



8 de março — Dia Internacional da Mulher: o que temos a ver com isso?

Todo ano, até 8 de março, o assunto mais importante é o Dia Internacional da Mulher. É uma data escolhida pela Organização das Nações Unidas, a ONU, para trazer a público as conquistas sociais das mulheres ao longo dos tempos. Assim, pelo mundo todo, são incentivadas a realizações de conferências, debates, reuniões e outras ações com o objetivo de acabar com atitudes de preconceito e ações de desvalorização que ainda existem contra o sexo feminino na sociedade. Afinal, é do conhecimento de todos que, apesar dos avanços já alcançados, as mulheres ainda são vítimas de violência masculina, jornadas excessivas, salários inferiores, assédio sexual, chantagens emocionais e muito mais.

Nós, da Tobomills Construções e Montagens, temos orgulho de contar com muitas mulheres no nosso quadro de colaboradores. São profissionais que mostram sua competência no dia a dia em todos os campos de atividades, tanto nos escritórios quanto nos ambientes externos, em que, muitas vezes, são executadas rotinas pesadas, serviços que demandam esforço físico aliados a concentração, compenetração, compromisso com qualidade etc. E, neste aspecto, elas acabam superando seus colegas masculinos, cumprindo as tarefas com segurança, contribuindo para um bom ambiente de trabalho, ajudando os menos experientes — agindo como uma mãe em relação aos seus filhos em casa.

Temos certeza de que, se depender do nosso grupo de funcionários e funcionárias, nunca mais se repetirá a tragédia que levou o dia 8 de março a ser escolhido como Dia Internacional da Mulher. Isto aconteceu em 1857, quando operárias de uma fábrica de tecidos de Nova Iorque entraram em greve reivindicando melhores condições de trabalho: redução da carga diária para 10 horas (eram 16 horas), equiparação de salários (chegavam a receber um terço do que ganhava um homem para executar o mesmo tipo de tarefa), tratamento digno dentro do ambiente de trabalho etc. A manifestação foi reprimida com violência. Trancadas dentro da fábrica, que foi incendiada, 130 morreram carbonizadas.

Mesmo com tudo isto, somente em 1910, durante uma conferência na Dinamarca, ficou decidido que o 8 de março passaria a ser o Dia Internacional da Mulher, em homenagem àquelas pioneiras assassinadas há mais de meio século. Em 1975, a data foi oficializada pela ONU e adotada por todos os países que fazem parte da entidade. No Brasil, pode-se dizer que também o dia 24 de fevereiro de 1932 é um marco para a mulher brasileira. Isto porque, naquela data, foi instituído o voto feminino. Ela conquistava, depois de muitos anos de reivindicações e discussões, o direito de votar e serem eleita para cargos no Executivo e Legislativo. Um processo que culminou com a chegada de uma mulher à Presidência da República.

Benefícios da ginástica laboral

Ginástica laboral são exercícios físicos praticados no ambiente de trabalho. O objetivo é deixar o trabalhador em boas condições físicas e mentais para o exercício das atividades diárias. Consiste no alongamento de várias partes do corpo, como membros, tronco e cabeça. Melhora parte física, equilibra lado psicológico, favorece integração pessoal, corrige vícios de postura, aumenta a disposição, reduz casos de LER — Lesões por Esforços Repetitivos ou DORT — Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho, diminui níveis de estresse e tensão geral e muito mais. Então, mude seus hábitos e não deixe de fazer todos os dias.

Treinamento de Segurança

Prevenção e Controle de Anomalias é o tema do treinamento que será realizado a partir das 8 da manhã do dia 26.3.2012, na Estação Elevatória de Águas Pluviais Cândido Portinari, no bairro Santa Luíza, em Vitória. Participe!

Atitudes simples reduzem volume de lixo e ajudam preservar a natureza

Um programa **35** pessoal é a forma mais simples de se produzir menos lixo. O nome vem das iniciais de **Reduzir, Reutilizar, Reciclar**. Você pode fazer isso em casa, na rua e, principalmente, no trabalho.

• Reduzir

É impossível viver sem produzir lixo. Mas dá para diminuir o volume. Não imprima e-mails; use os dois lados da folha de papel; bolsa de pano substitui sacolas plásticas de supermercado etc.

• Reutilizar

Embalagem de requeijão dá um copo. Revista lida é nova em biblioteca. Sobras de comida são reaproveitadas em mexidões. Roupas usadas volta à moda com intervenções e muita criatividade.

• Reciclar

Não apenas separar latas, vidros, plástico, papel e outros mais para ser reaproveitado. Recicle também ideias. Pare com o consumo desenfreado. Por que trocar o celular a toda hora, por exemplo?

Aniversariantes de março

15

Gilmar da Silva Magalhães

José Júnior Pompermayer

16

Anderson Jorge de Oliveira

20

Alex de Almeida Coelho

José Antônio Pereira

22

Paulo Renato Dias

23

Éliton César Müller

Jader Mistura Ferreira

24

Gilberto Vencioneck

27

Wilbert Pereira da Silva

30

João Batista de Araújo

31

Wilians Santos Braga

5
Eliziel Gomes de Sousa
Jurandy Santesso da Silva
Reginete Lúcia de Lírio Rangel
7
Leandro da Silveira Oliveira
8
Kamila Moura de Souza
11
Roque Fontana
12
Cloves Galdino dos Santos
Wanderson de Oliveira Mazoco
13
Édson Antônio Martinelli
14
Márcio da Silva Braga

Júlia Pacheco de Souza, filha do nosso colaborador Jean Carlos de Souza e de sua esposa Fabíola Aguiar Pacheco, nasceu dia 7 de janeiro de 2012. Desejamos que tanto o bebê quanto seus orgulhosos pais tenham sempre uma vida plena de realizações e felicidades.

Compromissos simples que ajudam ao meio ambiente:

- Ao trocar lâmpadas, opte pelos modelos econômicos.
- Se tiver outra opção, evite produtos embalados em PET.
- Prefira produtos com refil e, de preferência, biodegradáveis.
- Escolha móveis de madeira oriunda de florestas renováveis.
- Se puder, compre alimentos orgânicos, sem agrotóxicos.
- Descarte pilhas e baterias em locais autorizados a recebê-las.
- Só use telefone fixo ou celular se tiver mesmo necessidade
- Doe equipamentos usados a quem puder recuperá-los.
- Deixe o carro em casa e vá para o trabalho de ônibus.
- Aliás, melhor ainda: se houver condições, use bicicleta.
- Mantenha o motor do veículo regulado e os pneus, calibrados.
- Não dê arrancadas ou faça curvas cantando pneus.