

AGORA!

Ano 9 - Nº 38 - Setembro 2018

ENTREVISTA
OUTUBRO ROSA E
NOVEMBRO AZUL:
PREVENÇÃO DO CÂNCER

VOCÊ SABIA
VOTE CONSCIENTE!

COMO
MELHORAR SUA
PRODUTIVIDADE



PARA QUE SERVE A ÉTICA?



Ultimamente, temos escutado muito falar de ética, ou da falta dela, de canais de denúncia, na sociedade e no âmbito privado, e gestão de compliance, no que tange empresas e instituições.

Antes de tudo, precisamos entender o que é ética. Ética é a parte da filosofia que investiga os princípios que motivam, distorcem, disciplinam ou orientam o comportamento humano, refletindo – por consequência –, a essência das normas e valores de um indivíduo, de um grupo social ou de uma sociedade.

Vivemos em um país que enaltece aquela pessoa que dá “jeitinho”, que leva vantagem em cima dos outros. Pequenas infrações são por diversas vezes incentivadas e até elogiadas. Mas, ao mesmo tempo, queremos que as pessoas sejam éticas, que os políticos sejam corretos, que os órgãos públicos nos atendam direito e que a polícia patrulhe as ruas. São desejos opostos e conflitantes, e é preciso decidir como se posicionar e agir. Como exigir que tudo de bom funcione, se fechamos os olhos para as atitudes sem ética que nos rodeiam?

Ser ético é agir de forma correta, sem prejudicar outra pessoa, instituição ou organização. É não lesar o município, o estado ou a nação. É não prejudicar as empresas também.

Ser ético não tem a ver com modismo, e sim com os valores que carregamos. O que é certo é o certo, mesmo que não seja bom para mim. Ética também não se resume a só cumprir e fazer cumprir o certo. É questão de sobrevivência, pois agir sem ética é agir contra nós mesmos.

Esse é um ano eleitoral e bastante significativo para o momento do Brasil. Convido a todos a uma reflexão sobre o nosso futuro. Os países desenvolvidos são mais éticos do que nós? Como é o comportamento da sociedade em geral? Será que sou ético em minhas ações em casa, no trabalho e na rua?

Tenho certeza que todos queremos um Brasil melhor. Mas para que isso aconteça, precisamos começar com o que está perto de nós.

Fernanda Abreu
Diretora de RH e Comunicação

Revista AGORA! - ARAUJO ABREU

Ano 10 - Nº 38
Setembro de 2018
Periodicidade: trimestral
Tiragem: 5.000 exemplares
Direção de arte: RG Designers

Conselho Editorial: Fernanda Abreu, Frederico Abreu, Isabella Matsubara e Flaviana Sant’Ana.
Colaboradores desta edição: André Luiz Rodrigues Fernandes, Carlito Lopes e Francisco Bernardes de Oliveira.
Redação e edição: Digital Lab
Jornalista Responsável: Marcella Sarubi MTB 30641-RJ
www.araujoabreu.com.br

VOTE CERTO, VOTE CONSCIENTE!

Um dos mais significativos instrumentos políticos do cidadão, o voto é um símbolo da democracia e o caminho pelo qual todos os indivíduos têm, nas mãos, o poder de fazer do próprio país uma nação melhor. A corrupção se vale desse direito e dever cívico para fazer com que muitas pessoas alienem seus votos. E, ainda, outras, fazem escolhas de candidatos de maneira superficial, por puro desconhecimento.

Nesta edição, vamos discutir como é possível realizar um voto consciente e mostrar a importância de comparecer às urnas com a certeza de ter feito a melhor escolha para o país.

PARA VOTAR COM BIOMETRIA

Aqueles que já realizaram a identificação biométrica devem levar um documento de identificação com foto e o título (para facilitar o rápido direcionamento da seção eleitoral).

VOTOS BRANCOS E NULOS

Apesar de, no Brasil, o voto ser obrigatório, o cidadão é livre para comparecer às urnas e não votar em ninguém. Para votar em BRANCO, o eleitor deve apertar a tecla BRANCO, em seguida, o botão CONFIRMA.

Para votar NULO, o eleitor deve digitar um número de candidato inexistente e, na sequência, apertar a tecla CONFIRMA.

ANTIGAMENTE, o voto BRANCO era considerado válido e podia ser utilizado por pessoas que não tivessem um candidato de escolha. Esses votos eram direcionados aos candidatos vencedores. HOJE, não!

OS VOTOS BRANCOS SÃO CONSIDERADOS INVÁLIDOS E NÃO SÃO DIRECIONADOS AOS CANDIDATOS QUE ESTÃO GANHANDO. ELES SÃO APENAS VOTOS BRANCOS, QUE REPRESENTAM A ESCOLHA DE QUEM PREFERIU NÃO VOTAR EM NENHUM CANDIDATO.

Originalmente, os votos NULOS, apesar de também representarem àqueles que preferiram não utilizar o voto para apoiar nenhum dos candidatos concorrentes, têm uma conotação de protesto, direcionado a candidatos, ao sistema político, etc.

É preciso salientar que em uma eleição em que os votos nulos e brancos são maioria não há anulação de eleição. O que conta são os votos válidos!

Outra informação importante é que o que caracteriza um candidato eleito no caso de um segundo turno é ter pelo menos mais que 50% dos votos válidos, ou seja, mais da metade.

JUSTIFICATIVA DE VOTO

Aquele que, por algum motivo, não estiver na cidade onde realiza a votação ou estiver impedido de comparecer às urnas, deve justificar.

No primeiro caso, o cidadão deve levar ou o título e um documento com foto, ou apenas um documento com foto, em qualquer zona eleitoral, no dia e horário das eleições.

O segundo grupo precisa justificar a ausência até 60 dias depois. Basta se dirigir a um dos cartórios eleitorais.

Caso não seja feita a justificativa, o eleitor deve pagar uma multa (de R\$ 3,50 por turno perdido). E, ainda, se não houver comparecimento a três eleições consecutivas, não for feita justificativa e não houver pagamento da multa, o eleitor terá seu título cancelado, o que implicará em uma série de sanções.

Obs.: Para efeito de cancelamento por falta e não justificativa, cada turno vale como uma ausência.



VOTE CONSCIENTE!

- Pesquise os deveres e atribuições do cargo para o qual o candidato concorre.
- Se possível, pesquise sobre o Quociente Eleitoral (para votos em nível municipal). Saber as regras do jogo pode conduzir melhor a sua decisão.
- Saiba as regras sobre o que é permitido em campanha ou não. Candidato que burla as regras de campanha não é confiável.
- Decida com base em informações verdadeiras e confiáveis sobre o candidato. Conheça as propostas dele para caso seja eleito.
- Pesquise na internet quais foram os feitos do candidato, se aprovou projetos de lei, quais causas defende, se está envolvido em escândalos de corrupção, etc.
- É preciso deixar de lado interesses pessoais e pensar o que é o melhor para a coletividade.

OUTUBRO ROSA E NOVEMBRO AZUL: CONSCIENTIZAÇÃO E PREVENÇÃO

O câncer é uma das doenças que mais mata no mundo. Somente na última década, a incidência de casos cresceu 20% em todo mundo. No Brasil, estimam-se para 2018 cerca de 600 mil novos casos. O câncer de próstata e o câncer de mama são dois tipos da doença com alta incidência no Brasil e, normalmente, estão relacionados ao tabagismo, abuso de álcool, sedentarismo, má alimentação e obesidade.

Iniciativas como o Outubro Rosa e o Novembro Azul ganharam força nas últimas décadas e têm o objetivo de chamar atenção para a causa, de modo que mais casos possam ser prevenidos e tenham diagnóstico precoce, o que pode ser determinante para a vida de quem é acometido pela doença.

Para explicar mais sobre o tema e a prevenção dessas doenças, a Revista Agora! conversou com dois especialistas: o mastologista Sandro Prior e o urologista Volney Soares Lima.

COMBATENDO O CÂNCER DE MAMA

Na luta contra o câncer de mama, o diagnóstico precoce é um grande aliado. E, o autoexame, o caminho mais indicado para as mulheres no cuidado e atenção ao aparecimento de qualquer sinal. É o que detalha Sandro Prior, mastologista:

– Além de buscar a descoberta precoce de qualquer anormalidade, o autoexame é uma forma de estimular o protagonismo e a responsabilidade no processo de autocuidado. As mulheres devem se observar e apalpar a região dos seios e axilas de sete a dez dias depois da menstruação. Quando já na menopausa, deve-se eleger um dia específico do mês para esse procedimento. No autoexame não existe uma técnica específica. Recomenda-se que as mamas e axilas sejam exploradas.

Além do autoexame regular, alguns outros aspectos merecem atenção. Sinais como a retração da pele e/ou do mamilo, nódulos ou abaulamentos endurecidos, alterações cutâneas que se assemelham a uma casca de laranja e saída espontânea de secreção sanguinolenta pelo mamilo devem ser levados a um médico para avaliação. “A presença de linfonodo ou gânglio linfático aumentado e endurecido nas axilas também deve ser investigado”, complementa Prior.

De acordo com o Ministério da Saúde, a partir dos 50 anos, mulheres devem se submeter a exames de mamografia. Para pacientes consideradas de alto risco, o rastreio inicia-se aos 35 anos ou dez anos depois do primeiro caso na família. Além da mamografia e ultrassonografia, o uso de ressonância magnética também pode ser feito nessas situações.

Comprovada a doença, o tratamento pode ser baseado em cirurgia, quimioterapia, radioterapia, hormonioterapia ou terapias-alvo. “As cirurgias estão menos agressivas e associadas com técnicas de cirurgia plástica. Em casos diagnosticados precocemente, o avanço da radiologia nos permite abordagens menos mutiladoras. Além dos caminhos para tratamentos já utilizados, muito provavelmente, em breve, será aplicada também a imunoterapia”, explica o mastologista.

Uma crescente conscientização da importância do trabalho interdisciplinar e o resgate da humanização do cuidado vem acontecendo em diversas áreas da medicina, especialmente na oncologia. Assim, além dos tratamentos convencionais, terapias complementares e outras especialidades podem ser, ainda, aplicadas de forma integrativa, como conta Prior:

– Na medicina integrativa, o foco é o ser humano e não a doença. Essa abordagem tem sido cada vez mais utilizada em paralelo ao tratamento convencional. Psicoterapia, nutrição, terapias manuais, terapias mente-corpo (Yoga, Meditação), acupuntura e espiritualidade são alguns exemplos de cuidados e terapias integrativas e complementares que podem ser utilizadas para melhoria da qualidade de vida e diminuição de efeitos colaterais da doença e tratamento.

NA LUTA CONTRA O CÂNCER DE PRÓSTATA

Uma Pesquisa recente realizada pela Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica – Sbc mostrou que, no Brasil, um número significativo de homens (39%) e mulheres (10%) não realiza nenhum exame preventivo. Desse total, uma pessoa em cada cinco (20%) não procura exames por não os achar importantes. São pessoas que acham que uma doença grave nunca irá acometê-las.

Os dados só reforçam a importância de ações que, assim como o Outubro Rosa e Novembro Azul, alertem para a seriedade dessas doenças e conscientizem a população sobre a prevenção e diagnóstico precoce. “Além de salvar vidas, o descobrimento da doença em situação inicial reduz o número de tratamentos e os gastos da sociedade com saúde como um todo, o que poderia ser revertido em outros benefícios à população”, explica Dr. Volney Soares Lima, director da Sbc.

O principal fator de risco para o câncer de próstata é a idade. Com o aumento da expectativa de vida, a tendência é que se observe um aumento da incidência da doença. Por isso, a importância do acompanhamento regular do homem junto ao urologista.

Os principais sintomas do câncer de próstata são dificuldade para urinar, alteração no jato da urina e alteração no hábito urinário (como, por exemplo, acordar várias vezes à noite para urinar). “Em fases mais avançadas da doença podem ocorrer ainda dores óssea e pélvica. No entanto, esses sintomas não ocorrem somente no câncer de próstata, eles podem ocorrer também na prostatite e na hiperplasia prostática benigna, por exemplo. Então, a avaliação de um especialista é fundamental e determinará o tipo de abordagem a ser empregada”, explica o Dr. Soares Lima.

No caso do câncer de próstata, o diagnóstico precoce deve ser feito de forma individualizada. O homem deve ir regularmente (anualmente) ao urologista após os 40/45 anos, principalmente porque é importante a avaliação dos fatores de risco, como, por exemplo, idade e história familiar, etc. “Com essa conduta, médico e paciente discutirão o melhor momento de se realizar exames mais apurados, como o Antígeno Prostático Específico (PSA), por exemplo, e outros procedimentos para possível investigação e detecção”, detalha o urologista.

Já o tratamento depende da fase em que a doença é diagnosticada, como orienta o especialista:

– Em situações em que o câncer está localizado na próstata, os tratamentos mais empregados são a cirurgia e a radioterapia. Em algumas situações, pode-se realizar também uma observação vigilante da doença, na qual o tratamento definitivo é adiado. Para tumores mais volumosos, porém, ainda localizados, muitas vezes, se faz necessário o uso de mais de uma medida, como a cirurgia e a radioterapia, além também do tratamento hormonal. Naqueles casos em que o câncer foi para outros órgãos, as opções de tratamento são várias e devem ser individualizadas. As modalidades de tratamento mais frequentemente são a hormonioterapia, quimioterapia, drogas que agem nos ossos e radioterapia antiálgica.

O câncer de próstata e o câncer de mama são dois tipos da doença com alta incidência no Brasil e, normalmente, estão relacionados ao tabagismo, abuso de álcool, sedentarismo, má alimentação e obesidade.

PRODUTIVIDADE, TRABALHO E FERRAMENTAS PARA UM BOM DESEMPENHO

Você se considera uma pessoa produtiva? Acredita que, no seu dia a dia de trabalho, emprega os melhores recursos para exercer a sua função com primazia? Correspondendo, assim, às expectativas e obrigações com a empresa com a qual é comprometido?

Na perspectiva econômica, produtividade é a relação entre o valor e a quantidade produzida, e os recursos consumidos para a sua produção. Diferente da eficiência, que corresponde a “fazer o mesmo com menos”, a produtividade pressupõe fazer “mais com o mesmo”.

No Brasil, estudos indicam que são necessários cinco trabalhadores para fazer o mesmo serviço que dois ou três do hemisfério norte do globo. Um dado alarmante para o âmbito econômico.

Diversas questões podem contribuir para um baixo desempenho de produtividade. Em estância abrangente, baixo investimento em educação, baixos níveis culturais e de escolaridade e, ainda, sistemas de gestão falhos são considerados a base número um para o problema.

Fatores externos ao indivíduo e relacionados à empresa e ao ambiente de trabalho podem causar improdutividade. Aspectos ligados à gestão e ao andamento do trabalho são potenciais desencadeadores de baixa produtividade.

Problemas de esfera pessoal podem, ainda, impactar na produtividade em ambiente laboral. Questões de nível relacional, de família, matrimoniais, doenças, entre outras, tendem a influenciar indivíduos, que não conseguem estar inteiros para desempenhar funções.

É PRECISO BUSCAR FELICIDADE TAMBÉM NA VIDA PROFISSIONAL

A insatisfação pessoal pode minar a energia da pessoa que, por não estar feliz com a carreira, sofre abatimento. Ao profissional, cabe tentar buscar a consciência do processo que vive, para detectar aquilo que o deixa desmotivado e, consequentemente, improdutivo. É o que acredita Rachel Alvarez, coach executiva e de vida:

– Somente fazendo um exercício de autoconhecimento, descobrindo aquilo que a desmotiva e que reflete em sua produtividade no trabalho, a pessoa poderá encontrar caminhos para lidar melhor com a equação “fatores desencadeadores versus obrigações profissionais”, sanar o problema que o leva à improdutividade e ser feliz, o que, afinal, é o que todos queremos, seja na profissão ou vida pessoal.

SEJA PROATIVO E PRATIQUE BONS HÁBITOS NO TRABALHO

Algumas posturas podem facilitar o aumento da produtividade no ambiente de trabalho. Confira algumas dicas oferecidas por Cláudia Klein, especialista em transformação profissional.

- Planeje antecipadamente na agenda tarefas e compromissos do mês, semana e dias;
- Valorize o simples e se pergunte: Precisa ser assim? Posso fazer de forma mais otimizada?
- Cumpra com o que se comprometeu, reporte com antecedência a necessidade de mais prazo ou peça ajuda;
- Evite se juntar ao grupo dos pessimistas ou do “rádio-corredor”. Fuja da fofoca;
- Avalie os comportamentos no ambiente de trabalho, para não desperdiçar recursos ou atrapalhar os colegas;



- Cuide para não ficar tempo demais no cafezinho e depois “ter que” fazer hora extra;
- Foque no que é importante e não somente naquilo que é urgente;
- Não gaste tempo demais na busca de culpados para desviar da solução do problema;
- Faça pequenos “intervalos” ao longo do dia para descansar o cérebro e aumentar a concentração.



CULTIVAR BONS HÁBITOS E BOAS RELAÇÕES PARA SER MAIS PRODUTIVO

Como dito anteriormente, fatores pessoais podem influenciar a produtividade no trabalho. Muitas situações estão além do controle do indivíduo, mas, buscar cultivar bons relacionamentos interpessoais e ter bons hábitos de vida podem ser ferramentas para evitar o desgaste que abate quem sente o desânimo minar a produtividade.

Algumas práticas podem, se não evitar de todo, prevenir e ajudar aqueles que passam por situações de baixa disposição e evitar a improdutividade. Veja!

- Faça atividades físicas regulares;
- Cuide da sua saúde, faça exames e check-ups e visite o médico periodicamente e de acordo com a frequência indicada para a sua faixa etária;
- Não fume, evite bebidas alcoólicas;
- Alimente-se de maneira saudável;
- Caso sinta-se desmotivado, buscar apoio psicoterápico pode ajudar;
- Tenha um hobby;
- Tem um sonho na gaveta, coloque em prática: volte a estudar, faça cursos. O negócio é colocar o cérebro em atividade e liberando endorfinas;
- Engaje-se em causas sociais. Ajudar os outros pode oferecer novas perspectivas de vida.

INTERNET E REDES SOCIAIS: AS PRINCIPAIS VILÃS DA PRODUTIVIDADE?

Hoje, as redes sociais já são utilizadas para fins profissionais. É unanimidade entre especialistas que elas exercem importante função na condução do trabalho.

É também consenso que o caminho é o diálogo aberto sobre os limites e a criação de códigos que definam as regras da utilização dessas plataformas no expediente e que chamem o funcionário à responsabilidade. “As redes são meios de relacionamento, fontes de informação e de pesquisa, que trazem resultados positivos para o trabalho. A questão é definir regras e limites. As empresas têm que investir em códigos de conduta e campanhas educativas, que orientem os colaboradores a fazer bom uso e garantam a segurança das informações”, defende Klein.

Por sua vez, colaboradores devem se responsabilizar e atentar para o uso maléfico das redes, quando outros diálogos e atividades tiram o foco das tarefas profissionais. Para a coach Rachel Alvarez, é preciso analisar se o cargo que a pessoa exerce demanda o uso constante de seu smartfone ou o acesso a plataformas que não sejam institucionais. Essa reflexão pretende avaliar a conduta individual e definir melhor o uso de redes ou mesmo do celular no expediente:

— As redes sociais e aplicativos têm um grande potencial facilitador, mas, também, de distração. Quando a utilização se faz necessária e beneficia o trabalho, o indivíduo precisa estar ainda mais ciente da responsabilidade de fazer bom uso desses meios.

Para aqueles com dificuldades em controlar o uso, Alvarez sugere simplesmente desligar o celular ou deixá-lo em modo silencioso, na bolsa ou em uma gaveta, estabelecendo pausas e horários para a checagem das mensagens e notificações. “As pessoas automaticamente pensam: ‘e se ocorrer uma emergência?’. Mas, normalmente, quem trabalha em escritório, tem um telefone fixo. É só dar este número para quem você deseja e concentrar-se sem interrupções nas atividades”, aconselha Alvarez.

Conheça o SETOR JURÍDICO

Alocado na matriz Rio de Janeiro, o setor jurídico Araujo Abreu é responsável por orientar e conduzir procedimentos legais e processos trabalhistas judiciais. E não só isso, ainda, a área coordena e atua em conjunto com escritórios de advocacia terceirizados, principalmente nos segmentos de direito civil e tributário, que dão apoio à Araujo Abreu nas mais diversas demandas legais.

Hoje, a Revista Agora! apresenta o setor e as colaboradoras da matriz, responsáveis pela condução do jurídico.



CLÁUDIA COUTINHO
Advogada

“Trabalhar na Araujo Abreu como advogada é um sonho realizado. Nesta empresa que tanto admiro, me realizei profissionalmente, criei a minha filha e fiz muitas amizades.

Me formei e, depois de alguns anos, fui trabalhar em um escritório que prestava serviços para a Araujo Abreu em 1987. Em 1993, logo depois que saí do escritório, fui convidada para trabalhar na aqui.

Tenho total liberdade e a confiança de todos para tomar as decisões pertinentes aos processos; conheço as atividades da empresa há mais de 30 anos. O Jurídico é um dos departamentos com maior permeabilidade dentro de uma companhia, pois faz interface com diversas áreas. Lidamos com todos os setores.

Aqui, aprendi a trabalhar em equipe, respeitar a opinião dos colegas, já que compartilhamos informações e responsabilidades. Na Araujo Abreu, as pessoas trabalham com prazer. Temos uma boa comunicação, uma convivência muito agradável. Por isso, os colaboradores “vestem a camisa” e amam o que fazem.”



ROBERTA DE PAULA
Assistente Administrativa

“A Araujo Abreu me concedeu a oportunidade de trabalhar em minha área, atuando com direito trabalhista. Tenho aprendido muito e me esforçado a cada dia para auxiliar a empresa na seara dos direitos trabalhistas e em onde for preciso.

Como todas as funções estão inter-relacionadas, buscamos atuar em conjunto, a fim de que as demandas possam ser dirimidas com maior rapidez. E isso demonstra ainda mais como as pessoas com quem trabalhamos são importantes e por que devemos cativar o bom relacionamento para o andamento das tarefas.

Tenho orgulho em trabalhar no setor jurídico desta grande empresa. Sinto-me realizada pela transparência e solidez da Araujo Abreu no mercado, além de valorizar o respeito que tem a colaboradores e clientes.”

Empresa e colaboradores se unem para ajudar a quem precisa

Além da função econômica, comercial e o compromisso em empregar pessoas, empresas também devem exercer o seu papel social. No esforço de cultivar esse valor na matriz e filiais Brasil afora, a Araujo Abreu sente, hoje, a sensação de dever cumprido. E, mais, sente orgulho de seus colaboradores que, por diversas vezes, inclusive já relatadas em edições da Revista Agora!, por ações próprias ou por iniciativas que possibilitaram a empresa engajar-se ainda mais em causas sociais, ajudaram a quem precisa.

O exemplo mais recente aconteceu em Belo Horizonte (MG). No último mês de junho, a filial Minas Gerais/Espírito Santo realizou a Semana de Prevenção Interna de Acidentes de Trabalho (Sipat), que não só cumpriu o papel de abordar a segurança, saúde e bem-estar do trabalho por meio de palestras e treinamentos, como reuniu e doou a duas instituições mais de 400kg de alimentos não perecíveis.

A Revista Agora! abre espaço nesta edição para falar da iniciativa de seus colaboradores, mas, também, das instituições mineiras que foram beneficiadas pelas doações e garantir que mais pessoas possam conhecer o trabalho que desenvolvem e, assim, ajudar ainda mais!

LAR DOS IDOSOS NOSSA SENHORA DA SAÚDE DA SOCIEDADE DE SÃO VICENTE DE PAULO

Com capacidade para atender até 20 idosos, o local, hoje, possui 17 moradores, nove mulheres e 8 homens. “O acolhimento na instituição é na modalidade casa-lar. A principal característica é o acolhimento de idosos lúcidos e independentes em suas atividades de vida diária e instrumentais e que estejam sofrendo violação de direitos”, explica Raphaela Faustino, coordenadora da instituição.

O lar foi indicado para ser beneficiado pelas doações da Sipat BH por Carlito Lopes, coordenador de manutenção da filial, que contribui mensalmente com a instituição.

A Casa recebe moradores a partir dos 60 anos, desde que sejam residentes de Belo Horizonte e se encaixem no perfil institucional de acolhimento, que abriga idosos em real quadro de vulnerabilidade social.

Além da doação direta de itens e produtos, é possível doar por meio de depósito na conta bancária do Lar de Idosos (Itaú - CC: 05761-8 / AG: 6894). Para aqueles que moram na região, é possível fazer a doação direto na casa-lar. Quem oferece mais detalhes é a coordenadora Raphaela:

– Os itens que a instituição precisa, além de alimentos, são os mais usados no dia a dia: desinfetante, sabão em pó, chás (camomila,



Voluntários da Espalhe Amor em mais um dia de ação: lanches para quem precisa

hortelã, capim cidreira), amaciante, detergente, sabonete líquido, fraldas geriátricas, adoçante, papel higiênico, desodorante, copo descartável de 200ml, margarina, pó de café, luvas de procedimento, toucas descartáveis, gaze, esparadrapo.

PROJETO ESPALHE AMOR

Indicado pela auxiliar-administrativa Gabrielle Paz, que participa do projeto, a instituição Espalhe Amor faz literalmente o que carrega no nome: espalha amor de diversas maneiras e, principalmente, onde mais as pessoas precisam.

O grupo de 50 voluntários realiza ações em comunidades, na periferia, com pessoas em situação de rua, asilos e outros locais. Eles visitam diferentes localidades, oferecendo lanches, alimentos, produtos de higiene básica e cuidados com a saúde, além de oferecer atenção e amor, como conta Laura Cirino, uma das fundadoras da ação social:

– O projeto começou há três anos, quando eu e Lourrany Dias, mãe assim como eu e incomodada com a situação em que milhões de pessoas vivem no desamparo, fundamos a Espalhe Amor.

Além de visitar localidades menos abastadas em Belo Horizonte, o projeto visita regularmente as Unidades de Pronto Atendimento (UPAs), levando lanches àqueles que aguardam em longas filas por atendimento, muitas vezes, sem ter comido qualquer coisa naquele dia.

Ainda, o Espalhe Amor organiza cestas básicas mensalmente para famílias que precisam dessa ajuda. Os alimentos doados pela filial BH foram destinados a essas doações, chegando à mesa para ajudar muitas famílias. É o que conta Gabrielle:

– Fiquei muito feliz em intermediar a ajuda da Araujo Abreu junto ao projeto. O pouco se torna muito quando nos unimos em prol do bem aos que necessitam. Por meio da ação da Araujo Abreu em abrir espaço para a arrecadação na Sipat, conseguimos distribuir diversas cestas básicas para pessoas carentes da comunidade Ressaca, e com certeza essas pessoas serão imensamente gratas pela ajuda.

Para quem quiser conhecer o projeto, o grupo divulga as ações futuras por meio do Instagram (@projeto_espalheamor). Quem quiser ajudar pode enviar, ainda, e-mail para: projetoespalheamor@outlook.com.



Ricardo, o pai e a irmã

Pai e filho

quando o trabalho promove reencontros

É dia de semana. Mais um dia como os outros. Você acorda, se prepara para o trabalho... E mal sabe que será hoje o dia em que você, por acaso, em uma atividade profissional, vai reencontrar o seu pai, com quem não tinha contato desde um ano de idade. Parece história de filme, não é mesmo? Mas foi real, e aconteceu com Ricardo Andrade de Oliveira, supervisor na Araujo Abreu Rio de Janeiro, quando, em uma visita técnica pela empresa, descobriu que quem o recebia profissionalmente era o seu pai.

Aos 29 anos, o estudante de engenharia elétrica não imaginava passar por tamanha surpresa. Criado pela mãe e pelos avós maternos, o rapaz teve no avô a figura paterna. E, a mãe, Maria Lúcia, não costumava falar muito sobre o pai de Ricardo.

Claro que jovem pensava em um dia conhecer o pai, tinha curiosidade. Mas não sabia que o acaso (ou destino) agiria de uma forma tão peculiar. “Eu estava trabalhando em processos de licitação para a Araujo Abreu no primeiro semestre deste ano. O meu setor precisaria realizar uma série de visitas técnicas em hospitais. Eu e um colega de trabalho dividimos a lista entre nós. Eram 40 hospitais. Escolhi 20 mais próximos à minha casa, pois, conhecendo a região ficaria mais fácil encontrar as instituições”, conta Oliveira.

O profissional realizou a visita técnica que, ao final, requeria a assinatura de um responsável pelo hospital. Foi por esse portal que o passado entrou, como relembra Ricardo Oliveira:

– Depois que finalizei as anotações técnicas, um funcionário do hospital me direcionou a um encarregado da instituição, de modo que eu colhesse a assinatura para concluir a visitação. Entreguei o papel à pessoa que me recebeu e notei que se instaurou um clima estranho no ar. Não entendi muito bem, e o responsável pediu minha identidade. Achei que era um procedimento padrão. Quando leu meus dados no registro civil, os olhos dele se encheram de lágrimas, e perguntou se podia me abraçar, porque ele era meu pai.

Passado o susto inicial, pai, Francisco Andrade de Oliveira, e filho foram, naquele momento, tomar um café para se conhecerem e colocarem as ideias em prumo novamente. “Foi uma surpresa muito grande. Até agora, acho que não assimilei totalmente. Meus pais se separaram quando minha mãe ainda estava grávida. E, depois que nasci, apesar das tentativas de reaproximação, meu pai decidiu se afastar definitivamente, pois eles não conseguiam se acertar”, relata Ricardo.

De lá para cá, pai e filho já se encontraram algumas vezes. Estão se conhecendo, tentando retomar o contato. Já Francisco relata que se arrepende de ter se afastado e reconhece que foi a covardia que o impediu de acompanhar o crescimento do filho.

Mas os encontros não pararam por aí. Ricardo também descobriu que tem uma irmã, fruto de outro relacionamento do pai, após a separação de sua mãe:

– Minha irmã tem 23 anos, mora perto de mim. Nos conhecemos logo depois que reencontrei meu pai. Ficamos muito amigos,

falamos no WhatsApp frequentemente, nos emocionamos muito quando nos conhecemos e apresentei ela a minha namorada, Camila. A Helena, que sabia da minha existência, mas não sabia por onde começar a procurar, conta que sempre quis me conhecer. Hoje, ela acaba sendo um elo entre mim e o meu pai, já que não o conheço bem ainda. É por meio dela que sei de histórias, do tipo de pessoa que ele é, de como exerce a paternidade, etc – finaliza o rapaz, que, agora, pretende, sim, ter o pai mais presente em sua vida e fazer parte da vida de Francisco, mas aos poucos, sem pressa, dando tempo ao tempo.

NOTÍCIAS

RJ: CAPACITAÇÃO PARA EQUIPAMENTOS DE AR CONDICIONADO VRF

Aconteceu, na matriz Rio de Janeiro, no fim de junho, um curso de capacitação em equipamentos de ar condicionado do tipo VRF - sistema de fluxo de gás refrigerante variável que liga diversas evaporadoras a uma condensadora.

Ministrado por profissionais da Midea/Carrier, a atividade teve o objetivo de orientar, qualificar e oferecer aos profissionais Araujo Abreu conhecimentos ainda mais aprofundados para a instalação e manutenção deste tipo de equipamento. O curso teve duração de três dias e carga horária total de 21 horas, divididas entre teoria e prática.

A tecnologia VRF tem presença crescente no mercado e possui diversas características específicas, diferentes das máquinas que eram comumente utilizadas. A Araujo Abreu busca investir em seus colaboradores e nos serviços que oferece. Para tal, acompanha novas vertentes e tendências do mercado, proporcionando capacitação e aprimoramento de ponta aos seus profissionais.

BH E ES REALIZAM SIPAT 2018

Sob o lema “Ambiente seguro, trabalhador saudável”, aconteceu, entre os dias 11 e 15 de junho, a Semana de Prevenção Interna de Acidentes de Trabalho (Sipat) da filial Belo Horizonte, Minas Gerais/Espírito Santo.

Com a participação de aproximadamente 200 funcionários, a atividade ofereceu palestras e treinamentos ligados à saúde, segurança e bem-estar em ambiente de trabalho. Temas como stress no trabalho, alimentação saudável, saúde do homem e da mulher, DST's e drogas lícitas e ilícitas foram abordados durante a programação. Ainda, palestras sobre ergonomia, prevenção de incêndios e segurança no trânsito também tiveram vez.

Como parte das atividades de enfoque na convivência e entrosamento de colaboradores, uma gincana com a temática segurança do trabalho foi realizada. Jogos educativos, tarefas surpresa e, ao final, o “Show da Segurança”, um jogo de perguntas e respostas, encerrou a dinâmica de forma lúdica.

Também houve arrecadação de alimentos para a doação a instituições sem fins lucrativos. Quase 450kg de produtos foram arrecadados.

Colaboradores das filiais BG e ES durante palestra sobre segurança do trabalho



PARABÉNS PELO SEU DIA!

27 DE NOVEMBRO

**DIA DO TÉCNICO
DE SEGURANÇA
DO TRABALHO**



ARAUJO ADREU

www.araujoabreu.com.br