

# GAZETA DO CONSÓRCIO

MAIO 2017

## NESTA EDIÇÃO:

<i>SIDNEY CARDOSO DA SILVA</i>	<b>1</b>
<i>DIA DA CONSCIENTIZAÇÃO</i>	<b>2</b>
<i>GAZETA NOTÍCIAS</i>	<b>3</b>
<i>GAZETA CULTURA</i>	<b>4</b>
<i>TECNOLOGIA</i>	<b>5</b>
<i>SEGURANÇA E SAÚDE</i>	<b>6</b>

## INTERESSES ESPECIAIS:

- Segurança e Saúde no Trabalho
- Bom relacionamento entre equipes
- Eficiência nos trabalhos prestados
- Diálogo frequente com seus Encarregados.

## MUDANÇAS PELA FÉ....



Sidney Cardoso da Silva (Foto-05/2017)

Mudanças constantes e desafios ousados, essa é a história de Sidney Cardoso da Silva, colaborador que buscou desafios durante boa parte de sua vida onde contamos na edição do mês de Maio.

Nascido no bairro de Perdizes em São Paulo, Sidney cresceu e viveu na cidade de São Paulo até os 12

anos de idade, quando seu Pai Sr. José Cardoso da Silva Filho veio a se mudar para a cidade de Cruz das Almas—BA, com o sonho de cuidar dos bens que ficaram do passado, como sítio, plantações e etc. Neste caso, Sidney precisou acompanhá-los pois era de menor e era muito apegado a sua mãe, Dona Beatriz.

Durante todo o tempo residindo no estado da Bahia, ele terminou o ensino médio e concluiu o curso de Técnico em Contabilidade, agregando conhecimentos e possíveis portas de emprego.

Com 22 anos de idade, seu pai pediu para que viesse para São Paulo trabalhar e buscar uma condição melhor de vida, então no ano de 1989 chegou a São Paulo e logo conseguiu trabalho na editora LTR, onde trabalhou por 22 anos como Auxiliar de expedição.

Porém, após muitos anos na editora LTR, o desemprego bateu em

sua porta causando transtorno e ao mesmo tempo grandes ensinamentos de vida, pois a responsabilidade de criar seus dois filhos levou a buscar outras saídas.

Em 2013 tudo veio a mudar, pois o convite de um grande amigo para trabalhar no grupo do consórcio veio a se concretizar, e a mudança de sua vida foi mútua, levando o sustento e a confiança para dentro de sua casa.

Hoje, Sidney tenta esquecer alguns filmes do passado e olhar apenas para frente, pois a morte de sua mãe mexeu muito com ele.. "A morte da minha mãe eu senti muito. Ela era muito ligada comigo...", relata ele.

Mas a relação de Sidney com a família fez seu fortalecimento crescer em fé e em esperança, no sonho de terminar a reforma de sua casa e o crescimento dos filhos bem encaminhados.

## Dia Internacional da Conscientização sobre Ruído!

No último dia 26/04, ocorreu um dos eventos mais interessantes para a cidade de São Paulo, o dia internacional da conscientização sobre ruído.

O Monumento às Bandeiras (Inaugurada em 1953), foi palco da grande homenagem para este dia tão importante para a cidade (sendo decora-

da com protetores auditivos). Foi realizado em frente ao monumento um minuto de silêncio das 14h25 às 14h26, que acontece no mesmo horário em outros países, como parte da campanha "Conforto acústico e educação, um bem para você e sua Audição".

Parabéns aos organizadores e a

cidade pela grande iniciativa!



Monumento às Bandeiras (Foto-05/2017)

## GAZETA NOTÍCIAS

## FAMÍLIAS QUE FUGIRAM DA GUERRA!



Cidadã refugiada do congo (Foto—05/2017)

O sonho da cantora Christine Kamba, de 27 anos, de gravar seu primeiro CD gospel foi interrompido há dois anos pela guerra civil do Congo, que já dura mais de 20 anos. Ela teve que se refugiar no Brasil, mais precisamente em Jardim Gramacho, em Duque de Caxias, na Baixada Fluminense, junto com seus quatro filhos, por causa do conflito. Por aqui, em meio à pobreza e às precárias condições de vida, ela tenta retomar sua vida.

— Vivo de doações, de caridade. Também canto na rua em troca de dinheiro. Em termos financeiros, minha vida aqui está pior que no Congo. Não consigo nem creche para os meus filhos — lamentou.

De língua nativa francesa, ela frequenta duas vezes por semana um curso de Português para refugiados na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). Vencer o desafio de aprender a língua falada no Brasil não foi suficiente para garantir um emprego. A congo-

lesa admite que sofre preconceito.

— Tem gente que não gosta nem de tocar na gente — desabafou.

A situação vivida por Christine é a mesma de pelo menos outras 60 famílias congolesas que vivem em Jardim Gramacho. O número é da Cáritas, uma entidade da Igreja Católica que atua diretamente junto aos refugiados. É a instituição também que ajuda os refugiados a legalizarem sua situação no país.

— Nosso trabalho é acolhê-los, orientá-los a respeito do processo de solicitação de refúgio e criar condições para que consigam se integrar e acessar as políticas públicas às quais têm direito — explicou Aline Thuller, coordenadora do Programa de Atendimento a Refugiados da Cáritas do Rio de Janeiro.

Fonte: Jornal "O globo"

## GAZETA CULTURAL

## CASTELO RÁ-TIM-BUM É RECONSTRUÍDO NO MEMORIAL DA AMÉRICA LATINA!



Elenco do programa Castelo Rá-tim-bum (Foto—05/2017)

Sim, ele está de volta! **Rá-Tim-Bum – O Castelo** abre suas portas para os fãs matarem a saudades e redescobrirem cada pedacinho desse lugar mágico, que conquistou o coraçãozinho de todos os brasileiros de todas as idades. Em parceria com a TV Cultura, o Memorial da América Latina é sua sede oficial. Confirme presença no evento!

O Castelo, que tem 15 metros de altura numa área de 700m<sup>2</sup>, teve sua inauguração no dia 31 de março, às 19h, e pode ser visitado das 9h às 20h, de terça a sexta, e das 9h às 22h aos sábados, domingos e feriados. Os ingressos, que custam R\$20 (inteira) e R\$ 10 (meia-entrada), podem ser adquiridos na bilheteria do local e pelo site oficial do Castelo Rá-Tim-Bum, com direito de escolha do dia e horário da visita.

A proposta da exposição, que deve durar três meses (com chances de ser prorrogada) é que o visitante se encante com cada detalhe e viva uma

experiência única.

A programação cultural promete ser intensa, com espetáculos, shows e a participação dos personagens mais queridos do programa de TV.

Fique esperto, porque o *Catraca Livre* vai contar todas as informações sobre essa novidade ma-ra-vi-lho-sa! Vamos divulgar todas as programações do Castelo Rá-Tim-Bum e garantir que você não perca nenhuma notícia! Faremos algumas visitinhas por lá para mostrar tudo e deixar vocês com mais vontade ainda de curtir essa experiência!

Fonte: [visitesaopaulo.com](http://visitesaopaulo.com)

**AVANÇO EM TECNOLOGIA!**

No último dia 20/04, nosso consórcio recebeu a visita das empresas JOB, Ypê e Globalsan, para tratar sobre um assunto comum de grande importância: a migração e melhorias no sistema SIGES. Assim como nós, as referidas empresas prestam serviços comuns de Engenharia no Sistema de Distribuição de água e coleta de Esgoto para SABESP.

As empresas tem encontrado dificuldades no sistema atual, principalmente na

transportação dos serviços valorados e não valorados. Sendo assim, o objetivo da reunião foi levantar novas ideias e implantar no sistema de tecnologia das empresas novas ferramentas, para que assim os serviços a serem executados, trabalhos realizados e serviços a serem pagos possam chegar com êxito nas mãos, tanto das empresas terceiras quanto da própria SABESP.

As empresas também levantaram a possibilidade de uma reunião junto a SABESP. Assim apresentariam as ideias de melhorias sobre o sistema atual.



Reunião das empresas terceiras (Foto—05/2017)

**SAÚDE E SEGURANÇA****NUTRIÇÃO E ERGONOMIA PODE REVOLUCIONAR O AMBIENTE DE TRABALHO...**

A Nutro-ergonomia deveria ser tão conhecida quanto a nutrição esportiva. Mas não é apesar de haver mais pessoas que se enquadram na categoria, afinal, há mais profissionais que esportistas. A boa nutrição é essencial para a saúde do profissional e seu desempenho nas tarefas.

Em termos de hidratação, por exemplo, é mais comum perdermos água através da urina e do suor, mas a respiração também pode ser uma forma de desidratação. A desidratação, por sua vez, é péssima para o trabalhador, uma vez que reduz o volume sanguíneo, sobrecarrega o coração e diminui a capacidade cognitiva, impactando diretamente no desempenho. Manter-se hidratado, portanto, ajuda a reduzir o número de erros e a prevenir acidentes.

A cafeína, na dosagem certa (3 a 6 mg por kg, ou em média 200 a 400 mg para adultos), colabora com a atenção do profissional. Grandes doses, porém, podem resultar em excesso de ansiedade, atenção difusa, irritabilidade

de e até mesmo distúrbios gastrointestinais.

A individualidade e a tarefa a ser realizada devem ser levadas em conta para uma adequada nutrição do profissional. A Nutro-ergonomia é baseada em diversos critérios, como, por exemplo:

- Acesso à água limpa e à vontade, com o objetivo de garantir a hidratação do profissional.
- Acesso a alimentos e/ou liberdade para levá-los de casa para o serviço.
- Informação nutricional.
- Incentivo ao consumo de alimentos saudáveis.
- Incentivo à prática de atividades físicas.

Parecem diretrizes óbvias, mas muitas vezes as empresas não investem na saúde de seus funcionários.

A ergo-nutrição, portanto, traz produtividade, atenção e saúde, elementos que melhoram não só o ambiente de trabalho, mas também influenciam positivamente na vida pessoal dos trabalhadores.

**SOLIDARIEDADE!**

Equipe do Consórcio Nova Norte no HCOR (Foto—05/2017)

Na semana do dia 24/04, os colaboradores Herbert, Celene e Fabriciana estiveram no Hospital do coração para a doação de sangue.

O motivo real desse grande ato de solidariedade é devido a colaboradora **Vilma Martins dos Santos Silvestre**, que apresentou problemas e diagnóstico de Trombose. Essa doença está relacionada a problemas de circulação de sangue na região das pernas, onde durante as avaliações médicas, tratamento e internação, foi chegado a conclusão que Vilma necessitaria de sangue.

Com isso, o canteiro Dutra e Freguesia procurou se mobilizar com a finalidade de ajudá-la a se recuperar o mais breve possível.

Parabéns a todos os envolvidos!!!