



3 **COZINHA
BRASIL:**
Aprenda a
receita do Leite
Condensado
Rápido

11 **ENTREVISTA:**
Presidente da
ABQV fala sobre
qualidade de vida

14 **SEGURANÇA:**
Curso gratuito para
formação de cipeiros

Ano 5 - n.º 16
Goiania,
Jan/Mar 2010

viva sesi

EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

Conhecimento cada vez mais acessível



SESI EDUCA

O PORTAL DE EDUCAÇÃO DO SESI. PORQUE QUEM ESTUDA...

O QUE É CURSOS MATRICULE-SE

**TESTE SEUS
CONHECIMENTOS**

Este é o lugar certo para quem decidiu que quer estudar! O teste seus conhecimentos traz questões sobre disciplinas dos ensinos Médio e Fundamental. Você responde o que souber e, pelo resultado, descobre conteúdos precisos para estudar.

TESTAR COMEÇAR CURSOS

Susam Waiard, aluna de EaD do Sesi: alternativa para conciliar estudo e trabalho

SESI Qualidade

Prêmio Sesi Qualidade da Educação tem o Brasil no Brasil a partir da escola. Participe

com o Sesi. O Sesi é o melhor caminho para a educação de qualidade.

Editorial

BOM EM 2009, MELHOR EM 2010

A realidade já era positiva. Em menos de um ano, o Sesi Goiás deu um salto em termos de EaD (Educação a Distância), organizando a infraestrutura básica, capacitando tutores e desenvolvendo oito polos voltados para educação continuada, com 5.243 matrículas em 2009.

O bom está ficando melhor, porque 2010 começou com 1.132 matrículas, em dez cursos de educação continuada, e as providências para oferta de mais três: Filosofia, Sociologia e Sistemas Integrados de Gestão, ministrados na modalidade EaD como ferramenta de apoio aos cursos presenciais do Ensino Médio Articulado, na parceria com o Senai, que reúne educação básica e qualificação profissional.

Não é preciso dizer que a EaD, no Brasil, cresce em credibilidade e ganha espaço em todos os níveis de educação. Segundo o Ministério da Educação, em dezembro de 2009, havia no País 856 mil alunos matriculados em 163

instituições credenciadas a trabalhar com essa ferramenta de ensino de extraordinários resultados, que utiliza a internet como mediador entre aluno e professor. É uma interação assegurada por recursos como teleconferências, chats, fóruns de discussão, plataformas virtuais e acompanhamento dos tutores, atendendo à demanda crescente com flexibilidade de horários e espaço físico. Uma estratégia que promove o conhecimento independentemente das situações do ensino presencial que ocorrem em sala de aula. Um aprendizado que se processa interagindo com materiais de ensino, professores distantes, colegas, amigos, comunidade e o meio ambiente. Quem quer aprender não precisa ir à fonte do conhecimento, quando a tecnologia lhe permite receber o conhecimento, confortavelmente, no lugar onde se encontra.

Bons resultados ante desafios difíceis podem ser obtidos também com iniciativas simples. O Sesi Goiás coloca à disposição das indústrias mais um serviço na área de saúde e segurança do trabalho: o curso de formação para membros da Cipa (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes, exigência legal), visando à capacitação de pessoal para prevenir acidentes

e doenças ocupacionais nas empresas. É gratuito e oferece material pedagógico atualizado, produzido por especialistas. As indústrias interessadas devem solicitar o curso à unidade do Sesi mais próxima. A previsão é de formação, este ano, de 1.100 cipeiros.


Outros temas, igualmente importantes para trabalhadores, empresas e a comunidade estão nesta edição da **Viva Sesi**.

Veja o leitor, por exemplo, as vantagens do trabalhador planejar sua família, a campeã mundial de karatê que integra a equipe do Sesi Jaiara, em Anápolis, e como o programa Atleta do Futuro contribui para formação integral do aluno.



Paulo Afonso Ferreira,
Presidente da Fieg
e Diretor Regional
do Sesi

vivasesi



Revista de divulgação do Sesi de Goiás, publicação da Assessoria de Comunicação Institucional do Sistema Fieg

Av. Araguaia, nº 1.544, Edifício Albano Franco, Casa da Indústria
Vila Nova - Goiânia-GO - CEP 74645-070
Fone: (62) 3219-1300 / Fax: (62) 3223-9913
www.sesigo.org.br
e-mail: ascom@sistemafieg.org.br

Assessor de Comunicação Institucional do Sistema Fieg: Geraldo Neto
Edição: Dehovan Lima
Reportagens: Débora Orsida e Isaura Carrijo
Projeto Gráfico: Clarim Comunicação (clarimcomunicacao@gmail.com)
Diagramação: Thatyane Mendonça
Fotos: Sílvio Simões e Sérgio Araújo
Tiragem: 7 mil exemplares

Cozinha Brasil

LEITE CONDENSADO RÁPIDO

INGREDIENTES

½ xícara (chá) de água morna
 1 xícara (chá) de açúcar
 1 xícara (chá) de leite em pó

Valor calórico da porção: 83,04 kcal
Tempo de preparo: 15 minutos

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador a água e o açúcar por 5 minutos. Acrescente o leite em pó e bata por mais alguns minutos. Coloque em um recipiente plástico e conserve em geladeira. **Dica:** Rico em cálcio.



Viva Bem

ALIMENTAÇÃO RICA EM FIBRAS TRAZ BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE

As fibras compõem a estrutura dos alimentos de origem vegetal e, quando ingeridas com frequência, podem proporcionar inúmeros benefícios ao funcionamento do organismo humano. Basicamente, elas são divididas em dois grupos: as solúveis, que ajudam a controlar os níveis de glicose e colesterol, e as insolúveis, responsáveis pelo bom funcionamento do intestino. Uma das principais vantagens do uso das fibras está relacionada à prevenção de doenças cardiovasculares, em decorrência da redução do mau colesterol.

Sensação de saciedade e melhoria do trânsito intestinal são outros aspectos positivos da ingestão de fibras nas refeições. Importantes para a saúde, as fibras se diferenciam dos outros componentes por uma razão: elas não possuem nenhum valor nutritivo ou energético e nem são digeridas ou absorvidas pelo corpo humano, embora facilitem a assimilação de vários outros nutrientes.

- Fibras insolúveis: farinha de trigo integral, farelo de trigo, nozes e vegetais.
- Fibras solúveis: aveias, ervilhas, feijões, maçãs, frutas cítricas, cenouras e cevada.





Campeonato Centro-Oeste de Karatê Interestilos: atletas participam de seletiva para Mundial

KARATÊ INTERESTILOS

- Delegação de 27 atletas do Sesi Jaiara, de Anápolis, participou do Campeonato Centro-Oeste de Karatê Interestilos 2010, realizado em março no Sesc Façalville, em Goiânia. No grupo, Biancariny Ribeiro, campeã mundial na categoria 13 e 14 anos, João Pedro Diniz e Castro, campeão pan-americano na categoria de 9 a 10 anos, e José Félix, campeão brasileiro 2009 na categoria adulto.

SEGURANÇA

- Sesi Goiás realizou no mês de março treinamento gratuito de Cipa para funcionários da indústria Jales Machado, localizada em Goianésia. Ao todo, 23 colaboradores receberam capacitação, destinada a atender à exigência determinada às empresas pelo Ministério do Trabalho.

DIA DE COMBATE À TUBERCULOSE

- A equipe de Saúde do Sesi realizou em Aparecida de Goiânia, no Dia Mundial de Combate à Tuberculose (24 de março), palestra educativa para informar a população sobre a importância do tratamento da

tuberculose, feito gratuitamente.

A iniciativa visa alertar portadores da doença sobre o fato de que a continuidade no tratamento representa fator essencial para a cura.



Dia Mundial de Combate à Tuberculose: campanha em Aparecida de Goiânia

JOGOS MITSUBISHI

- Espírito esportivo e determinação marcaram as disputas dos Jogos da Mitsubishi, evento realizado no mês de março na unidade do Sesi em Catalão. Cerca de 600 trabalhadores atletas participaram dos jogos em 13 diferentes categorias.

QUALIDADE DE VIDA

- A Casa da Indústria foi sede da terceira edição da Jornada Centro-Oeste de Qualidade de Vida, promovida pela Associação Brasileira de Qualidade de Vida (ABQV) em parceria com o Sesi Goiás. Cerca de 200 pessoas estiveram no evento, destinado a atualizar profissionais que atuam na área.



Jornada Centro-Oeste de Qualidade de Vida: promoção do bem-estar

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

- O Cozinha Brasil realizou, em fevereiro, palestra na indústria farmacêutica Gênix, de Anápolis. Na ocasião, os funcionários foram instruídos sobre os benefícios da soja para a alimentação. A palestra faz parte do projeto de educação alimentar implantado pela empresa.

CAPACITAÇÃO DE PROFESSORES

- Mais de 100 professores do Sesi Goiás participaram este ano de capacitação voltada para o incremento da Educação Básica e Profissionalizante (Ebeb) no Estado. Eles integram quadro de docentes das unidades de Goiânia, Anápolis, Aparecida de Goiânia, Catalão, Rio Verde, Itumbiara, Minaçu e Niquelândia.

Notável



Curso de capacitação: Sesi promove atualização de conhecimentos para professores do Ensino Básico e Articulado

PSQE ABRE INSCRIÇÕES

- Estão abertas as inscrições ao Prêmio Sesi Qualidade na Educação (PSQE). Escolas interessadas em participar podem se inscrever até o dia 15 de

maio. O regulamento já está disponível no site www.sesigo.org.br. O prêmio, em parceria com a Unesco e o Movimento Todos pela Educação, busca estimular a melhoria da educação básica no País a partir da escola.

OLIMPÍADAS DE MATEMÁTICA

- Aluno do Sesi Jundiá, de Anápolis, Eugênio Gabriel Custódio Solino conquistou medalha de bronze na 5ª Olimpíada Brasileira de Matemática das Escolas Públicas (OBMEP) 2009. Ele concorreu com estudantes de mais de 43.800 escolas de todo o País.

Também do Sesi Jundiá, Igor Lima Sebastião, Paula Renata dos Santos e Thiago Emanuell Vieira Moura receberam menção honrosa na competição, criada para motivar

o estudo da matemática, além de identificar e orientar novos talentos.

DENGUE (1)

- Cerca de 300 alunos do Programa Atleta do Futuro (PAF) participaram de evento de combate à dengue, realizado no Sesi Clube Antônio Ferreira Pacheco, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde. Na oportunidade, os alunos, de 7 a 17 anos, assistiram a palestras educativas sobre prevenção e participaram de um mutirão de limpeza pelo clube.

DENGUE (2)

- Dando continuidade às ações de prevenção contra a dengue, o Sesi Goiás distribuiu à população de Aparecida de Goiânia panfletos com orientações sobre como identificar e eliminar os focos do *Aedes aegypti*.



Alunos do Sesi participam de campanha contra a dengue: mobilização



Educação a distância

Internet - http://www

File Edit View History Bookmarks Tools Help



http://www

EAD DO SESI,



Susam Waiard,
aluna da EaD do
Sesi: escolha
influenciada pela
comodidade



CONHECIMENTO A UM CLIQUE



Page ▼

Com o desafio de contribuir para o desenvolvimento educacional e pessoal do trabalhador da indústria e capacitá-lo para a melhoria na execução de suas atividades profissionais, o Sesi Goiás iniciou, em 2009, a implementação da Educação a Distância (EaD). A modalidade de ensino conquista cada vez mais credibilidade e ganha espaço entre todos os níveis da educação. Segundo dados divulgados pelo Ministério da Educação, até dezembro de 2009, havia no País 856 mil alunos matriculados em 163 instituições credenciadas para oferecer cursos de graduação em nível superior.

Em menos de um ano, a instituição do Sistema Fieg deu um salto no projeto, organizou a infraestrutura básica, capacitou tutores e desenvolveu oito polos de EaD voltados para educação continuada.

Em meio ao avanço da modalidade no País, o Sesi Goiás incrementa sua oferta no Estado ao oferecer cursos de interesse estratégico para os diferentes níveis e modalidades da educação. É dessa forma que o Núcleo de EaD do Sesi tem caminhado rumo à ampliação do projeto com os cursos a distância voltados para desenvolvimento de competências transversais.

O Sesi, que realizou 5.243 matrículas no ano de 2009 e 1.132 matrículas desde o começo deste ano nos dez cursos de educação continuada, pretende ampliar a oferta. Ainda em 2010, serão criados os cursos de Filosofia, Sociologia e Sistemas Integrados de Gestão, que serão ministrados na modalidade EaD como ferramenta de apoio aos cursos presenciais do Ensino Médio Articulado,

projeto em parceria com o Senai que une educação básica e qualificação profissional.

Para a gerente de Tecnologia e Inovação do Sesi, Cristiane Neves, a flexibilidade é um dos principais facilitadores do aprendizado na EaD. Ela lembra que os alunos têm oportunidade de assistir aulas sob medida para suas necessidades.

Cristiane salienta ainda que a nova modalidade exige cumprimento de prazos e comprometimento por parte do aluno. “Todo estudante pode tirar benefício da EaD, no entanto ele precisa ser assíduo e disciplinado para não acumular conteúdo.”

TECNOLOGIAS FACILITAM AQUISIÇÃO DE CONHECIMENTO

Um dos aspectos mais importantes da Educação a Distância está relacionado à utilização da tecnologia como elemento mediador entre aluno e professor. A interação é assegurada por meio de recursos como teleconferências, chats, fóruns de discussão, plataformas virtuais e acompanhamento dos tutores. Essa metodologia, que tem como foco principal o processo ensino-aprendizagem, atende à demanda por flexibilidade de horários e espaço físico ao romper com as barreiras temporais e geográficas por meio da tecnologia.

Casada e mãe de duas crianças, Susam Waiard viu na EaD uma alternativa para conciliar as atividades diárias com o estudo contínuo. A estudante, que também cursa pedagogia na Universidade Estadual de Goiás, se desdobra diariamente entre os papéis de mãe, esposa e aluna

e ainda encontra tempo para se dedicar aos cursos do Sesi. Susam diz que sua escolha foi influenciada, sobretudo, pela comodidade. “Escolhi a EaD porque posso cursar em casa e, ao mesmo tempo, estar próxima de minha família. Dessa forma a gente acaba escolhendo os horários de estudo e isso é muito bom.”

A opinião é de alguém que já concluiu seis cursos pelo portal Sesi Educa desde 2009 e que, aos poucos, reforçou a confiança na nova modalidade. “Sempre fiz cursos presenciais, mas tinha medo de fazer cursos a distância.

SUPERAR A EVASÃO AINDA É O MAIOR DESAFIO DA EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

Professor há dois anos e meio em cursos a distância, Deivid de Oliveira Silva é categórico ao afirmar. “A evasão ainda é o maior desafio da EaD.” Colaborador do Sesi Jundiá, em Anápolis, o professor e tutor afirma que muitos alunos ainda precisam se adequar ao perfil cobrado pela modalidade de ensino.

Levantamento realizado pela Associação Brasileira de Educação a Distância (ABED), em parceria com a Fundação Getúlio Vargas (FGV) e Secretaria de Educação a Distância do Ministério da Educação, dá sustentação à opinião do professor ao indicar que o controle da evasão tem sido o principal problema enfrentado pela EaD nos dias de hoje.



Deivid Silva: "Evasão ainda é o maior desafio da EaD"

Os dados apontam índice de 18,5% de evasão, em relação ao número de alunos matriculados no ano de 2008 nas 129 instituições que ofereciam cursos livres, de menor duração e cursos credenciados para graduação e pós-graduação. Deivid de Oliveira acredita que o sucesso da modalidade está estreitamente ligado à mudança do perfil do aluno. “Acredito que o maior desafio seja o fato de, em um grande número de casos, o aluno matriculado na modalidade EaD não estar preparado para laborar com a autonomia e responsabilidade que a modalidade exige.”

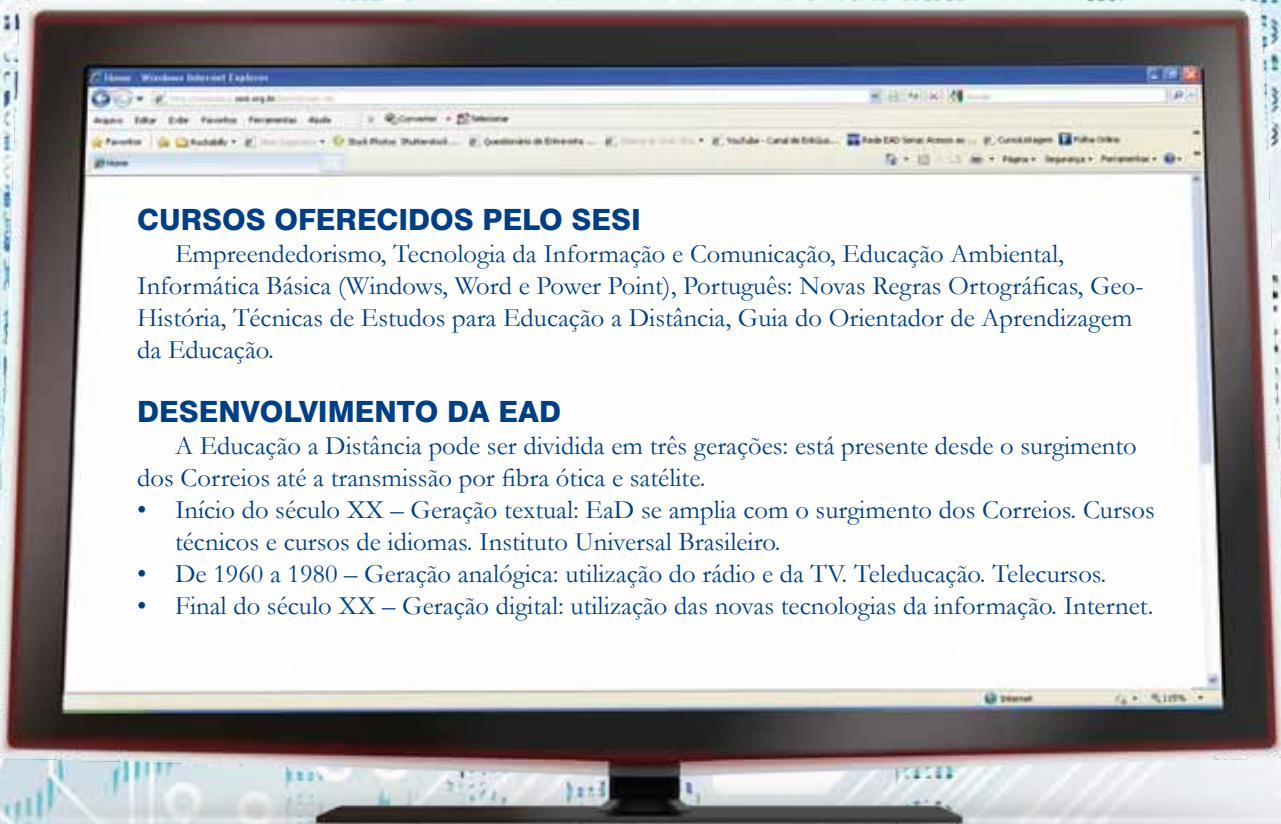
CURSOS OFERECIDOS PELO SESI

Empreendedorismo, Tecnologia da Informação e Comunicação, Educação Ambiental, Informática Básica (Windows, Word e Power Point), Português: Novas Regras Ortográficas, Geo-História, Técnicas de Estudos para Educação a Distância, Guia do Orientador de Aprendizagem da Educação.

DESENVOLVIMENTO DA EAD

A Educação a Distância pode ser dividida em três gerações: está presente desde o surgimento dos Correios até a transmissão por fibra ótica e satélite.

- Início do século XX – Geração textual: EaD se amplia com o surgimento dos Correios. Cursos técnicos e cursos de idiomas. Instituto Universal Brasileiro.
- De 1960 a 1980 – Geração analógica: utilização do rádio e da TV. Teleducação. Telecursos.
- Final do século XX – Geração digital: utilização das novas tecnologias da informação. Internet.



Responsabilidade Social

PLANEJAR O FUTURO DA FAMÍLIA É PRECISO

Muito além do senso comum, planejamento familiar não diz respeito apenas à quantidade de filhos que cada casal deve ter, mas, sobretudo, à estrutura inicial que a família deve adotar para alcançar uma vida futura estável e tranquila. Essa é a ideia básica que o Sesi Goiás quer difundir entre trabalhadores da indústria e seus dependentes por meio do programa Planejando o Futuro da Família, que será lançado em abril.

A ação, coordenada pelo Núcleo de Responsabilidade Social, consta de palestras educativas cujo conteúdo busca assegurar ao trabalhador o direito de exercer plenamente sua cidadania de forma ordenada e responsável.

Por meio de linguagem didática e acessível, o novo programa do Sesi irá oferecer às empresas e seus trabalhadores oportunidade de abordar assuntos que afetam a construção da família, seja de forma direta ou indireta, e que estão relacionados à educação, saúde, bem como à difusão de valores éticos e morais.

Assessora técnica do Núcleo de Responsabilidade Social do Sesi, Solange Queija de Siqueira salienta a importância das empresas exercitarem a responsabilidade social ao oferecerem esclarecimentos a seus funcionários. “Com esse trabalho, o Sesi Goiás tem o objetivo de auxiliar a empresa no repasse de informações que possam contribuir para melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores.”



EXTRA

Dados da Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher, divulgada em 2006, revelaram que, do total de nascimentos ocorridos nos cinco anos anterior, 54% haviam sido planejados, 28% eram desejados para mais tarde e 18% eram indesejados.

Financiada pelo Ministério da Saúde e coordenada pelo Centro Brasileiro de Análise e Planejamento (Cebrap), a pesquisa indicou que a elevação no número de nascimentos planejados, em relação ao levantamento anterior, realizado em 1996, está ligada à disseminação do uso de métodos contraceptivos entre a população.

No entanto, o número de nascimentos não planejados revelou outro dado preocupante. Apesar de circularem com frequência cada vez maior, as informações sobre contracepção ainda não atingem todos os segmentos da sociedade de forma homogênea, segundo indica o levantamento.

Esporte

ATLETA DO FUTURO CONTRIBUI PARA FORMAÇÃO INTEGRAL DO ALUNO

Professores e coordenadores do Programa Atleta do Futuro (PAF) do Sesi Goiás receberão, a partir de abril, capacitação por profissional de área de psicologia. A novidade visa fortalecer a didática do PAF, imprimindo maior qualidade aos serviços oferecidos aos quase 10 mil alunos participantes do projeto de desenvolvimento esportivo, lançado há apenas dois anos no Estado.

Coordenadora do Atleta do Futuro no Sesi Jaiara, em Anápolis, a professora Maysa Botosso salienta a importância da capacitação ao lembrar que o programa não tem apenas função de ensinar, mas de formar cidadãos conscientes de seu papel na sociedade. “A capacitação vai contribuir para auxiliar os professores a explorarem melhor temas relacionados a ética, meio ambiente, saúde mental, sexualidade, além de outros temas transversais.”

A psicóloga Alline Ferreira reitera a opinião da

professora e explica que o objetivo do serviço não é o de prestar atendimento clínico individual e sim trabalhar em conjunto visando ao bem-estar dos participantes. “Professores e coordenadores precisam desenvolver maior segurança ao manejar os conflitos dos alunos, pois eles são os mediadores do desenvolvimento social das crianças.”

Participantes do Atleta do Futuro, Lais Isabele Batista Lima, de 10 anos, e Thulio Estefano, de 11, receberão os benefícios do atendimento durante as atividades. Thulio, que está no programa há três anos, conta que os professores observam de perto o cumprimento das tarefas e sempre orientam ao cobrar capricho e dedicação dos alunos, não apenas no esporte, mas também na convivência diária. “A gente sempre aprende muito e os professores pegam no pé pra gente se comportar direitinho”, confessa.

PROGRAMA ATLETA DO FUTURO

Lançado pelo Sesi Goiás em março de 2008, o projeto Atleta do Futuro já apresenta resultados promissores dentro de seu objetivo, de criar uma estrutura de suporte ao aluno desde os primeiros anos de atividade esportiva.

Disponível em todas as unidades da instituição e tendo 22 indústrias como parceiras no Estado, o programa atende atualmente 9.980 crianças e adolescentes de 7 a 17 anos, que recebem treinamento nas modalidades de natação, futsal, voleibol, basquete, handebol, atletismo, tênis de campo, tênis de mesa, dança, capoeira e judô. A expectativa para o ano de 2010 é de expandir o atendimento para 11.130 alunos.

Thulio Estefano, 11 anos, e Lais Isabele, 10, participantes do Programa Atleta do Futuro do Sesi



TRABALHADOR SAUDÁVEL CONSTITUI-SE EM PODEROSO ELEMENTO DE COMPETITIVIDADE. A OPINIÃO É DO PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE QUALIDADE DE VIDA (ABQV), ALBERTO JOSÉ NIITUMA OGATA, QUE ESTEVE EM GOIÂNIA PARA PARTICIPAR DA 3ª JORNADA CENTRO-OESTE DE QUALIDADE DE VIDA, NA CASA DA INDÚSTRIA. EM ENTREVISTA À **VIVA SESI**, ELE MOSTRA QUE ADOTAR ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL É MAIS SIMPLES DO QUE MUITAS PESSOAS IMAGINAM.



Alberto José Niituma Ogata

médico, diretor titular adjunto de responsabilidade social da Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (Fiesp), presidente da Associação Brasileira de Qualidade de Vida (ABQV) e autor dos livros *Wellness* e *Guia Prático de Qualidade de Vida*, publicados pela Editora Campus Elsevier.

Trabalhador saudável, empresa competitiva

Adotar estilo de vida saudável é privilégio de quem tem boas condições financeiras?

Não. O estilo de vida saudável depende de boas escolhas e menos de recursos financeiros. É possível caminhar para ir ao trabalho, comer mais frutas e vegetais, passear com o cachorro e ter momentos de relaxamento sem gastar muito. As pessoas devem entender que o estilo de vida saudável é importante não somente para prevenir doenças, mas também para ter mais qualidade no dia-a-dia.

Como sobreviver na sociedade contemporânea levando uma vida mais saudável?

Por incrível que pareça, as pessoas insistem em manter um estilo de vida não saudável mesmo sabendo dos prejuízos de uma rotina desequilibrada. Tudo começa pela nossa atitude. É fundamental que tenhamos um tempo para nosso cuidado e desenvolvimento pessoal.

Devemos reservar parte do nosso dia para atividades que criam condições para uma vida melhor. Abrir espaço em nossa agenda para realizar atividade física, ligar para os amigos ou olhar o por-do-sol fará toda diferença.

A quem atribuir a responsabilidade pela difusão do bem-estar?

Viver bem é uma aspiração de todas as pessoas. Todos nós devemos buscar a felicidade, a partir de nossas convicções, aspirações e desejos. A empresa pode colaborar com o bem-estar do profissional oferecendo ambiente de trabalho saudável e motivando-o a cuidar de sua saúde.

Por que as empresas devem investir em qualidade de vida, já que esse conceito depende de inúmeras variáveis, como saúde física e mental?

Porque cada vez mais, em todo o mundo, demonstra-se que o fator humano é decisivo para o sucesso das organizações. O trabalhador com saúde, motivado e criativo constitui-se em poderoso elemento de competitividade em um mundo globalizado. Por outro lado, o trabalhador que falta ao trabalho, que

se acidenta, que é portador de doenças crônicas tem a produtividade comprometida, gera mais despesas trabalhistas e pode trazer sérios problemas para a sustentabilidade econômica da empresa. Programas de qualidade de vida bem elaborados trazem retornos comprovados ao investimento realizado.

Como nasceu a necessidade de as empresas avaliarem a qualidade de vida dos funcionários?

Saúde e qualidade de vida possuem dimensões física, emocional, social e espiritual. O crescimento e o bem-estar provêm do equilíbrio entre esses aspectos. Assim, não basta fazer check-up ou exames laboratoriais. Também é preciso avaliar nosso estado, nossos relacionamentos, e estilo de vida. Acredito que, para as empresas, a avaliação da saúde e das necessidades do trabalhador é mais importante que do que a pesquisa da qualidade de vida, por exemplo, que é um construto individual e que depende da percepção de cada pessoa no contexto em que vive, envolvendo, portanto diferentes espaços além do trabalho.

Prata da Casa



Biancariny exibe medalha conquistada no Campeonato Centro-Oeste de Karatê Interestilos: passaporte para outro Mundial, agora em São Paulo

CAMPEÃ NA ITÁLIA, KARATECA DO Sesi JAIARA DISPUTA OUTRO MUNDIAL

Biancariny Ribeiro Moreira, de 13 anos, deu novo impulso a sua carreira no esporte desde que passou a integrar a equipe do Sesi Jaiara, em Anápolis, há três anos. Em 2008, a garota, então com 11 anos, conquistou o título de campeã mundial de karatê, em Jesolo, na Itália. A façanha, segundo ela, foi o resultado de muita disciplina, treino intenso, apoio dos professores, colegas e da família. “O nível técnico das adversárias estava alto, mas eu estava tranquila, tinha me esforçado bastante nos meses anteriores.”

No curto intervalo de tempo, Biancariny comemora outra conquista: ela e outros sete atletas do Sesi acabam de se classificar no Campeonato Centro-Oeste de Karatê Interestilos 2010, realizado no Sesc Façalville, em Goiânia, em março. A disputa serviu como passaporte para o próximo Campeonato Mundial de Karatê, que será realizado em julho, em São Paulo.

“Já tenho um título mundial, mas ainda sonho em representar o Brasil nas Olimpíadas em 2016. Enquanto isso, precisamos torcer para que o karatê passe finalmente a fazer parte dos Jogos Olímpicos até lá.”

SUPORTE

O Sesi surgiu em momento decisivo da carreira de Biancariny. O patrocínio possibilitou que a mãe da garota, Adriana Ribeiro do Espírito Santo, acompanhasse a filha com mais frequência. “Depois que o Sesi começou a apoiar minha filha, ela pôde aproveitar a estrutura e suporte oferecido pela instituição e eu tive condições financeiras para viajar com ela durante as competições.”



Atleta do Sesi durante disputa no Campeonato de Karatê Interestilos

Para realizar o sonho da filha, a família precisou se desdobrar durante todo seu aprendizado.

A paixão pelo esporte foi transmitida pela mãe, que acompanhou de perto o desenvolvimento da menina no tatami. Adriana conta que também foi atleta na juventude, mas acabou abandonando o esporte por falta de incentivo dos pais.

Aluna do 1º ano do Ensino Médio do Colégio Militar de Anápolis, a karateca atribui seu sucesso à persistência. Dieta rigorosa, disciplina e duas horas de exercícios todos os dias. A rotina de treinamento teve início quando ela passou a integrar a equipe de karatê do Sesi Jaiara. Aos sábados, a folga da rotina é justificada por motivo religioso. “Faço catequese aos sábados, único dia que não treino”, diz a adolescente.

Competição

JOGOS DO SESI MUDAM ROTINA NA MITSUBISHI



Angel Lima / Portal Vip

Jogos Internos da Mitsubishi mobilizam trabalhadores e proporcionam contato entre as diversas áreas da empresa

Trabalhadores da Mitsubishi Motors, de Catalão, no Sudeste do Estado, tiveram, em março, dois finais de semana diferentes. Os Jogos Internos, promovidos em parceria com o Sesi Goiás, mobilizaram 600 colaboradores de todas as áreas da indústria. Durante os quatro dias (13 e 14, 20 e 21), eles deixaram de lado o descanso de suas diversas atividades na empresa para competir, na unidade do Sesi em Catalão, em modalidades como futsal, vôlei de quadra, natação, dama, dominó, peteca, sinuca, tênis de campo e de mesa e xadrez.

“Há seis anos realizamos atividades esportivas em nossa empresa, mas agora decidimos fazer os Jogos Internos visando promover a integração e fortalecer entre todos a importância da prática do esporte”, explica o coordenador de esportes da Mitsubishi, Adriano Soares.

APRENDIZADO

Ele destaca que os jogos proporcionaram contatos entre todos os setores da empresa. “É um momento de confraternização, de fortalecer a amizade, de compartilhar experiências e aprendizados. Percebemos que é possível aplicar o que aprendemos nas quadras, campos e piscinas

tanto no trabalho como na vida pessoal.”

Além de perceberem ganhos na saúde, colaboradores e diretores da Mitsubishi apontam mudanças no cotidiano laboral. Wellington Gonçalves, do time de futebol de campo, define o esporte como uma forma de reunir, agregar e unir as pessoas. “Nos jogos, não há hierarquia, todos se tornam amigos, independente da idade e do cargo. Todos demonstram ter maior satisfação e orgulho em representar a empresa ou a unidade em que trabalha”, afirma.

Gerente de Lazer do Sesi Goiás, Aida Inácio Fernandes explica que os jogos não visam apenas à competição e têm como objetivo principal mostrar que a prática esportiva pode transformar a vida dos trabalhadores e a produção das empresas. “Ao praticar esporte, as pessoas trabalham valores como união e comprometimento, e isso pode ser levado ao trabalho na empresa”, explica.

União e comprometimento, assim como respeito, espírito de equipe e motivação, são valores do esporte estabelecidos, em Goiás, dentro dos Jogos do Sesi, em 2009, e que norteiam atividades esportivas realizadas pela instituição.

Segurança do Trabalho

SESI OFERECE CURSO GRATUITO PARA
FORMAÇÃO DE CIPEIROS

Thaís Florêncio, assistente administrativa da Centercom: "percepção aguçada" após curso de formação de cipeiros

O Sesi Goiás coloca à disposição de empresas e trabalhadores da indústria mais um serviço na área de saúde e segurança do trabalho. Trata-se do curso de formação para membros da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (Cipa), lançado em outubro de 2009, visando à capacitação de pessoal para prevenir acidentes e doenças ocupacionais no ambiente de trabalho. O curso é oferecido gratuitamente, bastando que os interessados façam inscrição nas unidades do Sesi espalhadas por todo o Estado.

Com essa iniciativa, o Sesi Goiás tem proporcionado, no meio industrial, a ampliação do acesso a informações relacionadas à área de saúde e segurança do trabalho (SST). Com equipe de profissionais capacitados para ministrar conteúdos exigidos em lei, o curso oferece ainda material pedagógico atualizado produzido por especialistas. Por meio desse serviço as empresas já podem se adequar, de forma gratuita, à exigência da Norma Regulamentadora nº 5, expedida pela Portaria 3.214, do Ministério do Trabalho, que atribui direitos e obrigações aos membros da Cipa, também conhecidos como cipeiros, ou seja, funcionários eleitos ou nomeados para gestão de

segurança por um período de 12 meses.

Com duração de 20 horas, o curso prevê abordagem de assuntos relevantes para empregador e trabalhador, tais como: introdução à segurança e à saúde no trabalho, noções gerais de prevenção de riscos e inspeções de segurança, análise de acidentes, aspectos legais da comissão, organização do trabalho da Cipa, além de noções sobre legislação trabalhista e previdenciária.

CIPEIROS MULTIPLICAM CONHECIMENTOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

Desde o lançamento do curso, em outubro do ano passado, o Sesi já credenciou 37 empresas e cerca de 600 trabalhadores em Goiás. Para o ano de 2010, a instituição prevê cerca de 1.100 atendimentos a trabalhadores. Gerente de Saúde do Sesi Goiás, Marco Antônio Naves, lembra da importância de capacitar o público interno das empresas para garantir a segurança no ambiente de trabalho. "Profissionais que conhecem as normas de saúde e segurança no trabalho são menos propensos a acidentes. Dessa forma, o curso contribui para a auto-fiscalização na medida em que o funcionário atua como multiplicador de

conhecimentos junto aos seus colegas”, acrescenta Naves.

Para a assistente administrativa da Centercom, Thaís Florêncio Moura, o curso veio em boa hora. A empresa goiana, que atua no segmento de distribuição de produtos para construção civil e indústria, ofereceu, em março, curso para a formação de cipeiros. Thaís, que trabalha há quase

um ano na Centercom, não perdeu tempo. Como cipeira, ela será uma das responsáveis por elaborar o Mapa de Risco da Indústria, além de ter de repassar informações sobre segurança do trabalho aos outros funcionários. “Aprender nunca é demais. O curso tem me ajudado a aguçar minha percepção e a conhecer melhor o lugar onde trabalho.”

CIPA É EXIGÊNCIA LEGAL

Segundo a NR5, norma regulamentadora do Ministério do Trabalho, a obrigatoriedade de constituição da Cipa abrange empresas públicas e privadas, sociedades de economia mista, órgãos da administração direta e indireta, instituições beneficentes, associações recreativas, cooperativas e quaisquer outras organizações que admitam pessoas como empregados.

MAPA DE RISCO

Quadro geral da indústria, é representado graficamente por meio de círculos coloridos que alertam o funcionário quanto aos riscos de determinado ambiente. Quanto maior o círculo, maior o risco. O quadro de riscos deve ser afixado em local visível a todos os funcionários.



CORRIDA SESI DO TRABALHADOR 2010



Inscrições até 9 de junho

Prova: 13 de junho 2010

Classificatória para a Corrida de São Silvestre¹

Inscrição gratuita²

Venha correndo se inscrever!

www.sesigo.org.br/corridasesi

Informações: (62) 3219-1313

Atrações para toda a família:

- Espaço zen
- Atividades recreativas
- Corte de cabelo, oficinas e muito mais.

Percursos de 5 e 10 km

Premiação de mais de **30 mil reais³** em dinheiro

¹ Para os dois primeiros trabalhadores da indústria, classificados no percurso de 10 km masculino e feminino. Consulte regulamento.
² Inscrição gratuita em caso de doação de sangue e para trabalhadores da indústria (necessária a apresentação de FRTS, Carteira de Trabalho, Carteira de Identidade e Número de PIS). Consulte regulamento. Para os demais participantes será cobrada taxa de inscrição de R\$ 30,00 até o dia 30/05/20 e de R\$ 40,00 até 09/06/10. Consulte Regulamento.
³