

Outubro Rosa: conheça os benefícios assegurados à trabalhadora com câncer



Lucas Bastillo - ASCOM/Ministério do Trabalho

Campanha anual teve início na década de 1990 com objetivo de estimular a participação da população no controle do câncer de mama

o câncer de mama é o tipo mais incidente na população feminina mundial e brasileira, atrás apenas dos casos de câncer de pele. No Brasil, segundo informações do Ministério da Saúde, este é também o tipo mais letal entre as mulheres e afeta, por ano, mais de 57 mil brasileiras. Com este mês dedicado aos cuidados e prevenção à doença, por mais um ano o Ministério do Trabalho adere à campanha do Outubro Rosa e esclarece quais os direitos da trabalhadora diagnosticada com câncer de mama.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Na fase sintomática da doença, toda trabalhadora cadastrada no Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) ou que tenha dependente com neoplasia maligna (câncer), poderá fazer o saque do recurso, assim como do benefício Pis/Pasep, este no valor de um salário mínimo e que poderá ser retirado

em agências da Caixa Econômica Federal ou Banco do Brasil. Nestes casos, a trabalhadora terá acesso ao saldo total de quotas e rendimentos.

Como foi o caso da servidora pública aposentada, Lúcia Elisa Silva, de 57 anos. Há 13 anos diagnosticada com câncer de mama, a trabalhadora precisou se afastar das atividades para iniciar o tratamento. “Busquei saber todos os meus direitos: usei o FGTS, o PIS e solicitei o Auxílio-doença”, conta Lúcia.

A servidora pública lembra ainda que após os quinze dias em que permaneceu recebendo o benefício do Auxílio-doença, pôde requerer a aposentadoria por invalidez já que havia realizado a retirada das duas mamas (mastectomia bilateral), como parte do tratamento. Para requerer o auxílio, como fez Lúcia Elisa Silva, é preciso estar na qualidade de segurada da Previdência Social e realizar um exame na perícia médica do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) para comprovação da incapacidade

para o trabalho. “Eu sentia dormência na ponta dos dedos dos pés e das mãos e fiquei com limitação muscular. Busquei os meus direitos e todas as vezes que vou fazer o tratamento compartilho com outras mulheres essas informações”.

Além da aposentadoria por invalidez, as trabalhadoras que necessitam de cuidados permanentes de outra pessoa, também têm direito a um acréscimo de 25% no valor do benefício. O adicional está previsto na Lei nº 8.213/91, conhecido por auxílio acompanhante. O acréscimo no valor da aposentadoria é um abono para trabalhadores aposentados que, por problemas de saúde, necessitam de um cuidador. O valor adicional é pago pelo INSS até o óbito do segurado.

Outras informações sobre a campanha do Outubro Rosa, acesse:

<http://www.inca.gov.br/outubro-rosa/N>
Assessoria de Imprensa - Ministério do Trabalho
Marília Marques

Rio Preto (SP) tem Seminário sobre gestão de documentos ocupacionais em atendimento ao eSocial

Evento será hoje (20 de outubro) no Senac de São José do Rio Preto (SP)

Será realizado hoje, dia 20 de outubro de 2016, das 13h00 às 15h00, no Auditório do Senac de São José do Rio Preto (SP), Rua Jorge Tibiriçá, 3518 – Vila Santa Cruz o **Seminário sobre Gestão de Documentos Ocupacionais em Atendimento ao eSocial**.

O objetivo do evento é sensibilizar e conscientizar todos os participantes da importância do cumprimento das normas relativas à segurança e saúde do trabalho, tendo em vista a implantação do eSocial, evitando autuações.

O Seminário é voltado para Técnicos e Engenheiros de Segurança do Trabalho, coordenadores de RH, advogados, contadores e demais profissionais interessados.

Serão apresentadas as palestras “Gestão de Documentos Segurança e Higiene Ocupacional em atendimento

ao eSocial” por Engº Renato Pires de Moraes; e “Gestão de Documentos Saúde Ocupacional” por Dr. Wilson José Custódio (Médico do Trabalho).



ROSINALDO RAMOS
ADVOCACIA PREVIDENCIÁRIA
advocacia.rosinaldoramos@hotmail.com
Presidente Prudente (18) 3903-1046
Presidente Epitácio (18) 3251-1284
Oswaldo Cruz (18) 3528-1146
Marília (14) 3414-1937

As inscrições devem ser feitas no local e o interessado deverá levar 01 kg de alimentação não perecível.

Mais informações (17) 2139-1699

Condições de trabalho colocam em risco a saúde de enfermeiros que dão assistência oncológica



Um estudo realizado com 231 enfermeiros da área de Oncologia do Instituto Nacional de Câncer do Rio de Janeiro (INCA) mostra que as características do trabalho desses profissionais podem causar sérios danos à saúde, principalmente doenças cardiovasculares. A pesquisa foi tese de doutorado do enfermeiro Juliano dos Santos, que também trabalha no INCA. O objetivo foi avaliar o risco cardiovascular e a prevalência de outros fatores de adoecimento, com destaque para a hipertensão arterial e a carga alostática, que avalia o nível de estresse crônico.

Trabalho em turnos alternados, elevada carga horária, exposição a constantes pressões psicológicas no atendimento a pacientes com câncer e seus

familiares, são algumas das características da atividade que favorecem o adoecimento. A Organização Internacional do Trabalho considera a enfermagem uma das profissões mais estressantes da atualidade.

Segundo Juliano, o estudo revelou dados alarmantes: mais de 40% dos profissionais pesquisados apresentaram nível de pressão arterial alterado no período de sono; 49,4% cortisol elevado (o que está relacionado com estresse crônico), além de 42,4% colesterol total limítrofe/alto. A pesquisa também mostrou que 55% apresentaram exaustão emocional e 39% prevalência de Síndrome de Burnout. “Outro agravante são os hábitos e estilos de vida desenvolvidos dentro do processo de trabalho, principalmente má alimentação e a falta de atividades físicas, que contribuem para esses resultados”, explica Juliano. O pesquisador chama a atenção para o fato de se tratar de profissionais relativamente jovens, na faixa etária entre 30 e 39 anos, e apenas com cinco anos em média de atuação na ins-

tuição.

Na edição desta semana do Podprevenir, programete de rádio na web sobre segurança e saúde no trabalho, Juliano apresenta outros dados da pesquisa e aponta possíveis saídas para o problema. Disponível também na versão mobile, o podcast pode ser acessado pelo endereço www.podprevenir.com.br

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazine/megazineinorminha/>

Trabalhadores da Limpeza

O canal de vídeos do site do Podprevenir traz nesta semana o audiovisual animado Trabalhador da Limpeza. Vamos Conversar? Produzido pela Fundacentro, o vídeo é uma adaptação da cartilha elaborada para orientar os trabalhadores da limpeza sobre os riscos de exposição a poeiras, vapores e gases de produtos utilizados na atividade cotidiana. Relaciona também alguns tipos de produtos de limpeza e situações que podem ser associadas aos sintomas de doenças como asma e rinite. **N**

No Pernambuco Canavieiros fecham convenção coletiva

Após seis rodadas de negociação que reuniram representantes do Ministério do Trabalho, dos sindicatos de trabalhadores e de empregadores, foi concluída a discussão da 37ª Campanha Salarial dos Canavieiros 2016. A negociação ocorreu no auditório da Superintendência Regional do Trabalho e Emprego em Pernambuco (SRTE/PE), com a mediação do auditor fiscal do Trabalho, Paulo Mendes.

Os trabalhadores rurais conquistaram aumento salarial de 9,39% sobre o salário da data-base, que passa a valer R\$944, e valor da cesta básica de R\$40. “Houve um ganho real acima do Índice Nacional de Preços ao Consumidor (IN-PC). No primeiro semestre deste ano, apenas 1/3 de todas as categorias conquistaram este índice, o que estimula outros profissionais a buscarem aumento real”, enfatizou Paulo Mendes.

A pauta de reivindicação foi composta por 97 itens. Um dos destaques da Convenção Coletiva foi a inclusão da aplicação de herbicidas com bomba costal, na Tabela de Tarefas; acesso aos resultados dos exames feitos por médicos contratados pelas usinas, com as despesas de deslocamento do trabalhador pagas pelas usinas e liberação do trabalho para realização dos exames. Foi



Mediação do Ministério do Trabalho foi decisiva para garantir aumento real de salários

definido ainda que o percentual da contratação de mulheres deve passar de 10% para 20%.

A Superintendência se comprometeu em reativar a Comissão Permanente Regional Rural (CPRR), com o objetivo de realizar estudos referentes à saúde e segurança dos canavieiros nos locais de trabalho.

Participaram da negociação a Federação dos Trabalhadores na Agricultura, Federação dos Trabalhadores e das Trabalhadoras Assalariadas Rurais, representantes do Sindicato da Indústria do Açúcar e do Alcool, Sindicato dos Cultivadores de Cana de Açúcar, da Confederação Nacional dos Trabalhadores na Agricultura (Contag) e do Departamento Intersindical de Estatísticas e Estudos Socioeconômicos (Dieese), além de centrais sindicais. **N**

Ass. de Imprensa; Karla Roque; Ministério do trabalho

No Rio de Janeiro Setrab e Ministério do Trabalho reabrem posto do Sine no Centro

Unidade atenderá Seguro-Desemprego e balcão de empregos a partir desta quinta-feira (20/10)

o Governo do Estado do Rio de Janeiro - por meio da Secretaria de Estado de Trabalho e Renda (Setrab), em parceria com o Ministério do Trabalho - por intermédio da Superintendência Regional do Trabalho e Emprego (SRTE/RJ) - reinauguram nesta quinta-feira (20/10), às 10 horas, a unidade do Sistema Nacional de Emprego (Sine-RJ), no Centro da cidade. O novo posto, localizado à Avenida Presidente Antônio Carlos, 251, substituirá a unidade Coderte que foi desativada.

O Sine/Centro atenderá das 8h30 às 17h para requerimento de Seguro-Desemprego e intermediação de mão de obra. A unidade, temporariamente, não

emitirá Carteira de Trabalho e Previdência Social (CTPS).



GoBrasil
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer
goobrasil.com.br

Intermediação de Mão de Obra - O serviço de intermediação de mão de obra visa aproximar a oferta de trabalho de quem procura emprego. Por meio das agências estaduais de Trabalho e Renda, distribuídas em todo o estado, o trabalhador tem a oportunidade de conquistar uma vaga de acordo com seu perfil profissional. Já o empregador, tem um excelente banco de dados para

disponibilizar suas vagas e encontrar o profissional ideal conforme o perfil de sua empresa.

Seguro-desemprego - O Seguro-Desemprego garante ao trabalhador demitido sem justa causa o recebimento do benefício temporário.

Para os 11 postos do Sistema Nacional de Empregos (SINE-RJ), na capital, o trabalhador deverá usar o Sistema de Atendimento Agendado (SAA) do Ministério do Trabalho com agendamento pela internet (<http://saa.mte.gov.br/>). As unidades funcionam de 8h30 até às 17 horas. **N**

Assessoria de Imprensa
Ministério do Trabalho

Araçatuba (SP) vai receber 9º Congresso Nacional da Bioenergia já está disponível



Evento acontecerá nos dias 9 e 10 de novembro de 2016, no campus do UniSalesiano, em Araçatuba/SP

Buscando apresentar o que há de melhor em novas tecnologias, sistemas de produção e conceitos modernos de gestão, um dos mais tradicionais eventos da cadeia bioenergética já está sendo preparado e tem data marcada. O **9º Congresso Nacional da Bioenergia**, acontecerá nos dias 9 e 10 de novembro de 2016, no campus do UniSalesiano, em Araçatuba/SP. "Principalmente em um momento de grande expectativa da retomada do setor, o evento de cunho técnico é uma ótima oportunidade para aprender com grandes profissionais, novidades dos diversos segmentos da bioenergia", destaca a Coordenadora de Treinamento da UDOP, Vanessa Olivieri.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Realizado pela UniUDOP – Universidade Corporativa da UDOP, desde 2008, uma das novidades para este ano são os descontos especiais para fornecedores de cana-de-açúcar, através da parceria com a Orplana. Associadas UDOP têm direito a 17 inscrições isentas cada.

Em 2015, o Congresso atingiu a marca de mais de 1.300 congressistas. Referência na troca de experiências entre os participantes e na difusão das boas práticas que podem ser aplicadas imediatamente nas respectivas empresas, o evento agrega muito valor e expertise para toda a cadeia. Participe da edição de 2016!

A 9ª edição do Congresso apresentará 11 salas temáticas, divididas entre as áreas: Administrativa/Financeira; Agrícola; Comunicação; Controladoria, Planejamento e Custos; Direito do Agronegócio; Industrial; Mercado, Comercialização e Logística; Recursos Humanos; Saúde, Segurança e Meio Ambiente do Trabalho; e Tecnologia da Informação, que já são conhecidas do seu público. A

novidade, porém, será a sala de Mecanização, que abordará toda a importância dessa revolução tecnológica e os questionamentos que este assunto traz na rotina de quem vive a bioenergia. Com isso, o evento acumula mais de 100 temas e 200 palestrantes e moderadores.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazinemegazineinorminha/>

Um dos momentos mais aguardados da programação é o debate promovido pela sala de Comunicação em parceria com a sala temática de Mercado, Comercialização e Logística. A discussão será pautada no tema "Sem políticas de Estado o setor é capaz de cumprir as metas da COP21". Participarão do debate grandes líderes do setor, sob a moderação do presidente da ABAG, Luiz Carlos Corrêa Carvalho.

A Sala saúde, segurança e meio ambiente do trabalho terá como Moderador **João Paulo de Almeida** – Coordenador Segurança e Saúde Ocupacional da Raízen.

Dentro dos 7 painéis da sala de SST serão apresentados os seguintes temas:

"Segurança de máquinas e equipamentos - Riscos e regulamentações" por Daniel Werner Zacher – Diretor-geral - Tryber Tecnologia;

"Vibração em máquinas agrícolas: Avaliação, controle e redução" por Tia-Go Becker - Professor - Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS;

"Incêndio em máquinas agrícolas: Riscos e prevenção" por Luciana Rossi Visentini - Assessora Técnica Comercial - Tryber Tecnologia;

"Ações e fiscalizações das NRS aplicadas ao setor produtivo da bioenergia" por Luiz Carlos Lumberas - Auditor Fiscal do Trabalho - Ministério do Trabalho e Emprego – MTE;

"Gestão, aplicação e fiscalização da norma regulamentadora de segurança em instalações e serviços de eletricidade" e "Discussão do anexo 4 da NR16 atividades e operações perigosas com energia elétrica" por Aguinaldo Bizzo de Almeida – Diretor - DPST Engenharia;

"Atualização do conjunto EPI para a condição perigosa provenientes de um arco elétrico e fogo repentino" por Maria do Carmo Chies - Gerente América Latina - Westex by Millinkem;

"Gestão SSMA no setor sucroenergético" por Fábio Fernandes Sant'Anna - Gerente de Saúde, Segurança e Meio Ambiente – Raízen;

"Norma regulamentadora para trabalhos em altura" por Gianfranco Pampalon - Auditor Fiscal do Trabalho – Ministério do Trabalho e Emprego – MTE;

"Hazop - Redução de riscos/NR13 na prática" por José Geraldo Darcie – Diretor - Fundamento Consultoria.

No dia 10 de novembro, Jantar de confraternização dos congressistas no Quarta Avenida Eventos - Rua Duque de Caxias, 1.900 - Araçatuba/SP.

Como participar?

Para saber mais sobre o evento, temas que serão abordados e palestras, acesse a página da UDOP:

http://www.udop.com.br/index.php?item=congresso_programacao&op=12#p rog.

Mais informações nos contatos (18) 2103-0528 ou uniudop@udop.com.br.

EQUIPE >>> **ACESSE AGORA** <<< **Araçatuba - (18) 3622.228**
(18) 99726.4329 (Vivo) – (18) 99131.9149 (Claro)
(18) 98127.9800 (Tim) – (18) 98814.5844 (Oi)

Cachoeiro de Itapemirim (ES) vai receber I Seminário de Saúde do Trabalhador

Tema será "Gestão da Saúde do Trabalhador: Integrando Ferramentas"

A Prefeitura Municipal de Cachoeiro de Itapemirim (ES), por meio da Secretaria de Saúde e CEREST-CI, irá realizar o "1º Seminário de Saúde do Trabalhador - Gestão da Saúde do Trabalhador: Integrando Ferramentas".

O evento será realizado no dia 26 de outubro de 2016 das 8 às 16h00 no Auditório "Padre Sanzio Cicatelli" Centro Universitário São Camilo, Bairro Paraíso – Cachoeiro de Itapemirim.

A abertura terá apresentação do Cerest-CI por Marta Lúcia Martins – Psicóloga Cerest-CI e na sequência:

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) por Dr. Francisco Senna de Oliveira Neto – MÉDICO DO TRABALHO;

Programa de Prevenção de Riscos

Ambientais (PPRA) por Antônio Carlos Garcia Júnior – Chefe de serviço técnico e pesquisador da Fundacentro, mestre em saúde coletiva.

ESCOLA DE BOMBEIRO PROFISSIONAL CIVIL
(18) 99612-7201
ARAÇATUBA - SP
elson.bombeiro@hotmail.com

Doenças ocupacionais de notificação compulsória por Érico Ferreira Malvasi – Enfermeiro do trabalho Prefeitura de Anchieta;

Comunicação de acidente de trabalho (CAT) por Gilson Ventura.

No encerramento haverá entrega de certificados e brindes para os participantes.



INSCRIÇÕES LIMITADAS!
Até 24/10/2016
cerestci.es@gmail.com
Tel.: (28) 3155-5402

CAIO CESAR CACHONI
EPSEG
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
caioepseg@terra.com.br

Oficina da Norma
Sistema de Gestão Integrados: Saúde e Segurança Ocupacional, Meio Ambiente e Qualidade
Patrícia Milla Gouvêa
Engenheira Bioquímica e SGI - patricia.milla@yahoo.com.br

Drones científicos revolucionam pesquisa ambiental em região de corais

(Foto de Karen Joyce/James Cook University)



Ilha de Heron, onde está a Grande Barreira de Corais, na Austrália

Corais, manguezais, florestas. Robôs voadores permitem acesso a áreas perigosas ou de difícil acesso. À DeutscheWelle, a pesquisadora Karen Joyce conta como drones mudaram seu trabalho e mostra imagens aéreas deslumbrantes.

Drones se tornaram uma ferramenta bastante utilizada para pesquisa e proteção ambiental. O uso desses dispositivos voadores permite que cientistas acessem áreas perigosas ou de difícil acesso, além de fornecerem dados em melhor resolução do que os satélites.

"Em vez de ver apenas a árvore, agora eu vejo cada folha, por exemplo. No recife posso distinguir os diferentes corais e as diferentes algas."

A pesquisadora ambiental Karen Joyce é professora no Centro para Pesquisa de Água Tropical e Ecossistema Aquático na Universidade James Cook em Cairns, na Austrália.

Joyce lida principalmente com o mapeamento de corais por meio de sistemas de sensoriamento remoto - e agora também com a ajuda de drones. Os robôs alados permitem o uso de câmeras térmicas, por exemplo, e fornecem uma gama de imagens panorâmicas espetaculares.

DW: O fato de a ciência usar a tecnologia dos drones é relativamente novo. Quais são as vantagens que os drones trazem para o seu trabalho?

Karen Joyce: A tecnologia dos drones transformou o nosso trabalho ao longo dos últimos três a cinco anos - e ainda o transforma. Um dos maiores benefícios para nós cientistas é que o robô voador nos permite examinar áreas que são de difícil acesso. Eu trabalho, entre outros locais, em manguezais. Eles são muitas vezes de difícil acesso, cheiram mal e não são completamente seguros - há crocodilos. Então é super vantajoso enviar um drone ao ar para ver o que se passa nessas áreas.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazinemegazineinorminha/>

O mesmo se aplica à Grande Barreira de Corais [na Austrália]: os drones nos permitem examinar uma área muito maior do que seria possível por meio de snorkeling ou mergulho.

Antes dos drones, eu utilizava principalmente dados de satélites. Mas com os drones eu recebo dados com muito mais detalhes. Em vez de ver apenas a árvore, agora eu vejo cada folha, por exemplo. No recife posso distinguir os diferentes corais e as diferentes algas. Posso até mesmo visualizar com bas-

tante clareza estrelas do mar, areia, peixes e tubarões - coisas que não consigo ver nas imagens de satélite.

Que informações os drones fornecem sobre os recifes? Foi possível descobrir algo que até então era desconhecido para você?

Um dos meus projetos é usar câmeras térmicas especiais para medir a temperatura da água. Este é um dos primeiros estudos que usam um drone para este fim. Com a câmera especial posso tirar fotos de águas quentes e frias, e ver como elas se movem por meio dos corais.

Isso nos permite definir a dinâmica do fluxo de água e como isso afeta os corais e outras criaturas que vivem nos recifes. Isso é muito interessante, porque não tínhamos como analisar antes da existência dos drones.

O que se destaca nas suas fotos tiradas com um drone é a beleza. Em particular as fotografias da Grande Barreira de Corais se parecem com obras de arte.

As fotos são incríveis. É realmente muito bom estar lá fora e capturar essas imagens coloridas. É muito inspirador. Dá-me grande prazer compartilhar as fotos, porque elas são realmente lindas.

ROSINALDO RAMOS
ADVOCACIA PREVIDENCIÁRIA
Presidente Prudente
(18) 3903-1046
Presidente Epitácio
(18) 3251-1284
Oswaldo Cruz (18) 3528-1146
Marília (14) 3414-1937
advocacia.rosinaldoramos@hotmail.com

No começo do ano passado eu passei uma semana na Ilha de Heron, no sul da Grande Barreira de Corais. Por meio de vídeo e fotografias capturados com o drone vi tartarugas marinhas, tubarões e arraias. Quando o robô está no ar nem suspeitamos, mas quando fazemos o download das imagens conseguimos ver o tanto de vida que há nos corais - e isso é realmente incrível. Durante o snorkeling pode-se perder uma coisa aqui e acolá - ver tudo a partir do ar é fantástico.

(Foto de Karen Joyce/Twitter)



Joyce envia seu robô voador a uma missão previamente programada. Ela opera o drone com um controle remoto e um computador. As imagens podem ser baixadas após a missão.

Por Charlotta Lomas

Fonte: DW Brasil

Patrícia Milla Gouvêa

Uma ótima semana a todos e até a próxima!



Ambiente Sustentável

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

Os benefícios do retrofit para a eficiência energética

A adequação e substituição de tecnologia visando um melhor desempenho ambiental é chamada de retrofit. A tecnologia está evoluindo rapidamente entre os fabricantes de lâmpadas, aparelhos de ar-condicionado e equipamentos auxiliares, permitindo ao consumidor buscar alternativas cada vez melhores e mais eficientes nos sistemas de iluminação e climatização de seus ambientes. O retrofit proporciona diversos benefícios com a modernização dos sistemas em termos de custos e de produtividade do usuário. Por isso, com o aumento nas tarifas, o sistema retrofit tem sido uma grande ferramenta para fomentar a eficiência energética em diversos setores, como é o caso da construção civil.



A modernização dos sistemas de ar-condicionado gera benefícios ambientais e econômicos

Um exemplo recente é o do edifício sede da Polícia Federal, em Brasília, onde os resultados da aplicação do retrofit foram muito positivos. Entre eles, a troca dos sistemas de ar-condicionado, por exemplo, representam a liberação de 828m² de área útil representando uma economia de R\$ 52.084 mil/mês caso este espaço fosse alugado, ou de R\$ 10,1 milhões no caso de compra de escritório desta dimensão; economia acima de dois mil litros diários no consumo de água; redução do consumo energético do edifício em 20% e funcionamento ininterrupto nas 24 horas - antes o sistema de ar condicionado funcionava das 7h00 às 17h30.

Com 22.120m², o sistema antigo do edifício contava com caixas de expansão que ocupavam uma área considerável do edifício. Com a substituição por sistemas novos, com fancoletes, houve um aumento da área útil de trabalho de 828m². De acordo com o engenheiro Ricardo Gibrail, sócio-diretor da Air System, empresa responsável pelo projeto de retrofit, o retorno do investimento feito no retrofit, com os ganhos em área útil e economia de água e energia, é obtido num prazo de oito anos considerando os valores de locação.

"Se considerarmos a quantidade e de edifícios antigos no Brasil, e os benefícios de se realizar o retrofit, a economia gerada é bastante substancial, além dos

ganhos com questão do conforto em ambientes internos para seus ocupantes", argumenta Gibrail.



Prédio da Polícia Federal em Brasília-DF

Inaugurado em julho de 1977, o edifício sede da Polícia Federal tem uma área útil de 22.120m² e conta com 15 an--dars, 10 de escritórios, uma sobrelaja, térreo e três subsolos. O modelo mostra a importância da climatização e eficiência energética em edifícios comerciais. Na maioria dos edifícios comerciais antigos - caso do edifício sede da Polícia Federal - o sistema de climatização é feito a partir de centrais de ar condicionado, e estas propiciam desconforto aos ocupantes em função da divergência em selecionar a temperatura mais agradável. Os equipamentos novos, instalados a partir de um projeto de retrofit em edifícios já existentes, contam com sistemas de automação cuja regulamentação orienta para uma temperatura entre 20° e 23°C, velocidade do ar não superior a 0,75m/s e umidade relativa do ar não inferior a 40%.

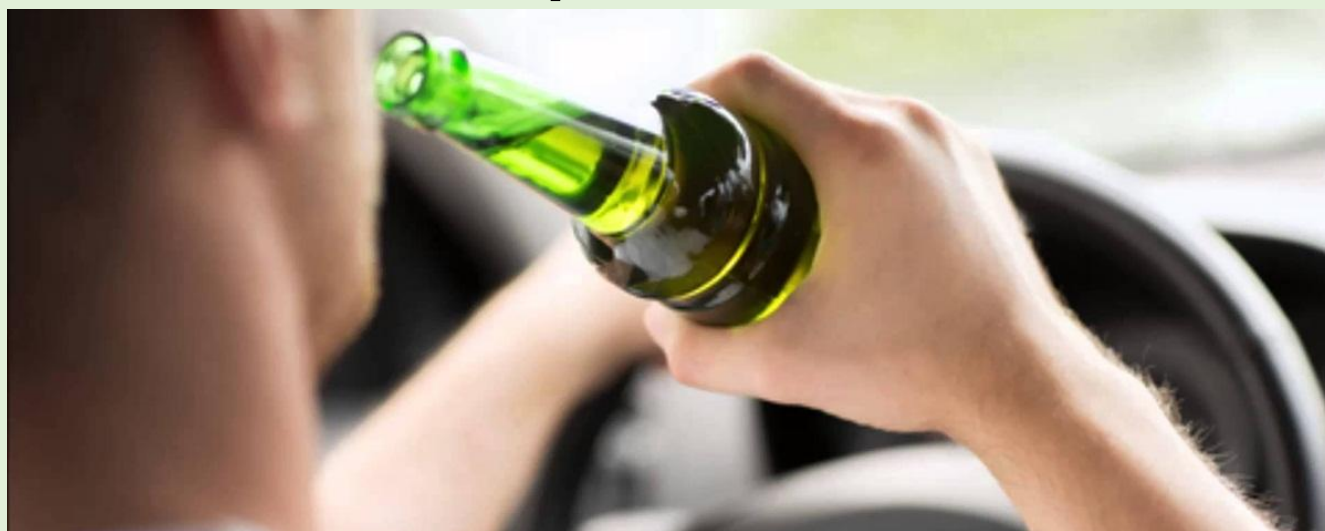


O retrofit auxilia na eficiência energética

Estudos do Procel constataam que, em edifícios públicos, os sistemas de ar condicionado correspondem a 48% do consumo energético, iluminação 23%, equipamentos de escritório 15%, cargas, bombas e elevadores 14%. Ainda segundo o Procel, os retrofits proporcionam uma redução de até 30% neste consumo.

Como o consumo de energia elétrica nas edificações correspondem a cerca de 45% do consumo total do país, o Programa Nacional de Eficiência Energética em Edificações (EDIFICA) tem o propósito de reduzir este consumo em 50% nas edificações novas e em 30% nas antigas, por meio de retrofits.

Multa para motoristas alcoolizados aumenta a partir de novembro



Lei seca: Valor atual, de R\$ 1.915, subirá para R\$ 2.934,70 devido a mudanças na legislação. O motorista ainda terá a carteira de habilitação suspensa.

Quem for pego pela Operação Lei Seca dirigindo alcoolizado ou se recusar a fazer o teste do bafômetro, a partir do dia 1º de novembro, pagará uma multa muito superior ao valor cobrado atualmente, que é de R\$ 1.915.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA <http://www.magazinevoce.com.br/magazine/emagazine/norminha/>

Devido a mudanças na legislação de trânsito, o valor subirá para R\$ 2.934,70 e o motorista ainda terá a carteira de habilitação suspensa pelo prazo de 12 meses.



O motorista que falar ao celular enquanto dirige será penalizado com mais rigor: de infração média (multa de R\$ 85,13) para gravíssima (R\$ 191,54)

O motorista que falar ao celular enquanto dirige também será penalizado com mais rigor: de infração média para gravíssima. Quem estacionar indevidamente em vaga de idoso ou deficiente perderá sete pontos na carteira.

De acordo com o coordenador da Lei Seca, tenente-coronel da Polícia Militar,

Marco Andrade, para que o trânsito seja humanizado, é necessário a contribuição de todos. Existe o esforço legal de tentar inibir as transgressões por meio das penalizações. A multa é para chamar a atenção.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA <http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

"O grande objetivo é a reeducação, não temos prazer em multar", explicou. Lei Seca

A Operação Lei Seca, iniciada em 2009, trouxe uma mudança para a realidade da segurança nas ruas e estradas do Estado do Rio.

Segundo dados do Instituto de Segurança Pública (ISP) e do Departamento Nacional de Trânsito (Denatran), o número de mortes em 2009 foi de 59 por 100 mil veículos. No ano passado, ficou em 29 para cada 100 mil veículos, uma redução de aproximadamente 50%.

Segundo o coronel Marco Andrade, "há sete anos, 20% dos motoristas eram flagrados sob efeito do álcool. Hoje, este número caiu para 7%. Da mesma forma, esperamos um amadurecimento com relação ao uso do cinto de segurança no banco de trás, com a não utilização do celular ao volante e o respeito às regras de velocidade. Precisamos que a sociedade compre essa ideia", afirmou.

De acordo com a Organização Mun-

dial de Saúde (OMS), o Brasil é o quarto país do mundo com o maior número de mortes em acidentes de trânsito por ano.

O País tenta cumprir uma meta estipulada pela Organização das Nações Unidas (ONU): uma redução em 50%, no período 2011-2020, de casos fatais em acidentes viários.



Reajustes

A partir de 1º de novembro de 2016, os valores das multas por infrações de trânsito terão aumento. Os ajustes serão realizados com base em alteração no Código de Trânsito Brasileiro (CTB), por meio da lei federal n.º 13.281, sancionada em 4 de maio deste ano.

A infração gravíssima, que antes tinha multa no valor de R\$ 191,54, passará a custar R\$ 293,47. Já as multas consideradas graves serão ajustadas para R\$ 195,23. Anteriormente, o valor desta penalidade era de R\$ 127,69.

Para infração média, o valor passa de R\$ 85,13 para R\$ 130,16. Já as infrações leves, que custavam R\$ 53,20, passam a totalizar R\$ 88,38.

Fonte: Portal Brasil, com informações da Agência Brasil, Denatran e Ministério das Cidades

Senac Araçatuba realiza Sala de Educadores nesta quinta

Evento gratuito aborda temas relacionados à aprendizagem e à conexão com o mercado e o mundo

Hoje, dia 20 de outubro, o Senac Araçatuba (SP) realiza mais uma palestra da Sala de Educadores com o psicólogo e pedagogo, Júlio César Furtado dos Santos, que ministrará a palestra Avaliando o desenvolvimento de competências em sala de aula.



O evento acontece às 19 horas, no Hotel Riviera e tem participação gratuita. A 10ª edição da Sala de Educadores, evento que promove debates e encontros com profissionais da área da educação, tem como tema Ação coletiva: ampliando olhares e repensando práticas e vai refletir exatamente o que a Sala de Educadores vem construindo ao longo dos anos: a colaboração e o espaço de troca, ampliando o olhar sobre a prática profissional do educador.



O evento visa promover a reflexão para uma aprendizagem com autonomia, a escolha formativa e a conexão com o mercado e com o mundo, incentivando também o Jeito Senac de Educar. "O público é convidado a participar ativamente do encontro, trazendo suas observações, dúvidas e contribuições. A ideia da Sala de Educadores é ser um espaço colaborativo para construção conjunta do conhecimento, explica Carolina Tiemi Sato Komatsu, coordenadora da área de educação do Senac São Paulo.

As inscrições podem ser feitas em www.sp.senac.br/aracatuba. Informações pelo telefone (18) 3117-1000. N

Fundacentro no ES reabre nova turma para a palestra Técnica Caldeiras e Vasos de Pressão

Coordenação reabre nova turma Por ACS/ A. R. em 13/10/2016

Em atendimento à solicitação do público, a coordenação da palestra Técnica Caldeiras e Vasos de Pressão da Fundacentro no Espírito Santo decidiu compor uma nova turma.

A primeira palestra, com vagas esgotadas foi realizada ontem dia 19 de outubro, e a segunda (para a nova turma), no dia 26 de outubro. Para ambas, o conteúdo programático será o mesmo.

Leia mais sobre o conteúdo programático e informações gerais.

Inscrições para a turma do dia 26 de outubro

Informações poderão ser obtidas pelo telefone (27) 3315-0040, ramal 220 com Raquel.

O auditório da Fundacentro está localizado à rua Cândido Ramos, 30, Jardim da Penha - Vitória, ES. N

Divulgue sua empresa nas edições de Norminha São mais de 2,5 milhões de profissionais em todo Brasil que recebem as edições gratuitamente no seu e-mail.

Fale conosco! contato@norminha.net.br



COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA <http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>



Vitória (ES) terá mais uma Palestra Técnica Caldeiras e Vasos de Pressão - Conhecendo a NR-13

Evento será neste próximo dia 26 de outubro no Auditório da FUNDACENTRO/ES

Objetivo é ampliar os conhecimentos sobre os agentes de riscos ocupacionais envolvidos nas atividades com Caldeiras e Vasos de Pressão, de modo a se buscar o reconhecimento, avaliação e o seu controle, visando a prevenção da integridade física dos trabalhadores na operação destes equipamentos, através do devido cumprimento dos procedimentos preconizados na Norma Regulamentadora Nº 13.

Contribuir para a formação de agentes multiplicadores, na socialização de informações e em sua conscientização, na busca da redução / eliminação dos acidentes do trabalho nesta atividade operacional.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Esta será a segunda apresentação, a pedido, e voltado para Profissionais e estudantes da área de segurança e saúde no trabalho e de engenharia afins à atividade, trabalhadores, sindicalistas e empresários proprietários destes equipamentos.



O expositor será **Eduardo Orestes Jaeger**, Engenheiro Mecânico e de Segurança do Trabalho Analista de Sistemas / MBA Petróleo e Gás.

A coordenação ficará a cargo de **Natônio Carlos Garcia Júnior** – Fundacentro – ES.

Será no dia 26 de Outubro de 2016, das 14h às 17h.

Número de vagas: 90

Inscrições: Gratuitas

Local: Auditório da FUNDACENTRO/ES; Rua Cândido Ramos, nº 30, Edifício Chamonix - Jd. da Penha.

Informações:

(27) 3315-0040 Ramal 220 – Raquel [Clique aqui e faça sua inscrição.](#) **N**

Técnico de Segurança do Trabalho lança Manual de Segurança do Trabalho e Meio Ambiente



Santo Aparecido de Oliveira Rocha **COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA**
<https://www.magazinevoce.com.br/magazinemegazine/norminha/>

Técnico de Segurança do Trabalho, **Santo Aparecido de Oliveira Rocha** promoveu coquetel de lançamento do seu livro “Manual de Segurança do Trabalho e Meio Ambiente”.

O evento ocorreu no último sábado, dia 15 de outubro de 2016, com a presença de diversos amigos das áreas de segurança e meio ambiente.



Neste livro o leitor encontrará um orientador básico de segurança voltado para as empresas, no que se refere à conscientização sobre a prevenção de acidentes, e também ao meio ambiente.

Este manual explica o conceito de educação e ao mesmo tempo informa sobre a importância da prevenção de acidentes, principalmente no ambiente fabril.

Conscientização, educação e prevenção norteiam esta obra.

Parabéns Rocha, pela dedicação, empenho e visualização em dividir seus conhecimentos.



Lembrando que o livro já está no site da editora para a venda:

www.lcm.com.br

EDITORA CIÊNCIA MODERNA **N**

Vitória terá Seminário Técnico sobre Trabalho em Altura

Será no Auditório do CREA-ES, na Av. Cesar Hilal, 700, Ed. Yung, 1º andar – Bento Ferreira, no dia 26 de outubro de 2016

Inscrições gratuitas: contato@trabalhoevidas.com.br

Pré-agenda

09h00 Mesa de abertura

Fernando Otavio Campos da Silva – Diretor de Relações Trabalhistas do Sinduscon-ES;

Maria Angela Pizzani Cruz – Chefe do Centro Estadual do Espírito Santo – Fundacentro;

Paulo César Borba Peres – Presidente do Sintraconst-ES;

09h30 Mesa de debates: “Critérios e prioridades para segurança em trabalhos em altura”.

Debatedores:

José Eduardo Freire de Menezes – Chefe do Setor de Saúde e Segurança no Trabalho – SEGUR – SRTE-ES

Representante do TRT-17ª Região

Representante da PRT – 17ª Região

10h15 Palestra: “Implementação da NR 35 em canteiros de obra” Palestrante: Juarez Correia Barros Junior – Engenheiro de Segurança do Trabalho

10h45 Intervalo para o café

11h00 Palestra: “Boas práticas em trabalhos em altura no setor siderúrgico”.

Palestrante: Representante da Arcelor Mittal em consulta

11h30 Palestra Técnica da Sobratema.

Palestrante apoiador em consulta

12h00 Palestra: “Gestão de trabalhos em altura na distribuição de energia elétrica” Representante da EDP Brasil

12h30 Mesa: “Alimentação dos trabalhadores e seus impactos na gestão de SST- PAT”

Raphael Rodrigues – Gerente de Relações Institucionais da Ticket Serviços S.A

Nutricionista da Gerência de Segurança e Saúde do Sesi - ES

Coordenadora Técnica do CRN – 4ª Região. **N**

Jaboticabal recebe ação do Outubro Rosa



Parceria entre Senac, ABRAPEC e Secretaria da Saúde promove atividades gratuitas para população

No próximo sábado (22), Jaboticabal (SP) receberá um evento especial para as mulheres: a campanha Outubro Rosa. Com o objetivo de conscientizar o público sobre o câncer de mama e promover a saúde, a ação é uma parceria entre Senac, ABRAPEC (Associação Brasileira de Assistência às Pessoas com Câncer) e Secretária Municipal da Saúde.

Gratuita, a programação acontece das 9 às 13 horas, na Praça 9 de julho, e dará doses extras de autoestima e bem-estar às participantes. Espaços dedicados à orientação sobre autoexame e qualidade de vida serão destaques durante todo o dia. Alunos do curso Técnico em Enfermagem do Senac Jaboticabal promoverão ainda um teatro com explicações sobre os exames preventivos e as consultas ginecológicas. Outro grupo fará uma atividade com os Mamma-heróis, personagens que declamarão frases motivacionais às mulheres.

“É uma ação voltada para a conscientização da saúde feminina, mas filhos, maridos e pais devem e podem participar para motivar o autoexame, entender a doença e oferecer apoio familiar”, diz Simone Melo, docente do Senac Jaboticabal. “A união do Senac com a ABRAPEC e a Secretaria da Saúde mostra a relevância de abordar o assunto neste mês tão especial”, completa. **N**

Servente que limpava celas e banheiros coletivos em delegacia de polícia receberá adicional de insalubridade



A juíza Jaqueline Monteiro de Lima, titular da 43ª Vara do Trabalho de Belo Horizonte, condenou empresa pagar o adicional de insalubridade em grau máximo (40%) a uma servente que trabalhava na limpeza de celas e banheiros coletivos na Central de Flagrantes da Polícia Civil, na capital.



De acordo com a perícia realizada, a trabalhadora limpava, diariamente, seis banheiros privativos nas salas de policiais e mais dois banheiros de atendimento ao público, com quatro vasos sanitários cada. Em caso de necessidade, auxiliava a colega responsável pela limpeza do andar de baixo, o que ocorria de uma a duas vezes por semana, durante três horas. Ainda conforme apura-

rante três horas. Ainda conforme apurado, a reclamante varria e limpava o piso das salas administrativas e corredores das instalações da delegacia e auxiliava na limpeza de duas celas no primeiro andar e uma cela na garagem, com instalações sanitárias. Os presos eram removidos das celas e deslocados para outro local durante a limpeza.

Na visão da juíza sentenciante, o contexto atrai a aplicação da Súmula 448 do TST. Isto porque ficou provado pela perícia que a servente realizava a higienização de instalações sanitárias que se destinam a uso público ou coletivo de grande circulação. Nesse sentido, a decisão registrou o que prevê o item II da Súmula: “A higienização de instalações sanitárias de uso público ou coletivo de grande circulação, e a respectiva coleta de lixo, por não se equiparar à limpeza em residências e escritórios, enseja o pagamento de adicional de insalubridade em grau máximo, incidindo o disposto no Anexo 14 da NR-15 da Portaria do MTE nº 3.214/78 quanto à coleta e industrialização de lixo urbano”.

Considerando notória a grande circulação de pessoas, por tratar-se de delegacia de grande metrópole, a juíza entendeu ser devido o pagamento do adi-

cional de insalubridade em grau máximo. A decisão se baseou na regra do Anexo 14 da NR-15 da Portaria 3.214/78 do Ministério do Trabalho e Emprego, conforme disposto no item II da Súmula 448/TST.

Com base nesses fundamentos, foi deferido à trabalhadora o pagamento do adicional de insalubridade, em grau máximo (40%). A decisão determinou que a parcela seja calculada sobre o salário-mínimo legal, mês a mês, com reflexos em férias com 1/3, 13º salários e com todas estas parcelas, inclusive reflexos, em FGTS a ser depositado, por se tratar de contrato de trabalho em vigor.

A empresa recorreu, mas o TRT de Minas manteve a decisão. A conclusão da Turma julgadora foi a de que a servente estava exposta ao agente biológico concernente ao lixo presente nos banheiros. “Um lixo que é produzido em decorrência de uso por pessoas indeterminadas de banheiro coletivo concerne a lixo urbano”, constou do voto. **N**

Colaborou: Dr. Enrique Diez Parapar, Fisioterapeuta do Trabalho – Professor de Educação Física

EDP Consultoria – Ergonomia e Higiene Ocupacional

Ministro recebe presidente do sindicato das empresas de telecomunicações



Audiência tratou sobre propostas para geração de empregos no setor

Em reunião nesta terça-feira (18), em Brasília, o ministro do Trabalho, Ronaldo Nogueira, recebeu a presidente do Sindicato Nacional das Empresas Prestadoras de Serviços em Telecomunicações (Sinsital), Vivien Mello Suruagy. No encontro, foram debatidas a contratação de serviços especializados e as medidas para geração de mais empregos no setor das telecomunicações. **N**

Porto Velho (RO) recebe hoje o 1º Fórum Regional Interestadual Fenatest – Região Norte

O evento é uma realização da FENATEST (Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho) e Co-realização: SINTEST-RO (Sindicato dos Técnicos de segurança do Trabalho do Estado de Rondônia).

O Fórum será realizado hoje, 20 de Outubro de 2016 das 9 às 17h00, no Auditório SINDUSCON, Rua José Camacho, 2574 – Bairro Liberdade – Porto Velho (RO).

Estarão presente Presidentes dos SINTESTs AM, RO, TO, PA e Vice Presidente FENATEST/NO.

O evento é aberto para todos os técnicos de segurança do trabalho da região norte do Brasil e interessados.

O temas a serem apresentados e debatidos são:

“Fiscalização do Ministério e ações do Governo em Segurança e Saúde no Trabalho na Região Norte”, por Juscelino José Durgo;

“eSocial como benefícios para os trabalhadores, empregadores e a prevenção de acidentes”, por Eng. Eduardo Milanelli;

“A PNSST – Plano Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho” por Armando Henrique;

“Ética profissional em Segurança e Saúde no Trabalho” por Aldemir Amaral.

Terá Ações integradas em SST na região interações Institucionais. **N**

CURSOS E EVENTOS



Programa de Atividades da Secretaria de Desenvolvimento Profissional

Agenda 2016

CLIQUE sobre o curso do seu interesse, tenha acesso a todas as informações e faça sua inscrição agora mesmo!

Curso Instrutor de Segurança em Trabalho em Altura NR35

24 à 29/10/2016

Associado em dia R\$400,00 - demais R\$800,00

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

Curso Instrutor de Segurança em Trabalho em Altura NR35

27 à 29/10/2016

Associado em dia R\$400,00 - demais R\$800,00

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

Curso Prático de Nós e Amarras

29/10/2016

Valor Único: R\$50,00

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

PPR Programa de Proteção Respiratória

04 e 05/11/2016

Associado em dia R\$210,00 - demais R\$420,00

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

Instrutor de Segurança em Ponte Rolante

29 e 30/10/2016

Associado em dia R\$350,00 - demais R\$700,00

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

Sistema de Avaliação de Segurança, Meio Ambiente e Qualidade - SASSMAQ

31/10 à 04/11/2016

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

Primeiros Socorros, RCP e DEA

22/10/2016

Associado em dia R\$300,00 - demais R\$600,00

CLIQUE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

TODOS OS CURSOS DISPONÍVEIS NA SEDE DO SINTESP E NAS REGIONAIS CLIQUE AQUI E TENHA TODAS AS INFORMAÇÕES

SINTESP

Ética, competência, dignidade e compromisso com a categoria

PRIMEIRO PASSO

O JORNAL DO SINTESP

CLIQUE AQUI E LEIA

EDIÇÃO Nº 286 OUTUBRO/2016

Desafio Senac: Alunos no Comando colabora na escolha da atuação profissional na área de hotelaria



Atividade oferece aos participantes a oportunidade de desenvolver competências de gestão e liderança

Desafio Senac: Alunos no Comando, que acontece entre 21 e 23 de outubro, chega a sua 5ª edição acumulando grandes histórias e possibilitando muitas experiências aos alunos participantes. A atividade permite que os estudantes desenvolvam habilidades que serão úteis em toda a vida profissional, independentemente do ramo de atuação escolhido.

É o caso de Lyane Passarella, que atualmente trabalha na área de marketing em uma operadora mexicana de restaurantes. “Para decidir em qual área da hotelaria queria seguir, optei por estagiar em diferentes ramos até escolher de qual gostava mais. O Alunos no Comando me proporcionou justamente a oportunidade de colocar em prática toda a hospitalidade e excelência em serviço que praticamos durante os quatro anos de formação”, afirma a ex-aluna. Formada no Bacharelado em Hotelaria, ela participou da primeira edição do Alunos no Comando como gerente de eventos. “Fizemos questão de trazer para a primeira edição toda a hospitalidade e excelência em serviço que praticamos durante os quatro anos de formação. A experiência foi incrível e me ajudou muito profissionalmente”, comenta.

Já a ex-aluna do Bacharelado em Hotelaria, Fernanda Durazzo, atua hoje como coordenadora de treinamento em uma empresa voltada para o aumento de produtividade e receita dos funcionários. “Quando entramos nesta faculdade estamos com a cabeça focada apenas para o mundo dos hotéis, porém o curso, algumas palestras e principalmente o Alunos no Comando, nos fazem sair da caixa e entender as múltiplas possibilidades na carreira. A minha atuação hoje em dia é um exemplo disso”, explica. Ela participou das duas primeiras edições, em 2012 e 2013. Na primeira, foi gerente de governança e, na segunda edição, subgerente geral e gerente de alimentos e bebidas. “Foram experiências incríveis, especificamente no que se refere ao impacto no meu desenvolvimento”, complementa.

O Desafio Senac: Alunos no Comando é uma disciplina optativa que permite o desenvolvimento das competências de gestão e liderança para os estudantes dos cursos Bacharelado e Tecnologia em Hotelaria, Tecnologia em Gastronomia e Tecnologia em Eventos do Centro Universitário Senac.

Prática Profissional em Hotelaria
O Centro Universitário Senac oferece dois cursos de graduação na área de hotelaria: o Tecnologia em Hotelaria, com dois anos de duração, disponível no Senac Aclimação, próximo à estação Vergueiro do metrô, na capital, e no campus Águas de São Pedro, no interior; e o Bacharelado em Hotelaria, com quatro anos de duração, disponível no campus Santo Amaro.

A prática profissional em hotelaria é um componente curricular obrigatório em ambos os cursos e prevê que os alunos cumpram 144 horas de atividade prática em um dos hotéis-escola Senac. Nesse período, os alunos que estudam na capital ficam hospedados nos alojamentos dos campi e passam por todos os postos de atividades dos hotéis, vivenciando, dessa forma, o funcionamento de um hotel com alto padrão de serviços. A experiência é imprescindível para os alunos se candidatarem às funções de liderança do Alunos no Comando.

Para os alunos do Bacharelado em Hotelaria há ainda uma segunda prática profissional obrigatória: são 18 horas nas quais eles acompanham junto aos executivos de vendas dos hotéis-escola Senac, na capital, momento em que desenvolvem competências voltadas à gestão e comercialização de serviços hoteleiros.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA

<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

O hotel-escola é um exemplo concreto do modelo educacional do Centro Universitário Senac, que integra a operação comercial de empreendimentos hoteleiros de alto padrão de qualidade ao aprendizado nas áreas de hotelaria e gastronomia. No Grande Hotel São Pedro e no Grande Hotel Campos do Jordão, o aluno tem a oportunidade de aprender vivenciando atividades reais da profissão, o que possibilita desenvolver capacidade de análise para entender e conduzir imprevistos, além de atuar em equipe, sempre com qualidade e ética.

Inscrições abertas – o Centro Universitário Senac está com as inscrições abertas para o processo seletivo do 1º semestre de 2017 para cursos de graduação. Para se inscrever, os candidatos devem acessar o Portal Senac www.sp.senac.br/vestibular, checar as vagas disponíveis e preencher a ficha de inscrição on-line. Para quem optar por realizar uma prova de redação, o valor da inscrição é de R\$ 50. Outra opção é utilizar a nota de redação do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Neste caso, a taxa de inscrição é de R\$ 20. **N**

Inscreva-se no processo seletivo do 1º semestre de 2017 para cursos de graduação. Para se inscrever, os candidatos devem acessar o Portal Senac www.sp.senac.br/vestibular, checar as vagas disponíveis e preencher a ficha de inscrição on-line. Para quem optar por realizar uma prova de redação, o valor da inscrição é de R\$ 50. Outra opção é utilizar a nota de redação do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Neste caso, a taxa de inscrição é de R\$ 20. **N**

Inscreva-se no processo seletivo do 1º semestre de 2017 para cursos de graduação. Para se inscrever, os candidatos devem acessar o Portal Senac www.sp.senac.br/vestibular, checar as vagas disponíveis e preencher a ficha de inscrição on-line. Para quem optar por realizar uma prova de redação, o valor da inscrição é de R\$ 50. Outra opção é utilizar a nota de redação do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Neste caso, a taxa de inscrição é de R\$ 20. **N**

MTE reconhece os perigos do benzeno e baixa medidas rigorosas aos postos de combustíveis

Entre as novas medidas: agora os postos de combustíveis é que ficarão responsáveis pela lavagem dos uniformes dos frentistas

O Ministério do Trabalho e Emprego – MTE divulgou a Portaria MTE Nº 1109 de 21/09/2016 em que finalmente reconhece os perigos do benzeno (um dos componentes dos combustíveis nocivos à saúde humana) e determina alguns procedimentos de segurança, que devem ser tomados pelos postos de combustíveis de Mato Grosso do Sul e de todo País.

“Essa portaria é a bandeira pela qual sempre lutamos”, afirma José Hélio da Silva, presidente do Sinpospetro/MS (Sindicato dos dos Empregados em Postos de Serviços de Combustíveis Derivados de Petróleo do Mato Grosso do Sul), “pois especifica também alguns cuidados e recomendações aos trabalhadores e dá prazo para que os postos se adequem aos itens da nova lei”, explica.

Aos trabalhadores em postos reven-

dedores de combustíveis (PRC) com atividades que impliquem em exposição ocupacional ao benzeno, serão fornecidos, gratuitamente, pelo empregador, uniforme e calçados de trabalho adequados aos riscos. A higienização dos uniformes será feita pelo empregador com frequência mínima semanal.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazine/megazine/norminha/>

O empregador deverá manter à disposição, nos postos de combustíveis, um conjunto extra de uniforme, para pelo menos 1/3 (um terço) do efetivo dos trabalhadores em atividade expostos a combustíveis líquidos contendo benzeno, a ser disponibilizado em situações nas quais seu uniforme venha a ser contaminado por tais produtos.

É responsabilidade do empregador só permitir a contratação de serviços de outras empresas desde que faça constar no contrato a obrigatoriedade do cumprimento das medidas de seguran-

ça e saúde no trabalho (SST) previstas nessa nova lei.

Os postos devem adequar os contratos de prestação de serviços vigentes às disposições desta norma e interromper todo e qualquer tipo de atividade que exponha os trabalhadores a condições de risco grave e iminente para a sua segurança ou saúde.

Aos trabalhadores, cabe a responsabilidade de zelar pela sua segurança e saúde ou de terceiros que possam ser afetados pela exposição ao benzeno, e comunicar imediatamente ao seu superior hierárquico as situações que considerem representar risco grave e iminente para sua segurança e saúde ou para a de terceiros.

Os empregados não podem também utilizar flanela, estopa ou tecidos similares para a contenção de respingos e extravasamentos, conforme previsto no item 9.7 da nova portaria, pois isso pode provocar a contaminação pelo benzeno e outros subprodutos, nocivos à saúde humana, contidos nos combustíveis

Dia 15 de outubro é dia também, de homenagear o técnico de segurança, um educador ocupacional.

Por Eli Almeida
Campina Grande/PB

A literatura de cordel é uma das vertentes típica da cultura do Nordeste. É por meio dela que o poeta nordestino emprega sua inspiração e trata de maneira lúdica diversos temas. Um deles, a segurança e saúde dos operários.

Indústrias como da construção civil utilizam desta ferramenta para difundir a prevenção de acidentes do trabalho no segmento.



Os versos rimados é uma das paixões do poeta-trabalhador, José Viana de Azevedo. Em um de seus trabalhos publicados José Viana elogia o trabalho de educação preventiva do técnico de segurança do trabalho junto aos trabalhadores.

Para o poeta também somos professores e neste dia, 15/10, dedicado ao Dia do Professor todos os técnicos e técnicas de segurança sintam-se todos homenageados por meio dos versos do poeta popular José Viana Azevedo.

Técnico de segurança do trabalho, um mestre perfeito.

Cordelista José Viana

**"Ele é um professor,
Leva a sério a segurança.
Impõe a nós confiança.
Além de exemplo e valor,
Literalmente instrutor.
Merece nosso respeito,
Enquanto mestre é perfeito.
Instrui, ensina e informa.
Desde a mais simples norma,
Ao mais complexo conceito".**

Devem também usar os Equipamentos de Proteção Individual – EPI apenas para a finalidade a que se destinam, responsabilizando-se pela sua guarda e conservação, devendo comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para o uso, bem como cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado.

Os trabalhadores que exerçam suas atividades com risco de exposição ocupacional ao benzeno devem realizar, com frequência mínima semestral, hemograma completo com contagem de plaquetas e reticulócitos, independentemente de outros exames previstos no PCMSO (Programa de Controle de Saúde Ocupacional).

Os postos de combustíveis devem manter sinalização, em local visível, na altura das bombas de abastecimento de combustíveis líquidos contendo benzeno, indicando os riscos dessa substância, nas dimensões de 20 x 14 cm com os dizeres: “A GASOLINA CONTÉM BEN-ZENO, SUBSTÂNCIA CANCERÍGENA. RISCO À SAÚDE.” **N**

Saúde do Trabalhador na Paraíba:

Força-Tarefa do MPT, MP e vários órgãos constata venda clandestina, apreende produtos e detém 5 pessoas



Após receber denúncias graves sobre o uso indiscriminado e a venda irregular de agrotóxicos, o MPT iniciou uma Força-Tarefa na Paraíba.

Compartilhamos com Ministério Público da Paraíba Henriqueta Santiago – Jornalista

Cinco comerciantes foram detidos e levados à Delegacia de Polícia Civil da cidade de Itapororoca, no Vale do Mamanguape, por venda irregular de agrotóxicos na Paraíba. As detenções aconteceram durante uma Força-Tarefa do Ministério Público do Trabalho (MPT-PB), Ministério Público Estadual, Ministério do Trabalho (MT), Conselho Regional de Engenharia e Arquitetura (Crea), Secretaria de Estado do Desenvolvimento da Agropecuária e da Pesca (Sedap), Sudema e Agevisa, desencadeada na última segunda-feira.

CAIO CESAR CACHONI
EPSEG
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL. CLARO (18) 99128-9321
caioepseg@terra.com.br

Segundo a procuradora do Trabalho e coordenadora da Força-Tarefa, Marcela Asfóra, 731 litros e mais 43 quilos de produtos foram apreendidos. Além disso, cinco estabelecimentos de Itapororoca foram autuados por apresentarem diversas irregularidades, como a falta de licença ambiental junto à Sudema para funcionamento e a falta dos receituários agrônômicos, pois os produtos devem ser prescritos por profissionais devidamente habilitados.



Denúncia

“É importante ressaltar que essa operação surgiu a partir de denúncia apresentada ao Grupo de Trabalho ‘Saúde do Trabalhador’, pela Sedap”, afirmou a procuradora do Trabalho Marcela Asfóra, que coordenou a operação junto à promotora de Justiça Carmem Perazzo. A Operação recebeu o nome de Ceres, por ser a Deusa do cereal, protetora da agricultura, da colheita e dos grãos.



R\$ 84,8 mil

Foi o valor de multas aplicadas somente a cinco estabelecimentos de Itapororoca, por venda fracionada de agrotóxicos e várias outras irregularidades.

N



CENTRO ESPECIALIZADO NA FORMAÇÃO DE INSTRUTORES E OPERADORES DE MÁQUINAS

Fone/Fax:

(19) 3534-3947

(19) 3524-6479

Rua 09, nº. 42, Centro, Rio Claro/SP

BRIGADA DE EMERGÊNCIA AGRÍCOLA
 BRIGADA DE EMERGÊNCIA AGRÍCOLA
 CAPACITAÇÃO TÉCNICA PARA BORRACHEIROS
 CAPACITAÇÃO TÉCNICA PARA CALDEIREIRO
 CAPACITAÇÃO TÉCNICA PARA SODADORES
 DIREÇÃO DEFENSIVA
 EMERGÊNCIAS QUÍMICA
 EMERGÊNCIAS QUÍMICAS
 ESPAÇO CONFINADO PARA SUPERVISORES
 ESPAÇO CONFINADO PARA TRABALHADORES E VIGIAS
 FORMAÇÃO DE BRIGADAS DE EMERGÊNCIA
 FORMAÇÃO DE MONTADOR DE ANDAIMES
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE CALDEIRA
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE CARREGADEIRA DE RODAS
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE CARREGADORA DE LARANJAS
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE COLHEITADEIRA DE ALGODÃO
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE COLHEITADEIRA DE CAFÉ
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE COLHEITADEIRA DE FORRAGEM
 FORMAÇÃO DE OPERADOR DE COLHEITADEIRA DE GRÃOS
 CURSOS DAS NRs 05, 10, 12, 13, 20, 33, 35

phdtreinamentos@phdtreinamentos.com.br

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>
 Em todas as compras as comissões são direcionadas para a sustentabilidade de nosso trabalho



Cérebro em ação

Psicologia Organizacional e Neuropsicológica
 Práticas de Trabalho e Qualidade de Vida

Carina Medina

Neuropsicóloga S Psicóloga Organizacional e Clínica Especializada em Reabilitação Neuropsicológica, especialista em terapia Familiar Sistêmica e de casais; Psicodramatista Personal e Executive Coaching. www.centrodeterapiaaplicada.com.br

GROSSERIA NÃO!!!



Todos nós sabemos que trabalhar e ou viver/residir em um ambiente hostil, cujo as pessoas são desrespeitosas nos traz adoecimento, tende a aumentar os casos de depressão, ansiedade, estresse, doenças de pele, problemas cardíacos, dores crônicas, etc.

No que tange ao ambiente de trabalho, sabe-se que fomos vítimas de uma cultura de trabalho repleta de hostilidade, grosserias e mau comportamento já disseminada na empresa por todos os níveis hierárquicos. Muitas vezes os funcionários se mostravam desinteressados em outras cometiam sabotagem ou descarregavam suas frustrações nos membros familiares, na bebida, no cigarro ou demais vícios. O que é triste e ao mesmo tempo preocupante sabemos, que esta vitimização gerada desde gerações antepassadas, tem se estendido mesmo que indiretamente nos dias atuais. Observa-se que os níveis de absenteísmo tem se elevado, as pessoas se mostram desanimadas, irritadas e tristes.

A pesquisadora Christine Porath, doutora em administração, fez uma pesquisa sobre a falta de civilidade no local de trabalho e seus custos e soluções. Nesta pesquisa constatou que 98% dos entrevistados têm sido vítimas de comportamentos pouco educados e 99% testemunharam essas grosserias. Em 2011, 50% afirmaram que eram maltratados pelo ao uma vez por semana e em 1998% este fato ficou constatado em apenas 25%, ou seja, os números só aumentaram.

Presenciar ou sofrer a grosseria prejudica a memória de trabalho e consequentemente, a capacidade cognitiva (reflexiva/atenção). Foi constatado também que acarreta prejuízos aos sistema imunológico e os efeitos negativos repercutem no relacionamento familiar, desencadeando outros efeitos nocivos.

No entanto a regra é clara: “NÃO SEJA GROSSEIRO”, pois esta atitude além de não lhe oferecer as respostas desejadas, contribuirá e muito para o adoecimento de quem você ofender ou for rude. Basta um olhar torto, uma fala rude ou até mesmo um menosprezo para já ferir o outro, quem dirá então outros comportamentos grosseiros que sei não ser preciso descrevê-los aqui pois todos nós já sabemos, afinal sei que você sabe o que é grosseria ou ser grosseiro...

Sabendo nós o quanto este comportamento nos prejudica, cabe-nos aprender como lidar com eles, mesmo que de uma forma bem sutil, conforme lhes apresentarei aqui, mas acredito que todo aprendizado pode nos ser valido.

Caso esteja disposto a encarar um indivíduo grosseiro, responda antes as perguntas abaixo:

- Sinto-me seguro ao conversar com essa pessoa?

- Seu comportamento foi intencional?

- Foi a única vez que ele/ela mostrou esse comportamento?

Caso sua resposta foi não em alguma

destas questões vale lembrar: “não discuta o incidente com o ofensor, principalmente na hora em que seu estado emocional estiver alterado”. Concentre-se no próprio potencial evitando se igualar ao agressor e siga o acrônimo - BIAF: seja breve, informativo, amistoso e firme.

Algumas pessoas optam por atacar de frente a falta de educação alheia por meio de retaliação ou discussão direta. Outro comportamento comum é tentar evitar o convívio com a pessoa grosseira, embora tais comportamentos podem ajudar em situações específicas, estudos mostram que adotá-las costuma não ser a saída mais eficiente. Sei que muitas vezes não temos a escolha de não trabalhar com um indivíduo mal-educado, mas um confronto o tornará igual ao agressor e gerará ainda mais problemas. Medidas como relatar ao RH ou ao gestor as ações grosseiras recebidas podem ser eficazes, porém melhor ainda é o fato de buscar tornar-se impermeável a grosseria e ou então ser menos vulnerável. Para isto é útil analisar o que sabemos prosperidade, estado psicológico em que vitalidade e autorrealização fortalecem a pessoa contra as vicissitudes da vida sobre as quais não temos controle. O importante é que esse conceito não seja visto como um fim, mas como uma maneira de se fortalecer emocionalmente. As pesquisas mostram que pessoas prósperas são mais saudáveis, resilientes e dispostas a focar aquilo que é realmente importante. O trabalho em geral é visto por tais pessoas como uma significativa fonte de prazer. Tais pessoas são menos expostas as distrações, estresse e negatividade. Pessoas prósperas se sentem menos fatigadas, confiam mais em si mesmas e na sua capacidade de assumir o controle das situações e seu desempenho é menos abalado depois de um incidente desagradável.

No entanto se você está se desenvolvendo, crescendo, prosperando, é menos provável que se preocupe com uma investida descuidada de outra pessoa ou considere tal fato uma ofensa pessoal irremediável.

Caro amigo leitor, encerrando nossa conversa de hoje, sugiro-lhes que para percorrer este caminho de prosperidade vale cuidar mais de si mesmo, buscando desenvolver sua capacidade de pensar mais racionalmente e de maneira mais ampla e isto inclui crescimento, dinamismo e aprendizagem contínua, e afetivamente, o que significa sentir saudável e vivenciar paixão e entusiasmo no trabalho e fora dele. Se tiver energia, terá probabilidade maior em ser motivado a aprender lidar com as grosserias alheias e dificuldades que surgirem no caminho e uma sensação de crescimento alimentará a sua vitalidade e assim enfrentará os encontros hostis com sutileza, sabedoria e perspicácia. Coloque este aprendizado em prática e perceberá o quanto lhe tornará próspero!!

Tenham uma semana repleta de bênçãos de Deus, harmônica e sejam a cada dia mais e mais prósperos!

Forte abraço.

Drª Carina Almeida Ramos Medina

Psicóloga Clínica e Organizacional.

Neurotecnóloga/Neuropsicóloga/Hipnoterapeuta.

Especialista em Terapia Familiar Sistêmica e de Casais; Especialista em Reabilitação Neuropsicológica. Personal e Executive

Coaching. www.centrodeterapiaaplicada.com.br

Qual a diferença entre salário e remuneração?

o Direito do Trabalho possui alguns institutos que a primeira vista parecem significar a mesma coisa, porém após uma análise mais cuidadosa percebemos as suas diferenças e a importância em saber distingui-las.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazinemegazine/norminha/>

Dois institutos que causam muita confusão entre os trabalhadores são o salário e a remuneração.

Afinal de contas, qual a diferença entre salário e remuneração?

Salário é toda contraprestação ou vantagem paga em dinheiro ou utilidade concedida diretamente pelo empregador ao empregado em decorrência do contrato de trabalho. Este pagamento é feito pelos serviços e pelo tempo do trabalhador à disposição do patrão.

De outra maneira, a remuneração é a soma do pagamento feito diretamente pelo empregador com o pagamento feito indiretamente, ou seja, por terceiros, também em decorrência do contrato de trabalho celebrado entre patrão e empregado. Exemplo muito comum de uma verba de caráter remuneratório paga

por terceiros é a famosa gorjeta.

Veja o que diz a parte inicial da Súmula nº 354 do Tribunal Superior do Trabalho (TST): “As gorjetas, cobradas pelo empregador na nota de serviço ou oferecidas espontaneamente pelos clientes, integram a remuneração do empregado”.

Além das gorjetas, são exemplos de remuneração as seguintes verbas: utilidades, taxa de serviços, gueltas, pontos, prêmios, gratificações desde que efetivamente pagas por terceiros e não diretamente pelo empregador.

De outra forma, podemos dizer que a remuneração é o gênero e o salário é espécie pertencente ao gênero. A remuneração indica o total dos ganhos recebidos pelo trabalhador, enquanto o salário indica apenas o que é pago pelo patrão diretamente.

Integração do salário e da remuneração

Entendida qual a diferença entre salário e remuneração devemos agora aprender a importância prática desta distinção. Os tribunais, por entenderem que a integração da remuneração é “para todos os fins”, ou seja, o FGTS, 13º salário, aviso prévio. INSS, etc., seria

muito oneroso para o patrão, excluiu o reflexo da remuneração de algumas delas.

Para saber quais as parcelas não são integradas pela remuneração, nos socorremos novamente à Súmula 354 do TST: “As gorjetas, cobradas pelo empregador na nota de serviço ou oferecidas espontaneamente pelos clientes, integram a remuneração do empregado, não servindo de base de cálculo para as parcelas de aviso-prévio, adicional noturno, horas extras e repouso semanal remunerado”.

Obs.: Importante lembrar que a Súmula 354 do TST trata todas as parcelas remuneratórias como “gorjetas”.

Desta forma, pode-se concluir que as verbas pagas por terceiros não integram o cálculo das horas extras, do repouso semanal remunerado, do aviso prévio e do adicional noturno, devendo estas verbas ser calculadas sempre com base apenas no salário, já as demais computam tanto o salário como a remuneração.

Conclui-se então, que a diferença entre salário e remuneração refere-se ao pagador da verba. Se quem paga diretamente é o empregador, salário; se quem paga é um terceiro, remuneração.

Adriano Alves de Araujo

VIDA SAUDÁVEL NO LABOR



Psicóloga especialista em clínica, TST, Analista de treinamentos, Palestrante de Educação em Saúde, Sexualidade e Segurança do Trabalho.

O SOCIAL NA REDE

A partir dos anos noventa a vida dos brasileiros passou a contar com a ferramenta chamada “rede mundial de computadores”. Os avanços na chamada tecnologia da informação são tantos e tão frequentes que fica até difícil acompanhar as notícias e mudanças a respeito. Sem dúvida alguma o homem contemporâneo na chamada vida “globalizada” depende da internet seja para uso direto ou indireto. Damos-nos conta disso principalmente quando ficamos sabendo das chamadas “panes” ou “invasões” a sistemas e no quanto isso mexe com quase todo o mundo. Afinal, estamos hiperconectados!

Vivemos na era dos nativos virtuais e com os avanços na área, vamos um pouco a maneira como nos comunicamos como trabalhamos e até mesmo como “conhecemos” as pessoas. Isso de modo geral. Então que tal tratarmos de alguns assuntos sobre isso hoje? Principalmente sobre as redes sociais e como essas tem sido fonte de consulta para diversas situações. E ainda, como lidar com a exposição na rede?

As redes sociais permitem a conexão com diversas pessoas de diversos lugares e de forma quase que instantânea. Basta que se deem poucos cliques. Essas conexões podem ter finalidades diversas, como reunir familiares que geograficamente estão distantes, regar as amizades, aproximar pessoas com um mesmo objetivo, alargar os contatos, disseminar determinados assuntos, divulgar campanhas sociais, vender produtos e serviços e por aí vai!

No processo de recrutamento e seleção de pessoas as redes sociais também podem ser fonte de consulta. Quando vai se contratar um trabalhador, não se pode agir com discriminação por idade, gênero, raça, orientação sexual, religião, etc. Desta forma, uma parcela significativa dos que discutem o uso das redes sociais defendem que seria uma invasão de privacidade e que não haveria necessidade de trazer isso para o âmbito profissional, pois incentivaria o preconceito por busca de aparência, cor, gênero e outras características de personalidade.

Por outro lado, há quem defenda o uso das redes sociais como fonte de avaliação de um candidato, pois assim como o trabalhador pode vir a escolher o seu emprego pelos atributos da empresa (salário, local, marca, benefícios, conduta, etc...) a empresa tem o direito de saber previamente se o seu futuro funcionário tem alguma atitude desabonadora ou que comprometa a produtividade, imagem da empresa, clima organizacional e outros. Mas e você o que acha disso tudo?

Algumas empresas voltadas ao processo de e-recrutament (recrutamento on line) tem como opção deixar links optativos ao candidato nos formulários de currículos dando a ele a liberdade de escolher se quer ou não deixar a empresa acessar suas redes sociais. Desta forma, somente os candidatos que autorizam tal pesquisa, seriam submetidos a análises de perfis pessoais em sua avaliação profissional.

Voltando o assunto para o âmbito pessoal, devemos considerar, no entanto, que ao se criar uma conta na rede

social, o indivíduo está dando de certa forma um “aceite” para ser visto e com isso consequentemente a sua vida pode vir a ser exposta ao mundo. Isso se dá, até pelo fato de a internet estar disponível a todos. Outro questionamento seria: E quem nunca realizou alguma pesquisa sobre alguém, alguma instituição, mesmo não afirmando publicamente que o fez? Pois bem.

Ao fazer uso da rede, pode-se determinar pessoalmente alguns critérios com base na ferramenta que se tem à mão. Torna-se imprescindível conhecer a política de privacidade. Algumas redes sociais possibilitam configurações e filtros que podem tornar a conta mais reservada como o Facebook, por exemplo, que limita a visualização de determinados usuários a álbuns de fotos, informações de familiares e assim por diante. Outras redes de forma mais abrangentes como o Twitter, talvez precisem de mais critérios nas postagens, pois são mais “abertas” por assim dizer. Pessoas que não desejam que sua vida seja exposta, certamente tomarão um cuidado redobrado. Alguns optam por simplesmente não fazer uso de redes sociais. Mas essa seria a solução?

A Internet é um espaço livre (mas não totalmente sem lei, porém isso seria assunto para outro dia) e uma vez que aspectos da sua vida forem colocados na rede (como em um serviço de buscas, por exemplo), ela estará disponível para diversas finalidades e por tempo indeterminado a menos que haja alguma intervenção pelo administrador da rede ou pelo próprio usuário por meio da justiça. Parte do cuidado com a vida pessoal está diretamente ligada aos cuidados que cada um toma em publicar seus pensamentos, frases, textos, vídeos, imagens e assim por diante. E infelizmente, mesmo com todo o cuidado, assim como ocorre na vida real, não há certeza de que nunca haverá problemas com algum conteúdo “jogado” na rede. A “vida virtual” tem seus riscos também.

A era digital chegou e não parece haver caminho de volta. Portanto, nós devemos ter um olhar crítico sobre a nossa própria atuação na rede a fim de que possamos contribuir para o uso responsável dessa ferramenta importante. O que não podemos perder de vista ao fazer uso de redes sociais é o respeito ao próximo e a ética nas relações. E sempre devemos denunciar casos que envolvam constrangimentos com conteúdos divulgados e/ou ainda buscar ajuda psicoterapêutica para assuntos que venham a mexer com as emoções, com a qualidade dos pensamentos e autoestima. Virtualmente ou não, cuide-se sempre!

Carla de Lima
Psicóloga Espec, TST,
Analista de TD & E no meio corporativo,
Consultora organizacional,
Palestrante de Educação em Saúde,
Sexualidade e Segurança do Trabalho.
Agendamento consultório – Jundiá, SP: (11)
957870878
<https://www.facebook.com/Psicologa-Carla-Lima-871028433023910/>
Atendimentos online:
carla.psicologia@hotmail.com
Contato para eventos:
contato@carlapalestras.com.br
Acesse e me conheça mais:
<http://www.carlapalestras.com.br>

4ª Rodada de palestras da noroeste paulista realizada em Birigui (SP) foi espetacular



Cerca de 150 profissionais de empresas da região de Birigui (SP) participaram efetivamente do evento que durou uma tarde/noite com apresentação de quatro espetaculares palestras

No último dia 15 de Outubro, em Birigui/SP, aconteceu a 4ª edição da Rodada de Palestras da Noroeste Paulista, evento desenvolvido e organizado pela Turnover Consultoria, Treinamentos & Hunting.

Mais uma vez, o evento foi um sucesso e cumpriu seu papel, que é proporcionar conhecimento, capacitação, reciclagem, atualização e networking para estudantes e profissionais da região.

Quatro palestrantes apresentaram 04 temas distintos para um público formado por 150 pessoas.

O primeiro tema da tarde foi “**Nasce um empreendedor!**” e foi conduzido pela Professora **Emiliana Teixeira**, Doutora em Administração e consultora empresarial. Fez uma excelente explanação sobre as novidades, desafios e tendências que precisam ser consideradas por todos que pretendem abrir ou já estão em fase de abertura do próprio negócio.

Na sequência, o consultor **Arnaldo Rabelo** apresentou uma nova ferramenta para empresas que trabalham mídias digitais. Praticamente todas as empresas já fazem parte ou estão migrando para plataformas virtuais. Arnaldo palestrou sobre “O novo marketing digital – como transformar estranhos em clientes” e mostrou dados, técnicas e ferramentas fundamentais para quem quer e precisa começar ou otimizar sua abordagem online.

INTERVALO DIFERENTE!

No intervalo, uma novidade! O já tradicional coffee-business da Rodada de Palestras que visa proporcionar grande interação entre os participantes e contato com os patrocinadores, desta vez foi patrocinado por uma pizzaria que ofereceu uma “rodada de pizzas” dentro da rodada de palestras. Sucesso!

O retorno aos trabalhos ficou à cargo de uma palestrante que estava debutando. A empresária **Cristiana Castanhari** ministrou sua primeira palestra e foi muito aplaudida. Ela abordou “A liderança feminina – o papel da mulher na nova sociedade” e envolveu o público com uma apresentação leve e divertida.

A quarta e última palestra marcou a primeira participação de um palestrante internacional na Rodada de Palestras. O Sr. **Akihiro Fukuzawa**, presidente da Óleos Menu (Grupo Toyota) trouxe o tema “**Toyotismo**” e, com tradução simultânea do idioma japonês para o português, além de mostrar sua forma de gestão de processos e pessoas, demonstrou enorme simpatia e bom humor.

Durante o evento, aconteceram várias apresentações de produtos e serviços oferecidos pelos patrocinadores do evento.

O diretor de **Norminha**, Wilson Maioli, também fez uma breve apresentação sobre sua palestra relacionada à segurança do trabalho, arrancando risadas e aplausos dos presentes.

E foi assim e sob o comando do Professor e Palestrante Fábio Lais (criador do evento) que a 4ª edição da Rodada de Palestras entregou mais que o prometido, mais uma vez!

Conheça a Turnover e saiba mais sobre o evento:

www.facebook.com/rodadadepalestras

www.facebook.com/fabio.lais.turnover



Equipe de colaboradores das empresas se reuniram e vivenciaram uma tarde-noite diferente, tornando a “Rodada” um ponto de encontro de profissionais.



Palestrantes interagiram com participantes e o clima de amizade e profissionalismo tomou conta do ambiente.



A 4ª Rodada de Palestras da Noroeste Paulista além de levar ricas informações profissionais e empresariais aos participantes, proporcionou uma linda tarde/noite de muita alegria, descontração, interação e um diferencial na vida de todos.

Parabéns a todos que participaram no evento! **N**

Divulgue sua empresa nas edições de Norminha

São mais de 2,5 milhões de profissionais em todo Brasil que recebem as edições gratuitamente no seu e-mail.

Fale conosco!
contato@norminha.net.br



COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Pesquisadores debatem os riscos presentes na nanotecnologia em Chapecó

XIII SEMINÁRIO INTERNACIONAL NANOTECNOLOGIA, SOCIEDADE E MEIO AMBIENTE:
A GOVERNANÇA DOS RISCOS SOCIOAMBIENTAIS DA NANOTECNOLOGIA E O MARCO LEGAL DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INOVAÇÃO DO BRASIL

Palestras e mini-cursos fazem parte da programação

Por ACS/ A. R.

Os pesquisadores da Fundacentro, Arline Sydneia Abel Arcuri, Luis Renato Balbão Andrade e José Renato Alves Schimdt estarão presentes durante a realização do XIII Seminário Internacional Nanotecnologia, Sociedade e Meio Ambiente: a Governança dos Riscos Socioambientais da Nanotecnologia e o Marco Legal de Ciência, Tecnologia e Inovação no Brasil.

O evento que acontece de 25 a 28 de outubro de 2016, em Chapecó (SC), é organizado pela Rede de Pesquisa Na-

-notecnologia, Sociedade e Meio Ambiente (RENANOSOMA), em conjunto com os Programas de Pós-Graduação Strictu Sensu em Direito e Ciências Ambientais da Unochapecó e da UNISINOS.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazinemegazine/norminha/>

Em 4 dias, especialistas de instituições de pesquisa, universidades do Brasil e Espanha e sindicatos apresentarão temas atuais e reflexões sobre a governança dos riscos.

O XIII Seminário Internacional será promovido pela CAPES e FAPESC e as palestras e mini-cursos serão realizados no Salão de Atos da Unochapecó e salas para apresentação de trabalhos, localizados na avenida Senador Atílio Fontana, 591 – E EFAPI, Chapecó, SC.

[Inscrições.](#)

[Confira a programação completa.](#) **N**

Companhia aérea indenizará auxiliar que desenvolveu doença ocupacional por “ticar” bilhetes diariamente

A Segunda Turma do Tribunal Superior do Trabalho deferiu a uma auxiliar de faturamento de companhia aérea indenização de R\$ 20 mil por danos morais decorrentes de doença ocupacional desenvolvida no serviço prestado à empresa. Ela realizava movimentos repetitivos com a mão direita, “ticando” mais de duzentos bilhetes por dia sem poder fazer pausas. Segundo as testemunhas, a demanda desse serviço começou a ser reduzida com o início da informatização do trabalho.



A auxiliar, que trabalhou na reclamada de 2000 a 2011, disse que a doença (LER/DORT) a deixou incapacitada parcial e permanentemente para a função. O juízo de primeiro grau deferiu a indenização de R\$ 20 mil, mas o Tribunal Regional do Trabalho da 2ª Região (SP) reduziu o valor para R\$ 10 mil, entendendo que se trata de parcela de cunho pedagógico, obstando, assim, o seu enriquecimento sem causa. Para o Regional, os R\$ 10 mil seriam hábeis para reparar a lesão e, ao mesmo tempo, servir de advertência à empresa.

No recurso para o TST, a auxiliar pediu a majoração do valor para R\$ 50 mil, ou sucessivamente o restabelecimento da sentença, argumentando que a ré não demonstrou a adoção de medidas destinadas a reduzir os riscos à saúde dos empregados nem a implantação de programas nesse sentido, como o de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRS) e de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO).

O relator, ministro José Roberto Freire Pimenta, baseou-se na afirmação do Regional de que as declarações da empregada e das testemunhas estão em consonância com o laudo pericial, que atestou que ela realizava movimentos repetitivos, antiergonômicos, e que necessitavam de rapidez e destreza na mão direita para preencher e ticar diariamente os mais de 200 bilhetes. Essa circunstância caracterizou o nexo de causalidade entre os sintomas clínicos apresentados e as atividades que desempenhava na empresa.

“O valor da reparação deve ser suficiente para amenizar, de imediato, a dor da vítima, viabilizando lenitivos para fazer diminuir o sofrimento, o que não se equipara a um preço”, afirmou o ministro, ao explicar que não há, no ordenamento jurídico brasileiro, critérios objetivos para a definição da indenização.



Funcionária fazia movimentos repetitivos com a mão ao marcar mais de 200 bilhetes aéreos por dia, durante mais de 10 anos

“Além de oferecer ao trabalhador a compensação pelos danos suportados mediante a reparação do ato ilícito, nos termos do artigo 927 do Código Civil, impõe objetivo pedagógico à sanção”.

Considerando os parâmetros apresentados na decisão regional, os valores comumente fixados pelo TST em situações semelhantes, o porte econômico da empresa e o caráter pedagógico e preventivo da medida, o ministro entendeu que o valor arbitrado pelo Tribunal Regional foi desproporcional ao dano sofrido pela trabalhadora, motivo pelo qual o majorou para os R\$ 20 mil, restabelecendo a sentença.

N
Colaborou: Dr. Enrique Diez Parapar; Fisioterapeuta do Trabalho – Professor de Educação Física EDP Consultoria – Ergonomia e Higiene Ocupacional

Dono de carvoaria em SP terá de indenizar menor de idade que trabalhou em condições insalubres

A Primeira Turma do Tribunal Superior do Trabalho não conheceu do recurso do proprietário de uma fazenda em Salto do Pirapora (SP) contra a decisão que o condenou a pagar indenização de R\$ 30 mil por dano moral a um carvoejaador de 16 anos que realizava suas atividades em condições insalubres junto aos fornos de carvão. Os donos da carvoaria também foram condenados ao reconhecimento do vínculo de emprego, ao pagamento de adicional de insalubridade e por litigância de má-fé.

Na reclamação trabalhista, o jovem afirmou que trabalhou de 2003 a 2005 na carvoaria, em Salto do Pirapora (SP). Disse que trabalhava das 4h da manhã às 17h, com intervalo de 30 minutos para repouso e alimentação, e recebia com base no número de sacos de carvão produzidos. Ele pedia, entre outras

verbas, indenização por dano moral equivalente a vinte vezes sua remuneração mensal, totalizando cerca de R\$ 9,4 mil.

O juízo da Vara do Trabalho de Itapetininga (SP) reconheceu a existência de vínculo e condenou o dono da carvoaria a pagar parte das verbas pleiteadas, mas julgou improcedente o pedido de indenização por dano moral. O Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região (Campinas-SP), porém, reformou a sentença e deferiu a indenização. Segundo o Regional, o rapaz começou suas atividades aos 14 anos de idade e trabalhou durante cinco anos sem registro, em atividade pesada e insalubre, e a conduta dos empregadores infringiu vários preceitos legais, não cabendo apenas a reparação material. “O prejuízo à saúde física e mental é inegável e,

portanto, a indenização é devida, no valor de R\$ 30 mil”, concluiu.

No recurso ao TST, o proprietário da carvoaria sustentou que não houve comprovação de nenhum dano moral, e que o trabalhador sequer descreveu os eventos que teriam causado os danos. Alegou, ainda, que o jovem não trabalhava no local, e somente residia com os pais na fazenda de sua propriedade.

O relator do recurso, desembargador convocado Marcelo Lamego Perence, observou que o Tribunal Regional adotou dois fundamentos para a condenação – a falta de registro e o fato de ter começado a trabalhar aos 14 anos, sem ser na condição de aprendiz, em atividade pesada e insalubre. Mas, no recurso, o empregador impugnou apenas o segundo. A decisão foi unânime. **N**



Previdência e Direitos

Presidente Prudente – Rua Joaquim Nabuco, 1507 - (18) 3903-1046
Presidente Epitácio – Rua Maceló, 6-38ª - (18) 3281-4342
Oswaldo Cruz – Rua Ricardo Ponciano, 509 - (18) 3228-1146
Marília – Rua Paraná, 406 - (14) 3414-1937

Pescador artesanal tem direito a benefícios previdenciários

Segurado da previdência social que trabalha na condição de pescador artesanal, tem direito a benefícios previdenciários como a aposentadoria por idade, auxílio-doença, aposentadoria por invalidez, salário-maternidade e pensão por morte.

Os pescadores artesanais são aqueles que individualmente ou em regime de economia familiar, fazem da pesca sua profissão habitual ou meio principal de vida, desde que: Não utilize embarcação ou utilize embarcação de até seis toneladas de arqueação bruta, ainda que com auxílio de parceiro ou na condição exclusiva de parceiro outorgado, utilize embarcação de até 10(dez) toneladas de arqueação bruta.

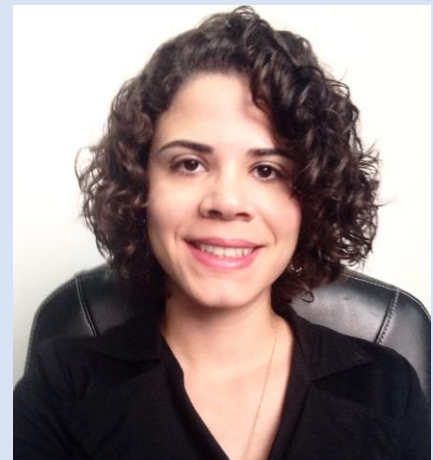
Ao requerer o benefício previdenciário o pescador artesanal deve comprovar o exercício de pesca artesanal, ainda que de maneira descontínua, no período imediatamente anterior ao requerimento do benefício, em número de meses igual à respectiva carência.

Assim, para ter direito ao auxílio-doença ou a aposentadoria por invalidez, a o segurado precisará comprovar, além

da incapacidade, que possui qualidade de segurado na condição de “pescador artesanal”.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Para se aposentar por Idade, o segurado deverá comprovar 55 anos de idade, se mulher e 60 anos de homem, e a carência de 15 anos de trabalho na qualidade de pescador artesanal.



Francieli de Almeida, Advogada Advocacia Previdenciária

INSS amplia pente-fino e revisa auxílio suplementar por acidente de trabalho

O INSS (Instituto Nacional do Seguro Social) está revisando outros benefícios por incapacidade, além dos incluídos no pente-fino da medida provisória 739.

Segundo o presidente do instituto, Leonardo Gadelha, não há uma orientação específica para ampliar a revisão, mas a medida do governo pode ter motivado atenção maior a outros casos.

Um dos focos tem sido o auxílio suplementar por acidente de trabalho. Segundo o Sindnapi (Sindicato Nacional dos Aposentados), aposentados que têm esse auxílio, anterior ao auxílio-acidente, estão recebendo cartas informando que o acúmulo do benefício com a aposentadoria é indevido e que o dinheiro terá que ser devolvido. Em um dos casos, a cobrança é de R\$ 75 mil.

O aposentado que receber a correspondência deve entrar com recurso administrativo, afirma a advogada Tônia Galleti. Porém, provavelmente será necessário recorrer à Justiça para impedir a cobrança da dívida.

“O auxílio suplementar não pode ser acumulado com a aposentadoria, porém o INSS não pode simplesmente cobrar o dinheiro que foi recebido de boa fé”, diz a advogada Adriane Bramante.

O órgão também está revisando o benefício de 19,8 mil segurados que tiveram aumento na renda com a revisão dos auxílios, em 2013.

Segundo o instituto, esses segurados entraram na correção do artigo 29 por engano, pois seus benefícios são anteriores a abril de 2002. Nesses casos, só há direito a revisão entre 2002 e 2012.

Para impedir a cobrança, primeiro, é preciso recorrer no posto. Depois, o segurado pode ir à Justiça. “Na ação, além de questionar a devolução, o segurado pode pedir a manutenção da revisão, pois o benefício é alimentar e o aumento já foi incorporado à renda”.

Outra novidade são as cartas do pente-fino dos benefícios por incapacidade já com data de perícia marcada. Ao regulamentar a revisão, o INSS disse que daria cinco dias úteis para agendamento do exame.

Na mira da Previdência

Além do pente-fino nos auxílios - doença e nas aposentadorias por invalidez, o INSS está de olho em outros benefícios

O órgão tem enviado cartas aos segurados cortando dinheiro, cobrando valores já pagos ou com data agendada para perícia, sob pena de perda do benefício

AUXÍLIO SUPLEMENTAR POR ACIDENTE DE TRABALHO

Aposentados do INSS que têm auxílio suplementar por acidente de trabalho estão recebendo cartas informando que a acumulação dos benefícios é indevida

O INSS diz, na correspondência, que o auxílio será cancelado e que os valores recebidos devem ser devolvidos

Algumas cartas cobram devolução de mais de R\$ 75 mil.

O que fazer se receber a carta

Entrar com recurso administrativo, na agência da Previdência, no prazo determinado pelo INSS

Se o instituto continuar cobrando o retorno dos valores recebidos, será necessário recorrer à Justiça.

PENTE-FINO

Segurados que recebem benefício por incapacidade e que não passaram por perícia há mais de dois anos estão sendo convocados para um exame revisional. Até o final de outubro, serão chamados 150 mil segurados para nova perícia médica

A convocação é feita por carta e o INSS dá um prazo de cinco dias úteis para o segurado agendar o exame com data agendada. Em todos os casos, o INSS não pode pedir de volta o que o segurado já recebeu. **N**

Os cultos religiosos e os decibéis



Recentemente noticiou-se que uma igreja foi condenada a indenizar um vizinho em razão de emissão de barulhos acima do limite tolerável[1], que pela lei é considerado em decibéis e não pode ser, na maioria dos casos, maior do que 50dB entre 10 horas da noite e sete horas da manhã. Durante o dia, permite-se até 70dB.

O tema é sempre atual e cada vez mais exige uma participação ativa das autoridades encarregadas da segurança pública. Às vezes é até mais desgastante atender a ocorrência envolvendo gritaria, algazarra ou utilização abusiva de instrumentos sonoros, seja em casa, clube, condomínio, igreja ou qualquer lugar que venha a perturbar o trabalho e o sossego alheios do que outro fato que tenha uma tipificação mais grave, como o roubo, por exemplo.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazinemegazine/norminha/>

É bem verdade que a existência de embates judiciais, por barulhos excessivos de vizinhos, é uma constante na justiça do país. Todavia, a especial qualidade de uma das partes, neste caso concreto (igreja), faz com que seja aplicada uma técnica interessante e altamente eficaz na solução de conflitos entre princípios: a ponderação de valores.

Com efeito, é sabido que a Constituição Federal garante a liberdade religiosa e a de expressão, bem como a reunião pacífica de pessoas, uma vez que nosso Estado, laico que é, não pode intervir e tampouco restringir a prática de cultos religiosos que estejam de acordo com as leis do país.

Todavia, esse princípio constitucional é absoluto? Deve ser aplicado em qualquer ocasião e em todas as hipóteses?

Prima facie, há que se destacar a diferença existente entre um princípio e uma regra. O primeiro se caracteriza por ser mais geral, tal qual uma diretriz de um sistema jurídico. "Quem, adverte com muita precisão Poletti, detiver a chave dos princípios de uma ciência, detém o segredo de sua iniciação. Todo o resto consiste em um desdobramento daqueles princípios".[2] Já a regra é formulada para incidir em uma situação específica, sendo que, quando esta situação não ocorre, a regra não é aplicada. Por isso, apenas em relação às re-

gras é que pode haver conflito, que deve ser solucionado no ponderado campo da hermenêutica: lei posterior revoga a anterior; lei especial prevalece sobre a geral e assim por diante. Logo, duas leis contrárias não podem coexistir.

Os princípios, por sua vez, consubstanciados em diretrizes gerais, podem perfeitamente coexistir, independentemente de seu conteúdo, sendo inclusive aplicáveis, ao mesmo tempo, em uma situação concreta.



Sendo assim, diante de uma colisão entre princípios, a doutrina moderna defende que, por não haver conflito entre princípios, o termo correto seria "colisão", pode o operador do Direito se apoiar em uma técnica deveras interessante, apta a solucionar qualquer caso: a ponderação de valores.

Logo, cabe ao intérprete sopesar os dois (ou mais) princípios que estão em colisão, para que se possa melhor alcançar a um fim justo. No caso destacado pela imprensa, o magistrado sentenciante adequadamente ponderou a liberdade religiosa e de expressão, com a proteção ao lar e ao indivíduo.

Nesse passo, tem-se que a liberdade religiosa, princípio fundamental que é, não pode prevalecer em toda e qualquer hipótese, pois como é sabido, não há regra nem princípio absoluto em nosso ordenamento. Desta forma, parece ter agido, com parcimônia e equidade o juiz que analisou o caso concreto, pois uma vez comprovado que o culto praticado produziu ruídos acima dos limites que a sociedade, por meio de lei federal, estabeleceu como razoáveis e, portanto, tolerantes, a violação desta regra enseja dano a ser reparado por meio de ação própria.

É de suma importância que os princípios sejam respeitados, sob pena de se ver ruir todo um arcabouço jurídico de uma nação. Todavia, a aplicação desregrada e isolada de qualquer princípio, pode causar injustiças e, por isso, demanda a máxima cautela do intérprete e do operador do Direito.

Compartilhamos com Eudes Quintino de Oliveira Júnior, promotor de justiça aposentado/SP; Antonelli Antonio Moreira Secanho, assistente jurídico no TJ/SP

Pesquisadora aponta os riscos em uma cooperativa de suinocultores



Fundacentro do Rio Grande do Sul participa de Força-Tarefa realizada na Cooperativa dos Suinocultores do Café Superior localizada na cidade de Harmonia Por ACS/D.M.S

Em mais uma operação do Ministério Público do Trabalho (MPT), a Fundacentro do Rio Grande do Sul participa de Força-Tarefa realizada na Cooperativa dos Suinocultores do Café Superior, conhecida como marca Ouro do Sul, de Harmonia, do Rio Grande do Sul.

A ação ocorreu no dia 27 de setembro e, além da instituição e do MPT, também estiveram presentes representantes dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (Ceres't's) de Canoas, Caxias do Sul e Santa Cruz do Sul, Unidade Regional em Saúde do Trabalhador de Gravataí (Urest), Conselho Regional de Engenharia e Agronomia do Rio Grande do Sul (CREA/RS), Confederação Nacional dos Trabalhadores nas Indústrias de Alimentos e Afins (CNTA) e Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias da Alimentação (STIA). Além desses, o movimento sindical dos trabalhadores participou com a Federação dos Trabalhadores nas Indústrias da Alimentação do Rio Grande do Sul (FTIA/RS) e o Sindicato dos Trabalhadores

nas Indústrias de Alimentação (STIA) de Montenegro e Região.

De acordo com informações da Fundacentro/RS, a Cooperativa tem quatro mil associados e 380 empregados, além de ser representada comercialmente pela empresa Coprocarne. Nesta ação, o chefe da Fundacentro/RS, Luiz Gustavo Iglesias e a pesquisadora e tecnóloga Maria Muccillo acompanharam os trabalhos.

Luiz Gustavo ressaltou na entrega das inspeções que a história construída pela empresa nos seus mais de oitenta anos de existência, contrasta com as condições de trabalho que os seus funcionários são submetidos. Disse ainda que espera que as correções de rumo solicitadas pela Força-Tarefa, tragam as condições mínimas necessárias de trabalho para o desenvolvimento das atividades com riscos minimizados, conforme preveem as leis e normas de SST.

"A Força-Tarefa é um exemplo das recentes atividades nas quais a Fundacentro/RS tem participado. A instituição busca uma aproximação cada vez maior dos trabalhadores e das organizações para entender as suas necessidades. Seja através de operações de inspeção ou de cursos e palestras. A ideia da unidade é estar cada vez mais presente e perto de quem realmente recebe o produto gerado pela Fundacentro - o trabalhador", salienta Iglesias. Completa que é necessário garantir os direitos e preservar a saúde dos trabalhadores, além disso, as organizações precisam também de informações e condições pa-

ra manter seu bom funcionamento.

Para Maria, a história da empresa e as questões relacionadas à saúde e segurança dos trabalhadores vão de encontro. "A empresa construiu, ao longo dos anos, identidade aos seus produtos e nome respeitado pelos consumidores, sendo reconhecida no município onde está estabelecido. No entanto, existe descompasso entre a sua história e as questões relacionadas à segurança e saúde no trabalho, as quais não foram incorporadas como insumo aos negócios com o mesmo grau de importância", salienta Muccillo.

Informa ainda que os trabalhadores estão expostos a diversos riscos e perigos. "Há graves inadequações conceituais, descumprimentos legais, fragilidade de gestão e infraestrutura predial incompatível com as exigências de produção. Combinação de fatores perigosos à qualidade de vida de seus trabalhadores que, em sua maioria, estão na faixa etária de maior produtividade. Uma fórmula cujo resultado leva indubitavelmente a perdas econômicas e humanas", frisa a pesquisadora.

Diante deste cenário, o MPT expediu notificação recomendatória à Cooperativa dos Suinocultores do Café Superior, que terá prazos de 10 a 60 dias para adequação das 47 situações de risco à saúde e segurança dos trabalhadores. O documento foi recebido pelo diretor administrativo da Cooperativa, Ronei Alberto Lauxen.

Vitória (ES) terá Ciclo Educacional Integrado de Segurança Contra Incêndio CEI – SCI

Evento será na Fundacentro no dia 11 de novembro de 2016

Objetivo do Ciclo é Apresentar o Ciclo Educacional Integrado de Segurança Contra Incêndio, denominado CEI-SCI, direcionado aos profissionais que atuam no campo da segurança do trabalho formal.

A proposta é um modelo de educação integrado, direcionado à melhoria da segurança do trabalhador formal, cuja estrutura compreende os níveis de formação, qualificação, certificação e autorização.

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Voltado para Engenheiros e Técnicos de Segurança do Trabalho, Bombeiros e Projetistas, o evento será realizado no dia 11 de novembro de 2016, das 15h30 às 17h30 no Auditório da FUNDACENTRO/ES, Rua Cândido Ramos, 30, Ed. Chamonix, Jardim da Penha-Vi-

tória (ES).

O palestrante será Silvio Bento da Silva; Coronel da Reserva do Corpo de Bombeiros do Estado de São Paulo. Cursos: Formação de Oficiais-PMESP; Especialização de Oficiais do Corpo de Bombeiros de São Paulo; Complementação Tecnológica para Oficiais Fatec-SP; Manejo do Fogo; Extensão Universitária na Universidade de Brasília; Aperfeiçoamento de Oficiais-Pós Graduação-PMESP; Planejamento Estratégico para os Corpos de Bombeiros do Brasil-SENASP.



O coordenador será Antônio Carlos Garcia Júnior - Fundacentro - ES

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO
 QUADRANTE I- Tecnologia de SCI (Engenheiro, Arquiteto e Técnico).

QUADRANTE II- Gestão da SCI (Engenheiro de Segurança do Trabalho e Técnico de Segurança do Trabalho).

QUADRANTE III - Intervenção Operacional (Trabalhadores em Geral, Brigada de Incêndio I e II).

QUADRANTE IV – Prevenção e Combate aos Incêndios e Emergências (Bombeiros Civil, Tecnólogo e Engenheiro de Segurança Contra Incêndio e Emergências).

INFORMAÇÕES:
 (27) 3315-0040
 Ramal 220 – Raquel
[Inscrições clique aqui.](#)
 Vagas limitadas.

18 de outubro: Dia do Médico

Atuantes em dezenas de especialidades reconhecidas pelo Conselho Federal da Medicina (CFM), os médicos compartilham de adversidades constantes, como falta de reconhecimento, escassez de recursos e mudanças legislativas que impactam no exercício diário da Medicina. Fundamentais para o bem-estar da população, muitas vezes os médicos enfrentam condições laborais inadequadas tanto em relação aos insumos e estruturas dos hospitais quanto para o bem-estar dos médicos enquanto profissionais.

Na Medicina do Trabalho, esses percalços também se tornam um aspecto a

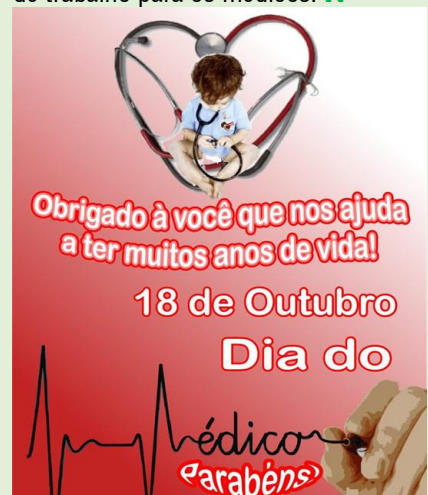
ser observado no cotidiano dos profissionais sob a ótica da especialidade, já que médicos também são trabalhadores, sujeitos a riscos biológicos, ergonômicos e psicossociais no seu cotidiano de trabalho. Muitas vezes, os médicos sofrem condições extremas e inadequadas. Plantões extensos, locais de trabalho algumas vezes inapropriados, a responsabilidade da profissão e os riscos de cada decisão podem expor esses trabalhadores a diversos fatores de risco.

Por conta desse quadro e dos desafios que o país atravessa, o Dia do Médico deve lembrar que, apesar dessas

dificuldades, é preciso celebrar os princípios éticos da profissão: não-maleficência, beneficência, justiça e equidade e, por fim, autonomia e liberdade na prática da Medicina. Lembrá-los cotidianamente e tê-los como norte para os desafios mencionados é fundamental para possibilitarmos o acesso integral à saúde dos pacientes em quaisquer condições. Por entender as condições de trabalho de diversas profissões – inclusive dos médicos – a Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT) atenta para a importância de ambientes adequados e saudáveis para todos.

Ainda que existam diversas adversi-

dades na área médica, que a data seja de celebração para os profissionais e que busquemos as melhores condições de trabalho para os médicos. **N**



Divulgue sua empresa nas edições de Norminha

São mais de 2,5 milhões de profissionais em todo Brasil que recebem as edições gratuitamente no seu e-mail.

Fale conosco!
contato@norminha.net.br

5 sinais de que você talvez não esteja consumindo proteínas suficientes

Compartilhamos com [Saúde Terra](#)

Você chega em casa depois do trabalho extremamente cansado, quase se arrastando? A dor nos músculos é constante e não vai embora? Você perde cabelo na mesma velocidade com a qual ganha rugas?

Fotos: Getty Images / BBCBrasil.com



Dores musculares podem estar diretamente relacionadas à falta de ingestão de proteína

Se algum desses sinais lhe soa familiar, você vai se surpreender ao saber que pode estar relacionado à ingestão de proteína (pobre).

"O mais comum é que as pessoas consumam proteínas em excesso", diz Aisling Pigott, porta-voz da Associação de Nutricionistas do Reino Unido, à BBC Mundo, o serviço em espanhol da BBC. "Mas as dietas muito baixas em calorias ou mal equilibradas podem levar a um déficit proteico", acrescenta Pigott.

Proteínas desempenham um papel fundamental em nosso organismo. Nossos músculos, cartilagens, ligamentos, pele, cabelo e unhas são compostos basicamente de proteína, constituída a partir de cadeias de aminoácidos. Moléculas menores de proteína são talvez menos conhecidas, mas vitais para o funcionamento do corpo.

Entre as proteínas mais famosas, por exemplo, estão hemoglobina, anticorpos, certos hormônios (como a insulina) e enzimas.

Tudo isso faz com que o uso dessas cadeias de aminoácidos não apenas seja vital para o aporte de energia, mas também para a reparação de tecidos, a oxigenação do corpo e o sistema imunológico.

Se nosso corpo não recebe a quantidade de proteína de que precisa, começará a lançar sinais de alerta.

Confira alguns deles:



Carne, ovos e peixe são alimentos ricos em proteína

1. Fadiga

A fadiga excessiva ou crônica é o primeiro sinal de falta de proteína. Dado que a deficiência desse composto é derivada diretamente de uma dieta pobre em calorias, o organismo não conta com energia suficiente para cumprir tarefas rotineiras.

"Há um mínimo necessário de proteínas que devemos consumir todos os dias para o corpo funcionar corretamente", diz à BBC Mundo a nutricionista Elizabeth González, porta-voz das Associações de Nutricionistas de Madri, na Espanha.

Recomenda-se comer entre 0,7 e 0,8 gramas de proteína por quilo de peso. Por isso, um homem de 80 quilos deveria consumir 64 gramas de proteína por dia.

Em média, homens devem consumir 55 gramas, e mulheres, 45 gramas, todos os dias. "Mas depende da atividade física da pessoa ou se ela está em fase de crescimento. A quantidade necessária de proteína pode ser maior", afirma

Aisling.

2. Fraqueza de cabelo e pele

Um segundo alerta sobre a falta de proteína no corpo é queda ou enfraquecimento do cabelo. As proteínas mantêm o cabelo saudável e em fase de crescimento. Isso porque o cabelo - e os folículos que os sustentam - são feitos de proteína e a falta dessas moléculas os enfraquece.

Presidente Prudente
(18) 3903-1046
Presidente Epitácio
(18) 3251-1284
OSVALDO RAMOS
Osvaldo Cruz (18) 3528-1146
Marília (14) 3414-1937
ADVOCACIA PREVIDENCIÁRIA advocacia.rosinaldoramos@hotmail.com



Anticorpos são estruturas formadas por proteínas; dietas com baixo teor proteico aumentam vulnerabilidade a doenças

Essa é uma das razões pelas quais os cabelos de pessoas que fazem dietas com baixo teor proteico tendem a crescer mais lentamente. E, em casos extremos, pode ocorrer queda dos fios.

Assim como o cabelo, as unhas e a pele também dependem das proteínas para se regenerar. A pele é composta por três tipos de proteínas: colágeno, elastina e queratina. "Níveis baixos dessas proteínas causam rugas e deixam a pele mais fina", explica em seu site a Clínica Cleveland, nos Estados Unidos.

3. Perda de massa muscular

Um terceiro sintoma está relacionado aos músculos. A insuficiência de proteína reduz a massa muscular, impedindo-nos de realizar atividades físicas.

Estes distúrbios musculares, em um nível muito avançado, podem causar câimbras irritantes. "Esse tipo de proteína que também comemos parece desempenhar um papel central em evitar a perda muscular", diz a nutricionista Jennifer K. Nelson, no site da Clínica Mayo. Isto é importante, por exemplo, no caso de pessoas idosas, que tendem a perder massa muscular com o avanço da idade.



Cansaço extremo pode ser decorrente de falta de proteína

As proteínas que comemos têm vários tipos de aminoácidos. "Estudos mostram que o aminoácido leucina preserva a massa muscular", afirma Jennifer. A leucina é mais encontrada em alimentos de origem animal, como carne bovina, cordeiro, carne de porco, frango, peixe, ovos ou laticíneos. Também é encontrada na soja e, em menor grau, em outros grãos, nozes e sementes.

4. Doente com frequência

Um quarto alerta importante sobre a falta de proteína é a frequência com que ficamos doentes. "É impossível para o sistema imunológico funcionar sem proteínas. Até porque os anticorpos são estruturas formadas por proteínas", diz Elizabeth à BBC Mundo.

De fato, uma das principais funções das proteínas é apoiar o sistema imunológico. Neste sentido, uma dieta pobre em proteínas nos expõe mais facilmente a infecções e resfriados.



Envelhecimento precoce também pode estar relacionado à baixa ingestão de proteína

5. Os gases e prisão de ventre

E, finalmente, a falta de proteínas também está associada a problemas digestivos, como gás e constipação. Para uma boa digestão, os aminoácidos são fundamentais e seus níveis são diretamente proporcionais à nossa ingestão de proteínas.

COMPRE EM NOSSO MEGAZINE E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<https://www.magazinevoce.com.br/magazine/nemegazineinorminha/>



Alguns grãos são ricos em proteína

Barato e acessível

As proteínas são, em grande parte, associadas ao consumo de alimentos de origem animal, como carne, leite, queijo, ovos ou peixe. No entanto, há várias alternativas aos adeptos da dieta vegetariana ou vegana.

Lentilhas, soja, grão de bico, amêndoas, amendoins ou ervilhas são apenas alguns dos alimentos fáceis de serem obtidos e cujos preços são quase sempre acessíveis. Quinoa e soja são dois grãos, por exemplo, que contêm todos os aminoácidos essenciais. **N**

Segurado facultativo ou sócio de empresa tem direito ao seguro desemprego

Inscrição como MEI não impede o recebimento do seguro desemprego.



Funcionário DEMITIDO SEM JUSTA CAUSA que se inscreva como facultativo (dona de casa, bolsista ou estagiário) na Previdência Social ou passe a ser sócio de empresa pode continuar recebendo o seguro desemprego desde que comprove não ter renda própria.

A circunstância de recolhimento de contribuição previdenciária como contribuinte individual, ou a mera manutenção do registro de empresa, não estão elencadas nas hipóteses de cancelamento ou suspensão do seguro-desemprego, de forma que não é possível concluir que o segurado possuía renda própria suficiente ao seu sustento e de sua família.

Imagine uma pessoa que entrou para o grupo dos desempregados, mas encontrou uma oportunidade de vender lanches naturais e para isso cadastrou-se como micro empreendedor. Nessa hipótese, essa pessoa ainda terá direito a receber seu seguro desemprego. **N**

Compartilhamos com **Fabiano Silva de Andrade**
fabiano.oab@gmail.com

Acabei de juntar um monte de coisa velha que não quero mais. Posso "tocar fogo" em tudo dentro do meu quintal?



A prática de queimar coisas no próprio quintal ainda é muito vista no interior. Pelo menos na cidade onde eu moro, Conceição do Coité - Ba, muita gente faz isso: junta o lixo, junta um monte de coisa velha e, no próprio quintal, toca fogo! Mas afinal: fazer isso é crime ou não é?

COMPRE PRODUTOS NATURA E AJUDE NA SUSTENTABILIDADE DE NORMINHA
<http://rede.natura.net/espaco/norminhanet>

Resposta: sim e não. Depende! O artigo 54 da Lei 9.605 diz que é crime:

Causar poluição de qualquer natureza em níveis tais que resultem ou possam resultar em danos à saúde humana, ou que provoquem a mortandade de animais ou a destruição significativa da flora:

Penal - reclusão, de um a quatro anos, e multa.

§ 1º Se o crime é culposo: Penal - detenção, de seis meses a um ano, e multa.

§ 2º Se o crime:

I - tornar uma área, urbana ou rural, imprópria para a ocupação humana;

II - causar poluição atmosférica que provoque a retirada, ainda que momen-

tânea, dos habitantes das áreas afetadas, ou que cause danos diretos à saúde da população;

III - causar poluição hídrica que torne necessária a interrupção do abastecimento público de água de uma comunidade;

IV - dificultar ou impedir o uso público das praias;

V - ocorrer por lançamento de resíduos sólidos, líquidos ou gasosos, ou detritos, óleos ou substâncias oleosas, em desacordo com as exigências estabelecidas em leis ou regulamentos:

Penal - reclusão, de um a cinco anos.

Alguns argumentam que a simples produção de fumaça, oriunda da queima de objetos, já configura o crime ambiental - porque a lei diz que "é crime causar poluição de qualquer natureza". Essa ideia, no entanto, é errada. O restante do artigo 54 transcrito acima complementa: em níveis tais.

Ao dizer "em níveis tais" o legislador está dizendo que não é qualquer queima, qualquer produção de fumaça que já configura o crime, mas somente quando "resultar em danos à saúde humana, ou que provoquem a mortandade de animais ou a destruição significativa da flora" - isso em elogio aos princípios da Razoabilidade e Proporcionalidade.

A questão é: mas nem dentro do meu próprio quintal? Se, dentro do seu próprio quintal, a queima resultar em danos à saúde humana ou provocar a mortandade de animais ou destruição significativa da flora, então você não pode queimar. Se não, não há problema algum.

Importante: o artigo 54 da lei 9.605 fala do crime de produção de poluição; o artigo 250 do Código Penal, do crime de incêndio: Causar incêndio, expondo a perigo a vida, a integridade física ou o patrimônio de outrem.



Se de dentro do seu quintal você queimar algo e o fogo se alastrar atingindo patrimônio alheio, haverá o crime de incêndio na forma culposa - por imperícia, negligência ou imprudência, a depender do caso.

Se a fumaça oriunda da queima de objetos em seu próprio quintal ganhar grandes proporções e causar dano à saúde de alguém, então você responderá nos termos do artigo 54 da lei dos Crimes Ambientais.

Diante do exposto, a única resposta para a pergunta "queimar objetos em meu próprio quintal é crime?" é: depende! O meu conselho é que nunca faça. É melhor juntar todo o lixo e ter um órgão municipal responsável pela coleta e destinação responsável e sustentável das coisas. **N**

Compartilhamos com **Wagner Francesco**
Theologian and Paralegal