

Aderbal Peri sindicalizado e atleta de Prova Rústica

O mais novo título, o de campeão brasileiro máster nos 10 km de corrida de rua foi conquistado por Aderbal Peri em 1 de julho de 2012, em Porto Alegre/RS. Além dessa conquista, no mesmo dia o atleta ficou em 3º lugar na prova dos 1.500 metros. E, em 30 de julho, também na capital gaúcha sagrou-se vice-campeão na corrida dos 5 km.

O corredor maringense de Prova Rústica, Aderbal Peri (35 anos), é filiado ao Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Alimentação de Maringá e trabalha como balconista na Sorveteria Espucreme da Avenida Luiz Teixeira Mendes. Por pertencer à categoria da alimentação ele esteve na sede do Stiam dia 26 de janeiro, recebendo gratuitamente um kit de material escolar, benefício que todos os sindicalizados têm direito. Na ocasião tivemos oportunidade de conhecê-lo e ouvir a sua bem-sucedida trajetória de atleta.

De acordo com Aderbal, aos 15 anos de idade, em 3 de maio de 1992, con-



CENTROS DE ATENDIMENTOS DE SAÚDE DO STIAM:

COMUNIDADE APOIO À VIDA - MARINGÁ - PR
RUA NEO ALVES MARTINS, 3190 - CEP - 87013-060 - TEL (44) 3224-0108
* COORD. ADMIN. AMBULATORIAL: SEBASTIANA RODRIGUES BENINI

Centro de Atendimento aos Trabalhadores - LOANDA - PR
RUA EUGÊNIO MELLA, 503 - CEP - 87900-000 - TEL (44) 3425-1499
* COORDENADOR: JONATHAN DE FREITAS

Centro de Atendimento aos Trabalhadores - PARANAÍ - PR
RUA GETÚLIO VARGAS, 635 - CEP - 87709-000 - TEL (44) 3045-5005
* COORDENADORA: Terezinha Aparecida Antunes dos Santos



quistou o 1º lugar na corrida do Jardim Alvorada, em Maringá. Vale ressaltar que aquela foi a sua primeira participação como esportista. Hoje é bi-campeão nesse evento, título conquistado em 2002.

Histórico

O atleta participa, ininterruptamente, dos Jogos Abertos do Paraná desde 1997. Nesse evento, o mais importante do estado, obteve em 1999 a melhor colocação. Foi na cidade de Toledo, ficando em 3º lugar nos 10 km.

Em 2004 participou da Corrida de São Silvestre, obtendo o 64º lugar. Em 2005 conquistou o título de campeão no 50º Campeonato Paranaense Adulto em Pista, realizado em Curitiba.

É tetra-campeão na Corrida do Jardim São Silvestre, em Maringá/PR. Ganhou em 1998, 1999, 2003 e 2006. Igualmente é tetra-campeão na Corrida de Rua de Paranaíba/PR. Venceu em 2004, 2005, 2007 e

2008. Bi-campeão no Circuito Sesc também em Paranaíba, nos anos de 2007 e 2008. Na corrida "Night Run" realizada no Parque do Ingá - Maringá - em 2009, recebeu o título de campeão.

Aderbal é vice-campeão da Prova Revezamento Maringá. Títulos conquistados em 2010 e 2011.

O atleta diz que ainda não consegue sustentar sua família - esposa e dois filhos - vivendo somente dos prêmios que conquista. "Gostaria de sobreviver do esporte. Ser um atleta profissional, mas não tenho patrocinador. Por isso, trabalho e, nas horas de folga, dedico-me ao esporte", lamenta.

SEUS MELHORES TEMPOS FORAM:

- Provas:
- 1.500 m - 3min58s
- 5.000 m - 15min04s
- 10.000 m - 30min36s
- 15 km - 50min32s
- 21 km - 1h10min

Aderbal conta que já trabalhou em alguns supermercados de Maringá. Foi porteiro no Edifício Royal Garden. Auxiliar administrativo na Construtora Vale Azul e atualmente é balconista na Soveteria Espucreme.

AGENDA 2013

- 23/2 - Em Cornélio Procópio - 10 km
- 24/3 - Circuito do Sesc, em Apucarana - 10 km
- 21/4 - Prova Rústica Tiradentes, em Maringá - 10 km
- 05/5 - Maratona, em Brasília/DF - 42 km

Na segunda quinzena de agosto - Prova Revezamento Maringá "Vanderlei Cordeiro de Lima".

Em outubro - Campeonato Mundial Máster, em Porto Alegre - 5 km e 10 km.

Você Sabia?

FÉRIAS DIREITO E DURAÇÃO



* Coluna sob a responsabilidade do tesoureiro do STIAM, Roberto Pino de Jesus

Vejam como a nossa Consolidação das Leis Trabalhistas, Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, define direitos e obrigações, não necessitando de outros comentários quanto ao tema.

Art. 130 CLT - Após cada período de 12 (doze) meses de vigência do contrato de trabalho, o empregado terá direito a férias, na seguinte proporção:

- 1) até 5 faltas, terá direito a 30 dias corridos
- 2) de 06 a 14 faltas, terá direito a 24 dias corridos
- 3) de 15 a 23 faltas, terá direito a 18 dias corridos
- 4) de 24 a 32 faltas, terá direito a 12 dias corridos
- 5) acima de 32 faltas, não terá direito a férias.

Art. 131 CLT - Não será considerada falta ao serviço, para os efeitos do artigo anterior, a ausência do empregado:

- 1) Nos casos referidos no art. 473: a) até 2 dias consecutivos, em caso de falecimento do cônjuge, ascendente, descendente, irmão ou pessoa que, declarada em sua carteira de trabalho e previdência social, viva sob sua dependência econômica; b) até 3 dias consecutivos, em virtude de casamento; c) por 5 dias, em caso de nascimento de filho, no decorrer da primeira semana; d) por um dia, em cada 12 meses de trabalho, em caso de doação voluntária de sangue devidamente comprovada; e) até 2 dias consecutivos ou não, para o fim de se alistar eleitor, nos termos da lei respectiva; f) no período de tempo em que tiver de cumprir as exigências do serviço militar; g) nos dias em que estiver comprovadamente realizando prova de exame vestibular para ingresso em estabelecimento de ensino superior; h) pelo tempo que se fizer necessário, quando, tiver que comparecer a juízo; i) pelo tempo que se fizer necessário, quando, na qualidade de representante de entidade sindical, estiver participando de reunião oficial de organismo internacional do qual o Brasil seja membro;
- 2) Durante o licenciamento compulsório da empregada por motivo de maternidade ou aborto, observados os requisitos para percepção do salário-maternidade custeado pela previdência social;
- 3) Por motivo de acidente do trabalho ou enfermidade atestada pelo INSS, excetuada a hipótese do inciso 4 do art. 133, (tiver percebido da previdência social prestações de acidente de trabalho ou de auxílio-doença por mais de 6 meses, embora descontínuos);
- 4) Justificada pela empresa, entendendo-se como tal a que não tiver determinado o desconto do correspondente salário;
- 5) Durante a suspensão preventiva para responder a inquérito administrativo ou de prisão preventiva, quando for impronunciado ou absolvido;
- 6) Nos dias em que não tenha havido serviço, salvo na hipótese do inciso 3 do art. 133, (deixar de trabalhar, com percepção do salário, por mais de 30 dias em virtude de paralisação parcial ou total dos serviços da empresa).

Art. 134 CLT - As férias serão concedidas por ato do empregador, em um só período, nos 12 (doze) meses subsequentes à data em que o empregado tiver adquirido o direito.

§ 1º Somente em casos excepcionais serão as férias concedidas em dois períodos, um dos quais não poderá ser inferior a 10 (dez) dias corridos.

Art. 137 CLT - Sempre que as férias forem concedidas após o prazo que trata o art. 134, o empregador pagará em dobro a respectiva remuneração.

§ 1º Vencido o mencionado prazo sem que o empregador tenha concedido as férias, o empregado poderá ajuizar reclamação pedindo a fixação, por sentença, da época de gozo das mesmas.

§ 2º A sentença cominará pena diária de 5% (cinco por cento) do salário mínimo da região, devida ao empregado até que seja cumprida.

Constituição Federal 1988 - Art. 7º São direitos dos trabalhadores...além de outros...XVII - gozo de férias anuais remuneradas com, pelo menos, um terço a mais do que o salário normal.



O Companheiro

ANO XVIII - Nº 103 - FEVEREIRO DE 2013

Impresso Especial
991225002-8/2010-DR/PR
Sindicato da Alimentação
CORREIOS

Stiam pretende entregar, gratuitamente, material escolar para mais de 2 mil associados



A distribuição de material escolar aos sindicalizados deverá atingir a meta prevista que é superar a marca dos 2 mil, entregues no ano passado. Os kits foram entregues no mesmo período - com início em 26 de janeiro - na sede de Maringá, nas subseções de Paranaíba e Campo Mourão e em Loanda. "Só não vem receber o material escolar quem não quer", disse o presidente do Stiam, Rivail Assunção da Silveira. "Estamos até a prorrogando o prazo para final de fevereiro para que ninguém fique sem recebê-lo". Página 5

ESPORTE
O trabalhador e sindicalizado, Aderbal Peri, nas horas de folga dedica-se ao esporte favorito: Corrida de Rua. O título de campeão brasileiro máster nos 10 km foi conquistado em Porto Alegre/RS em julho do ano passado. Página 8



TIME DA PALMALI
A Palmali Industrial de Alimentos montou, recentemente, este time de futebol suíço. A equipe foi organizada pelo diretor do Stiam, José Ciska, com a ideia de se relacionar com outras empresas locais e regionais. O Sindicato patrocinou as bolas, disse Ciska. Página 2



EDITORIAL
Conquistas de 2012
O Stiam, atendendo reivindicação de trabalhadores, conseguiu negociar com várias empresas a eliminação do trabalho aos sábados. Página 2

TRABALHO
Frigorífico é condenado a pagar R\$ 25 milhões por danos morais coletivos. Página 6

NOVA EDIÇÃO DO SIND MULHER
Será realizada em 3 de março no Clube Olímpico de Maringá a 3ª edição do Sind Mulher. Vá prestigiar! Página 4

COLUNA DA ALIMENTAÇÃO
Poderes do Alho Página 2

SOMOS PARTE DA NATUREZA
O tratamento incorreto do lixo não afeta somente o que está à nossa volta. Página 3





Centro de Atendimento aos **TRABALHADORES** de Pastelaria, Metalúrgica e Alimentação

RX:

- Cenem Saúde
- Rua Eugenio Mella, 135, Centro - Fone: 44-3425-3347.
- **Ultrassonografia:**
- Clínica Dr. Osmar Milani
- Rua Eugenio Mella, 135, Centro - Fone: 44-3425-3347.
- **Fonoaudiologia:**
- Dra. Aline Karla Solza
- Av. Curitiba, 383 - Tel: 44-3425-3295.

Centro de Atendimento aos Trabalhadores sindicalizados de Paranavai

O CAT de Paranavai dirigido pelos Sindicatos da Alimentação, Metalúrgicos, Transporte e Vestuário de Maringá, atende sindicalizados da cidade e região nas áreas médica e odontológica.

A clínica está instalada na Rua Getúlio Vargas, 635 – Centro.

Fone: 44-3045-5005. Horário de atendimento – das 8 h. às 21h00.

Endocrinologista:
Dr. João Marcelo Marcantonio – Rua Minas Gerais, 503 – Fone: 44-3422-6342

Fisioterapia:
Dra. Regiane Ribeiro Rangel – Rua Manoel Ribes, 1740 – Fone: 44-3045-4017

Fonoaudiologia:
Dra. Luciana C. P. Zepone – Rua Pernambuco, 300 – Fones – 44-3045-1588 e 44-3045-1585

Ginecologia:
Dr. Shigueru Sonehara – Rua Sylvio Vidal, 2190 – Fone: 44-3423-5522

Neuropediatra:
Dr. Esmeraldo R. da Costa Filho – Rua Sylvio Vidal, 2120 – Fone: 44-3422-3521

Oftalmologia:
Dr. Rubens C. M. Filho – Rua Pernambuco, 1185 – Fone: 44-3045-7011

Ortopedia e Traumatologia:
Dr. Eduardo R. P. Cerveira – Rua Pernambuco, 1465 – Fone: 44-3045-1002

Pediatra:
Dr. Tamio Okimoto – Rua Sylvio Vidal, 2190 – Fone: 44-3423-5522

Clínica Equilíbrio:
Rua Pernambuco, 1534 – Fone: 44-3423-1291

Farmácia de Manipulação:
Arte Sani – Rua Pernambuco, 1360 – Fone: 44-3422-1904

Pousadas:
Praia de Matinhos-PR
Rua Irati, S/N – travessa da Avenida Curitiba
Site: www.fetiep.com.br

Praia de Camboriú-SC
Rodovia BR 101 KM 130 – Fone: 41-3335-6566. Falar com Irene.
www.pousadasalariun.com.br

Clínica geral:
Dr. Jorge Krichenko – Rua Sylvio Vidal, 2120 – Fone: 44-3423-5522

Saúde

Centro de Atendimento aos Trabalhadores sindicalizados de Loanda

O Centro de Atendimento aos Trabalhadores sindicalizados de Loanda é uma iniciativa das categorias Alimentação, Vestuário e Metalúrgicos de Maringá. Ele está situado na Rua Eugênio Mella, 503. Telefone (44) 3425-1499 e oferece atendimentos nas seguintes áreas: Clínica geral, Obesidade, Tireóide, Diabetes, Ginecologia, Pediatria, Psiquiatria, Nutrição, Estética, Psicologia e Odontologia/Ortodontia.

Parceiros

FISIOTERAPIA:

- Centro Integrado de Fisioterapia

Avenida Curitiba, 383 – Centro - Fone: 44-3425-3295.

- Fisioclinica
- Rua Fioravante Marco Marine, 140, Centro - Fone: 44-3425-3237.

Odontologia:

- Dra. Solange Luiza Bezerra Gil. Avenida Gov. Munhoz da Rocha, 1407 – Centro – Fone: 44-3425-1280.
- Dra. Ana Paula Olsen. Rua Fioravante Marco Marine, 329 – Centro – Fone: 44-3425-4450.
- Dr. Eduardo H. S. Graciani. Rua Fioravante Marco Marine, 329 – Centro – tel: 44-3425-4450.
- Dra. Ariane Cola de Oliveira. Avenida Presidente Vargas, 553 –

Centro – Fone: 44-3425-1422.

Laboratórios:

- Laboratório Bioanálise
- Rua Accioli Filho, 615 – Centro - Fone: 44-3425-1941.
- Laboratório Loanda
- Avenida Gov. Munhoz da Rocha, 1408 – Centro - Fone: 44-3425-1041.

Psicologia:

- Dr. Julimar Danes Guedes
- Avenida Gov. Munhoz da Rocha, 1489 – Centro - Fone: 44-3425-2186.

Psicopedagogia:

- Dra. Fátima Gonçalves de O. Guedes
- Avenida Gov. Munhoz da Rocha, 1489, Centro. Fone: 44-3425-2186.
- Dra. Nadiesda Lessandra T. Mar-



Comunidade Apoio à Vida atende sindicalizados de Maringá e região

A Comunidade Apoio à Vida está situada na Rua Néo Alves Martins, 3190 e presta atendimentos gratuitos em Cardiologia, Ortopedia, Urologia, Pediatria, Endocrinologia pediátrica, Psicologia, Ginecologia, Gastro e Clínica Geral. Vale ressaltar que as consultas são realizadas com hora marcada. É indispensável à apresentação da carteirainha do sindicalizado e um documento do paciente. Telefone para agendamentos: 44 3224-0108.

MÉDICOS:

Cardiologista:
Com encaminhamento do clínico geral.

- * Dr. André Luiz Borges Trotta

Segunda, Quarta e Sexta-feira - 18h. às 20h.

Terça -feira - 15h. às 18h.

Quinta-feira - 18h. às 21h.

- * Dr. Roberto Plepis

Segunda-feira - 8h. às 11h30

Terça-feira - 18h. às 20h.

Dermatologistas:

- * Dr. Felipe Galvão de Abreu Corso

Terça-feira - 15h. às 20h.

Quarta-feira - 14h. às 17h.

- * Drª Deise Nakazora

Quarta-feira - 17h. às 20h.

Sábado - 8h. às 11h30

Clínica geral:

- * Pedro Henrique G. Casavechia

Segunda-feira - 14h. às 18h.

Terça-feira - 8h. às 11h30

- * Drª Gláucia Perón

Segunda-feira - 8h. às 11h30 e das 14h. às 20h.

Quarta-feira - 8h. às 11h30 e das 15h. às 20h.

Gastro e Clínica geral:

- * Dr. Ricardo Plepis Filho

Segunda a Quinta-feira - 12h. às 15h.

Sexta-feira - 11h. às 15h.

Ginecologistas e Obstetras:

- * Drª. Cristiana Aparecida Soares

Segunda -feira - 16h. às 21h.

Terça-feira - 16h. às 18h.

Quarta-feira - 8h. às 10h. e das

16h. às 18h.

Quinta-feira - 8h. às 11h. e das 15h. às 17h30

Sábado - 8h. às 11h.

Pediatras:

As crianças devem estar acompanhadas do responsável.

- * Dr. Alexandre Dallagnol

Terça-feira - 8h15 às 13h.

Quarta-feira - 8h15 às 15h.

Quinta-feira - 8h15 às 11h. e das 14h. às 17h30

Sexta-feira -13h. às 19h.

- * Dr. Dagmar R. Sotier – Pediatra e Cirurgião

Terça -feira - 13h. às 17h.

Quarta -feira - 13h. às 15h.

- * Drª. Licia Gisele Camillo – Pediatra Endocri

Quarta-feira - 8h. às 12h.

- * Dr. Paulo Soni

Segunda-feira - 7h30 às 11h.

Sexta-feira - 7h30 às 11h.

16h. às 18h. e das 15h. às 17h.

Terça -feira - 14h. às 18h.

Quarta -feira - 14h. às 18h.

Terça -feira - 18h. às 20h.

Segunda -feira - 18h. às 20h.

Terça -feira - 18h. às 20h.

Terça -feira - 7h30 às 11h. e das 15h. às 17h.

6h. às 12h. e das 15h. às 17h.

Terça -feira - 18h. às 20h.

Segunda -feira - 18h. às 20h.

Terça -feira - 18h. às 20h.

Quarta -feira - 18h. às 20h.

Segunda -feira - 18h. às 20h.

Terça -feira - 18h. às 20h.

Quarta -feira - 18h. às 20h.

Diretoria



PRESIDENTE:
Rivail Assunção da Silveira

1º SECRETÁRIO:
Santo Batista de Aquino

2º SECRETÁRIO:
Shuzo Toma

1º TESOUREIRO:
Roberto Pino de Jesus

2º TESOUREIRO:
Rubens Leme

1º DIR. SOCIAL E DE COMUNICAÇÃO:
Antônio Lopes de Almeida Filho

2º DIR. SOCIAL E DE COMUNICAÇÃO:
Mária Pacheco do Amaral

SUPLENTE:
Maurílio Conceição Ferreira
Roberto Otaviano da Silva
José Ciska G. de Oliveira
Antônio Carlos Pereira

CONSELHO FISCAL EFETIVOS:
Alípio Elias da Silva
Nelson Cancini
João Luiz de Lima

SUPLENTE:
Ailton José de Andrade
Élson Estevam Luiz
Donizete Vidal

DELEGADOS REP. EFETIVOS:
Rivail Assunção da Silveira
Roberto Pino de Jesus

SUPLENTE:
Shuzo Toma
Antônio Lopes de Almeida Filho

O Companheiro Expediente

DIRETOR RESPONSÁVEL:
Rivail Assunção da Silveira

JORNALISTA:
Mariléa T. Pereira (MTb 22026)

EDITORAÇÃO ELETRÔNICA:
Leandro B. Barros - 8805-3309

TIRAGEM:
5.000 exemplares

IMPRESSÃO:
Grafinorte - Apucarana

DISTRIBUIÇÃO:
Gratuita

CORRESPONDÊNCIA:
Av. Governador Bento Munhoz da Rocha Neto, 731 - CEP - 87030-010
Telefone: (44) 3222-5281.

Autorizada a divulgação de matérias, desde que citada fonte.

companheiras no evento. Foram ministrados durante todo o ano vários cursos profissionalizantes. Na área judicial tivemos sucesso nas ações do Frigorífico Margem e da empresa Docemelo que havia encerrado suas atividades sem quitar as verbas rescisórias de seus funcionários.

Outra vitória na área judicial e política que o movimento sindical vinha cobrando das autoridades há 23 anos foi a regulamentação do aviso prévio proporcional em outubro de 2011.

Enfim, podemos afirmar que apesar de tudo, 2012 foi um dos melhores anos para a categoria. Vale lembrar sempre que todas essas conquistas foram fruto de um trabalho profícuo e contínuo dessa diretoria, dos colaboradores e funcionários, e, principalmente, de cada um dos associados que acreditaram e acreditam no nosso lema - UNIDOS SEREMOS MAIS FORTES.

Atendendo a reivindicação dos trabalhadores conseguimos negociar com várias empresas a eliminação do trabalho aos sábados, proporcionando aos trabalhadores mais tempo para se dedicar aos familiares e melhorar o lazer, principalmente, às donas de casa que além da jornada de trabalho nas empresas cumprem outra dentro de casa. A luta pela redução de jornada continua sendo a maior meta de todos os sindicatos de trabalhadores do Brasil.

Melhoramos os atendimentos médico e odontológico na COMUNIDADE APOIO À VIDA. Realizamos juntamente com outros sindicatos o 2º Sind Mulher com a participação de mais de mil

A diretoria do STIAM agradece calorosamente a todos pelo empenho. E vamos continuar juntos na defesa dos nossos direitos.

Rivail Assunção da Silveira
Presidente do Stiam



guardar o alho na gaveta de verduras da geladeira por até duas semanas ou em um recipiente de cerâmica com orifícios para a ventilação. Ainda, o alho inteiro e descascado, pode ser conservado em geladeira cobrindo-os com azeite de oliva, por cerca de três meses. Assim, o azeite poderá ser usado, posteriormente, para as preparações salgadas ou como temperos de saladas.

Mas, se você ainda não se convenceu a usar o alho no seu dia a dia por causa do forte hálito que ele exala, uma dica é mascar um ramo de salsinha ou hortelã fresca após o seu consumo.

Luana T. Pereira
Nutricionista CRN 8/5606

Editorial

As conquistas do STIAM em 2012

Prezados companheiros! No limiar de mais um ano que desponta, trazendo-nos a certeza de muita prosperidade na edificação de construirmos juntos uma nova era na relação capital/trabalho, sentimo-nos na obrigação de fazer uma retrospectiva de nosso trabalho referente a 2012.

Fato este que se faz necessário, primeiro porque com isso vamos lembrar as conquistas e as decepções que apesar de tantos esforços ainda tivemos de presenciá-las em diversas ocasiões. Mas, as decepções nunca nos assustam e nem fazem com que desistamos dos nossos projetos de trabalho, pelo contrário, elas nos ajudam a corrigir as nossas falhas e a seguir em frente.

As conquistas, essas sim, nos incentivam a continuar a nossa luta em busca de melhoria cada vez mais na vida de nossos representados.

E foram muitas no transcorrer do ano passado, como por exemplo, em fevereiro quando participamos de várias manifestações em

Coluna da Alimentação

Cuide de sua saúde consumindo alho no seu dia a dia

Não se sabe ao certo quando o alho passou a ser consumido pela primeira vez. Mas, de acordo com relatos já era utilizado pelo menos há 5.000 anos no antigo Egito, Roma e Grécia. Foram encontrados dentes de alho em tumbas egípcias com o intuito de ajudar na passagem da vida para a morte. Foi considerado um alimento fortificante, ingerido pelos construtores das pirâmides para fornecer energia. Além de serem colocados na porta de casa na função de agir como repelente contra mosquitos.

Acredita-se que esse alimento chegou ao Brasil com

Brasília pelo destravamento das negociações da Norma Regulamentadora dos frigoríficos, que se encontrava sem solução nas organizações empresariais. Elas eram contra as nossas reivindicações na elaboração do texto dessa NR, cujo teor já havia sido amplamente discutido em várias audiências públicas, realizadas em São Paulo/Capital, Florianópolis, Cuiabá, Goiânia, entre outras. Todas acompanhadas por nosso sindicato, representado pelo diretor, Roberto Pino de Jesus. Os encontros culminaram com o fechamento dos termos da NR que deverá ser publicada entre fevereiro e março deste ano. Isso vai mudar sensivelmente a vida dos trabalhadores dos frigoríficos e abatedouros de aves, a partir de março quando começamos as discussões, visando a renovação das convenções e acordos coletivos.

Essa sim foi uma luta árdua para convencer os representantes da classe patronal a consentir melhores salários e ambiente de trabalho aos seus colaboradores. Fizemos inúmeras viagens a Curitiba, São Paulo e outras localidades onde se encontram localizadas as sedes dos sindicat-

as caravelas durante o século XV e XVI. Adotado pelos brasileiros, foi muito bem aceito como "refogado" para preparar a maioria das receitas salgadas.

Ainda que muitas pessoas não suportem o cheiro e o gosto, o alho, além de incrementar os sabores nos pratos culinários, é considerado "funcional" – aquele que alimenta e é capaz de prevenir doenças e manter o organismo funcionando perfeitamente. A alicina, substância presente no alho quando esmagado, é a responsável pelo seu odor característico e também pelas suas propriedades funcionais no organismo humano. Entretanto, sua quantidade a ser consumida para se obter algum benefício à

saúde ainda não foi determinada. Desde há muito tempo, a ingestão de alho tem sido associada ao fortalecimento do sistema imunológico pela composição de selênio e zinco e à prevenção de doenças cardiovasculares, devido à capacidade de dilatar os vasos sanguíneos, ajudando a circulação do sangue. Ainda reduz os níveis de colesterol, previne gripe, resfriado, alguns tipos de câncer (estômago e intestino) e infecções em geral.

Na hora de escolher o alimento, prefira os que têm a cabeça redonda e com casca. Evite aqueles com dentes soltos, moles, murchos ou com brotos nascendo. Procure guardá-los em local fresco, seco e arejado. Você pode

SUBSEDES DO STIAM

PARANAVAI - PR
RUA SYLVIO VIDAL, 2278 - CENTRO - CEP 87702-330 - TEL (44) 3423-2221
DELEGADO: SHUZO TOMA

CAMPO MOURÃO - PARANÁ
RUA ROBERTO BRZEZINSKI, 1478-B - CEP 87302-200 - TEL (44) 3523-3956
REPRESENTANTE: EDEMIR NICOLAU MEDEIROS

O céu e o inferno de cada um

Odacir Antonio Zanatta

Nota da redação: Este artigo foi publicado em 9 de fevereiro de 2013 no jornal Umuarama Ilustrado, de Umuarama/PR

Quando eu era criança e morava na zona rural com minha família, de onde sai com quinze anos de idade, eu me arrepiava com os "causos" contados na varanda da nossa casa, quando à noite recebíamos visita dos vizinhos, o que ocorria com frequência, pois não éramos servidos por energia elétrica, não tínhamos televisão e toda a atenção do mundo era dada aos visitantes, coisa rara de se ver nos dias atuais.

Numa dessas visitas, um vizinho disse que se estivesse acontecendo um baile de carnaval na terça-feira e a folia adentrasse às primeiras horas da quarta-feira de cinzas, portanto já na quaresma, era só olhar pelo buraco da fechadura que daria para ver todo mundo de chifres lá dentro, o cheiro de enxofre era terrível e que todos dali iriam para o inferno. Ele mesmo tinha sido prova disso.

Entre uma estória e outra, sempre eram recomendadas aos mais jovens atitudes que poderiam livrá-los do inferno e abrir-lhes as portas do céu. E esse desejo de ir para o céu é tão grande entre as pessoas que já teve gente que até comprou um pedaço dele. Acredita? Mas não sei se vai levar.

Lembrei-me desses fatos, pois o período de carnaval se aproxima e gostaria de abordar de forma bastante simplificada a questão do céu e do inferno, bastante lembrados durante essa festa que tomará conta do Brasil inteiro, principalmente por alguns líderes religiosos.

Porém, eles não existem no espaço geográfico, apenas no espaço interior de cada um. São atitudes, psicológicas, não existem no espaço exterior. Ou, na melhor das hipóteses, eles aparecem de forma diferente ou em momentos distintos para cada um. Basta olhar ao nosso redor num dia em que estamos achando que tudo está um inferno, para percebermos que muitas pessoas estão tranquilas, serenas, curtindo a vida como se estivessem no céu. Portanto, somos nós que os criamos e os carregamos exatamente como uma teia de aranha, e onde formos criaremos o padrão à nossa volta.

Precisamos compreender isso muito profundamente, o mais profundamente possível, pois muitas coisas dependerão disto, incluindo nossa transformação. Trazemos dentro de nós a semente da miséria ou felicidade, inferno ou céu. Tudo que nos acontece, acontece por nossa própria causa. As causas internas são as principais; as externas são secundárias, apenas desculpas.

Sempre que descobrimos que existe alguma miséria, olhemos para dentro, pois a causa está ali. Se estivermos nos sentindo bem-aventurados, olhemos para dentro, pois a causa também está ali. Se olharmos para fora, encontraremos uma causa fictícia, que não é verdadeiramente uma causa, mas uma projeção.

Podemos mudar o exterior, mas nada será alterado se o interior permanecer o mesmo. Ele se encarregará de criar o mesmo padrão, amiúde, seja qual for a situação externa, pois fluímos do interior para o exterior.

Portanto, nessa época de calorosas e animadas folhas, caso nos sintamos infelizes, não tentemos encontrar desculpas no mundo externo. Ao contrário, procuremos achar dentro de nós o que está nos frustrando.

Aproveitemos o feriado prolongado para viajar, acampar, percorrer uma trilha na mata, tomar um banho de cachoeira, meditar, tocar um instrumento sem receio de perder notas musicais, cantar sem medo de desafinar, dançar, pular inclusive depois da meia noite da terça-feira, pois apenas coisas boas irão nos acontecer, a menos que nosso inferno interior esteja em vantagem. Mas se for o caso, isso também passará.

Odacir Antonio Zanatta

Engenheiro Agrônomo, Mestre e Doutor em Agronomia. Professor e coordenador de curso do IFPR – Umuarama.

Trabalho

Frigorífico é condenado a pagar R\$ 25 milhões por más condições de trabalho

O Tribunal Regional do Trabalho (TRT) da 12ª Região, em Santa Catarina, condenou em R\$ 25 milhões a Seara Alimentos (grupo Marfrig), a título de danos morais coletivos, por causa da demissão de dez trabalhadores na unidade de Forquilha. Na sentença, o TRT fala em condições de trabalho "degradadas".

O processo resulta de ação cível pública proposta em 2007 pelo Ministério Público do Trabalho, após a demissão – segundo o TRT – de dez trabalhadoras "que haviam se retirado por instantes da sala de cortes da unidade de Forquilha por conta do frio intenso do local".

Na sentença de primeira instância (Vara do Trabalho), a Justiça determinou que a empresa tomasse providências para preservar a saúde dos funcionários. O valor da condenação deveria ser aplicado "no aparelhamento do INSS, do

Sistema Único de Saúde (SUS) e do Ministério do Trabalho e Emprego no município, para diagnóstico precoce de doenças de natureza ocupacional e projetos de reabilitação física e profissional". Já a decisão do TRT decidiu que os recursos também devem ser aplicados na realização de pesquisas para adequar o ambiente de trabalho, especialmente em frigoríficos, em áreas onde o grupo mantém unidades.

"Demonstrado que a empresa submeteu por vários anos seus empregados a temperaturas inferiores às previstas no art. 253 da CLT, sem a concessão de pausas de recuperação de fadiga, merece ser mantida a sentença", afirmou a relatora do processo, desembargadora Águeda Maria Lavorato Pereira. O artigo referido classifica "frio" temperaturas, conforme zonas determinadas pelo Ministério do Trabalho, de 10, 12 e 15 graus.

A justiça fala ainda na formação de uma "legião de trabalhadores doentes e incapacitados". Pela sentença, a empresa deve assegurar tratamento integral, até a convalescença, de todos os empregados com doenças ocupacionais.

A ação constatou ainda outros problemas, como dificuldade dos trabalhadores para ir ao banheiro, especialmente em ambiente próximo dos 10 graus. "A limitação do uso de banheiro configura descumprimento dos preceitos constitucionais que tutelam a saúde e a dignidade humana", diz o acórdão.

Fonte: www.redebrasilatual.com.br/temas/trabalho/2013/01

Notas

CONSULTA OFTALMOLÓGICA

A Comunidade Apoio à Vida comunica que a consulta com oftalmologista de paciente com mais de 12 anos será feita também com a tonometria. A medida entrou em vigor no início deste ano. Dúvidas, favor entrar em contato com o sindicato.

CONVÊNIOS

Pilates Concept

Em Maringá – vários endereços:

Avenida Dom Manuel, 327 – Telefone: 3025-4554

Avenida Bento Munhoz da Rocha Neto, 773 – Telefone: 3026-4544

Avenida Américo Belay, 1610 – Telefone: 3265-4496

Avenida Mandacaru, 3369 – Telefone: 4141-2518

Clube Olímpico – Telefone: 3224-6679

Maringá Clube – Telefone: 3227-2359

Country Clube – Telefone: 3224-2275

Pilates é um método de condicionamento físico, baseado em técnicas orientais e ocidentais que procura integrar o corpo e a mente através de exercícios físicos que podem ser executados tanto no solo, na bola, como em aparelhos específicos.

ANIVERSARIANTES

Diretoria do Stiam

Março: 20 – Donizete Vidal – Suplente do Conselho Fiscal.

Funcionárias do Stiam

Março: 2 – Cida (Área de Lazer)

16 – Eunice (Zeladora)

Parabéns aos aniversariantes. Que essas datas tão importantes em suas vidas sejam marcadas de muitas alegrias e esperanças. Felicidades!

Novos associados cadastrados no STIAM

"SOZINHOS SOMOS FRACOS. JUNTOS SEREMOS FORTES NA CAUSA QUE ABRAÇAMOS".

A iniciativa da Diretoria do Stiam de sindicalizar também nas empresas vem obtendo o maior sucesso. O nosso trabalho tem recebido total apoio dos empresários. Isso é gratificante. Em relação aos trabalhadores, a receptividade continua sendo a melhor possível. Existe um clima mútuo de respeito e confiança. Muitas dúvidas são sanadas na hora. Por isso, o trabalhador fica satisfeito. Sem contar com a vantagem de receber a carteira de associado no próprio serviço. Vamos continuar com a campanha por tempo indeterminado. O trabalhador merece esse empenho, respeito e consideração. O Sindicato da Alimentação saúda os novos filiados. Sejam bem-vindos. Com o apoio e força de todos os companheiros conquistaremos nossos objetivos.

A. & R. NUTRIÇÃO ANIMAL LTDA
Wellington Henrique Baggio

A B M IND. E COM. DE CAFÉ LTDA
Natalício Araújo Lopes

ABATEDOURO COROAVES LTDA
Adriano da Silva Ferreira
Andressa Ariane os Reis
Célia Aparecida de Souza
Cleide Campos Ruas
Edilson Ferreira de Lima
Elizabete aparecida Botigliieri
Jaime Pereira dos Santos
Juliana Conceição Santos
Lucia Francisca da Silva
Márcio do Carmo
Maria Adriana Siqueira
Maria Lúcia de Souza da Cruz
Maria Sueli da SilvaVieira
Marine Scarabel Rocha
Reginaldo José Maria
Rosimeire Izaltino Bueno
Sandra Regina Delfante

FRIGORÍFICO JR
Aurelindo Pereira da Rocha
Rosângela Maria Garbelini
Sergio Aparecido Ferreira

GONÇALVES & TORTOLA S/A
Adriana de Souza Leopoldino
Alexandra de Fátima Vicente
Aline Greda Moraes Sardinha
Analice Meira Santana
Andreyra Paula Gomes Silva
Ângela Maria de Aguiar
Clarice Aparecida do Nascimento
Davidson de Sousa Silva
Dircilaine R. de Assis Ambrósio
Juliana Aparecida Pereira da Silva
Leila Cristina de Almeida
Luciana de Aguiar
Marcelo Rodrigo Bezerra
Maria das Graças de Jesus
Osnei Marcos de Paula
Rosiane Alves da Silva
Sidnei Martins Pereira
Tânia Alessandra da Silva

ALISUL ALIMENTOS S/A
João Navarro

BRIOCHE CROCANTE PANIF. E CONF.
Marinalva Senhora dos Santos

CAMACHO IND. DE BEBIDAS
José Carlos Buarque de Lima

CEREALISTA FEIJÃO DE OURO
Francisco de Assis da Silva

C. M. F. PANIFICADORA E CONFEITARIA LTDA
Andréia Maria Julio Pereira
Márcia Meireles da Rocha

D. G. OTÁVIO BOLOS
Fernanda Luiza Caetano
Larissa Patrícia B. Pedroso

DOCINGÁ IND. E COM. DE DOCES LTDA
Gedalva dos Santos
Letícia de Paula Vieira
Vera Líbia de Paula Vieira

EBC EMPR. BRAS. DE COM. LTDA
Edina Alves Vicente

EVANDROVERA
Alessandra Mislaine Montagioli

FRIGORÍFICO BIG BOI LTDA
Gilmar Ribeiro Obici
José Carlos Marques
Márcio Ferraz
Sidnéia Batista da Silva
Valentino Soares de Moura Neto
Viviane Ferreira Melo

FRIGORÍFICO JR
Aurelindo Pereira da Rocha
Rosângela Maria Garbelini
Sergio Aparecido Ferreira

GONÇALVES & TORTOLA S/A
Adriana de Souza Leopoldino
Alexandra de Fátima Vicente
Aline Greda Moraes Sardinha
Analice Meira Santana
Andreyra Paula Gomes Silva
Ângela Maria de Aguiar
Clarice Aparecida do Nascimento
Davidson de Sousa Silva
Dircilaine R. de Assis Ambrósio
Juliana Aparecida Pereira da Silva
Leila Cristina de Almeida
Luciana de Aguiar
Marcelo Rodrigo Bezerra
Maria das Graças de Jesus
Osnei Marcos de Paula
Rosiane Alves da Silva
Sidnei Martins Pereira
Tânia Alessandra da Silva

ALISUL ALIMENTOS S/A
João Navarro

GUAÇU ALIMENTOS LTDA
Elizeth Maria de Oliveira Trentin

IND. DE MASSAS SÃO GABRIEL LTDA
Lucirene Borges de Oliveira
Natalice dos Santos Silva
Paulo Henrique Mendes Tuzzi
Valdirene Marques Julio
Valeria Marques Julio

KINOPAS DO BRASIL
Nivaldo Aparecido Fernandes

LELIMEL IND. COM. PROD. ALIM. LTDA
Kelly Regina de Souza
Luiz Miinhuk
Sandra Aparecida da Silva Cruz

LULLY IND. DE ALIMENTOS LTDA
Alessandra Miranda Zeferino
Ana Carolina A. Mendes

MÁRCIA A. F. COSTA ROCHA & CIA LTDA
Joyce de Jesus Santos
Patrícia dos Santos

MARCO A. COSTA & CIA LTDA
Jair Ferreira

PALMALI INDL DE ALIMENTOS LTDA
Camila dos Santos Alves
Cleide Aparecida da Silva Santos
Elizângela Ferreira da Silva
Francilaine Negri Andrade
José Márcio da Silva
José Nilton Gomes
Rodrigo Batista Damaceno
Rosimeire Couto Alves

PANIFICADORA CERRO AZUL
Kelly Cristina de Oliveira Fonseca
Maicon Stoco Ferreira Muniz

PANIFICADORA PARATI
Celina Alves da Silva
Edilaine Paula Marques dos Santos

PARTICULAR
Claudineia de Deus Batista

PONTO O SORVETES LTDA
Dulce Correia

PRESMO LTDA
Ana Paula Tavares Cardoso

STEVIAFARMA INDL. S/A
Cézar Cordeiro Sitko

TOTAL: 90 NOVOS SÓCIOS

Gôndolas Berto

Instalações comerciais

GÔNDOLAS, CHECK-OUT, ESTANTES E ARMÁRIOS DE AÇO

bertorepres@wnet.com.br
www.gondolasberto.com.br

TEL (44) 3226-7108
CEL 9919-9077

Somos parte da natureza

LARISSA T. PEREIRA



O tratamento incorreto do lixo não afeta somente nosso entorno. Além de deixar nossas cidades sujas, com cheiro ruim e causar outros problemas maiores nos centros urbanos, como enchentes, doenças, e outros, o lixo mal administrado também irá afetar, negativamente, áreas preservadas. Mas, não pense que o tratamento do lixo é uma responsabilidade apenas das autoridades. Você também pode separar o lixo em casa, mesmo que em sua cidade ou bairro não haja coleta seletiva. Essa simples ação irá facilitar o trabalho de pessoas que trabalham com reaproveitamento e reciclagem de materiais.

texto e foto: MSc. Larissa Trierveiler Pereira
Programa de Pós-Graduação em Botânica
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

ASSESSORIA PREVIDENCIÁRIA
(Aposentadorias)

Amilton Eudoxio Pereira
Advogado OAB/PR 49400
Especialista em direito previdenciário
pela Universidade Anhanguera/Uniderp

TEL (44) 3034-7686 / 9973-4371

AV. BRASIL, 3772 - EDIFÍCIO SHIMABUKURO
13º ANDAR - SALA 1322 - MARINGÁ - PARANÁ

INTEGRAÇÃO
COM OS MAIS DIVERSOS SISTEMAS DE GESTÃO (ERP) DO MERCADO

Software
para equipe de vendas

O Vsell trabalha integrado com os principais Softwares de Gestão (ERP), Benner, TOTVS, LINX, Senior, SAP, Microsiga, DataSul dentre outros.

Vsell

É importante ressaltar que os diretores, Rubens Leme e Nelson Cancini, funcionários das empresas, Spaipa e Panificadora Fabiana, respectivamente, estão à disposição dos trabalhadores nos intervalos do trabalho, prestando informações e sindicalizando, bem como o diretor-secretário, Santo Batista de Aquino, que visita também as empresas, fazendo o mesmo serviço. Por outro lado, as colaboradoras, Elizandra Mello da Silveira e Mariléa Trierveiler Pereira percorrem sempre as empresas com essa finalidade.

O curso tem como objetivo permitir aos participantes conhecimentos sobre as noções de controle e operação de caldeiras, com a finalidade de treinar profissionais para o exercício da profissão, fornecendo-lhes informações gerais e objetivas sobre os aspectos que envolvem o tema caldeiras. É uma exigência do Ministério do Trabalho através da NR-13 aprovada pela Portaria 3.214 de 08/06/78, da Lei 6514, de 22 de dezembro de 1977 de Segurança e Medicina do Trabalho.

As aulas são ministradas na sede do Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Alimentação de Maringá (Stiam) aos sábados, das 8h30 às 12h. e das 13h30 às 18h. Início em 16 de fevereiro e término, 23 de março com entrega de diplomas.

O curso é uma realização da Consultoria Industrial Maringá em parceria com a Casa da Caldeira, EIT Caldeiraria e Stiam.



Nova edição do Sind Mulher com muitas atrações e sorteios

O 3º Sind Mulher será realizado em 3 de março no Clube Olímpico de Maringá, na Rodovia BR 376, das 8h30min. às 18h. O evento tem como objetivo festejar o Dia da Mulher, comemorado, mundialmente, em 8 de março. Poderão participar somente trabalhadoras sindicalizadas do Stiam, Sinconfemar e Sindmeta-

lúrgicos.

Serão servidos, gratuitamente, café da manhã e almoço. Todas as participantes têm direito a uma camiseta alusiva ao evento que poderá ser usada durante o encontro. No final do dia haverá sorteios de três motos Biz. As ganhadoras dos prêmios deverão estar presentes para levar o prêmio.

Não deixe de participar.



A distribuição gratuita de material escolar aos sindicalizados do Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Alimentação iniciou-se em 26 de janeiro e sem data prevista para o encerramento. A princípio, a entrega iria até 2 de fevereiro, porém o Stiam prorrogou esta data até o final do mês porque muitos trabalhadores encontravam-se de férias ou licenciados. E o objetivo é alcançar todos os sócios.

De acordo com o presidente do Stiam, Rivail Assunção da Silveira, a meta de beneficiar mais de 2 mil associados e seus dependentes deverá ser atingida. O presidente declara que o mutirão aos sábados, das 8h. às 17h. (sem fechar para o almoço) foi necessário porque muitos sindicalizados não trabalham nesse dia da semana. Portanto, têm mais tempo para ir ao sindicato, receber o benefício.

Companheiro (a), vá logo. Não perca essa oportunidade.

