



CONTATO



NOTÍCIAS



TWITTER



FACEBOOK



MTE



ARQUIVOS



NORMAS REGULAMENTADORAS



ACESSE NORMINHA



FICHA DE INSCRIÇÃO



WC Maioli Mte 51/09860-8

## ANAMT planeja atividades em homenagem a Ramazzini

© presidente e o diretor de Relações Internacionais da ANAMT, Dr. Zuher Handar e Prof. René Mendes, respectivamente, reuniram-se com a presidente da Fundacentro, Profª Maria Amélia Souza Reis, e com a diretora técnica substituta, Solange Schaffer. O objetivo do encontro foi aumentar a visibilidade e o impacto do tricentenário da morte de Bernardino Ramazzini.



O presidente da ANAMT, Dr. Zuher Handar, Prof. René Mendes (no canto direito), presidente da Fundacentro, Profª Maria Amélia Souza Reis (de preto) diretora técnica substituta Solange Schaffer

Na ocasião, foi proposta uma parceria entre as duas entidades para a promoção de celebrações ramazzinianas. A iniciativa será formalizada em um documento, mas, em um primeiro momento, foi discutida a doação de 2.200 exemplares da obra máxima do médico italiano, As Doenças dos Trabalhadores. Os livros serão enviados aos associados adimplentes da ANAMT.

Para celebrar a obra do pai da Medicina do Trabalho, a ANAMT convidou o Prof. Giuliano Franco, da Faculdade de Medicina da Universidade de Modena, para participar do Fórum Presença ANAMT 2014, previsto para o dia 5 de novembro. O acadêmico falará sobre Bernardino Ramazzini na data alusiva à sua morte.

## Sinait divulga Nota Pública em defesa da NR 12

**NR 12  
NOTA PÚBLICA  
DO SINAIT**

As tentativas de sustar a Norma Regulamentadora nº 12 – NR 12 (Segurança no Trabalho em Máquinas e Equipamentos) levaram o Sinait a elaborar uma Nota Pública para esclarecer a importância do compromisso constitucional de oferecer condições de segurança adequadas aos trabalhadores que operam máquinas e equipamentos.

Desde a revisão da Norma, em dezembro de 2010, empresários brasileiros, articulados pela Confederação Nacional da Indústria - CNI, têm dedicado esforços contundentes, inclusive com apoio de parlamentares, para aprovar proposições que, na visão do Sinait, resultarão num cenário de mais acidentes, mais mortes e mutilações para os trabalhadores. Um exemplo disso são os dois Projetos de Decretos Legislativos apresentados por parlamentares distintos, mas com o mesmo objetivo: o de suspender a NR12. O PDC 1.389/2013 foi retirado de pauta e o PDC 1.408/2013, continua na pauta da Câmara.

Outra investida pesada do empresário foi a substituição, em maio de 2013, de toda a bancada patronal na Comissão Nacional Tripartite Temática da NR 12 - CNTT NR-12. Na ocasião, técnicos foram trocados por negociadores interessados em desconstruir o trabalho dos que zelam pela saúde e segurança dos trabalhadores.

Para combater este equívoco, o Sinait criou, em março passado, o Grupo Técnico de Estudos, formado por Auditores-Fiscais do Trabalho, que dedicou seus esforços ao tema.

“O resultado está nesta Nota Pública que ratifica a contribuição da NR 12 no combate aos acidentes de trabalho, na preservação de vidas que deixarão de ser ceifadas, e consequentemente na promoção da saúde e segurança dos trabalhadores”, explica Carlos Silva.

## Fundacentro realiza evento sobre segurança química em 28 de abril



Seminário, realizado em São Paulo, trará panorama nacional e internacional sobre SST com produtos químicos

Por ACS/C.R.

No dia 28 de abril, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) celebra o Dia Mundial de Segurança e Saúde no Trabalho - SST, e o tema escolhido este ano é a segurança e a saúde no uso de produtos químicos no trabalho. Com o objetivo de aprofundar as discussões sobre segurança química, a Fundacentro realiza nessa data um seminário na cidade de São Paulo.

O evento também é uma forma de lembrar a todos sobre as vítimas de acidentes e doenças no trabalho, já que a data também é conhecida como Dia Internacional em Memória às Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho. Isso porque em 28 de abril de 1969 uma explosão em uma mina, em Virginia, nos Estados Unidos, matou 78 trabalhadores.

Segundo estimativas da OIT, 2,34 milhões de pessoas morrem devido a acidentes e doenças relacionadas ao trabalho e cerca de 160 milhões adoecem anualmente por causa do trabalho. Aproximadamente 4% do Produto Interno Bruto (PIB) mundial, cerca de 2,8 bilhões de dólares, são gastos por causa desses acidentes e doenças, de forma direta e indireta.

Segundo o Anuário Estatístico da Previdência Social, em 2012, ocorreram 705.239 acidentes do trabalho e morreram 2731 trabalhadores no Brasil. Os dados consideram apenas aqueles que possuem registro em carteira e abrangem 49,2% da população economicamente ativa.

### Segurança Química

A OIT afirma, no [informe produzido para o 28 de abril](#), que os produtos químicos possuem “efeitos potencialmente adversos, desde os riscos para a saúde de tal como a carcinogenicidade, e os riscos físicos como a inflamabilidade, até os riscos ambientais, tais como a contaminação generalizada e a toxicidade na vida aquática. Muitos incêndios, explosões e outros desastres resultam do controle inadequado de seus riscos físicos”.

“A segurança química está crescendo muito em nível mundial. O Brasil é signatário de várias normas e acordos internacionais. Isso tem que ser traduzido em nossa legislação e chegar a quem trabalha”, explica o tecnólogo da Fundacentro, Fernando Vieira Sobrinho.

## Muriaé (MG) institui semana para promover prevenção de acidentes

© prefeito de Muriaé (MG) Aloysio Navarro de Aquino aprovou Lei Municipal que institui a Semana de Prevenção de Acidentes e Saúde do Trabalhador e o Dia Municipal em Memória das Vítimas de Acidentes do Trabalho que será realizada sempre na semana em que ocorre o dia 28 de abril.

Na semana de prevenção de acidentes e saúde do trabalhador, a Prefeitura Municipal de Muriaé (MG) e o seus órgãos competentes, promoverão eventos de conscientização dos trabalhadores e empregadores do município sobre a importância de um local de trabalho seguro e saudável, demonstrando tipos de riscos de atividades urbanas e rurais e a correspondente forma de prevenção.

Serão celebradas parcerias com outras entidades governamentais e com a iniciativa privada a fim de organizar as atividades e incentivar a realização de campanhas reunindo CIPAs, Sindicatos de Trabalhadores e Patronais.

Existe no país a Comissão Nacional de Segurança Química, da qual a Fundacentro faz parte, que vem trabalhando nesse sentido. O Brasil é signatário das Convenções de Estocolmo, sobre Polu-entes Orgânicos e Persistentes – POPs; 170 – Produtos Químicos, que gerou a Fispq (Ficha de Informações de Segurança de Produtos Químicos); e 174 sobre acidentes ampliados.

Outros compromissos são o Sistema Estratégico para o Gerenciamento Internacional de Substâncias Químicas - SAICM e o Sistema Globalmente Harmonizado de Classificação e Rotulagem de Substâncias – GHS. O país também segue a Convenção de Roterdã, sobre o comércio internacional de substâncias químicas, e deverá ratificar nos próximos anos a Convenção de Minamata, que estabelece a redução, o controle e a possível eliminação do mercúrio, quando houver tecnologia alternativa disponível.

“O compromisso principal é o SAICM que deve ser implementado até 2020. Devem ser desenvolvidos sistemas de gerenciamento químico que impliquem em riscos mínimos às pessoas e ao meio ambiente”, avalia Sobrinho, que é engenheiro químico e de segurança.

Uma questão que preocupa em relação aos produtos químicos é a morte lenta, na qual as pessoas se contaminam aos poucos e sem perceber. “Quando se dão conta já é irreversível. Outro risco é a ocorrência de explosões, que acabam com tudo. A OIT quer que todos se conscientizem sobre o problema”, afirma Fernando Sobrinho.

### Evento

A programação do Seminário 28 de Abril trará a Cerimônia da Vela, para homenagear os trabalhadores vítimas de acidentes e doenças do trabalho. Também serão realizadas diversas palestras sobre segurança química por pesquisadores da instituição e uma convidada do Ministério Público do Trabalho.

Será possível conhecer casos de acidentes fatais com produtos químicos, mortes e adoecimentos, além de se debater uma gestão adequada. A questão do trabalho em espaços confinados também estará em pauta assim como a atuação da Fundacentro e um panorama nacional e internacional das ações sobre segurança química.

As inscrições estão abertas no site da Fundacentro, na [área de cursos e eventos](#) e são gratuitas. Solicita-se a doação de 1 kg de alimento não perecível.

A SRTE/SP (Superintendência Regional do Trabalho e Emprego) também realizará um evento alusivo ao 28 de abril, na mesma data, em São Paulo. A [programação](#) foca a questão dos acidentes de trabalho, e as inscrições estão disponíveis no link.

A implementação da SEMPAT na cidade de Muriaé (MG) é resultado de esforços iniciados e mantidos pelo Técnico de Segurança do Trabalho Wilson de Freitas Soares, que articulou entre as autoridades daquele município sobre a importância dessa lei, que vem trazer maior envolvimento dos trabalhadores e população em benefício da prevenção e aos cuidados com a saúde de todos no trabalho.



TST Wilson de Freitas de Muriaé (MG); A princesa da Mata que vai promover a prevenção de acidentes e doenças no trabalho todo mês de abril, com autoridades do Município.

## Encontro em Piracicaba reúne diversos setores em defesa do setor sucroenergético

FONTE: Metalúrgicos de Piracicaba - Texto: Ricardo Flaitt - Foto: Mateus Medeiros



A crise do setor sucroenergético vem provocando impactos negativos na economia de Piracicaba. A ausência de uma política consistente por parte do Governo Federal já fez com que mais de 40 usinas encerrassem suas atividades nos últimos anos no Brasil.

No sentido de estabelecer ações conjuntas em defesa do setor, o Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba promoveu um encontro na última segunda-feira (14/04), às 10 horas, no Centro Tecnológico, com Tadeu Moraes, Secretário de Estado de Emprego e Relações do Trabalho de São Paulo, lideranças políticas, representantes sindicais e empresários locais.

O evento contou com a participação também de Eufrozino Pereira, Secretário-adjunto da SERT – Secretaria de Emprego e Relações do Trabalho do Estado de São Paulo; e de Gabriel Ferrato, Prefeito de Piracicaba; Edmilson Domingues, Presidente do Sindicato dos Metalúrgicos de Ribeirão Preto; Euclides Baraldi Libardi, presidente do Simesp; Fânio Luis Gomes, presidente do Conesp; Flavio Castelar, da Apla; Francisco Quintino; Diretor da Federação dos Químicos; Henrique Vianna de Amorim, diretor-presidente do Apla (Arranjo Produtivo Local do Alcool); Luis Carlos Vegini, Diretor Recursos Humanos, EAB (Etanol, Açúcar e Bioenergia) da Raizen; Sérgio Furtuoso, secretário Municipal de Trabalho e Renda; Tarcísio Angelo Mascarin, secretário Municipal de Desenvolvimento Econômico; e Marcos Farhat, Gerente de Marketing e Relações Comerciais Coplacana e Hugo Liva, tesoureiro-geral do Sindicatos dos Metalúrgicos de Piracicaba.

Para José Luiz Ribeiro, presidente do Sindicato dos Metalúrgicos e vereador em Piracicaba, “agora é o momento de unirmos todas as forças representativas do município para encontrarmos uma solução sólida frente à crise do setor. Não podemos ficar assistindo passivamente o desmonte gradual do setor e seus consequentes problemas como

desemprego e desindustrialização”, destacou.

A crise do setor desencadeia um processo mais amplo e complexo, que não restringe a ampliar o percentual de etanol na gasolina. Esse fator é importante para estimular o setor, no entanto, a crise envolve o sucateamento das empresas que ainda estão em operação, a queda da produção do setor metal-mecânico, responsável pela produção de maquinários do setor sucroenergético. Com esses fatores combinados surge o desemprego e seus problemas sociais derivados, uma vez que a maioria dos municípios não tem como absorver a mão de obra ociosa.

De acordo com dados apresentados por Gabriel Ferrato, prefeito de Piracicaba, o setor de indústria de transformação vem decrescendo em Piracicaba e um dos motivos desta queda se dá pela indústria de máquinas, que possui vínculo com o setor sucroenergético.

### AÇÃO CONJUNTA

O saldo do encontro é a elaboração de um documento conjunto, onde serão apontados os principais problemas do setor na região e possíveis medidas para que o Governo Federal estimule o setor sucro-energético.

O Secretário Estadual do Trabalho, Tadeu Moraes, comprometeu-se em apoiar de forma total e irrestrita as ações do grupo formado em Piracicaba em defesa do setor e antecipou o agendamento de uma reunião com o governador Geraldo Alckmin. “O Governo do Estado de São Paulo vem promovendo uma série de medidas para incentivar a produção, no entanto, estas medidas precisam também de um respaldo do governo federal”, destacou Moraes.



Segundo representantes patronais, em Piracicaba, há cerca de 14.000 pessoas que trabalham no setor sucroenergético. De acordo com Henrique Vianna de Amorim, “precisamos de investimento, porque o setor está em baixa. Mesmo para manter as que estão na ativa está ficando complicado”, alertou.

## Feriadão: Seja vivo e respeite a vida

Bebida e direção não combinam!

A fiscalização nas estradas será ainda mais intensa nos dias de feriadão. A multa é salgada e os efeitos de um acidente podem ser irreversíveis, além dos danos materiais. Não vale a pena correr riscos. Se pretender beber, vá de táxi ou utilize transporte público.

Todo cuidado é pouco!

Chuva e neblina exigem cuidado dobrado. Nesses casos, acenda os faróis baixos. Preste atenção à indicação de velocidade máxima em caso de chu-

va e neblina.

Lugar de criança é no banco de trás e as pequenas devem ir em cadeirinhas.

Em caso de problemas mecânicos e elétricos, ou pneu furado, remova o carro da pista e acenda o pisca-alerta.

Cuidado com os pedestres: nem todos atravessam na faixa de pedestres e obedecem aos semáforos. Pense por eles.

Em caso de acidentes sem vítimas, procure retirar o veículo da via o mais rápido possível ou sinalize o local.



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

Visite nosso Portal  
Clique AQUI

## "SOS SAÚDE FISIOTERAPIA & BEM ESTAR"



Drª. Mariana Cristina Roseiro Martins, Fisioterapeuta formada pela Universidade Católica Salesiano, atuante na reabilitação musculoesquelética, respiratória em Pré e pós operatório, saúde preventiva e curativa do trabalhador (LER/DORT), estreia coluna na edição de hoje, excepcionalmente na página 02. Nas próximas edições sua coluna será exibida na página 08.

Sucesso!

## Fisioterapia MAESTRO CARDIM

**(11) 97444-0902**

Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesão; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia  
Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio  
marcelo\_ks@hotmail.com  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP  
(perto do metrô Paraíso)



## 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

## GoBrasil

Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

Aqui você encontra o website que tanto procura

www.goobrasil.com.br

## ESGALHA

TOTAL SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Venda e manutenção de Extintor, Hidrante, Alarme contra incêndio, Iluminação de emergência, Detecção e Sprinkler

Projeto para Bombeiros Assessoria Técnica Especializada Curso de Formação Brigada de Incêndio Certificado e Apostila  
total.sistemas@terra.com.br  
esgalha.projetos@terra.com.br

Avenida Prestes Maia, 2870  
**(18) 3301-9320 / 3301-9322**  
ARAÇATUBA - SP

**SOS SAÚDE**  
Fisioterapia & bem estar

Dr.<sup>a</sup> Mariana Cristina Roseiro Martins  
Fisioterapeuta formada pela Universidade Católica Salesiano; atuante na reabilitação musculoesquelética, respiratória em Pré e Pós-operatório; saúde preventiva e curativa do trabalhador (LER/DORT).

**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**  
Equipamento de Segurança

Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

TREINAMENTOS

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

18 3301-1514  
epi.com@ig.com.br

CLICK AQUI

**doisDI**

(18) 98801-3114  
joice@doisdi.com

(18) 98801-2115  
luiz@doisdi.com

BRANDING - WEB - MULTIMÍDIA - PRODUTO

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO LABORAL

Caio Cesar Cachoni  
Representante Comercial

Telefones p/ Contato:  
(018) 3644-5473 (Escritório)  
(018) 99117-8892 (Home)  
(018) 99131-2390 (Celular)  
(018) 99128-8321

unibrazil  
uniformes

E-mail: caioepseg@terra.com.br  
Skype: caioacachoni

**AERO**

**FORTPÉ**

**REIDRAT**

CALÇADOS DE SEGURANÇA

CLICK AQUI

**MC**

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

O EPI QUE VOCÊ  
PRECISA TEM AQUI

(18) 3652-9703

Avenida Bento da Cruz, 39

**PENÁPOLIS E REGIÃO**

CLICK AQUI

**MultSeg**

(18) 3641-8015

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

**Alta Noroeste capacita primeiros cipeiros**



Esta é a equipe de colaboradores da Alta Noroeste Sinalização (Araçatuba SP) que forma a primeira CIPA da empresa. O treinamento foi aplicado pelo TST Elton do Nascimento Gava!

**Sábado de capacitação no SINTESP**

☉ Sábado de Capacitação do SINTESP (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de São Paulo) neste mês abril/2014 será realizado na manhã do dia 26 das 08h30 às 12h00, na sede da instituição que fica na Rua 24 de maio, 104, 5º andar - República, São Paulo (Capital).

O tema que será discutido será sobre tudo que você precisa saber para estar seguro dentro da sua empresa quando o assunto é "Parada cardi-respiratória".

O assunto será apresentado por Jefferson Kawano (Executive of Business - Indumed/ZOLL); Bacharel em Administração de Empresas e habilitado em Mercadologia pela Universidade Anhembi Morumbi, com especialização em projetos de cardioproteção no segmento corporativo (indústrias, hotéis, clubes, shoppings entre outros), experiência em prestar consultoria para empresas que queiram se adequar para atender qualquer evento de parada cardi-respiratória visando atender legislações, normas de segurança e qualidade, OHSAS e protocolos médicos mundiais de acordo com as principais diretrizes da saúde.

O evento é gratuito e mais informações e inscrições devem ser feitas pelo telefone (11) 3362-1104 (ramal 22) ou pelo e-mail [eventos@sintesp.org.br](mailto:eventos@sintesp.org.br)

No dia do evento basta levar 2 kg de alimentos não perecíveis.

**Capacitação profissional em São José do Rio Preto (SP): e-Social x Legislação Trabalhista e Previdenciária - Aspectos Preparatórios**

☉ curso de capacitação será realizado no dia 7/5/2014 das 09 às 18h00 com objetivo de orientar de forma clara e objetiva os impactos que serão gerados nas empresas com a futura e-Social (EFD-Social), destacando os prováveis pontos que deverão ser ajustados na implantação do novo sistema.

O assunto será voltado para Empresas em geral, escritórios de contabilidade, analistas e auxiliares de administração de pessoal, advogados e demais profissionais que tenham interesse no assunto.

Será ministrado por Maria da Graça, Advogada nas áreas civil e trabalhista, Psicóloga e Pedagoga. Atuou por 19 anos como Auditora Fiscal no INSS e posteriormente na Secretaria da Receita Previdenciária (atualmente Receita Federal do Brasil). Como Auditora, exerceu cargos de Gerência, Chefia de Divisão e de Fiscalização; Colaborou na redação das normas previdenciárias relativas à construção civil e participou ativamente do Núcleo de Orientação ao Contribuinte. Atualmente é consultora e presta serviços de assessoria previdenciária especializada.

O curso é uma realização da regional do SindusconSP de São José do Rio Preto (SP) e o investimento é para Associados ao SindusCon-SP e estudantes: R\$ 190,00

Valor para não associado e pessoa física: R\$ 490,00

Informações: (17) 3334-5600

**SINDALCO presente na 8ª Marcha da Classe Trabalhadora**



O ato foi marcado por uma passeata que partiu da região da Praça da Sé e foi até o vão do MASP, na Avenida Paulista na Capital.

Priscila Rigon

Líderes da FEQUIMFAR e Sindicatos filiados, além de trabalhadores e trabalhadoras das indústrias do ramo químico de todo o estado de São Paulo reforçaram a 8ª Marcha da Classe Trabalhadora - Por mais direitos e qualidade de vida realizada no dia último 09 de Abril.

O Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias Químicas, Farmacêuticas e na Fabricação de Álcool, Etanol, Bioetanol e Biocombustível de Araçatuba e Região (SINDALCO) esteve presente na marcha com cerca de 30 pessoas. Além do SINDALCO, estiveram presentes representantes do Sindicato dos Aposentados, Sindicato dos Servidores Municipais, Sindicato Rural e Sindicato dos Gráficos, todos de Araçatuba.

A Marcha foi organizada pela Força Sindical e as demais Centrais Sindicais e teve a participação de mais de 40 mil trabalhadores.

Jurandir Pedro de Souza, tesoureiro da FEQUIMFAR e presidente do STI Itapetininga, explica que a Pauta da Classe Trabalhadora foi entregue à Presidenta Dilma Rousseff em 2013, porém foram poucos os avanços. "Estamos intensificando nossa luta pela conquista das reivindicações da Pauta Trabalhista".

Sergio Luiz Leite, o Serginho, presidente da FEQUIMFAR e 1º secretário da Força Sindical, declara que a mobilização é fundamental para manter a negociação e cobrar respostas concretas do governo.

"O objetivo foi apresentar a Pauta Trabalhista e pressionar o governo e o

Congresso Nacional para as reivindicações da classe trabalhadora, como o fim do Fator Previdenciário, que achata as aposentadorias; a redução da jornada de trabalho de 44 horas para 40 horas semanais, sem redução de salários, e o fim do Projeto de Lei nº 4330, que amplia a terceirização."

Segundo Miguel Torres, presidente da Força Sindical, durante os últimos anos o governo não tem atendido os pleitos dos trabalhadores, que sofrem os efeitos das medidas do governo, como a não atualização da tabela do Imposto de Renda, que "é um crime contra a classe trabalhadora, pois desconta o imposto de um maior número de pessoas, inclusive dos que ganham menos".

**A Pauta Trabalhista inclui:**

- Fim do Fator Previdenciário;
- Jornada de 40 horas semanais, sem redução salarial;
- Fim do Projeto de Lei 4330, que amplia a terceirização;
- Regulamentação da Convenção 151 da OIT (direito à negociação coletiva e ao reajuste salarial dos servidores públicos);
- Ratificação da Convenção 158 da OIT;
- Correção da tabela do IR na fonte;
- Reajuste digno para os aposentados;
- Mais investimentos em saúde, educação e segurança;
- Transporte público de qualidade;
- Reforma Agrária;
- Igualdade de oportunidades entre homens e mulheres.



A Marcha foi organizada pela Força Sindical e as demais Centrais Sindicais e teve a participação de mais de 40 mil trabalhadores

**Em Porto Alegre curso vai esclarecer sobre aposentadoria especial, PPP e FAP**

☉ Curso será realizado nos dias 28 e 29 de abril de 2014, em Porto Alegre (RS) com objetivos de esclarecer sobre o Decreto de 16 de outubro de 2013, que altera regra para concessão do benefício, Aposentadoria Especial; Informar e orientar os participantes quanto ao enquadramento dos agentes nocivos com a nova regra em vigor e quanto à elaboração de laudos de avaliação ocupacional dos riscos ambientais para fins de aposentadoria especial que é feita através da elaboração do PPP (Perfil Profissiográfico Previdenciário); esclarecer sobre atuais questões previdenciárias que podem impactar a saúde das finanças nas empresas, assim como informar sobre o e-Social.

O curso será dirigido especialmente a engenheiros de segurança do trabalho, técnicos de segurança do trabalho, médico do trabalho, auxiliar de enfermagem do trabalho e outros profissionais ligados à saúde ocupacional.

Os instrutores serão Mòsiris Roberto Giovanini Pereira, especialista em Me-

dicina do Trabalho - PUCRS, Mestre em Epidemiologia - UFRGS, professor em Curso de Especialização em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho; Professor do Departamento de Medicina Social da Faculdade de Medicina da UFRGS; e Nelson Agostinho Burille, Engenheiro de Produção e Mecânica na PUC/RS, Engenheiro de Produção e Mecânica na PUC/RS, consultor técnico e jurídico nas áreas ambientais, previdenciária e trabalho entre outras atividades.

O curso será realizado nos dias 28 e 29 de Abril de 2014 das 8h às 17h na Avenida Cristóvão Colombo, 1132- 2º andar, Bairro Floresta, Porto Alegre/RS.

Inscrições e pagamento até 24/04/2014 - R\$ 830,00

Inscrições e pagamento após 24/04/2014 - R\$ 920,00

INCLUI: Apostila fornecida pelos Instrutores, Certificado e Coffee Break.

O evento tem apoio do SINDI-TESTRS  
Para efetuar sua inscrição e obter mais informações, basta clicar [AQUI](#).

**BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA LABORAL**

☉ Os aspectos de saúde e doença estão visivelmente presentes na vida do trabalhador, que estão adoecendo com maior frequência fisicamente e psicologicamente, ocasionando um aumento excessivo no número de afastamentos por doenças nas suas respectivas empresas empregadoras.

A jornada de trabalho em uma única e repetitiva função, desencadeia alguns problemas à saúde do trabalhador.

Sabe-se que cada atividade têm suas particularidades, merecendo de forma individualizada determinados cuidados, atualmente, devido ao acúmulo de tarefas, por falta de profissionais capacitados, os trabalhadores dedicam-se exageradamente às funções que desempenham esquecendo de cuidar da sua saúde física e mental.

Independente dos fatores que influenciam na saúde do trabalhador, fatores esses totalmente contornáveis após aperfeiçoamento adequado, como controle do uso de força excessiva, posturas adequadas diante de sua estrutura de trabalho e pausas consciente em atividades com excesso de movimentos repetitivos, o trabalho tem extrema importância na vida de todos nós, sem ele não há como suprir nossas necessidades básicas, dependemos dele não só para o sustento pessoal e familiar, mas também para o reconhecimento social.

Em virtude da falta de profissionais capacitados e comprometidos com a empresa, e visando acima de tudo uma queda no índice de afastamentos, é cada vez maior o número de empresas que investem em seus funcionários com o objetivo de os tornar mais adaptados, além de promoverem seu crescimento e um sucesso cada vez maior.

Pequenas atitudes implantadas nas empresas por um profissional capacitado, como um programa de qualidade de vida, ginástica laboral, promoção da saúde, entre outros, geram não somente gastos aos empregadores, mas acima de tudo benefícios aos seus empregados, que resultarão em um aumento de produtividade e consequentemente incalculáveis ganhos às empresas. Esses programas propiciam a integração harmoniosas entre as condições físicas e emocionais dos funcionários.

Os procedimentos são feitos antes do início do trabalho, durante e ao final do expediente. Além de exercícios físicos terapêuticos, a ginástica laboral por exemplo, consiste em alongamentos, relaxamento muscular e demais atividades com finalidade de desenvolver uma melhoria da qualidade dos músculos, dos tendões e das articulações. A frequência depende das necessidades apre-sentadas após realização de prévia

avaliação, podendo ser diária ou com intervalos.

Nestes programas, ambos os lados saem beneficiados, ou seja, empresa e funcionário, uma vez que eles proporcionam ganhos psicológicos, diminuição do estresse e aumento no poder de concentração, motivação e moral dos trabalhadores.

**Benefícios do Programa para qualidade de vida**

**Fisiológicos**

Promove o combate e prevenção das doenças profissionais;

Promove o combate e prevenção do sedentarismo, estresse, depressão, ansiedade;

Melhora da flexibilidade, força, coordenação, ritmo, agilidade e a resistência, promovendo uma maior mobilidade e melhor postura;

Promove a sensação de disposição e bem estar para a jornada de trabalho;

Redução da sensação de fadiga no final da jornada;

Contribui para a promoção da saúde e da qualidade de vida do trabalhador;

Propicia através da realização dos exercícios características preparatórias, compensatórias e relaxantes no corpo humano;

Bem como os principais benefícios fisiológicos relacionados ao exercício sobre o sistema cardíaco, respiratório, esquelético, entre outros bem documentados nas evidências científicas

**Psicológicos**

Motivação por novas rotinas;

Melhora do equilíbrio biopsicológico;

Melhora da autoestima e da auto-imagem;

Desenvolvimento da consciência corporal;

Combate as tensões emocionais;

Melhora da atenção e concentração as atividades desempenhadas;

**Sociais**

Favorece o relacionamento social e trabalho em equipe;

Melhoria das relações interpessoais;

**Empresariais**

Redução dos gastos com afastamento e substituição de pessoal;

Diminuição de queixas, afastamentos médicos, acidente e lesões;

Melhoria da imagem da instituição junto aos empregados e a sociedade;

Maior produtividade.

Dr.<sup>a</sup> Mariana Cristina Roseiro Martins  
[www.centrodeterapiaplicada.com.br](http://www.centrodeterapiaplicada.com.br)

**Noções da área Fiscal para Engenheiros e Administrativos de Obras em Rio Preto**

☉ Com objetivos de apresentar o aspecto operacional necessário da área fiscal para os demais setores da empresa, tais como, engenheiros, gerentes e administrativos de obras, esclarecendo os principais pontos da complexa sistemática que o assunto demanda em relação a área, o curso será realizado em São José do Rio Preto (SP) no dia 28 de abril de 2014 na Rua Joaquim Manoel Pires, 510 - São Manoel - São José do Rio Preto - SP, das 9h às 18h.

Investimento para Associados SindusCon/SP e estudantes: R\$ 190,00

Não associado: R\$ 490,00

Inscrições: [sindussjp@sindusconsp.com.br](mailto:sindussjp@sindusconsp.com.br)

(17) 3226-5626

O instrutor será Dr. Edson Paulo Evangelista, Advogado e Contador com Especialização em Controladoria de Empresas.

**SIPAT no Polivalente de Londrina**

☉ Colégio Estadual Polivalente através da Coordenação de Curso Técnico em Segurança do Trabalho estará realizando a XII Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho - SIPAT, com o tema "Segurança comportamental e o stress no ambiente de trabalho" a ser realizada no dia 23 de Maio de 2014 (sexta-feira), com início às 19h00 e término às 22h00.

O local do evento será no Colégio Estadual Polivalente, situada à Rua Figueira, nº 411, Jd. Santa Rita, Londrina - Paraná.

O coordenador Edson Mitsuo Ogaki, Técnico de Segurança do Trabalho, convida a todos interessados a participarem do evento para prestigiar as ações dos alunos envolvidos na ação.

O evento faz parte da programação que a coordenação dos cursos de técnicos em segurança do trabalho mantém para motivar alunos em ações preventivistas.

## Senac de Rio Preto (SP) oferece curso de especialização técnica em segurança do trabalho na construção

© curso tem objetivo de especializar Técnicos de Segurança do Trabalho no setor da construção, de forma que sejam capazes de reconhecer e avaliar nos canteiros e frentes de trabalho os riscos potenciais, com base no conhecimento dos processos e projetos construtivos, que possam gerar situações de trabalho inadequadas aos trabalhadores e ao entorno da obra.

### Mercado de Trabalho

O egresso do curso de Especialização Técnica em Segurança do Trabalho na Construção, poderá atuar em canteiros de obras e em frentes de trabalho nas esferas pública ou privada, no controle de riscos dos processos construtivos, na conscientização da utilização segura dos equipamentos e máquinas e na prevenção de acidentes.

### Panorama de mercado

O setor da construção é responsável por um alto índice de acidentes no trabalho e doenças ocupacionais em função da exposição dos trabalhadores a fatores de risco, como vibração, trabalhos em altura, ruídos, esforços repetitivos, choques elétricos, soterramento, desabamento, agentes químicos, além dos problemas sociais como o alcoolismo, cultura, entre outros.

Agregado a esses fatores, destaca-se o aumento da produtividade que as empresas almejam e o processo de terceirização cada vez mais forte no setor. Cargas horárias excessivas, prazos mais limitados para atender aos agentes financiadores, ao poder público e à iniciativa privada, têm levado ao adoecimento dos trabalhadores e o crescimento do número de acidentes fatais neste segmento.

No Brasil, conforme dados oficiais da Previdência Social, em 2009 ocorreram 733.365 mil acidentes de trabalho nos diversos ramos da economia, dos quais 2.496 resultaram em mortes e 13.047 deixaram as vítimas incapacitadas permanentemente para o trabalho. Em 2009, foram gastos 50,8 bilhões em aposentadorias especiais e em custos de acidentes e doenças do trabalho. As formações específicas na área de Segurança do Trabalho podem ajudar a reduzir este cenário.

### Pré-requisito e público-alvo

Para matrícula nesta especialização técnica, o candidato deve ter concluído o curso Técnico em Segurança do Trabalho e Técnicos de Segurança do Trabalho que desejam atuar ou expandir seus conhecimentos no segmento da construção.

Idade mínima: 17 anos

Escolaridade mínima: Habilitação Técnica de Nível Médio – Completa

### Método: Proposta metodológica

São propostas atividades como estudo de casos e do meio, problemas, pesquisas em diferentes fontes, contato com empresas e especialistas da área, apresentação de seminários, visitas técnicas, relatórios técnicos, trabalho de campo e simulações de contextos. As situações de aprendizagem previstas para cada módulo têm como eixo condutor um projeto a ser desenvolvido no decorrer do curso, considerando contextos similares aos encontrados nas condições reais de trabalho e que estimulam a participação ativa dos alunos na busca de soluções para os desafios que dele emergem.

### Programa

**Módulo 1** Planejamento de Obras

Carga Horária: 68 horas

**Módulo 2** Análise de Riscos nos Processos Construtivos

Carga Horária: 140 horas

**Módulo 3** Gestão de Programas de Segurança e Saúde Ocupacional

Carga Horária: 92 horas

Certificação

Ap portador do diploma de Técnico em Segurança do Trabalho que concluir com aprovação todos os módulos que compõem a organização curricular deste plano de curso será conferido o certificado de Especialização Técnica de Nível Médio em Segurança do Trabalho na Construção com validade nacional.

### INSCRIÇÕES/INFORMAÇÕES:

Rua Jorge Tibiriçá, 3.518 - SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - SP

CEP:15014-040

Telefone:(17) 2139-1699

Fax:(17) 2139-1698

E-mail:

[siriopreto@sp.senac.br](mailto:siriopreto@sp.senac.br)

[siriopreto@sp.senac.br](mailto:siriopreto@sp.senac.br)

**Para receber Norminha gratuitamente no seu e-mail de preferência, basta informar seu nome completo, profissão e nome de sua cidade/estado para: contato@norminha.net.br**

### Projeto inédito no Brasil

## Procurador-chefe do Trabalho lança projeto Trabalho de Todos na Paraíba

Está marcada para os próximos dias 28, 29 e 30 de abril a instalação do projeto Trabalho de Todos no município de Sousa (PB). A audiência pública será realizada no dia 29, a partir das 19 horas, mas a praça de serviços funcionará durante os três dias, nos dois turnos.

Laercio Silva



O projeto, lançado no último dia 08 de abril de 2014, pelo procurador-chefe do Trabalho, Cláudio Gadelha (foto acima), na Estação Ciência, tem por objetivo principal realizar um amplo diagnóstico das relações de trabalho na Paraíba.

Laercio Silva



O procurador-geral do Trabalho, Luís Camargo (foto acima), veio de Brasília especialmente para o lançamento do projeto e disse que tem todo o interesse em transformar o projeto Trabalho de Todos em um modelo para o restante do país. "A ideia da Procuradoria Regional do Trabalho na Paraíba é excelente e merece ser um projeto 'piloto' para as demais Regionais. A partir desse diagnóstico, novas estratégias podem ser organizadas pelo MPT", comentou Camargo.

A solenidade de lançamento contou, ainda, com diversas outras autoridades e parceiros envolvidos no projeto, entre eles o vice-governador do Estado, Rômulo Gouveia; o presidente do Tribunal Regional do Trabalho, desembargador Carlos Coelho; o superintendente do Trabalho e Emprego na Paraíba, Rodolfo Catão, Sindicatos, Federações e Associações. Depois de Sousa, será a vez do município de Itabaiana, que receberá a caravana de 12 a 14 de maio. Ao todo, serão realizadas audiências públicas em 13 municípios estratégicos, de modo a alcançar todo o Estado.

### Confira o calendário:

Sousa – 28 a 30 de abril / 2014 Itabaiana – 12 a 14 de maio / 2014 Patos – 9 a 11 de junho / 2014 Guarabira – 21 a 23 de julho / 2014 Cabedelo – 12 a 14 de agosto / 2014 Cajazeiras – 1 a 3 de setembro / 2014 São Bento – 22 a 24 de setembro / 2014 Monteiro - 13 a 15 de outubro / 2014 Campina Grande – 17 a 19 de novembro / 2014 Picuí – 1 a 3 de dezembro / 2014 Itaporanga – 9 a 11 de fevereiro / 2015 Mamanguape – 16 a 18 de março / 2015 João Pessoa – 13 a 15 de abril / 2015

### Entenda o Projeto Trabalho de Todos

Um amplo diagnóstico das condições de trabalho do paraibano. Este é o objetivo principal do Projeto Trabalho de Todos, que foi lançado em João Pessoa-PB, na Estação Ciência Cabo Branco.

O projeto envolverá audiências públicas em 13 municípios considerados estratégicos, envolvendo todas as mesorregiões do Estado, quando serão ouvidos trabalhadores de diversos segmentos, bem como os empresários. "A ideia é juntar capital e trabalho num mesmo espaço, discutindo problemas comuns e específicos, buscando não apenas identificá-los, mas também lançando as bases para a sua solução", comentou o procurador-chefe do Trabalho na Paraíba, Cláudio Cordeiro Queiroga Gadelha, que ontem recebeu a imprensa, num café da manhã, ao lado da procuradora Myllena Alencar e do presidente da Associação Nacional dos Procuradores do Trabalho (ANPT), Carlos Eduardo de Azevedo. Praça de Serviços O projeto envolve, além das audiências públicas, uma praça de serviços onde estarão presentes todos os parceiros do Trabalho de Todos – Ministério do Trabalho e Emprego, Fundacentro, Tribunal Regional do Trabalho, Tribunal de Justiça, OAB, Defensoria Pública, Ministério Público Federal, INSS, Banco do Brasil, Banco do Nordeste, Caixa Econômica, Sebrae, Fiep, Senai, Sesi, Astest-PB Sintest-PB, Universidade Federal da Paraíba, Universidade Federal de Campina Grande, Federação do Comércio, Polícia Federal, Polícia Rodoviária Federal, Polícia Militar, prefeituras, imprensa paraibana e sindicatos e federações de trabalhadores.

Vários desses parceiros terão estandes que funcionarão pela manhã e à tarde, oferecendo serviços diversos à

população interessada. Os estandes só serão desmontados à noite, para não haver choque de horário com as audiências. Se a situação exigir, a depender do resultado das audiências, o MPT, a Superintendência Regional do Trabalho e Emprego e a Polícia Federal poderão realizar forças tarefas no dia seguinte. Entenda o projeto Segundo o procurador-chefe do Trabalho na Paraíba, o projeto pretende estabelecer uma nova forma de se discutir e de se resolver as mais graves questões que permeiam as relações trabalhistas.

"Ele parte de uma premissa inexorável de que é de todos a responsabilidade, aqui incluídos sociedade, órgãos públicos e entidades de representação, de se eliminar as más condições de trabalho, ao mesmo tempo em que busca alcançar o trabalho de todos aqueles que estão nos mais distantes rincões do Estado, entregues a todo tipo de 'sorte' e que, lamentavelmente, representam uma porção importante de pessoas em plena capacidade produtiva, sejam trabalhadores ou empregadores", disse ele aos jornalistas. A fórmula proposta pelo procurador Cláudio Gadelha é a assimilação de novos mecanismos para a solução das crises e dos conflitos trabalhistas que hoje já se conhece "e que, com a execução do projeto, serão ainda mais descortinados. Assim, o modelo comum, hoje existente, de cada um fazer a sua parte, cederá espaço para essa iniciativa pautada na execução conjunta de ações estratégicas envolvendo cada atividade econômica diagnosticada e que necessita da adoção de medidas por meio daqueles que detêm o poder de propor e impor soluções, abrangendo não apenas uma ou outra entidade, órgão ou empresa mas, essencialmente, todas as entidades, por órgãos ou empresas identificadas".

Laercio Silva



Laercio Silva Presidente da ASTEST-PB, Procurador-chefe do Trabalho, Cláudio Gadelha e Nivaldo Barbosa Presidente do SINTEST-PB, representando os Técnicos de Segurança do Trabalho/PB apresentaram o projeto Abril Verde. Assessoria de Comunicação - Gisa Veiga

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

**ESGALHA**  
TOTAL SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
Venda e manutenção de Extintor, Hidrante, Alarme contra incêndio, Iluminação de emergência, Detecção e Sprinkler  
Projeto para Bombeiros  
Assessoria Técnica Especializada  
Curso de Formação Brigada de Incêndio Certificado e Apostila  
[total.sistemas@terra.com.br](mailto:total.sistemas@terra.com.br)  
[esgalha.projetos@terra.com.br](mailto:esgalha.projetos@terra.com.br)  
Avenida Prestes Maia, 2870  
**(18) 3301-9320 / 3301-9322**  
ARAÇATUBA - SP

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

**dois DI**  
BRANDING - WEB - MULTIMÍDIA - PRODUTO  
**(18) 98801-3114**  
[juice@doisdi.com](mailto:juice@doisdi.com)  
**(18) 98801-2115**  
[luiz@doisdi.com](mailto:luiz@doisdi.com)

## Medicina do Trabalho perde Luiz Carlos Morrone

Fonte: [www.protecoo.com.br](http://www.protecoo.com.br)



Neste último sábado (12/04), a Medicina do Trabalho perdeu um de seus representantes, o médico e professor Luiz Carlos Morrone. De seus 69 anos de vida, 45 foram dedicados à Saúde do Trabalhador.

Formado em 1969, pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa de São Paulo, obteve mestrado em Saúde Pública em 1979 e doutorado em 1997. Sua carreira acadêmica foi concentrada na Faculdade de Ciências Médicas, onde trabalhava desde 1976 no ensino da Medicina do Trabalho na graduação e na pós-graduação, onde coordenou programas de Especialização e de Residência em Medicina do Trabalho, criando, também, o Ambulatório de Doenças Profissionais da Santa Casa.

Na vida associativa, Morrone dedicou-se integralmente a múltiplas tarefas junto à Associação Nacional de Medicina, onde ocupou cargos de direção, coordenou eventos e participou ativamente de comissões e comitês técnicos sobre os mais variados temas, com ênfase nas questões de ensino da Medicina do Trabalho. Dedicou-se, também, às atividades associativas paulistas, no Departamento de Medicina do Trabalho da APM, na Sociedade Paulista de Medicina do Trabalho e na Associação Paulista de Medicina do Trabalho, onde era seu atual diretor Científico.

Na carreira profissional, Morrone trabalhou em instituições públicas e privadas, destacando-se o tempo que dedicou ao Serviço Social do SESI (1973-1981) e ao Hospital do Servidor Público Estadual, do IAMSPE (1972-2008), até sua aposentadoria.

## Senac Presidente Prudente abre inscrições para curso inédito na área de design de interiores

O curso de Planejamento para Acompanhamento de Obras de Design de Interiores é ofertado pela primeira vez na unidade

© Senac Presidente Prudente (SP) está com uma novidade: oferece agora o curso de Planejamento para Acompanhamento de Obras de Design de Interiores, que já faz parte do portfólio de sucesso do Senac São Paulo. As inscrições já estão abertas e as aulas iniciam em 29 de abril.

Segundo o gerente da unidade, Mauro de Nardi Costa, o objetivo é, além de aumentar o leque de possibilidades de cursos oferecidos pela unidade, suprir a demanda do mercado de trabalho do setor design de interiores na região de Presidente Prudente, que está cada vez mais exigente com os avanços e sofisticadas do mercado.

O egresso do curso é apto a acompanhar obras de design de interiores, a partir de um projeto existente, desde sua fase de planejamento até sua efetivação de forma organizada e controlada, visando à satisfação do cliente não só em relação à qualidade da obra, mas também aos prazos e custos.

O curso de Planejamento para Acompanhamento de Obras e Design de Interiores do Senac Presidente Prudente permite uma visão ampla do processo, apresentando ao aluno o complicado universo do planejamento e controle de obras por meio da abordagem sobre a prática profissional diária, os problemas que poderão surgir e as alternativas de solucioná-los, além de discutir ferramentas para estas práticas.

"O mercado de design cresce como consumo e necessita de profissionais

que trabalhem com planejamento e acompanhamento de obras, e consigam transmitir segurança aos clientes, ao cumprir as expectativas de prazo, custo e qualidade. O profissional desta área, que tenha sólida formação educacional para compreensão de projetos e experiência mínima em obras, irá se diferenciar no mercado quando puder atender a estes valores, podendo se especializar neste segmento", ressalta Mauro.

O curso de Planejamento para Acompanhamento de Obras e Design de Interiores tem início no dia 29 de abril e as aulas serão ministradas as terças e quintas-feiras, das 13h30 às 17h30, no Senac Presidente Prudente. O curso é curta duração, com término previsto para 27 de maio.

Inscrições e outras informações sobre os cursos presenciais podem ser obtidas no site:

[www.sp.senac.br/presidentepudente](http://www.sp.senac.br/presidentepudente), pelo telefone (18) 3344-4400, ou presencialmente no Senac Presidente Prudente, que fica na Avenida Manoel Goulart, 2881.

### Serviço:

Planejamento para Acompanhamento de Obras e Design de Interiores

Início: 29/4/2014; Término: 27/5/14;

Aulas: as terças e quintas-feiras, das 13h30 às 17h30;

Endereço: Senac Presidente Prudente; Avenida Manoel Goulart, nº 2.881

Tel.: (18) 3344-4400

Mais informações:

[www.sp.senac.br/presidentepudente](http://www.sp.senac.br/presidentepudente)

## Senac Araçatuba abre inscrições para 86 vagas gratuitas

Os cursos Técnico em Administração, Técnico em Recursos Humanos e Operador de Computador preparam o aluno para o atual mercado de trabalho

© Senac Araçatuba (SP) está com inscrições abertas para os cursos Técnico em Administração, Técnico em Recursos Humanos e Operador de Computador. No total, são 100 vagas, sendo 86 gratuitas por meio do Programa Senac de Gratuidade.

O curso Técnico em Administração possui ampla visão dos diversos segmentos de mercado, permitindo aos participantes o desenvolvimento de habilidades nas diversas áreas de atuação, ou a administração de seu próprio negócio. Durante as aulas, o aluno terá contato com estudos de casos, pesquisas diversas, entre outras atividades que permitirão o desenvolvimento e apresentação de um projeto ao final do curso.

"O objetivo é formar profissionais empreendedores, com capacidade de tomar iniciativas e de buscar soluções inovadoras, voltados para a operação dos ciclos de gestão", explica Marlene dos Santos Zequin, gerente do Senac Araçatuba.

Já o Técnico em Recursos Humanos forma profissionais capazes de compreender e aplicar os diversos procedimentos em rotinas de administração de pessoal e suporte para gestão de pessoas. "O egresso é apto a atuar em processos de orientação sobre a importância da segurança no trabalho e da saúde ocupacional e prestar serviços de comunicação, liderança, motivação, formação de equipes e desenvolvimento pessoal", ressalta Marlene.

O curso de Operador de Computador é ideal para quem almeja o primeiro contato com a máquina e o ambiente Windows. Em um mercado de trabalho cada vez mais competitivo, o domínio básico de computadores é fundamental. Além de desenvolver postura e comportamento adequado no ambiente de trabalho, torna-se necessário o conhecimento básico de programas que visam agilizar tarefas realizadas, em geral, nos escritórios.

O curso envolve conteúdos essenciais de programas do pacote Office 2010, auxiliando na atividade de profissionais de diferentes áreas de atuação, possibilitando desenvolver documentos, apresentações e planilhas que atendam à exigência do mercado.

"Os cursos do Senac Araçatuba vão além do ensino básico. Nós abordamos assuntos relacionados à ética, cidadania, empreendedorismo, qualidade de

vida, conduta profissional e marketing pessoal, preparando os participantes para os desafios do mercado de trabalho", afirma Marlene.

### Inscrições

Os dois cursos técnicos terão aulas ministradas de segunda a sexta-feira, das 13h30 às 17 horas. Já o Operador de Computador será das 8 às 12 horas, também de segunda a sexta-feira. Todos os cursos começam no dia 28 de abril.

Entre os pré-requisitos para realizar um curso com bolsa de estudos no Senac, além da renda familiar per capita de até dois salários mínimos federais, o interessado não pode estar matriculado ou participar de outros processos de bolsas na instituição. Além de não ter histórico de evasão ou reprovação por faltas nos últimos dois anos como bolsista.

Para se inscrever, é necessário acessar [www.sp.senac.br/bolsasdeestudo](http://www.sp.senac.br/bolsasdeestudo) ou ir pessoalmente ao Senac Araçatuba, que fica na Avenida João Arruda Brasil, nº 500 – São Joaquim. Para mais informações, o telefone da unidade é o (18) 3117-1000.

### Serviço:

**Técnico em Administração**

Início: 28 de abril

Aulas: de segunda a sexta, das 13h30 às 17 horas

**Técnico em Recursos Humanos**

Início: 28 de abril

Aulas: de segunda a sexta, das 13h30 às 17 horas

**Operador de Computador**

Início: 28 de abril

Aulas: de segunda a sexta, das 8 às 12 horas

**Receba edições de Norminha gratuitamente no seu e-mail de preferência. Envie seu nome completo, sua profissão e nome de sua cidade/estado para: contato@norminha.net.br**

**Motivação com saúde e bom humor**  
**FÁBIO LAÍS**  
 facebook.com/fabio.lais.turnover  
 Palestrante - Professor  
 Cronista - Hunting  
 Consultor

## VIVA EM PAZ COM SEUS PAIS

⊙ primeiro passo para ser uma mãe ou um pai legal é estar em paz com os próprios pais. A relação que você tem (ou teve) com seus pais influenciará a atual relação com seus filhos.

Antes de você mergulhar na análise do tipo de mãe ou pai que tem sido ou quer ser, é importante analisar que tipo de pais você teve e que tipo de filho ou filha você foi para seus pais. A importância disso está no fato de que temos a tendência de repetir com nossos filhos o que vivemos com nossos pais.

Se você deixa que seus pais invadam sua casa, é bem provável que se sinta no direito de invadir a vida de seus filhos.

Se você se sente culpado por não viver para cuidar de seus pais, provavelmente vai estimular seus filhos a se sentirem responsáveis por sua felicidade.

Se seus pais querem, como avós zelosos, educar seus filhos em seu lugar, é fundamental que você saiba impor os limites adequados para que seus filhos tenham uma educação coerente. Afinal de contas, bolo em que todo mundo põe a mão não cresce!

Se você faz questão de manter seus pais distantes de sua família, possivelmente dará a seus filhos a orientação implícita de que pais são problemas a evitar.

Se você não deixa que seus pais se aproximem de seus filhos, está tirando de seus filhos a oportunidade de conhecer suas origens e sentirem-se pessoas mais sólidas e consistentes.

Se você sente mal-estar quando pensa em seus pais, está na hora de mergulhar em uma viagem interior para descobrir por que isso afinal está acontecendo.

Viver em paz com os próprios pais é o início da viagem de um pai amoroso e bem estruturado.

É comum na adolescência e no começo da vida adulta que nos afastemos dos pais. Queremos aprender a andar com as próprias pernas. Nesse período, todos querem fazer as coisas à sua maneira, querem cometer os próprios erros. Isso é normal e faz parte do desenvolvimento psicológico do indivíduo.

Mas, infelizmente, muitas pessoas não conseguem realmente evoluir de maneira a entender os pais e criar com eles um relacionamento adulto, em que ambos os lados sejam amigos e conversem sem que um queira dominar o outro.

Esse distanciamento acaba por prejudicar o amadurecimento da pessoa porque o ciclo afetivo fica interrompido.

O OUTRO LADO...  
 Desde a adolescência, eu brigava muito com meu pai. Parecia que a principal razão de minha vida era contrariá-lo.

Um dia, meu terapeuta disse que já era tempo de mostrar gratidão por tudo o que meu pai havia feito por mim em vez de brigar como um rebelde sem causa. Concordei e assumi o compromisso de lhe falar do meu amor na primeira vez que nos encontrássemos.

E isso aconteceu num final de semana, em sua casa. Eu já estava lá, sozinho, quando ele chegou. Almoçamos juntos, e cada vez que o chamava para iniciar a conversa eu não conseguia e mudava de assunto.

- Pai...
- Que é?
- Passe o sal, por favor.
- Pai...
- Que é?
- Passe a salada.
- Quando terminamos o almoço, ele foi dormir e prometi a mim mesmo que falaria assim que acordasse.
- Ao se levantar, como sempre, foi cuidar do galinheiro. Eu o acompanhei.
- Pai...
- Que é?
- Passe o martelo.

Lanchamos juntos e o assunto continuava travado em minha garganta. Como era difícil falar de amor a uma das pessoas a quem eu mais amava!

Como era difícil mostrar sensibilidade depois de tanto tempo tentando demonstrar frieza!

Quando ele estava para sair, percebi que não poderia adiar mais. Pedi, então, que se sentasse e comecei a falar de toda a gratidão que sentia pelo que fizera por mim. À medida que falava, lágrimas começaram a rolar, o choro correu solto e aflorou uma súbita compreensão de sua maneira de me amar ao longo dos anos.

Nessa época, eu cursava a faculdade de medicina. Já estava em condições de me sustentar, e por isso havia dispensado a mesada que recebia. Para minha surpresa, meu pai me interrompeu:

- Filho, se você está precisando que eu volte a lhe dar dinheiro, tudo bem, não tem problema, a gente se aperta e acaba dando um jeito.

Fiquei atônito. Com raiva, concluí que ele não compreendia o amor que eu sentia e só pensava em dinheiro.

Meu terapeuta convenceu-me que fizera a minha parte. Eu já deixara de ser prisioneiro do meu passado. O comportamento de meu pai representava a maneira que ele escolhera para viver, e não uma forma de me contrariar.

Alguns meses depois, num sábado, ficamos novamente juntos, almoçamos, ele dormiu, cuidamos do galinheiro, lanchamos, meu pai se aprontou e nos despedimos. Ele tirou o carro da garagem. De repente, ouvi a buzina do seu carro, como se me chamasse, fui até a janela da casa, e ele acenou para mim. Aproximei-me do carro, meu pai abriu o vidro e me disse:

- Sabe, filho, aquilo que você me disse naquele dia foi a coisa mais importante da minha vida.

Ao completar a frase, engatou a marcha e saiu voando...

Surpreso, eu me dei conta de quanto deve ter sido difícil para ele abrir o coração e aceitar minha declaração de amor. Meu pai teve uma vida muito difícil, pois ficou órfão aos sete anos de idade, teve de trabalhar desde cedo para sobreviver e certamente aprendeu a esconder a sensibilidade para não sofrer.

Tenho certeza de que, para ele, dar-me todo conforto e oportunidades de estudar foi a forma de mostrar quanto se importava comigo. No fundo, porém, o que nós dois tínhamos vontade de fazer era trocar um forte abraço de pai para filho...

Depois daqueles dias em que pudemos demonstrar nosso afeto, deixamos cair as barreiras que escondiam nossos sentimentos. Nunca mais nossas vidas foram as mesmas. A partir daquele momento, abri o coração e deixei de ser proibido.

Aceite um conselho: não perca a oportunidade de dizer eu amo você a seus pais.

Quantas pessoas cujos pais já morreram se arrependem de não ter dado um beijo nos velhos? Viveram adiando o grande momento e, um dia, descobriram que não havia mais tempo.

Abra seu coração mesmo que você se sinta ridículo, mesmo que eles no começo estranhem sua atitude e perguntem se você está precisando de dinheiro. Não fique contrariado. Afinal, será mais uma coisa que teremos em comum.

Faça as pazes com seu passado. Essa é a única maneira de você viver em paz consigo próprio e não deixar que as carências do passado definam suas ações no presente.

Se seus pais estiverem vivos, vá visitá-los o mais breve possível, bata um papo com eles, lembre com eles histórias do passado e, se for o caso, agradeça-lhes tudo de bom que fizeram por você.

Se estiverem mortos, vá até o túmulo deles, leve uma flor bonita, sinta sua presença espiritual, converse com eles e fale de sua saudade. Diga-lhes que gostaria que estivessem por perto para comemorar juntos as vitórias que você está conseguindo.

Somente quando ficar em paz com seus pais você poderá verdadeiramente assumir sua vida e entregar-se a seus filhos.

Pais e Filhos – companheiros de viagem.  
**Abraços, saúde e sucesso!**  
**FÁBIO R. LAIS**  
 fabio\_lais@hotmail.com  
 www.facebook.com/fabio.lais.turno

**doisDI**  
 (18)98801-3114  
 joice@doisdi.com  
 (18)98801-2115  
 luiz@doisdi.com  
 BRANDING – WEB – MULTIMÍDIA – PRODUTO

**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

**Fisioterapia**  
**MAESTRO CARDIM**  
 (11) 97444-0902  
 Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesões; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia  
 Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio  
 marcelo\_ks@hotmail.com  
 Rua Maestro Cardim, 1259, Paraisópolis São Paulo/SP (perto do metrô Paraisópolis)

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

## VIII Congresso Brasileiro de Higiene Ocupacional; XXI Encontro Brasileiro de Higienistas Ocupacionais e Feira de Produtos e Serviços de Higiene Ocupacional

**ABHO**  
 20 anos  
 CONTRIBUINDO PARA O DESENVOLVIMENTO DA HIGIENE OCUPACIONAL NO BRASIL E PRESERVAÇÃO DA SAÚDE DO TRABALHADOR  
 25 A 27 DE AGOSTO DE 2014 - SÃO PAULO - SP

### CHAMADA PARA TRABALHOS TÉCNICOS

No "VIII Congresso Brasileiro de Higiene Ocupacional" e o "XXI Encontro Brasileiro de Higienistas Ocupacionais e Feira de Produtos e Serviços de Higiene Ocupacional", a ABHO oferecerá uma grande oportunidade para a divulgação de experiências na área de Higiene Ocupacional. Em 2014, tais eventos terão importância excepcional, por se tratar do ano de comemoração dos 20 anos da fundação da Associação.

As inscrições dos trabalhos técnicos deverão estar relacionadas aos seguintes temas:

ABHO-Vinte anos contribuindo para o desenvolvimento da Higiene Ocupacional no Brasil e preservação da saúde do trabalhador; Aposentadoria Especial e Perfil Profissiográfico Previdenciário; Gestão de riscos ambientais; Controle dos riscos ambientais; Práticas bem-sucedidas em prevenção; Usos de novas tecnologias de avaliação; Informática aplicada à Saúde Ocupacional; Estudos de casos; Temáticas livres.

Leia mais! ☞

## Invista em Segurança do Trabalho e Evite Ações Regressivas



De acordo com o Ministério do Trabalho e Emprego, a Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho tem por objetivos a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida do trabalhador e a prevenção de acidentes e de danos à saúde advindos, relacionados ao trabalho, por meio da eliminação ou redução dos riscos nos ambientes de trabalho.

Para lembrar o Dia Mundial em Memória às Vítimas de Acidentes de Trabalho, o Senac Votuporanga, realiza, em 28 de abril, a palestra Invista em Segurança do Trabalho e Evite Ações Regressivas, com o auditor fiscal do trabalho Wellington Yudji Kaiamoti.

O objetivo é informar os empregadores de suas responsabilidades frente ao trabalhador, a importância de implantar e manter uma Política de Saúde e Segurança e Gestão integrada com demais áreas, o custo benefício do investimento,

os principais pontos observados, pontos críticos de uma auditoria e consequências pelo não cumprimento da legislação pertinente.

Após a palestra, o profissional apresentará boas práticas, com cases de sucesso em segurança e saúde no trabalho de empresas da região que conseguiram aumentar seus lucros, diminuindo os acidentes e faltas ao trabalho, a partir da implantação da política de segurança e o planejamento de ações contínuas.

### Serviço

Senac Votuporanga  
 Rua Guaporé, 3221 - Nova Boa Vista Votuporanga - SP  
 E-mail: votuporanga@sp.senac.br  
 Telefone: 17.3426-6700  
 Data e Horário:  
 28/04/2014 das 19 às 22h00  
 Preço: Participação gratuita. ☞

## Repórter Brasil lança publicações sobre tráfico de pessoas

A ONG Repórter Brasil lançou no dia 11 de abril de 2014, em São Paulo, duas publicações sobre o tráfico de pessoas no Brasil. O Auditor-Fiscal do Trabalho Renato Bignami, coordenador do Programa de Erradicação do Trabalho Escravo da Superintendência Regional do Trabalho e Emprego em São Paulo - SRTE/SP, participou do lançamento, no Auditório da Secretaria de Justiça e da Defesa da Cidadania do Estado de São Paulo.

Um volume – Tráfico de pessoas na imprensa brasileira – é o resultado de uma pesquisa realizada em cinco jornais – Correio Braziliense, Folha de São Paulo, O Estado de São Paulo, O Globo e Valor Econômico –, para identificar reportagens sobre o tema, veiculadas no período compreendido entre 1º de janeiro de 2006 e 1º de julho de 2013. Foram identificadas 655 reportagens, que foram analisadas e levaram à conclusão de que o tema ainda é invisível nas redações de jornais no país.

O segundo volume – Guia para jornalistas com referências e informações sobre enfrentamento ao tráfico de pessoas – reúne informações, conceitos e mitos, dados estatísticos, fontes e referências sobre o tema. Os Auditores-Fiscais do Trabalho Marinalva Cardoso Dantas e Renato Bignami foram entrevistados, como especialistas no tema, no decorrer da elaboração da publicação.

As publicações estão disponíveis no site da Repórter Brasil.



Tráfico de pessoas na imprensa brasileira. Guia para jornalistas com referências e informações sobre enfrentamento ao tráfico de pessoas.

## No palco, no estádio, na vida; seja amigo de sua voz



Anualmente, em 16 de abril, comemoramos o "Dia Mundial da Voz". Celebração que temos o orgulho de ter sido iniciada no Brasil, em 1999, e que a partir de 2003 passou a ter expressão internacional, com diversos eventos organizados também nos Estados Unidos, Europa e Ásia.

O objetivo da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia neste dia e na semana que o circunda é promover a conscientização da população sobre a importância da voz humana para a promoção da saúde, bem como realizar conscientização de sinais e sintomas que favoreçam o diagnóstico precoce de doenças, como o câncer de laringe, que podem comprometer a qualidade de vida e a própria sobrevivência dos indivíduos.

A celebração do "Dia Mundial da Voz" é de extrema importância e representa uma oportunidade única de disseminar conhecimento, orientar a população, promover ações de saúde e auxiliar no encaminhamento adequado de problemas potenciais ou reais.

Nosso slogan: Seja Amigo da sua Voz!

Faça parte desse movimento tradicional da Fonoaudiologia, organize os colegas e construa juntos um grande movimento de saúde vocal!

Unam-se para fortalecer a corrente em favor de vozes saudáveis!

Material de apoio disponível! ☞

**ATO PÚBLICO**  
 26 de Abril - 10h  
**VENHA VOCÊ TAMBÉM!**  
 Em Memória das Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho  
 Local: Praça Santos Andrade em frente ao prédio histórico da Universidade Federal do Paraná, Curitiba.

☞ SINTESPAR (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado do Paraná), convida os colegas Técnicos e Técnicas de Segurança do Trabalho que desejam valorização da profissão e alunos dos cursos de TST, para participarem do Manifesto, "pois é muito importante mostrarmos à sociedade a tragédia dos acidentes que ocorrem no mundo do trabalho", justifica Adir de Souza, Presidente da entidade. ☞

## Segurança no Trabalho: "Remamos contra a maré"

Por Eli Almeida  
 Campina Grande/PB

Os acidentes decorrentes do trabalho são nefastos. Assim como eles, as doenças se equiparam e juntos são responsáveis por milhares de lesões sérias, mortes e de afastamentos de trabalhadores todos os anos. Um custo que só faz a conta da saúde pública e da Previdência Social do país subir cada vez mais.

É no "chão de fábrica" das empresas que tudo acontece. E nele, os profissionais técnicos de segurança do trabalho, são essenciais na gestão da segurança ocupacional das pessoas. Mas, se no interior das empresas, existe esta preocupação, fora deste ambiente o que se observa é um descompromisso com a vida dos trabalhadores por parte do governo e por uma grande maioria de empresários do país, que não cumprem com a legislação referente a segurança dos trabalhadores.

Parte deste descompromisso também é compartilhada por entidades sindicais representativas dos próprios trabalhadores. Muito se quer incluir em suas pautas de reivindicações questões que trate da saúde e de segurança para os empregados. Enquanto isso, lesões, doenças e mortes atingem números elevados.

Há décadas os profissionais lidam com a cultura do não investir e do descompromisso com a saúde e segurança dos trabalhadores. Apesar de tudo os prevenicionistas cumprem sua missão de prevenir acidentes e doenças nas



empresas, na verdade, "é um remar contra maré".

A mudança cultural não acontece no país. O reconhecimento do trabalho vem do "chão de fábrica", dos trabalhadores e das trabalhadoras, e isso contribui para que sigam na defesa para que todos tenham postos de trabalhos saudáveis, seguros e produtivos. ☞

**Sim, beleza é fundamental!**  
**Mas tem que ter conteúdo!**  
 clique aqui e veja o que criamos para você!  
 Zane

# FIMAP inova e reúne todos colaboradores na SIPAT com presença do casal Peralta

Fotos cedidas por Altamir Clementino (SESMT FIMAP)



Funcionários da FIMAP permaneceram um dia inteiro comemorando a prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho SIPAT 2014

A SIPAT 2014 da FIMAP Gabinetes de Birigui (SP) foi realizada no período de 31 de março a 04 de abril, mas o ponto mais alto da celebração da prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho foi no dia 04 de abril, quando a direção da empresa autorizou a CIPA e SESMT reunir todos os funcionários, em período integral para participarem de eventos alusivos à segurança do trabalho.

Entre os convidados para apresentação de palestras, estavam o conhecido Casal Peralta do Amputados Vencedores, que administraram duas apresentações que empolgaram os colaboradores.



Casal Peralta Flávio e Jane "vestiram" a camisa da FIMAP em defesa da segurança do trabalho na SIPAT 2014

O evento começou às 07 horas e foi até às 17h00 com entrega de brindes e sorteio entre os participantes.

Abertura teve a palavra do Diretor da empresa, exposição de EPIS e Execução do Hino Nacional.

As palestras apresentadas foram: "Auto Estima" com apresentação de Cezar Ramos;

"Saúde Mental" com Marcia Cristina Alvez (Psicóloga);

"Qual o Valor da sua vida" com apresentação de Jane Peralta do Amputados Vencedores - Londrina - PR;

"Violência Doméstica com apresentação de Izabel Cristina de Araujo Barbosa, Delegada da Delegacia da Mulher;

"Aprendendo a viver sem as Mãos" apresentação de Flávio Peralta do Amputados Vencedores de Londrina - PR;

"Cuidando da própria Vida" com Fábio Lais.



Membros da CIPA e representantes da empresa junto com casal Peralta.



Nas duas fotos (acima e abaixo) dois momentos das apresentações na SIPAT 2014 da FIMAP de Birigui, (abaixo) o Técnico de Segurança do Trabalho Altamir Clementino na apresentação de Flávio Peralta.



O dia foi supervalorizado pelos empregados da FIMAP, os quais enalteceram as apresentações e reforçaram que a segurança ganha mais força no dia a dia de trabalho e que a experiência teve valor positivo. Parabéns organizadores. ☺



Dia marca a segurança do trabalho e faz com que colaboradores da FIMAP de Birigui tenham melhor desempenho na prevenção, produção e desempenho de suas atividades.

## Sesc apresenta longa indicado ao Oscar 2014 de Melhor Filme, gratuitamente, no próximo sábado

Philomena é exibido às 17h na tela do Teatro da Unidade

Às 17h do sábado, a banda TER-CEIRO SAMBA resgata um rico repertório de importantes compositores que marcaram época, no palco da Comedoria, gratuitamente. Entre o repertório estão Clara Nunes, Demônios da Garoa, Adoniran Barbosa, Paulo Diniz, Sérgio Sampaio, Originais do Samba, Martinho da Vila, Dona Ivone Lara, Cartola, Paulinho da Viola, Orlando Silva, Noel Rosa, entre outros. O grupo é composto por Laércio Lamana (voz e violão), Pedrão (voz e guitarra) e Wagninho (percussão/bateria).

No mesmo horário, PHILOMENA é apresentado na tela do Teatro do Sesc, gratuitamente. No enredo, Philomena Lee (Judi Dench) é uma jovem que tem um filho recém-nascido. Após o parto, a garota é mandada para um convento, e sem poder levar a criança, ela o dá para adoção. O garoto é adotado por um casal americano e some no mundo. Após sair do convento, Philomena começa uma busca pelo seu filho, junto com a ajuda de Martin Sixsmith (Steve Coogan), um jornalista de temperamento forte. Ao viajar para os Estados Unidos, eles descobrem informações incríveis sobre a vida do filho de Philomena e criam um intenso laço de afetividade entre os dois. Filme indicado ao Oscar 2014 de Melhor Filme. Os ingressos são distribuídos com uma hora de antecedência na Central de Atendimento do Sesc.

## Curso de aprimoramento para profissionais de segurança do trabalho (reciclagem)

Objetivo do curso é reciclar os profissionais de segurança do trabalho (Técnicos e Engenheiro de Segurança do Trabalho) e estudantes do Curso de Técnico de Segurança do Trabalho, com a revisão e interpretação das normas do MTE, para o bom desempenho de suas atribuições.

Serão apresentados a Missão - Alicerces da Missão - Política de Segurança do Trabalho - Bases para a Política de Segurança do Trabalho - Modelo de Gestão - Diagnósticos - Análise - Implantação - Avaliação - Legislação - Dinâmicas de grupo.

O curso será ministrado por JULIO CESAR MACHADO GUIMARÃES - Eng.º de Segurança do Trabalho há 35 anos atuado em empresas nacional e multinacional, supervisão de segurança e meio ambiente, gerência corporativa de engenharia de segurança e gerência internacional de segurança, saúde e meio ambiente.

O curso será realizado nos dias 10 e 17 de maio de 2014 (sábado) com 16 horas de duração, das 08 às 17h00

O evento é uma realização da ABPA (Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes)

**INVESTIMENTO:** Sócios: R\$ 320,00 (Trezentos e Vinte Reais) por participante.

Não Sócios: R\$ 352,00 (Trezentos e Cinquenta e Dois Reais) por participante.

Já Inclusos: Apostila, 5% de ISS, café e certificado de conclusão, que será entregue, após comprovação de pagamento.

### PRAZO DE INSCRIÇÃO:

As inscrições deverão ser feitas até o dia 05.05.2014, sendo dada prioridade aos 30 primeiros inscritos.

### Outros Cursos:

Curso básico: segurança em instalações e serviços com eletricidade - NR-10; NR-33: segurança e saúde nos trabalhos em espaços confinados; Curso de higiene ocupacional.

Para fazer sua inscrição e obter mais informações a respeito desse curso e demais programados, basta clicar [AQUI](#).

A reciclagem e o aprimoramento para os profissionais de Segurança e Saúde no Trabalho é de suma importância, pois existem medidas inovadoras que vem melhorar a aplicação da prevenção. ☺

CLICK AQUI

**MultSeg**  
(18) 3641-8015

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

CLICK AQUI

**MC**

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

O EPI QUE VOCÊ PRECISA TEM AQUI  
(18) 3652-9703  
Avenida Bento da Cruz, 39  
PENÁPOLIS E REGIÃO

CLICK AQUI

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Caio Cesar Cachoni  
Representante Comercial

Telefones / Contato:  
(018) 3644-5473 (Escritório)  
(018) 99117-6882 (Home)  
(018) 99131-2390 (Celular)  
(018) 99128-9321

E-mail: caioepseg@terra.com.br  
Skype: caioacachoni

unibrasil uniformes

AERO

**FORTPÉ**  
CALÇADOS DE SEGURANÇA

**REIDRAT**

CLICK AQUI

**EQUIPE**

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades

(18) 3622-2281  
[www.equipeni.com.br](http://www.equipeni.com.br)  
Av. José Ferreira Batista, 3435  
Araçatuba - SP

CLICK AQUI

**PROMED**  
Medicina e Segurança do Trabalho

Exames: Admissional; Demissional; Periódicos; Retorno ao Trabalho; Mudança de Função; Psicossocial; Exames Complementares

Laudo Ergonômico; Treinamentos; PPA; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP

(18) 3301-1361  
Rua Amazonas, 305 - Araçatuba - SP

Clique aqui

CLICK AQUI

**CONSTRUBR**

O EVENTO DA CONSTRUÇÃO

VENHA DISCUTIR COM ESPECIALISTAS COMO MELHORAR O AMBIENTE DE NEGÓCIOS DE SUA EMPRESA

INSCREVA-SE | PROGRAMAÇÃO COMPLETA

**NUTRIÇÃO COM EQUILÍBRIO**

Kelly Cristina Silveira  
Nutricionista - nutricao.acupuntura@gmail.com

## Benefícios da Maçã

A maçã é uma das principais frutas que integram o grupo dos superalimentos. Que ela traz benefícios para a saúde e para o corpo não é nenhum segredo, mas vale ressaltar sempre algumas qualidades para estimular seu consumo.

**Diminui o colesterol**  
Uma maçã média possui aproximadamente quatro gramas de fibra. Uma parte disso está na forma de pectina, um tipo de fibra solúvel que tem sido associada a redução dos níveis de colesterol ruim. Isso acontece, pois, ela bloqueia a absorção de colesterol, ajudando o corpo a usá-lo ou eliminá-lo em vez de armazená-lo.

**Mantém você saciado**  
A presença de fibras na maçã também faz com que aumente a saciedade por mais tempo sem que precise consumir muitas calorias (95 em uma fruta média). O nosso corpo demora mais para digerir fibras complexas do que matérias simples como açúcar ou cereais refinados. Qualquer alimento com pelo menos três gramas de fibras é uma boa fonte de nutrientes, já que a maioria das pessoas deve consumir de 25 a 40 gramas por dia.

**Ajuda a manutenção do peso**  
Um componente da casca de uma maçã, onde também se concentra a maior parte das fibras, é algo chamado ácido ursólico, que está relacionado a um risco menor de obesidade, segundo um recente estudo feito com ratos. Isso porque ele aumenta a queima de calorias e o desenvolvimento de músculos e massa magra.

**Previne problemas respiratórios**  
Segundo a revista Heath, comer pelo menos cinco maçãs por dia pode me-

lhorar a função pulmonar. Provavelmente graças a um antioxidante chamado quercetina encontrada na casca de maçãs, cebolas e tomates.

**Previne resfriados**  
A maçã é considerada uma boa fonte de vitamina C, que fortalece o sistema imunológico. Uma fruta média possui cerca de oito miligramas dessa substância, o que equivale a cerca de 14 % da ingestão diária recomendada.

**Prevenção de câncer**  
Em 2004, uma pesquisa francesa, divulgada no WebMD, descobriu que uma substância da maçã é capaz de ajudar na prevenção ao câncer de cólon. Um novo estudo, realizado em Cornell, EUA, em 2007, encontrou compostos adicionais, chamados triterpenóides, que demonstram prevenção contra o câncer de cólon, fígado e mama.

**Diminui o risco de diabetes**  
Um estudo publicado em 2012 no American Journal of Clinical Nutrition descobriu que as maçãs, bem como pêras e amoras, estavam ligados a um risco menor de desenvolver diabetes tipo 2 por causa de uma classe de antioxidantes, antocianinas, que são também responsáveis pela coloração de frutas e vegetais. A maçã contém baixo índice glicêmico, contribuindo para controlar a glicemia em pacientes com diabetes.

**Melhora as funções cerebrais**  
Segundo o Good Housekeeping, a fruta tem sido associada a um aumento na produção de acetilcolina, importante neurotransmissor que se comunica entre as células nervosas. Isso faz com que a maçã contribua para a memória e diminuir as chances de desenvolver Alzheimer.

## União da Vitória (PR) terá sua primeira SEMPAT

Cartaz da SEMPAT União da Vitória (Paraná)

**SEGURANÇA NO TRABALHO: COLOQUE ESSA ATITUDE EM PRÁTICA.**

COM INFORMAÇÃO VOCÊ PREVIENE ACIDENTES DE TRABALHO E GARANTE UM DIA A DIA MAIS SEGURO.

**28 DE ABRIL A 03 DE MAIO**

**1ª SEMPAT**

LOCAL: CINE LUZ  
UNIÃO DA VITÓRIA - PARANÁ

A SEMPAT (Semana Municipal de Prevenção de Acidentes do Trabalho) em União da Vitória (Paraná) foi uma ideia levada e conquistada pela Técnica de Segurança do Trabalho Analúcia Hanisch, tornando-se assim a 10ª cidade paranaense a adotar o evento para fortalecer a prevenção de acidentes e de doenças relacionadas ao trabalho com a comunidade e trabalhadores daquele município.

Calro que autoridades municipais, assim como vereadores e prefeitos foram os responsáveis pela implantação da Lei que instituiu a SEMPAT no município de União da Vitória, mas queremos aqui destacar o nome da profissional de SST que vem demonstrar que essa categoria também pode contribuir com serviços sociais, envolvendo de vez todo cidadão no assunto segurança do trabalho.

A criação do SEMPAT foi oficializado pela Lei nº. 4287/2013, de autoria pelo vereador Carlos Humberto Topolski. "Trata-se de assunto fundamental que daremos todo o suporte para que ocorra e alcance os êxitos previstos", avalia o prefeito Pedro Ivo Ilkiv.

O evento (1ª Semana Municipal de Prevenção de Acidentes) será realizado

na semana do dia do trabalho, entre os dias 28 de abril e 03 de maio, o município de União da Vitória (PR).

A iniciativa está sendo articulada por grupo de trabalho formado pelas secretarias de Planejamento, Saúde, Educação, Cultura, Câmara de Vereadores, Copel, Sanepar, Corpo de Bombeiros, Polícia Militar e demais entidades colaboradoras.

O grupo de trabalho definiu a programação, conforme a coordenadora dos trabalhos, Analúcia Hanisch. A abertura oficial do SEMPAT será no dia 28 de abril, no Cine Teatro Luz às 19h, com participação de autoridades e palestra sobre responsabilidade civil, criminal e consequências previdenciárias. Na terça a programação terá temas voltados à saúde. Para quarta-feira estão previstas atividades educacionais, com participação de estudantes. Ainda, os alunos poderão aderir ao concurso de redação sobre a temática.

Após o feriado de 1º de maio, na sexta-feira, haverá palestra e simulação de evacuação do Cine Teatro Luz, à cargo do Corpo de Bombeiros. O encerramento das atividades ocorre no sábado (03/05), na praça Alvir Reischemberg.

**Trecho do livro**

"O pior companheiro é o que não ri nem chora,  
O pior jogo é o zero a zero,  
A pior palavra é a que não vem seguida de nenhuma expressão facial,  
O pior para quem é liderado é não saber se está sendo observado por admiração ou desconfiança,  
O pior para quem quer uma resposta é a esmagadora ansiedade da espera,  
O pior fracasso é o fracasso do meio termo." (Fábio Lais)



## CASAMENTO E AS MUDANÇAS CONTEMPORÂNEAS

Casamento, palavra-chave esta que atualmente na verdade tem sido pouco difundida entre os seres humanos, ou seja, as estatísticas comprovam que atualmente o número de matrimônios perante o cartório civil tem diminuído significativamente, ou seja, as pessoas tem optado por "JUNTAR", morar juntos apenas, até mesmo como uma forma menos burocrática para eventuais separações caso a união não dê certo. No conceito de muitas pessoas juntar, amasiar, teria menos peso que o "casamento" propriamente dito. As pessoas têm optado cada vez mais em iniciar um namoro e a partir deste já passarão a morar juntos, como uma forma de "teste" pré-nupcial, pra ver se vai dar certo e aí, em caso positivo decidem se irão se casar e se por ventura este "teste" pré-nupcial não der certo, aí volta cada um para sua origem, ou seja, "a casa dos pais e ou familiares", até surgir uma nova oportunidade afetiva para novamente tentarem ser felizes.

O movimento que se observa atualmente é que as pessoas tem sido cada vez menos felizes em seus relacionamentos conjugais, fato este que se comparado a época de nossos bisavós e avós eram muito diferente, ou seja nossos antecedentes tinham menos a certos de casal a fazer, se não eram mais felizes, estavam na média mais satisfeitos ou conformados.

Na época de nossos avós e bisavós, havia uma hierarquia de valores em nome dos quais alguns desejos teriam de ser deixados de lado. A resposta aos impasses fundamentais da vida a dois, que em essência são insolúveis, não era resolvê-los, mas regulá-los, porém para isto eles contavam com quatro condições favoráveis à manutenção do casamento:

1- **Os deveres se sobrepujam à busca da felicidade**, o importante era cumprir as obrigações junto aos pais, aos filhos, ao casamento, a religião, a pátria e assim por diante. Priorizar apenas a realização pessoal era um egoísmo inadmissível, sobretudo por parte da mulher. Atualmente, ainda que nos disponhamos a fazer algum sacrifício pelos filhos por exemplo, a meta de cada um é buscar a felicidade pessoal;

2- **Os parceiros seguem tradições**, usos e costumes. Não tinham dúvidas sobre como agir na maior parte das ocasiões e havia menos divergências de opinião. Hoje, não sabemos mais o que é "certo e errado" e a que temos direito ou não.

3- **Não se negociava**, ou seja, se fosse homem seria o chefe da família e teria autoridade decisória e como mulher você deveria obedecer. Hoje com igualdade de gêneros passamos a ter um sócio com 50% dos votos para discutir e negociar, aumentando assim as divergências de opinião que tendem a virar impasses, pois cada um posiciona-se como certo e não quer abrir mão de sua própria ideia;

4- **O casamento de nossos avós era quase indissolúvel**. Uma eventual separação era trágica, portanto os cônjuges tinham muita disposição para fazer o casamento perdurar. Hoje se separar é "super" comum, na verdade para muitos, o que não é admissível é ficar tentando fazer o casamento dar certo, este esforço matrimonial tem sido visto como uma "perda de tempo", "sofrimento em demasia" ou até mesmo, conforme falas populares "uma burrice";

Hoje, graças ao avanço da liberdade pessoal, à igualdade de gêneros e a transparência, as tarefas entre marido e mulher redistribuíram-se de modo mais equitativo, fatores estes positivos sim, mas novas dificuldades surgiram para ambos. Hoje não sabemos como acomodar o romantismo de século XIX, a solidez confiante do modelo vitoriano "papai e mamãe", os ideais do feminismo e libertarismo dos anos 1960, o individualismo dos anos 1980, a valorização da qualidade de vida dos anos 1990

e o valor da transparência nas relações dos anos 2000. Daí por que muitos casais acabam se vendo numa bela enrascada de metas conflitantes. Atualmente queremos uma boa vida sexual, parceria e companheirismo, projetos em comum, consenso sobre como levar o dia a dia e como educar os filhos, apoio, felicidade, compreensão, parceiros felizes e bem-sucedidos, sucesso profissional e status social. Nossas expectativas ficaram imensas.

Temos de reformular o projeto de casamento. É preciso aprender a pensar, desejar e sentir de outro modo as coisas que dizem respeito à relação a dois. O rio deve encontrar um novo leito.

Precisamos também aprender a lidar com três fenômenos da contemporaneidade que nossos avós não conheciam:

1- **Hoje todo mundo está on-line**, comparando suas alternativas. Você e seu parceiro foram expostos, antes e ao longo do casamento, a experiências de namoro e a modelos midiáticos de beleza, prazer, sexo, supervitalidade e alta performance, por isso tenderão a avaliar o seu parceiro e eventualmente a si mesmos com maior rigor e a compará-los com parceiros anteriores ou com modelos de supercompetência e super-felicidade que todos os dias a mídia e os amigos do facebook lhes esfregam na cara. Enfim, ainda não aprendemos a conviver com tantas opções.

2- **Todos somos produtivos**, acelerados e estamos gozando. Temos estado cada vez mais atrasados, prestes a perder uma chance única. No casamento, multiplicam-se tarefas e zeladorias: criar filhos, planejar férias, construir patrimônios, manter-se em forma, comprar alimentos orgânicos, cultivar vida social, buscar sucesso profissional fazer seguro de vida, de saúde, de roubo, de viagem, checkups e etc. O estresse tem sido parte fruto dessa epidemia. Hoje somos sim muito mais produtivos que no século XIX e início do século XX, mas continuamos trabalhando muito. Somos mais livres, mas temos mais estresse, depressão e ansiedade. Ainda não sabemos lidar com a nova condição que conquistamos.

3- **Os ciclos de homens e mulheres estão em dessincronia**. Enquanto um acha que é a hora de dedica-se à carreira, o outro entende que é o momento de dedicar-se ao relacionamento conjugal, aos filhos e vice-versa. Os conflitos permanecem ativos. Os divórcios têm ocorrido com os filhos ainda bebês e em alguns casos os filhos ainda estão no ventre materno e os pais já não compartilham mais uma vida a dois, a potência e o desejo sexual hoje aos cinqüentões estão totalmente ativos e com grande vigor de produção e gozo.

No entanto fica uma questão para você refletir: **Hoje o que de fato tem se buscado no casamento, ou até na mera "união de corpos", a constituição de um lar ou uma relação a dois?**

Caro leitor, em breve em uma próxima edição voltarei a este assunto com vocês e juntos entenderemos cada vez mais sobre os fatores que envolvem o casamento contemporâneo, servindo este aprendizado para você refletir sobre o seu próprio casamento, verificando o que pode (ou não) ser mudado, aprimorado e ou eliminado nele.

Fiquem com Deus e até a próxima edição.

**Drª Carina Almeida Ramos Medina**  
Neuropsicóloga & Psicóloga Organizacional e Clínica Especialista em Reabilitação Neuropsicológica, Especialista em Terapia Familiar Sistêmica e de Casais; Psicodramatista Personal e Executive Coaching  
C.T.A  
Centro de Terapia Aplicada  
Fone: (18) 3406-2096  
[www.centrodeterapiaaplicada.com.br](http://www.centrodeterapiaaplicada.com.br)

**doisDI**  
CLICK AQUI  
(18)98801-3114  
joice@doisdi.com  
BRANDING - WEB - MULTIMÍDIA - PRODUTO  
(18)98801-2115  
luiz@doisdi.com

**ESGALHA**  
TOTAL SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
Venda e manutenção de Extintor, Hidrante, Alarme contra Incêndio, Iluminação de emergência, Detecção e Sprinkler  
Projeto para Bombeiros Assessoria Técnica Especializada Curso de Formação Brigada de Incêndio Certificado e Apostila  
total.sistemas@terra.com.br  
esgalha.projetos@terra.com.br  
Avenida Prestes Maia, 2870  
(18) 3301-9320 / 3301-9322  
ARAÇATUBA - SP

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

**Fisioterapia MAESTRO CARDIM**  
(11) 97444-0902  
Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesão; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia  
Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio  
[marcelo\\_ks@hotmail.com](mailto:marcelo_ks@hotmail.com)  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraisópolis São Paulo/SP (perto do metrô Paraisópolis)

**ATENÇÃO!**  
Para receber gratuitamente Norminha em seu e-mail de preferência, basta enviar seu nome completo, sua profissão e nome de sua cidade/estado para: [contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

## Técnico alerta para crescimento de acidentes de trabalho no Amazonas

Fonte: <http://www.d24am.com/> - Rosana Villar



Antônio Tavares criticou, também, declaração de Pelé sobre mortes em estádios da Copa: "Morrer no trabalho não pode ser normal".

Semana passada o ex-jogador de futebol Pelé classificou como "normal" a morte de mais um operário na construção da Arena Corinthians, em São Paulo. No Amazonas, outros três operários morreram em acidentes de trabalho na construção da Arena da Amazônia. Para o vice-presidente do Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado do Amazonas (Sintestam), Antônio Tavares da Silva, o comentário traduz o pensamento médio brasileiro, onde a prevenção e a segurança não estão entre as prioridades. De acordo com o especialista, é preciso que haja investimento público e privado para conscientizar empresas e trabalhadores sobre a importância da prevenção de acidentes, que causam prejuízos econômicos e sociais. Para chamar atenção para o assunto, foi lançado o "Abril Verde", trazer luz sobre o tema.

Como você avalia o número de acidentes de trabalho no AM? Acidente nunca é aceitável. Mas o Amazonas teve, em 2011, um avanço preocupante com relação à incapacidade permanente. De 2010 para 2011, houve um crescimento de 40,5% neste tipo de

## Como matar sua entidade de classe

Por Ernesto Artur Berg

Quando, há alguns anos, li este artigo na revista Tecnopan sobre as formas de matar uma entidade de classe, não pude deixar de me lembrar de uma associação da qual participei, que começou com muito gás, mas posteriormente teve sua "causa mortis" decretada exatamente pelos motivos abaixo enumerados.

Cabe a todos nós, e não apenas a alguns poucos, lutar pelo sucesso e pelos ideais de sua entidade de classe, pois sendo legítima, a força dela será também a sua força na defesa dos reais interesses da classe. Vamos ao texto:

**Como matar sua associação ou entidade de classe**

Doze conselhos infalíveis para fazer sua entidade de classe fracassar:

1. Não frequente a entidade mas, quando for lá ache algo para reclamar.
2. Se comparecer a qualquer atividade, encontre falhas no trabalho de quem está lutando pela classe.
3. Nunca aceite uma incumbência. Lembre-se é mais fácil criticar do que realizar.
4. Se a diretoria pedir a sua opinião sobre o assunto, responda que não tem nada a dizer. Depois espalhe como deveriam ser feitas as coisas.
5. Não faça nada além do necessário. Porém, quando a diretoria estiver trabalhando com boa vontade e com interesse para que tudo corra bem, afirme que sua entidade está dominada por um grupinho.

## Santa Catarina terá Cursos para gestores e planejadores de trabalho seguro em altura

Cursos serão realizados em Joinville, Blumenau e Chapecó

Com carga horária de 08 horas, a ser desenvolvidos das 08 às 18 horas, os Cursos para gestores e planejadores de trabalho seguro em altura serão realizados em Joinville (24 de abril); Blumenau (26 de abril) e em Chapecó (29 de abril).

O investimento por participante será de R\$100,00 para associados do SIN-TESEC (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do estado de Santa Catarina) e alunos dos cursos de Técnico em Segurança do Trabalho e de R\$400,00 para demais interessados.

As inscrições e demais informações os interessados terão através do telefone (49) 8876-2719 / 9926-7007 ou através do e-mail:

[lucilesperotto@hotmail.com](mailto:lucilesperotto@hotmail.com)

Os cursos são dirigidos para Técnicos de Segurança do Trabalho, Enge-

6. Não leia o jornal da entidade e muito menos os comunicados. Afirme que ambos não publicam nada de interessante e, melhor ainda, diga que não os recebe regularmente.

7. Se for convidado para qualquer cargo, recuse alegando falta de tempo e depois critique com afirmações do tipo: "essa turma quer é ficar sempre nos cargos..."

8. Quando tiver divergências com um diretor, procure com toda intensidade vingar-se da entidade e boicotar seus trabalhos.

9. Faça ameaça de abrir processo ético e envie cartas ao quadro social com acusações pesadas à diretoria.

10. Sugira, insista e cobre a realização de cursos e palestras. Quando a entidade realizá-los, não se inscreva nem compareça, alegando que as datas eram inadequadas.

11. Se receber um questionário da entidade solicitando sugestões, não preencha, e se a diretoria não adivinhar as suas idéias e pontos de vista, critique e espalhe a todos que é ignorado.

12. Após toda essa colaboração espontânea, quando cessarem as publicações, as reuniões e todas as demais atividades, enfim, quando sua entidade morrer, estufe o peito e afirme com orgulho: "Eu não disse?" ☹

Artigo publicado na revista Tecnopan, n.º 217, da ABIP\* - Associação Brasileira da Indústria da Panificação.

neiros de Segurança do Trabalho, Mestres de Obras, Alunos dos Cursos Técnicos em Segurança do Trabalho e Pós Graduação em SST, Gerentes e RH.

O palestrante será Cosmo Palasio de Moraes Junior, Técnico de Segurança do Trabalho com diversas especializações e membro do Conselho Editorial da Revista Proteção. Autor do Livro "Dia a dia da prevenção", consultor do manual de segurança e saúde no trabalho da Editora Difusão entre várias outras atividades.

No conteúdo programático o participante irá obter visões sobre o trabalhador em altura; porque os acidentes no trabalho altura acontecem; NR 35 - conhecer, interpretar e aplicar; objetivos legais X objetivos técnicos; responsabilidades entre outros assuntos inerentes ao trabalho seguro em altura. ☹

## Projeto ambiental desperta crianças para benefício de garrafas pet

Coleta de garrafas desperta consciência ambiental em crianças. Dinheiro arrecadado será usado em ações de Unidades de Educação.



Crianças e professores da Unidade Municipal de Educação Infantil (Umei) do bairro Diamantino, em Santarém, oeste do Pará, iniciaram nesta segunda-feira (14) um trabalho de conscientização ambiental com a coleta de garrafas pet que poderão ser vendidas a empresas de reciclagem ou mesmo repassadas a projetos que trabalham o reaproveitamento desses produtos em artesanato.

De acordo com a coordenadora da Umei, Ana Amélia, a iniciativa vai gerar renda para a manutenção das atividades da unidade educacional, que atende crianças de 5 e 6 anos de idade. "Vamos vender o material arrecadado a uma empresa que faz a reciclagem e o dinheiro será investido em gastos com equipamentos usados no serviço com as nossas crianças", ressaltou.

A iniciativa despertou o interesse das crianças, que arrecadaram em casa e com vizinhos as primeiras garrafas do posto de coleta permanente instalado na unidade de educação infantil. "A gente mostra que esses produtos são recicláveis e não podem ser jogado nas ruas e elas [crianças] acabam envolvendo as famílias na ação e ficam animadas com o resultado do trabalho, o que mostra que já despertam uma consciência ambiental", enfatizou a educadora Siena Carvalho.

Com a instalação do posto permanente, a coordenação da escola e a empresa parceira no projeto esperam também envolver a comunidade porque o depósito das garrafas pode ser feito em um espaço que estará sempre à disposição dos moradores. "E ao invés de lançarem esses produtos no lixo e poluírem o meio ambiente, todos vão estar também ajudando na manutenção do espaço que cuida e educa as crianças do bairro. A gente está dando uma oportunidade para a população contribuir sem meter a mão no bolso", destacou Eduardo Lima, gerente de operação da empresa parceira. *Fonte: G1* ☹

## Nova lei de prevenção de incêndios do RS

Por Hilário Pires

Em seus mais de 80 anos de atuação, a Sociedade de Engenharia do Rio Grande do Sul (Sergs) vem se notabilizando como importante fórum de debates dos grandes temas relacionados com o desenvolvimento do Estado e o papel desempenhado pelos profissionais da área tecnológica para a solução dos gargalos existentes no setor. Um novo exemplo neste sentido foi dado pela entidade com a promoção de um seminário específico para discutir a situação gerada pela Lei Complementar 14.376, de 26 de dezembro último, que estabelece normas sobre segurança, prevenção e proteção contra incêndios nas edificações e áreas de risco no Estado.

A iniciativa decorreu da constatação de que a nova lei, que contém inegáveis avanços, trouxe, porém, percalços para os profissionais que elaboram projetos, empresas construtoras e outros segmentos de atividade, motivados por divergências de interpretações e também porque não houve um período de transição para o início de sua vigência. Enfim, estabeleceu-se uma verdadeira Torre de Babel, exigindo um efetivo equacionamento para não prejudicar atividades produtivas essenciais.

Afinal, desde o lamentável episódio da Boate Kiss, a Sergs se preocupa também em identificar soluções em termos de materiais e equipamentos inovadores e também no tocante à qualificação de mão de obra para que se possa retardar a propagação do fogo. Espera estar prestando assim a sua contribuição, como instituição técnica, para a segurança da comunidade gaúcha frente ao risco deste tipo de sinistro. ☹

## Dia Mundial do Combate ao Parkinson Tecnologia e ciência se unem para oferecer qualidade de vida a pacientes

Combater os sintomas da doença e buscar melhorias para os tratamentos já existentes foram temas relevantes no último dia 11 de abril, no qual se comemorou o Dia Mundial do Combate ao Parkinson

Devolver um pouco de qualidade de vida ao paciente. É com este intuito que pesquisadores e cientistas trabalham dia-a-dia diante do tratamento do Mal de Parkinson. Tomar o procedimento para avaliar os sintomas mais preciso e seguro é o grande desafio de corporações que oferecem tecnologia e serviços para o tratamento desta doença que atinge 1% da população mundial. De acordo com dados da OMS (Organização Mundial da Saúde), cerca de 200 mil pessoas com mais de 60 anos são vítimas da doença no Brasil. A estimativa é que esse número dobre até 2040.

De acordo com o neurocirurgião Ângelo Maset, diretor presidente da Ventura Biomédica, as pesquisas sobre o Parkinson são constantes, e de tempos e tempos surgem novidades e bons resultados em relação aos tratamentos e controle dos sintomas. "Um avanço considerável se deu quando a ciência, em busca de uma interação com o funcionamento do cérebro, optou por usar a eletricidade. Desenvolveu-se um neurotransmissor, semelhante a um marca-passo cardíaco, que é implantado cirurgicamente sob a pele e fornece estimulação elétrica a regiões afetadas do cérebro", explica o médico.

Para obter sucesso total com esse tratamento, é muito importante que os eletrodos responsáveis pela emissão da corrente elétrica – choque controlado – sejam instalados com total precisão. Foi então que a Ventura Biomédica, empresa líder no SUS no segmento de válvulas e drenagens para neurocirurgia, ca-

pacitou uma equipe para precisar o ponto exato do cérebro onde deve ser aplicado o tratamento por corrente elétrica que alivia os sintomas do Mal de Parkinson.

Saber o local exato do implante do cabo-eletrodo no cérebro do paciente envolve muita tecnologia. Os médicos precisam encontrar o local exato e, mesmo assim, não é tarefa fácil. Algumas cirurgias demoram até oito horas para serem realizadas. "Oferecemos uma equipe especializada para assessorar o médico na fusão de imagem de ressonância com tomografia e técnicas de eletrofisiologia e intraoperatória. Eles registram, através de um aparelho, as atividades espontâneas das células-alvo e seus disparos elétricos. Cada grupo celular possui um padrão elétrico específico. São como as impressões digitais. Assim, é possível localizar com precisão um grupo de células do tamanho de um grão de arroz dentro do cérebro. Isto define o melhor ponto para implantar o eletrodo", explica Dr. Maset.

O Parkinson é uma doença degenerativa do sistema nervoso central, causada pela deterioração progressiva das células nervosas da parte do cérebro que controla o movimento muscular. Sinais como o tremor, principalmente nas mãos, é o que costuma levar a pessoa a buscar ajuda médica, mas nem sempre esse sintoma está associado à doença de Parkinson. A avaliação deve ser realizada por um neurologista.

## Compostos químicos presentes no ambiente podem interferir na fertilidade humana

Artigo publicado na Revista 'Fertility and Sterility' apresenta estudos que revelam importância da investigação da ação do Bisfenol A e dos ftalatos e sua relação com a reprodução humana

Elis Martins  
Ética Comunicação

Mamadeiras, garrações de água, produtos farmacêuticos, aparelhos dentários e até brinquedos de crianças. Você sabia que estes produtos podem ter, em sua composição, compostos químicos que, entre outros males, prejudicam a fertilidade? Artigo publicado recentemente pela Revista 'Fertility and Sterility' (Germaine M. Buck Louis et al, 2014) apresenta pesquisas que revelam a relação entre o Bisfenol A (BPA) e os ftalatos e os resultados reprodutivos entre casais que procuram tratamento de infertilidade, incluindo reprodução assistida.

De acordo com o artigo, alguns estudos mostraram que altas concentrações de BPA em mulheres estavam associadas com menores níveis de estradiol (hormônio sexual), menor produção de oócitos (células germinativas femininas), números reduzidos de oócitos maduros ou fertilizados normalmente. Além disso, houve uma relação inversa entre BPA e pico de estradiol e número de oócitos capturados; ausência de gravidez e falha de implantação do embrião.

Em relação aos ftalatos, a maioria das pesquisas está focada na qualidade do sêmen. Concentrações ambientalmente relevantes de ftalato monoetil (MEP) foram associadas com aumento de danos ao DNA do espermatozoide entre homens atendidos em uma clínica de andrologia.

"Os estudos apresentados compararam casais férteis e inférteis e concluíram que parceiros inférteis excretaram maiores concentrações de ftalato comparado aos parceiros férteis", explica a embriologista Lígia Fernanda Previato Araújo, chefe de laboratório do Centro de Reprodução Humana de Rio Preto, ressaltando que outro estudo mostrou que um tipo de ftalato (mEHP) estava associado a um aumento três vezes maior de perdas gestacionais.

Os Estados Unidos também realizaram pesquisas sobre o assunto. Os componentes químicos (BPA e ftalato) foram relacionados à fertilidade do casal ou à demora para engravidar.

A investigação foi realizada em 501 casais que estavam expostos aos compostos e que pararam de usar contraceptivos para tentar engravidar.

Os resultados mostraram que alguns

ftalatos medidos na urina dos homens estavam associados com maior tempo para engravidar. Além disso, as mulheres não mostraram alterações associadas a este composto. Sendo assim, homens expostos a estes compostos são os responsáveis pela redução da fertilidade do casal.

De acordo com Lígia, o artigo mostra a importância destas pesquisas para a população. "A mudança de simples hábitos, evitando a ingestão destes compostos químicos que fazem parte da nossa rotina, pode fazer a diferença na hora que o casal decide ter filhos. A conclusão deste artigo vem de encontro ao que analisamos diariamente em nossa rotina de laboratório e nos ajuda a orientar nossos pacientes com mais eficácia", afirma a embriologista.

### Saiba mais:

- BPA é usado na fabricação de mamadeiras, copos infantis (chuquinhas), garrações de água mineral, vernizes para revestimento de embalagens metálicas de alimentos, entre outros.

- Ftalatos são encontrados em materiais de construção; acabamentos interiores de habitações; vestuário; cosmética; produtos farmacêuticos; suplementos alimentares; dispositivos médicos; aparelhos dentários; brinquedos de crianças; embalagens alimentares; automóveis; lubrificantes; materiais de limpeza e inseticidas.

**Para receber  
edições de  
Norminha toda  
quinta-feira  
gratuitamente no  
seu e-mail de  
preferência, basta  
enviar seu nome  
completo,  
profissão e nome  
de sua  
cidade/estado  
para:  
contato@norminha.net.br**

## 20 pegadinhas em Língua Portuguesa

4ª parte – Pegadinhas 15, 16, 17, 18 e 19

### Pegadinha 15

**A polícia não pode prendê-lo porque ele é de menor.**

Eis uma seção de dicas de português para vestibulares e concursos cuja sutileza muita gente boa não percebe. O predicativo dessa frase liga-se ao sujeito com auxílio de verbo de ligação sem preposição. O povo é que construiu essa anomalia. Veja outros exemplos de predicativo: Ele é sargento do exército. Ela é maior de 14 anos. Ela é a rainha do colégio. Ele é menor de 6 anos. Meu pai é professor. Então, depois da correção da frase inicial, fica assim:

**A polícia não pode prendê-lo porque ele é menor de idade.**

### Pegadinha 16

**Sou difícil de fazer amizade.**

Neste tópico de dicas de português para concursos, a frase já se inicia por uma incoerência, pois ninguém é difícil ou fácil de coisa alguma. Pelo menos, assim se espera. O que é difícil não é a pessoa, mas sim a ação de fazer amizade. O sujeito dessa frase é oracional — fazer amizade — e o predicativo é difícil. O verbo é de ligação — ser. Então, depois da correção da frase inicial, fica assim:

**É-me difícil fazer amizade. Ou Fazer amizade me é difícil. Ou Fazer amizade é difícil para mim.**

### Pegadinha 17

**Já comuniquei o chefe que a mercadoria chegou.**

Esta pegadinha de português para vestibular e concurso aborda um deslize sutil e corriqueiro, ideal para uma questão de concurso. Não devemos, já-mais, comunicar uma pessoa, seja ela quem for. O que se comunica é o objeto da comunicação, isto é, o assunto, o fato ocorrido. Comunica-se, sim, à pessoa um determinado fato. O verbo comunicar possui dois objetos. Um deles é o objeto indireto, que é a pessoa que recebe a comunicação. A esse objeto o verbo se liga sempre por meio de preposição. O outro complemento verbal é o objeto direto, que representa o fato comunicado. Veja os seguintes exemplos: Daniel comunicou ao Mário a demissão da antiga secretária O presidente comunicou ao povo a decisão que tomara quando decidiu o caso. O marido comunicou à mulher que naquele dia não iria almoçar em casa. Então, depois da correção da frase inicial, fica assim:

**Já comuniquei ao chefe que a mercadoria chegou.**

### Pegadinha 18

**A rapariga está meia aborrecida.**

Mais um exemplo de pegadinha que tirou preciosos pontos para a aprovação de muitos vestibulandos e concursandos. Meia, modificando substantivo, é adjetivo e varia em gênero e número. Exemplos: Meio litro de água. (Metade do litro) Meia xícara de café. (Metade da xícara) Ele fala em meias palavras. (Metade das palavras, como metáfora de "não dizer tudo") Ele se expressa em meios termos. (Idem, explicação acima) Meio, modificando adjetivo, é advérbio e, como tal, não varia. Exemplos: Ela está meio triste. As duas moças permanecem meio confusas. Então, depois de corrigida a frase inicial, fica assim:

**A rapariga está meio aborrecida.**

### Pegadinha 19

**Mais de um artista cantará.**

Este caso exige-nos atenção redobrada. Embora saibamos que a expressão "mais de um artista" representa, no mínimo, duas pessoas, devemos levar o verbo à forma da terceira pessoa singular cantará, fazendo a concordância gramatical com o numeral um da expressão "mais de um". Veja outros exemplos: Mais de um automóvel foi sorteado. Mais de uma mulher assistiu à cena. Do mesmo modo, é feita a concordância de frases do tipo Menos de dois alunos fizeram a prova. Nessa frase, embora compreendamos que a expressão "menos de dois alunos" representa, quantitativamente, um aluno; a concordância também é gramatical, com base no numeral dois da expressão "menos de dois alunos", e não ideológica, isto é, com a ideia ou sentido que a frase puder sugerir. Outros exemplos: Menos de dois livros, foram queimados no incêndio. Menos de duas moças saíram antes de o espetáculo se findar. Mais de um artista cantará.

**EPI.com**  
Equipamento de Segurança  
Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

**TREINAMENTOS**

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

**18 3301-1514**  
epi.com@ig.com.br

**MC**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

**O EPI QUE VOCÊ  
PRECISA TEM AQUI**  
**(18) 3652-9703**  
Avenida Bento da Cruz, 39  
**PENÁPOLIS E REGIÃO**

**MultSeg**  
**(18) 3641-8015**

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

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Caio Cesar Cachoni  
Representante Comercial

Telefones / Contato:  
(018) 3644-6773 (Escritório)  
(018) 99 117-8952 (Home)  
(018) 99 131-2390 (Celular)  
(018) 99 128-6321

E-mail: caioepseg@terra.com.br  
skype: caiocepseg

**AERO**  
**FORTPÉ**  
**REIDRAT**  
CALÇADOS DE SEGURANÇA

**Goobrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

**Aqui você  
encontra o  
website que  
tanto procura**

**www.goobrasil.com.br**

## Dia Mundial da Voz: veja como preservar a saúde vocal



Fonte: Zero Hora

Cerca de 70% da população brasileira ativa é constituída por profissionais que utilizam a voz como ferramenta de trabalho, como os professores, atores e operadores de telemarketing, segundo dados da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF). Desse modo, é importante conscientizar a sociedade sobre os cuidados com este elemento essencial da comunicação e do corpo humano.

De acordo com o otorrinolaringologista Antônio Lobo, presidente da Academia Brasileira de Laringologia e Voz (ABLV), é necessário alertar sobre a prevenção de doenças vocais, um das principais causas de afastamento dos professores de suas funções, por exemplo. Uma das grandes preocupações da entidade também é reduzir os casos de câncer de laringe, já que o Brasil ainda figura na lista dos países com maior incidência da doença.

Até 1999, o câncer de laringe vitimava 15 mil pessoas anualmente no Brasil. Após o lançamento de ações de conscientização e campanhas, o índice caiu para 10 mil pessoas por ano, registrando redução de mais de 30%, de acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA).

- É vital divulgar a extensão do médico otorrinolaringologista como principal especialista habilitado para diagnosticar e tratar de afecções nessas áreas - afirma Lobo.

### A voz e suas implicações

A voz é produzida na laringe pela vibração das cordas vocais. Essa vibração acontece por meio do ar que vem do pulmão, e o som produzido é moldado pela garganta, nariz, e boca. Quando ficamos roucos, é sinal de que existe algo errado. Algumas causas são quadros de gripe e o refluxo do conteúdo do estômago (refluxo gastro-esofágico). Porém, muitos casos de rouquidão estão relacionados ao abuso vocal, seja gritando, falando em alta intensidade em locais com muito ruído ou por muito tempo sem dar descanso para a voz (repouso vocal).

Deve-se estar atento aos sinais das cordas vocais, como dores, esforço ao falar e rouquidão frequente. Nos casos de rouquidão que persistem por mais de duas semanas, é fundamental a avaliação médica, que inclui exames das pregas vocais, como a fibronasolaringoscopia (fibra flexível colocada pelo nariz até a laringe) ou a telelaringoscopia (o médico introduz pela boca do paciente um tubo rígido e apoia a língua com uma gaze). O primeiro passo é descartar o câncer de laringe que, na maioria das vezes, tem na rouquidão sua principal manifestação.

A equipe de especialistas da ABLV e da ABORL-CCF reuniu as 10 principais recomendações para a preservação da saúde da voz:

- Evite gritar ou falar alto em ambientes ruidosos.
- Não é recomendável ingerir líquidos ou alimentos muito gelados, principalmente em dias quentes.
- Fumar é altamente nocivo à saúde do sistema respiratório, principalmente às pregas vocais.
- O consumo excessivo de bebidas alcoólicas também é prejudicial, pois propicia um efeito analgésico na laringe, causando abusos do aparelho vocal.
- É importante beber bastante água e manter uma alimentação leve, sem exagerar no consumo de alimentos gordurosos ou muito condimentados.
- Falar durante exercícios físicos de impacto, como vôlei e tênis, pode prejudicar as cordas vocais.
- Pigarrear e sussurrar são hábitos aparentemente inofensivos que podem trazer grandes prejuízos à voz.
- Chupar balas ou pastilhas para aliviar dores na garganta traz efeito anestésico, levando também a abusos vocais.
- O uso excessivo de ar condicionado pode trazer problemas ao resfriar e reduzir a umidade do ar, provocando o ressecamento das cordas vocais.

## Má postura no trabalho pode causar doenças crônicas

Fonte: Ponto Vida

De acordo com a fisioterapeuta Silvia Canevari Barros, membro da Sociedade Brasileira de RPG e diretora do ITC Vertebral de Jundiá, o estresse piora ainda mais os problemas na coluna. "A musculatura sofre uma tensão muito grande por causa do estresse, o que reduz a circulação sanguínea dos tecidos e comprime articulações, discos e ligamentos", explica.

O esgotamento físico e emocional causado por esses fatores, além de diminuir o rendimento do trabalhador, pode acarretar em problemas como dor de cabeça, lombalgia, cervicalgia, hiper-cifose (curvatura da coluna dorsal) e tendinite. "Na pior das hipóteses, doenças crônicas também podem aparecer, como escoliose e hérnia de disco", alerta a especialista.

As longas horas de trabalho sentado aliadas a vícios posturais podem, ainda, ser responsáveis pelo surgimento de DORT (doença osteomuscular relacionada ao trabalho), LER (lesões por esforços repetitivos), cujos sintomas incluem distúrbios do sono, além de doenças degenerativas na coluna vertebral.

Para se prevenir, é preciso praticar exercícios físicos de correção postural, como alongamento ou Pilates, além de respeitar os próprios limites. Para Silvia, fazer pausas periódicas é essencial para quem trabalha sentado. "É preciso se levantar de hora em hora, por uns cinco minutinhos, isso ativa a circula-

ção e melhora a nutrição celular", aconselha.

Quem trabalha no computador deve adotar posturas adequadas ao se sentar. A fisioterapeuta explica que os pés devem se manter fixos numa prancha de apoio, os joelhos num ângulo de 90° e a lombar deve tocar o encosto da cadeira. "Os braços e punhos também devem ficar retos e os cotovelos apoiados sem elevar os ombros", indica.

Mas cuidar da postura não é incumbência apenas de trabalhadores. Segundo a especialista, cada um deve ficar atento à própria postura durante as tarefas do cotidiano, mas "governo e empresas tem o seu papel e responsabilidade na prevenção das patologias da coluna".

O Ministério do Trabalho e Emprego alterou em 2007 a Norma Regulamentadora 17, que agora exige das empresas um laudo ergonômico que comprove que ela está em conformidade com "parâmetros que permitam a adequação das condições de trabalho, às características físicas e mentais dos funcionários, visando seu conforto, segurança, saúde e melhoria do seu desempenho".

Os móveis do escritório, portanto, devem ser bem escolhidos. A cadeira deve ter rodinhas, regulagem de altura, regulagem do encosto e do apoio dos braços, entre outros, explica Dra. Silvia Canevari Barros fisioterapeuta.

Mais informações:

[www.corpoecoluna.com.br](http://www.corpoecoluna.com.br)

**Livros e e-Books**

**Universitários e técnicos**

**Motivacionais**

**Palestras e Treinamentos dos livros**

**www.admkt-log/editora.html**

Clique sobre este cartaz interessante e acesse a um Manual de Segurança. Baixe-o em Português.

**TRABALHADOR COMPLETO**  
20 PEÇAS DE REPOSIÇÃO

**Não somos máquinas.**

**TROQUE A SUA ACTITUDE**

**CAMPANHA DE PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS**

**ISASTUR**  
www.grupoisastur.com

Você vale muito... E não existem peças de reposição para você. Você é a "ferramenta de trabalho" mais sofisticada e capaz. Mas também é mais sensível e vulnerável. Não a coloque em perigo.

## Rede de franquias On Byte inaugura unidade em Salvador (BA)

Com 70 opções de cursos em diversas áreas do saber, a On Byte Formação Profissional profissionaliza alunos deixando-os aptos para o mercado de trabalho

A On Byte Formação Profissional chega a Salvador, na Bahia, oferecendo mais de 70 opções de cursos em diversas áreas.

A metodologia de ensino da On Byte é o diferencial da marca, pois o aluno escolhe o melhor dia e horário para fazer suas aulas e não perde o conteúdo quando não comparece a unidade. As aulas são individualizadas e integram material audiovisual com apostilas e exercícios práticos que simulam o dia a dia da profissão.

A On Byte foi escolhida pelos empresários Elan Vinicuis Rocha Ribeiro e Evandro Antonio Barreto Ribeiro Filho, que observaram uma excelente oportunidade de negócio após analisar o custo/benefício e o histórico da marca, classificada como a melhor franquia emergente pela revista Pequenas Empresas & Grandes Negócios.

"A região de Liberdade é carente de cursos profissionalizantes e nossa proposta é facilitar o acesso à educação de pessoas de todas as classes sociais, principalmente as da C e D, que desejam conseguir emprego ou melhorar a renda", afirma Evandro Ribeiro Filho.

A unidade oferecerá cursos profissionalizantes com mensalidades competitivas, com valor médio de R\$90. A grade de cursos é completa, para satisfazer as necessidades da população e também atender diversos segmentos



On Byte em Salvador (BA)

de empresas que buscam por profissionais qualificados.

"O segmento de cursos e treinamentos é promissor, com possibilidades de crescimento diante da deficiência de profissionais qualificados. A população está entendendo que um investimento mínimo em profissionalização pode resultar em aumento salarial e até mesmo redução da carga horária", afirma Elan Ribeiro.

Para auxiliar na inserção do aluno no mercado de trabalho, a unidade firmou parcerias com empresas locais de recrutamento para encaminhar os estudantes à vida profissional após os cursos. O objetivo é facilitar o ingresso no mercado de trabalho e auxiliar os que buscam recolocação profissional.

**Serviço:**  
Unidade Salvador (BA)  
Endereço: Rua Direta do Pero Vaz, nº 118 - Liberdade Fone: (71) 3386-1306

## 5 debates que todo professor deve ter com seus alunos sobre a internet

A internet tem estado cada vez mais presente nos ambientes escolares, e isso tende a aumentar ainda mais ao longo do tempo. No entanto, você, professor, tem uma tarefa importante na conscientização dos novos cidadãos sobre um melhor uso da rede. Você sabe como fazer isso? Confira 5 discussões que todo professor deve ter com os alunos sobre a internet:

**1. Bullying:** O bullying é uma realidade não só nas escolas, mas também nos ambientes virtuais. Falar sobre esse tipo de comportamento é essencial, afinal as consequências dele se estendem também para fora da rede.

**2. Apropriação de conteúdos online:** Explicar aos seus alunos que fazer o uso adequado dos conteúdos publicados (isso é, dando os créditos aos seus devidos autores), é fundamental para que problemas com plágio e afins não aconteçam nos trabalhos pedidos.

**3. Uso exagerado:** Muitos estudantes têm usado excessivamente a internet. Pergunte aos seus alunos a



quantidade de horas que eles passam online e crie discussões em sala de aula sobre o tema.

**4. Mudanças tecnológicas:** Os seus alunos tem acompanhado as mudanças tecnológicas? Converse com eles sobre isso e peça opiniões sobre como usar os avanços da área nas suas aulas, tornando-as mais dinâmicas e interessantes para os estudantes.

**5. Crimes online:** A internet está cada vez mais próxima e presente da nossa realidade física, o que trouxe tanto benefícios quanto problemas. Os crimes na rede são um deles. Casos de invasão de privacidade, publicações de conteúdos pessoais indesejados, racismo e ofensas, por exemplo, têm sido cada vez mais comuns. Discuta esses temas com os estudantes e pergunte a opinião deles. Dessa forma, você colaborará com a conscientização dos alunos sobre o bom uso da rede.

Fonte: [Universia](#)

## Seu filho é um 'picky eater'? Pediatra explica comportamento

Não é difícil encontrar uma criança com problemas para se alimentar. Mas existe um tipo que vai além: o picky eater (em português, comedor exigente). Trata-se daquela criança que possui um comportamento seletivo, que manifesta a tríade: recusa alimentar, pouco apetite e desinteresse pelo alimento.

"A dieta do picky eater é restrita a cerca de 10 tipos de comida, sendo carboidratos, alimentos ricos em açúcar e os processados. Geralmente, há uma grande aversão a frutas, legumes e verduras", explica a pediatra Alcinda Aranha Nigri, da Pontifícia Universidade Católica (PUC-SP).

Fotos: Shutterstock



Se a criança disser que está satisfeita, os pais não devem forçá-la a comer mais

### Causas variadas

Geralmente, a criança desenvolve esse comportamento alimentar por motivos diferentes: desde a monotonia alimentar até problemas pontuais, como alergia, distúrbios intestinais e infecções. A fase, no entanto, pode ser transitória, que consiste do tempo necessário à adaptação aos novos alimentos ou até de tratamento clínico, dependendo do problema.

### Conselhos para ajudar seu filho

Para que a criança se acostume com o sabor de novos alimentos é preciso paciência – e isso pode demorar. Ofereça, no mínimo, de oito a dez vezes a mesma comida, mas sem forçar. Deve-se, também, estabelecer um horário para as refeições. "Discipline onde, quando e o que ela deve comer e evite distrações nessa hora, como ligar a televisão", ensina a pediatra.

Com relação à quantidade, quem decide é a criança. "Se ela disser que está satisfeita, os pais não devem forçá-la. Mas se pedir comida logo após a refeição, eles precisam ser firmes e fazê-la esperar até o horário da próxima", orienta Nigri.

Conforme a criança vai se adaptando aos novos sabores, introduza outros alimentos, aos poucos. "O importante é conversar com a criança, mas não ceder às vontades dela, pois se fizer isso, ela nunca irá se habituar com os novos alimentos", sentencia a médica.

### 6 dicas para reverter os hábitos alimentares do picky eater



Estabeleça um horário para as refeições e evite distrações nessa hora, como assistir televisão;

Se a criança disser que está satisfeita, os pais não devem forçá-la a comer mais;

Caso a criança peça comida logo após a refeição, os pais devem ser firmes e fazê-la esperar até o horário da próxima;



Converse com a criança, mas não ceda às vontades dela, pois se fizer isso, ela nunca irá se habituar à ingestão de novos alimentos;



A criança precisa de tempo para se acostumar com o sabor de novos alimentos, por isso, ofereça, no mínimo, de oito a dez vezes;

Conforme a criança se adapta ao novo sabor, introduza, aos poucos, outros alimentos. Fonte [TERRA](#)

**Fisioterapia MAESTRO CARDIM**  
**(11) 97444-0902**  
Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesão; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia  
Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simpício  
marcelo\_ks@hotmail.com  
Rua Maestro Cardim, 1259, Paraíso São Paulo/SP (perto do metrô Paraíso)

**doisDI**  
CLICK AQUI  
(18) 98801-3114  
joice@doisdi.com  
(18) 98801-2115  
luiz@doisdi.com  
BRANDING - WEB - MULTIMÍDIA - PRODUTO

**EPI.com**  
Equipamento de Segurança  
Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

**TREINAMENTOS**

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

**18 3301-1514**  
epi.com@ig.com.br

**PROMED**  
Medicina e Segurança do Trabalho

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  
Clique aqui

**Divulgue sua empresa na Norminha!**  
**São mais de 200 mil profissionais que recebem (via e-mail) nossas edições**  
**Fale conosco**  
contato@norminha.net.br

## Com nova lei seca, juízes absolvem motoristas flagrados no bafômetro

Lei endureceu multa e aumentou prisões, mas ainda libera embriagados. Associação critica entendimento e pede tolerância zero a álcool no volante

Motoristas pegos no teste do bafômetro, mas que não demonstram estar embriagados, estão sendo absolvidos na Justiça graças a uma interpretação mais branda da nova lei seca.

O Código Brasileiro de Trânsito foi endurecido em dezembro de 2012 pela Lei 12.760 para punir motoristas que tentavam escapar da pena se negando a soprar o bafômetro.

O G1 levantou decisões de diferentes tribunais, incluindo de segunda instância, que mostram que o resultado positivo no bafômetro não significa que o flagrado responderá penalmente. Os casos apenas começaram a chegar ao Judiciário.

Antes, os motoristas não faziam o teste, eram multados (pena administrativa), perdiam a carteira e tinham o veículo apreendido, mas não respondiam a processo criminal.

Com a nova lei, já não adianta fugir do teste. A norma incluiu novos tipos de provas contra os motoristas, como testemunhas, vídeos, fotos, entre outros, que já resultaram em condenações.

O valor da multa aumentou de R\$ 957,70 para R\$ 1.915,40 (dobrado se o motorista seja reincidente em um ano), medida que é considerada fator de diminuição de acidentes.

Na nova interpretação dos juízes, no entanto, agora não basta ser flagrado com nível de álcool acima do permitido no sangue, é preciso também ter perdido os reflexos, ou seja, a "capacidade motora" para dirigir.

O entendimento se baseia na alteração da parte principal do artigo 306 do Código de Trânsito Brasileiro, que retirou a expressão "concentração de álcool" (veja ao lado).

Sob esse argumento, foram rejeitadas denúncias do Ministério Público contra motoristas flagrados com quantidade proibida de álcool no sangue, e outros foram absolvidos.

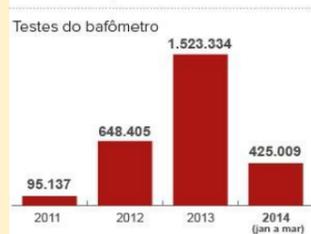
A interpretação divide especialistas sobre o tema. Parte considera que a lei se tornou mais justa, punindo apenas com multa, e não detenção, o motorista que bebeu pouco, mas não causou perigo a outras pessoas.

Já para entidades como a Associação Brasileira de Medicina do Tráfego (Abramet), o entendimento é preocupante, porque qualquer quantidade de álcool é capaz de alterar a capacidade de dirigir.

Segundo o advogado e professor de direito Leonardo Pantaleão, estão surgindo novas interpretações, e a tendência é que a embriaguez ao volante seja considerada crime de perigo concreto. "A discussão é grande. O STF tem esse entendimento, mas não é vinculante (que deve ser obedecido pelas instâncias inferiores). Se não coloca ninguém em risco, não há que se falar em ser uma conduta punível", afirmou.

## Embraguez nas estradas

Dados da PRF mostram aumento de testes do bafômetro após nova lei



## Entenda o que mudou no Código de Trânsito em 2012

Art. 306 - Parte principal foi alterada

**Antes**  
Conduzir veículo automotor, na via pública, estando com concentração de álcool por litro de sangue igual ou superior a 6 decigramas, ou sob a influência de qualquer outra substância psicoativa que determine dependência

**Depois**  
Conduzir veículo automotor com capacidade psicomotora alterada em razão da influência de álcool ou de outra substância psicoativa que determine dependência

## Como comprovar a embriaguez

- 6 dg/L de álcool no sangue ou 0,3 mg/L no ar alveolar (bafômetro)
- Alteração da capacidade psicomotora (pessoa cambaleante, sonolência, olhos vermelhos, álcool no hálito, atitude agressiva, orientação)
- Imagem, vídeo, testemunhas e outras provas lícitas

**Pena continua igual:** detenção, de seis meses a 3 anos, multa e suspensão ou proibição de se obter a permissão ou a habilitação para dirigir veículo

Art. 165 - Pena administrativa: **Infração gravíssima - 7 pontos na carteira**

Multa	
ANTES	DEPOIS
R\$ 957,70	R\$ 1.915,40
Suspensão do direito de dirigir por 1 ano	
Recolhimento da habilitação e retenção do veículo	
Se houver reincidência em até 1 ano, a multa é o dobro	

G1.com.br Infográfico elaborado em 10/4/2014

Publicado por Fernanda F. Fonte [G1](#)  
Quer ler mais sobre o assunto? [Clique AQUI.](#)

## Namoro entre colegas de trabalho é alvo de polêmicas após decisão judicial

Apesar de ser cada vez mais comum, o relacionamento entre colegas de trabalho ainda divide opiniões e causa polêmica. Decisão judicial contra Renner faz voltar discussão sobre o tema

Publicada por Nelci Gomes



Você tem um sorriso lindo, apertadinho". Esse elogio, aparentemente despretensioso, foi a deixa necessária para a universitária Gabriela Costa se encantar pelo relações públicas Caio Ribeiro. Eles se conheceram há 10 anos, quando, na época, trabalhavam juntos prestando serviço para o INSS. "Essa frase tem história, com direito a dois personagens mirins lindos", brinca ela, referindo-se aos filhos do casal.

Casos como o deles, de relacionamento amoroso no ambiente de trabalho, é mais comum do que se imagina. Afinal, as pessoas passam mais tempo na empresa do que em qualquer outro ambiente, inclusive o familiar. Apesar disso, o assunto ainda é tema de polêmicas discussões.

Recentemente, o Tribunal Superior do Trabalho (TST) determinou que a Renner indenizasse em R\$ 39 mil um empregado demitido por justa causa por namorar uma colega. Após a dispen

sa, o funcionário, que trabalhou 25 anos na varejista, ingressou com na Justiça pedindo para reverter o tipo de demissão, além do pagamento por dano moral e o das verbas rescisórias.

A empresa alegou que houve falta grave por parte do funcionário, que descumpriu uma orientação interna que impedia o relacionamento amoroso entre superiores hierárquicos e subordinados, mesmo fora das dependências da loja em que trabalham.

A Justiça, por sua vez, entendeu que a demissão por justa causa é uma medida extrema, já que eles mantinham o relacionamento fora da empresa. Para a juíza, relacionamentos entre colegas de trabalho são "vicissitudes da vida" e a proibição de namoro entre empregados fora do ambiente em que trabalham ofende o direito da personalidade humana, à intimidade e à vida privada. A Renner recorreu ao Tribunal Regional de Santa Catarina, que manteve a condenação, e em seguida ao TST, que também manteve a decisão.

Pesquisa indica que 54% das pessoas acreditam que relacionamento amoroso no ambiente de trabalho não afeta a produtividade, 22% disseram que nunca tiveram esta experiência pois não encontraram a pessoa ideal.

## PARA NÃO PISAR NA BOLA

**1 Informação** Esteja ciente das regras adotadas pela empresa para esse tipo de situação. Muitas proíbem o envolvimento íntimo entre colegas enquanto outras não se importam com isso.

**2 Bom-senso** Arriscar emprego e credibilidade por um relacionamento superficial não é a melhor decisão. Seja honesto consigo mesmo e avalie se está realmente interessado a ponto de correr os desafios dessa situação.

**3 Postura** A paixão não exige que saia por aí demonstrando o seu amor para todo mundo. Você não precisa ignorar seu companheiro (a) quando estiver na empresa, mas pense em sua reputação. A situação também exige a reflexão de até que ponto você aguentaria ver e interagir com a pessoa todos os dias após o fim do relacionamento.