



CONTATO



NOTÍCIAS



TWITTER



FACEBOOK



MTE



ARQUIVOS



NORMAS REGULAMENTADORAS



ACESSE NORMINHA



FAÇA SUA INSCRIÇÃO ON-LINE



WC Maioli Mte 51/09860-8

Entra em vigor nova regra que exige plano de engenheiro para reforma em edifícios

Moradores vão precisar de autorização dos síndicos para realizar obras nos apartamentos

Daniel Teixeira/23.07.2010/Estadão Conteúdo



Reforma que coloca prédio em risco terá que passar pelo crivo de engenheiro antes de começar. Síndicos terão papel fundamental

Começou a valer desde o último dia 18 de abril de 2014 uma norma da ABNT (Associação Brasileira de Normas Técnicas) que estabelece regras para realização de reformas em apartamentos ou salas comerciais de prédios e condomínios.

Pela norma, qualquer intervenção que afete a segurança da edificação ou da área do entorno vai precisar de um plano de execução assinado por um profissional habilitado, que pode ser um engenheiro ou um arquiteto.

Se o morador de um condomínio decidir fazer uma reforma no banheiro, por exemplo, ele vai precisar contratar um engenheiro para planejar a obra, já que as mudanças podem interferir no sistema hidráulico do prédio.

De acordo com engenheiro civil Flávio Figueiredo, conselheiro do IBAPE-SP (Instituto Brasileiro de Avaliações e Perícia de Engenharia de São Paulo), os casos terão de ser analisados individu-

almente, porque uma troca de piso, por exemplo, pode ser caracterizada manutenção e, dessa forma, não precisaria de um plano.

No entanto, se a obra afetar áreas comuns, onde há fluxo de pessoas, o planejamento será necessário. Para o engenheiro, vai ser preciso usar o bom senso.

“A questão do bom senso vai ter que prevalecer. Se for levar a norma ao pé da letra, vai ter que fazer plano até para trocar uma tomada de lugar, aí seria de enlouquecer todo mundo. Vai ter que ser muito bem avaliado caso a caso”.

As normas são uma reivindicação que existe desde 2012, depois do desabamento do Edifício Liberdade, no centro da cidade do Rio de Janeiro. Obras irregulares no prédio teriam prejudicado a estrutura da construção, que resultou no desabamento. Com o impacto do desmoronamento, outros dois prédios vizinhos também caíram.

O papel do síndico

Depois do plano de reforma ser assinado um profissional, o projeto deve ser apresentado ao síndico responsável pela administração do condomínio. Caberá a ele conceder a autorização para o início das obras.

Em casos de prédios novos, o plano de reforma deverá ser enviado para a construtora responsável. O aval da obra deve ser concedido somente depois da análise do projeto, para ter garantias de que a estrutura do prédio não será prejudicada.

O síndico profissional Stefan Ôze Jácob avalia que a norma é positiva. Ele é sócio da Rachkorsky Síndico Profissional, empresa que administra cerca de 50 condomínios e 10 mil apartamentos em São Paulo, e conta que já flagrou algumas obras absurdas sendo feitas por moradores, sem a autorização de nenhum profissional.

“Alguns anos atrás, fui num condomínio daqueles de varanda gourmet para fazer uma vistoria. Quando entrei na obra, encontrei um ofurô para nove pessoas na varanda. Imagine aquilo lá cheio? Pesa uma tonelada. A laje foi projetada para, no máximo, 200 kg por metro quadrado. Ainda bem que a gente viu antes, porque o dono iria trazer risco para todo o prédio”.

Ele reconhece que o morador poderá burlar as normas e realizar reformas sem comunicar o síndico. Mas afirma que, nos prédios que administra, todos os trabalhadores que chegam precisam se identificar e dizer que tipo de serviço vão realizar. Jacob acredita que essa é uma boa forma de fiscalização.

Como a norma não tem peso de lei, as regras não são obrigatórias e não há punição prevista para quem descumprilas. ❏

Em Birigui (SP) Lei obriga vistoria de bombeiros em todas as escolas

As escolas municipais e particulares de Birigui terão que passar por vistoria dos bombeiros anualmente a partir de 2015

Fonte: Rafael Lopes/Folha da Região



A lei com a obrigatoriedade foi sancionada na semana passada pelo prefeito Pedro Bernabé (PDT). A medida valerá a partir de 2015.

As escolas municipais e particulares de Birigui (SP) terão que passar por vistoria dos bombeiros, antes do início de cada ano letivo, para obtenção ou renovação do AVCB (Auto de Vistoria do Corpo de Bombeiros). A inexistência do documento que comprova que o estabelecimento está de acordo com as normas de segurança implicará na interdição do prédio. A lei com a obrigatoriedade foi sancionada na semana passada pelo prefeito Pedro Bernabé (PDT). A medida valerá a partir de 2015.

A legislação apenas reitera aquilo que já é uma obrigação do poder público e dos particulares. O alvará dos bombeiros é uma exigência estadual, contida nos decretos 55.660/2010 e 56.819/2011, que servem como garantia de que edificações e áreas de risco possuam sistemas de segurança contra incêndio. A rede municipal é composta por 32

unidades, sendo que nenhuma possui o documento, conforme a Folha da Região mostrou em matéria publicada em 14 de março. São 11 mil alunos matriculados na rede municipal. O número de escolas particulares existentes no município não foi informado pela Prefeitura.

De autoria do vereador Odair Rodrigues Fernandes (PR), o projeto foi aprovado na primeira sessão ordinária da Câmara deste mês. A lei prevê ainda que o alvará dos bombeiros deverá ficar exposto em local visível e acessível a toda a comunidade escolar. A fiscalização é de responsabilidade da Prefeitura. O parlamentar justificou que a matéria foi proposta para garantir a segurança nos espaços públicos e privados, de maneira a prevenir acidentes que coloquem em risco a integridade física de alunos, professores e funcionários. ❏

Governo pretende alterar a lei sobre acidentes de trabalho

Empresas efetivamente capazes de prevenir acidentes de trabalho devem ser beneficiadas por nova legislação em estudo pela Previdência Social. Anúncio deve ser feito no próximo dia 28

© Governo se prepara para alterar a legislação sobre acidentes de trabalho. Com este objetivo, realizou amplo debate sobre o assunto, envolvendo, inclusive, autoridades federais. “Estamos avaliando propostas que busquem maior individualização da responsabilidade dos empregadores, na intenção de desonerar as empresas nas quais houve poucos, ou, melhor ainda, nenhum acidente.”, esclareceu Marco Antônio Perez, diretor do Departamento de Políticas de Saúde e Segurança Ocupacional do MPS, na palestra sobre proposições de reformulação do Seguro-Acidente de Trabalho (SAT).

Perez acrescentou que “empresas negligentes não podem ser iguais às que são capazes de promover políticas preventivas eficazes”.

Segundo o modelo de Seguro Acidente de Trabalho, as empresas de todas as subclasses econômicas são classificadas nos graus de risco leve, médio ou grave, cujas alíquotas correspondem, respectivamente, a 1%, 2% ou 3%. Sobre tais percentuais, incide o FAP (Fator Acidentário de Prevenção), que é um multiplicador que varia de 0,5 a 2 – ou seja, pode diminuir a alíquota em até 50%, ou aumentá-la em 100%.

(Foto: Matheus Tagé/DL)



Estudo do INSS pretende dar amparo maior ao trabalhador que sofrer acidente ou doença do trabalho.

Duas propostas brasileiras para centros de reabilitação profissional foram apresentadas na mesma tarde de atividades que encerram a reunião de cooperação técnica entre o Seguro Estatal

Alemão de Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais (DGUV) e a Previdência Social brasileira.

Habilitação e reabilitação em Porto Alegre e no Rio de Janeiro – no âmbito da Proposta para a Implementação do Centro de Habilitação/Reabilitação Intersetorial de Porto Alegre, surgida em 2003, já foram realizados, entre diversas outras iniciativas, seminários e audiências públicas, instalada comissão e elaborado projeto de lei complementar. No âmbito estadual, a iniciativa contempla diversas pastas, incluindo Saúde, Justiça e Direitos Humanos, além de parcerias com universidades, fundações hospitalares, associações e conselhos de classe. ❏

Fonte: Diário do Litoral

ABNT publica norma para cremes protetores de segurança

ABNT publicou, em 10 de março, a norma ABNT NBR 16276:2014 – Cremes protetores de segurança contra agentes químicos - Requisitos e métodos de ensaio, elaborada pelo Comitê Brasileiro de Equipamentos de Proteção Individual (ABNT/CB-32).

Esta norma estabelece os requisitos, métodos de ensaio para cremes protetores de segurança contra agentes químicos.

O Comitê Brasileiro de Equipamentos de Proteção Individual (ABNT/CB-32) é o responsável pela publicação. O documento passou a ter validade a partir de 10 de abril de 2014. Para mais detalhes sobre a publicação contate o ABNT/CB-32 (cb32@abnt.org.br). ❏

Universidade católica do Paraná abrirá novo curso de pós-graduação em Medicina do Trabalho com seminário

Nos dias 25 e 26 de abril de 2014 a Pontifícia Universidade Católica do Paraná abrirá uma nova turma do Curso de Pós-Graduação em Medicina do Trabalho que será desenvolvida no Campus Curitiba (PR) - Prado Velho.

A primeira aula do curso será em forma de Seminário de Introdução à Medicina do Trabalho e desta vez contará com a presença do Desembargador Sebastião Geraldo de Oliveira que é Juiz do Trabalho há 26 anos, e há 10 atuando como desembargador do Tribunal Regional do Trabalho - 3ª Região (MG).

Sebastião Geraldo de Oliveira acumula larga experiência no campo do Direito do Trabalho, mais ainda quando o assunto é o direito à saúde do trabalhador.

Quando o Tribunal Superior do Trabalho criou o Trabalho Seguro (Programa Nacional de Prevenção de Acidentes), ele foi designado pelo TST como

um dos gestores nacionais do Programa.

Dr. Sebastião fará a Conferência de abertura neste dia 25 de abril às 20h abordando o tema: “Os rumos do direito à saúde do trabalhador no Brasil: da Monetização e Reparação às Medidas Judiciais de Prevenção” e no dia 26 de abril, ocorrerá no período da manhã a continuação do Seminário com a participação do Presidente da Associação Médica do Paraná, Dr. Joao Carlos Baracho que proferirá uma Conferência sobre “Implicações do Envelhecimento Populacional para a Saúde do Trabalhador”, seguida de uma conferência do Prof. Emilton Lima Junior que abordará o tema Risco Cardiovascular e Trabalho.

Diante do tema ser de interesse a diversas áreas da área de saúde, o coordenador do curso de Medicina do Trabalho Prof. Zuher Handar, gostaria mui-

to de poder contar com a presença de profissionais ligados aos assunto, alegando que seu conteúdo contribuirá para atualização de nosso conhecimento.

O seminário será aberto e será emitido uma declaração de participação pela Escola de Medicina.

A Conferência do Desembargador Sebastião Geraldo de Oliveira será no Auditório Tristão de Athayde (bloco amarelo).



Curso de Pós Graduação em Medicina do Trabalho - PUC/PR terá início com Seminário aberto. ❏

SINTESPAR convoca técnicos para ato público em Curitiba (PR)



© Ato Público em Memória às Vítimas de Acidentes e Doenças Relacionadas ao Trabalho será realizado neste próximo sábado, 26 de abril de 2014, a partir das 10 horas na Praça Santos Andrade em frente ao prédio histórico da Universidade Federal do Paraná, em Curitiba. ❏

A Superintendência Regional do Trabalho e Emprego no Estado de São Paulo convida para o evento alusivo ao

Dia Mundial em Memória das Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho

Com a presença do excelentíssimo senhor ministro do Trabalho e Emprego, Manoel Dias, autoridades, especialistas, representantes dos trabalhadores e dos empregadores e público presente debaterão ações de segurança e saúde no ambiente de trabalho com o objetivo de somar esforços para a melhoria contínua do tema.

PROGRAMAÇÃO

8h30 às 9h30	Credenciamento e café da manhã
9h30 às 10h30	Abertura oficial
10h30 às 12h	1º Painel – Os reflexos dos acidentes de trabalho na sociedade
	Intervalo para almoço
12h às 13h30	2º Painel – O estágio atual do controle de acidentes de trabalho pelo mundo
13h30 às 15h	Coffee break
15h às 15h15	3º Painel – O futuro do controle dos acidentes de trabalho no Brasil
15h15 às 16h45	
16h45 às 17h	Fim dos trabalhos

INSCREVA-SE

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

Visite nosso Portal
Clique AQUI

Zanel

Entrega garantida!
Esse é apenas um dos diferenciais da nossa empresa. Fale com a gente!

Correio nossa linha completa de produtos
Acesse: www.zanel.com.br

Rua Heróides Leal, 463 - Jardim Nova Roma - CEP 17260-000 - Baurista - SP
contato@zanel.com.br | Tel: 11 3666-2006 - Fax: 11 3666-2903

A partir dessa edição, a ZANEL é mais uma parceira de Norminha na Página 06. Visitem a ZANEL e faça bons negócios para sua SST www.zanel.com.br

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

O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS
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

RECEBA GRATUITAMENTE Edições de Norminha em seu e-mail de preferência. Envie nome completo, profissão, cidade/estado Para: contato@norminha.net.br



Oficina da Norma

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

Patrícia Milla Gouvêa
Engenheira Bioquímica e SGT - patricia.milla@oficina.com.br

DIFERENÇA ENTRE NÃO CONFORMIDADE MAIOR E MENOR

Você sabe me dizer qual a diferença entre uma não conformidade maior e menor no sistema de gestão da qualidade? Vamos analisar a classificação usada para distinguir essa graduação. Muitas pessoas perguntam como diferenciá-las e qual o impacto num sistema de gestão da qualidade (SGQ) de cada uma delas. Primeiramente, nem a ISO 9001 - Qualidade - nem a ISO 19011 - Auditorias - falam sobre não conformidades maiores ou menores, a ISO 19011 chega a comentar no requisito 6.5.5 "Convém que sejam registradas as não conformidades e as evidências de auditoria que as suportam. Não conformidades podem ser graduadas." Mas a norma não define como essa graduação deve ser feita. Há um consenso no mercado e nas práticas de auditoria externas de acordo com a descrição abaixo:

Não conformidades maiores referem-se a falhas sistêmicas no sistema de gestão da qualidade. Em geral, essas falhas são determinadas quando um requisito inteiro da norma não é atendido. Exemplo: não existência de um processo de verificação, análise e registros de equipamentos de monitoramento e medição, ou se todos os equipamentos de monitoramento e medição não possuem identificação de seu estado de verificação, manutenção, calibração e registros mantidos. Outros exemplos: quando não são armazenados nenhum registro de competência de colaboradores, não existe processo sistemático para contratação de acordo com competências pré-estabelecidas, não existe comprometimento da direção comprovado, não atendimento aos requisitos legais e outros requisitos ou ainda há não conformidades recorrentes e evidencia-se que nada está sendo feito para tratá-las.

Note que nos casos acima requisitos inteiros não estão sendo atendidos, de falhas sistêmicas. Não conformidades maiores também poderão ser emitidas quando falhas existirem nos produtos que estão para ser entregues aos clientes, ou quando uma não conformidade coloca em risco a vida de pessoas ou tem alto potencial de causar impacto ambiental.

Não conformidades menores são falhas pontuais, quando, por exemplo, o único equipamento de monitoramento e medição não está com a identificação do seu estado de calibração ou quando registros de competência de um determinado colaborador não estão arquivados ou ainda comprova-se que algum item de um procedimento operacional padrão está sendo executado de forma diferente e não revisado. Não conformidades menores também precisam ser trabalhadas formalmente através de ação corretiva.

Em geral, quando existirem não conformidades maiores a necessidade de auditoria de follow-up (acompanhamento) será necessária para acompanhar a implementação das ações corretivas e preventivas.

Aconselha-se não fazer essa diferenciação de não conformidades em auditorias internas, pelo fato de que muitas pessoas ainda se confundem ao registrar uma ou a outra. Essa graduação pode ser inserida quando o sistema de gestão da qualidade já está maduro o suficiente para classificar as não conformidades. E aí, dependerá do gestor do sistema e do representante da direção (RD) definirem qual será a hora certa de fazer tais modificações.

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

Senac Votuporanga (SP) realiza workshop gratuito sobre Segurança do Trabalho

O evento conta com a palestra Invista em Segurança do Trabalho e Evite Ações Regressivas e apresentação de cases de sucesso

Para lembrar o Dia Mundial em Memória às Vítimas de Acidentes de Trabalho, o Senac Votuporanga, realiza, em 28 de abril, workshop com palestra e apresentação de cases de sucesso, a partir das 19 horas.

De acordo com o Ministério do Trabalho e Emprego, os objetivos da Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho são a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida do trabalhador, além da prevenção de acidentes e de danos à saúde por meio da eliminação ou redução dos riscos no ambiente de trabalho.

O objetivo do evento é informar os empregadores de suas responsabilidades frente ao trabalhador e a importância de implantar e manter uma política de saúde e segurança e gestão integrada com as demais áreas.

"Durante o evento, vamos ressaltar sobre custo-benefício do investimento em Segurança do Trabalho e os principais pontos observados e críticos de uma auditoria e as consequências pelo não cumprimento da legislação pertinente", explica Eliane Baltazar Godoy, gerente do Senac Votuporanga.

A abertura do workshop conta com a palestra Invista em Segurança do Trabalho e Evite Ações Regressivas, com o auditor fiscal do trabalho Wellington Yudji Kaiamoti. Após a palestra, profissionais apresentarão 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.

A apresentação das boas práticas conta com a participação de Jairo Fernandes Domene, presidente da empresa Aço Nobre, e Leila Marcia Fabrete Medeiros Cardí, administradora da Santa Casa de Votuporanga.

O docente Juliano Ferro, advogado e contador, também fará uma explanação sobre o eSocial, um projeto do governo federal que visa unificar o envio de informações pelo empregador em relação aos seus empregados, uma ação conjunta do INSS, Ministério do Trabalho e Emprego, Ministério da Previdência, Caixa Econômica Federal e Secretaria da Receita Federal. Ao final do evento, os participantes poderão interagir com perguntas.

O workshop é gratuito e aberto ao público. Para se inscrever, é só acessar o site www.sp.senac.br/votuporanga ou presencialmente na unidade, que fica na Rua Guaporé, nº 3.221 - Nova Boa Vista. Mais informações pelo telefone (17) 3426-6710.



Senac de Votuporanga (SP) terá workshop gratuito sobre Segurança do Trabalho em Memória às Vítimas de Acidentes e Doenças Relacionadas ao Trabalho

Serviço: Workshop Invista em Segurança do Trabalho e Evite Ações Regressivas
Dia: 28/4
Horário: a partir das 19 horas
Local: Senac Votuporanga
Endereço: Rua Guaporé, nº 3.221 - Nova Boa Vista
Informações: (17) 3426-6710
Inscrições: www.sp.senac.br/votuporanga



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 INDIVIDUAL

Caio Cesar Cachoni
Representante Comercial

Telefones / Contato:
(018) 3644-5473 (Escritório)
(018) 99117-8892 (Home)
(018) 98131-2390 (Celular)
(018) 99128-8321 (Fax)

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

unibrazil
AERO
FORTPÉ
REIDRAT

CALÇADOS DE SEGURANÇA



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

JOGO SHOW DA SEGURANÇA DO TRABALHO

Com certeza o jogo poderá ajudar muito no conhecimento das Normas Regulamentadoras e em outros campos da segurança do trabalho.

O jogo é baseado no Show do Milhão do SBT, até a voz do Silvio aparece nele.

O jogo é indicado para quem está iniciando na área de segurança do trabalho e para aqueles sentem que precisam aprender um pouco mais.

São 140 questões que fazem parte da área de SST. Para jogar basta:

- 1 - baixar o jogo;
- 2 - abrir o jogo no seu computador;
- 3 - ler a pergunta.

Clique [aqui](#) para acessar instruções sobre o jogo e baixar em seu PC. 

País vai debater mortes no trabalho

Conferência Nacional quer solução para reduzir o número elevado de acidentes e mortes no trabalho. Em 42 anos, País registra mais de 155 mil mortes

Fonte: [Diário do Litoral](#)

Brasil vai debater formas eficazes de combater os acidentes, mortes e doenças profissionais que ocorrem no País. Dados do Anuário Estatístico do INSS, aponta que, desde sua criação, em 42 anos, foram registrados 38.181.856 milhões de acidentes e doenças de trabalho em todo o país. Destes, 558.261 mil, foram afastados por incapacidade permanente e, 155.761 trabalhadores perderam suas vidas nos locais de trabalho.

Assustados com estes números, autoridades e especialistas vão promover de 10 a 13 de novembro deste ano será a 4ª Conferência Nacional de Saúde do Trabalhador, em Brasília. De 05 a 07 de junho, Porto Alegre sedia a 3ª Conferência Estadual de Saúde do Trabalhador. Até junho, serão realizadas Conferências Macrorregionais em sete regiões do Estado.

Diante da necessidade de qualificar os trabalhadores para disputar espaços e projetos, que realmente defendam a Saúde do Trabalhador nos locais de tra-



Especialistas afirmam que há necessidade de qualificar os trabalhadores para o mercado de trabalho

balho, a CUT promove a 1ª Conferência Nacional de Saúde do Trabalhador da Central, que acontecerá, a partir da próxima quarta-feira, com encerramento na sexta, em São Paulo.

Especialistas explicam que os acidentes e doenças de trabalho, graves e fatais fazem parte de uma realidade que tem de ser combatida cotidianamente no ambiente laboral, por isso é fundamental que os trabalhadores se apropriem dessa pauta. E com representantes capacitados, as conferências se tornam, de fato, uma possibilidade de mudar essas estatísticas.

Tanto a etapa nacional, como a estadual, incentiva a realização de pré-conferências para qualificar o debate e levar em conta a realidade de diferentes regiões. No Rio Grande do Sul serão realizadas sete Conferências Macrorregionais, organizadas pela Comissão de Organização de cada região.

Para conhecer a situação de cada local, os trabalhadores de vários ramos de produção deverão apresentar as condições da saúde do trabalhador e debaterem do que deve ser feito para evitar o adoecimento dos trabalhadores.

ETAPAS

"Cada etapa também deve elaborar propostas para município, macrorregião, Estado e União, propor diretrizes para a definição da Política Estadual e discutir a implementação da Política Nacional de Saúde do Trabalhador", conta o diretor da CUT-RS e integrante do Conselho Estadual da Saúde (CES-RS), Cláudio Augustin.

SINTEST/MG realiza curso de formação sindical

Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de Minas Gerais (SINTEST-MG) promoveu, nos dias 28, 29 e 30 de março de 2014, um curso de Formação Político Sindical, no Sítio da Federação dos trabalhadores Cristãos, FTC/MG, em Santa Luzia.

35 (trinta e cinco) participantes entre dirigentes e lideranças no Estado de Minas Gerais, tiveram acesso aos momentos de teoria e prática, que foram ministrados por diversos atores (as) do mundo da Segurança e Saúde, sindical e do Trabalho.



No primeiro dia de curso, houve uma Conferência de Abertura, onde foi discutido os assuntos que envolvem o Movimento sindical brasileiro e a Segurança do Trabalho, com o palestrante JOSÉ AUGUSTO DA SILVA FILHO, Secretário Geral da Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho - FENATEST.



José Augusto Filho durante sua apresentação

Segundo o presidente do SINTEST/MG, CLAUDIO FERREIRA SANTOS, que coordenou as atividades, os debates foram produtivos e os diretores participantes puderam construir, após os dois dias de cursos, opiniões sobre a participação na política de dirigentes sindicais e puderam desenvolver uma consciência política-sindical sobre a Segurança e a Saúde do trabalhador e no trabalho. "Eles observaram e refletiram sobre a necessidade de promover mudanças na própria região de atuação como forma de avançar na luta por melhores condições de trabalho", afirmou.



Cláudio Kcau, Presidente do SINTEST-MG

No segundo e terceiro dia de curso, o Planejamento Estratégico, com o palestrante THIAGO ARAÚJO, foi o mais concorrido e definiu etapas elementares do planejamento. O investimento feito na formação é um esforço do Sindicato para que o conhecimento adquirido no curso seja transmitido aos companheiros que não têm a mesma oportunidade



Diretores (as) do SINTEST/MG participantes do Curso de Formação Sindical
Local: Sítio FTC/MG em Santa Luzia - MG dias 28 a 30/03/2014



Nas fotos (acima e abaixo), momento em que Thiago Araújo apresentava Planejamento Estratégico 2014



Palestrante - Marta de Freitas



CURSO DE FORMAÇÃO POLÍTICO-SINDICAL DO SINTEST/MG

Cada pessoa possui uma história única, e cada um possui conhecimentos que não podem e não devem ser desprezados, mas sim somados a novos conhecimentos, transformando sua prática (Paulo Freire).

Foi pensando no coletivo de saberes na nova diretoria do SINTEST/MG, que esse curso de formação foi organizado. Uma base comum de conhecimento, mostrando as origens do movimento sindical brasileiro, qual a sua inserção no movimento sindical mundial, permitindo que cada um aprofunde seu conhecimento sobre o movimento, reflitam criticamente sobre o atual contexto social, e a importância do sindicato como instrumento para ação política na garantia dos direitos da categoria. É esse conhecimento e essa consciência, que irão alicerçar e potencializar as ações estratégicas e sindicais dos diretores do SINTEST/MG, desafios para a nova direção. 

Fonte: Assessoria de Comunicação do SINTEST/MG

Receba **Norminha** gratuitamente em seu e-mail de preferência.

Envie seu nome completo, profissão e nome de sua cidade/estado

Para: contato@norminha.net.br



Palestrante - Maria Pimentel



Sabor de São Paulo

Etapa de Barretos (SP)

Por Daniela Ortolan



Chefe Rodrigo de Oliveira

No comando do restaurante Mocotó desde 2004, o paulistano Rodrigo Oliveira é o queridinho da gastronomia nacional. Com o nordeste em suas veias, suas receitas permeiam carne-seca, tapioca, queijo-de-coalho, torresminho e muita criatividade.

Ganhador do Prêmio Melhor Cozinha Brasileira concedido pela revista gastronômica Prazeres da Mesa em 2012 e listado entre os artistas mais influentes pela revista Época em 2013, o chef estará presente na 6ª etapa do Festival Gastronômico Sabor de São Paulo que acontece em Barretos, no próximo dia 30, no Senac.

Rodrigo Oliveira contemplará nossos sentidos com uma aula especial, onde ensinará cozido de guandú, barri-

ga de porco e paçoquinha de milho, a partir das 15h. A Aula é gratuita, mas tem público limitado. Em seguida, todos poderão degustar os pratos selecionados e votar em seus favoritos. Não dá para perder!

Festival Gastronômico Sabor de São Paulo – sexta etapa Barretos

Inscrições: até 23/4

Informações e inscrições:

www.sabordesapaulo.com.br

Data do evento: 30/4 – a partir das 15 horas

Unidade Senac Barretos

Endereço: Avenida 21, nº. 087, Centro

Telefone: (17) 3312-3050

Informações:

www.sp.senac.br/barretos

5 dúvidas sobre férias



Após doze meses de trabalho, muitas pessoas aproveitam o final de ano para usufruírem de suas tão merecidas férias. Pensando nisso, coletamos cinco dúvidas mais frequentes sobre o assunto FÉRIAS e apresentamos suas respectivas respostas:

1) A partir de quando um empregado pode usufruir de suas férias?

R: Após 12 meses de trabalho o empregado completa o chamado “período aquisitivo”. A partir dessa data, o empregador tem mais 12 meses para determinar uma data e permitir que o empregado usufrua de suas férias, o que é denominado de “período concessivo”.

Se um empregador deixa passar o período concessivo e não concede as férias ao empregado, deverá pagar em dobro a remuneração de férias devida.

2) Quem escolhe a data da concessão das férias?

R: A empresa possui a autonomia de escolher o mês para o empregado usufruir de suas férias, contudo é necessário avisá-lo com 30 dias de antecedência, de modo que o empregado possa programar a melhor forma para aproveitá-las.

3) Até quando deve ser realizado o pagamento das férias de um empregado?

R: O pagamento das férias + 1/3 de férias deverão ser efetuados até 2 dias antes do início destas.

4) Quantos dias das minhas férias posso vender?

R: O empregado pode vender até 1/3 de suas férias. Por exemplo, se um empregado tem direito a 30 dias de férias, esse pode vender somente 10 dias, devendo usufruir os 20 dias restantes. Ca-

be esclarecer que essa venda é uma faculdade do empregado, não podendo esse ser obrigado pelo seu patrão a vendê-la. Essa venda deve ser requerida pelo empregado até 15 dias antes do término de seu período aquisitivo.

5) As faltas injustificadas praticadas pelo empregado interferem no direito a férias?

R: Quando o empregado faltar injustificadamente (sem apresentar atestado médico), seus dias de férias serão concedidos na seguinte proporção:

30 dias, quando não houver faltado ao serviço mais de 5 vezes;

24 dias, quando houver tido de 6 a 14 faltas;

18 dias, quando houver tido de 15 a 23 faltas;

12 dias, quando houver tido de 24 a 32 faltas.



Para maiores esclarecimentos, procure um advogado especialista em direito do trabalho e informe-se sobre seus direitos.



CLEALCO disponibiliza vagas para unidades de Queiroz (SP), Clementina (SP) e Penápolis (SP):

AUXILIAR DE CONTROLE AUTOMOTIVO – QUEIROZ
 AUXILIAR DE MANUTENÇÃO AUTOMOTIVA – QUEIROZ
 BORRACHEIRO – CLEMENTINA E PENÁPOLIS
 COZINHEIRA – QUEIROZ
 DESENHISTA AGRÍCOLA – CLEMENTINA
 ELETRICISTA AUTOMOTIVO I – CLEMENTINA
 ENGATE – PENÁPOLIS
 FERTIRRIGAÇÃO – QUEIROZ E CLEMENTINA
 FISCAL DE CAMPO – LUIZIÂNIA/PROMISSÃO/ALTO ALEGRE E CLEMENTINA
 LAVADOR LUBRIFICADOR – QUEIROZ
 LIDER DE CAMPO – PENÁPOLIS
 MECÂNICO DE COLHEDORA DE CANA –

CLEMENTINA/SANTÓPOLIS/LUIZIÂNIA /PENÁPOLIS/QUEIROZ
 JARDINEIRO – CLEMENTINA
 MECÂNICO DE VEÍCULOS E MÁQUINAS – QUEIROZ
 MECÂNICO DE MÁQUINAS PESADAS – QUEIROZ/PENÁPOLIS
 MOTORISTA BORRACHEIRO – QUEIROZ/CLEMENTINA/PENÁPOLIS
 MOTORISTA CAMINHÃO CANAVIEIRO – QUEIROZ E LUIZIANIA
 OPERADOR DE CENTRÍFUGA DE AÇÚCAR – PENÁPOLIS
 OPERADOR DE COLHEDORA – GETULINA/PENÁPOLIS
 OPERADOR DE PLANTADEIRA – TUPÃ
 OPERADOR DE MÁQUINAS AGRÍCOLAS – TRATORISTA – TUPÃ/HERCULÂNDIA E QUEIROZ
 OPERADOR EVAPORADOR – PENÁPOLIS
 OPERADOR DE MÁQUINAS PESADAS – LUIZIÂNIA
 OPERADOR DE MOENDA – QUEIROZ
 PEDREIRO – PENÁPOLIS
 QUEIMA – LUIZIÂNIA/PENÁPOLIS
 SERVIÇOS GERAIS – LUIZIÂNIA/IACRI/BRAUNA/PIACATU/SANTÓPOLIS E CLEMENTINA
 ZELADOR URBANO – PENÁPOLIS

Grupo CLEALCO produzindo energia limpa e renovável
www.clealco.com.br

43 milhões de brasileiros navegam pela internet utilizando dispositivos móveis, aponta estudo

Professores do Senac contextualizam resultado da pesquisa F/Radar com o mercado de trabalho da área

Atualmente, 43 milhões de brasileiros com 12 anos ou mais navegam pela internet utilizando dispositivos móveis, segundo a 13ª edição da pesquisa F/Radar, estudo sobre internet realizado pela F/Nazca Saatchi & Saatchi em parceria com o Datafolha, que ouviu 2.236 pessoas em todas as regiões do Brasil.

Entre outras informações, o estudo revela ainda que 1 em cada 4 brasileiros pretende adquirir um smartphone ainda no primeiro semestre de 2014 e que, hoje, 1 em cada 5 brasileiros costuma comentar, divulgar ou compartilhar experiências pela internet no exato momento em que elas acontecem.

Para o professor Fábio Gamarra Lubachski, responsável pela coordenação do curso Tecnologia em Jogos Digitais do Centro Universitário Senac – Santo Amaro, isso é uma tendência mundial. “O Brasil ainda está um pouco atrasado, mas a propensão é aumentar a venda de smartphones aqui. No segundo trimestre de 2013, a venda do produto chegou a 8,3 milhões de unidades, um crescimento de 110% em relação ao mesmo período do ano anterior.

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

MC

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

O EPI QUE VOCÊ PRECISA TEM AQUI
 (18) 3652-9703

Avenida Bento da Cruz, 39
 PENÁPOLIS E REGIÃO

doisDI

(18) 98801-3114
juice@doisdi.com

(18) 98801-2115
luiz@doisdi.com

BRANDING – WEB – MULTIMÍDIA – PRODUTO

Fumar maconha apenas 1 vez por semana pode deformar cérebro

O estudo teve o desafio de desmistificar o conceito de que o uso ocasional da droga não está associado a consequências ruins

Fumar maconha ocasionalmente pode danificar estruturas centrais do cérebro, de acordo com um novo estudo divulgado pelo site Daily Mail. Segundo a pesquisa, usar a droga apenas uma ou duas vezes por semana pode afetar o tamanho e o formato de duas regiões cerebrais importantes, ligadas à emoção e à motivação.



Usar a droga apenas uma ou duas vezes por semana pode afetar o tamanho e o formato de duas regiões cerebrais importantes

Estudos anteriores, realizados com pessoas que fazem uso excessivo da maconha, mostraram que a droga pode de fato “reestruturar” o cérebro. No entanto, este é o primeiro experimento que mostra o efeito com usuários ocasionais. Especialistas da Harvard Medical School e da Northwestern University, de Chicago, analisaram a ressonância magnética de 20 usuários de maconha, com idades entre 18 e 25 anos. Eles compararam as imagens às de cérebros de pessoas que nunca fizeram uso da droga.

As maiores diferenças foram notadas em duas áreas: o núcleo accumbens e a amígdala, que são associados à motivação, às emoções e ao vício. No cérebro dos usuários, o núcleo accumbens apareceu muito maior, enquanto a amígdala se mostrou deformada. Segundo o professor Hans Breiter, o estudo teve o desafio de desmistificar o conceito de que o uso ocasional da droga não está associado a consequências ruins. “As pessoas acham que o uso recreativo não causa nenhum problema, mas nossos dados mostram que não é o caso”, reforça.

A co-autora do estudo, Anne Blood, de Harvard, diz que estas áreas cerebrais são de grande importância. “Elas formam uma base para que você avalie os aspectos positivos e negativos das coisas e tome decisão sobre elas”, pontua. Os resultados abrem novos caminhos para pesquisas que buscam examinar as ligações entre o uso de maconha e as doenças mentais.

Ambiente Sustentável

Sofia Jucon
 Jornalista especializada em Meio Ambiente Industrial e Sustentabilidade; Jornalista responsável pela Revista Meio Ambiente Industrial

A importância da gestão de resíduos nos empreendimentos brasileiros



22 de abril, Dia Mundial da Terra

Em se tratando de sustentabilidade todos nós temos que fazer a nossa parte e esta semana temos um motivo a mais para reforçar esse compromisso: dia 22 de abril é celebrado como o Dia Mundial da Terra. Para reforçar que existem ferramentas a nossa disposição para tratar com respeito o nosso Planeta – que ainda é o melhor que temos para viver neste universo –, a especialista Tereza Cristina Silveira de Andrade, sócia-fundadora da Andrade Paulista – Soluções Sustentáveis, destaca a atuação de alguns empreendimentos que estão fazendo a gestão adequada dos resíduos sólidos e colaborando, desta forma, com a sustentabilidade do nosso planeta. Ela nos auxilia com a reflexão de que em tempos de sustentabilidade e num cenário de grandes transformações econômicas, tecnológicas e sociais, a aplicação da Lei 12.305/2010, que trata da Política Nacional de Resíduos Sólidos, é oportuna e pertinente, pois conchama a sociedade a refletir sobre o tripé da sustentabilidade, em que o ambiental, o social e o econômico devem estar juntos num processo equilibrado.

Para ela, o grande diferencial dessa lei e seu maior desafio é que ela se aplica aos mais diversos setores da economia e convoca todos os atores sociais a adotarem novas práticas para a gestão de resíduos. Dentro dessa amplitude de aplicação, o comércio em geral, mais especificamente o varejo, já vem sentindo os impactos da necessidade de gerenciar corretamente os resíduos gerados, o que vai além de uma simples coleta do lixo produzido. “Atualmente, condomínios comerciais, residenciais, shoppings, associações comerciais, supermercados, ou seja, todos estão convidados a estabelecer metas e descobrir formas de fazer melhor”, explica.



Gestão Sustentável

Utilizando o shopping como exemplo de um grande gerador de resíduos dos mais diferentes tipos, fica clara a obrigatoriedade da elaboração de um plano de gerenciamento de resíduos e, em muitos casos, a experiência bem sucedida pode até gerar receita e cumprir determinação legal.

“Já existem alguns exemplos bem interessantes de shoppings colocando em prática esses movimentos. Entre elas, podemos citar a do Shopping Metrôpole, com foco na separação e na destinação correta dos resíduos produzidos, que garantem a redução do lixo enviado aos aterros sanitários. Segundo os executivos do local, o objetivo é realizar diversas ações com a meta de minimizar os impactos no meio ambiente”, comenta Tereza Cristina.

Ela conta que para realizar a coleta correta, o empreendimento promove campanhas de conscientização com os lojistas, funcionários e consumidores, e trabalha com empresas certificadas, de acordo com a legislação vigente. “Houve melhorias na destinação dos resíduos, a adequação de espaço, como docas, e instalação de compactadores de papel e plástico”, destaca. O resultado desses investimentos superou a expectativa do centro de compras. A meta de reciclagem para 2003 foi de 29% e,

até o mês de agosto, esse número foi superado, já que mais de 50% dos detritos foram reciclados.

Tereza Cristina mostra outros empreendimentos que estão fazendo a sua parte com bons resultados: um shopping da região sul de São Paulo trabalha há mais de quatro anos a ideia da sustentabilidade na gestão de seus resíduos com grande sucesso e o Boulevard Londrina Shopping já iniciou suas atividades em maio do ano passado, considerando toda a estrutura para instalação de um Programa de Gestão de Resíduos Sólidos desde a concepção do projeto.

“Seguindo esta tendência, são vários os shoppings que têm aderido a um projeto específico, composto, geralmente, por equipe multidisciplinar, desenvolvido em várias etapas e com a reciclagem na fonte, de acordo com as regras pertinentes previstas na Resolução Conama 275/2001. Todo o projeto está baseado em treinamento e envolvimento de equipes e a criação de cartilha ambiental customizada é um diferencial na sua implementação”, especifica.



Reciclagem Seletiva

Para a especialista, o sucesso do programa está em considerar a educação ambiental e a participação ativa dos lojistas como ponto chave e inicial do programa. Ela comenta que a reciclagem e a correta destinação dos resíduos é consequência e não causa primária. “Após intenso trabalho e interação com os geradores do shopping, a disposição final é simples, direta e ambientalmente correta. A implantação do programa tem gerado resultados positivos tanto no aspecto ambiental, como econômico e social, pois os treinamentos têm sido feitos com os agentes de asseio e conservação do shopping, bem como com todos os participantes do empreendimento”, exemplifica.



Empreendimento Sustentável

Conforme Tereza, os treinamentos periódicos aplicados a todos os funcionários servem não só para o desenvolvimento correto do trabalho, mas também para a vida pessoal de cada um, pois ensinamos a todos que evitar aterro, buscar soluções que minimizem o descarte indevido e pensar e repensar os costumes diários de consumo são atitudes de uma vida mais saudável, integrada com a natureza e com a opção de um futuro melhor.

Neste sentido e contexto, evitar o desperdício, adotar hábitos mais justos sob o ponto de vista ambiental, avaliar os produtos disponíveis no mercado, considerando um consumo consciente, passa a ser uma escolha do modo de viver neste planeta, e ele com certeza agradece.



Motivação com saúde e bom humor

FÁBIO LAIS

facebook.com/fabio.lais.turnover

Palestrante - Professor
Cronista - Hunting
Consultor

O LADO BOM DE NÃO SABER



Reconhecer o desconhecimento sobre certas coisas é sinal de inteligência e um passo decisivo para a mudança.

Uma das coisas mais inteligentes que podemos saber é "saber que não sabemos". Só é possível caminhar em direção a excelência sabendo que não sabemos algumas coisas.

Porque há pessoas que ao invés de ter humildade para reconhecer que não sabem tudo, fingem que sabem. Quando você finge que sabe impede um planejamento adequado, uma ação coletiva eficaz. Reconhecer que não sabe é sinal de absoluta inteligência.

Pessoas humildes são capazes de ter dúvidas – isso é motor de mudança.

Pessoas que não tem dúvidas não são capazes de inovar, vivem do mesmo!

Só seres que arriscam erram! Ser capaz de errar é uma das coisas mais inteligentes para mudar. Não tema o er-

ro. Tema a negligência, descuido e a desatenção – esses sim devem ser punidos, já o erro deve ser corrigido.

Nenhum de nós é capaz de fazer tudo certo o tempo todo, você conhece alguém quando sabe que ele erra e mesmo errando não desiste. Não aprendemos com os erros, aprendemos com a correção deles.

Num mundo competitivo, para caminhar para a excelência é preciso fazer o melhor ao invés de contentar-se com o possível. Isso exige de nós humildade para colocar em dúvida as práticas que já tínhamos, se essas práticas fossem suficientes com certeza estaríamos melhores.

Existem pessoas que não possuem essa percepção, elas não conseguem aproveitar as oportunidades porque não tem humildade.

Pessoas arrogantes são aquelas que não aceitam a mudança porque acham que já sabem tudo. A arrogância é algo bastante perigoso, ela tem a capacidade de alterar nossa capacidade de aprender com o outro e de entrar em sintonia com as pessoas. Mário Sérgio Cortella – Qual é a tua obra?

Abraços, saúde e sucesso!

FÁBIO R. LAIS

fabio_lais@hotmail.com
www.facebook.com/fabio.lais.turnover
www.facebook.com/TurnoverConsultoria

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

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

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

Aqui você encontra o website que tanto procura

www.goobrasil.com.br

MORAES MOREIRA comemora 40 anos do disco 'Acabou Chorare' em show na noite desta sexta

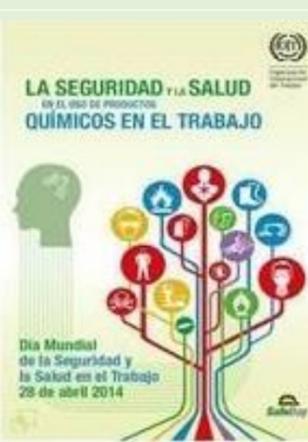
Veterano da MPB convida o filho, Davi Moraes, e pode ser visto às 21h a partir de R\$ 4



Um dos shows mais aguardados da Unidade de São José do Rio Preto (SP) começa às 21h com MORAES MOREIRA, no palco do Ginásio do Sesc. Na esteira da contracultura dos anos 60 e 70, Moraes ajudou a produzir um dos melhores álbuns da música brasileira de todos os tempos. Em 'Acabou Chorare', ele e sua turma mostraram versatilidade e consistência artística e, quarenta anos depois, ainda é lembrado por esse feito. Neste espetáculo, o público é saudado com os sucessos do lendário LP, além de conhecer as novidades da carreira do artista. Os ingressos para o show estão à venda na Central de Atendimento do Sesc por valores que variam de R\$4 a R\$20.

Já no sábado com Roberta Estrela D'Alva, MC, atriz e dramaturga, além de mestre de cerimônias do ZAP! (Zona Autônoma da Palavra, primeiro campeonato de poesia brasileiro), o Sesc Rio Preto apresenta o workshop O CANTO DAS PALAVRAS: POESIA FALADA E SEUS CAMINHOS (SPOKEN WORD, SLAM, RAP), às 14h, na Sala de Expressão 2, gratuitamente. ☺

Confira a programação do Dia 28 de abril pelo Brasil



Ministro Manoel Dias estará presente na Fundacentro em SP e na Superintendência Regional do Trabalho

Por: ACS

Belém/PA

Nos dias 24 e 25, em Belém, a Fundacentro realiza palestras a partir das 14h com 100 vagas gratuitas. Participam da coordenação do evento as servidoras Doracy Moraes de Souza e Laura Soares Martins Nogueira e o servidor Helio Vitor de Andrade Filho.

Brasília/DF

A Fundacentro/DF promove no dia 28 de abril, às 9h, Mesa Redonda com a participação de representantes dos trabalhadores, empregadores e governo para debater a "Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho e sua Aplicação no Distrito Federal". O evento será realizado no auditório da instituição em Brasília (SDS, quadra 4, Bloco A-J nº 44, ed. Boulevard Center, 5º, sala 510) e é aberto ao público. Não é necessário se inscrever previamente.

O debate contará com a participação de representantes do Ministério do Trabalho e Emprego, Ministério Público do Trabalho, Ministério da Previdência Social, Ministério da Saúde, Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias da Construção e do Mobiliário de Brasília – STICMB e Sindicato das Indústrias da Construção Civil do Distrito Federal – Sinduscon/DF.

Campinas/SP

A Fundacentro/Campinas realizará uma palestra em parceria com o Colégio Técnico da Universidade Estadual de Campinas no dia 28 de abril às 19h. O chefe da regional, Álvaro Cesar Ruas, abordará o tema "Análise de acidentes trabalho e a gestão dos programas de Segurança e Saúde no Trabalho". O evento é aberto ao público e será realizado no campus da Unicamp em local a ser definido. Não é preciso se inscrever previamente. Mais informações pelo telefone (19) 3232-5879.

Campo Grande/MS

No dia 28 de abril, das 8h às 17h, a Fundacentro do Mato Grosso do Sul e parceiros promovem Seminário de Promoção da Segurança e Saúde no Trabalho de Mato Grosso do Sul relativo ao "Dia Mundial em Memória das Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho".

De acordo com o chefe da Fundacentro/MS, Marcello Naglis, a realização deste evento foi determinada na reunião do Getrin, o qual ocorreu em março de 2014. "Nessa reunião tratamos de assuntos como a importância do setor sucroalcooleiro, a segurança do trabalhador da construção civil, discussão sobre a norma regulamentadora nº 10 e a segurança nos frigoríficos. Esses temas também serão discutidos no dia 28", relata Naglis. O diretor executivo da Fundacentro, Renato Ludwig de Souza fará a abertura do evento. A pesquisadora da Fundacentro/SP, Thaís Helena de Carvalho Barreira irá palestrar sobre "NR 36 – Segurança e saúde no trabalho em empresas de abate e processamento de carnes e derivados", o tecnólogo da Fundacentro/MG, Paulo César de Souza falará sobre "A NR 35 e a segurança do trabalhador no trabalho em altura".

Curitiba/PR

Os eventos contarão com palestras de especialistas em segurança e saúde no trabalho de diversas entidades.

Porto Alegre/RS

Com o slogan Ideias e Diálogo são as Melhores Ferramentas para Cons-

truir Soluções, a Fundacentro do Rio Grande do Sul apoia e participará do 3º Seminário de Valorização do Trabalho e Vida, o evento é promovido pelo Sindicato dos Trabalhadores das Indústrias da Construção Civil de Porto Alegre (STICC), será realizado no dia 28 de abril, das 9h às 12h e das 14h às 17h.

O evento ocorrerá no auditório da Associação Médica do Rio Grande do Sul (AMRIGS), situado na avenida Ipiranga, 5311, Azenha, Porto Alegre - RS.

Serão debatidos assuntos como segurança no trabalho, precarização, informalidade e, especialmente, a valorização do trabalhador da construção civil.

A educadora da Fundacentro/RS, Maria Muccillo participará do evento do seminário como debatedora do Painel sobre Valorização do Técnico de Segurança, o qual será apresentado pelo presidente da Sinditext, Nilson Laucksens.

Recife/PE

Durante quatro dias (23, 24, 25 e 28), a Fundacentro em Recife fará palestras com o tema: A terceirização e os impactos na saúde dos trabalhadores.

São Paulo/SP

Seminário em São Paulo mostra o cenário da segurança química no Brasil e em outros países.

Vitória/ES

A partir das 13h, em Vitória, no dia 25, os temas abordados serão: Cenário mundial sobre saúde e segurança química no trabalho; acidentes; Acidentes no transporte de produtos perigosos; Ações preventivas no setor de mineração no ES. A regional também realizará mesa de debate.

Conheça as programações:

- [Belém](#)
- [Brasília](#)
- [Campo Grande \(MS\)](#)
- [Curitiba](#)
- [Porto Alegre](#)
- [São Paulo](#)
- [Vitória \(ES\)](#)

Várias outras entidades também estarão realizando eventos alusivos. ☺

Ações conjuntas disseminam Segurança e Saúde no Trabalho

Atividades da Fundacentro/DF abrangem adesão ao Getrin 10 e educação em SST



Presidenta da Fundacentro Maria Amélia de Souza Reis

A Fundacentro/DF realizou importantes ações no último mês. Uma delas foi a adesão ao Grupo Interinstitucional do Programa TRT10 de Trabalho Seguro - Getrin 10. A presidenta Maria Amélia de Souza Reis assinou o Termo de Adesão ao Protocolo de Cooperação Técnica em 20 de março. Outras atividades da regional, que tiveram destaque, são de cunho educativo. No dia 19, do mesmo mês, houve uma reunião com o secretário de Estado de Educação do Distrito Federal, Marcelo Aguiar. Já no dia 28, a instituição recebeu alunos da Universidade Paulista – Unip.

O objetivo do Protocolo de Cooperação Técnica é unir esforços de diferentes instituições para a implementação de ações regionais voltadas para a prevenção de acidentes de trabalho no Distrito Federal e Tocantins. Um dos resultados é o Getrin 10, que busca propor, planejar e acompanhar as iniciativas compactuadas. O grupo passou a ter 19 integrantes, entre órgãos públicos e entidades privadas.

No protocolo, estão previstas desde implementações de políticas públicas até a realização de estudos e pesquisas sobre as causas e consequências dos acidentes de trabalho para gerar ações preventivas.

A educação em Segurança e Saúde no Trabalho é outro ponto primordial para sensibilizar a sociedade e as instituições públicas e privadas sobre a necessidade de se combater os riscos no trabalho e se cumprir efetivamente as normas de SST.

Também se coloca a importância de que alternativas sejam propostas para agilizar e aperfeiçoar a tramitação de ações indenizatórias por acidente de trabalho na Justiça.

"Há uma série de instituições que fazem parte, e a adesão da Fundacentro traz a possibilidade de se inserir nos projetos em que o Poder Jurídico atua, ficando mais próxima das questões que atingem os trabalhadores", avalia a presidenta da instituição, Maria Amélia de Souza Reis.

Segundo o site do TRT 10, a presidenta do Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região, desembargadora Elaine Vasconcelos afirmou: "Essa não é somente uma solenidade de assinatura, mas a celebração de mais uma cooperação com o Getrin 10. A Fundacentro tem um trabalho profícuo na prevenção de acidente de trabalho".

Ações educativas

O projeto de Segurança e Saúde do Trabalho na Educação Básica é realizado pela Fundacentro/DF desde 2011 e foi apresentado para o secretário de Estado de Educação do Distrito Federal, Marcelo Aguiar, visando ampliar o número de estudantes atendidos. Participaram da reunião a presidenta da Fundacentro, Maria Amélia de Souza Reis; o chefe da Fundacentro/DF, Leocides Milton Arruda; o chefe de Serviços Técnicos Dionísio Leone Lamera e o tecnólogo Luiz Augusto Damasceno Brasil.

No ano de 2013, o projeto reuniu 536 alunos. Para tanto, a Fundacentro/DF realizou sete atividades extraclasses, das quais seis ocorreram no auditório da instituição. A última delas foi realizada no Sesi Taguatinga.

Os estudantes tiveram aulas sobre Segurança e Saúde no Trabalho, conheceram medidas e Equipamentos de Proteção Coletiva e Individual (EPC/EPI), além de instrumentos e equipamentos de avaliação ambiental. Ainda assistiram aos vídeos e desenhos animados sobre as temáticas abordadas.

A ação conta com a participação da Diretoria de Ensino Fundamental da Secretaria de Estado de Educação do Governo do Distrito Federal e do Centro Distrital de Referência em Saúde do Trabalhador – Cerest/DF.

Em 2014, a meta é ampliar o número de atividades extraclasses e constituir

um Grupo de Trabalho (GT) para elaborar uma cartilha interativa e ilustrada com orientações sobre prevenção de acidentes no lar, nas escolas, no trânsito e nos locais de trabalho.

Também visando à educação em SST, a Fundacentro/DF recebeu 12 discentes de pós-graduação Lato Sensu em Engenharia de Segurança do Trabalho da Unip Campi Brasília em 28 de março deste ano.

Na ocasião, o tecnólogo Luiz Brasil realizou uma palestra sobre "os instrumentos utilizados para avaliação dos ambientes de trabalho", com foco na metodologia do trabalho científico. A atividade teve a participação do chefe do setor técnico Dionísio Lamera. Os estudantes puderam conhecer o acervo de instrumentos de medição da instituição.



Atividades Extra Classe



Assinatura de Termo de Adesão ao Getrin 10



Atividades Extra Classe

Leve FÁBIO LAIS para a sua SIPAT

Quando alguém pede perdão, é porque torce para que ainda haja uma oportunidade. Quando alguém perdoa, confirma que a oportunidade ainda está lá.

FÁBIO LAIS
(Livro: Cuidando da própria vida, 2013)

Mais de 400 palestras já realizadas!
MOTIVAÇÃO - HUMOR - LIDERANÇA - QUALIDADE DE VIDA
Mexa com sua equipe!
fabio_lais@hotmail.com (18) 9 9717-5013

Como elaborar e gerenciar o programa de prevenção de riscos ambientais

Curso será realizado no Auditório da Fundacentro de Vitória (ES) nos dias 13 a 15 de Maio de 2014

© curso será desenvolvido sob coordenação e docência de **Antônio Carlos Garcia Júnior** - Fundacentro - ES, Tecnólogo e Mestre em Saúde Coletiva (Fundacentro - ES) e **Eurico Salles Prata**, Tecnólogo e Engenheiro Químico e de Segurança no Trabalho (Fundacentro - ES).

O curso "como elaborar e gerenciar o programa de prevenção de riscos ambientais" (PPRA) é voltado para Profissionais da área de segurança e saúde no trabalho (SESMT), empresários, sindicalistas e estudantes.

Tem como objetivo Discutir o conteúdo da NR-9 e das ferramentas gerenciais disponíveis para elaborar, acompanhar a implantação e avaliar o desempenho dos Programas de Prevenção de Riscos Ambientais.

Conteúdo Programático:

O que é projeto e programa; Conceitos de saúde, trabalho e higiene no trabalho; A relação saúde-trabalho-doença; A NR-9 e seu conteúdo; Como elaborar um PPRA; Metodologia e avaliação qualitativa no reconhecimento do risco e priorização de ações; Como ajustar o PPRA com a capacidade de investimento da empresa; Acompanhamento do cronograma físico e Avaliação

Anual.

O curso será aplicado nos dias 13 a 15 de Maio de 2014 das 13h30 às 17h 30 no AUDITÓRIO DA FUNDACENTRO/ES, em Vitória que fica na Rua Cândido Ramos, nº 30, Edifício Chamonix - Jardim da Penha.

Com Vagas limitadas e Inscrição gratuita, o interessado deve procurar informações pelo telefone (27)3315-0040 R 220—Raquel.

Maiores informações entre em contato CEES - Centro Estadual do Espírito Santo. Rua: Cândido Ramos, 30 - Jardim da Penha, Vitória, ES. CEP. 29.060-090. Telefone: (27) 3315-0040 - Ramal 220 (Raquel) Fax: (27) 3315-0045 E-mail: cees@fundacentro.gov.br

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO

FUNDACENTRO
FUNDAÇÃO JORGE DUPRAT FIGUEIREDO DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

Fazenda Terra Boa é a campeã das campeãs do Fazenda Sustentável

A Fazenda de Guararapes (SP) se destacou como a campeã das campeãs promovido pela Revista Globo Rural

(Foto: Editora Globo)



Vencedores do Prêmio Fazenda Sustentável com o diretor de redação da Globo Rural, Bruno Blecher, e o presidente da Editora Globo, Frederic Kachar.

POR VIVIANE TAGUCHI, DE SÃO PAULO (SP)

A revista Globo Rural apresentou no último dia 08 de abril de 2014, em São Paulo, as quatro fazendas vencedoras (quatro diferentes categorias) e a grande campeã do Prêmio Fazenda Sustentável. A Fazenda Terra Boa, de Guararapes (SP) se destacou como a campeã das campeãs.

Desde 1948, a Terra Boa desenvolve a atividade pecuária (melhoramento genético e pecuária de corte) com base nos pilares da sustentabilidade. Em 1958 ganhou o troféu "fazenda conservacionista do Estado de São Paulo", outorgado pela Secretaria Estadual de Agricultura, devido à aplicação de boas práticas agropecuárias conhecidas na época.

Em 2004, foi a primeira fazenda brasileira a obter a certificação ISO 14001 e três anos depois, a Global Gap de Práticas Agropecuárias. No final de 2012, passou por mais algumas adequações para encaixar-se também às exigências de Boas Práticas Agropecuárias da Embrapa, que visa o bem estar animal, além da conservação dos recursos naturais. "Quero agradecer e manifestar meu orgulho de estar com parceiros importantes. Lembro do meu pai, que começou tudo, e dos funcionários da fazenda. Estou orgulhoso de receber esse prêmio", disse José Luiz Niemeyer dos Santos, proprietário da fazenda.

Na categoria cultivos perenes, a ven-

A grande campeã da noite também levou a melhor na categoria bovinocultura de corte.

Foto Editora Globo



José Luiz Niemeyer: "estou orgulhoso de receber este prêmio"

cedora foi a Fazenda Pântano, localizada no Cerrado Mineiro. Wagner Ferrero, proprietário da fazenda, produz em 550 hectares, cafés especiais para o mercado externo. Possui cinco certificações socioambientais internacionais e está investindo em um mega projeto de reaproveitamento de águas das chuvas na fazenda. Ferrero produz um café ecologicamente correto, como ele mesmo define, porque utiliza o mínimo de defensivos químicos. "Quero agradecer pela oportunidade e à minha família pelo apoio. É possível produzir qualidade que é o mais importante, com responsabilidade", afirmou Ferrero.

O destaque da categoria cultivos anuais, vem de Guarapuava, interior do Paraná. A família Lacerda Vieira, proprietária da Fazenda 3 Capões, cultiva 5,4 mil hectares de grãos (soja, milho, trigo

e aveia). A gestão administrativa é o forte desta propriedade, que comprovadamente também aplica no campo a gestão ambiental. Todos os 5,4 mil hectares da fazenda são cultivados sob o sistema de plantio direto, rotação de culturas e manejo integrado de pragas. "É muito bom receber um reconhecimento como este. A gente procura fazer o nosso melhor. Nossa equipe que traz essa sustentabilidade para o agronegócio brasileiro. Agradecemos à essa fantástica ideia. Só assim vamos ter produtores e fazendas cumprindo seu papel de produzir com qualidade, respeito e produtividade", ressaltou Marcelo Vieira, diretor executivo da 3 Capões.

A última categoria premiada foi a silvicultura e quem levou o prêmio foi a Frigg Florestal, uma propriedade que está ajudando a mudar o cenário do estado de Mato Grosso do Sul. As florestas da Frigg, certificadas pelo Ceflor, crescem sobre áreas de pastagens degradadas. "Muito obrigado pela oportunidade. O prêmio é um exemplo de que é possível quando se trabalha bastante", disse Richardo Haight, diretor de operações do grupo.

O diretor geral da Editora Globo, Frederic Kachar, destacou que, ao longo dos seus 28 anos de história, a revista Globo Rural acompanha a evolução do agronegócio dentro e fora da porteira e há muito tempo percebeu que agronegócio e sustentabilidade andam juntos. "Acredito que esse prêmio deve crescer, ter mais fazendas inscritas e se tornar um selo de qualidade no agronegócio."

Prêmio Fazenda Sustentável

O Prêmio Fazenda Sustentável é uma iniciativa da revista Globo Rural e conta com o apoio da Basf, John Deere Rabobank e parceria da Fundação Espaço ECO. A metodologia utilizada para avaliar as 186 fazendas inscritas foi elaborada pelas equipes técnicas de sustentabilidade do Rabobank e Fundação Espaço ECO. A reportagem completa sobre as vencedoras podem ser conferidas na edição de abril da Globo Rural.

Prefeito e vereadores de Guararapes apresentam moção de aplauso

Foto de <http://www.h1news.com.br/>



O prefeito Dedé parabenizou o empresário rural e se disse orgulhoso com o prêmio. "A Fazenda Terra Boa uma das maiores vitrines de Guararapes porque faz uma diferença gigante para o nosso município. É um orgulho para Guararapes ter uma fazenda dessa envergadura e um proprietário rural do nível do senhor José Luiz Niemeyer", afirmou Dedé.

Durante a cerimônia, o vereador, Maurício Hamamoto (PSDB) entregou a Niemeyer uma moção de aplauso de sua autoria em conjunto com os vereadores Sofia Pardini (PDT), Tiago Lazanha (PSDB) e Valdeci Elias da Costa (PPS).

FENATEST se prepara para eleição 2014

Eleição está prevista para 12 de maio de 2014

Em meio as turbulências inerente as atividades que uma entidade federativa enfrenta, a FENATEST (Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho), está em pleno desenvolvimento para os trabalhos de mais uma eleição. Prevista para o dia 12 de maio de 2014, apesar dos percalços a perspectiva é que os resultados sejam satisfatórios para o bem da categoria.

Segundo Armando Henrique, presidente da FENATEST, em meio aos preparativos, uma edital de convocação suspendeu a eleição, mas a entidade já está arregaçando as mangas para enfrentar o que vier pela frente para fazer valer o direito dos seus componentes de escolherem, via eleição, seus representantes este ano, para dirigir os destinos desta federação nos próximos quatro anos.

Em 25 de outubro de 2013 foi aprovada a reforma do estatuto e desde dezembro a entidade tenta registrá-lo em cartório, mas sempre depara com um bloqueio de grupo adversário à atual diretoria.

Para dar andamento nos trâmites necessários para a eleição, a FENATEST está seguindo o estatuto antigo, mesmo com suas incoerências e problemas.

Segundo Armando Henrique, a eleição será feita de acordo com a legislação.

Que esses conflitos sejam resolvidos para que a maior entidade da categoria dos Técnicos de Segurança do Trabalho no país seja a verdadeira representação dos profissionais e que a luta possa continuar sempre em busca da conquista da formação, de fato e de direito, do conselho da classe.

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

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

unibrasil
uniformes

AERO

FORTPÉ
CALÇADOS DE SEGURANÇA

REIDRAT

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

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

Governo propõe salário mínimo de R\$ 779,79 a partir de janeiro de 2015

Proposta orçamentária encaminhada ao Congresso estima crescimento 3% no próximo ano e inflação de 5%. Projeção de superávit primário, sem o PAC, é de R\$ 143,3 bi ou 2,50% do PIB

Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão encaminhou ao Congresso Nacional o Projeto de Lei de Diretrizes Orçamentárias para 2015 (PLDO-2015). De acordo com o texto, o salário mínimo deve ser reajustado em 7,71% e atingir R\$ 779,79 a partir de janeiro de 2015. Atualmente o valor do mínimo é de R\$ 724,00.

Entre as prioridades do PLDO 2015 foram listados o Plano Brasil Sem Miséria (PBSM), o Programa de Aceleração do Crescimento (PAC) e o Minha Casa, Minha Vida. O documento, elaborado pelo Planejamento, estabelece metas e prioridades da administração pública federal, incluindo as despesas de capital para o exercício financeiro do ano seguinte.



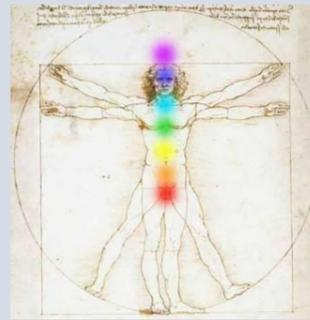
ACUPUNTURA & SAÚDE

Mariana Locatelli Fernandes

Enfermeira Especialista em Acupuntura
nutricao.acupuntura@gmail.com



Cinesiologia Aplicada e a Acupuntura



A Cinesiologia é a ciência que tem como enfoque a análise dos movimentos. De forma mais específica, estuda os movimentos do corpo humano. O nome Cinesiologia vem do grego kinesis=movimento+logos= tratado, estudo. A finalidade dela é compreender as forças que atuam sobre um objeto ou o corpo humano e manipular estas forças em procedimentos de tratamento para que o desempenho humano seja melhorado e a lesão adicional possa ser prevenida.

É de fundamental importância que o ser humano conheça as forças que afetam os seus movimentos: gravidade, tensão muscular, resistência externa e atrito, pois só assim será capaz de modificar aquilo que o esteja prejudicando.

A técnica surgiu por volta de 1960 a partir das pesquisas do médico norte-americano George Goodheart, fisiatra e quiroprata, que verificou ser possível avaliar e corrigir o fluxo de energia vital do corpo através dos testes musculares. Este é um método de avaliação, pois através dele podemos dialogar como o corpo obtendo assim informações objetivas sobre o que esteja ocorrendo neste organismo.

Na Cinesiologia Aplicada são feitos testes musculares para avaliar o fluxo de energia vital no corpo e a qualidade do tônus muscular que será o reflexo do nosso estado de tensão, ou seja, adaptação diante das situações que se apresentam em nossas vidas.

O princípio básico é que os músculos estão ligados por um sistema de energia (chi) a todos os nossos aspectos fisiológicos e psicológicos. Na superfície do nosso corpo existem pontos reflexos que atuam como se fossem interruptores e que são usados para ativar um sistema que esteja desarmado ou bloqueado; nossos músculos e órgãos estão conectados a esse sistema de reflexos e quando a energia deixa de chegar a eles o corpo nos avisa de várias formas: dores de cabeça, dores nas costas, insônia, depressão, medo, pânico, ansiedades, dificuldades de expressão e de aprendizagem, obesidade, etc.

Desta forma a técnica busca reequilibrar o sistema energético, localizando e desativando as tensões que causaram esses desequilíbrios. Isto só é possível porque o nosso cérebro tem uma área chamada Área de Integração Comum (AIC), que interpreta a experiência que estamos vivendo a partir da integração sensorial. Ela busca na memória o que já foi vivido e manda informações para outras áreas do cérebro e do corpo. A estimulação desses pontos reflexos é feita através da Acupuntura, Auriculoterapia, Movimentos, etc.

E aí, está curioso para ver como esta técnica funciona? Venha conhecer nosso centro de tratamento e acompanhem a coluna!!!

Mariana Locatelli Fernandes

Centro de Tratamento:

R. Bandeirantes, 1338 - Jardim Sumaré - Araçatuba - SP, CEP: 16015-250
Fone: (18) 3622-5470

Ou clique [AQUI](#) e entre em contato!



Contrato de namoro

O contrato de namoro nada mais é do que uma simples declaração de vontade em que os envolvidos afirmam por meio de documento particular ou público que estão tendo um relacionamento amoroso, sem a intenção de constituir família.

Por Aline Lara - Migalhas

Ainda pouco conhecido e difundido, o contrato de namoro vem atrair cada vez mais adeptos. Isto porque, nos dias de hoje, quem se envolve em um despretensioso namoro teme que a sua relação seja convertida em união estável.

Esse receio é cognoscível, pois a lei 8.971/94 que regulamentava a união estável no Brasil, determinava um tempo de convivência do casal superior a 5 (cinco) anos, ou de prole comum, para o seu reconhecimento.

Com o advento da lei 9.278/96 que revogou parcialmente a lei anterior, o simples fato de "um homem e uma mulher conviverem de forma pública e duradoura, com o objetivo de constituir família", já certifica a existência da união estável.

Com essa mudança, ficou muito complicado diferenciar o namoro da união estável, surgindo, então, o contrato de namoro, ferramenta alternativa para tentar proteger o patrimônio de uma ou de ambas as partes, afastando os efeitos da união estável.

O contrato de namoro nada mais é do que uma simples declaração de vontade em que os envolvidos afirmam por meio de documento particular ou público que estão tendo um relacionamento amoroso, sem a intenção de constituir família. Neste mesmo instrumento declara-se, ainda, a independência financeira dos companheiros, a expressa ausência de comunicação dos bens presentes e futuros, bem como, que em havendo a intenção de constituir união estável, o farão obrigatoriamente por escritura pública.

Contudo, referido instrumento só será válido se retratar a realidade, ou se-

ja, se de fato for um namoro. Assim, se os envolvidos se portarem como se casados forem, o contrato poderá ser revogado.

O tema é polêmico visto que muitos operadores do direito entendem que este contrato é nulo. Nessa linha, entendem que as normas referentes à união estável, por serem de ordem pública, sobrepõem-se ao contrato de namoro.

No entanto, o contrato só será considerado nulo quando for usado para afastar regras do Direito de Família, já que uma vez evidenciado os requisitos caracterizadores da união estável, nenhuma avença entre os particulares conseguirá afastar os efeitos patrimoniais desta entidade familiar.

Conclui-se que, apesar de controverso, o contrato de namoro é uma tentativa válida para afastar os efeitos da união estável e alcançar a proteção patrimonial.



Foi a maneira encontrada por alguns casais para deixar bem claro o teor daquela relação, ou melhor, daquele namoro. Para que não haja equívocos no futuro, caso os sobressaltos da vida levem ao fim do relacionamento.

Nem casamento, nem união estável. Apenas um namoro nos moldes contemporâneos, o que impõe um ingrediente a mais: "o contrato de namoro"! O nome assusta, mas é a forma que algumas pessoas vêm encontrando para definir a relação e evitar problemas no seu desenlace.

Senac Araçatuba abre oferece 60 vagas totalmente gratuitas

As bolsas de estudos são por meio do Programa Senac de Gratuidade para os cursos de Operador de Computador e Auxiliar de Escritório

Senac Araçatuba está com inscrições abertas para os cursos de Operador de Computador, ideal para quem almeja o primeiro contato com a máquina e o ambiente Windows, e Auxiliar de Escritório, para os que buscam desenvolvimento profissional e se interessam em adquirir conhecimentos relativos a rotinas e processos básicos de escritório.

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 de Operador de Computador 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.

O curso de Auxiliar de Escritório proporciona formação profissional inicial de jovens em rotinas de escritório e fornecer conhecimentos básicos para uma atuação proativa na busca de um emprego e para o exercício de suas funções.

Para tanto, o curso trata não apenas das rotinas de escritório, mas também do desenvolvimento de competências em língua portuguesa e matemática, visando aprimorar seu domínio da comunicação e permitir que o aluno assimile, associe, compare e perceba as relações que existem entre as operações matemáticas e o dia a dia.

"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", ressalta Marlene dos Santos Zequin, gerente da unidade.

Ambos os cursos já iniciam na próxima segunda-feira, dia 28. As aulas serão ministradas de segunda a sexta-feira, das 8 às 12 horas para Operador de Computador e das 14 às 17 horas para Auxiliar de Escritório. São 30 vagas para cada turma, totalmente gratuitas.

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 ir pessoalmente ao Senac Araçatuba, que fica na Avenida João Arruda Brasil, 500. Mais informações pelo telefone (18) 3117-1000.

Serviço:

Auxiliar de Escritório

Início: 28/4/14 | Término: 25/7/14

Aulas: de segunda a sexta-feira, das 14 às 17 horas

Operador de Computador

Início: 28/4/14 | Término: 26/6/14

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

Shopping Center Iguatemi Rio Preto antecipa sua inauguração

Fonte e foto: Amanda Marchini



Com lojas inéditas, empreendimento que oferecerá novo conceito de compras e lazer abre ao público dia 26 de abril. Mais de 3.500 empregos serão gerados.

Iguatemi Empresa de Shopping Centers (IESC) abre as portas do Shopping Center Iguatemi Rio Preto no próximo dia 26 de abril, às 14h, para oferecer um novo conceito de compras e lazer à cidade.

"Em 2010, quando anunciamos a construção do empreendimento prevíamos inaugurá-lo apenas no segundo semestre de 2014. Por conta da ótima aderência das marcas e a importante movimentação para Copa, decidimos antecipar nossa inauguração. Nossos lojistas já poderão aproveitar o efeito da segunda melhor data do varejo, o Dia das Mães", diz o presidente da Iguatemi, Carlos Jereissati Filho.

Com um ambiente pensado para proporcionar grandes experiências aos clientes, o shopping será o maior e mais completo da região e conta com um mix diferenciado e exclusivo composto por mais de 230 lojas de diversos segmentos, sendo 25 grandes operações, um cinema com sete salas de última geração, uma academia, um grande polo de alimentação – com cinco restaurantes qualificados e 25 excelentes operações de fast food – e área de lazer infantil e estacionamento com mais de 1.800 vagas, sendo 510 delas cobertas.

O empreendimento, que integra o plano de expansão da Iguatemi, no interior de São Paulo, recebeu investimentos de R\$ 291,8 milhões e é uma sociedade com a Verdi Haddad Participações. Além de Rio Preto, a Iguatemi tem outras cinco operações no interior do Estado, duas em Campinas e uma

nas cidades de São Carlos, Ribeirão Preto e Sorocaba.

Localizado no setor presidencial, entre a Av. Juscelino Kubitschek e Rodovia BR-153 (futura Rodovia João Goulart), destacado como novo vetor de crescimento da cidade, o Shopping Center Iguatemi Rio Preto terá 43.600 mil m² de área bruta locável (ABL), já nesta primeira fase, distribuídos por três pisos. O projeto prevê duas expansões, para 55 mil m² em uma segunda etapa e 65 mil m², na terceira fase. "O shopping já é um absoluto sucesso com 90% da ABL comercializada. Mais de 80% da ABL irá inaugurar conosco", afirma Jereissati.

Com a inauguração, serão gerados mais de 3.500 empregos entre diretos e indiretos. A equipe do shopping, que engloba administração, operação, segurança e manutenção, conta com 250 colaboradores, e todas as vagas já foram preenchidas. O Iguatemi oferecerá treinamento a todos os colaboradores para garantir o padrão de qualidade que é a marca dos seus shoppings.

Concebido para ser muito mais do que um centro de compras, o Iguatemi Rio Preto foi projetado para proporcionar lazer e cultura. O projeto arquitetônico foi desenvolvido em torno da centenária figueira. "É com orgulho que nos juntamos a esse ícone da cidade e convidamos cada um dos rio-pretanos a desfrutar da experiência agradável e aconchegante da sombra da figueira", afirma Jereissati.

Entrega garantida!
Zanel
Esse é apenas um dos diferenciais da nossa empresa.
Fale com a gente!

Correio nessa linha completa de produtos
Acesso: www.zanel.com.br

Rua Heróides Lavarda, 663, Jardim Nova Brasília - CEP 17240-000 - Boticari - SP
contato@zanel.com.br | Tel.: 3666.206 - Fax: 3666.353

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

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

GoBrasil
O PORTAL DAS BUSCAS REINTEGRADAS
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

Aqui você encontra o website que tanto procura

www.gobrasil.com.br

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)

"CURSO PPRA COM ÊNFASE EM PPP" Curso será em Jacaréi (SP)

A regional do SINTESP Vale do Paraíba tem prazer de convidá-lo para participar do "Curso", que será realizado dia 09 de Maio das 18 às 22h00, e dia 10 de Maio das 08 às 18h00.

Local do Curso: Support Segma Rua Antonio Afonso, 136, Centro em Jacaréi (SP). (Em frente a Santa Casa de Misericórdia)

Docente:
Jorge Gimenez Berrueto - Técnico de Segurança do Trabalho há mais de 30 anos; Advogado especializado em direito trabalhista, previdenciário, ambiental e perícias judiciais; Bacharelado em Engenharia Ambiental (4º ano); pós graduado em Eng^a de Segurança do Trabalho; Diretor Estadual do SINTESP; Conselheiro da FENATEST; Consultor de empresas; sócio fundador da Gimeenez e Associados - Assessoria em Segurança e Medicina Ocupacional - Perícias - Treinamentos; Docente/Palestrante de diversas entidades, entre elas SINTESP, ABPA e SENAC; Participante de comissões ABNT e do Ministério do Trabalho (GTT).

Inscrições: e-mail sintespvale@sintesp.org.br
Investimento:

Associado em dia R\$ 160,00. Demais Interessados: R\$ 320,00

Será fornecido CD com o conteúdo do curso e Certificado.

Parmalat e Líder anunciam recall de 300 mil caixas de leite com formol

Empresa vai devolver o dinheiro ou substituir o produto



A fabricante dos leites Parmalat e Líder UHT integral está convocando recall de mais de 300 mil caixas do produto, de acordo com a Secretaria Nacional do Consumidor, vinculada ao Ministério da Justiça. Foi encontrado formol no leite. A empresa LBR, que produz as duas marcas, informou que iniciou campanha para quem comprou o produto, para que seja feita a substituição ou devolução do dinheiro. O leite foi fabricado entre 13 e 14 de fevereiro. De acordo com a empresa, a campanha de chamamento abrange 101.220 produtos Parmalat, com numeração de lote, não sequencial, de L11D00S1 a L11F23S1. Já a marca Líder tem 199.800 caixas para serem recolhidas, com numeração de A LOB 11, B LOB 9, C LOB 17, D LOB 04, A LOB 12, B LOB 19, C LOB 18 e D LOB 14.

Segundo o diretor do Departamento de Proteção e Defesa do Consumidor, Amaury Oliva, as empresas tinham sido

notificadas sobre a contaminação do leite com formol no fornecedor e tinham retirado os produtos da venda nos supermercados.

"As empresas relutaram em fazer o recall alegando que tinham feito a análise nos lotes e que não tinham encontrado nenhum traço de formol. Mas o formol, apesar de ter sido diluído, há risco de ainda estar presente no leite que foi envasado. Era preciso que essa informação chegasse aos consumidores" — disse Oliva, nesta sexta-feira.

Leite adulterado encontrado no Sul

Cerca de 300 mil litros de leite com a substância cancerígena formol, usado para mascarar a diluição do leite com água, foram processados pelas marcas Parmalat e Líder, da LBR, entre os dias 13 e 14 de fevereiro e vendidos no Paraná e em São Paulo, segundo o Ministério da Agricultura (Mapa) e o Ministério Público do Rio Grande do Sul (MP). Em começo de fevereiro, o MP recebeu documentação do Mapa de que 12 amostras de leite cru, coletadas no posto de resfriamento do Laticínios O Rei do Sul, em Condor, continham formol. As amostras foram recolhidas nos caminhões das transportadoras que chegaram ao posto, no silo de armazenamento e no produto já acondicionado

para distribuição. Segundo o Ministério da Agricultura, parte deste leite foi entregue à LBR, de Tapejara, que enviou 100 mil litros para Guaratinguetá (SP) e 199 mil litros para Lobato (PR). O leite adulterado enviado para São Paulo foi embalado com a marca Parmalat e o enviado para o Paraná, com a marca Líder. Outros 102 mil litros contaminados estavam sendo processados em uma indústria de Penápolis, mas não chegou a ser vendido.

A LBR informou em nota, na época que soube em 25 de fevereiro da possível contaminação na matéria-prima de um fornecedor e que, em seguida, decidiu recolher os lotes do mercado. De acordo com a empresa, não há mais nenhum desses produtos no mercado. O Ministério da Agricultura explicou que em 24 de fevereiro determinou o recall dos produtos fabricados com o leite cru fraudado. Além disso, afirmou ainda que a divulgação do recall em veículo de comunicação não foi realizada devido a um recurso judicial da LBR para análise do produto final.

Mais informações podem ser obtidas com a empresa, por meio do telefone 0800 011 2222, de segunda a sexta-feira, das 08h às 18h, ou pelo e-mail sac@lbr-lacteos.com.br

Fonte: O Globo

Chapecó (SC) irá realizar sua 2ª SEMPAT

Foto postada por João Carlos Figueira



Painel fixado em uma das principais vias públicas de Chapecó (SC)

A II SEMPAT (Semana Municipal de Prevenção de Acidentes e Saúde do Trabalhador) está sendo promovida pela Secretaria de Saúde de Chapecó (SC), Centro de Referência em Saúde do Trabalhador – CEREST Regional de Chapecó e pela Comissão Intersetorial em Saúde do Trabalhador – CIST Chapecó. A Lei Municipal nº 6283/12 institui a SEMPAT no município de Chapecó e prevê que ações sejam realizadas anualmente no final do mês de abril coincidindo com o dia 28, Dia Mundial em Memória às Vítimas de Acidentes de Trabalho.

Buscando sensibilizar trabalhadores, empregadores e educandos sobre a importância de um ambiente de trabalho saudável e seguro, em 2014, a II SEMPAT irá abordar os temas Saúde Mental no Trabalho; NR 35 (Segurança em Trabalho em Altura) e NR 36 (Segurança em Trabalho em Frigoríficos).

Estas temáticas contemplam atividades laborais desenvolvidas em diversos processos produtivos do município de Chapecó e região. Atualmente, uma das principais causas de acidentes de trabalho graves e fatais se deve a eventos envolvendo quedas de trabalhadores de diferentes níveis. Vários ramos de atividades e a realização de diversos tipos de tarefas expõem trabalhadores à riscos de queda de altura, evidenciando a necessidade de normas para que estes trabalhos sejam realizados de forma segura.

A região oeste do estado de Santa Catarina revela-se ainda como pólo agroindustrial do sul do Brasil, abrigo de sedes de grandes empresas do setor, caracterizando as agroindústrias como atividade relevante no cenário econômico de nosso país. Nesse contexto, é que se busca discutir durante este evento a nova norma *NR36), de forma a garantir permanentemente a seguran-

ça, a saúde e a qualidade de vida no trabalho.

PROGRAMAÇÃO:

28 DE ABRIL

18h – Credenciamento

18h30 – Abertura

19h – Palestra: "Principais itens e ações práticas para promover a segurança e saúde no trabalho em altura", por Cosmo Palasio de Moraes – Técnico de Segurança do Trabalho/Consultor em SST/Colunista da Revista Proteção.

29 DE ABRIL

18h30 – Credenciamento

19h – Palestra: "Estratégias para o enfrentamento do adoecimento mental no trabalho" por Dr. Wilson Custódio – Médico do Trabalho CREST Regional de São José do Rio Preto (SP).

ATENÇÃO SERVIDORES PÚBLICOS DA PREFEITURA DE CHAPECÓ

8h e 13h30 – Oficina para servidores públicos municipais efetivos com o tema: "Felicidade, Saúde Mental e Trabalho" com Dra. Maikelli Simes e Psicóloga Cinara M. B. Cerqueira Leite.

As inscrições devem ser feitas nos RHs setoriais.



INSCRIÇÕES: As inscrições devem ser realizadas no endereço eletrônico <http://177.131.113.39/siepi/> ou clique **AQUI**.

Maiores informações (49) 2049-9052 / 2049-9053 e/ou no e-mail cerest@chapeco.sc.gov.br

Senac Barretos abre inscrições para curso de Editor de Projeto Visual Gráfico

O curso é novo na unidade e o objetivo é capacitar o profissional para o mercado gráfico

Senac Barretos está com uma novidade: oferece agora o curso de Editor de Projeto Visual Gráfico, que já faz parte do portfólio de sucesso do Senac São Paulo. As inscrições já estão abertas e as aulas iniciam em 28 de abril.

Segundo o gerente do Senac Barretos, Emerson Melo dos Santos, o objetivo é, além de aumentar o leque de possibilidades de cursos oferecidos pela unidade, suprir a demanda do mercado de trabalho do setor gráfico na região de Barretos, que está cada vez mais exigente com os avanços tecnológicos de edição e impressão.

O profissional formado pelo curso de Editor de Projeto Visual Gráfico poderá atuar em empresas prestadoras de serviços gráficos, editoras, gráficas convencionais e digitais, estúdios de design gráfico, agências de publicidade e propaganda e de promoções, como funcionário ou prestador de serviço autônomo. O egresso é capaz de tratar imagens e desenvolver ilustrações digitais, selecionar processos de impressão, produzir arquivos digitais para pré-impressão, impressão e pós-impressão e finalizar projetos gráficos que possibilitem a criação de peças gráficas adequadas ao mercado de design gráfico. Segundo a Associação Brasileira da Indústria Gráfica (Abrigraf), o faturamento do setor é cerca de 23,1 bilhões ao ano e os serviços que mais contribuem para este montante são impressão de jornais, livros, revistas, apostilas e manuais, sendo 31% e impressos promocionais e 30,4% comerciais.

"No universo da comunicação visual, o design gráfico está em franca expansão, tornando-se cada vez mais competitivo e exigindo uma formação técnica polivalente. No campo da tecnologia gráfica ocorreram profundas transformações com a chegada dos sistemas e processos digitais de pré-impressão, impressão e pós-impressão", ressalta Emerson.

O curso de Editor de Projeto Visual Gráfico tem início no dia 28 de abril e as aulas serão ministradas as segundas, terças e quintas-feiras, das 8 às 12 horas, no Senac Barretos. O curso é curta duração, com término previsto para 31 de julho.

Para se inscrever, é necessário acessar www.sp.senac.br/bolsasdeestudo ou ir pessoalmente ao Senac Barretos, que fica na Avenida 21, nº 087 – Centro. Para mais informações, o telefone da unidade é o (17) 3312-3050.

Informações: Daniela Orlan Lacerda Comunicação

Sono ajuda a eliminar lixo celular do cérebro e mantê-lo saudável

A eliminação das toxinas no cérebro é essencial, visto que seu acúmulo na forma de proteínas tóxicas pode provocar doenças

Foto: Getty Images



Dormir permite ao cérebro limpar os resíduos acumulados no dia anterior graças a um mecanismo descoberto recentemente e que é ativo sobretudo durante o sono, demonstra um estudo publicado na revista Science.

Como um zelador que varre os corredores depois que as luzes se apagam, no cérebro ocorrem grandes mudanças quando dormimos que lhe permitem tirar o lixo e manter as doenças longe.

A descoberta pode avançar a compreensão das funções biológicas do sono, explicaria porque passamos um terço da vida dormindo e permitiria encontrar tratamentos contra doenças neurológicas como o mal de Alzheimer, afirmam os cientistas autores deste estudo.

"Esta pesquisa mostra que o cérebro tem diferentes estados de funcionamento durante os períodos de vigília e de sono", explicou o doutor Maiken Nedergaard, da faculdade de Medicina da Universidade de Rochester (Nova York, nordeste), principal autor do estudo.

"De fato, a natureza reparadora do sono resultaria da eliminação destes resíduos produzidos pela atividade neuronal que se acumulam no período de vigília", acrescentou. O mecanismo integrado no sistema sanguíneo impulsiona o fluido cérebro-espinhal através dos tecidos e o devolve purificado.

Em experimentos de laboratório feitos em ratos, os cientistas viram como o lixo celular era jogado para fora do cé-

rebro através de vasos sanguíneos para o sistema circulatório do corpo e, finalmente, para o fígado, onde são eliminados.

A eliminação das toxinas no cérebro é essencial, visto que seu acúmulo na forma de proteínas tóxicas pode provocar doenças. Segundo os cientistas, quase todas as patologias neurodegenerativas estão vinculadas a um acúmulo de detritos celulares.

Entre os detritos eliminados nas cobaias de laboratório estavam a proteína beta amiloide, que quando se acumula é um gatilho para o aparecimento do mal de Alzheimer.

O processo é acelerado durante o sono porque as células do cérebro se retraem cerca de 60%, permitindo ao fluxo se mover mais rápido e mais livremente pelo cérebro, permitindo que os detritos sejam eliminados mais facilmente.

Toda a operação acontece no que os cientistas chamam de 'glinfático', que parece ser 10 vezes mais ativo durante o sono do que durante a vigília e permite limpar a maior parte das toxinas responsáveis pelo mal de Alzheimer e outras doenças neurológicas.

"O cérebro tem energia limitada à sua disposição", afirmou Nedergaard. "É como organizar uma festa em casa. Você pode entreter os convidados ou limpar a casa, mas realmente não pode fazer as duas coisas ao mesmo tempo", explicou.

Exposição a inflamáveis em local fechado garante adicional

Foto: Reprodução



Área fechada com armazenamento de vasilhames com líquidos inflamáveis justifica o pagamento de adicional de periculosidade independentemente do volume a que o trabalhador está exposto. Esse foi o entendimento da 2ª Turma do Tribunal Superior do Trabalho ao reconhecer o direito de uma professora que trabalhava no laboratório da Faculdade de Física da PUC-RS. O colegiado avaliou que só há regra estipulando limite à quantidade no caso de transporte de inflamáveis.

A autora relatou que trabalha na universidade desde março de 1988 e, a partir de 2000, passou a atuar como coordenadora de pesquisas do laboratório. Em reclamação trabalhista, ela afirmou que, mesmo trabalhando sempre em contato com agentes insalubres e perigosos, nunca recebeu adicional de insalubridade ou periculosidade.

Perícia feita no prédio onde a professora trabalhava constatou que o estoque de inflamáveis era pequeno (27 litros), não caracterizando o ambiente como área de risco. Por isso, o juízo de primeiro grau julgou improcedente os pedidos. Como a Norma Regulamentadora 16 do Ministério do Trabalho con-

sidera perigoso apenas o transporte de quantidades de inflamáveis que ultrapassem 200 litros, o Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região (RS) também não viu elementos suficientes que justificassem o pagamento de adicional.

No recurso ao TST, a professora alegou que a quantidade é irrelevante, pois o limite estipulado na norma vale somente para as operações de transporte de líquidos inflamáveis, o que não era seu caso. O relator do recurso, ministro José Roberto Freire Pimenta, concordou com o argumento citando precedentes de sua relatoria, de turmas do TST e da Subseção 1 Especializada em Dissídios Individuais (SDI-1). Para o relator, comprovada a exposição da trabalhadora a agentes inflamáveis, é devido o adicional. A decisão foi por maioria de votos.

Com informações da Assessoria de Imprensa do TST.

Receba Norminha toda quinta no seu e-mail. Envie nome completo, profissão e nome da sua cidade/estado Para: contato@norminha.net.br

120 pegadinhas em Língua Portuguesa

5ª parte - Pegadinhas 20 a 25

Pegadinha 20

Eu nasci há trinta e cinco anos atrás.

Esta pegadinha nos lembra uma famosa música dos anos setentas — Eu nasci há dez mil anos atrás. Há excesso nessa frase! Quando ocorre excesso desse tipo, dizemos que existe redundância, isto é, repetição viciosa, que só empobrece a linguagem de quem a comete. O verbo haver, por si só, já representa "tempo transcorrido", a palavra atrás é redundante. Deve-se, portanto, escolher — ou se escreve há, do verbo haver, ou atrás. Então, depois de corrigida a frase inicial, poderia ser escrita de duas maneiras:

Eu nasci há trinta e cinco anos.

Ou

Eu nasci trinta e cinco anos atrás.

Pegadinha 21

Vimos aqui, nesta hora, expressar nosso agradecimento pelo grande favor que nos fizeram.

Neste caso, apresenta-se um verbo comumente usado de maneira errada em algumas de suas formas. Nesta oportunidade falaremos apenas sobre um desses deslizes cometidos com o uso indevido do verbo vir. Ninguém diz: "estivemos aqui, nesta hora." Se é "nesta hora" que o fato ocorre, então, o verbo deve estar no presente. Então, depois da correção, tem sua frase inicial assim escrita:

Vimos aqui, nesta hora, expressar nosso agradecimento pelo grande favor que nos fizeram.

Pegadinha 22

O político que se pode confiar ainda não nasceu.

Este é erro próprio da fala popular, linguagem que não está nem aí para a regência verbal. Erros desse tipo são muito explorados em provas de vestibulares e concursos públicos. Esteja alerta, caro leitor. A regência do verbo confiar exige a preposição em, pois quem confia, confia em alguém, e não confia alguém. Este tópico, depois da correção, tem sua frase inicial escrita assim:

O político em que se pode confiar ainda não nasceu.

Pegadinha 23

Traze-me uns pastelinhos.

Neste tópico, focalizamos um aspecto muito explorado em provas de vestibulares e concursos públicos - o plural dos diminutivos em -zinho -, que é feito do seguinte modo: A - leva-se o substantivo ao plural em seu grau normal: pastéis; B - retira-se o s final: pastei; C - acrescenta-se -zinhos, e pronto: pastelinhos. Outros exemplos: pãozinhos, carneizinhos, limõezinhos, caracacinhos, anezinhos. Depois da correção, a frase correta fica assim:

Traze-me uns pasteizinhos.

Pegadinha 24

O relógio marcou meio-dia e meio.

Esta pegadinha que, de vez em quando, figura em provas de vestibular e concurso, sempre acaba tirando candidatos do páreo. A palavra que se refere a horas é meia e não meio. Diz-se nove horas e meia, vinte horas e meia e assim por diante. Então, depois da correção, temos a seguinte frase:

O relógio marcou meio-dia e meia.

Pegadinha 25

Ao comer, tenha cuidado com os espinhos de peixe.

Esta pegadinha apresenta mais uma popularização errônea de uma palavra. Peixe não tem espinhos. Isso é próprio de certas plantas e, quando muito, do porco-espinho. Peixe tem espinhas. É bom estar preparado para a ocorrência de casos como o desta dica, em provas de vestibular e concurso.

Então, depois da correção, temos a seguinte frase:

Ao comer, tenha cuidado com as espinhas de peixe.

Na próxima edição tem mais pegadinhas.

Ministro Manoel Dias recebe presidentes do SINTESP, da FENATEST e SINTEST-DF, com objetivo de dar andamento no projeto do Conselho de Classe da categoria

No dia 8 de abril, o presidente Marquinhos, do SINTESP, acompanhou Armando Henrique, presidente da FENATEST, para fazerem a entrega ao Ministro do Trabalho, Manoel Dias, de um abaixo-assinado com 30 mil assinaturas pela aprovação do projeto de criação Conselho de Classe dos Técnicos de Segurança do Trabalho. Este projeto está tramitando no Ministério do Trabalho desde 2003.

Além de Marquinhos e Armando também participaram desta reunião, agendada pelo Deputado Paulo Pereira da Silva (o Paulinho), Ana Paula Lima Leyendecker, presidente do SINTEST-DF; e representantes dos Técnicos Industriais à convite do gabinete do Ministro.



Marquinhos, Armando e Ana Paula no ato de entrega do abaixo-assinado em prol do projeto de criação do Conselho de Classe dos TSTs. Ministro Manoel Dias foi receptivo em resgatar os trabalhos para levar o projeto adiante e em prol da sua consolidação

"O ministro manifestou interesse em atuar no resgate dos trabalhos de tramitação do projeto. Recomendamos que os TSTs se manifestem diretamente ao Ministro pelo e-mail: gm@mt.gov.br com cópia para fenatest@fenatest.org.br", comunicou Marquinhos em sua rede social.

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

EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Caio Cesar Cachoni
Representante Comercial

Telefones de Contato:
(018) 3844-5673 (Escritório)
(018) 99 117-6962 (Residência)
(018) 98 131-2390 (Celular)
(018) 99 128-8321

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

FORTPÉ **REIDRAT**

CALÇADOS DE SEGURANÇA

ESGALHA
TOTAL SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Venda e manutenção de Extintor, Hidrante, Alarma 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

LOGÍSTICA
&
SEGURANÇA NO TRABALHO
Uma parceria de sucesso!

Ramires Salsiano

A Logística e a NR-14



A NR-14 discorre sobre os fornos para qualquer utilização, os quais devem ser construídos solidamente e revestidos com material refratário, de forma que o calor radiante não ultrapasse os limites de tolerância estabelecidos pela NR-15 (a qual poderemos abordar no próximo capítulo). Então devem ser observados todos os tipos de fornos, e não somente os industriais e alto fornos. Juntamente a isso, devemos avaliar toda a movimentação que poderá ocorrer em volta do forno devido ao objetivo do seu funcionamento. Nisso, cabe planejar toda a questão de MAM (Movimentação e Armazenagem de Materiais) para que o forno seja suprido de combustível e exerça sua função adequadamente com resultado satisfatório. Assim, tanto em níveis básicos quanto em níveis avançados, o forno deverá satisfazer produtivamente a necessidade de transformação da matéria-prima ou material.

A instalação dos fornos deve ser feita em locais adequados, oferecendo o máximo de segurança e conforto aos trabalhadores, de modo que evite o acúmulo de gases nocivos e altas temperaturas em áreas vizinhas. O sistema de instalação dos fornos deve considerar sistemas logísticos como FIFO ou LIFO para assegurar que o combustível entrará por um determinado local e suas substâncias tóxicas sairão por outro, da mesma forma que o produto transformado deve entrar por um local e sair por onde entrou. Além disso, a alimentação de combustível e de matéria-prima deve ter uma frequência satisfatória para um eficiente aproveitamento da queima do combustível. O layout produtivo é primordial para um forno eficaz, devendo ser posicionado de forma que as correntes de ar não influenciem negativamente o seu funcionamento. Tudo isso, sem obstruir as vias de acesso e viabilizando o mínimo de movimentação para quem irá lidar diretamente com o forno.

As escadas e plataformas dos fornos devem ser feitas de modo a garantir aos trabalhadores a execução segura de suas tarefas. Com observância das condições de resistência para suportar seu próprio peso com e sem equipamentos de segurança, e com e sem equipamentos de trabalho. Além da realização de uma análise ergonômica para avali-

zar o limite de peso suportado pelo trabalhador em determinada situação laboral.

Os fornos que utilizarem combustíveis gasosos ou líquidos devem ter sistemas de proteção para que não haja explosão por falha da chama de aquecimento ou no acionamento do queimador, além de evitar o retrocesso da chama. Os sistemas de proteção devem conter um suporte logístico para uma adequada retroalimentação de combustíveis gasosos ou líquidos, de modo que a movimentação, o acondicionamento e a armazenagem desses combustíveis sejam realizados por profissionais de logística em parceria com profissionais de segurança do trabalho, para traçarem o fluxo ideal e identificarem o ponto preciso para evitar uma explosão, possibilitando condições para retrocesso da chama. Neste sistema de retrocesso da chama podem ser aplicadas técnicas de logística reversa.

Os fornos devem ser dotados de chaminé, suficientemente dimensionada para a livre saída dos gases queimados, de acordo com as normas técnicas oficiais sobre poluição do ar. A chaminé do forno precisa ser projetada estrategicamente para que os gases queimados sejam dissipados pelas correntes de ar, sem interferir no layout produtivo. Evitando também que uma corrente de ar entre pela saída da chaminé e os gases queimados realizem o caminho inverso, podendo causar dano à segurança do trabalhador ao poder se queimar por fechar os olhos e à sua saúde por inalar gases tóxicos.

Portanto mais uma NR associada a Logística. Será que a NR-15 tem a ver e eu poderei explicar o limite de tolerância da forma de calor radiante do forno? Veremos.

Ótimo final de semana, busque a excelência do seu final de semana para que chegue a excelência no seu trabalho.

Ramires Salsiano
Consultor Empresarial, Mercadólogo, Especialista em Logística, Escritor, Colunista - www.admkt-log.com
Facebook:
<https://www.facebook.com/pages/ADM-KT-LOG/225225210960842>
Twitter: ramiresadm
Linked In: Ramires Salsiano

Compre já o seu

Todos os livros disponíveis impresso e e-book!

Poucos Exemplares

De autoria: Ramires Salsiano

Internet: www.admkt-log.com/editora.html
Araçatuba: Livraria NOBEL - R. Cussy de Almeida Júnior, 1071
Birigui: Livraria MOSCOW - R. Barão do Rio Branco, 760 - Galeria

A Diversidade e a Segurança do Trabalho
Dia 23 de Maio de 2014
Das 10:00 às 12:30

A diretoria da diversidade do sintesp, convida a todos para participarem da oficina da diversidade e a segurança do trabalho.

Esta oficina trará assuntos referentes a inclusão no mercado de trabalho de pessoas com deficiências, mulheres, LGBT, entre outros.

Local: Sede do SINTESP - Rua 24 de Maio, 104 5º andar - República - São Paulo - SP



SOS SAÚDE
Fisioterapia & bem estar

Dr.^a 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).

A IMPORTÂNCIA DO ALONGAMENTO DURANTE A JORNADA DE TRABALHO

Trabalhar por horas em uma única posição, sentado ou em pé, proporciona ao corpo não somente fadiga muscular, mas também alterações posturais. Esse estresse gerado devido à sobrecarga na estrutura da coluna vertebral desencadeia lesões pelo esforço repetitivo, sendo considerada de risco caso não haja pequenas intervenções como pausas para alongamentos ou atividades que ofereçam fortalecimento e resistência a essa musculatura.

O desgaste físico é presente em todas as atividades, entretanto nas vezes em que ele ocorre de formas mais intensas seu risco de acidente e perda de produtividade será maior. Pensando justamente na produtividade dos funcionários algumas empresas desenvolvem programas de alongamento.

Para mostrar um pequeno exemplo do estresse muscular, trabalhadores que passam um longo tempo em sua mesa podem estar colocando sua vida em risco, aumentando as chances de desenvolver coágulos no sangue devido a alteração no retorno venoso. Pesquisadores descobriram que em média um terço dos pacientes que dão entrada em hospitais com trombose venosa profunda (TVP) são funcionários de escritórios, ou seja, que passam horas sentados diante de um computador.

O último estudo realizado por uma equipe da Nova Zelândia examinou uma amostra de 62 pessoas hospitalizadas com coágulos no sangue, e constatou que 34% destes pacientes haviam ficado sentadas à escrivaninha durante períodos de três ou quatro horas sem se levantar, e esse problema é mais comum nas indústrias de tecnologia da

informação e em indústrias que possuem centrais de atendimento telefônico.

É muito comum observarmos as pessoas trabalhando por mais horas, e não fazendo um intervalo para o almoço, preferindo, ao invés disso, comer um sanduíche sentados em sua própria mesa de trabalho enquanto respondem a e-mails pessoais.

Este tipo de comportamento traz problemas físicos às pessoas porque elas não estão se exercitando.

O alongamento durante o expediente é uma forma fácil e eficiente de relaxar a musculatura, auxiliar no alívio do estresse físico, melhorar a concentração, aumentar a motivação, diminuir a fadiga mental, melhorar a conscientização postural, diminuir as dores musculares, e reduzir os riscos de lesões repetitivas.

Ele pode ser feito durante um pequeno intervalo de 10 minutos por setor na jornada de trabalho, sendo uma forma preventiva a lesões e doenças ocupacionais.

Se sua empresa não possui um "momento" voltado para este tipo de exercícios, você mesmo pode fazê-los ou sugerir que seja implantado.

Após esses exercícios, será visível a percepção na melhora e desenvolvimento da postura e a facilidade em dar continuidade no trabalho, se o alongamento for periódico com certeza a empresa irá perceber a diferença no cotidiano e as dores por falta de exercícios desaparecerão. ☺

Dr.^a Mariana Cristina Roseiro Martins
FISIOTERAPEUTA

Fundacentro promove evento em Vitória (ES) nesta sexta

DIA MUNDIAL DA SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

25 abril 2014
Auditório FUNDACENTRO/ES
às 13 horas

Segurança e Saúde no uso de Produtos Químicos no Trabalho

"Cenário Mundial sobre Saúde e Segurança Química no Trabalho"
Arlene S. A. Arcuri - Fundacentro/CTN
Valéria R. F. Pinto - Fundacentro/CEES

"Acidentes no Transporte de Produtos Perigosos"
Igor P. Moreira - PRF

"Ações Preventivas no Setor de Mineração no ES"
José Geraldo Aguiar - Fundacentro/CEES

MESA DE DEBATE

"Ações Preventivas na Exposição aos Produtos Químicos no ES"



Como entidade de prevenção de acidentes e doenças no trabalho, a FUNDACENTRO e suas diversas representações estaduais promovem, anualmente, um momento de reflexão pelas vítimas de acidentes e doenças profissionais.

Desta forma, visamos a conferir maior visibilidade ao assunto e proporcionar a reflexão e o debate da situação também no Brasil.

Este ano a OIT – Organização Internacional do Trabalho – propôs o tema "Saúde e Segurança no Uso de Produtos Químicos no Trabalho".

Assim, a pessoa do Eng^o Francisco Gusmão (Um dos organizadores do evento) a Fundacentro (ES) convidar para o evento "Dia Internacional em Memória às Vítimas de Acidente de Trabalho", que ocorrerá no Auditório da FUNDACENTRO/ES, em 25 de abril (sexta-feira), das 13h às 18h.

Participem! ☺



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



MultSeg
(18) 3641-8015

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



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; PPRA; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP

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

Clique aqui

Dilma Roussef aprova Marco Civil durante NetMundial

Nesta quarta-feira (23/04/2014), durante o evento NETMundial, em São Paulo, a presidente Dilma Rousseff assinou a aprovação do Marco Civil da internet. O projeto, que estabelece direitos e deveres da rede mundial no Brasil, tinha sido aprovado na terça-feira à noite pelo Senado.

O texto chegou à Câmara em 2011 e ganhou força após as denúncias de espionagem, quando o Palácio do Planalto pediu urgência constitucional para a matéria. O governo precisou ceder e alterar o texto frente às resistências do PMDB e de outros partidos da base aliada.



O Senado aprovou sem alterações o marco civil da internet (PLC 21/2014). Embora a oposição tenha firmado a necessidade de mais tempo para discussão sobre o tema, uma manobra regimental do governo possibilitou a inversão de pauta e colocou o projeto como primeiro item da Ordem do Dia desta terça-feira (22). O interesse da base foi a aprovação rápida e sem emendas para que o projeto vire lei durante o seminário Netmundial, que ocorre em São Paulo a partir desta quarta-feira (23).

O texto prevê uma série de direitos e deveres de usuários, empresas e órgãos públicos no uso da internet no Brasil, e estabelece princípios como a garantia à privacidade e à liberdade de expressão, além da chamada neutralidade da rede. Esse último ponto foi a principal fonte de divergência entre o Planalto e o PMDB quando tramitou na Câmara.

Concursos abrem 5 mil vagas com salários de até R\$ 11 mil

Oportunidades são para cargos de nível fundamental, médio e superior

Concursos públicos em todo o País com inscrições abertas oferecem atualmente 5.163 vagas para todos os níveis, com salários de até R\$ 11.213,14 mil, como no caso das vagas para delegado de polícia em Rondônia. As oportunidades são para diversas regiões do País. Confira processos seletivos que estão na fase inicial.

Algás
A Gás de Alagoas S.A. (Algás) abriu inscrições para preencher 100 vagas com salários de até R\$ 5.750,20. Os cargos são de assistente de processos organizacionais, técnico de processos operacionais, analista de processos organizacionais e engenheiro.

As inscrições vão até o dia 30 de abril e a taxa varia de R\$ 60 a R\$ 80. Os interessados devem se candidatar por meio do site da Copeve.

Desenvolve SP
A Agência de Fomento do Estado de São Paulo (DesenvolveSP) abriu inscrições para preencher 31 vagas e cadastro reservas para vagas de ensino superior. De acordo com o edital, os salários variam de R\$ 2.538,02 a R\$ 3.837,80.

Os interessados devem se inscrever até o dia 25 de abril por meio do site www.vunesp.com.br. A taxa é de R\$ 80.

AEM-MS
A Agência Estadual de Metrologia de Mato Grosso do Sul (AEM-MS) abriu vagas para preencher 41 vagas de níveis fundamental, médio e superior. Os salários variam de R\$ 668 a R\$ 1.337,50. Os cargos podem ser consultados no Diário Oficial do Estado.

As inscrições devem ser realizadas até o dia 30 de abril por meio do site www.concurso.ms.gov.br. As taxas são de R\$ 55,80 (fundamental), R\$ 93 (médio) e R\$ 148,80 (superior).

Banco do Nordeste
O Banco do Nordeste recebe inscrições para preencher 12 vagas de analista bancário, com salário de R\$ 2.043,36. A jornada é de 30 horas semanais, e os interessados devem ter nível médio completo.

As oportunidades são para os Estados de Alagoas, Bahia, Ceará, Espírito Santo, Maranhão, Minas Gerais, Paraíba, Pernambuco, Piauí, Rio Grande do Norte e Sergipe.

Os interessados devem se inscrever até o dia 8 de maio por meio do site www.fgv.br/fgvprojetos/concursos/bancodonordeste. A taxa é de R\$ 60.

Câmara do Rio de Janeiro
Até o dia 24 de abril, a Câmara Municipal do Rio de Janeiro recebe inscrições para preencher 78 vagas em cargos de nível médio e superior. Os salários são de R\$ 5.307,82 e R\$ 6.615,64, dependendo do cargo ([veja o edital](http://veja.o.edital)).

As inscrições devem ser efetuadas por meio do site <http://concursos.rio.rj.gov.br>. As taxas são de R\$ 50 e R\$ 60.

Cefet

O Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca do Rio de Janeiro (Cefet - RJ) está com inscrições abertas para concurso público que vai preencher 203 vagas em cargos de nível fundamental, médio e superior. Os salários variam de R\$ 1.547,23 a R\$ 3.318,70. As vagas podem ser consultadas por meio do edita.

Os interessados devem realizar as inscrições no site da Cesgranrio até o dia 28 de maio. As taxas variam de R\$ 30 a R\$ 65, dependendo do cargo.

Bombeiros do Rio de Janeiro
O Corpo de Bombeiros do Rio de Janeiro abriu inscrições para concurso que vai preencher 520 vagas em cargos de nível médio/técnico. São 400 vagas para soldado combatente e 120 vagas para cabo técnico de enfermagem – os salários não foram divulgados.

As inscrições devem ser realizadas até o dia 30 de abril por meio da página <https://www.funcefetconcurso.org.br/>, onde os interessados escolhem as vagas antes de preencher o formulário. A taxa é de R\$ 100.

Eberh
A Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (Eberh) abriu inscrições para preencher vagas em hospitais universitários do Piauí, Brasília e Triângulo Mineiro. Os salários variam de R\$ 2.406 a R\$ 7.774, de acordo com o cargo escolhido.

As oportunidades podem ser consultadas no site do Instituto AOCP, página na qual os interessados também deve efetuar as inscrições até o dia 22 de abril. As taxas são de R\$ 45 e R\$ 85, dependendo do cargo escolhido.

Hospital das Clínicas da UFMG

O Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) está com inscrições abertas para preencher 1.474 vagas. As vagas são para pessoas formadas em nível médio e superior (confira as vagas no edital), com salários de até R\$ 7.744,00.

As inscrições devem ser realizadas no site do Instituto APCD até o dia 27 de abril. As taxas são de R\$ 35 e R\$ 55, dependendo do cargo escolhido.

Inpe

O Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (Inpe) divulgou dois editais de concursos que visam preencher 68 vagas em nível técnico e superior. Os salários variam de R\$ 4.004,56 a R\$ 9.282,05, dependendo do cargo escolhido.

De acordo com os editais, as oportunidades são para as cidades de Cachoeira Paulista (SP) e São José dos Campos (SP). A carga horária é de 40 horas semanais.

As inscrições devem ser realizadas até o dia 24 de abril por meio do site do instituto. A taxa é de R\$ 130.

Polícia Civil do Piauí

A Polícia Civil do Piauí abriu inscrições para preencher 40 vagas, sendo 20 para delegado e 20 para escrivão. Os salários são de R\$ 3.194,35 (escrivão) e R\$ 10.914,54 (delegado).

As inscrições devem ser realizadas até o dia 2 de maio por meio do site <http://nucepe.uespi.br/>.

Polícia Civil Rondônia
A Polícia Civil de Rondônia abriu inscrições para preencher 144 vagas em cargos de nível médio e superior. As oportunidades são para cidades de todo o Estado ([conforme o edital](http://conforme.o.edital)), e os salários variam de R\$ 3.332,46 a R\$ 11.213,14.

As inscrições devem ser realizadas até o dia 29 de abril por meio do site da Funcab. As taxas são de R\$ 96 e R\$ 106, dependendo do cargo escolhido.

Polícia Militar de São Paulo
A Polícia Militar de São Paulo abriu concurso para preencher 220 vagas no Curso de Formação de Oficiais, com salário de R\$ 2.663,50. Os interessados devem ter, no máximo, 26 anos, e ter concluído o ensino médio.

As inscrições podem ser feitas até o dia 30 de abril pelo site da Vunesp. A taxa é de R\$ 130.

Prefeitura de Borba
A prefeitura da cidade de Borba (AM) abriu inscrições para concurso público que vai preencher 740 vagas, com salários que variam de R\$ 722,90 a R\$ 10.000. As oportunidades são para nível fundamental incompleto, fundamental completo, médio/ técnico e superior.

As vagas disponíveis podem ser consultadas no edita do concurso.

As inscrições podem ser realizadas até 26 de maio pelo site www.iaspec.com.br. A taxa varia de R\$ 50 a R\$ 70.

Prefeitura do Recife

A prefeitura do Recife abriu inscrições para preencher 1.355 vagas para Guarda Municipal. O salário é de R\$ 1.932,67, incluindo as gratificações. As provas serão realizadas no dia 1 de junho.

As inscrições devem ser realizadas até o dia 12 de maio por meio do site <http://www.ipad.com.br/guardarecife2014/>. A taxa é de R\$ 65.

Zoológico de São Paulo

A Fundação Parque Zoológico de São Paulo recebe, até o dia 30 de abril, inscrições para concurso que vai preencher 17 vagas em cargos de nível fundamental e médio/técnico. Os salários variam de R\$ 741 a R\$ 1.516.

As oportunidades podem ser consultadas no edita do concurso. As inscrições devem ser realizadas até o dia 30 de abril por meio do site www.cetroconcursos.org.br. As taxas são de R\$ 30 e R\$ 50.

[Confira 15 dicas para elaborar um currículo](http://Confira.15.dicas.para.elaborar.um.curriculo). ☺

Sucos funcionais emagrecem e combatem ressaca

Veja a mistura de frutas e verduras nos sucos e suas funções



Diurético

Ingredientes:

- 1 maçã (com casca)
- 200g Abacaxi (picado)
- 15g gengibre
- 100 ml água filtrada
- gelo filtrado
- açúcar ou adoçante a gosto

Modo de preparo:
Misture os 200g de abacaxi picado com maçã e gengibre. Acrescente a água filtrada até perceber a consistência que deseja do suco. Sirva com gelo e adoçante a gosto.

Cortesia Sucomania



Contra estresse

Ingredientes:

- 1 maracujá
- 1 maçã (com casca)
- 1 copo de água filtrada
- açúcar ou adoçante a gosto

Modo de preparo:
Separe 400 ml de suco de maracujá, acrescente uma maçã picada e bata tudo no liquidificador. Sirva com gelo e adoçante a gosto.

Cortesia Sucomania



Beleza da pele

Ingredientes:

- ½ cenoura
- 1 maçã (com casca)
- 300 ml de suco de laranja
- 20g colágeno
- açúcar ou adoçante a gosto

Modo de preparo:
Pegue os 300 ml de suco de laranja e acrescente meia cenoura picada, uma maçã e 20g de colágeno em pó. Bata tudo no liquidificador, sirva com gelo e adoçante a gosto.

Cortesia Sucomania