuda a Peter Vincent (Roddy McDowell), o apresentador do seu programa de terror preferido, mas acontece que Peter, além de covarde, não acredita em vampiros e está neste negócio apenas por dinheiro. Para piorar, a mãe de Charley fica encantada com um dos vampiros, e o convida para entrar na casa dela. A exibição acontece no Teatro e possui ingressos disponíveis de graça na Central de Atendimento, com uma hora de antecedência.

DIA 14. Sábado: O torneio "Pequenininhos do Sesc", que movimentou a quadra de futsal do Sesc Rio Preto em 2013, chega ao fim neste sábado com o BATE-PAPO COM RONALDÃO, ex-atleta, campeão do mundo com a seleção na Copa de 1994, nos Estados Unidos, e bicampeão mundial com o São Paulo, em 92 e 93. Ronaldo Rodrigues de Jesus é convidado para conversar com os jovens aspirantes ao futebol e contar um pouco sobre sua experiência nos campos. A atividade é gratuita e acontece às 10h no Ginásio de Esportes.

DIA 15. Domingo: Uma construção realizada por dois palhaços de monociclos não poderia terminar bem. Ou poderia, se o objetivo for gargalhar de confusões, brincadeiras e palhaçadas. O final de CARPINTEIROS EM DOMICÍLIO só pode ser conferido às 15h30 no palco do Teatro do Sesc, gratuitamente, com ingressos disponibilizados com uma hora de antecedência na Central de Atendimento. #

Vantagens de uma linha de vida horizontal flexível certificada



O mercado brasileiro de segurança para trabalho em altura está evoluindo muito rápido. Um dos maiores avanços foi a publicação da Norma Regulamentadora NR-35 (Trabalho em Altura) em setembro de 2012 e a exigência de um absorvedor de energia em talabartes de retenção de queda. Esta medida busca garantir que o trabalhador não venha a sofrer uma força de impacto superior a 6kN (aprox. 600kgf) após uma eventual queda.

Atendendo à este requisito, o talabarte de retenção de queda passou a garantir uma força de impacto semelhante àquela exigida para outros dispositivos de união como os travaquedas. De fato, além de proteger o trabalhador, essa restrição de 6kN garante que as forças resultantes geradas por uma queda nas extremidades de uma linha de vida horizontal flexível também sejam atenuadas, protegendo a integridade da estrutura onde o sistema de proteção contra quedas foi instalado.

Uma pesquisa conduzida pelo Comitê Nacional de Normas Técnica CB-32 da ABNT (Associação Brasileira de Normas Técnicas) mostra alguns resultados obtidos a partir de ensaios de simulação de queda de um corpo de prova de 100 Kg em uma linha de vida de 15m de vão único sem absorvedor de energia. Nestes ensaios (tabela 1), foram utilizados tanto talabartes com absorvedores de energia conforme a NBR 14629:2010 (ensaio 1) como talabartes isentos de absorvedores de energia confeccionados em cabo de aço (ensaio 2). Além disso, foi realizada uma simulação feita por software de cálculo do produto Xenon 2.0 da Honeywell conforme EN 795:2012, onde foram inseridas as mesmas características da linha de 15m utilizadas na pesquisa. O software considera 6kN como força de retenção de queda gerada pelo componente de união (talabarte ou travaqueda), no trabalhador e na linha, sendo esta a pior situação dentro da técnica de uso do equipamento. Veja na tabela abaixo os valores obtidos.

Ensaio	Absorvedor de energia no talabarte	Absorvedor de energia na linha de vida	Força gerada no corpo de prova (kN)	Força gerada nas extremidades (kN)	Fator de Segurança 2 para extremidade (kN)
1	Sem	Sem	7	27	54
2	Com	Sem	4	18	36
3	Com	Com	6	9	18



Figura 1: Imagem ilustrativa do telhado de um barracão e suas "tesouras" ou terças.

Veja que, ao utilizar absorvedores de energia na linha de vida e no talabarte (ensaio 3), as forças de impacto, tanto sobre a estrutura (9kN) como sobre o corpo de prova, o qual simula o corpo de um trabalhador (6kN), são reduzidas quando comparadas ao ensaio 1. No caso da estrutura, a força é reduzida em 3 vezes!

Força de impacto
 Absorvedores de energia de linhas de vida possuem um conceito um pouco diferente daquele do talabarte. Esses equipamentos tem o intuito de amenizar as forças na edificação onde o sistema está instalado. É claro que, preservando-se a edificação, o trabalhador também fica mais protegido uma vez que não corre o risco de sofrer uma queda devido à uma eventual falha da estrutura da ancoragem. O absorvedor de energia presente no dispositivo de união (talabarte de segurança ou travaqueda) garante que a força de impacto no corpo do trabalhador mantenha-se em 6kN, conforme gráfico de força (kN) x tempo (s) ilustrado na figura 1.



Analisando-se os resultados descritos na tabela 1 e respeitando-se um fator 2 de segurança, que deve ser adotado na prática, de forma a garantir que a estrutura suporte no mínimo duas vezes a maior carga possível gerada após uma queda. Podemos afirmar que edificações com sistemas de 15m de vão único com absorvedor de energia devem suportar no mínimo 18kN, ou seja, duas vezes o valor de 9kN obtido mediante o cálculo gerado pelo software. Veja que, para um linha sem absorvedor de energia, seria recomendável trabalharmos com um fator de segurança de 54kN (ou duas vezes o valor de 27kN obtido através do ensaio 1), o que exigiria, muitas vezes, um reforço oneroso na estrutura para suportar uma queda. Em resumo, pode-se afirmar que um sistema que conta com um absorvedor de energia instalado na linha de vida garante uma diminuição significativa das forças geradas na estrutura, que por si só é uma vantagem independentemente da edificação. Lembrando que estruturas como as terças ou "tesouras" de telhados em um barracão foram projetadas para suportar forças de topo e não transversais em sua base (figura 1).

Certificação

Produtos certificados como os da Honeywell, capazes de atender aos requisitos de normas norte-americana, canadense e a nova EN 795:2012 europeia, recebe um grande investimento em pesquisa e desenvolvimento. É todo um processo feito para uma finalidade única: proteger trabalhadores de queda de altura. Para certificar um produto pela norma europeia, a empresa que está pleiteando a certificação, necessita apresentar cálculos com os valores de impacto para as diferentes configurações que irá fornecer ao mercado. A aprovação se dá através de uma comprovação em teste real dos valores apresentados sendo aceitável uma variação de até 20% nos resultados. Se isto não for atendido a linha não é aprovada!

Software de cálculo

O Software de Cálculo é sem dúvida outro grande diferencial para a segurança da empresa que conta com um sistema Honeywell. Ele também gera grande autonomia ao profissional legalmente habilitado responsável pela instalação uma vez que este engenheiro irá identificar a compatibilidade da edificação onde será instalada a linha e as forças geradas por esta, lembrando do fator 2 de segurança. A versatilidade do software permite a simulação de inúmeras possibilidades de cálculo:

- Com um ou vários trabalhadores conectados à linha de vida, inclusive com trabalhadores mais pesados;
- Prevê forças geradas nas curvas do sistema;
- Simula quedas em diferentes vãos, etc.

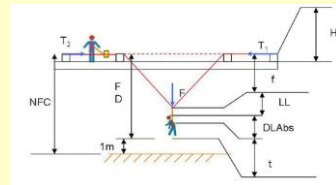


Figura 2: Diagrama de interface amigável obtida através do software de cálculo da Honeywell

Uma vez alimentado com determinados parâmetros, o software Honeywell é uma interface bastante amigável, capaz de gerar documentos em PDF com diagramas e figuras ilustrativas. Estes documentos podem ser inclusive anexados a uma avaliação de riscos de forma a atender à exigência da NR-35 (Norma Regulamentadora para Trabalhos em Altura). Veja por exemplo a explicação técnica de um projeto: "... apresentando números sobre o porque da escolha da linha para apenas uma pessoa e não para três como a era a primeira expectativa, pois a edificação não atenderia as forças geradas e a ZLQ (Zona Livre de Queda) não teria tamanho suficiente para evitar o impacto com o chão em caso de queda".

A responsabilidade para a instalação de uma linha de vida horizontal flexível é muito grande e a segurança do trabalhador não pode contar com fatores que possam gerar dúvidas. A expertise da Honeywell, tanto em certificação quanto em instalações reais, mostra que fatores simples podem alterar significativamente a força de impacto e a ZLQ. Com o produto certificado, a responsabilidade do instalador se dá de forma muito

mais pontual na interface entre estrutura e o dispositivo de ancoragem, onde a força de impacto e a ZLQ são conhecidas e certificadas.

Tensão na linha

Quanto mais tensionada uma linha de vida, maiores são as forças geradas em suas extremidades e curvas. Veja na tabela 2 os cálculos das forças geradas pelo próprio peso do cabo de aço em uma linha de vida mediante aplicação de diferentes tensões. A tensão pode ser identificada pela flecha, que representa o ponto central de uma linha horizontal imaginária entre duas extremidades e o cabo de aço logo abaixo, o qual irá formar uma "barriga". No ensaio 2, os 2% de flecha em 20m de vão representam uma distância de 40 cm conforme ilustrado na figura 3. Quanto menor a flecha, maior é a tensão sobre o cabo de aço e maiores são as forças geradas nas extremidades.

Tabela 2: Resultados de força (kN) geradas em uma linha de 20 m de vão único mediante aplicação de diferentes tensões sobre o cabo de aço de 12mm com aproximadamente 600g/m.

Ensaio	Flecha	Força gerada na extremidade (N)
1	1% (20 cm)	300
2	2% (40 cm)	150
3	3% (60 cm)	100

A linha de vida da Honeywell possui um indicador de tensão para cabo de aço facilitando o controle de tensionamento conforme cada projeto.

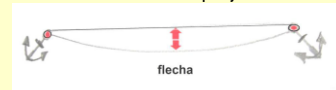


Figura 3: Flecha / "barriga" em uma linha de vida horizontal flexível

Aqueles profissionais que estão habituados a trabalhar ancorados a linhas de vida horizontais entendem a importância de se trabalhar com uma linha bem tensionada capaz de garantir o pleno deslizamento de uma roldana ou trole com um travaqueda retrátil suspenso. Mas qual a tensão máxima permitida? Como garantir que o ajuste de tensão está correto? Um absorvedor de energia, além de garantir a diminuição do impacto na estrutura e no corpo do usuário, garante a tensão ideal do cabo de aço sem comprometer as forças nas extremidades. Uma linha tensionada de forma equivocada pode levar a acidentes graves!

Pontos intermediários

Uma forma de se garantir um controle de deflexão na linha é a inserção de pontos intermediários ao longo de sua extensão. Neste quesito, a Honeywell disponibiliza uma série de soluções capazes de garantir mais segurança e agilidade ao trabalhador que ultrapassa livremente através desses pontos intermediários sem necessidade de alternar as conexões, como acontece ao se utilizar talabartes duplos. A linha de vida do tipo overhead (acima da cabeça) torna essa questão particularmente importante, pois nestes pontos ficam suspensos pesados travaquedas retráteis, os quais devem se movimentar suavemente através da linha e dos intermediários, acompanhando o movimento do trabalhador de forma a evitar um ângulo de queda em pêndulo e o aumento da ZLQ.

Uma grande vantagem dos pontos intermediários de ancoragem é a possibilidade de projeção de longas linhas de vida com um controle apreciável da ZLQ. Desta maneira, o sistema de cabo fica muito próximo das características de um sistema em trilho (linha rígida horizontal) com um custo mais acessível.

Em uma simulação feita no software da Honeywell para uma linha de 20 m de vão único, a deflexão foi de 3,7 m. Para uma mesma extensão de linha confeccionada com 4 vãos de 5 m cada, a deflexão calculada foi de apenas 1,1 m, com dois trabalhadores conectados a ela! Esta diferença de 2,6 m viabiliza a redução da ZLQ.

Indicador de queda e inspeção

Alinhado com a iniciativa de Cultura de Segurança que a Honeywell tem levado a seus clientes, está o indicador de queda presente na linha de vida horizontal flexível Xenon. Estamos vivendo uma mudança muito grande na cultura de segurança em altura e, a possibilidade de ter uma identificação visual de que o equipamento já reteve uma queda, portanto deve ser retirado de serviço, facilita bastante o trabalho dos profissionais de segurança.

Vale lembrar que uma queda deve ser um fato isolado e nunca uma rotina. Um equipamento de retenção de queda tem como meta "amais entrar em ação" mas

LOGÍSTICA
 BASES E RECURSOS DE SUCESSO
 Legislação & Políticas que envolvem a Logística no Brasil e no Mundo.
 Ramires Salsiano

A Logística das Romarias



Qual o maior pecado do ser humano? ...

Penso que o maior pecado do ser humano é querer ser Deus. E a maior ilusão do ser humano, qual é? ...

A maior ilusão do ser humano é pensar que prejudicará alguém ao fazer algo mal para esta pessoa, quando na verdade, estará fazendo o mal para si próprio.

Enfim, qual o maior problema da humanidade? ...

Acredito que o maior problema da humanidade é querer que uma determinada pessoa seja do jeito que ela quer que seja. Até aceitando esta pessoa, mas com a condição que esta pessoa se comporte com ela da mesma forma que ela se comporta com a pessoa. Ou seja, sempre esperando "algo" em troca de uma boa ação realizada, um favor feito, ou uma gentileza.

Então, tudo isso serve para refletirmos sobre a diferenciada logística das Romarias. São jornadas realizadas por pessoas movidas pela fé, que se mobilizam em torno de um objetivo comum para chegarem até seus destinos e retornarem às suas casas de origem com segurança e revigoradas por suas respectivas crenças.

Geralmente, nestas Romarias não se visam retornos financeiros nem troca de mercadorias ou serviços (favores). Tomados por um sentimento sublime, regidos pela união e fraternidade, os romeiros conseguem uma eficiência na movimentação e circulação de pessoas, além da movimentação e armazenagem de mercadorias, transporte e hospedagem. As rotas são traçadas em comum acordo com todos, as paradas organizadas em grupo, as refeições compartilhadas quando necessário, juntamente com os agasalhos, medicamentos, higiene pessoal e assistência psicológica. Tudo compartilhado! Não há conflitos, e quando há logo são resolvidos pacificamente e a união continua mais fortalecida ainda. Ninguém é melhor que ninguém, todos fazem questão de se igualarem. A boa ação é uma prática comum e corriqueira entre os romeiros. E o clima de união pela fraternidade contagia tudo e a todos positivamente.

O grande exemplo que posso dar nesse momento é a romaria para Aparecida do Norte, no estado de São Paulo, que reúne romeiros de todo o Brasil e do mundo. Estive lá pela segunda vez, no final do mês de novembro, e pude comprovar como uma logística tão complexa no âmbito nacional consegue uma assíntota bem sucedida entre a eficiência e a eficácia.

A romaria nesse porte tem uma ação integrada que consegue unir administração, logística operacional e humanização. Tudo isso de tal forma, que parece que se completam como uma engrenagem movimentada pela fé dos romeiros. Onde o único jeito de produzir combustível para alimentar esta fé é fazer o bem às pessoas, aceitando-as como elas são simplesmente por não querer ser melhor que ninguém, aceitando-se igual a todo mundo.

Adm. Ramires Salsiano
 Consultor Empresarial; Administrador, Mercadólogo, Especialista em Logística; Professor, Escritor e Colunista.
www.admkt-log.com
 Curta no Facebook:
<https://www.facebook.com/pages/ADMKT-LOG/225225210960842>

Copel instala "caixa cultural" e distribui kits sinalização

A COPEL Engenharia de Araçatuba (SP) em parceria com o SESI instalou na fábrica uma caixa cultural que funciona como uma biblioteca. Os funcionários pegam livros emprestados para ler e quando terminam devolvem para serem guardados na caixa.

Os livros são trocados a cada 3 meses e a caixa é itinerante. Periodicamente serão trocados os locais, sendo escolhido o melhor local e mais confortável aos novos leitores.

O intuito da "caixa cultural" é instigar e promover o gosto pela leitura entre os colaboradores e suas famílias, disse Magna Fabrão, Técnica de Segurança do Trabalho e coordenadora da ação na COPEL.

Já, no dia 10 de dezembro de 2013 foi realizada na COPEL de Araçatuba, uma campanha de conscientização para sinalização das bicicletas. Foi entregue kits de sinalização doados pela polícia rodoviária do grupamento da cidade de Araçatuba (SP), através do Cabo Breno.



Colaboradores da COPEL de Araçatuba (SP) terão oportunidade e opções de leitura.



A Técnica de Segurança do Trabalho Magna Fabrão recebe Kit sinalização de bicicletas, doadas pela Polícia Rodoviária através do Cabo Breno (Foto).



Livros são retirados por colaboradores