

Negócio\$ & Oportunidade\$

Publicação da Design Consulting
Núcleo de Editoração e Prospeção
Ano II - Número 006 - Setembro/Outubro 2013

RORAIMA

Distribuição Dirigida - Venda Proibida



Qualidade de Vida...

O que antes era tido como um luxo desnecessário, passou a movimentar cifras astronômicas e a despertar o interesse pelo envelhecimento com saúde

Bem Estar

Empresa investe em Programa de qualidade de vida

Pag. 47

Entrevista da Edição

MARCIA CONRADO

Trabalho com qualidade de vida

Pag. 7



LEMANS

RENT A CAR



LOJA NOVA, FROTA

Avenida Mário Homem de Melo, 4203 - Caimbé - Tel.: 95 3625 3181 - Plan

www.lemansbrasil.com.br





Conforto



Qualidade



Atendimento

NOVA, TUDO NOVO

Atenção de Reservas 95 9114 1300 | 95 8112 1212 | Reservas 0800 970 5100
Boa Vista - Roraima



Sumário

Negócio\$ & Oportunidade\$

Ano II | Nº 006 | Setembro/Octubre 2013



- 07** Entrevista da Edição - Marcia Conrado
Diretora da empresa MenteCorpo de Salvador/BA
fala sobre a saga de trabalhar com bem estar



- 11** Locação de Equipamentos
Soluções inteligentes que
agregam economia e praticidade



- 16** Pesquisa e Desenvolvimento
Roraima ganha Centro Tecnológico
em Aquicultura
- 30** Matéria da Capa
Qualidade de vida e bem estar.
Queremos, mas será que praticamos?



- 21** ALC/ZPE
Alternativas criadas para
uma nova base econômica
- 43** Caso de Sucesso
Cintura Fina: qualidade
com cara de franquia



E mais...

- Dicas de Saúde e Leitura
- FIER - Setor Madeireiro
- Código de Defesa do Consumidor
- Amor e Humor
- Dinheiro: vivo ou morto
- Ensino Superior
- Descontra(r)indo



Qualidade de vida...

Precisamos acordar para a necessidade de nos reinventar como pessoas. O ritmo alucinante que escolhemos para viver reforça uma velha máxima popular de que passamos a vida toda correndo atrás de dinheiro, bens materiais e esquecendo da saúde. Chegamos em um estágio da vida onde juntando toda fortuna do mundo, não conseguimos recuperar nosso maior bem que é a saúde.

O momento é de reflexão sobre o que queremos para nossas vidas, e não é um apelo para deixarmos de trabalhar ou excluir nossas cervejas e churrascos aos finais de semana, mas sim o de mensurar nossos limites, os limites do nosso corpo, para que possamos continuar a ter finais de semana, companhias agradáveis, oportunidades de evolução profissional, mais tempo ao lado de quem amamos. Mas o melhor de tudo isso é viver esses momentos sabendo que eles podem durar bem mais do que imaginamos, basta que nos cuidemos e cuidemos de quem amamos.

Boa leitura.

Weber Negreiros Junior
Diretor Geral Design Consulting

A palavra de nossos leitores

Este espaço é destinado às críticas e sugestões de nossos leitores, como também suas percepções



"A Revista Negócios & Oportunidades aproximou os conceitos empresariais antes distantes de nossa realidade para uma linguagem simples e o melhor de tudo trazendo a real situação do mercado em que trabalhamos, desnudando e quebrando paradigmas em Roraima".

Joice Trajano
Administradora

"É muito bom ver empresas roraimenses acreditando em projetos que consolidarão uma cultura empresarial em Roraima e que darão um novo rumo a forma de pensar as políticas de desenvolvimento com foco nas reais necessidades dos empresários e de quem constrói Roraima".

Sales Batista
Gestor Industrial

"A YES sentiu-se honrada ao ser reconhecida como a empresa do segmento agraciada com o prêmio de Melhor Franquia do Brasil e brindados com a entrevista do Raimundo Nonato que ajudou a desmistificar alguns fantasmas que rondam a políticas de franquias no Brasil. Obrigado pela oportunidade"

Célio Fonseca
Empresário

"Quero agradecer por ter figurado como caso de sucesso da quinta edição da Negócios & Oportunidades e ver como um projeto que fiz parte desde o começo com seus idealizadores está chegando tão longe. Acredito na competência da sua equipe e tenho certeza que chegarão mais longe ainda, pois a perseverança, o foco, a vontade de fazer e principalmente a preocupação com a qualidade do produto final e da informação credenciam o jovem veículo de comunicação como um projeto de sucesso. Parabéns a toda equipe da Design".

Luiz Brito
Empresário

"Tive a oportunidade de falar um pouco de nossa história empresarial na edição anterior da revista e fiquei muito feliz pela oportunidade como também pela repercussão positiva que tive ao encontrar as pessoas que leram a revista. Obrigado a equipe da Negócios & Oportunidades".

Geraldo Teixeira
Empresário

Mande sua crítica, sugestão, artigo, sugestão de pauta. Ajude nossa equipe a fazer a Revista que você quer para a sua empresa e para o seu mercado.

revista@designconsulting.com.br

Negócio\$
& Oportunidade\$

Direção
Weber Negreiros Junior
Responsabilidade Técnica
Design Consulting
Jornalista Responsável
Tarsila Rodrigues - DRT 419 RR

Apoio de Edição e Revisão
Sévio Mourão
Projeto Gráfico
Núcleo de Edição DC
Produção Fotográfica
Alan Lobo

Fale Conosco
revista@designconsulting.com.br
E-mail Direção
weber@designconsulting.com.br
Telefones
95 9133 4737
95 8118 6554

A Revista Negócios & Oportunidades tem sua distribuição dirigida. Sua venda é proibida. Solicite seu exemplar pelo Fale Conosco

MSN: webernereiros@hotmail.com

Ideias

CENTRO EMPRESARIAL

Salas comerciais ✓
Escritórios temporários ✓
Salas para treinamento ✓
Auditório ✓
Salas para congressos
e conferencias ✓

Uso Sustentável da água

Acessível



A Revista Negócios & Oportunidades
gostou tanto do espaço que
hoje faz parte dele

O espaço que reuni grande marcas e profissionais

RESERVE JÁ O SEU ESPAÇO

Rua Governador Aquilino Mota Duarte, 1771 | São Francisco
Tel.: 95 3224 6022 | Boa Vista | Roraima

Qualidade de vida e bem estar garantem um futuro melhor

Marcia Conrado fala um pouco sobre o que é ser empreendedora em uma área que até bem pouco tempo atrás ninguém se importava. A qualidade de vida vem ganhando espaço na vida dos brasileiros e transformado homens e mulheres de sucesso em pessoas mais felizes

Marcia Conrado foi entrevistada pela equipe da **Negócios & Oportunidades** e disse que o paradigma de ser uma empreendedora tem que ter muito dinheiro, que só ganha dinheiro quem tem dinheiro, tem que ser quebrado. Ela começou com muita força de vontade e sem muito dinheiro, investiu mil reais para a legalização da empresa, realizava todos os serviços e o dinheiro que entrava deixava para compra de novos materiais e pagamento de transporte. Com o passar do tempo, foi capitalizando a empresa.

Ela aprendeu que para ter sucesso como empreendedora é necessário correr riscos calculados, estudar, inovar, buscar parcerias, conhecer o cliente, se preocupar com o resultado do trabalho e principalmente, ter amor pelo que faz.

Ela conclama todas as mulheres que estão iniciando seu negócio a pensar no que realmente querem fazer e que façam com amor. A seguir um pouco da entrevista feita com Marcia Conrado em Salvador, cidade onde mora.

N&O - O sonho de trabalhar com o que se gosta parece cada vez mais distante. Mas você conseguiu alcançá-lo. Qual a fórmula para essa conquista?

Para realização de qualquer sonho é necessário disciplina e determinação. Para concretizá-lo, pesquisei, fiz



Marcia Conrado é adepta de que o trabalho tem que se motiva de alegria e realização e não de sofrimento

Entrevista da Edição

MARCIA CONRADO

curiosos e o melhor de tudo é que escolhi algo prazeroso. O meu trabalho é um lazer. Ganho dinheiro fazendo o que eu gosto. Sempre tive um perfil empreendedor, comecei a trabalhar muito cedo. Ter meus horários foi o que me inspirou a montar meu negócio. Inicialmente trabalhava de carteira assinada, depois passei a prestar serviços de Ginástica Laboral como autônoma. Após uma conversa com um empresário amigo, fui incentivada a abrir minha empresa. Comecei a fazer um curso, iniciando um Pequeno Grande Negócio, no SEBRAE, participei de algumas feiras, comprei livros sobre o assunto, montei um Plano de Negócios, consultei um contador, até que decidi. Quando saiu o CNPJ, foi como um nascimento de um filho, uma alegria, sensação de independência, um sonho realizado, me lembro até hoje.

N&O - Quais foram suas primeiras áreas de atuação nesse mercado que até bem pouco tempo atrás era esquecido?

Ao iniciar o negócio buscava levar Promoção de Saúde para as organizações. Fazer com que as pessoas adotassem um estilo de vida mais ativo, objetivando a prevenção de doenças ocupacionais, tornando o ambiente de trabalho mais humanizado, contribuindo para a Qualidade e Vida dos trabalhadores.

Prestava serviços de Ginástica Laboral, massoterapia, participava de SIPAT (Semana Interna de Prevenção de Acidente de Trabalho) o que tornava diferente dos meus concorrentes era a realização de atividades socioeducativas dentro do processo de bem-estar. Elaborava panfletos, pedia aos gestores para divulgar na intranet, trabalhava com datas comemorativas relacionadas à saúde, colocava as informações em banner e a paixão que

me dedico traz um toque especial, passando informação com alegria, com intuito de transmitir conhecimentos e convencê-los a adotar um estilo de vida mais saudável. Em algumas empresas, inseria a caminhada, palestras e corrida gratuitamente.

N&O - Qual foi sua maior motivação para por em prática seus sonhos empreendedores?

O fato de ser mulher, mãe e ter que sustentar minha filha só, foi uma das coisas que me motivou a ser empresária, ter o meu negócio e uma condição de vida melhor, ter mais tempo para cuidar de minha filha, porém com as viagens que faço acabou diminuindo o tempo que poderia ficar com ela, mas consigo trabalhar em casa, organizo meus horários e hoje eu consigo investir nela como não podia antes. Tive muitas dificuldades em administrar o tempo, cuidar da casa, trabalhar, estudar, viajar. Comecei a vida empreendedora cedo, tive filho com 18 anos, foi trabalhoso conciliar tudo, mas nada é impossível a quem crê. Para enfrentar as dificuldades comecei a delegar tarefas.

N&O - Qual o formato de sua empresa (MenteCorpo)?

Hoje temos 29 funcionários que ficam responsáveis pela parte operacional. Trabalho com parcerias, busco informações de empresários com mais tempo de experiência no mercado. Atualmente, fico responsável pela busca de novos clientes e gerencio o andamento dos programas. Os valores que prezo na empresa são: ética, compromisso, desafio, qualidade e humanização. Nossa missão é prestar serviços com profissionalismo e qualidade, criando e inovando serviços destinados à Promoção de saúde,

comprometendo com o resultado do cliente, contribuindo para o bem estar das pessoas, respeitando o indivíduo, a sociedade e o meio ambiente.

N&O - Como você faz para atender além das fronteiras onde está instalada a MenteCorpo?

Em cada estado temos um coordenador local que me representa, reúne com a equipe para a tomada das decisões e passa para que eu aprove, as informações são compartilhadas através de ata encaminhada por e-mail.

Não temos um espaço físico pois realizamos os serviços no endereço da empresa contratante. Possuímos um escritório virtual para contatos. Participamos de licitações em todos os estados através da internet. Seguimos as regras de acordo com a política da empresa que iremos prestar o serviço. Temos uma equipe multidisciplinar composta por educadores físicos, fisioterapeutas, nutricionistas e massoterapeutas com os respectivos registros dos conselhos (CREF, CREFITO, CRN).

N&O - Quais seus principais clientes?

Nossos principais clientes são: CHESF (Recife) com operacionalização do Centro de Promoção de Saúde; Eletrobrás Amazonas Energia (Manaus) com Serviço de Ginástica Laboral e Massoterapia; Boa Vista Energia (Roraima) com operacionalização de Programa de Qualidade de Vida "Você com mais Energia" com Projetos de Programa de orientação a aposentadoria; Prevenção a DST/AIDS; Prevenção a Dependência Química; Semana da Saúde,

Entrevista da Edição

MARCIA CONRADO

Eletrobrás Cultural e SIPAT; EBC (Brasília) Ginástica Laboral e Banco do Brasil (Salvador) com massoterapia.

N&O - Trabalhar distante fisicamente de seus clientes poderia ser considerado um complicador, mas vocês utilizam com muita habilidade essa inte-gração. Como é feito esse processo?

A internet é fator facilitador e agregador. Uma das melhores ferramentas que disponho são as redes sociais, LinkedIn, facebook, twitter, WhatsApp são recursos rápidos, baratos, que utilizo frequentemente para acompanhamento das atividades.

Participo ativamente das atividades do negócio, mantenho contato com os gestores, colaboradores, fornecedores, comunidades e parceiros, geralmente por contato telefônico ou e-mail. Em alguns casos, realizo a palestra inicial, participo das aulas da ginástica laboral e realizo massagens também.

N&O - Qual seu grande combustível nesse mercado?

Sou movida a desafios, obstáculos aparecem em todos os negócios e procuro aprender com eles e descobrir novos caminhos para supera-los. É necessário um bom equilíbrio emocional para administrá-los pois não é fácil atender as expectativas de um funcionário. Meus colaboradores são selecionados através de currículos que são recebidos por e-mail, pesquisados na Catho on Line, indicações do coordenador local, através de facebook e entrevista. Para que eles sintam-se mais motivados, são oferecidos vale transporte, alimentação, gratificações, pagamentos de

50% de alguns cursos de atualização da área.

Para tornar o ambiente de trabalho mais agradável realizamos reunião trimestral para ouvi-los, damos lembranças em datas comemorativas (páscoa, fim de ano, felicitações no contracheque do aniversariante do mês). Criamos um grupo no whatsapp e facebook com o objetivo de tornar o ambiente mais transparente, onde eles expõem as ideias e interagimos.

N&O - E como anda a MenteCorpo?

Uma boa administração financeira é um fator determinante para o sucesso do negócio. Meu principal erro era misturar despesas pessoais com as da empresa. Quando a contabilidade me orientou para ter um cartão pessoal e um empresarial e usar o meu pró-labore para minhas despesas pessoais, ficou tudo mais fácil para saber as receitas, despesas mensais e controlar as finanças. Acompanho o crescimento da empresa através do balanço patrimonial e

percebi um aumento do faturamento. Para saber em relação à melhoria dos serviços realizados, aplico pesquisa de qualidade trimestral e/ou semestral e para avaliação dos colaboradores nas atividades realizamos reuniões onde anotamos comentários, críticas e sugestões para os problemas.

N&O - Quais os planos para o futuro?

Minha meta para o futuro é em 2016, agregar valor com produtos relacionados à saúde e bem estar com vendas de material esportivo (roupa, tênis, suplementos, etc). Pretendo aumentar o faturamento anual e montar um espaço com serviços personalizados em treinamento funcional e massoterapia.

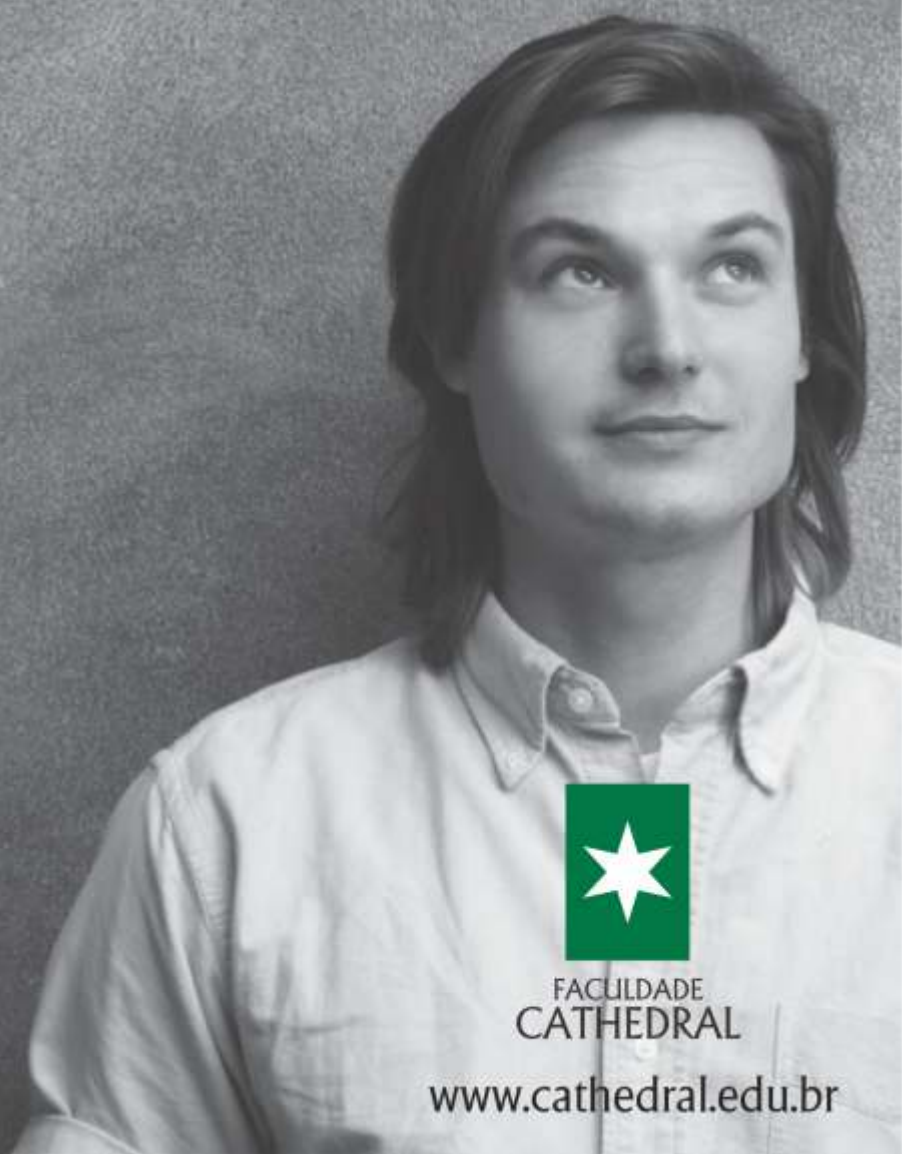
O maior objetivo não é só ganhar o dinheiro e ter sucesso, e sim ter prazer pelo que faz.

Criem suas oportunidades!



O equilíbrio entre a mente e o corpo é que determina o sucesso dos projetos e cada ação realizada.

Olhar para o horizonte
é acreditar que novos
desafios virão, como
também novas conquistas
trazidas pela **EDUCAÇÃO...**



FACULDADE
CATHEDRAL

www.cathedral.edu.br



Locação de Equipamentos uma solução inteligente para a construção civil

A locação dos equipamentos para auxiliar na execução das obras traz para a sociedade melhorias ainda pouco percebidas, como por exemplo a economia significativa de madeira nas obras e a redução no tempo final de execução das etapas do projeto

O mercado é dinâmico e pede cada vez mais soluções inteligentes para as demandas impostas. O setor da construção civil no Brasil ainda é o segmento que continua a apresentar níveis crescentes na economia, porém precisou se organizar, planejar e gerar soluções inteligentes para se manter firme frente a retrações de mercado e crises mundiais.

Questões ambientais passaram a ser grandes gargalos na liberação de qualquer projeto ou empreendimento, mas o setor tem consciência que isso faz parte do processo de preparação para uma nova cultura mundial de conservação que todos devem estar prontos para acompanhar. Outro ponto importante a destacar é que a segurança no trabalho não é apenas um norma ou procedimento de operação é item na cultura de qualquer organização que deve estar atenta as perfeitas condições de trabalho.

Pensando dessa forma o mercado começou a ganhar novos negócios que auxiliam o processo da construção civil. Surgem empresas preocupadas em ingressar no proces-

so de edificação e realização de diversos sonhos. Em casas ou mesmo em grandes obras passou-se a observar uma mudança de cenário. Vários canteiros de obras antes tomados por madeiras para escoramento de pilares ou lajes estão dando lugar a estruturas metálicas que podem ser usadas infinitas vezes para a realização dessa tarefa. A madeira que hoje é tratada como uma questão melindrosa passou a ser preservada e tirou de

cima da indústria da construção civil o título de inimiga do meio ambiente. Claro que ainda se utiliza muito a madeira, mas hoje pode-se dizer que seja mais por desconhecimento de novas tecnologias do que pela escolha consciente. As vantagens dessa nova tecnologia são infinitas, reduz tempo de montagem da estrutura da laje, consequentemente do prazo final de execução da obra, economiza madeira, evita desperdícios, minimiza o



Andaimes mais funcionais dão segurança e agilidade às obras.



O escoramento metálico de lajes é visto com muito bons olhos pelos órgãos ambientais: menos madeira no processo

acumulo de restos de obra e o melhor, sai de uma obra e pode ser utilizada de forma imediata em outra, sem dano algum ao meio ambiente.

Outro aliado nesse novo momento da construção civil são os andaimes funcionais, que podem ser montados em grandes vãos, irem mais alto sem comprometer a segurança e mais uma vez auxiliar o meio ambiente, já que os velhos e ultrapassados andaimes improvisados de madeira começam a sair de cena. No caso dos andaimes metálicos o trabalhador é o grande beneficiado, pois sobre esses equipamentos recaem a tecnologia e normas de segurança fortemente fiscalizadas e que garantem a tranquilidade ao empregador e ao empregado no desempenho de suas funções.

As empresas que escolheram

esse segmento vem agregando vários itens ao seu portfólio, como por exemplo: containers refrigerados ou não que servem como escritório em obras ou mesmo pequenos refeitório e depósitos.

Rodrigo Vieira diretor da Loc Obra se diz muito feliz com a aceitação do mercado roraimense para essas novas tecnologias e acredita que muito em breve as pequenas obras também estejam demandando essas soluções, pois o custo que para muitos "aparente-mente seja caro", traz imbutido benefícios que se contabilizados representaram um ganho expressivo ao final da obra. "Roraima vem passando por um momento especial na construção civil, grandes obras sendo executadas e outras em fase final de estudo. Não tenho a

menor dúvida que daqui há alguns anos seremos um verdadeiro canteiro de obras a céu aberto, porém devemos nos preparar para as exigências legais, sejam elas trabalhistas, ambientais ou mesmo normas específicas a construção civil. Esse setor merece atenção especial e cabe um olhar dos construtores para as novas tecnologias que agregam redução de custos, agilidade de execução, melhor relação custo benefício, equilíbrio do meio ambiente e respeito ao trabalhador", destacou Rodrigo.

Outras empresas começam a ver que muitos equipamentos de menor porte que antes o próprio contratante da obra tinha que adquirir para viabilizar a construção ou mesmo alguns grupos de profissionais que empreitavam tinha que se descapitalizar para investimentos que muitas vezes após a conclusão da obra ficavam ociosos e demoravam muito a retornar o investimento realizado.

Para Hamilton Thomaz diretor da RJS que também é defensor da política de locação por entender que é um grande aliado de quem constrói e destaca que Roraima fica no final da linha para a entrega de qualquer produto, sendo por isso a logística um complicador para os negócios no Estado. "Roraima sempre terá contra si os entraves de uma logística complicada. Tudo que compramos para Roraima e que dependa de transporte prejudica o cronograma das obras e compromete a sua rentabilidade", destacou Hamilton.



Não só grandes estruturas são alugadas. Equipamentos de pequeno porte também ganham espaço.

Vantagens da locação de equipamentos

A locação de equipamentos traz vantagens que agregam muito valor a obra e ajudam o meio ambiente.

A seguir estão elencados algumas vantagens da locação, seus impactos financeiros, vantagens para o meio ambiente, economia e segurança. Vamos saber:

Produtividade

Equipamento certo para o serviço certo, proporcionando economia e segurança.

Capital da Empresa

Não precisa usar o capital da empresa, alugar pelo período necessário para execução dos serviços mantendo sua melhor margem de lucro no final do empreendimento

Manutenção

Alugar evita custos de manutenção, equipamento revisado, e caso

houver problemas nos equipamentos, eles são substituído imediatamente, evitando horas inativa de equipamento.

Estocagem

Evita investimentos em estocagem de equipamentos, galpões, segurança.

Imobilizado

Não aumenta o ativo imobilizado da empresa, dedutivo de IR, no caso do lucro real.

A locação de contêiner escritório e almoxarifado e banheiros, garante agilidade, pois para construir no método convencional é necessário 41 itens de materiais e insumos, além 6 fornecedores diferentes.

Flexibilidade

Em algumas horas é possível montar um canteiro de obra e movimenta-lo com a obra em andamento, conforme a necessidade. Essa facilidade se aplica também a eventos como o caso de contêiner bilheteria ou mesmo camarins.

Agilidade

No caso do escoramento metálico o tempo de montagem e a dispensa uso de serras elétricas, manuais, serrotes e pregos, agiliza o cronograma e diminui o risco de acidentes.

Locar equipamentos é uma alternativa inteligente para a sua obra.

Estamos ajudando a edificar a maior obra privada do Estado de Roraima

**Loc Obra**

Locadora de equipamentos

Facilita sua obra reduzindo custo e prazo

3 6 2 3 - 2 8 1 9 

A **LOC OBRAS** e a **RJS** são empresas especializadas em oferecer soluções inteligentes para a sua obra e fazer com que seus recursos sejam otimizados e investidos no que mais você precisa, na economia e no seu conforto.



CONFORTO E CHARME

NO CORAÇÃO DE BOA VISTA



APARTAMENTOS COM
AR CONDICIONADO
FRIGOBAR
INTERNET WIRELESS



RESTAURANTE
ÁREA DE LAZER COM
PISCINA E BAR



SALÃO DE EVENTOS
SALÃO DE CONVÊNCÕES
SALAS DE REUNIÕES



Praça do Centro Cívico, 974 – Centro
CEP: 69.301-380 Boa Vista – RR
Tel. (095) 3212-0800 / (95)-8117-0788 e Fax (095) 3224-4116
E-mail: eventos@aipanaplaza.com.br
Site: aipanaplaza.com.br



Aipana Plaza Hotel



Inveja e Intrigas

As organizações cada vez perdem mais terreno para a mesquinha e a falta do que fazer de algumas pessoas que esquecem que o sol nasceu para todos e não para alguns poucos

Por: Weber Negreiros Junior*
E-mail: webernegreiros@hotmail.com

As organizações são formadas por pessoas e sabemos que nos ambientes de trabalho ninguém pensa igual a ninguém, ninguém tem os sonhos exatamente iguais, entre tantos sempre tem um que acha que o planejamento na vida não deve ser regra, daí nasce a famosa intriga. Intriga é um fator de desagregação das pessoas e, por consequência interfere diretamente no desempenho empresarial.

Os objetivos do mesquinho ou intrigante estão sempre alinhados com a derrota ou fracasso do próximo e muitas vezes ele se ocupa em contribuir para essa derrubada. Estamos falando do famoso puxador de tapete, que nada mais é do que a personificação do invejoso.

Podemos dizer que a inveja é algo que aflora no momento em que você vê seus sonhos serem realizados pelo colega do lado e não por você. E os nossos sonhos podem ser tangíveis ou não, como por exemplo status, conhecimento, carisma, respeito, reconhecimento, desejos esses que jamais vão dar prazer a quem senti inveja, já que as conquistas não são dele e sim de uma outra pessoa. O invejoso não sabe o que é brindar uma conquista. Não sabe reconhecer seus limites profissionais e pessoais. Seu ciclo de amizade desejado está mais voltado ao TER do que ao SER, enfim o invejoso cria um mundo irrereal onde todas as suas preocupações estão no sucesso alheio e não nos motivos que o leva ao insucesso.

As organizações sofrem demais com esse tipo de gente. Essas

pessoas – vale ressaltar não param de se multiplicar – fazem mal as organizações, mas muito mais a si mesmas. Usam artifícios baixos, como caluniar, desvalorizar, desprezar, mentir e construir verdadeiras arapucas para ver o fracasso alheio.

Você sabe qual a grande contribuição do invejoso para uma organização? Infelizmente ele é um câncer que desagrega e gera um clima organizacional temeroso, onde a cultura do medo, da mentira, da baixaria começa a querer se misturar com a marca da organização. Além disso na ponta a empresa senti nos custos da operação, já que os níveis de falha aumentam muito e o grupo começa a ter suas baterias descarregadas pelos cavaleiros do apocalipse.

O invejoso é perigoso, é como uma doença que contamina não só as

organizações mas também as relações pessoais e, não adianta, vir com o velho ditado: “não levo problemas do trabalho pra casa e nem os de casa pro trabalho”. Já foi-se o tempo em que isso era regra de organizações, hoje elas sabem que se não houver equilíbrio entre o pessoal e o profissional o resultado é decepcionante. Basta olhar para as relações das pessoas que vivem da indústria da intriga, nem a companhia aguenta a pessoa.

Voltando ao fruto do invejoso, a intriga é uma prática irresponsável com as organizações e, portanto, deve ser combatida, pois todos tem uma estrela que brilha, umas mais, outras menos, mas todas brilham.

Lembre-se você para subir os degraus da vida não precisa derrubar ninguém da escada.

* Consultor Empresarial e Conferencista



Desenvolvimento

Roraima vai desenvolver pesquisas na área de aquicultura

Roraima começa a olhar para a produção com cuidados científicos e coloca em operação um dos mais modernos centros de tecnologia em aquicultura da região

A área de pesquisa no campo da Piscicultura em Roraima acaba de ganhar o Centro Tecnológico de Aquicultura (CTA). Instalado no município de Amajari ao Norte de Roraima, no total possui um área de 31 hectares de lamina d'água, com um laboratório de 400 metros quadrados, que será utilizado para pesquisas nas áreas de melhoramento genético, nutrição, reprodução, sanidade, e na parte de disseminação de informação, qualificação de mão de obra e assistência técnica.

A iniciativa é do empresário

da área Aniceto Wanderley, e segundo ele, o objetivo principal do TCA é focar na área de tecnologia e inovação para o desenvolvimento de estudos nesta área com pesquisadores especializados e parcerias importantes, como Embrapa Pesca e Aquicultura com sede no Tocantins (TO), onde serão implementadas pesquisas com o Pirarucu e o melhoramento genético do Tambaqui. Outro parceiro é a Embrapa Amazônia Ocidental no Amazonas (AM), que irá desenvolver trabalhos na área de sanidade e aumento de produtividade e com a

Embrapa Roraima, onde será trabalhada a parte de nutrição. Será parceiro ainda Instituto de Pesquisa da Amazônia (Inpa).

O empresário disse que teve a ideia após definir um planejamento estratégico da Piscicultura e por identificar que Roraima necessita de um Centro destes. O CTA é um dos únicos da região Norte, segundo Wanderley. Questionado sobre o retorno econômico e intelectual do empreendimento para o Estado, ele respondeu que, quando se lida com pesquisa é um investimento de médio e longo prazo. Ele explicou ainda que para o início dos trabalhos, estão chegando a Roraima, as oito linhagens de Tambaqui que existem no Brasil e demais espécies que serão utilizadas no campo de pesquisa. "Os pesquisadores vão aplicar no campo, aquilo que se conseguiu em laboratório. Estamos fazendo ainda o trabalho de genoma de todos os Pirarucus, para formar casais de reprodução e em médio prazo trabalhar com os híbridos dos peixes amazônicos", reforçou o empresário. Aniceto reforça a importância de contemplar toda



O pirarucu é um dos peixes que merecerão destaque nas pesquisas pelo seu alto valor agregado.



A fábrica de rações criação está passando por uma grande ampliação

cadeia produtiva, caso contrário as ações hoje implementadas falharão em algum momento. Para ele a união dos produtores em prol do desenvolvimento das culturas produtivas em Roraima fará toda diferença, pois os investimentos serão feitos contando com o empreendedorismo que toma conta do Estado de Roraima. "A pesquisa é apenas um item nessa cadeia. Paralelo a tudo isso temos que profissionalizar as gestões, incentivar os produtores, montar sistemas inteligentes de cooperativas para que o setor ganhe escala e possa consolidar Roraima como um grande celeiro da piscicultura no Brasil", destacou Wanderley.

Fábrica de Ração

Nessa grande cadeia o empresário viu a necessidade de investir em uma fábrica de ração. Ao longo do tempo sentiu que a sua escala de produção estava ficando praticamente voltada para o atendimento de suas necessidades, não podendo ofertar os produtos da indústria nem no Estado muito menos fora dele. Observando o potencial comercial do setor, com o aumento das lâminas d'água por todo Brasil e a

saturação da capacidade produtiva da indústria, Aniceto resolveu planejar e executar um audacioso plano de ampliação que tornará a indústria umas das referências nacionais em qualidade e produtividade. Com essa ampliação - que está em fase final - ele afirma que poderá suprir sua demanda, atender os produtores de Roraima e ainda ter um excedente de 70% para atendimento dos demais mercados. Segundo o empresário não adianta investimentos sem planejamento a curto, médio e longo prazo, tudo deve ser feito obedecendo critérios pré estabelecidos onde haja o perfeito equilíbrio entre os investimentos feitos, o mercado potencial, o mercado real, taxa de maturação do empreendimento e o período que o investimento começará a dar retorno. "Tudo no mercado roraimense deve ser muito bem estudado, pois empreendimentos de grande vulto econômico deve ter como alvo mercados adjacentes aos nossos, em função de nosso mercado consumidor ser pequeno, por esse motivo o planejamento é de suma importância, caso contrário teremos verdadeiros elefantes brancos a serviço do nada e frustrando sonhos", finalizou Aniceto Wanderley.



PAULINO & SOUZA
ADVOGADOS

Kleber Paulino de Souza
Advogado OAB RR 624

Tarciano Ferreira de Souza
Advogado OAB RR 409



Assessoria Jurídica

Preventiva e Contenciosa em
Processos Administrativos e
Jurídicos



Áreas do Direito

- Direito Civil, Empresarial e do Consumidor;
- Direito de Família e Sucessão;
- Direito Militar e Criminal;
- Direito Ambiental e Administrativo.

Rua Governador Aquilino Mota Duarte, 1771 - Sala 02
Ideias Centro Empresarial São Francisco - CEP 69.305-095
Central de Atendimento: 95 3624 1725 - Ramal 202
Celular: 95 8116 6447 | 95 9976 3480 | 95 9132 5128
95 8118 0035

Site: kpsadvocacia.adv.br

Email: kleberpaulinoadvogado@hotmail.com

Email: advtarciano@hotmail.com

Boa Vista - Roraima

Educação Empreendedora

Empresário roraimense assume regional norte da Junior Achievement

Foi realizada em São Paulo no dia 16 de outubro a Reunião Nacional da Junior Achievement, este ano está completando 30 anos de trabalho contribuindo com a educação empreendedora no país. O evento contou com a presença de empresários de todo o Brasil, para apresentar os resultados da Organização e definir metas e estratégias da educação empreendedora para os próximos anos.

A reunião foi liderado pelo Presidente do Conselho Consultivo, Jorge Gerdau Johannpeter, que afirmou que o projeto da Junior Achievement é o que há de melhor no País. "Que projeto bom temos na mão", disse, com orgulho.

Um dos temas abordados foi a Reunião Regional de Conselheiros, que tem entre os objetivos assegurar o movimento da governança corporativa dos Conselhos, mobilizar e identificar novas lideranças. Foram constituídas



Jorge Gerdau garantiu ao empresário Luiz Brito que em breve fará uma visita a Roraima

as seguintes regionais: Luiz Brito, Norte; Igor Queiroz Barroso, Nordeste; Janete Vaz, Centro-Oeste; Péricles Druck, Sul e Sudeste. Roraima mais uma vez figura em destaque no meio empresarial, demonstrando claramente a forma carinhosa como o resto do Brasil vê os empreendedores do extremo norte do país. Luiz Brito, presidente do Grupo LB ressaltou a importância dessa conquista como o

reconhecimento, não ao seu esforço ou a sua gestão, mas sim aos jovens que fizeram da Junior Achievement um sucesso na cultura empreendedora no Estado. "Orgulho-me de fazer parte dessa instituição e de ajudar a consolidar a cultura empreendedora nessa parte do Brasil. Faremos cada vez mais para ver o Brasil consolidado como o país mais empreendedor do mundo", finalizou.

Cintura Fitness Fina
Um novo conceito em moda fitness



O equilíbrio como estratégia para a felicidade

Empreender não é somente passar uma chuva. É através de suas atitudes marcar o caminho por onde você passou

Por: Dorete Padilha*
E-mail: doretepadilha@yahoo.com.br

Sabemos que a vida não é constante, todo dia é uma surpresa. Mas, temos alguns pontos e umas escolhas que se tornam referências para dizer quem somos.

Assim, somos constituídos por fatores que já são determinados como a genética e a família. Outros, são as escolhas importantes que fazemos como a profissão e os relacionamentos. E, ainda existem as pequenas escolhas diárias ou momentâneas que muitas vezes, não recebem a atenção necessária e acabam influenciando mais do que poderíamos esperar.

Desta forma, o equilíbrio é fundamental para que o ser humano encontre a paz e a felicidade. Pois uma pessoa equilibrada não se deixa levar pelas armadilhas do cotidiano, ela estabelece metas, sabe o que quer e isto se torna uma espécie de antídoto para os brios que tanto "ofuscam" o que é real e belo.

Ter equilíbrio, significa ter foco. E, logicamente, não quer dizer nunca ter dúvida. Não existe uma receita, um projeto fechado que vamos cumprindo ao longo da vida. Nosso tempo é dinâmico, nossa vida é dialética e a condição humana nos faz únicos, mas com uma capacidade natural de aprender, crescer, transcender. Portanto, equilibrado é quem consegue estabelecer metas de vida, não se deixando levar por circunstâncias ou opiniões alheias, mas sempre considerando de onde veio e para onde vai com a coragem de mudar a rota, se julgar necessário.

Dentre os fatores de equilíbrio é muito visível a forma como a

pessoa se relaciona com seus semelhantes. As relações interpessoais são fundamentais para a construção de uma vida equilibrada e feliz. Afinal, não somos uma ilha, a todo instante precisamos do outro, vivemos em rede e independente de fatores sociais ou financeiros existem pontos de interdependência entre as pessoas. E, considerar isto, é fator decisivo na engrenagem de humanos vencedores.

"Sonho deixa penetrar
no centro de tua alma,
aspira seiva da fonte
infinita de teu inconsciente e
conserva teu verdo"

D. W. Winnicott

Vencedor? Mas, para você, o que é ser vencedor? Igualmente ao projeto de vida de cada um, é algo invisível, subjetivo, mas real. Portanto, jamais podemos criticar ou ter a

pretensão de interferir nas escolhas do outro. Uma oportunidade que para mim é o grande momento, para o outro pode nada significar porque dentro de suas metas aquilo não faz parte do roteiro. E, ter equilíbrio, também significa compreender que o outro pode pensar totalmente diferente de você. Ambos têm responsabilidade individual na composição de uma sociedade, de um mundo que é heterogêneo. Assim, todos temos a capacidade de sermos vencedores seja no campo familiar, profissional ou financeiro, mesmo que aos olhos dos outros isto não esteja visível.

Então, empreendedor! O mais importante disso tudo é deixar sua marca, impactar as futuras gerações com soluções que tornem o mundo um pouquinho melhor, principalmente o seu mundo e o mundo daqueles que você ama. Certamente, ao final, o equilíbrio nas decisões vai fazer você se considerar uma pessoa vencedora e, portanto, feliz!

* Pedagogo, Psicopedagogo Clínica e Institucional.



Dicas de leituras empreendedoras

Nesta edição nossas dicas estão voltadas para o mundo dos negócios.

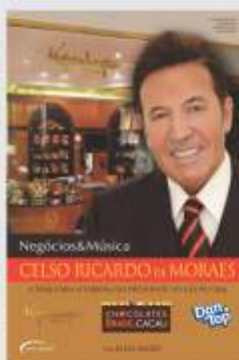


"Aprendi Fazendo" trata da jornada de Luiz Sebastião Sandoval que ultrapassou 28 anos de presidência num dos grupos mais diversificados do país, gerenciando desde o lado pessoal, o artista e empresário Silvio Santos, passando pelos desafios da mídia e inovando em produtos e negócios como Tele Sena, Baú da Felicidade, Jequiti e Banco Panamericano.

Nesse livro é possível entender a vocação, o dom e a coragem maior de um líder: saber sair e transformar-se. Aprender fazendo é o aprendizado de quem ensina e daquele que desenvolve o sabor inigualável do aprender a aprender. A liderança, a gestão, a criatividade e, acima de tudo, a coragem.

APRENDI FAZENDO
Formato: 220 X 150 mm
Autor: Luiz Sebastião Sandoval
Editora: Geração Editora
Edição: Primeira
Idioma: Português
ISBN: 978-85-6150-167-9
Ano de Lançamento: 2011
Número de Páginas: 224

R\$ 32,00



É um livro de leitura instigante e saborosa, esta biografia apresenta e mostra que a trajetória de vida de Celso – presidente do grupo CRM, detentor das marcas Copenhagen, Chocolates Brasil Cacau e Dan Top – é sustentada pelo seguinte tripé: ritmo, melodia e harmonia. Com muita maestria, Celso soube determinar o ritmo, criar a melodia e manter a harmonia ao longo de sua existência.

Entre tantas lições que Celso aprendeu e busca transmitir com o livro, uma das principais envolve a relação com a vida, seu verdadeiro sentido e a melhor forma de usufruí-la. E, como ele mesmo afirma, lembrar sempre que o melhor produto para se investir é em si próprio.

NEGÓCIOS & MÚSICA
Formato: 230 X 160 mm
Autor: Celso Ricardo de Moraes
Editora: Novo Século
Edição: Primeira
Idioma: Português
ISBN: 978-85-7679-915-3
Ano de Lançamento: 2012
Número de Páginas: 272

R\$ 42,00

“O principal objetivo da educação é criar pessoas capazes de fazer coisas novas e não simplesmente repetir o que outras gerações fizeram”.

Jean Piaget

**+acompanhe nas
redes sociais**

Livraria Saber
Sua opção de conhecimento

 **saberlivraria**
 **@LivrariaSaber**

Av. Ville Roy, 4896 | Aparecida | Boa Vista | Roraima
Tel.: 95 3624 1221 - 3224 6047 | saberlivraria@gmail.com

ZPE e ALC

Alternativas criadas para desenvolver uma nova base econômica para o Estado

Área de Livre Comércio e Zona de Processamento e Exportação criadas com o intuito de fomentar a economia roraimense, mas até o momento muitas incertezas estão sobre elas e o consumidor final ainda sente muito pouco os benefícios desses projetos

Mesmo criadas para trazerem benefícios ao comércio local e aos consumidores, a Zona de Processamento e Exportação (ZPE) e Área de Livre Comércio (ALC), ainda são consideradas grandes incertezas quando o assunto é retorno econômico para o consumidor por meio dos incentivos aos empresários.

A classe empresarial e clientes que esperam retorno, ainda não sentem as vantagens do que era para ser um benefício econômico direto, segundo avaliação de especialistas na área.

Para esclarecer alguns tópicos sobre este tema, a Negócios e Oportunidades, conversou com o idealizador do projeto que criou a Zona de Processamento e Exportação, Getúlio Cruz. Ele iniciou a entrevista ressaltando que a criação do projeto se deu por observar que, desde a transição de Território para Estado de Roraima ocorrida em 1991, até pouco tempo, não existia nenhum projeto econômico que contemplasse a transformação da base econômica, algo essencial diante do processo de transição, segundo o economista.

“Para elaborar o projeto, primeiro visualizei qual era o modelo vigente em território. Verifiquei, que tínhamos um modelo, onde o Governo Federal mandava verba para manter o Estado e com isso desenvolveu-se a atividade comercial em torno desta única receita. Após

transforma-se em Estado, era necessário alterar a base econômica, infelizmente, até a criação da ZPE, os governos ainda não tinham se preocupado em mudar o projeto econômico para Roraima, foi quando eu assumi a Secretaria de Finanças do município, eu tive esta preocupação,



Getúlio Cruz: “Para a implementação da ZPE, serão necessários pelo menos R\$ 70 milhões de investimento público”



**NOSSA INDÚSTRIA DE
COMUNICAÇÃO VISUAL
EM RORAIMA**

**LETREIROS
PLACAS
FAIXAS
FACHADAS
LUMINOSOS
E TOTENS**

**LETRAS EM ALTO RELEVO
AÇO ESCOVADO
ACRÍLICO
MDF
PVC**

**ADESIVOS, BANNERS
IMPRESSÃO EM LONA
ENVELOPAMENTO DE FROTA
CRIAÇÃO DE LOGOMARCAS
PERSONAGENS E
PROJETOS GRÁFICOS**

www.publicolor-rr.com.br

Boa Vista - RR
Av. Mário Homem de Melo, 1355-A - Mecejana - CEP 69.304-350
Av. Parque Industrial, 06, 3ª etapa - Gov. Aquilino Mota Duarte
Fone/fax: (95) 3224.6952 / 3623.6990 / 3626.7110
e-mail: publicolor.rr@gmail.com

visualizando primeiramente a sustentação do município", detalhou o economista que na época da criação da ZPE, exercia o cargo de secretário municipal de finanças.

Ele acrescenta que, foi pensando nestas limitações no que diz respeito a base econômica, e com a intenção de buscar instrumentos para construir uma economia mais forte, que ele pensou no desenvolvimento e implementação da ZPE como instrumento para produzir um novo modelo econômico para Boa Vista, que posteriormente poderia ser seguido por outros municípios. Ele explicou ainda que atualmente está em funcionamento apenas a Área de Livre Comércio (ALC) em Boa Vista e que a implementação da ZPE, continua pendente por parte do município.

Questionado sobre quanto seria necessário hoje, para tirar a ZPE do papel, o economista respondeu que precisariam ser gastos pelo menos nos primeiros módulos, cerca de R\$70 milhões de investimento público, visto que a Prefeitura Municipal de Boa Vista (PMBV), já possui a área e o projeto de implantação está pronto e aprovado.

Entenda o que é e como funcionará a ZPE

O economista e idealizador do projeto, Getulio Cruz, detalhou que, a Zona de Processamento e Exportação é uma área literalmente cercada por um muro de concreto, onde serão instaladas as empresas. A ZPE terá capacidade para 200 indústrias, instaladas em duas etapas, e será construída em uma área de 166 hectares, destinada pela Prefeitura de Boa Vista, às margens da BR 174, sentido Venezuela.

O local contará ainda com infraestrutura completa, como água, luz, saneamento básico e telefone. Estas empresas, segundo explicou Cruz, poderão importar qualquer matéria prima, sem pagar imposto. As empresas teriam que seguir também, conforme exemplificou o economista a obrigação de vender 50% da produção destinada a exportação para o mercado externo, para com isso atingir uma meta de exportação. Conforme prevê o projeto, o local destinado para implantação, tem espaço para abrigar 100 empresas na



Os empregos criados nas indústrias da ZPE representariam uma revolução no mercado de trabalho roraimense



Unidade Boa Vista - Roraima 195 3224 1300

Unidade Manaus - Amazonas 192 8688 8872

www.mirocabeleireiros.com.br

primeira fase e a ideia é que elas sejam capaz de gerar algo em torno de 10 mil empregos diretos quando

Saiba mais sobre a Área de Livre Comércio que funciona em Boa Vista

A ALC Boa Vista garante aos empresários que se cadastrarem na Suframa a isenção de Imposto de Importação, Imposto sobre Produtos Industrializados, Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Prestação de Serviços (ICMS), PIS e Cofins, entre outros. O regime tributário e cambial específico a elas aplicado, estimula a instalação de empresas e a expansão dos negócios, contribuindo, assim, para a redução das desigualdades regionais.

ALC - A Área de Livre Comércio de Boa Vista foi instituída pela Lei nº 8.256/91, implantada por meio da Medida Provisória nº 418/2008, convertida na Lei nº 11.672/2008 e regulamentada pelo Decreto nº 6.614, de 23 de outubro de 2008.

Para mercadorias estrangeiras, segundo Superintendencia da Zona Franca de Manaus (Suframa) o mecanismo para importação é dividido em etapas, primeiro a

empresa deverá ser cadastrada na Suframa; na sequência, quando a ela for fazer a operação de importação deverá solicitar da Suframa via web (www.suframa.gov.br) o pedido da PLI, "Pedido de Licença de Importação", que após analisado e aprovado pela Suframa será enviado para a Receita Federal, que autoriza a LI "Licença de Importação", a partir daí, todo o processo é de competência da Delegacia da Receita Federal. Quanto à venda para outro Estado, se o produto for enviado dentro da área incentivada, o mesmo desconto que a empresa recebeu, deverá conceder a quem está adquirindo.

Dados Interessantes

Boa Vista sai na frente quando o assunto é quantidade de empresas em funcionamento. São 17.412 empreendimentos, segundo dados da Junta Comercial do município e do Instituto Nacional de Geografia e Estatísticas (IBGE). Na quantidade de negócios, em seguida está o município de Rorainópolis, com 774 empresas. Na relação empresa por habitantes, após a capital está o município de São João da Baliza, com 0,035 empreendimentos por morador. No cadastro de empresas ativas

O encontro da estética e do cuidado com a beleza



Boa Vista se destaca pelo perfil empreendedor. Mais de 17 mil empresas no mercado, mas o nível de consumo local é baixo



Unidades Boa Vista - Roraima

Av. Benjamin Constant, 1735 - Centro

Tel.: 95 3224 1568

Av. Ataíde Teive, 4775 - Asa Branca

Tel.: 95 3625 5151

Unidade Manaus - Amazonas

Rua Prof. Felix Valcia, 57 - Cidade Nova

Tel.: 92 3645 5130



A Área de Livre Comércio atraiu grandes investimento. Hoje dois shoppings estão em construção em Boa Vista. Roraima Garden e Pátio Roraima Shopping com inauguração prevista para 2014

na Junta Comercial de Boa Vista, existem 11.600 empreendimentos na categoria empresário, 5.287 sociedades, 2.277 filiais e oito consórcios. De 2007 a 2010 o incremento na constituição de empresas em Roraima foi de 108%. O comércio varejista é o principal responsável pelo crescimento do setor. Nesta categoria de

negócios estão inclusos armazéns, mercearias, minimercados, loja de roupas e de armarinho. As microempresas representam 70% (15.411) da composição das empresas ativas do Estado, classificadas pelo porte empresarial. Existem 931 (4%) empresas de pequeno porte e 5.728 (26%) de outros portes empresariais.

Boa Vista tem um perfil empreendedor o que representa a vontade constante de criar novas alternativas, haja vista a característica pública do mercado local e a falta de políticas de desenvolvimento consolidadas.

Sucesso ao mais alto nível



Amazon Telhas
A telha ecologicamente correta!

www.
amazontelhas.com.br

(95) 3628 1483



Como escolher as cores certas na hora de pintar a casa

As cores no ambiente refletem muito a personalidade do dono. Na hora de escolher as cores lembre-se que antes de mais nada você tem que se sentir bem ao entrar no ambiente

A escolha da cor para a pintura da casa é mais importante do que você pode imaginar, ela reflete a personalidade do dono, encanta ou espanta quem visita, mas é variável de bom gosto e requinte na composição de uma obra. Com as cores, você pode mudar e transformar a percepção do tamanho dos ambientes e ajustar a sua luminosidade.

Existem dois grupos gerais de cores: as frias e as quentes.

As quentes são basicamente os amarelos e os vermelhos, com todas as suas variações, e as frias são formadas pelos tons de azuis e verdes. Uma boa dica para montar ambientes equilibrados

é optar por mesclar várias nuances da mesma cor ao invés de misturar muitas cores diferentes. Vale também, mesclar com os tons branco e preto e suas variações, o que costuma suavizar as composições.

Antes de decidir as cores, lembre-se de pensar no tamanho e na luminosidade dos espaços que serão pintados.


As cores claras sempre ampliam e iluminam. As cores quentes alegam e aconchegam. Para não errar, compre umas três amostras e pinte mais ou menos 1m² da parede perto da janela e nos cantos, para observar o seu efeito em

horários diferentes (como pela manhã, ao meio dia e a noite com luz artificial).

Não esqueça que a cor parecerá mais escura quando todo o ambiente estiver pintado, por isso é importante fazer alguns testes antes da aplicação final da cor escolhida.

Aliada a cor outra variável importante é o tipo da tinta, pois daí você terá como analisar questões de custo, durabilidade, manutenção entre outros.

Torne seus ambientes em espaços que você tenha vontade de estar e permanecer, seja na sua residência ou mesmo no ambiente de trabalho.



A Construshop
Caçari e a Suvinil
têm orgulho
de ajudar
a colorir
a vida das
pessoas
em Roraima

Central de Atendimento
95 3623 5081



CONSTRUSHOP
Caçari

Rua Bacabeira, 224 - CEP 69 370 - 717 - Caçari
Email: construshop.cacari@hotmail.com
www.construshopcacari.com.br



SelfColor

Suvinil

SelfColor

FIER promove encontro para defesa de interesse do setor moveleiro

A Federação das Indústrias atenta ao pleito dos empresários do setor madeireiro

A Federação das Indústrias do Estado de Roraima (FIER), na promoção da defesa de interesses do setor produtivo industrial, realizou no dia 12 de setembro, no auditório da entidade, um encontro de trabalho entre os dirigentes e conselheiros do Sistema Indústria, presidentes de sindicatos patronais, empresários e representantes de entidades e órgãos governamentais, convidados para discutir os desafios e oportunidades para o Setor Madeireiro de Roraima.

O encontro que foi pauta do Conselho Temático de Meio Ambiente, Recursos Naturais, Energia e Infraestrutura (CTMAR) da FIER, buscou identificar de forma coletiva, alternativas viáveis à continuidade da atividade madeireira.

Durante a programação, foram apresentados os principais problemas enfrentados pelo segmento no Estado, o que serviu de base para o pronunciamento dos órgãos de controle convidados a contribuir com a construção de uma agenda positiva, na busca de soluções para o setor.

Para o empresário industrial, Otto Matsdorf, a principal dificuldade do setor madeireiro em Roraima é a liberação de matéria-prima, porque o Estado não possui uma organização fundiária. "Para concessão de licenças ambientais, permissão para aquisição

de matérias-primas, nós precisamos que a área esteja regularizada pelo Iteraima, INCRA. Porém, como não está, esse é o primeiro fator de dificuldade".

O presidente do Instituto de Terras e Colonização de Roraima (Iteraima), Leocádio Vasconcelos, afirmou que o setor produtivo pode contar com a instituição. "Nós sabemos que o setor depende, fundamentalmente, de um documento chamado licença ambiental para que possa explorar madeira e o órgão competente para expedir essa

licença é a FEMARH, que por sua vez, só pode expedir o documento se tiver autorização de ocupação ou título definitivo expedido pelo Iteraima. Como estamos impedidos, temporariamente, de expedir o título, estamos trabalhando na emissão dessa autorização de ocupação e isso vai permitir que o setor madeireiro produza no estado".

Segundo o coordenador técnico da FIER, Ivo Gallindo, o encontro criou oportunidades para uma maior integração entre as instituições de fiscalização, órgãos de



O auditório da FIER foi palco do debate entre representantes do setor madeireiro e dos órgãos de controle e fiscalização

controle e os empresários, com a finalidade de utilizar sustentavelmente as riquezas naturais do Estado, para gerar emprego e renda. "Os exemplos de outros Estados mostram que é possível fazer isso de forma ambientalmente correta, economicamente viável e socialmente justa", destaca.

Um exemplo positivo é o do Estado de Mato Grosso. As indústrias ligadas ao segmento se organizaram em parceria com a FIEMT e, junto ao poder público, buscaram alternativas sustentáveis para o desenvolvimento da atividade. O Estado é um dos maiores exportadores no país: somente no primeiro semestre deste ano, foram comercializados mais de US\$ 50 milhões para o exterior, ou mais de 50 mil metros cúbicos. Isso sem contar as vendas para o mercado nacional.

Segundo o Presidente da FIER, empresário Rivaldo Neves, o setor empresarial tem enfrentado diferentes entraves legais em todas as esferas do poder, o que impede a ampliação de sua competitividade nos mercados internos e externos. "O diálogo é a ponte para o entendimento entre o setor e os órgãos de fiscalização. Somos capazes de promover a mudança necessária para obtenção de um ambiente favorável aos negócios. A FIER, que é a casa da indústria, está cumprindo o seu papel, recebendo empresários industriais e autoridades locais, para que juntos, possamos desenvolver uma agenda positiva para este importante setor da economia de Roraima", disse.

Rivaldo Neves entregou ao presidente da Fundação Estadual de Meio Ambiente e Recursos Hídricos (FEMARH), Rodolfo Pereira, a Proposta da Indústria para o Aprimoramento do Licenciamento Ambiental, desenvolvido pela Confederação Nacional da Indústria (CNI).

Ao final do encontro os



Predidente da FIER, Rivaldo Neves, defende o entendimento com os órgãos fiscalizadores

participantes aprovaram um encaminhamento contendo os principais pontos discutidos. Também foi sugerida a criação de um grupo de trabalho formado pelas entidades e instituições, para facilitar o diálogo em busca de soluções junto aos demais órgãos fiscalizadores.

Primeira reunião

A primeira reunião do grupo de trabalho Interinstitucional para a melhoria do setor madeireiro no Estado aconteceu já no dia 17. O coordenador da Unidade de Responsabilidade Social Empresarial do SESI, Jefferson Haron, conduziu os trabalhos.

A emissão de Autorização de Ocupação para o setor produtivo, necessária para o licenciamento ambiental e extração da madeira foi amplamente debatido. Os presidentes do Iteraima e da Femarh e o superintendente do INCRA já haviam decidido em reunião anterior entre as instituições, garantir a emissão do documento. Este entendimento foi

registrado em ata.

O grupo de trabalho decidiu pela inclusão da FIER, OAB, FETAG, FAERR e Assembleia Legislativa na assinatura dessa ata. Também será encaminhada ao INCRA uma lista de nomes e CPFs para pesquisa e informações sobre os processos que já se encontram em tramitação.

Foi proposto ao Iteraima e a Femarh a criação de áreas de assentamentos estaduais; a implementação do Programa Refloresta Roraima e aplicação do Corte Seletivo, como modelo de manejo simplificado, para áreas com até 4 módulos (400 hectares).

Todas as deliberações fazem parte de um plano de trabalho que detalha o cronograma de ações realizadas pela FIER e os representantes das entidades.

Participaram da reunião o representante do Sindicato da Indústria de Desdobramento e Beneficiamento de Madeiras, Laminado e Compensados de Roraima (SINDIMADEIRAS), Eduardo Oestreich; da Comissão de Indústria,



O setor madeireiro busca apenas o equilíbrio entre a vontade de trabalhar e o alinhamento com o pensamento dos gestores dos órgãos fiscalizadores para que possam dar continuidade ao desenvolvimento do setor no Estado de Roraima

Comércio e Turismo e Comissão do Meio Ambiente da Assembleia Legislativa de Roraima, deputados Brito Bezerra e Soldado Sampaio; da OAB, Sadi Oliveira; da Fundação Estadual de Meio Ambiente e Recursos Hídricos (FEMARH), Rodolfo Pereira; do Instituto de Colonização e Reforma Agrária (Incra); do Ministério do Desenvolvimento Agrário (MDA), Ivan Luis; do Instituto de Terras e Colonização de Roraima (Iteraima), Leocádio Vasconcelos; além de representantes da Federação dos Trabalhadores na Agricultura no Estado de Roraima (Fetag), Secretaria Estadual de Planejamento (Seplan), Associação dos Madeireiros do Estado de Roraima (AMADERR), Federação de Agricultura do Estado de Roraima (FAERR) e da Federação do Comércio de Roraima (Fecomércio).

Ao final do evento todos sentiram um ar de proatividade, já que os interesses são comuns ao desenvolvimento do setor.

Construir é um
sonho que cresce
com a gente!

Pintura Marcenaria Moveleira Elétrica Hidráulica
Revestimentos Pisos Acabamento Louças Ferragens





Código de Defesa do Consumidor na Defesa do Fornecedor

O Código de Defesa do Consumidor é sempre visto apenas pelo lado do consumidor, mas existe muito mais a ser analisado

Por: Kleber Paulino de Souza - OAB/RR 624*
E-mail: kleberpaulinoadvogado@hotmail.com

A partir do século XVIII até meados do século passado, o liberalismo teve grande influência na economia e na política brasileira, delimitando a forma como os setores seriam conduzidos. Traduzindo, o real sentido era poder afirmar que o liberalismo econômico repelia a intervenção do Estado na economia e priorizava a liberdade da iniciativa privada.

As mudanças ocorridas nas economias mundiais e o Estado Liberal clássico deu lugar ao estado Social de direito, que autoriza a intervenção do estatal em determinados ramos, conferindo proteção às relações ditas desiguais. A Lei nº 8078/90 (CDC), teve como cerne a regulamentação do mercado e o equilíbrio das relações de consumo.

Na cátedra, em regra, o Direito do Consumidor é abordado de forma restrita, com observância apenas da tutela pertencente ao consumidor, esquecendo-se da outra parte envolvida na relação negocial. Daí nasce a dúvida sobre quais os direitos a serem realizados pelo fornecedor.

Nesse prisma devemos observar alguns princípios constitucionais, haja vista que a Lei consumerista para ser aplicada ao caso concreto, a priori deverá adotar os princípios do contraditório e da ampla defesa, do devido processo legal, da legalidade ou da reserva legal, entre outros.

Os direitos inerentes aos fornecedores se encontram respaldados nas leis infraconstitucionais, como o CDC. Contudo em matéria constitucional, é de se abordar apenas o princípio do Contraditório e ampla defesa, por ser de maior relevância – é um direito universal, cuja observância é vinculada à legalidade

do processo, tanto judicial quanto administrativo. Tal direito se encontra insculpido na Constituição da República de 1988, no inciso LV, do Art. 5º.

Os direitos implícitos e explícitos do fornecedor ponderados no Código de Defesa do Consumidor, deve merecer atenção especial por parte do empresário, dentre eles citam-se alguns:

Direito a dupla defesa

O benefício do direito de ação proporciona o direito de defesa. A não participação do outro pólo da relação processual, prejudica que esta prosperar, pois não se formou a tripolarização da relação jurídica.

Gratuidade no serviço

A Lei consumerista estabelece serviço como àquela atividade fornecida mediante “remuneração”, portanto quando um serviço é fornecido gratuitamente, este não comporta proteção do Código Consumerista, pois, caso o fornecedor preste serviço gratuito, este não se enquadra no conceito de “serviço” do CDC e não tem as mesmas garantias.

Vale ressaltar que tal entendimento exposto só se encontra relacionado com os serviços prestados e não a produtos adquiridos gratuitamente, conhecidos como “amostras grátis”. Excetua-se, ainda, da “gratuidade” prevista no CDC, a “remuneração indireta”, que se destaca o fornecimento de passagem aérea “grátis” oriunda de um programa de fidelidade.

Inversão do ônus da prova

É admissível, conforme o Art. 6º, inciso VIII do CDC, que o resguardo dos direitos do consumidor em juízo seja

facilitado pela utilização da inversão do ônus da prova. O consumidor só poderá realizar tal direito no processo civil, e não no processo administrativo.

A decisão judicial que determinará ou não a inversão do ônus da prova, deverá ser fundamentada, conforme exigência constitucional (Art. 93, IX, CR/88). Portanto o CDC impede que consumidores de agirem com má-fé, em demandas contrárias à razão.

O Código de Defesa do Consumidor não cuida apenas do agente mais fraco da relação de consumo. Atenta também, aos direitos do outro protagonista da negociação. A contrapartida de interesses deve coadunar com o equilíbrio e harmonia nos negócios realizados no mercado concorrido.

Uma sociedade educada em suas relações negociais atraem investidores e economistas ou financeiros que buscam o desenvolvimento e estabilidade para implantarem suas políticas desenvolvimentistas.

Conclui-se que o direito de um indivíduo se limita ao direito de outro, assim como seus deveres. O direito à vulnerabilidade do consumidor, por exemplo, deve se limitar ao resguardo da harmonia ou equilíbrio das negociações de modo geral (CDC, art. 4º, III).

O exigente mercado e o aumento da competitividade faz com que o empresário vá buscar o pleno sucesso de sua empresa. O requisito básico para o alcance desse sucesso é se manter atualizado às constantes alterações legislativas, garantindo aos seus clientes a certeza da qualidade e da segurança de seus produtos e serviços colocados no mercado.

* Advogado – Pós-graduado em Direito Constitucional



Qualidade de vi

Os hábitos provocados pela desenfreada corrida em busca de bens materiais da população brasileira e as doenças afetando cada vez mais as famílias e o bem estar, redefinindo prioridades e colocando como

Ficar em dia com o corpo, tendo como consequência positiva uma boa saúde, hoje integram o dia a dia da maioria das pessoas em todo Brasil e em Roraima não é diferente. Frequentar a academia para manter ou melhorar a saúde, agora se tornou, conforme especialistas da área, sinônimo de qualidade de vida e bem estar.

O Brasil é o segundo país no mundo com o maior número de academias. Em Roraima não podia ser diferente, os empresários e os roraimenses que buscam cada vez mais os benefícios oferecidos pelos centros de treinamentos, seguem a tendência nacional e mundial, investem cada vez mais neste segmento.

A corroboração desta realidade, vem por meio da avaliação e relatos do técnico em educação física,

especialista em treinamento esportivo e personal trainer, Harissom Moraes. 41. Além de profissional da área, Moraes também é empresário do ramo da boa forma, ele é o proprietário da academia Estação do Corpo, que existe desde de 1998, o empreendimento é um dos mais frequentados de Boa Vista

Ele afirma que hoje alguns aspectos em relação a parte de funcionalidade e técnicas aplicadas nas academias, mudaram. O empresário explica que não basta abrir uma empresa que será frequentada por pessoas que querem entrar em forma ou recuperar a saúde por meio da atividade física, mas sim, ter a preocupação com a qualificação do profissional que será o responsável técnico dentro do estabelecimento. "Hoje toda a academia precisa de um responsável técnico, que é aquela

pessoa que direciona a didática dos exercícios. O treinamento esportivo esta evoluindo a cada dia e para que esta evolução não pare, é necessário que o aluno também seja o fiscal", completou.

Para exemplificar o quanto a atividade física nas academias, tem sofrido alterações positivas, o especialista em treinamento esportivo, pegou como exemplo uma das atividades mais procuradas de todos os tempos: a musculação. Segundo ele, as pessoas ainda associam como sendo uma prática agressiva aos praticantes, no entanto hoje não é mais assim, tendo em vista que até o nome sofreu alterações, ele explica que a musculação se tornou o "Treinamento Esportivo". O empresário explicou que, hoje, a evolução da musculação é um avanço em relação ao que se usava há 15 anos.



ida e bem estar

ateriais, o sedentarismo, a famosa falta de tempo, o envelhecimento levaram a um momento de reflexão sobre o que é ter qualidade de vida. A regra obrigatória o cuidado com a mente e com o corpo

“Hoje temos técnica para várias modalidades, temos ainda diversos estudos sobre as regiões frágeis como as partes articulares. Antes se usava muito a técnica da sobrecarga, e nisso quantas pessoas não lesionaram o joelho ou outra parte do corpo? Na atualidade não trabalhamos mais assim, hoje podemos direcionar técnicas que dão o mesmo resultado, mas utilizando menos quantidade de peso ou sobrecarga”, reforçou.

Existe também, conforme explicado por Harisson Moraes, programas desenvolvidos especialmente para idosos e pessoas consideradas na faixa do sedentarismo ou que sofrem de obesidade.

A seguir algumas dicas para você observar com mais cuidados suas ações na busca da saúde.

Para manter a saúde

O educador físico aconselha a toda e qualquer pessoa que deseja iniciar uma atividade física, passar por uma avaliação do tipo “triagem completa”, pelo profissional que está recebendo ela na academia, posterior a uma avaliação e liberação médica para a prática de exercícios.

Hoje, os médicos são grandes aliados dos profissionais que atuam na área de preparo físico, pois a recomendação para a prática de exercícios físicos são constantes por parte dos profissionais da área de saúde. “Aqui na academia, fazemos a triagem para identificar algum fator que impeça ou que exija cautela na hora de ministrar uma atividade física nesta pessoa”, disse. Ele completa ainda que os

profissionais que aceitam alunos sem antes terem passado por uma triagem médica que os habilite para a atividade física, estão assumindo um risco para a vida deste aluno e podem no futuro serem penalizados.

Idosos e Sedentários

No caso dos idosos, o treinamento, envolve uma série de fatores de risco, por exemplo, conforme explicações de Moraes, uma pessoa com mais de 60 anos, pode sofrer com fragilidade óssea e muscular, mas isso não significa que ele tenha de ser tratado na academia de forma diferenciada, ele terá uma técnica específica, mas é considerado um atleta normal, com a possibilidade até de fazer uso de suplementos, segundo o especialista.

“Toda a atividade física, deve

ser acompanhada por um profissional da área de saúde, aliada a técnica do educador físico, para o uso de suplementos, é preciso levar em consideração o histórico de saúde do idoso e o suplemento precisa ser indicado por um profissional. Essa informação vale ainda para qualquer pessoa que pretende iniciar uma atividade física", orientou.

Sobre a pessoa que se encontra no sedentarismo há pelo menos dois anos, o educador físico, direciona um treinamento com mais cautela, sem exageros ou excessos durante a atividade.

"Ela não pode entrar na academia e fazer quarenta minutos de atividade no primeiro dia, o ideal é que direcione uma atividade física onde ela possa voltar no outro dia sem dores sem lesão que impossibilite de dar continuidade ao treino. Não é certo treinar quarenta ou mais minutos quando a pessoa está no sedentarismo, o correto é até vinte minutos de treino nos primeiros dias", enfatizou o educador físico, ressaltando a preocupação com a pós-prática de exercício. Ele completa ainda que para obter resultados durante a prática de exercícios físicos, é preciso aliar três fatores: alimentação, descanso e treino.

Suplementos

Suplementos são permitidos, desde que haja orientação médica.

O educador físico fala ainda sobre o uso de suplementos paralelos a atividade física. Ele detalha que a utilização é liberada, desde que siga orientações médicas para não ter o risco de ocorrerem dosagens incompatíveis com o organismo da pessoa que está administrando. Ele citou um exemplo sobre um conhecido suplemento: creatina, que teve uma fase de suspensão do mercado por suposta-

mente está causando mal a saúde dos atletas que faziam uso dela. Esta suspensão foi derrubada, segundo Harisson Moraes, por pesquisadores e profissionais de universidades brasileiras, Sistema Nacional de Vigilância Sanitária, Conselho Federal de Nutrição e Conselho Federal de Educação Física, que, por meio de estudos científicos, provou para a Agência de Defesa Sanitária (Anvisa) que o problema não estava na substância, mas sim, na administração equivocada feita por algumas pessoas. "Quem pratica exercícios não pode substituir nenhuma alimentação por suplemento, para a prática de exercício a digestão precisa de alimentação sólida. Quando é feita a substituição alimentar pelo suplemento, ocorre a perda de massa muscular, o que representa o enfraquecimento da estrutura óssea. Se a pessoa quer emagrecer com saúde, ela precisa substituir o tecido adiposo pela massa muscular. O suplemento vai ajudar na deficiência de alguma substância que você possa ter na alimentação de acordo com o biotipo de cada um, mas nunca irá substituir uma alimentação saudável", completou.

Avaliação

Questionado sobre a preocupação das pessoas com o corpo e por consequência com a qualidade de vida, de 1998, quando ele iniciou até agora, ele respondeu que houve uma elevação de 80%. "Antes, a dúvida não era sobre os benefícios quanto ao treinamento esportivo, mas sim quanto aos profissionais que atuavam sem a devida qualificação. Os médicos tinham receio de mandar o aluno para academia e ele acabar lesionado pela prática indevida e sem orientação de um profissional qualificado. Hoje esta realidade é outra e todos os profissionais da área preci-

sam estar devidamente credenciados no Conselho Federal de Educação Física", reforçou.

"Não é possível se intitular personal, quem faz essa indicação é o aluno"

Persistência e Boa Alimentação

A rotina de treinamento para quem deseja ter um corpo saudável pode ser encarada nos dias atuais por qualquer pessoa. Esta afirmação é da personal trainer Adria Mayara, 29, que também atua na Academia Estação do Corpo como personal trainer, que incentiva e treina principalmente mulheres que desejam chegar a um corpo de atleta e com a barriga 'trincada'. Mayara é um exemplo para suas atletas, com um corpo de dar inveja a qualquer mulher. Ela conta que tem uma rotina de treinamento equilibrada e que por ter um metabolismo acelerado, precisa seguir a risca esta rotina. Ela fala ainda que um dos cuidados que ela precisa ter para não perder o foco nos



Mayara em suas horas de atividade é acompanhada por Harisson no dimensionamento correto das atividades físicas



Harrison Morais - "O cuidado com o corpo deve ser observado, mas com muita responsabilidade, pois é o nosso maior patrimônio"

treinamentos é com alimentação, não pode ficar sem comer por mais de três horas, precisa fazer um refeição nutritiva à noite, sem exageros, no entanto focada na reposição de nutrientes gastos durante os treinos. A personal conta que vem construindo um corpo de atleta desde os 7 anos de idade. "Com a minha transformação corporal, hoje peso 71 quilos, mas visto 38, isso demonstra que tenho boa distribuição de massa corporal. A mudança de hábitos precisa estar aliada com o psicológico do atleta", reforçou.



Adria Mayra - "Perseverar sempre em busca dos objetivos, não esquecendo da alimentação e de hábitos saudáveis no dia a dia"

PILATES

Nova modalidade de treino que se tornou febre para quem deseja um bom condicionamento físico

O método Pilates, segundo a fisioterapeuta e empresária do ramo, Luciana Oliveira é uma modalidade de treino de resistência física e força.

Segundo ela, qualquer pessoa pode praticar pois a técnica permite adaptar os movimentos de acordo com a idade e o objetivo do aluno/paciente, "mas é importante que os instrutores de Pilates, que podem ser fisioterapeutas e educadores físicos, estejam aptos a orientar as sessões e aulas", acrescenta a especialista.

Os exercícios podem ser realizados tanto no solo com ou sem auxílio de acessórios, como nos aparelhos onde molas são utilizadas podendo tanto facilitar como dificultar a realização dos movimentos.

O método Joseph Pilates que baseou-se em cinco princípios fundamentais para a correta realização dos exercícios e assim alcançar com mais eficácia os benefícios propostos pela técnica. São eles:

Concentração - Quando a atenção está focada no que se está fazendo a musculatura responde com mais eficácia

Fluidez - Movimentos harmoniosos, nem muito rápido e nem muito lento. Movimentos contínuos e ritmados.

Respiração - No Método Pilates os exercícios sempre são associados a respiração pois assim ocorre melhor oxigenação do sangue.

Controle e Precisão - Os movimentos devem ser controlados pela mente sendo realizados de forma precisa evitando o risco de lesões.

Auxilia na prevenção de lesões nas articulações;

Mais coordenação motora;

Mais equilíbrio e estabilidade em idosos;

Promove consciência corporal;

Melhora da circulação sanguínea;

Alívio das dores;

Mais concentração;

Melhora do estresse e eficaz no tratamento da depressão;

Eficaz na melhora da qualidade do sono.

Os benefícios

A cada dia aumenta o número de benefícios com a prática do Pilates e quando associado a uma atividade aeróbica sua eficácia se potencializa.

Melhora da postura;

Melhora da flexibilidade;

Melhora do fortalecimento muscular;

Aumenta a densidade óssea;



A melhor maneira de compreender o que é o Pilates e experimentar de fato seus benefícios por meio da prática



Como os analgésicos atuam no corpo humano

Os analgésicos bloqueiam as substâncias (receptores sensoriais) do corpo que enviam a mensagem ao cérebro dizendo que há um foco de inflamação ou algum outro problema. Quando o cérebro deixa de receber esse aviso, a dor cessa. A origem da palavra analgésico já diz tudo: em grego, an significa "sem" e algós, "dor".

Um exemplo simples é o da queimadura. Assim que colocamos a mão em um local quente, antes mesmo de sentirmos a dor já desencostamos dali. Isso acontece porque as células nervosas do local queimado emitem um sinal imediato ao cérebro dizendo que há algo errado. Só então ele "envia" a sensação de dor.

Os analgésicos comuns, desses comprados em comprimidos na farmácia, são chamados de periféricos, porque depois de ingeridos vão por todo o organismo pela circulação sanguínea. "O medicamento não detecta onde está a dor. Como ele está espalhado pelo sangue, o local que tem a dor absorve o remédio",

explica o médico e farmacologista Sérgio Henrique Ferreira, da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP) de Ribeirão Preto (SP).

O analgésico demora de 30 minutos a uma hora para começar a agir e cessa depois de três ou quatro horas. "Por isso, para dor crônica é preciso um tratamento mais longo", diz o médico.

Outro tipo de analgésico é o chamado central, utilizado em casos de dor intensa e contínua, em casos mais graves como infarto e câncer, por exemplo. Entre os analgésicos desse tipo está a morfina, que atua diretamente no sistema nervoso central (cérebro e medula espinhal), alterando a percepção de dor para o corpo todo.

É importante salientar que dor é sempre um sinal de que algo não está bem. Pode ser uma simples dor de cabeça, um pequeno corte ou até um infarto. Por isso, tomar analgésicos sem saber a causa da dor

é perigoso, pois eles podem "esconder" sintomas de um problema sério. Na dúvida, o correto é sempre procurar um médico.

A alta prevalência das dores de cabeça colaborou para que se criasse na população o costume de consumir indiscriminadamente analgésicos. Em busca do alívio imediato da dor, as pessoas ingerem analgésicos sem prescrição ou acompanhamento médico. Usam doses progressivamente mais altas desses medicamentos e, desse modo, ao invés de eliminar a dor, contribuem para o agravamento dela e podem provocar outras complicações. Se utilizadas frequentemente mesmo em quantidades pequenas, separadamente ou em combinação, esses analgésicos podem perpetuar a cefaléia, tornando-se um problema crônico diário, como tem sido constatado por diversos estudos. Procure sempre o médico a cada novo sintoma, evite a auto medicação.

Dica de Saúde TOCANTINS

O seu centro de compras cresceu e continua de olho em você...



Tocantins

Seu centro de compras

Loja 1 - Santos Dumont

Loja 2 - Alfredo Cruz

Disque Entrega 3624 4500

A person dressed as the character Rose, wearing a vibrant pink outfit with puffed sleeves, a large pink bow in their hair, and multiple colorful necklaces. They are smiling broadly and have their arms outstretched. The background is a soft, out-of-focus pink and white. In the top right corner, the word "ROSE" is written in a large, stylized, pink font with a white outline and a red shadow effect.

ROSE

Um caso de amor e humor com Roraima

Humorista, mas acima de tudo, um brasileiro vindo do Ceará que resolveu desbravar o extremo norte do Brasil atrás de dias melhores e com muito bom humor criou um laço de amor por meio da comédia e defende Roraima como muitos roraimenses não tem coragem de defender

Com certeza o Ceará tem a fama de ser o maior celeiro do humor nacional. Do Ceará vimos o humor ser inventado, reinventado e ter nomes que fazem a diferença até hoje como é o caso de Chico Anísio, Renato Aragão, Tom Cavalcante entre tantos outros. O humor passou a ser marca registrada do brasileiro e através dele faz piada com suas próprias dificuldades. Como os próprios humoristas cearenses dizem: cearense é tão bom que espalhou pelo Brasil todo, em todo canto e recanto desse Brasil tem um cearense fazendo alguém rir. Dizem que sua maior fonte de inspiração está nas histórias complicadas da sua vida sofrida e que para eternizar esses momentos transformaram em grandes piadas.

Em Roraima, caiu um cearense desses que viu na caricatura de uma mulher desengonçada, com uma boca sexy, toda sensual e com trajes e detalhes bem escandalosos com a predominância do pink em adereços e bijouterias. Estamos falando de Nel Gomes, mais conhecido como ROSE, nome escolhido do filme Titanic que diante de tantas brin-

cadeiras começou a chorar e imitar uma mulher chamada pelo seu amado Jack.

Nel Gomes chama à atenção pela sua história empreendedora, um brasileiro nato que não desiste jamais. Chegou em Roraima no ano de 1993, trabalhou como taxista, fiscal da Eletronorte, operador de empilha-

deira, guia turístico e até no Instituto Médico Legal de onde disse que tirou muita inspiração. Depois de tudo isso, descobriu que seu talento era para o humor. Em 1997, Nel Gomes, que nasceu na cidade de Maracanaú, no Ceará, passou a atuar profissionalmente como Rose e se apresentar em teatros, confraternizações, campa-



Rose em seu ROSEMOVEL levando alegria mesmo com tantas dificuldades

Produtos para Momentos Especiais



- Centrais de Ar Condicionado
- Geladeiras
- Assistência Técnica
- Bebedouros
- Fogões

REFRIGERAÇÃO J.R
Uma Casa de Amigos



Nel Gomes acredita na família como grande pilar da construção de qualquer projeto. Ao lado de sua esposa Elizangela Holanda iniciou um novo projeto de venda de cosméticos em todo o Estado.

nhas eleitorais, fóruns, palestras onde consolidou seu trabalho.

O empreendedorismo na veia levou a receber o convite de Clodoaldo Araújo (Vencedor da quinta edição do Aprendiz e sócio do Roberto Justus) e Weber Negreiros para atuar nas palestras motivacionais que os dois desenvolvem pelo Brasil, fato esse que marcou sua vida, porém ele lembra que Roraima ainda não aprendeu a dar crédito aos bons valores que possui, sempre preferi buscar fora ao invés de investir nos profissionais locais. O humorista sempre representou Roraima em feiras, eventos e competições de humor nacional (Show do Tom e Melhor do Brasil - TV Record) com recursos próprios e o patrocínio de alguns empresários locais que sempre acreditaram no talento e na força de vontade de Nel Gomes.

Outro projeto que marcou a trajetória do humorista foi o projeto da revista de cunho educativo "Brincando e Aprendendo com a Rose" que brindou o grande reconhecimento do público infantil em relação a personagem e contou com o apoio e patrocínio da INFRAERO. Ele destaca que as crianças representam sua grande motivação em continuar

atuando e lutando por espaço, pois deles nasce uma admiração real e que acaba contagiando os pais e trazendo o personagem para mais perto da família. "Em casa faço questão de manter minha família unida, independente das dificuldades, sei que sem eles todas as dificuldades seriam muito mais difíceis de superar, mas com eles e Deus tudo fica mais fácil", disse.

Para o humorista, Roraima não tem outro caminho, acredita que o Estado tem como caminho natural o sucesso e aposta que não está distante desse momento chegar. A potencialidade mineral acena e bate a porta todos os dias. Para ele Roraima viverá um momento especial muito em breve, pois ser um corredor estratégico para o Brasil, ter a vocação para o agronegócio e ter tantas riquezas credencia o Estado a logo figurar como um dos melhores lugares para se investir. Hoje o humorista também vende cosméticos de uma renomada marca nacional.

"Não posso falar mal de Roraima, nem aceito que falem, este Estado é bom para todos, quero ainda ter a oportunidade de ver Roraima figurando como um exemplo de empreendedorismo" finalizou.



• Qualidade • Requite • Beleza • Praticidade • Bom Gosto




Gessoraima
Obras modernas merecem essa marca

Obras modernas merecem essa marca



Procura-se dinheiro vivo ou morto

O empresariado roraimense começa a se perguntar o que está acontecendo com Roraima? Será que não fizemos a lição de casa de forma correta? Estamos preparando um Estado para ter um amanhã ou teremos que amargar a velha história de que Roraima é apenas potencialidade?

Não podemos ignorar que Roraima nos dez últimos anos apresentou uma curva de crescimento, porém esse crescimento deve ser analisado com olhos de tigre, pois seus resultados práticos ainda não foram sentidos pela classe empresarial. O mercado consumidor roraimense ainda é pequeno, possui um PIB que seus números nos alegram, porém sua composição traz a tona uma realidade de concentração de renda que faz com que a economia não apresente o crescimento esperado.

Buscar explicação para esse fato é pensar estrategicamente Roraima. Os princípios básicos do planejamento estratégico são pouco utilizados por quem deveria pensar o Estado de forma objetiva e com visão de futuro. A análise, o planejamento, a implementação e o controle deveriam ser livro de cabeceira de quem pensa o Estado, deixando claro que isso não é tarefa apenas do poder público, mas sim um dever de casa de quem acredita em projetos a médio e longo prazo, ou seja o pensamento sistêmico entre poder público e iniciativa privada. Mas como pensar estrategicamente um Estado se existem gargalos ainda não superados? Entre

eles temos como exemplo a titulação de terras (solução definitiva), a segurança institucional (demarcações ainda em discussão e sem limite para se estancar o contínuo e pouco explicado aumento das terras indígenas), políticas de desenvolvimento industrial com foco em mercados consumidores reais e com poder de compra, políticas de geração de emprego e renda que desonerem a máquina pública, aquisições de bens de consumo produzidos em Roraima, valorização do empresariado local, programas de qualificação dirigidos a realidade do mercado e não mais cursos generalistas e por fim dotar o Estado de Roraima de uma visão empreendedora já que suas dimensões propiciam a gestão de forma otimizada e que possa gerar benefícios que venham a culminar com a saída desse estágio preocupante pelo qual vem passando. Culpar governantes é uma desculpa que deve ser reavaliada com carinho, pois jamais deve se esquecer de que eles estão lá por conta de votos que saíram das mãos de cada um de nós. Com isso não se pode dizer que não tenham sua parcela de responsabilidade, claro que tem, pois as políticas públicas

voltadas para o desenvolvimento passam naturalmente pela anuência das autoridades. O que deve ser observado é que o Brasil descobriu que as coisas só funcionam pelo apelo e pressão popular, por esse motivo não basta apenas os questionamentos sobre os rumos de um País, Estado ou Município, mas sim a participação efetiva nas decisões que devem permeiar um planejamento mais eficiente.

Roraima vive momentos de retração econômica jamais vistos. As empresas sentem um mercado retraído, sem perspectiva de recuperação, níveis de inadimplência aumentando e por azar de todos justamente no momento que as pessoas deveriam ir as compras. Para os empresários o momento que a economia vive é resultado da somatória de fatores que não foram observados ao longo dos anos. O "dever de casa" foi esquecido e hoje as receitas não acompanham as despesas e o mercado não acena com boas perspectivas. É importante destacar alguns fatores que ajudaram a construir esse cenário e que a curto prazo nos alertam para uma realidade preocupante e que se não fizermos a lição de casa estaremos fadados ao

fracasso. Vejamos alguns exemplos:

Empréstimo Consignados

Roraima é um dos Estados que mais empréstimos consignados possui proporcionalmente, o que representa um grande nível de endividamento, no qual os recursos destinados a quitação dos empréstimos não circulam na economia local, representando evasão e a criação de uma bola de neve, pois começa a faltar recursos para as necessidades básicas, sendo deixado de lado toda e qualquer despesa supérflua. Nesse mesmo assunto podemos reforçar a avaliação pelo fato do Estado ter sua economia baseada no contra-cheque público aonde se concentra quase que a totalidade dos consignados.

Grau de Endividamento com Bens Duráveis

Roraima, assim como o Brasil todo viveu momentos de corrida às compras que representou o comprometimento de grande parte dos vencimentos dos trabalhadores com a compra de veículos, casa própria, além de reformas e ampliações, contri-

buindo no contexto do endividamento coletivo.

Falta de uma Política voltada para a Iniciativa Privado

Como o Estado (Federal, Estadual e Municipal) é o grande empregador e por tabela recebe a pressão social e suas mazelas, ele passa a ter uma responsabilidade muito grande sobre o sucesso ou fracasso nas empresas instaladas do mercado, porém quando se tem uma iniciativa privada forte esse peso é compartilhado e menos sentido pela máquina pública. Existem diversos projetos criados e teoricamente orientados para o fomento ao empreendedorismo, porém não se deve ignorar a vocação do Estado. Roraima é um Estado agrícola que deve ter seu modelo reavaliado não apenas para ser um Estado produtor, mas um modelo que agregue valor ao que produz, como por exemplo ações dos produtores da piscicultura que já pensam em frigoríficos para filetagem de peixe, o Frigo 10 que representa um marco de investimento do setor privado visando a exportação de nossa

carne (desde que solucionado e afastado de vez o risco da febre aftosa) e nos próximos meses a finalização de uma das maiores fábricas de ração no Norte do Brasil para aproveitamento de grãos e beneficiamento de produtos que terão maior valor agregado no mercado. Vale salientar que todos esses projetos tem foco em mercados vizinhos, reais e sedentos por esse tipo de investimento.

Falar de crise é uma das tarefas mais fáceis em nosso País, porém avaliar o momento como uma grande oportunidade de repensar e reinventar modelos ultrapassados é que vem se tornando tarefa cada vez mais difícil, por esse motivo tanto governos como a iniciativa privada devem – antes que seja tarde – fazer um pacto de elaboração de um grande projeto chamado RORAIMA, caso contrário passaremos anos após anos ouvindo o velho jargão de que Roraima é a terra das oportunidades, a terra das potencialidades e que jamais se transformarão em realidade. O momento é agora, o ontem parece cada vez mais perto e o amanhã nunca chega.

Palavra do Empresário

“Roraima tem tudo para ser o melhor Estado da região Norte e um dos mais interessantes para o Brasil, precisamos apenas dotar nossos governos de uma visão mais empreendedora, consciente de que o farto dinheiro público deve ser tratado da mesma forma como os ralos recursos da iniciativa privada. Na iniciativa privada não podemos errar, não podemos refazer se investir errado. Somos movidos a resultados e a meritocracia”

Luiz Brito
Grupo Empresarial LB

“Sempre digo que a crise põe a prova a capacidade gerencial do empreendedor e que se a lição de casa não for feita sentiremos muito a chegada da crise e muitos não terão tempo para se recuperar. A crença na melhoria e a coragem de investir na hora e no momento certo diferencia os empreendedores e nós somos apenas elementos de uma revolução constante de mercado e Roraima não ficará fora dessa grande engrenagem, apenas precisamos agir”

Deusdete Coelho Filho
Honda/Fiat

“Ficar esperando de braços cruzados milagres ou promessas não é o caminho para a redenção de um Estado. Fazer, fazer ainda é o melhor caminho entre a tentativa e o sucesso. Hoje nossos empreendimentos são referência para o mundo e demonstram claramente que Roraima possui pessoas competentes para fazer muito mais e deixar um legado para as próximas gerações que vão usufruir de um Estado melhor e justo para todos”

Aniceto Wanderley
Rações Criação

Quem acredita transforma
sonhos em realidade.



Criação
Rações Balanceadas

Rodovia BR 174 - Km 18 - Zona Rural de Boa Vista - Tel.: 95 3624 5201 - Boa Vista - Roraima



Como receber um feedback

Feedback foi um termo que sempre permeou o mundo do mercado, mas poucas empresas deram a atenção necessária as informações que ele transmitia para nosso reposicionamento mercadológico

Por: Selma Pereira Souto Lima*
 E-mail: selmapslima@yahoo.com.br

Pense no feedback como um presente. Recebê-lo é uma honra, acredite, pois ele ainda é raridade é um instrumento importantíssimo e imprescindível no processo de desenvolvimento profissional, não há discussões. Todos que já passaram por treinamentos de liderança, certamente tiveram instruções de como aplicar esta ferramenta para auxiliar seus liderados/pares a se tornarem profissionais melhores.

O primeiro passo é entender que o feedback é uma oportunidade de desenvolvimento pessoal e profissional. Obviamente você vai ouvir ou ler coisas que não agradam, mas muitas vezes não percebe. Procure ser receptivo mesmo para coisas que naquele momento não sejam agradáveis. Pense, reflita e posteriormente faça suas conclusões a respeito, cuidado com as conclusões precipitadas, na dúvida: pergunte, não suponha. Muitos problemas de comunicação acontecem por que as pessoas tendem a tirar conclusões de impressões e não de fatos, através de exemplos concretos que você poderá corrigir determinadas falhas ou aprimorar o que necessita. Peça exemplos. Caso a pessoa fale de modo genérico reforce a necessidade de exemplos para que possa compreender a situação e fazer os ajustes necessários. Quanto mais detalhes melhor.

O feedback gera naturalmente os chamados mecanismos de proteção ou de defesa. Um deles é justamente a justificativa. Quando algo incomoda a pessoa reage buscando

justificativas e assim não ouve ou recebe o feedback de forma correta. Por isso, evite procurar desculpas, culpados ou motivos para justificar o feedback.

Ao assumir compromissos você absorve o feedback como um processo positivo e de desenvolvimento. Estabeleça pontos de melhoria conforme o feedback apontou, traçando metas, prazos, compromissos e foco em resultados práticos e concretos. Avalie periodicamente e solicite novos feedbacks para ver se está no caminho certo. Você é responsável pela impressão que causa no outro. É comum eu ouvir de profissionais que receberam feedbacks negativos e que não concordaram porque, apesar da atitude inadequada, não foi aquilo que quiseram dizer ou que queriam expressar. Os outros te enxergam o que você mostra na real e não suas intenções. Então, não fique alterado caso alguém diga que você é arrogante. Talvez você não queria ter sido, mas suas atitudes, no universo que quem lhe falou, a arrogância predominou. Esmurrar a parede, dar

socos na mesa, chorar descontroladamente, xingar, são todos comportamentos que não levam a lugar algum. Pense comigo, ter atitudes como estas vai apagar a situação? Caso tenha mesmo tido uma atitude errônea, vai conseguir voltar atrás? Não. Então, racionalize e pense dali para frente. Segure firme e forte a oportunidade de mudança que ainda estão de dando e bola para frente. Um bom plano de ação, estruturado e acompanhado, é a solução.

Dar feedback precisa de técnica, responsabilidade e atenção, mas saber receber é um dos pontos altos de um profissional de alta performance. Tem muita gente perdendo oportunidades na empresa por não aceitarem opiniões a seu respeito, por não aceitarem possíveis mudanças de comportamento.

Relacionar-se é permitir aprendizados. E aprendizados requerem mudanças. Quando temos alguém para nos ajudar neste processo, temos de nos sentir agradados. Então, que venham os feedbacks.

* Administradora, Especialista em Gestão Empresarial



Compromisso com a qualidade e respeito aos nossos clientes

• Postogil 2 • Posto Forte • Posto Pioneiro

• Posto GP • Posto Solimões

• Hiper Posto



PETROBRAS



MODA FITNESS

Preocupação com o corpo, inspira empresárias

A mulher contemporânea é flexível. Faz tudo ao mesmo tempo, é uma verdadeira heroína

Atualmente a preocupação com o corpo, seguida dos benefícios que este cuidado traz a saúde, tanto homens quanto mulheres investem cada vez mais nesta tendência da boa forma. A revista Negócios & Oportunidades, entrevistou a empresária Giovana Prado proprietária da loja Cintura Fina que atua no ramo da moda 'Fitness' [especializada para quem frequenta as academias].

Ela contou que a marca foi criada no dia 03 de fevereiro de 2012, mostrando esse novo conceito de que é possível se vestir bem para malhar. "Vendemos mais do que uma peça, e sim um conceito, nossas malhas não têm apenas um preço, mas sim um valor, utilizamos tecidos leves, tecnológicos, com qualidade Santa Consência, Dutex e Rosset, de estampas exclusivas e modernas, e com modelagem que além de permitir maior mobilidade, valoriza as formas do corpo", pontuou a empresária.

Questionada sobre a crescente preocupação com corpo, principalmente por parte das mulheres, ela respondeu que vaidade feminina não tem limites e quando o assunto é moda e beleza as possibilidades se ampliam. A empresária destaca ainda que, hoje a mulher malha, trabalha, vai

para a faculdade e sai de lá para encontrar as amigas. "A mulher contemporânea é flexível. Faz tudo ao mesmo tempo, "é uma verdadeira heroína", enfatizou Giovana.

A iniciativa de criar algo específico para atender este público, nasceu, segundo Giovana, da observação das mulheres e de suas próprias necessidades e as carências do mercado para atender essa consumidora. A

partir dessa avaliação, ela deu prosseguimento aos projetos de desenvolvimento da marca começou a desenvolver roupas de ginástica que unem tecnologia e informação de moda.

"As peças não se adaptam somente às idas à academia, mas a todos os ambientes e contextos que integram a rotina feminina. Com isso conseguiu imprimir uma nova cara à



Giovana Prado: uma empreendedora que gosta de desafios e aposta na superação humana



A Cintura Fina faz campanhas publicitárias com as próprias clientes

moda Fitness no Estado de Roraima e aos poucos tem levado essa tendência às academias de outras cidades do país, dando um caráter mais fashion às roupas de malhação e aos poucos ela vem introduzindo um novo conceito nas academias das cidades.

Modelos mais procurados pelas mulheres - Giovana Prado explicou ainda que um dos diferenciais está no uso da tecnologia, com esta, ela garante que consegue uma maior qualidade a cada peça produzida. Outro grande diferencial é sua grade de tecidos inteligentes, de tecnologia de ponta, que trazem benefícios funcionais para a usuária. A secagem mais rápida, compressão localizada, acabamento bacteriostático e gerenciamento térmico, são alguns dos detalhes que fazem o diferencial das peças da Cintura Fina, conforme a empresária. As peças são capazes de aperfeiçoar o desempenho durante a prática da atividade física. As mais procuradas são: macacões, short saia, short sobreposto, cropptds e polainas. Conforto e agilidade são requisitos essenciais para as criações da marca, que trabalha com malhas de secagem rápida, proteção 'UVA' e que não amassam. "A fórmula está o 'Estilo',

completou.

Moda do meio e a expansão da moda fitness - Atualmente existe um diferencial que está chamando a atenção nas academias, as mulheres estão usando uma meia até joelho que lembra as polainas de balé. Esta novidade também é explicada pela empresária.

Segundo ela, essa tendência foi criada pelas mulheres cariocas com

o objetivo de proteger-se das bactérias que eram transmitidas através das caneleiras das academias, mas elas começaram a perceber que os meios davam um toque a mais no 'modelito'.

O segmento de Fitness cresce a cada ano, e em Boa Vista a coisa não é deferente, segundo a empresária.

Ela explica que o aumento da procura por atividades físicas não é mais característico do verão. Por conta disso, a abertura de lojas que atuam neste segmento podem render um bom resultado para o novo empreendedor. De acordo com dados oficiais, o setor cresceu 30% se comparado ao ano anterior.

"Hoje em dia as pessoas estão cada vez mais preocupadas com as questões de saúde e por isso frequentam mais as academias, o que consequentemente acaba tendo uma procura maior por vestuário nesse segmento", destacou.

Também atribui o crescimento de lojas fitness a outros fatores, como a Copa do Mundo e os Jogos Olímpicos, que vão ser sediados no Brasil.



Giovana Prado: A empresária se preocupa com o conforto e com a qualidade das peças

Giovana Prado afirma que está no ramo fitness há um ano e já faz planos para abrir mais lojas licenciadas em 2013, sendo uma em Manaus (AM) e outra Santarém (PA). Ela diz que decidiu entrar nesse negócio pela falta de opção de roupas de diferentes modelos. Giovana é formada em administração de empresa para ter uma qualificação adequada e administrar melhor os seus negócios.

“Como adepta da vida saudável, amo praticar exercícios na academia, esportes. A cidade de Boa Vista, era muito carente em lojas de qualidade e acessíveis nesse setor. Tínhamos pouquíssimas opções. Além de tudo, eu via um grande problema quando comprava roupas fitness: as estampas eram sempre iguais. Ainda tinha outro problema, quando chegava na academia encontrava milhares de pessoas com as mesmas peças. Isso era muito desagradável”, comenta.

A empresária conta que foi preciso um investimento em torno de R\$ 120 mil fora a localização da loja para abertura do negócio. A produção da empresa é toda padronizada, mas segundo ela, torna-se um diferencial na hora da venda.

“Quando eu vou comprar ou fabricar as peças priorizo pouca quantidade de cada modelo para que o nosso cliente tenha uma certa exclusividade. Fora isso posso dizer que o nosso grande diferencial é vendermos peças de qualidade com um preço acessível”, afirma.

Nos produtos mais vendidos a empresária lista como carro-chefe o macacão que é muito procurado pelas mulheres.

“O público feminino em geral não quer mais uma calça básica e uma blusa lisa para malhar. Elas querem peças com mais detalhes e que possam ser usadas fora do universo das academias. O conceito de moda

fitness mudou. Hoje você pode vestir uma roupa moderna, confortável e usá-la em qualquer lugar”, completou Giovana Prado.



Giovana Prado: Sonhos devem ser perseguidos até a exaustão, pois os alcançamos com certeza.

O cuidado com a saúde também traz felicidade



Venha fazer uma aula demonstrativa e sentir a importância do cuidado com a sua saúde e equilibrar sua mente e corpo.


Estação do Corpo

Equilíbrio entre mente e corpo

Rua Tucumazeiro, 45 | River Park | 95 3224 2221

Bizu

Gostoso por
natureza.



Bebidas Monte
Roraima

www.bebidasmonteroraima.com.br

Boa Vista (RR): (95) 3625 2326

Manaus (AM): (92) 3633 4556

Qualidade de Vida

Você com mais energia

Empresa investe no bem estar das pessoas e acredita na sua integração

A Eletrobras Distribuição Roraima investe na promoção da qualidade de vida de seus colaboradores, contribuindo para a melhoria do clima organizacional reduzindo o absenteísmo e aumentando a produtividade, visando proporcionar bem estar e saúde laboral ao colaborador dentro de seu ambiente de trabalho

Focada no bem estar do trabalhador e na proposta de proporcionar mais qualidade de vida dentro e fora da empresa, uma equipe especializada em desenvolver e coordenar programas de qualidade de vida, está fazendo a diferença na Eletrobras Distribuição Roraima quando o assunto é qualidade de vida. Hoje, segundo o Gerente do Departamento de Gestão de Pessoas, Eurípedes Santos de Souza, a Eletrobras desenvolve o programa de qualidade de vida: "Você com mais Energia". Este programa, tem como objetivo principal promover o bem estar dos empregados e colaboradores da Empresa dentro e fora do seu ambiente de trabalho, contribuindo para melhoria do clima organizacional, reduzindo o absenteísmo e aumentando a produtividade. Os projetos são destinados aos empregados e colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima. O quadro da empresa atualmente é composto por 276 empregados efetivos contando ainda com aprendizes e estagiários de nível médio e superior, totalizando uma força de trabalho de 340.

A psicóloga Graziela Caldartt Kroetz, é líder do Processo de Desen-

volvimento de Pessoas, responsável pela coordenação dos projetos na empresa, explicou ainda que o programa possui duas vertentes uma que atua no bem estar físico e outra que atua na promoção de cultura e lazer aos trabalhadores. Segundo Graziela, são desenvolvidas atividades nas áreas de ginástica laboral e massagem para combater o estresse, além de relaxamento, harmonização, saúde mental, incentivo a prática desporto e da cultura.

No Programa qualidade de vida ocorre também, uma linha de

trabalho voltada para a parte de lazer e cultura, que além de promover o desenvolvimento de produções artísticas por parte dos funcionários, trabalha a interação entre eles, deixando assim o ambiente de trabalho mais leve e atrativo.

A empresa trabalha ainda, de acordo Graziela, dentro dos projetos de qualidade de vida, programas de orientação para aposentadoria que é previsto em acordo coletivo de trabalho. São trabalhados ainda, a prevenção a doenças sexualmente transmissíveis (DSTs/Aids) e preven-



Eurípedes Santos na abertura da 1ª Oficina do Programa de Orientação para Aposentadoria



Oficina "Vamos voltar a ser crianças?"



Oficina POA sobre previdência pública e privada



Oficina "Dança: movimento e técnica"



SIPINHA 2013 fez parte da SIPAT

ção a dependência química.

No programa de qualidade de vida da Eletrobras Distribuição Roraima merecem destaque todas as iniciativas, pois os resultados são sentidos no desempenho dos colaboradores que identificam a importância da informação na sua formação e aplicam na prática esses ensinamentos. Além dos Projetos que estão dentro do Programa de Qualidade de Vida, se executa diversas outras ações voltadas para atividades lúdicas, lazer e esportes utilizando convênios com o Sesi, que proporciona uma gama ainda maior de ações voltadas a qualidade de vida dos empregados. A seguir vamos conhecer cada um dos subprogramas que fazem parte do Qualidade de vida:

Programa de Orientação para a Aposentadoria

Descrição: Consiste em seminários, oficinas educativas, com temas concernentes a aposentadoria, seguindo as premissas de Preparação para Aposentadoria nas Organizações. **Público Alvo:** Colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima com 50 anos ou mais, ou que estejam a dois anos para adquirir o direito ao benefício da aposentadoria. **Periodicidade:** O programa acontece com uma turma anual, com palestras mensais ou bimestrais.

Projeto de Prevenção DST/AIDS

Descrição: Consiste na realização de campanhas de sensibilização e palestras educativas em datas alusivas ao tema; realização de pesquisa sobre atitude preventiva; Atuação nas ações de saúde e segurança realizadas pela Distribuidora. **Público Alvo:** Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima **Periodicidade:** Acontece no decorrer do ano, principalmente em datas

alusivas ao tema e em ações de saúde da empresa.

Projeto de Prevenção a Dependência Química

Descrição: Consiste na realização de campanhas de conscientização e prevenção da dependência química na empresa; realização de pesquisas de incidência do uso de álcool, tabaco e outras drogas; realização de campanhas de sensibilização e palestras educativas em datas alusivas ao tema. **Público Alvo:** Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima **Periodicidade:** É realizado ao longo do ano, principalmente em datas alusivas ao tema e em ações de saúde da empresa.

Programa Semana da Saúde

Descrição: Consiste na organização e realização da caminhada da saúde, palestras, oficinas sobre temas de saúde; atividades que visam o bem estar físico, mental e social dos colaboradores; avaliação física e nutricional. **Público Alvo:** Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima **Periodicidade:** É uma atividade institucional e ocorre todos os anos e é alusiva ao Dia Mundial da Saúde.

Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho - SIPAT

Descrição: Durante a SIPAT, o programa de qualidade de vida realiza, em conjunto com a CIPA, a SIPINHA - programação infantil destinada aos filhos dos colaboradores, com ações voltadas para a prevenção de acidentes infantil; realização de palestras e oficinas sobre o tema definido na SIPAT.

Público Alvo: Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima, Eletronorte e Terceirizados

Periodicidade: Acontece no segundo semestre do ano, durante a SIPAT, geralmente alusivo ao Dia do Eletricista.

Projeto Eletrobras Cultural

Descrição: Consiste na organização e realização de Tarde Cultural para apresentação de talentos dos empregados, oficinas sobre temas de cultura e expressões artísticas.

Público Alvo: Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima

Periodicidade: É realizado uma edição por mês.

Projeto Ginástica na Empresa

Descrição: Consiste de sessões de ginástica laboral com exercícios de alongamentos, dinâmicas de grupo e orientação sobre saúde; realização de pesquisa sobre prática de atividades

físicas; realização de caminhadas e outras atividades físicas orientadas a grupos específicos; orientação postural nos postos de trabalho e identificação dos colaboradores que se expõe em posição especial ao risco; realização de blitz, palestras e campanhas de sensibilização quanto a LER/DORT.

Público Alvo: Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima

Periodicidade: Realizado duas vezes na semana, nos postos de trabalho.

Projeto Anti Estresse

Descrição: Consiste da realização de sessões de massagens de relaxamento, harmonização e saúde mental; realização de pesquisa sobre estresse ocupacional; realização de oficinas e palestras de saúde mental.

Público Alvo: Todos os colaboradores da Eletrobras Distribuição Roraima

Periodicidade: Realizado quatro vezes na semana, em salas específicas para massagem.



Colaboradores na blitz da Saúde:
Atendimento durante a oficina de Saúde Global




Dúvidas e sugestões:
0800 701 9120
eletrobrasroraima.com





Estamos ligados numa energia melhor para todos.

Energia+ é um projeto da Eletrobras que está melhorando a qualidade no fornecimento de energia para você. São investimentos na expansão e modernização do sistema elétrico trazendo mais agilidade e segurança para os nossos serviços. Tudo isso para o bem-estar da população e o desenvolvimento ainda maior da nossa região. Eletrobras Distribuição Roraima e você: estamos ligados.




 Trading

 Logística

 Transporte

 Prospecção de Mercado

 Empreendimentos Imobiliários



Stela Maris

www.stelamarisrr.com.br



STELA MARIS INCORPORAÇÃO E EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS LTDA

STELA MARIS TRANSPORTE E LOGÍSTICA LTDA

STELA MARIS IMPORTADORA EXPORTADORA TRADING COMPANY

Avenida Benjamin Constant, 1171 - Galeria ATRIUM - Centro - CEP 69 301 020

Home: www.stelamarisrr.com.br - E-mail: atendimento@stelamarisrr.com.br

Tel.: 95 3224 1479 - Boa Vista - Roraima - Brasil

Ensino Superior

Avaliações oficiais evidenciam Roraima na média nacional

Uma grande quantidade de estudantes em bancos de faculdades, está gerando uma mão de obra teoricamente qualificada, mas da forma como o Estado vem sendo planejando estaremos formado um exército de profissionais para que postos de trabalho?

Boa Vista é conhecida hoje, como uma das cidades universitárias mais bem estruturadas no sentido de oferecer melhores condições e mais acesso aos alunos e futuros estudantes do ensino superior. Esta realidade positiva para os roraimenses foi um dos resultados Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 2012 (Pnad), divulgada em setembro deste ano, pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A pesquisa mostra que em Roraima, existem hoje, matriculados nas Instituições de Ensino Superior, 30 mil pessoas regularmente matriculadas.

Segundo o chefe do IBGE em Roraima o sociólogo Vicente Joaquim, a existência de três instituições públicas de ensino superior e dois grandes estabelecimentos privados, explica a expansão de pessoas cursando o nível superior.

O sociólogo afirma que entre o percentual da população de Roraima, em idade de estudo, 36% já possuem o nível superior. Mas diante das facilidades e o fato da expansão das Instituições de Ensino Superior estarem recebendo cada vez mais alunos, fica a pergunta: será que tem

espaço para tantos profissionais que estão saindo das Universidades?

Quem vai responder a esta pergunta, é o sociólogo que também é chefe do IBGE em Roraima e o Diretor acadêmico da Faculdade Cathedral José Geraldo Ticianeli.

N & O - Quanto ao mercado, será que tem espaço para tantos profissionais

que saem todos os anos das faculdades?

Vicente Joaquim - As formações de nível superior na atual conjuntura de exigências de mercado, não distinguem este ou aquele curso, mas as especializações para atender demandas. As multidisciplinaridades são exigências cada vez maiores.



Os números revelados pelo IBGE reforçam Roraima como uma Estado universitário, mas deixa a difícil tarefa de buscar resposta para uma pergunta que não quer calar: onde esses estudantes serão aproveitados após conclusão dos cursos

Aprovação não é **SORTE** é **PRAETORIUM**



Cursos Preparatórios

TRF, TRE, TRT, TJ, PM,
POLÍCIA FEDERAL, IBAMA,
ITERAIMA, SESAU, INSS,
MINISTÉRIO PÚBLICO, OAB,
DEFENSORIAS, ATUALIZAÇÃO
JURISPRUDENCIAL, BANCÁRIAS,
POLÍCIA RODOVIÁRIA FEDERAL.

Pós-Graduação Jurídica

Direito Civil, Penal,
Constitucional,
Docência Jurídica

MBA

Controladoria,
Gestão de Pessoas,
Gestão de Negócios,
Psicopedagogia,
Gestão em Projetos,
Gestão Pública,
Gestão em TI,
Marketing e Vendas,
Serviço Social,
Gestão de Projetos Sociais,
Enfermagem do Trabalho.

Acesse e conheça mais:

www.praetorium.com.br

Faça-nos uma visita

Av. Capitão Júlio Bezerra, 479
Centro - Boa Vista - Roraima

Entre em contato com a gente

95 3224 6304

PRAETORIUM
www.praetorium.com.br

Negócios & Oportunidades

Administradores, gestores ou profissionais com várias especialidades podem ter uma visão holística que o mercado atual requer e serem alocados em várias frentes. As avaliações em queda como o caso recente não é uma boa notícia.

N & O - Sobre números, quantos roraimenses estão hoje cursando ensino superior em Roraima? Qual a comunidade de pessoas já formadas? E quanto ao analfabetismo, tem algum número recente que retrate a realidade do Estado?

Vicente Joaquim - O analfabetismo ainda é uma realidade sofrida por cerca de 7% da nossa população acima dos 10 anos, centrado principalmente nas faixas etárias acima dos 30 anos; talvez evidenciando ainda uma herança do processo migratório das décadas passadas. Os indicadores educacionais vem melhorando ano após ano, mas ainda temos presente mais de 11 % dessa população com mais de dez anos, com menos de 3 anos de estudos, que se denominam os "analfabetos funcionais".

N & O- Como sociólogo, qual a sua avaliação para o crescimento do ensino superior em Roraima, tem crescido com qualidade?

Vicente Joaquim - Conforme o Censo 2000, eram de 4.517 pessoas frequentando ensino superior e em 2010 já somavam 20.698. Conforme a Pesquisa Nacional por Amostras de Domicílios de 2012, 30 mil pessoas frequentavam ensino de nível superior; ou seja, mais de 16% do total de pessoas estudantes do estado. Isso significa um fantástico crescimento da rede de oportunidades para a vivência acadêmica não só em Boa Vista capital, mas com extensões em todo o interior. Somos um Estado com menos de meio milhão de habitantes sendo que cerca de quase 10% dessa



Vicente Joaquim destaca a importância de planejar ações para os "analfabetos funcionais"

população está em comunidades distantes e de difícil acesso e com todas as dificuldades que isso represente para os atendimentos de saúde e educação.

Esses números por si só colocam Roraima no foco de um estado com vocação acadêmica, não só pelos custos menores que outros centros, mas também pela forte atração a uma juventude se qualificando para o mercado de trabalho, incluindo os concursos públicos. Além do mercado de oportunidades e de negócios em franca expansão.

Quanto ao nível do ensino, os resultados das avaliações oficiais nos colocam na média nacional, com algumas oscilações que podem ser corrigidas. A questão da qualidade do ensino é nacional e que deve ser meta das preocupações das políticas públicas.

N & O - Quais as dificuldades que Roraima apresenta dentro da área de educação?

Vicente Joaquim - Apesar dos números positivos sobre o ensino superior, temos ainda uma pesquisa

que aponta as deficiências da educação no Estado. Existem dificuldades que devem ser superadas. Uma delas é a alfabetização que, remonta da imigração desenfreada que Roraima passou até o final da década de 1990.

Numa população de 445 mil pessoas acima de cinco anos, temos 43 mil pessoas que vivem no estado que se declararam ao IBGE como analfabetos.

Pelas estatísticas de alfabetização, são consideradas apenas as pessoas acima de cinco anos. A maioria destas 43 mil pessoas analfabetas está a partir dos 30 anos. Embora esses números venham diminuindo em função dos projetos e programas de alfabetização de jovens e adultos, como o EJA.

Do outro lado da estatística, aparecem as pessoas de 5 a 13 anos que estão sendo mais alfabetizadas.

Nesta faixa etária, o analfabetismo se sobressai na área rural. É possível destacar que a rede de ensino disponível para a população de Roraima, especialmente em Boa Vista, é bastante expressiva. Neste contexto não estamos discutindo a qualidade do ensino, mas a oferta e os esforços oficiais no sentido de permitir esse

acesso ao ensino.

Esforços devem ser focados na construção de políticas públicas para combater as diferentes formas de analfabetismo, principalmente a questão do analfabeto funcional [aquele que sabe ler e escrever, mas tem menos de três anos de estudo].

Embora os indicadores venham caindo, a taxa de analfabetos funcionais, ainda é bastante elevada.

Temos que ter políticas públicas específicas no sentido de focar essa população que frequenta as salas de aulas por dois ou três anos e depois sai da escola. Isso é preocupante, não só em Roraima, mas no Brasil inteiro. Um detalhe que chama atenção nos resultados do PNAD é quanto ao número de mulheres alfabetizadas, maior que de homens. Talvez se explique isso pelo fato cultural do homem sustentar a casa, onde muitas vezes ainda bastante jovem tem que se dedicar mais ao trabalho que aos estudos", opina. "Mas aos poucos eles estão tendo o entendimento que para ter um nível de renda maior e inclusão no mercado tem que ter estudo.



A educação é o único mecanismo que elimina as distâncias sociais e dignifica a vida das pessoas

Vale a pena até virar a cabeça

SPOLETO

Boa Vista | Av. Ville Roy
www.spoletto.com.br

Mão de Obra

Mercado precisa de políticas que possibilitem o incremento de vagas

O diretor acadêmico da Faculdade Cathedral José Geraldo Ticlanelli, avalia a democratização do ensino superior como algo positivo e que trará muitos frutos para o Estado.

Segundo ele, o acesso amplo a educação, permiti com que pessoas de diferentes faixas etárias possam obter uma melhor formação pessoal e profissional. "É importante ressaltar que a função de uma instituição de ensino superior continua a ser a de formar profissionais qualificados. A absorção destes profissionais no mercado de trabalho depende dire-

tamente de políticas que possibilitem o incremento de vagas de boa qualidade, seja no setor público ou privado", destacou.

Ele lembra ainda que Roraima é um estado jovem e o constante desenvolvimento exigirá uma diversificação dos setores e abertura de novos postos de trabalho. O diretor acadêmico afirma ainda que, este processo, naturalmente, levará a inserção dos profissionais que saem atualmente das Instituições de Ensino.



Geraldo Ticlanelli: "Roraima é um estado jovem e o constante desenvolvimento exigirá uma diversificação dos setores e abertura de novos postos de trabalho"

*Não existe outro caminho
para o sucesso. Tudo passa
pela educação.*

O CETERR continua
acreditando que a
educação garantirá
o futuro do Brasil
e do seu mercado.



Centro de Educação Técnica
e Especializada de Roraima

Av. Maria Homem de Melo, 281 - Centro

95 3224 6493

EDUCAÇÃO

MERCADO



BULLYING: praticado por menor absolutamente incapaz

O que pode parecer para muitos uma brincadeira, deve ser tratado com seriedade e punido com rigor

Por: Klycyia Souza Vieira
E-mail: klycyia_souza@hotmail.com

Bullying é definido como um "comportamento cruel intrínseco nas relações interpessoais, em que os mais fortes convertem os mais frágeis em objetos de diversão e prazer, através de "brincadeiras" que disfarçam o propósito de maltratar e intimidar" (FANTE, 2005, p. 29).

Vale ressaltar que cada verbo que integra o "Bullying" possui uma tipificação penal específica, da qual o operador de direito jamais pode se afastar, sob pena de responder pelo crime de prevaricação, dentre outras infrações penais.

Logo, a figura do "Bullying" não existe enquanto tipo penal incriminador, devendo cada "verbo-núcleo" da conduta eventualmente praticada ser levado em consideração, de forma individualizada, para fins de fixação da responsabilidade civil e penal.

O "Bullying" pode caracterizar diante do caso concreto algumas infrações penais, levando em conta as disposições do CPB - Código Penal Brasileiro (Dec.2848/40) ou LCP - Lei de Contravenção Penal (Dec.3.688/41).

O "Bullying escolar" é caracterizado pelos verbos-núcleos: constranger, ofender, ameaçar, privar, danificar e injuriar, dentre outros. E na maioria das vezes essas condutas são praticadas pelos colegas mais fortes. Contudo, o ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei 8.069/90) traz duras medidas para o menor infrator (seja criança ou adolescente).

Desta forma, o menor responderá pelos ilícitos penais acima na condição de "ato infracional análogo", recebendo como advertência ressociadora algumas medidas protetivas (art.101 do ECA) ou sócio-educativas (art.112 do ECA), que vão desde uma advertência até uma internação por 3 (três) anos, dependendo da idade do menor e da gravidade do ato infracional.

Quando o agressor da prática do bullying for menor incapaz, esse não poderá responder diretamente pela reparação do dano que causar podendo a responsabilidade ser atribuída ao estabelecimento de ensino ou ao responsável pelo menor.

Se houver omissão por parte da escola pública, o Estado será responsável pela reparação do dano

(artigo 186 do Código Civil Brasileiro.), havendo continuidade da agressão, a responsabilidade indenizatória caberá ao responsável legal do agressor (Art. 1.634, I, 932, I e 933, CC). Caso seja colégio particular, o pedido de reparação será fundamentado no código do consumidor, (§2º do artigo 3º da Lei 8078/90).

É preciso esclarecer que o "Bullying" se manifesta por meio de condutas criminosas autônomas, não podendo a sociedade fechar os olhos para tais ilícitos. Não devendo ainda, acreditar tratar-se de brincadeiras de crianças com a justificativa de não haver repressão ou punição, por serem menores e não existir tipicidade penal. Pelo contrário, trata-se de ato infracional e como tal deve ser punido com todo rigor.

* Estagiária de Direito



Saiba como escolher o modelo certo de óculos para você

Escolher um par de óculos exige tempo e disposição para experimentar vários modelos até chegar ao ideal. Muita gente não tem paciência para escolher a armação adequada, detesta usar o acessório e recorre a lentes de contato ou usa os óculos em situações imprescindíveis, como ler ou ir ao cinema. Mas óculos que harmonizam com o rosto e o estilo de quem os usam podem até mesmo dar um up no visual.

O ideal é experimentar vários modelos, em vez de comprar porque parecia bonito em uma amiga ou na vitrine. "Não se deve comprar óculos com pressa. É preciso entender o que se está comprando." Para não errar, há cinco pontos fundamentais que devem ser considerados na hora da

compra. Em primeiro lugar, a pupila deve estar centralizada no desenho da armação, como se fosse um alvo. O apoio no nariz deve ficar confortável e encaixar bem, sem marcar a pele, o que ocorre quando o tamanho não está certo. "Há dois tipos de apoio, os de metal, com as plaquetinhas, e os de acetato. Quanto maior a área de apoio no nariz, melhor, pois divide o peso", explica Ventura.

O terceiro fator é que a armação deve sobrepor a parte inferior aos olhos, de forma a disfarçar as olheiras. O quarto ponto, muito importante, é que as sobancelhas devem acompanhar o formato da armação. Os óculos não devem ultrapassá-las, ou seja, as sobancelhas não podem ficar dentro da lente. "Delinear

é o ideal. Se a sobancelha é arredondada, a armação também deve ser. Não deve haver espaço entre a sobancelha e os óculos", indica o estetaótico.

As hastes devem apenas se apoiar nas têmporas, sem pressioná-las, o que significa que os óculos não devem ser apertados. Em alguns casos, vincos se formam por conta disso. Elas também devem ficar bem ajustadas atrás da orelha, de forma que os óculos não fiquem nem frouxos nem apertados. Uma dica é passar sempre na ótica para manter as hastes sempre alinhadas, de maneira que os óculos não fiquem tortos.

Mais dicas na edição de final de ano. Aguardem!

Andressa Zanandrea - Dicas de Moda

A visão das melhores marcas

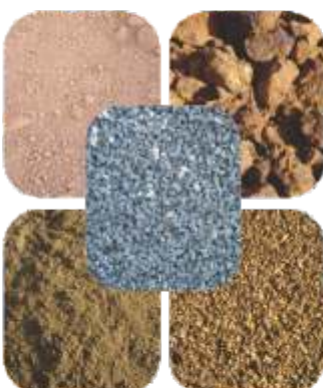


Receituário
óptico

Rua Coronel Pinto, 416 - Centro - 3621 3600

Ótica Agora é Assim!

Construir uma história é ter a certeza que cada passo é só o começo



Empresas comprometidas com a construção do Futuro

Central de Atendimento 3626 5548 www.lbconstrucoes.com

Alameda dos Bambús, 787 - Pricumã - CEP 69.309 395 - Boa Vista - Roraima

Um espaço para descontrair

Descontra(r)indo



EMPREGO DIFERENTE

Na correria do dia a dia, a juventude vem buscando ocupar seu espaço. Ansiosa, voraz, rápida e sonhadora na busca de seus objetivos.

Um estudante recém formado em tecnologia da informação, depois de mais de 5 anos de curso e algumas greves pelo meio do caminho resolveu sair atrás de emprego. No começo recebeu um show de mãos e parecia um atleta passando por todo tipo prova e desafios.

Depois de mais de sessenta dias em busca de emprego recebeu uma correspondência que informava da sua aprovação para a vaga de Consultor de Vendas de uma grande empresa de tecnologia, mas que precisava preencher a ficha e encaminhar os documentos para que fosse gerado crachá, assinatura digital e email corporativo. Logo após ter concluído essa etapa recebeu por email as informações para começar a trabalhar, mas pelo jeito não ficou muito satisfeito pois respondeu ao email do suporte da seguinte forma:

“Caros amigos do Suporte. Obrigado por criar minha conta de forma tão rápida. Mas apesar de engraçado, pergunto a vocês: como vou vender nossos produtos com um email desse jeito (vadia@tecbrasil.com)? - Desde já agradeço e aguardo retorno. Valter Dias”

Alguns minutos depois veio a resposta:

“Prezado Dias. Infelizmente as contas são geradas a partir das iniciais de seu nome. Não podemos mudar. Pode confiar em mim. Qualquer coisa entre em contato pelo meu email viado@tecbrasil.com. Saudações. Vitor Adonis”

Não se teve informação de novas trocas de e-mail.

Frase da Edição:

“Ganhar dinheiro todo mundo gosta.
Mas ganhar dinheiro fazendo o que gosta
vira consequência e a felicidade
é garantida”

Marcia Conrado



Um grupo empresarial que tem
como lema a **QUALIDADE**
e acredita plenamente
na **SATISFAÇÃO** dos
seus **CLIENTES**.

Design Consulting 95 9153 47 37



Móveis

Eletrodomésticos

Móveis Projetados

Automóveis

Locação de Veículos

Equipamentos de Informática

Grupo Perin: orgulho de ser roraimense