



Por: **Helaine Iolanda**

A república e a corrupção

A Proclamação da República Brasileira foi um golpe militar ocorrido em 15 de novembro de 1889 que instaurou a forma republicana federativa presidencialista de governo no Brasil, derrubando a monarquia constitucional parlamentarista do Império do Brasil e, por conseguinte, pondo fim à soberania do imperador Pedro II. Foi, então, proclamada a República dos Estados Unidos do Brasil.

Apesar da forma de livre escolha dos governantes, ser através do voto, o que vemos predominar nesta república são os atos de corrupção, que crescem a cada dia... Um dos principais problemas que dificultam o combate à corrupção é a cultura de impunidade ainda vigente no país.

Em debates sobre a corrupção no Brasil no Congresso há quem diga que o Brasil é mais corrupto que outros países; há quem conteste; há quem culpe nossa colonização; há quem culpe o sistema político; há até quem considere parte do jogo. Mas independente do tamanho e das causas, o fato é que a corrupção é crime e deve ser combatida.

A corrupção é considerada um cancro no Brasil, mas para combatê-lo, é necessário o amadurecimento político da população, e de nossa democracia.



Funcionários destaque do mês - Outubro



Helaine Iolanda

Para realizar grandes conquistas, devemos não apenas agir, mas também sonhar; não apenas planejar, mas também acreditar...

Parabéns!



Gilmar Santos

Empresas verdes

A sustentabilidade vive um momento extremamente rico e estimulante pelo seu caráter investigativo e inovador, pois ninguém tem uma receita de bolo completa e testada que possa servir de exemplo sobre os acertos e erros nesse segmento. Leia mais...

Pra descontrair

Temos muitas Situações engraçadas nessa edição. E tivemos a gloriosa ajuda de um querido colaborador. Veja..

Dica de Leitura

Mulheres inteligentes, relações saudáveis mostra como pessoas generosas, discretas, entre outras virtudes, podem usar da sua inteligência para terem relações saudáveis. Esta é a viagem que nos convida

Depoimento

Após a realização da obra Feira da Fraternidade da Paróquia a Vitória, recebemos o seguinte depoimento do cliente através do nosso pós venda.

Prezada Ronilda e Equipe da M4,

Como diz o slogan da Feira: "Mais um ano de Feira - 30 Anos de Vitória", certamente a Feira foi uma grande vitória!!

E essa vitória se deu a um somatório de diversos aspectos: paroquianos comprometidos, comissão organizadora eficiente e planejada e FORNECEDORES com serviço de alta qualidade!

Portanto, tenham a certeza que o sucesso da 30ª Feira também é de vocês...!!! Inúmeros foram os elogios que escutamos em relação à estrutura (foram todos prá vocês...!!!)

Em nome da Paróquia Nossa Senhora da Vitória, gostaria de agradecer a você, Ronilda, pelo acompanhamento incansável, competente e paciente durante toda a montagem.

Agradecer também à equipe nota 10 que vocês enviaram para nos atender, na pessoa de Luciano, que prestou um serviço impecável!

E aproveito para pedir desculpas se em determinados momentos, alguns coordenadores de barracas "abusaram" e exigiram coisas que não estavam no nosso contrato, mas que vocês atenderam prontamente!

**Atenciosamente,
Liliana Dumêt**



Higiene e saúde...

Ginástica Laboral é importante?



Hoje, o setor de segurança e saúde no trabalho é multidisciplinar e tem como objetivo principal a prevenção dos riscos profissionais. O conceito de acidente é compreendido por um maior número de pessoas que já identificam as doenças profissionais como conseqüências de acidentes do trabalho.

A relação homem-máquina, que já trouxe enormes benefícios para a humanidade, também trouxe um grande número de vítimas, sejam elas os portadores de doenças incapacitantes ou aqueles cuja integridade física foi atingida. Entre as máquinas das novas relações profissionais, os computadores pessoais têm uma característica ímpar: nunca, na história da humanidade, uma mesma máquina esteve presente na vida profissional de um número tão grande e diversificado de trabalhadores.

Diante desses fatos, muitas dúvidas têm sido levantadas sobre os riscos de acidentes no uso de computadores. Entre eles destacam-se os chamados riscos ergonômicos. A Ergonomia é uma ciência que estuda a adequação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, por isso a M4 realiza um exercício chamado ginástica laboral, que é o conjunto de práticas de exercícios físicos realizados no ambiente de trabalho, com a finalidade de colocar previamente cada pessoa — e todos — da equipe ou grupo de trabalho bem preparadas para o exercício do labor diário. Usualmente baseia-se em técnicas de alongamento, distribuídas pelas várias partes do corpo, dos membros, passando pelo tronco, à cabeça, sendo, de ordinário, orientada ou supervisionada pelo tec. de segurança da empresa.

Os benefícios proporcionados são aumento do ânimo, disposição e concentração para executar suas atividades diárias, correção de vícios posturais, estímulo a boas práticas de saúde e a uma vida mais ativa, maior integração no ambiente de trabalho, melhora a flexibilidade e mobilidade articular.

Nossa profissão...

Eletricista



Fazem parte dos conhecimentos de um eletricista saber discutir os custos de uma determinada tarefa com o cliente, interpretar corretamente os projetos (diagramas uni e multifilares) de atuais ou futuras instalações, o registro da espécie de problema que aconteceu e como foi reparado, a manutenção de aparelhos elétricos e sua eventual substituição, etc.

Para exercer esta profissão e recomendável que a pessoa tenha o ensino médio completo, cursos de eletricidade e eletrônica básica, orientação da correta utilização de equipamentos de proteção individual (EPI) como luvas e óculos, por exemplo, utilização de computador e correto uso de aparelhos como multímetro, conhecer as normas técnicas que regem suas atividades e conhecer os procedimentos de segurança (primeiros socorros). Inicialmente, o eletricista é acompanhado por profissionais mais experientes para evitar acidentes e desperdícios de tempo e material.

Beleza de mulher

Por: Graça Aragão



Desvende as pessoas pelo formato do rosto

Está de namorado novo e quer saber logo qual é o temperamento do moço? Ou então, está louca para decifrar a alma da sua nova chefe? É simples, está na cara!

O formato do rosto de uma pessoa diz muito sobre ela: personalidade, comportamento e traços psicológicos. Bem, pelo menos é isso que afirma um estudo divulgado na revista *Elle americana*, na edição setembro/2006.

Estudar a morfologia do rosto não é novidade. É uma prática com mais de 5 mil anos. Originária do Egito, era muito utilizada para traçar o perfil dos imperadores.

Mas será que dá mesmo para conhecer alguém só reparando nos traços da face ou seria melhor fuçar no Orkut? Tire as suas próprias conclusões com estes exemplos de famosos:

Redondo

Angelina Jolie: são pessoas altruístas, solidárias, que adoram trabalhar para causas sociais. São bem resolvidas em seus relacionamentos e dão muita importância ao sexo.

Triangular

Madonna: sempre a procura de novas sensações e formas de expressão, as pessoas que possuem o rosto no formato de pirâmide invertida são mutáveis e inovadoras, além de muito independentes. Nem sempre são fáceis de conviver...

Trapézio

Julia Roberts: se o formato de seu rosto se assemelha a um trapézio, você é persistente, visionária e muito apegada a detalhes. Seu maior defeito é confundir amor e sexo (!!!).

Os preferidos

De acordo com uma pesquisa realizada pelo Instituto de Psicologia Morfológica, as mulheres preferem os homens de rosto retangular, enquanto os homens preferem as mulheres de rosto oval.

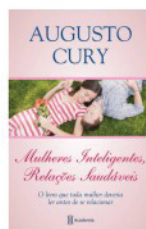
Dica de Leitura

Por Paub Medrado



Mulheres inteligentes, relações saudáveis

"Como pessoas generosas, discretas, entre outras virtudes, podem usar da sua inteligência para terem relações saudáveis. Esta é a viagem que nos convida Augusto Curi."



Aprender a crescer com as crises e dificuldades e construir relações saudáveis através do controle dos pensamentos e das emoções. Dicas preciosas do médico, psiquiatra e psicoterapeuta Augusto Curi que fazem parte de *Mulheres inteligentes, relações saudáveis*, Apesar de, num primeiro momento, o livro ser dirigido exclusivamente às mulheres, os homens também vão poder apreciar a obra, que traz ao final de cada capítulo frases-conselhos que os farão refletir sobre as mulheres de suas vidas.

A obra aborda os vários tipos de mulheres, como as observadoras, as contemplativas, as analíticas, as hiperpensantes, as impulsivas, as autoritárias e as "casulo", mostrando os lados positivo e negativo de cada comportamento. O autor afirma que essa identificação possibilita uma reflexão ponderada e um trabalho de mudança, que inclui identificar-se, valorizar-se e deixar a culpa e a autopunição de lado. Curi aponta também alguns exemplos práticos de alguns destes comportamentos, a partir de sua experiência como profissional e qual tipo de trabalho foi desenvolvido para melhorar o problema identificado.

Outros temas muito importantes ao universo feminino também são apresentados pelo autor: as ditaduras do ciúme e da beleza, a generalização da crítica, o excesso de trabalho e o medo da perda, entre outros.



Acontece...



JAC Motors criará 3,5 mil empregos e ficará pronta em 2014

A construção da fábrica da montadora de veículos chinesa JAC Motors na Bahia, anunciada nesta sexta-feira (7), deverá ser concluída somente em 2014. A unidade, que funcionará no Pólo Industrial de Camaçari, resultará na criação de 3,5 mil empregos diretos. A intenção é que 60% dos carros produzidos sejam de conteúdo nacional. Mesmo com a nova fábrica, a JAC continuará a importar outros modelos, como o J3, J6, J5 e J2, que devem chegar ano que vem. O investimento de R\$ 900 milhões do projeto será dividido entre 20% vindos da JAC Motors da China e 80% oriundos do Grupo SHC, que gere a marca no país. Em 2012 chegam os primeiros caminhões de até 4,5 toneladas para competir com similares da Volkswagen e da Mercedes-Benz. "Será a primeira montadora de automóveis de grande volume do Brasil, que produz modelos abaixo de R\$ 50 mil reais, com controle totalmente nacional", afirmou. Atualmente, o grupo SHC possui 89 concessionárias no Brasil, das quais 40 são da JAC.

Para refletir

Por Jaylton Figueiredo

A profissão de cada um de nós é privilégio e aprendizado.

Se nós pusermos amor naquilo que fazemos, para fazer os outros felizes, a nossa profissão, em qualquer parte, será sempre um rio de bênçãos.

O nosso cliente, em qualquer situação, é semelhante à árvore que produz, em nosso favor, respondendo sempre na pauta do tratamento que recebe.

Toda tarefa corretamente exercida é degrau de promoção.

Em tudo aquilo que nós façamos, na atividade que o Senhor nos haja concedido, estamos colocando ali o nosso retrato espiritual.

Se buscamos nos melhorar, melhorando o nosso trabalho, guardemos a certeza de que o trabalho nos dará vida melhor.

O essencial em nosso êxito não é tanto aquilo que distribuímos e sim a maneira pela qual nos decidimos a servir.

Ninguém procura ninguém para adquirir condenação ou azedume.

Sempre que alguém se queixe de alguém, está criando empecos na própria estrada para o sucesso.

Toda pessoa que serve além do dever, encontrou o caminho para a verdadeira felicidade."

(Sinal Verde - Francisco Cândido Xavier)

A arte de Montar Camarins

Por: Jaylton Figueiredo

Os módulos de stands utilizados para camarins, são montados em estrutura Octanorm; esse tipo de equipamento é composto por perfis de alumínio de diversos tamanhos e tipos: montantes octavados, travessas Z-400, travessas Z-500, diagonais, entre outras, são as peças responsáveis pela sustentação estrutural dos módulos de camarins. O fechamento das paredes internas e externas dos camarins é efetuado com painéis melamínicos de TS, normalmente na cor branca, que são encaixados nos perfis de alumínio, criando assim um conjunto estruturalmente rígido e estável. A montagem dos camarins é efetuada sobre tablado chapeado e acarpitado, construído com pisos M4, e, corriqueiramente, tem a altura de 0,15m. Praticamente, todo camarim tem forro de teto e possui o interior climatizado a partir da instalação de aparelhos de ar condicionado. As instalações elétricas incluem calhas luminárias, tomadas 2P + T, tomadas para ar condicionado, além do quadro de energia e do aterramento de todo o conjunto. A cobertura é feita com toldos piramidais de quatro águas. Antes da entrega do equipamento ao cliente, é feita a limpeza geral das faces das paredes, a varrição do piso e o recolhimento de todo o lixo gerado na montagem. Está pronto mais um equipamento com o selo de qualidade M4.

Serviços próximos

Banco do Brasil - **3394-1017** A 350M DA M4
 Banco Bradesco - **3394-1305** A 700 DA M4
 Banco do Nordeste - **3394-1022** A 300M DA M4
 Restaurante da Schio - **3394-1187** A 300M DA M4
 Supermercado melhor preço - **3396-2787**
 Shopping / Cinema (Bello Lar) - **3396-6970**
 Casas Lotéricas - **3396-3639**
 Caixa Economica federal - **3396-9060**

Conduções próximas

Linhas...

Simões Filho x Itaigara
 Simões Filho x Barra
 Simões Filho x Lapa
 Simões Filho x Ter. da França
 Simões Filho x Itapuã



Horários CIA

No início do dia
6:00h às 9:00h
No Final do dia
16:00h às 18:00h

Telefones Importantes



Polícia Militar **190** Defesa Civil **199**
 SAMU **192** Coelba **0800-710-800**
 Bombeiros **193**

Acidentes com Produtos Perigosos **0800-118-270**