

OUT/NOV 2019 | ANO 16 | EDIÇÃO 94 | R\$12,00

êxito

ATITUDE
E OPINIÃO
EMPRESARIAL

NEGÓCIOS FAMILIARES: A PRÓXIMA GERAÇÃO



A IMPORTÂNCIA DE
USAR ÓCULOS
SOLARES NA INFÂNCIA

SAIBA COMO FAZER
A SUA EMPRESA
FAMILIAR CRESCER



COJ

Clínica do Ombro e Joelho

JOELHO

OMBRO E COTOVELO

MÃO E PUNHO

COLUNA

TORNOZELO E PÉ

ORTOPEDIA PEDIÁTRICA

Atendimento em domicílio

Dr. May Silvio Chagas da Silveira
Ortopedia e Traumatologia

CRM 13377 RQE 9053

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Alexandre Andrade Casagrande
Ortopedia e Traumatologia

CRM 17751 RQE 14604

ORTOPEDIA

COJCLINICA



📍 RUA VENERIANO DOS PASSOS - CENTRO - VIDEIRA/SC

☎ (49) 3533.6100 📞 (49) 99195.4001 - 99105-0105

✉ COJCLINICA@GMAIL.COM - WWW.COJCLINICA.COM.BR

TERCEIRIZAÇÃO DA GESTÃO EMPRESARIAL

A estruturação que sua empresa precisa



GRUPO

TAMANHO

soluções empresariais

Oferecemos especialistas para cada área do seu negócio.

Tenha mensalmente em suas mãos relatórios e indicadores financeiros, estratégias de mercado e suporte de gestão de pessoas.



Diagnóstico completo e aplicação da consultoria empresarial



Gestão financeira, fluxo de caixa e ponto de equilíbrio



Consultor full time para sua empresa



Gestão de equipe



Treinamentos



Entrevistas e Contratações

 @GRUPOTAMANHO  GRUPO TAMANHO

WWW.GRUPOTAMANHO.COM.BR

ENTRE EM CONTATO:  49 99920-5870  49 3522-8594

CRESCER EM FAMÍLIA

Quando pensamos em crescimento empresarial, pensamos na jornada que é manter uma empresa aberta. Não vou falar sobre carga tributária ou dificuldades do empresariado, prefiro mencionar a sua responsabilidade diante da manutenção das famílias dos colaboradores, afinal, para onde seus colaboradores iriam se a sua empresa não existisse? E que tipo de impacto o posto de trabalho que você oferece ao indivíduo causa naquele núcleo familiar que divide (ou não) a mesma residência?

Não posso concordar com a existência de espectros diferentes para famílias e empresas, já que como seres sociais que somos precisamos conseguir um ponto de equilíbrio entre a vida familiar e o trabalho; a saúde financeira e a saúde de modo geral. Mas existem empresas que tornam essa relação um pouco mais complicada: as empresas familiares. Elas buscam unir o melhor dos dois mundos — o almoço de domingo e o trabalho — mas nem sempre conseguem fazer isso com eficiência. Suas dificuldades são proporcionais ao tamanho da organização e do relacionamento familiar.

E a coisa fica ainda mais difícil quando as empresas familiares que estudamos têm o desafio de passar para uma nova geração de dirigentes. Com mais ou menos preparação, a mudança na cúpula da gestão traz em seu bojo muitas dúvidas com relação à confiança do cliente, colaboradores e fornecedores: atualização das práticas de gestão e definição de novos caminhos para o futuro da organização. Não é algo fácil, obviamente. Mas estando em família, a gente se entende!

Nesta edição você vai conhecer um pouco mais sobre a sucessão em empresas familiares a partir de quatro cases diferentes, além de encontrar matérias que poderão guiar a sua companhia na superação destas dificuldades. Trazemos informações sobre saúde e matérias de opinião para dividir com você um pouco do que pensamos. Apresentamos uma startup de inovação na editoria Empresário de Êxito e a trajetória da Ir. Ilva Maria Ogliari.

Boa leitura!



Angela Zatta
angela@editoraexito.com.br

EDIÇÃO 94
OUTUBRO/NOVEMBRO 2019

Diretores

Rid Eloi Zatta
Rosí Scariot Zatta

Redação

Angela Zatta
Larissa Lucian

Criação/Diagramação

Kaynã Santos
Thais Lucchesi

Departamento Comercial

Silvia Zatta Gonzatto
Tel.: (49) 3566.0001
(49) 9 9931.3881

Fotografia

Eduardo Munzlinger
Gerusa Ansiliero
Luciano Colissi

Assessoria Jurídica

José Carlos Damo
OAB/SC 4625

Revista Êxito® é uma publicação da Êxito Editora e Comunicação
Rua Aparecida, 100 - Bairro São Cristóvão
Videira - SC - CEP 89562-074
Tel.: (49) 3566.0001

Todas as matérias assinadas são de inteira responsabilidade de seus autores. A opinião das pessoas que estão na revista, não reflete necessariamente a opinião da revista. Todas as publicidades são de inteira responsabilidade de seus anunciantes.
(f) www.facebook.com/editoraexito
(i) @exitoeditoraecomunicacao
(@) revista@editoraexito.com.br
(w) www.revistaexito.com.br

A SEGURANÇA DA SUA FAMÍLIA EM PRIMEIRO LUGAR!

-  CÂMERAS
-  ALARME
-  INTERFONE - PORTÃO
-  CONTROLE DE ACESSO
-  RASTREABILIDADE

» Estamos atendendo em novo endereço, venha nos visitar! «



SUMÁRIO



08 EMPRESÁRIO DE ÊXITO

Jeferson Rodrigo Gatti



36 MATÉRIA DE CAPA

Negócios Familiares:
A próxima geração



50 JORNADA DE ÊXITO

Ir. Ilva Maria Ogliari

12 COMO FAZER A SUA EMPRESA FAMILIAR CRESCER

16 NESSE ANO, REALIZE O SONHO DA CASA PRÓPRIA

19 VOCÊ CONFIA NO SEU COLABORADOR?

20 PLANEJAMENTO PRECISO

25 UMA PLANILHA MÁGICA

28 ÓCULOS SOLARES INFANTIS: PROTEÇÃO COM ESTILO

30 FIBROMIALGIA: UMA DOR INVISÍVEL

32 A ENDOMETRIOSE E A MULHER MODERNA

46 A GENTE SE ACOSTUMA, MAS NÃO DEVERIA

48 TERAPIA DIGITAL CHEGUEI PARA FICAR!

54 MEUS CUMPRIMENTOS AO CHEF

60 ANTONIO CARLOS "BOLINHA" PEREIRA

62 CUIDADO CONTEÚDO SENSÍVEL

64 SUA CASA SEGURA, DESCANSO MERECIDO

65 SOBRE AS JANELAS - LEONARDO PASQUAL COLLE

MIOPIA

HIPERMETROPIA

ASTIGMATISMO

VISÃO NORMAL, SEM ÓCULOS

CIRURGIA A LASER É AQUI

Uma cirurgia rápida e minimamente invasiva, pode trazer-lhe mais qualidade de vida.

A cirurgia refrativa faz parte da vida do COBS desde 2014,

com a criação da REFRATA Laser Ocular.

Uma clínica preparada com a mais alta tecnologia e profissionalismo.

O resultado são pacientes mais felizes, livres dos óculos ou lentes.

FALE COM A GENTE.

COBS
CENTRO OFTALMOLOGICO
BELOTTO STOCK

refrata
LASER OCULAR

 49 98437 9160

  @BELOTTOSTOCK

[www BELOTTOSTOCK.COM.BR](http://www.belottostock.com.br)

AV. BARÃO DO RIO BRANCO, 589, Diretor Técnico
CENTRO, JOAÇABA SC Luiz Carlos Belotto
CRM - 3485-1 - RQE 10571



O NOME DA INSEMINAÇÃO 4.0

Dezoito anos separam Jeferson Rodrigo Gatti do início da carreira ao ponto onde sua startup desponta no cenário nacional da inovação. Engenheiro Mecânico e Mestre em Ciência e Biotecnologia, Jeferson é o criador da B.tools, uma startup que se tornou referência na Inseminação Artificial de Precisão no país e em breve deve ganhar o exterior. Em entrevista à Êxito, Jeferson fala da sua trajetória e fornece grandes dicas para quem deseja pensar em inovação.

Fale brevemente sobre a sua trajetória empresarial.

Desde os 18 anos trabalho com manutenção de eletrodomésticos na Refrigatti e também com a manutenção de equipamentos voltados à inseminação artificial. Comecei a ter contato direto com as dificuldades e problemas que os profissionais da área veterinária tinham com relação à inseminação artificial, bem como as perdas do processo. Mas naquele momento, por diversas questões, eu não podia nem mesmo entrar na graduação. Entrei na universidade aos 26 anos para cursar engenharia mecânica com todo apoio da família e principalmente da minha esposa, fazendo o percurso de quase 3 horas de van diariamente para estudar. Meu fascínio por resolver problemas e inventar soluções ganhou força com a graduação, pois descobri que poderia fazer mais pelos suinocultores e seu ecossistema usando minha criatividade e investigando os problemas que ocorriam no processo de inseminação artificial em suínos.

No ano de 2011 apresentei minhas ideias pela primeira vez para uma banca de professores e para minha decepção não obtive sua aprovação para transformar aqueles desejos em um projeto de pesquisa. Mesmo com a votação sendo unânime, ao final da banca, o professor João Bagetti me disse que se eu acreditasse na ideia já seria o suficiente e me estimulou a montar um projeto, pois se eu era louco o suficiente para tentar, ele também seria louco o suficiente para me ajudar. Esse foi um divisor

de águas na minha vida! Passei um ano estudando biologia celular e termodinâmica para adequar minha ideia à metodologia científica. Nesse meio tempo, meu filho nasceu, motivação extra para continuar.

Em 2012, meu projeto foi aprovado na universidade e me tornei bolsista. Por não ter tempo para estudar, aprendi a estudar dentro da van durante o trajeto para a Universidade, a oportunidade exigiu que eu dominasse minhas fraquezas para dar conta de trabalhar ao longo do dia e estudar à noite para as provas, disciplinas e mais a pesquisa. Assim, em 2014 defendi

meu projeto no Congresso Brasileiro de Medicina Veterinária e meu trabalho ficou entre os 40 melhores do Brasil na categoria Reprodução Animal. Apresentei alguns protótipos construídos em um pequeno depósito com sucata de eletrodomésticos na empresa onde trabalhava, criado quando sobrava tempo entre um atendimento e outro, nos finais de semana, depois de voltar da faculdade e madrugada a dentro, a fim de atender o prazo da pesquisa.

65% das crianças vão trabalhar em profissões que ainda não existem



Como o projeto ganhou forças?

Ganhei o Sinapse da Inovação em 2015, concorrendo com mais de 1.700 empresas e consegui validar a tecnologia in vitro. Com o prêmio e com o apoio da pré-incubadora da universidade, pude transformar esse produto fruto da pesquisa em um negócio de fato. Assim nasceu a B.tools, que foi finalista do Prêmio EmTech Brasil promovido pelo MIT (Massachusetts Institute of Technology), um dos maiores institutos de tecnologia do mundo,



Jeferson Gatti: "É com os seus erros que
você mais vai aprender"

B. tools



nos EUA. Também fomos indicados como uma das 100 melhores startups para se investir no Brasil em 2015 e 2016, quando também fui contemplado com uma bolsa de estudos para o Mestrado e demos início ao projeto de validação dessa tecnologia com os animais em campo. No ano seguinte fui uma das 10 empresas brasileiras escolhidas para participar do Swissnex Brazil, uma parceria entre Brasil e Suíça voltado ao desenvolvimento de novas tecnologias e inovação. Já em 2018, com a conclusão do Mestrado, a B.tools foi indicada pelo próprio MIT como uma das tecnologias emergentes do mundo e fui finalista do Prêmio latino-americano Innovators Under 35 LATAM. Neste ano também fomos um dos ganhadores nacionais do Prêmio InovaPork promovido pela EMBRAPA e estamos classificados como finalistas do Prêmio Pontes para Inovação, com investidores de nível nacional.

Podemos dizer que nos tornamos uma referência em Inseminação Artificial de Precisão e estamos despontando a Inseminação 4.0, já que essa tecnologia permite potencializar o comportamento das células espermáticas na inseminação artificial de suínos, aumentando o número de animais nascidos, com monitoramento e controle em tempo real na palma da mão.

Como vocês organizam o trabalho em equipe na startup?

O conceito de startup é um pouco diferente das empresas que conhecemos ou de uma micro e pequena empresa. Startup é um negócio de tecnologia, escalável e também que tenha um alto risco. Normalmente os sócios ou colaboradores não são remunerados por um bom tempo, pois o tempo de retorno pode demorar. Veja, mesmo que a B.tools tenha conseguido tudo isso, também é importante que eu continue trabalhando em outras áreas. Hoje, também atuo na área de climatização e desenvolvimento de planos de manutenção, operação e controle (PMOC), inspeção e laudos para ambientes climatizados.

Uma característica muito comum das startups é a junção de conhecimentos e a liberdade que a equipe tem para trabalhar e buscar a inovação. Não é por acaso que muitas empresas tradicionais acabam comprando tecnologia de startups ou até se tornando sócios para poder acelerar a competitividade em

seus ramos de atuação. No que se refere à metodologia organizacional, antes da aplicação de uma ferramenta, é preciso conhecer bem o negócio e ter o domínio de todas as métricas que envolvem o produto e o modelo de negócio.

O que é preciso observar ao criar uma startup?

Não existe regra, o mais importante é que o empreendedor tem que acreditar no que está fazendo e buscar informações para descobrir se o negócio que pretende montar, realmente se encaixa como startup. Desta forma ele vai trilhar o caminho que condiz com o sucesso do seu empreendimento. Um caminho quando se quer empreender é buscar a universidade, pré-incubadora, Centro de Inovação, como o que teremos em breve em Videira, assim com os profissionais especializados em cada área. Precisa buscar validar a ideia, fazer um plano de negócios e buscar parcerias, pois o sucesso pode estar relacionado ao simples fato de buscar auxílio quando se tem a ideia para aumentar a possibilidade de se tornar um empreendimento de sucesso. Acredito que isso seja válido para qualquer projeto de empreendedorismo, sendo ou não uma startup.

Quais são os caminhos para onde apontam a inovação no mercado mundial e brasileiro?

O mundo caminha para uma realidade onde tudo estará conectado a todos e a Inteligência Artificial transformará empresas e profissionais. Estudos mostram que em menos de 20 anos cerca de 40% das profissões de hoje não existirão. Hoje, 65% das crianças da 1ª série do Ensino Fundamental irão trabalhar em profissões que ainda não existem. Logo, o sucesso

dos profissionais virá da capacidade de aprender, desaprender e aprender novamente, tudo isso em curto espaço de tempo. As empresas que não se adaptarem serão engolidas pelo surgimento de outras de menor tamanho ou startups, como o caso da Netflix que mudou o mercado de filmes no mundo, e um dia foi uma startup. Empresas que querem se manter na frente devem buscar se reinventar. O planejamento estratégico para 5 anos é muito longo, empresas famosas fazem planejamentos dinâmicos de seis meses. Uma coisa aprendi e como dizia William Shakespeare: “As oportunidades nunca são perdidas, alguém sempre irá aproveitar as que você perdeu”.

A oportunidade exigiu que eu dominasse minhas fraquezas



CONTASSESC COMPLETA UM ANO DE ATUAÇÃO EM VIDEIRA

A Contassesc tem mais um motivo para comemorar: no mês de setembro, completou um ano de excelentes resultados e serviços completos com a plena satisfação dos seus clientes na cidade de Videira.

Com soluções rápidas e resultados significativos, a Contassesc contribui ativamente para o desenvolvimento econômico da região, tornando-se referência no ramo.

Modernos conceitos de tecnologia de assessoramento contábil e fiscal são oferecidos com o objetivo de atingir o mais alto nível de excelência, qualidade, satisfação e produtividade junto aos clientes. Conhecida por sua competência e habilidade que transformam seus conhecimentos em soluções estratégicas, a Contassesc não é apenas uma empresa de contabilidade, oferecendo soluções financeiras, assessoria empresarial, consultoria de negócios e planejamento tributário.

Com sede em Joaçaba e mais de duas décadas de atuação, atende diversos municípios da região e de outros estados, possuindo cinco filiais nas cidades catarinenses de Celso Ramos, Catanduvas, Vargem Bonita, Chapecó e Videira.

A veia empreendedora e a busca constante pela inovação ajudaram, neste primeiro ano em Videira, a prosperar negócios em toda região, reforçando o propósito da Contassesc.



COMO FAZER SUA EMPRESA FAMILIAR CRESCER

Encontrar uma empresa que não queira crescer seria como encontrar um unicórnio manco atravessando a rua. Ele avança, mas com dificuldades. Segue, mas atrapalha os pedestres e chega do outro lado apenas depois que o sinal já abriu. Esse unicórnio anda apenas porque sabe andar, manco. E se recusa a parar como um cavalo de padeiro treinado para avançar. Ele só vai parar quando machucar outra perna ou cair no profundo buraco da falência.

Asua empresa não é esse unicórnio. Provavelmente ela nem mesmo é um unicórnio no sentido de ser algo raro de encontrar, já que existem concorrentes em todos os ramos para ofertar produtos ou serviços similares. A questão principal deste exemplo é tornar evidente a busca pelo crescimento, natural de todos os empreendedores e empresários. Afinal, se não houver estratégia ou plano de crescimento, por que a sua empresa continua de portas abertas?

Nas empresas familiares, esta pergunta se torna um pouco mais complicada de responder já que é desse único negócio que muitas vezes depende o sustento de um ou mais núcleos de uma mesma árvore genealógica. É claro que essa situação também se aplica a negócios em que não haja gestão familiar, mas nas familiares existem alguns pontos extras de conflito como a tomada de decisão sobre o direcionamento dos negócios e o desejo dos executivos membros de alcançar cargos de poder dentro da empresa com base no laço sanguíneo. E normalmente o processo de regulação destas empresas contém falhas que se referem a situações inesperadas ou impensadas ao longo de seu histórico de evolução e amadurecimento da gestão.

Isso não tem nada a ver com o tamanho da organização. De acordo com uma pesquisa realizada por

Fernando Curado, Fernando Chahhah, Aline Porto e Thiago Penido, membros fundadores do Núcleo de Negócios Familiares do Insper, as empresas de primeira geração costumam a ser menos sofisticadas no ponto de vista da governança, tal como empresas menores. Porém, é preciso ter em mente que é igualmente comum que estas empresas empreguem familiares em posições executivas como uma

forma de reduzir o custo operacional e ganhar tempo no treinamento de sucessores quando o negócio ainda é pequeno ou não comporta muitos profissionais de mercado. Isso não impede que companhias menores ou de primeira geração pratiquem ações de governança de acordo com as melhores práticas de mercado.

Mas o que é governança? De acordo com o Instituto Brasileiro de Governança Corporativa (IBGC) este é o sistema pelo qual empresas e demais organizações são dirigidas, monitoradas e incentivadas, envolvendo os relaciona-

mentos entre sócios, conselho de administração, diretoria, órgãos de fiscalização e controle. Sua implantação busca converter princípios básicos em recomendações objetivas, alinhando interesses para preservar e otimizar o valor econômico de longo prazo da empresa. Em outras palavras, é estruturar as bases para o futuro.

Baseada em princípios básicos que permeiam todas as práticas em maior ou menor grau, a governança corporativa fornece um clima de con-

Empresas pequenas ou de primeira geração podem seguir as boas práticas do mercado



fiança interno e diante de terceiros a partir da transparência, equidade, prestação de contas e responsabilidade corporativa. Ela acompanha a evolução da estrutura da propriedade e auxilia a tomar decisões complexas quando a propriedade se torna dispersa, ou seja, quando não há um bloco de controle de acionistas, mas sim muitas pessoas com pouco poder de decisão individual.

Ora, uma empresa familiar não parece ser assim em um primeiro momento, mas um olhar mais atento pode revelar conflitos de poder que ultrapassam a esfera profissional. Normalmente, basta que um membro da família ocupe uma posição para que os demais também se sintam no direito sagrado de fazê-lo. E isso realmente não diz respeito ao tamanho da empresa. Está muito mais ligado às práticas de gestão que apresentam uma distinção clara (ou não) entre propriedade e gestão. A pesquisa dos fundadores do Núcleo de Negócios Familiares do Insper encontrou em empresas pequenas e na primeira geração com práticas bastante avançadas de governança, mas evidenciou que sua maior ocorrência acontece nas empresas de terceira geração.

BOAS PRÁTICAS DE GOVERNANÇA

A governança corporativa começou a tomar forma a partir de 1945, quando a força e o dinamismo da economia norte-americana apontava rumo a uma maior complexidade das organizações empresariais com o fim da Segunda Guerra Mundial, especialmente para companhias listadas em bolsa de valores. A estrutura de propriedade dispersa, negociada no mercado de capitais, tornou-se uma característica cada vez mais comum em suas empresas e uma interface direta entre acionista e empresa se tornou impraticável, salvo em caso de controladores majoritários, a exemplo das empresas familiares, que muitas vezes ocupavam a posição de Presidente do Conselho de Administração e de principal executivo (CEO) ou até mesmo optavam pela contratação de um gestor profissional para essa função.

Um pouco mais tarde, no Brasil que se abriu

ao mercado nos anos 1990, viu-se nascer o Instituto Brasileiro de Conselheiros de Administração (IBCA), que passou a se intitular Instituto Brasileiro de Governança Corporativa (IBGC) em 1999, em busca de influenciar os protagonistas das empresas brasileiras a adotarem práticas transparentes, responsáveis e equânimes na administração. No mesmo ano de sua criação, o IBGC lançou seu primeiro Código das Melhores Práticas em Governança Corporativa, que pode ajudar até mesmo organizações não empresariais como Cooperativas ou organizações do Terceiro Setor.

O Código atualizado (2015) pode ser encontrado no site do IBGC e baixado gratuitamente. Estruturado com cinco capítulos, possui informações específicas para Sócios, Conselho de Ad-

ministração, Diretoria, Órgãos de Fiscalização e Controle, e Conduta e Conflito de Interesses.

Embora sua aplicação não seja restrita às empresas familiares, aplicar estas práticas na organização pode ser um dos principais passos rumo a um futuro promissor, que facilite o trabalho das próximas gerações com a vantagem de promover uma tomada de decisões mais participativa e menos centralizada, fortalecer a marca, alinhar interesses e capacitar lideranças e demais colaboradores.

Considere a criação de um conselho de família para evitar conflitos



COMO IR PARA A PRÁTICA

Para aplicar a governança em empresas familiares, orienta-se que seja criado um conselho de família, que será totalmente desvinculado do Conselho de Administração e não participa do sistema de gestão da empresa. O que ele faz é organizar as expectativas dos familiares sobre a organização da empresa através de debates e apresentações das expectativas de seus membros com o objetivo de atingir um consenso entre familiares com relação questões como: que valores representam a família e devem guiar os negócios; critérios de sucessão e participação na sociedade; que limites separam os interesses familiares e empresariais; qual é o direcionamento geral dos negócios da organização; e quais critérios e regras definem os membros que fazem

parte do Conselho de Administração.

O Conselho de Administração, por sua vez, se assemelha a um grupo de guardiões comprometidos com o planejamento estratégico da organização e seus resultados. Ele também pode se dar sob a forma de um Conselho Consultivo que supervisiona o relacionamento da companhia com as demais partes interessadas e funciona como um elo entre os sócios e o restante da organização.

Então você me pergunta, as pequenas empresas conseguem ter tudo isso? O fato de termos afirmado que existem pequenas empresas com boas práticas de governança corporativa não indica que possuem todas elas. Também fazem parte da governança práticas de controle e comunicação entre os proprietários para, com base nos princípios de transparência e accountability (prestação de contas), realizar periodicamente reuniões entre os sócios para que todos estejam a par do que acontece, bem como coibir práticas de desvio de finalidade ou confusão patrimonial. Assim, são vistas como boas práticas uma boa organização da agenda de reuniões, pautas e atas desses encontros.

E já que falamos em controle, é recomendável que a empresa possua controles eficientes para a contabilidade, com demonstrações financeiras claras e precisas; controles internos a partir de processos de monitoramento e controle das operações para garantir a qualidade e prevenir os riscos; e auditorias periódicas (internas e externas) para investigar se as boas práticas são aplicadas no cotidiano.

Todas essas ações tem uma raiz comum calçada no código de conduta da empresa. Por mais que em negócios de pequeno porte ou familiares, este código dificilmente esteja descrito, vale muito a pena salvar um tempo para colocar no papel quais são os valores éticos, padrões de comportamento e transparência que todos os colaboradores devem seguir para que a cultura da empresa seja mantida quando ocorrer a sucessão ou apenas uma troca de membros da equipe. Também é preciso indicar quais leis e regulamentações externas devem guiar o com-

portamento da organização e seus colaboradores, bem como quais são os canais de denúncia ou resolução de questões éticas.

ISSO TEM TUDO A VER COM OUTRA COISA

A palavra que você buscou é compliance. A palavra da língua inglesa derivada do verbo “to comply”, significa cumprir, obedecer, agir de acordo com as normas. Tem tudo a ver com o que falamos sobre governança não é? Sim, o compliance está sob o guarda-chuva da governança.

Essa área empresarial se ocupa com o cumprimento das leis e normas que regem a corporação, sejam elas internas ou externas, além de zelar pela cultura da ética e da integridade no relacionamento entre os colaboradores e gestores e seus diferentes stakeholders. Ao entender os riscos

a que a organização se submete e suas possíveis implicações, pode-se pensar maneiras de atenuá-los.

Em resumo, diante da transparência necessária na governança, é o compliance quem vai garantir que a organização atue dentro das normas estabelecidas. Isso significa dizer que sem um compliance estruturado, corre-se o risco de ter uma governança ineficiente.

Boas práticas para dar início ao compliance é elaborar um código de conduta com linguagem acessível, disseminar entre os colaboradores a importância de segui-lo, criar canais

de denúncia sobre atividades que não seguem os preceitos da empresa e jamais envolver a empresa em práticas moralmente questionáveis.

Então, se você não quer que a sua empresa familiar se torne um unicórnio manco atravessando a rua, prepare-se para começar a pensar nesses temas mais a fundo. Uma boa maneira de começar é preenchendo uma autoavaliação disponível no site do IBGC para identificar qual é o estágio de maturidade em governança que a sua empresa possui. Também não deixe de buscar ajuda profissional externa para ajudar a organizar a casa.

Defina que valores representam a família e regem o negócio



Angela Zatta

angela@editoraexitocom.br

Laser e Fraxx Ginecológico

- Incontinência Urinária
- Flacidez Vulvar (Pós Parto e Pós Emagrecimento)
- Hipertrofia de Pequenos Lábios ○○○○○ Tratamento de Cicatriz em Vulva
- Dor na Relação ○○○○○ Líquen Vulvar
- Ressecamento Vaginal ○○○○○ Clareamento Vulvar
- Tratamento do HPV (verrugas) Sem Cicatriz
- Tratamento Íntimo de Menopausa sem Hormônio

Dra. Milena Quirino Gomes
Ginecologia/Obstetria
Especialista em patologias
do trato genital e colposcopia
CRM/SC 16208 | RQE 11640



☎ (49) 3566.5899

📞 (49) 9 9970.0048

📞 (49) 9 9955.3534

Rua Coronel Faundes, 100 - Sala 13
3º Andar - Santa Tereza - Videira/SC

Clínica
Fémina



NESSE ANO, REALIZE O SONHO DA CASA PRÓPRIA

A casa própria é a número um quando o tema da conversa é a realização de sonhos e busca por conquistas pessoais. Pelo valor dos imóveis, mais da metade da população brasileira opta por algum tipo de financiamento para conseguir investir nesse sonho sem ficar endividado. Para efetuar essa compra é necessário buscar imobiliárias e bancos que sejam aliados e não tenham taxas abusivas. No mês de agosto a Caixa Econômica Federal anunciou uma nova modalidade de crédito imobiliário, venha ficar por dentro do assunto.

Quando criança eu sonhava com uma casa rosa de dois andares, com piscina e um gramado enorme para meus filhos e os cachorros se divertirem. Porém só na fase adulta, percebi que esse sonho precisaria ser um pouco adiado por conta do valor de um imóvel desses, porque suas parcelas não “caberiam no meu bolso”.

Parte da população tem dificuldade em adquirir um imóvel por conta dos altos valores dos imóveis aliados aos juros do financiamento e deixam esse sonho de lado por um tempo, ou acabam ficando endividados. Porém no dia 26 de agosto de 2019 a Caixa Econômica Federal lançou uma nova modalidade de financiamento, que corrige as parcelas do financiamento habitacional pelo IPCA.

O IPCA ou Índice de Preços ao Consumidor Amplo é um dos índices mais importantes da nossa economia, ele mede a variação de preços no mercado para o consumidor final e representa o índice oficial da inflação no Brasil, medido mês a mês pelo IBGE. Ele é medido como um reflexo do custo de vida de famílias que possuem renda entre um e quarenta salários mínimos, com base em nove regiões metropolitanas do país e calcula despesas com moradia, alimentação e bebidas, saúde e higiene pessoal, artigos para casa, despesas pessoais, educação, comunicação, transporte e vestuário. Ou seja, se o índice do IPCA sobe ou desce afeta diretamente nesses setores promovendo um reajuste nos valores.

O IPCA é um dos índices mais importantes da nossa economia

A Caixa Econômica Federal ao fazer esse anúncio sobre novas modalidades de financiamento movimentou o setor imobiliário. Essa nova modalidade de crédito imobiliário é corrigida pelo IPCA, o índice oficial de inflação do país e não mais pela Taxa Residencial (TR). A nova linha já está disponível para ser usada para novos contratos em imóveis novos e usados, financiados pelo Sistema Financeiro da Habitação (SFH) e pelo Sistema Financeiro Imobiliário (SFI).

De acordo com a Corretora de Imóveis, Keila Celeski: “A previsão é que em 2019 o IPCA se mantenha no patamar de 3,71%”. Ela frisa que o financiamento pela correção do TR, hoje praticamente zerada continuará disponível e completa que ambas as modalidades estão à escolha do cliente e que se ele optar pelo IPCA, hoje o cálculo feito é de 4,95% a 2,95% (conforme a pontuação e fidelidade junto ao banco) mais o IPCA (atuais 3,71%) e se optar pela TR, a taxa de juro fica entre 8,5% e 9,75% mais TR. Ela ainda lem-

bra aos consumidores que uma vez escolhida uma das modalidades, não há como migrar para outra ao longo do contrato, apenas é permitida a portabilidade para outro banco e neste sim voltar para o financiamento oposto, seja ele TR ou IPCA.

Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

IMÓVEIS VIDEIRA HÁ

17
ANOS

E

IMÓVEIS RIGO HÁ

30
ANOS



PROPORCIONANDO

FELICIDADE!



Venda de Imóveis ... Compra de Terrenos
Avaliação de Imóveis ... Regularização de Imóveis
Financiamento Imobiliário ... Laudos Judiciais

imóveis videira
imoveisvideira.com.br
99908-9840/99135-5407 **493533-1111**



IMÓVEIS RIGO

f /imoveisvideira
@ @imoveisvideira
e vendas@imobiliariavideira.com

📍 Rua Veneriano dos Passos, 178
Sala 22, Centro, Videira/SC

☎ (49) 3566-1212
e imoveisrigo@formatto.com.br
🌐 www.rigosouza.com.br

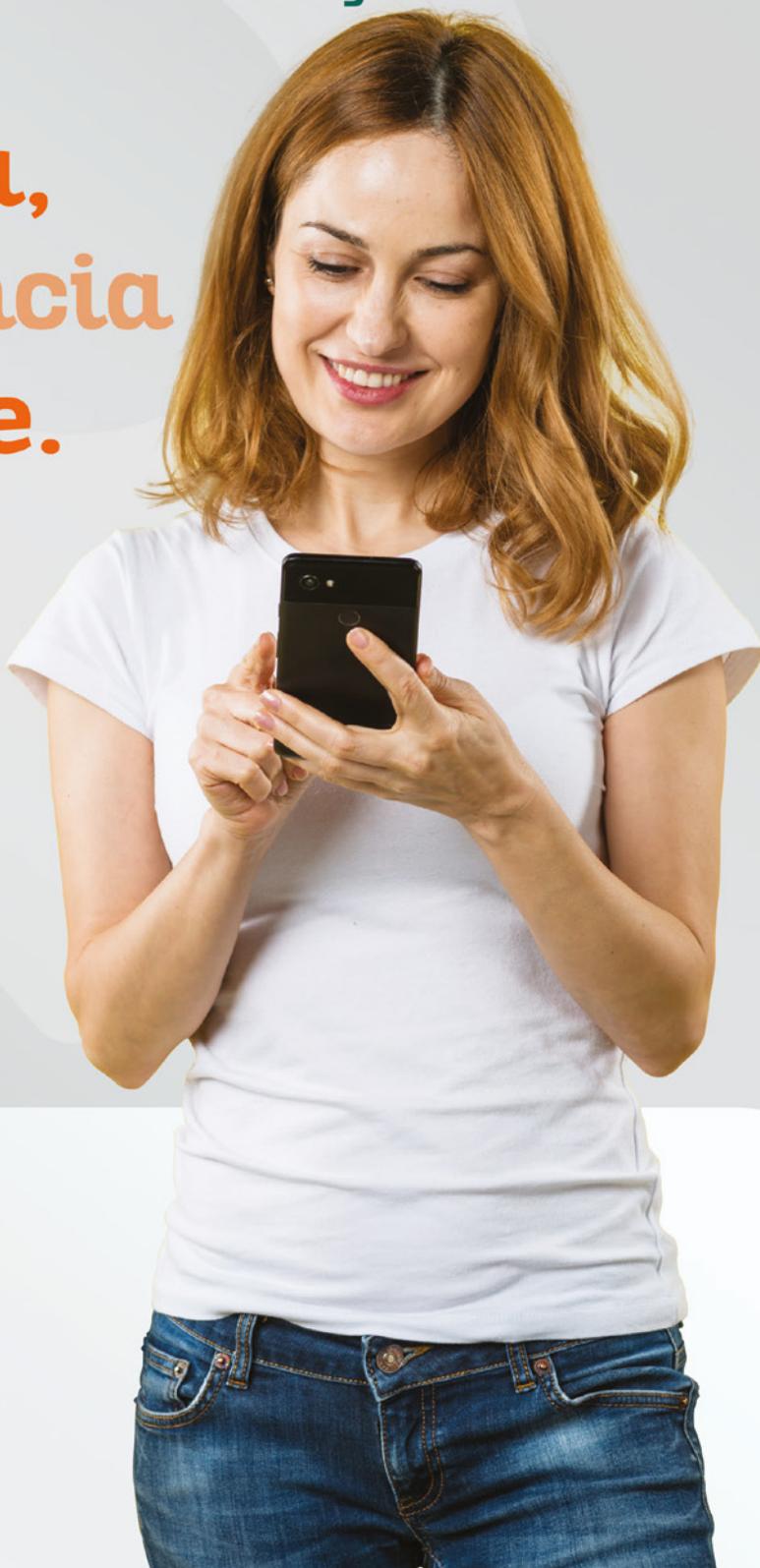
📍 Rua Pedro Andreazza, 61
Sala 3, Centro, Videira/SC

Keila Eliziane Celeski
Corretora de Imóveis na
Imóveis Videira e Imóveis Rigo
CRECI: 14.711 | CNAI: 7379

☎ (49) 99908-9840

Acompanhe o seu condomínio
de onde estiver com o software
avançado da Solução.

Excelência,
transparência
e agilidade.



 R. Frei Edgar, 138, Joaçaba - SC, 89600-000
Edifício Unique Office – 4º andar – Sala 406

 (49) 9 9985-1526
(49) 3090-2020

  gruposucaojbba

 www.solucaoadmcondominios.com.br



ENGEDEC
ARQUITETURA
ENGENHARIA CIVIL

Cleiton O. Betineli **Daiani R. Betineli**
CREA-SC 081243-9 CREA-SC 081246-7

Alessandra Baldissera **Monique Andrade**
CREA-SC 157166-9 CAU-SC A153276-6

VOCÊ CONFIA NO SEU COLABORADOR?

Provavelmente a confiança é um dos valores da sua empresa. Ela entra na lista de valores que norteiam a ação empresarial para garantir que exista uma relação entre a liderança e o colaborador, o colaborador e a liderança, empresa e o cliente e vice-versa. Como toda relação, é uma via de mão dupla e uma construção progressiva. Mas, enquanto esse relacionamento com o cliente certamente está bem amparado com contratos e qualquer outro dispositivo legal de igual valor, a confiança interna pode não ser tão bem estruturada e se basear, majoritariamente, nela mesma.

No caminho da confiança entre as pessoas, muitas vezes existem pedras grandes o suficiente para que o caminho precise ser revisito. Quebras de confiança advém, majoritariamente, de situações em que a relação se baseia em aspectos muito frágeis e não há uma base palpável para guiar a conduta esperada. E não há porque confiarmos, achamos desnecessário e até enfadonho dizer ou escrever o que deveria ser o único modelo de conduta apropriado: o correto.

Não existir um manual de conduta é especialmente comum em empresas pequenas, embora não seja uma regra. Este manual, por sua vez, está intimamente ligado às políticas que regem a organização. Agora, se nada disso estiver escrito, como as futuras lideranças vão agir quando os atuais dirigentes não estiverem mais no comando? Será que os valores, especialmente a confiança, são tão sólidos diante dos novos líderes? Não é possível contar com isso. Como um elemento subjetivo, ter ou não ter é realmente a questão.

*A confiança
é sólida o
suficiente para
se manter
com outras
lideranças?*



Angela Zatta
angela@editoraexito.com.br



Arquitetura

Engenharia Civil

Arquitetura de Interiores

Gerenciamento e administração
de construção civil



Rua Antonio Zago, 22 - Centro - Fraiburgo/SC
(próximo a praça do chaminé)



(49) 3246.4709



(49) 9 8874.5260



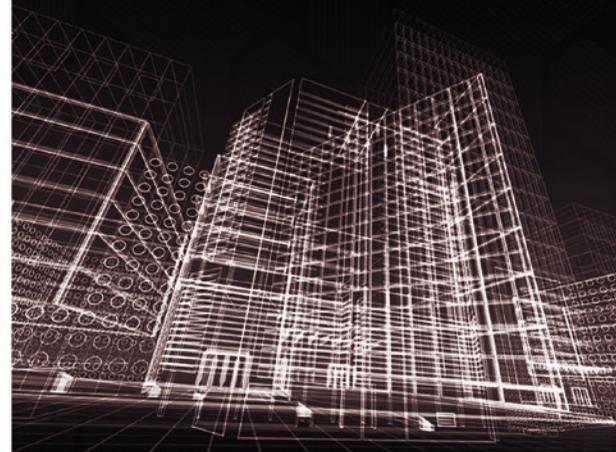
www.engedec.com.br



Engedec Arquitetura e Engenharia Civil



@engedec_arquitetura_engenharia



PLANEJAMENTO PRECISO

Como você se relaciona com o seu dinheiro? Enquanto alguns pensam em poupar tudo o que podem para investir seu dinheiro em algum bem ou negócio, outros estão mais adeptos a teoria de que “só se vive uma vez” e esbanjam sem pensar no amanhã. Porém, o amanhã sempre chega. Estabeleça uma relação saudável com a sua vida financeira para que não haja imprevistos ou surpresas desagradáveis no futuro. Lembre-se que nessa relação é você que está no comando.

Lhe convido a fazer uma busca em suas lembranças. Você consegue lembrar como foi seu primeiro contato com o dinheiro e o que pensava sobre ele? Você compreendia sua utilidade e sabia de onde ele vinha? Porque eu não. Não entrava na minha cabeça que um pedaço de papel tinha que ser conquistado, se ele poderia ser desenhado facilmente. Aos cinco anos parecia extremamente óbvio, que era muito fácil fazer aquelas notas. Oras, era só desenhar muito bem, ou ter uma boa impressora. Hoje eu sei que isso se chama falsificação e embora eu saiba cantar “Bella Ciao”, não seria uma boa recruta para o time do professor. Naquela época o dinheiro para mim tinha apenas uma finalidade: comprar geladinho nas férias de verão, na mercearia do Seu Pasqual. Eu não ganhava uma mesada, mas tinha acesso ao dinheiro. Sempre que possível ganhava algumas moedas ou notas de dois reais e esse meu rico dinheiro era destinado a fazer vaquinha com as demais crianças do Bairro Industrial para comprar geladinhos, picolés, algodão doce ou aqueles salgadinhos que tem aspecto de isopor e que tem gosto de infância. Sinto saudade da minha infância e mais ainda de quando o picolé de abacaxi me custava cinquenta centavos e eu não acumulava boletos.

40,5%
dos brasileiros
tem o nome
registrado em
cadastros de
devedores

Acredito que boa parte de nós desde que conquistou sua independência financeira, tem calafrios ao pensar em dinheiro. O que deveria ser uma solução, por muitas vezes se torna um problema e uma grande dor de cabeça. Você fica dividido entre comprar coisas que deseja e lhe fariam feliz, ou poupar para conquistar metas maiores. E percebeu de repente que ficar passando 20, 30, 40 reais no cartão de crédito no final do mês sempre acumula em 500 reais que você nem lembra em que lanches gastou.

Minha nonna é do tipo que prefere dar dinheiro de presente. Ela passa o dinheiro como se estivesse entregando um contrabando (de maneira fofa) e sempre aconselha: “Com esse dinheiro você compra o que você precisa, mas não gaste com besteiras e cuidado para não ficar gastando mais do que ganha”. E levando em conta esse conselho valioso, eu te pergunto: Você faz planejamento das suas

finanças? Sabe exatamente no que gasta seu dinheiro e tem metas para ele? Cerca de 58% dos brasileiros confessam que não dedicam nenhum tempo a suas atividades de controle da vida financeira e 40,5% tem o nome registrado em cadastros de devedores.

Os dados são preocupantes e a solução é apenas uma: planejamento! Sempre fui uma pessoa muito consumista e minha perdição são roupas e sapatos (minhas inúmeras Melissas que o

NOVO
COROLLA 2020
SEMPRE À FRENTE

Venha conhecer o
carro **mais vendido**
do mundo em sua
melhor versão.



**AGORA COM 5 ANOS DE
GARANTIA DE FÁBRICA.**

MAIS SEGURANÇA E TRANQUILIDADE

Consulte condições.



No trânsito:
Dê sentido à vida.



TOYOTA
Mallon Motors

MALLON MOTORS
SemiNovos Premium

CANOINHAS - SC
Rua Vidal Ramos
1036, Centro
47 3621 6262

LAGES - SC
Av. Pres. Vargas, 591,
Sagrado Coração de Jesus
49 3251 0200

VIDEIRA - SC
Rua Saul Brandalise
1560, Dois Pinheiros
49 3566 4000

CAÇADOR - SC
Av. Eng. Lourenço Faoro
1180, Martelo
49 3567 5000

digam) e tinha dificuldade de controlar minhas finanças até que comprei um caderno e passei a seguir os passos da minha mãe, que sempre anotou em um caderno de bolso suas despesas mensais de acordo com sua renda. O planejamento começa com uma identificação simples e básica na hora de efetuar uma compra, seja ela de grande porte ou não. Eu preciso disso ou eu quero isso? Se você precisa analise quanto você pode investir, como fará esse investimento e quando. Se é um desejo, faça a mesma análise, mas lembrando que você pode esperar um pouco mais, quem sabe até essa vontade passar. Não escute seu lado obscuro te dizendo: “Só se vive uma vez”, porque o cartão de crédito é uma ferramenta maravilhosa, mas o boleto dele sempre vem e às vezes te custa muito dinheiro e todo o seu sossego. O planejamento financeiro, está muito ligado ao seu poder de autocontrole e também a utilizar muito bem a palavra “não”.

É de extrema importância que você registre toda a sua movimentação financeira. Você sabe quanto ganha mensalmente e tem uma base do quanto gasta. Se tiver esses registros, já tendo uma margem de alguns gastos variáveis seu planejamento será eficiente. É indicado que você anote tudo o que gasta diariamente, seja o doce que comprou na rua para ajudar alguém, a ração dos animais de estimação, a gasolina e as moedas do pão. Com esse sistema de controle você pode reorganizar os seus gastos. Se você se deu conta de que está gastando demais com combustível, por exemplo, talvez seja a hora de apostar em formas alternativas de transporte. É importante que você lembre que sempre existirão opções mais em conta e que você pode fazer algumas concessões.

E como eu faço essas planilhas? Como o ideal é fazer um controle diário você precisa ter algo de fácil acesso e adaptação, com o qual você se identifique. Você pode ter cadernos de anotações, uma planilha no Excel ou até mesmo aderir a algum aplicativo. Esse controle o ajudará a ter noções claras a cerca das suas despesas.

Para que seu planejamento seja assertivo divida as contas em gastos fixos (contas que tem o mesmo valor todo mês, como o aluguel e internet) e gastos variáveis (contas que oscilam de acordo com consumo como cartão de crédito, luz ou água). Depois dessa divisão defina qual o valor máximo que pretende destinar para categoria de gastos como moradia, educação, transporte, alimentação e lazer.

Para fazer esse planejamento é importante que você envolva toda a sua família nele. Quando você faz um planejamento para seu orçamento pessoal pode até ser mais simples já que você define suas prioridades no momento, mas e quando é preciso pensar em conjunto e unir todos os interesses atendendo todas as necessidades? É um desafio, mas não é um bicho de sete cabeças. Para evitar conflitos é recomendável que você converse com todos os membros da família antes de elaborar o orçamento e que definam juntos quais despesas serão responsabilidade de cada um e quais as prioridades no momento. É importante inserir as crianças e adolescentes nesse debate, para que compreendam as decisões dos pais e aprendam desde cedo a planejar suas finanças e a se relacionar com o dinheiro.

Depois de planejar como controlará suas finanças e envolver toda família no processo, uma dica valiosa é utilizar o método 15-35-50 para tornar o processo mais eficaz. Nesse tipo de modelo você destinará 50% da sua renda para gastos essenciais que são aqueles necessários para manter-se no dia a dia como a moradia, alimentação e saúde por exemplo. 15% da renda será destinada a prioridades financeiras como quitação de dívidas ou poupanças com um propósito de futuro e os 35% restantes devem ser aplicado em todos os outros gastos relacionados a diversão e lazer. Lembre-se que poupar é necessário, mas não é preciso abrir mão de momentos agradáveis de lazer por conta disso.

O consumismo é uma das palavras de ordem dentro da sociedade atual. As pessoas geralmente gostam de mostrar um padrão social que não as pertence e acabam gastando muito além

É de extrema importância que você registre toda a sua movimentação financeira





DE CONFIANÇA E NOVAS SOLUÇÕES.

Nascemos em 2009 com o sonho de contribuir com o desenvolvimento de nossos clientes. Hoje somos referência nas áreas de Meio Ambiente, Segurança do Trabalho, Calibração, Fabricação e Reparos, Inspeções, Utilidades e Laboratórios. Todas as nossas soluções são embasadas em códigos e normas com reconhecimento internacional, executados por uma equipe preocupada com a melhoria contínua da segurança das pessoas, meio ambiente e instalações. Nosso trabalho fez com que atingíssemos outros países com a exportação de serviços.



São 10 anos de histórias e projetos para você e o meio ambiente.



Seriedade, comprometimento e superação em todas as etapas.



☎ 49 3566.6633 📍 Videira - SC
🌐 www.ecologicaengenharia.com.br



Bases:
📍 São José do Rio Preto - SP
📍 Cuiabá - MT
📍 Blumenau - SC
📍 Uberlândia - MG

das suas possibilidades e assim acumulando grandes dívidas. Você precisa gastar de acordo com o seu padrão de vida atual. Você não precisa viver apenas com o básico, mas lembre-se que alguns luxos e extravagâncias podem esperar, foque no pagamento das suas contas, honrando assim seus compromissos básicos.

Uma das partes que pode ser considerada mais difícil dentro desse processo de planejamento é a negociação de contas atrasadas ou renegociação de grandes dívidas. Se você tem alguma dívida com uma loja é recomendável que busque o dono e gerente, explique sua situação e juntos encontrem uma alternativa viável e justa para que os dois saiam ganhando. Quando sua conta for junto ao banco ou grande empresas, busque os responsáveis pela renegociação de dívidas para que possam lhe explicar como deve prosseguir e em que condições poderá quitar suas contas.

Conviver bem com suas finanças e fazer planejamento é uma questão de hábito. Se você vive em pé de guerra com esse setor da sua vida é importante que se esforce para mudar. Suas questões emocionais estão muito ligadas aos gastos excessivos, algumas pessoas quando estão tristes buscam comprar alguma roupa que desejam e depois nem sequer a utilizam, outras quando estão deprimidas suprem suas necessidades com comida ou algum lazer. Essa mudança de hábitos vem também ao encontro de novas análises e escolhas referente as suas compras. Fazer uma comparação entre preços e marcas de produtos é um hábito simples, mas que colabora com a economia, assim como pagar à vista por algum produto ou serviço, sempre que possível, dessa forma você fica livre de uma dívida extensa e ainda pode vir a ganhar um bom desconto na hora da compra.

Se mesmo poupando muito e se esforçando para pagar todas as suas contas e dívidas no prazo o seu dinheiro continuar curto, uma alternativa viável pode ser a de buscar uma fonte de renda alternativa. Você pode fazer trabalhos de consultoria autônoma em sua área de forma-

ção ou trabalho, buscar alguns trabalhos como freelancer, dar aulas particulares sobre suas especialidades ou disciplinas em que seja muito competente, investir em um negócio caseiro com a ajuda da sua família como a produção de bolos ou salgados, ou ainda aprimorar um hobby como a fotografia, desenho ou artesanato o tornando fonte de renda. Se utilize também de plataforma digitais para vender objetos que não utiliza mais, como móveis e roupas.

Depois de aprender a fazer planejamento, mudar seus hábitos e buscar novas fontes de renda é importante que busque alternativas para investir de forma segura o seu dinheiro. Muitas pessoas tem a ideia de que o essencial é esperar sobrar para fazer investimentos, porém é imprescindível que para proteger a sua

família de imprevistos e emergências evitando apertos, você busque reservar parte do seu dinheiro mensal para investimentos. Dois conselhos que podemos dar é que invista seu dinheiro em uma reserva de emergência, investindo em algo que possa ser resgatado a qualquer momento e na formação de patrimônio para garantir solidez e qualidade de vida para sua família.

É importante que você estabeleça objetivos financeiros e especifique suas metas. Afinal como poupar e realizar os sonhos ao mesmo tempo? Para atingir seus planos e

objetivos sem prejudicar o seu orçamento você precisa separar suas metas, fazendo uma lista de objetivos a curto, médio e longo prazo. Estipule um prazo para conquistar cada uma das metas, dessa forma você direcionará seu planejamento para cumprir o que estabeleceu.

Tendo como base todas essas dicas, faça as pazes com a sua vida financeira e melhore a sua relação com o seu dinheiro, planejando e investindo de forma correta ele pode se tornar seu melhor amigo.

Conviver bem com suas finanças e fazer planejamento é uma questão de hábito



Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

A RECENTE “MINI REFORMA TRABALHISTA”

A Medida Provisória nº 881, de 30 de abril de 2019, recebeu, inicialmente, o apelido de “Mini Reforma Trabalhista”, pois o texto original buscava alterar 36 artigos da CLT.

Durante o trâmite legislativo no Congresso Nacional, vários dispositivos foram alterados ou não aprovados, culminando com a conversão da Medida Provisória na Lei 13.874, de 20 de setembro de 2019, a qual, ante o veto do Presidente da República, entrou em vigor nesta mesma data.

Mas, afinal, quais foram as principais mudanças na CLT com a aprovação da Lei n.º 13.874/2019?

No texto celetista destacam-se seis mudanças:

1) Carteira de Trabalho e Previdência Social

A CTPS será emitida por meio eletrônico com identificação única do empregado, podendo, excepcionalmente, ser emitida por meio físico.

2) Registro de ponto

O controle da jornada de trabalho em cartão ponto passou a ser obrigatório somente para os estabelecimentos empresariais com mais de 20 (vinte empregados).

3) Registro do ponto do exceção

Independentemente do número de empregados, foi permitido que as partes ajustem, através de acordo individual escrito ou em instrumento coletivo de trabalho, a utilização de registro de ponto por exceção, por meio do qual os empregados somente anotarão a jornada de trabalho quando ocorrer alterações nos horários regulares, seja em razão da realização de horas extras ou da diminuição da jornada.

4) Fim do quadro de horário de trabalho

O horário de trabalho dos empregados deverá ser anotado no registro de empregados, restando extinta a necessidade de constar em quadro de horário, o qual era fixado no ambiente de trabalho.

5) Desconsideração da personalidade jurídica

Os sócios de empresa somente responderão por dívida trabalhista quando houver abuso da personalidade jurídica, assim entendido quando ocorrer desvio de finalidade ou confusão patrimonial.

6) Fim do eSocial:

A nova lei previu a substituição do Sistema de Escrituração Digital das Obrigações Fiscais, Previdenciárias e Trabalhistas (eSocial) por um sistema simplificado de escrituração digital de obrigações previdenciárias, trabalhistas e fiscais, a ser implementado.

As alterações e inovações visam adequar as normas trabalhistas a evolução tecnológica e desburocratizar o exercício da atividade econômica, embora os temas do regime de ponto por exceção e da desconsideração da personalidade jurídica sejam comuns na seara trabalhista, inclusive com entendimentos predominantes, até então, em sentido diverso do proposto pela Lei n.º 13.874/2019, de modo que será necessário aguardar as decisões dos Tribunais Trabalhistas para sedimentar o entendimento sobre tais matérias.



UMA PLANILHA MÁGICA

Eu lhe faço uma pergunta simples. Você sabe qual seus objetivos e metas? Alguns de vocês devem ter suspirado e pensando: E não são a mesma coisa? E eu lhes digo: Não são! A definição desses objetivos e metas não deveriam ser uma qualidade e preocupação apenas de pessoas extremamente organizadas ou ansiosas e que precisam de um plano para seguir, sem perder-se no meio do caminho. Eu posso ver ao longe a listinha de resoluções de ano novo que você sempre faz e nunca cumpre. Vamos criar um plano juntos?

O ser humano é movido por sonhos. Aqueles que fazem o coração pulsar, os olhos brilharem e a felicidade encher o peito. Que quando realizado arranca lágrimas de felicidade e sorrisos bobos. Porém, sonhos sem planejamento e execução, são apenas devaneios e uma realidade presa em um universo paralelo.

Eu sei que parece dureza falar dessa forma direta, porém todo sonho vem acompanhado de metas e objetivos. Você precisa começar a ser prático e parar de acreditar que um dia as forças superiores vão te consagrar e fazer cair dos céus aquilo que tanto deseja. É clichê e dolorido de ouvir, mas para conquistar o que deseja é preciso batalhar e isso começa com um planejamento específico.

Primeiro é importante que você compreenda a diferença entre objetivos e metas. Os objetivos são descrições concretas de onde você quer chegar, ou o que está tentando alcançar, ou seja o seu propósito. O objetivo é abrangente, uma estratégia. Já as metas são tarefas específicas para que venha a alcançar os objetivos estipulando prazos específicos e a descrição de caminhos que o farão alcançar o êxito na sua jornada.

O indicado é que você tire esse planejamento da sua cabeça e o coloque no papel. Pode ser em um quadro na sua parede, uma cartolina, em uma planilha do Excel, notas do celular ou até mesmo

em um bloco de notas, é importante que você se identifique com a forma como vai elaborar esse planejamento para que ele esteja a sua mão para estar atento a ele diariamente, para continuar focado em suas metas, sem negligenciá-las.

Comece pontuando os seus objetivos. É importante colocá-los em uma ordem de importância/urgência para ti, os relacionando a seus prazos.

Os objetivos não precisam ser relacionados apenas a coisas materiais, podem ser a mudança de relacionamento com alguma pessoa da sua família ou trabalho, como uma mudança de hábitos. Você pode classificar tanto o fato de pretender ou precisar acumular um montante de dinheiro para fazer um investimento ou quitar suas dívidas, como parar de fumar ou fazer caminhadas diárias.

Depois de seus objetivos pontuados, é hora de partir para a ação e planejar as metas. Elas basicamente são todas as ações que precisam

ser feitas para chegar ao alcance do objetivo. Ou seja, se pretende melhorar seu relacionamento com um irmão por exemplo, colocar quais coisas fará para alcançar isso, seja conversar mais com ele, compreender suas visões e pensamentos, até ser mais gentil e menos julgador.

Defina uma data e hora para iniciar cada uma das metas, assim como estipule um prazo para finalizá-las, dessa forma você evitará procrastinações e agirá mais rapidamente, sem se

O indicado é que você tire esse planejamento da sua cabeça e o coloque no papel



sabotar. Pontue na sequência quais as pessoas necessárias para lhe ajudar a conquistar essa meta e porque elas são essenciais para isso.

Mude seu comportamento, hábitos e posicionamento. Pare de procrastinar e se sabotar, faça uma análise e perceba quais mudanças na sua personalidade o levarão a conquistar seus objetivos. O autoconhecimento é uma parte importante desse processo, porque algumas vezes somos nós mesmos que nos comportamos de forma negativa e acabamos vendo a vida de forma rude e tratando as pessoas de forma grosseira. As pessoas que estão a nossa volta são parte importante no nosso desenvolvimento e a nossa forma de nos comportar perante as adversidades também. Comece as mudanças de dentro para fora.

Estipule valores de investimento. Se você pretende guardar um montante de dinheiro para efetuar uma compra desejada analise como fará isso, quanto guardará por mês e quais os “sacrifícios” que fará para isso, se deixará de tomar a sua cerveja no final de semana ou se reduzirá os valores em mercado e luz ou até se encerrará sua conta no Spotify.

Faça uma análise do que você ganhará ao

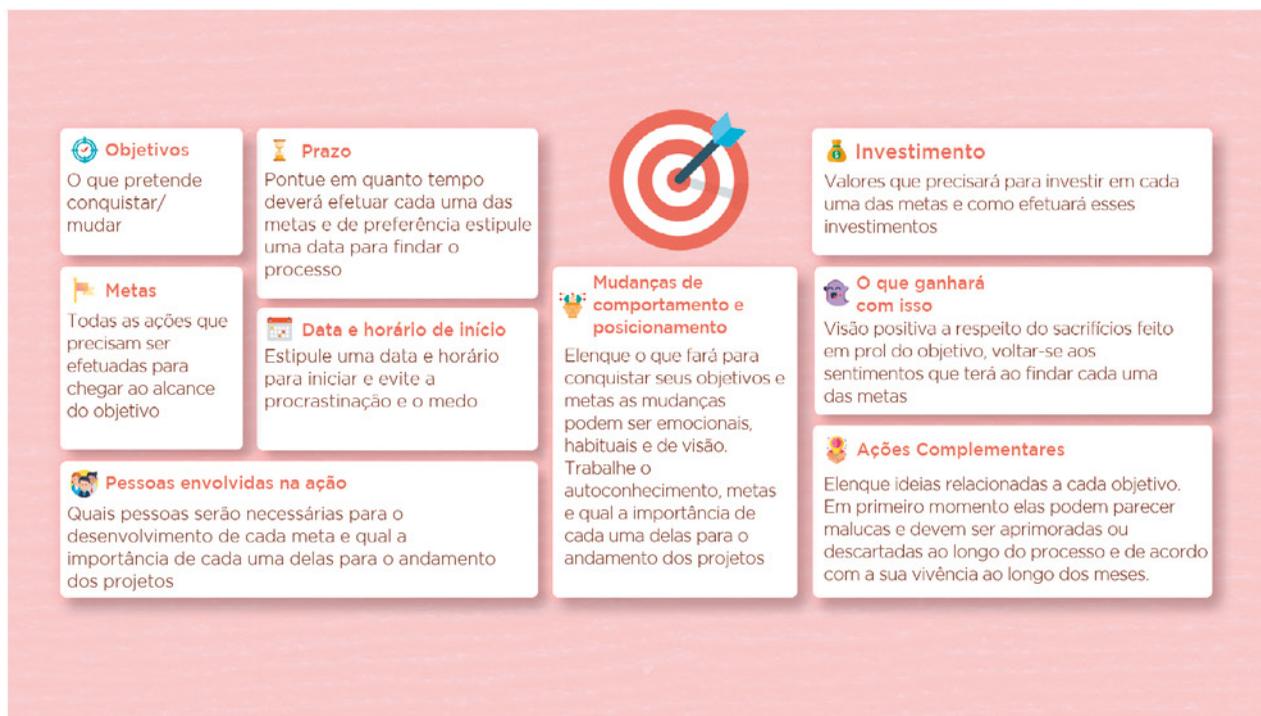
efetuar cada uma das etapas, isso servirá de incentivo para continuar e te dará uma visão positiva sobre a situação, lhe mostrando que todo o sacrifício é válido na busca de um objetivo, foque nos sentimentos bons, em como se sentirá ao encerrar o processo.

Pontue algumas ações complementares. Nesse campo você deve colocar algumas ideias relacionadas a cada um de seus objetivos. Aqui você pode colocar ideias que em primeiro momento podem parecer mirabolantes para desenvolvê-las ao longo do processo de forma eficiente e complementar.

O planejamento de objetivos e metas é crucial e não deve ficar retido apenas na sua memória, tendo ele de forma física e com acesso a visibilidade diária, você os executará com maior facilidade. Não deixe os planejamentos apenas para os desejos e resoluções de ano novo, tenha essa prática como uma boa amiga da sua rotina.

Larissa Lucian

contato@editoraexito.com.br



O infográfico apresenta um guia para o planejamento de objetivos e metas, organizado em torno de um ícone central de alvo com uma seta azul no centro. O conteúdo é dividido em nove blocos de texto, cada um com um ícone representativo:

- Objetivos** (ícone de alvo): O que pretende conquistar/mudar
- Metas** (ícone de bandeira): Todas as ações que precisam ser efetuadas para chegar ao alcance do objetivo
- Pessoas envolvidas na ação** (ícone de grupo): Quais pessoas serão necessárias para o desenvolvimento de cada meta e qual a importância de cada uma delas para o andamento dos projetos
- Prazo** (ícone de relógio): Pontue em quanto tempo deverá efetuar cada uma das metas e de preferência estipule uma data para findar o processo
- Data e horário de início** (ícone de calendário): Estipule uma data e horário para iniciar e evite a procrastinação e o medo
- Mudanças de comportamento e posicionamento** (ícone de cabeça com engrenagem): Elenque o que fará para conquistar seus objetivos e metas as mudanças podem ser emocionais, habituais e de visão. Trabalhe o autoconhecimento, metas e qual a importância de cada uma delas para o andamento dos projetos
- Investimento** (ícone de dinheiro): Valores que precisará para investir em cada uma das metas e como efetuará esses investimentos
- O que ganhará com isso** (ícone de casa): Visão positiva a respeito do sacrifícios feito em prol do objetivo, voltar-se aos sentimentos que terá ao findar cada uma das metas
- Ações Complementares** (ícone de ferramentas): Elenque ideias relacionadas a cada objetivo. Em primeiro momento elas podem parecer malucas e devem ser aprimoradas ou descartadas ao longo do processo e de acordo com a sua vivência ao longo dos meses.

ÓCULOS SOLARES INFANTIS: PROTEÇÃO COM ESTILO

O verão está chegando e com ele a exposição ao sol aumenta. Já sabemos todos os processos: Passar bastante protetor solar; evitar a exposição aos raios ultravioleta depois das 10 horas e antes das 16 horas; Ingerir bastante líquido; usar chapéus, entre outros cuidados básicos. Porém, nesse período pouco se fala sobre o cuidado dos olhos. Os óculos solares já são um acessório que faz parte do dia a dia dos adultos, mas nada se fala sobre as crianças. Entenda porque esse acessório é importante para elas também.

As férias escolares e o verão são uma excelente combinação. As crianças e suas famílias se divertem em piscinas, praias e parques. As brincadeiras e o sorvete são sempre garantidos. Os pais ficam atentos à proteção da pele e à hidratação. Mas um cuidado importante muitas vezes é negligenciado. Além do uso de chapéus, o uso de óculos solares também é uma necessidade para proteger as crianças, levando em conta que os raios ultravioleta tem o mesmo efeito cumulativo nas pele e olhos.

Os óculos escuros são essenciais durante a exposição ao sol. A falta de proteção permite que grande quantidade de radiação penetre no globo ocular. A exposição ao sol sem proteção pode causar doenças como degeneração na mácula (parte central da retina), podendo haver perda da visão central, que é quando a pessoa passa a enxergar uma mancha preta no centro da visão; Ceratite, que é a inflamação na córnea, causando vermelhidão e lacrimejamento sintomas que costumam passar após duas horas afastado do sol. Além disso, essa exposição aumenta em até 60% o risco de contrair catarata, doença que causa opacidade no cristalino, podendo, no futuro, gerar perda de visão.

O sol tem um efeito cumulativo sobre os olhos, ou seja a maioria dos problemas relacionados a ele só aparecem na fase adulta, porém a visão começa a sofrer consequências desde a infância. As crianças passam cerca de três vezes mais tempo ao ar livre que os

adultos e dessa forma ficam expostas aos raios solares. Para evitar que a visão sofra com a ação dos raios no futuro, é recomendado que crianças a partir dos nove anos de idade passem a usar óculos escuros. Antes dessa idade a visão ainda está em formação por isso a exposição a diferentes cores e níveis de luminosidade é importante para o desenvolvimentos dos olhos. Nas crianças menores (de até nove anos) a visão deve ser

protegida por lentes transparentes que filtrem totalmente a radiação, porque o cristalino dos olhos delas é totalmente transparente e filtra apenas 20% da radiação ultravioleta emitida pelo sol, ou seja a quantidade de sol que penetra o globo ocular é maior e mais prejudicial aos olhos.

É importante que os óculos sejam adquiridos em locais de confiança e com profissionais qualificados. Eles devem conter proteção UVA e UVB que são comprimentos de onda diferentes e que são absorvidos de formas distintas. Escolha um modelo que se encaixe adequadamente no rosto da

criança e que seja confortável para ela, sem ficar folgado ou apertado demais e é claro, opte por algo que combine com o estilo e gosto do seu filho o fazendo feliz e tendo vontade de usar. É indicado que a troca do óculos solar seja feita a cada dois anos.

O sol tem um efeito cumulativo sobre os olhos



Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

DOENÇA DA MODERNIDADE

NÃO SE ENTREGUE À DTM,
ELA PODE SER TRATADA

Disfunção temporomandibular: Termo coletivo que abrange diferentes desordens relacionadas aos músculos mastigatórios e a articulação temporomandibular (ATM). As DTMs representam um conjunto de distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao sistema mastigatório com muitos sintomas em comum. Entre eles o mais frequente é a presença de dor em geral, localizada nos músculos da mastigação, área pré-auricular, ATM e músculos da face, sendo agravada pelo movimento mandibular. Os movimentos da mandíbula também podem estar limitados ou assimétricos e a presença de ruídos articulares também são comuns.

PALAVRA DO PROFISSIONAL

"Os problemas são cumulativos e afetam todas as estruturas envolvidas: dentes, musculatura da face, músculos do pescoço e acima dos ombros e na região pré-auricular onde se situa a articulação temporomandibular. Quanto mais grave o caso, mais comprometidas estão estas estruturas. São casos de alta complexidade e de tratamento contínuo, pois as dores podem ser agudas ou crônicas, e em muitos casos existe a necessidade de tratamento cirúrgico."



Causas

Não há até o presente momento a identificação de uma causa universal e por essa razão prefere-se relacionar com outros problemas que predispõe ao paciente, fatores de iniciação e fatores de perpetuação do problema. Dentre eles estão traumas nas ATMs, os hábitos para-funcionais de apertar e ou ranger os dentes, falta de um ou mais dentes, próteses mal adaptadas, roer unhas, mascar chicletes, hábitos posturais da cabeça e pescoço, algumas alterações esqueléticas dos ossos maxilares e mandibulares, má-oclusão, estresse físico e emocional.

A DTM quando crônica, em especial a DTM miofascial (muscular), pode ser considerada uma síndrome dolorosa funcional, assim como a fibromialgia, síndrome do intestino irritável, cistite intersticial e síndrome da fadiga crônica. Acredita-se que essas doenças possuam fatores etiológicos comuns, o que explicaria a grande comorbidade dos sintomas. É interessante notar que as desordens funcionais tendem a se sobrepor, no indivíduo afetado.

Existem estudos que apontam a associação entre o polimorfismo e variação genética, sendo bem provável que a predisposição genética seja um mecanismo predominante e/ou unificador que possa explicar essas condições dolorosas crônicas.

A melhor solução é buscar ajuda de um especialista para evitar que isso afete a vida da pessoa.



Dra. Manoela Pardini
CRO - PR 21059

Especialista em Ortodontia

RESPONSÁVEL TÉCNICO - DR THIAGO GAEDKE
CRO-SC 14462 - CLM 2043

 /odontologiasmiles  @smilesodontologia

www.smilesodontologia.com.br

smiles

ODONTOLOGIA INTEGRADA

IMPLANTODONTIA • PRÓTESE DENTÁRIA • DOR OROFACIAL
ENDODONTIA • ORTODONTIA • CIRURGIA MAXILOFACIAL
ESTÉTICA • REABILITAÇÃO ORAL • HARMONIZAÇÃO FACIAL

VIDEIRA . SC . Rua Antônio Marafon, 287. Centro
(49) 3566.6290 e (49) 99111.2118

MARINGÁ (PR)
(44) 3224.9300
(44) 99976.3627

NOVA ESPERANÇA (PR)
(44) 3252.9001
(44) 99826.4222

ASTORGA (PR)
(44) 3234.9091
(44) 99710.8882



FIBROMIALGIA: UMA DOR INVISÍVEL

Como explicar uma dor excessiva por todo o corpo, sem nenhuma causa aparente? Você não fez nenhuma atividade que pudesse lhe causar tanta dor pelo corpo. Seu corpo e mente parecem ficar em câmera lenta. Você sente um cansaço fora do comum. Não importa quantas horas durma, ainda assim acorda esgotado. Existem alterações visíveis na sua memória, atenção e você começa a dar sinais de ansiedade e depressão. A fibromialgia é silenciosa e gosta de se camuflar.

A fibromialgia é uma síndrome clínica que manifesta-se através de dor em todo o corpo, principalmente na musculatura. Juntamente com essa dor estão sintomas como fadiga, sono não reparador, alterações de memória e atenção, depressão e alterações intestinais. Uma característica clara da pessoa com fibromialgia é a extrema sensibilidade ao toque e à compressão da musculatura.

A cada dez pacientes com fibromialgia, de sete a nove são mulheres, não havendo um motivo clínico para isso acontecer, afinal essa condição não tem relação com os hormônios, levando em conta que afeta mulheres tanto antes quanto depois da menopausa.

O sintoma mais comum da fibromialgia é a dor pelo corpo. Geralmente, o paciente tem dificuldade de definir quando começou a dor e se ela começou de maneira localizada. A dor é sentida nos ossos, músculos ou ao redor das articulações. Existe uma maior sensibilidade ao toque, sendo que muitos pacientes não toleram ser agarrados ou mesmo abraçados. Não há inchaço das articulações na fibromialgia, pois não há inflamação nas articulações. A sensação de inchaço pode aparecer pela contração da musculatura em resposta à dor.

A alteração do sono é frequente, afetando quase 95% dos pacientes. O sono tende a ser superficial ou interrompido. Com o sono profundo interrompido, a qualidade de sono decai muito e a pessoa acorda cansada, mesmo que tenha dormido por um longo

tempo. Esta má qualidade do sono aumenta a fadiga, a contração muscular e a dor. Outros problemas no sono afetam os pacientes com fibromialgia. Alguns apresentam a Síndrome da Apneia do sono e param de respirar durante a noite e outros tem a Síndrome das Pernas Inquietas.

A fadiga é outro sintoma e parece ir além ao causado somente pelo sono não reparador. Os pacientes apresentam baixa tolerância ao exercício, o que é um grande problema, já que a atividade física é um dos grandes tratamentos da fibromialgia.

A depressão está presente em 50% dos pacientes. Isto quer dizer que a depressão é comum nestes pacientes e que nem todo paciente com fibromialgia tem depressão. Por muito tempo pensou-se que a fibromialgia era uma depressão mascarada. Hoje, sabemos que a dor da síndrome é real e não se deve pensar que o paciente está manifestando um problema psicológico através da dor. Por outro

lado, não se pode deixar a depressão de lado ao avaliar um paciente com fibromialgia. A depressão, por si só, piora o sono, aumenta a fadiga, diminui a disposição para o exercício e aumenta a sensibilidade do corpo. Ela deve ser detectada e devidamente tratada se estiver presente.

Pacientes queixam-se muito de alterações de memória e de atenção e isso se deve mais ao fato de a dor ser crônica do que a alguma lesão cerebral grave. Para o corpo, a dor é sempre um sintoma importante e

O sintoma
mais
comum
da fibromialgia
é a dor
pelo corpo



o cérebro dedica energia lidando com esta dor e outras tarefas, como memória e atenção, ficam prejudicadas.

Os paciente queixam-se muito também de dores de cabeça recorrente ou enxaqueca clássica, dor pélvica e dor abdominal sem causa identificada, a famosa síndrome do intestino irritável. Eles tem ainda dor-mência e formigamento nas mãos e pés e palpitações.

As dores da fibromialgia atingem principalmente o sistema musculoesquelético do paciente que apresenta a doença e são representadas pelos seguintes pontos: região da coluna cervical, coluna torácica, cotovelos, nádegas, bacia e joelhos.

O diagnóstico da fibromialgia é clínico, isto é, não se necessitam de exames para comprovar que ela está presente. Se o médico fizer uma boa entrevista clínica, pode fazer o diagnóstico de fibromialgia na primeira consulta e descartar outros problemas.

Na reumatologia, são comumente usados critérios diagnósticos para se definir se o paciente tem uma doença reumática ou outra. Isto é importante especialmente quando se faz uma pesquisa, para se garantir que todos os pacientes apresentem o mesmo diagnóstico. Muitas vezes, estes critérios são utilizados também na prática médica.

Os critérios de diagnóstico da fibromialgia são: dor por mais de três meses em todo o corpo e presença de pontos dolorosos na musculatura (11 pontos de 18 que estão pré-estabelecidos). Deve-se salientar que muitas vezes, mesmo que os pacientes não apresentem todos os pontos, o diagnóstico de fibromialgia é feito e o tratamento iniciado. Estes critérios são alvo de inúmeras críticas, quanto mais pontos se exigem, mais mulheres e menos homens recebem o diagnóstico. Além disso, esses critérios não avaliam sintomas importantes na síndrome, como a alteração do sono e fadiga. Provavelmente o médico pedirá alguns exames de sangue, não para comprovar a fibromialgia, mas para afastar outros problemas que possam simular esta síndrome.

As causas da fibromialgia ainda são desconhecidas, mas existem vários fatores que estão frequentemente associados a esta síndrome: genética (a fibromialgia é muito recorrente em pessoas da mesma família, o que pode ser um indicador de que existem algumas mutações genéticas capazes de causar a síndrome);

infecções por vírus e doenças autoimunes também podem estar envolvidas nas causas da síndrome; distúrbios do sono, sedentarismo, ansiedade e depressão também podem estar ligados de alguma forma; trauma físico ou emocional (a fibromialgia às vezes pode ser desencadeada por um trauma físico, o estresse psicológico também pode desencadear a condição).

O que não mais se discute é se a dor do paciente é real ou não. Hoje, com técnicas de pesquisa que permitem ver o cérebro em funcionamento em tempo real, descobriu-se que pacientes com a síndrome realmente estão sentindo a dor que referem. Mas é uma dor diferente, onde não há lesão na periferia do corpo, e mesmo assim a pessoa sente. Esse melhor entendimento da síndrome indica que muitos sintomas como a alteração do sono e do humor, que eram considerados causadores da dor, na verdade

são decorrentes da dor crônica e da ativação de um sistema de stresse crônico. Entretanto, mesmo sem serem causadores, estes problemas aumentam a dor dos pacientes e devem também ser levados em consideração na hora do tratamento.

A medicina ainda não desenvolveu um método para curar a fibromialgia. Contudo, o prognóstico é melhor hoje do que nunca. Com o tratamento indicado é possível ter o controle dos sintomas. O tratamento de fibromialgia é mais eficaz quando são unidos medicamentos e cuidados não medicamentosos. O foco é evitar a incapacidade

física, minimizar os sintomas e melhorar a saúde de modo geral. O tratamento pode envolver: fisioterapia, programa de exercícios e preparo físico, métodos para alívio de estresse, incluindo massagem leve e técnicas de relaxamento e Terapia Cognitivo Comportamental que é importante para lidar com pensamentos negativos, manter um diário de seus sintomas e dores, reconhecer o que agrava os sintomas, buscar praticar atividades agradáveis, estabelecer limites. Outras recomendações são seguir dieta bem balanceada, evitar caféina, manter uma boa rotina de descanso para melhorar a qualidade do sono, acupressão e acupuntura.

O diagnóstico é clínico não necessita de exames para comprovar a dor



Larissa Lucian

contato@editoraexito.com.br

A ENDOMETRIOSE E A MULHER MODERNA

Existem inúmeros tabus acerca da saúde da mulher. Quando se fala em menstruação e sistema reprodutor os tabus aumentam, assim como as preocupações. A maioria das doenças relacionadas a esse sistema é silenciosa e muito comparada com sintomas da menstruação o que faz com que as mulheres não se preocupem e demorem para buscar ajuda. A endometriose é considerada uma das doenças da mulher moderna e afeta milhões de mulheres que nem imaginam conviver com a doença. Não se apavore, existe tratamento.

A endometriose é caracterizada por uma doença ginecológica crônica, benigna, estrogênio dependente que acomete geralmente mulheres na idade reprodutiva. Pode ser definida como tecido endometrial, que reveste a cavidade uterina, fora da útero com predomínio na pelve feminina.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) estima-se que no Brasil, 5 a 10% das mulheres, sofre com a endometriose. Ela atinge uma a cada dez mulheres em idade reprodutiva (dos 15 aos 45 anos), sendo a grande responsável pela metade dos casos de infertilidade feminina.

Durante o ciclo menstrual ocorre a estimulação hormonal preparando o útero para uma gestação naquelas mulheres que não estão em uso de anticoncepcional. Nas pacientes com endometriose há estimulação do tecido endometrial implantados fora da cavidade uterina, não ocorrendo a fecundação, a mulher menstrua e sangra também nos focos fora do útero causando dor que é o principal sintoma da endometriose. As causas exatas da doença ainda não foram elucidadas mas alguns estudos sugerem a menstruação retrógrada, o crescimento das células embrionárias e o sistema imunológico deficiente como possíveis causas para a doença.

O principal sintoma da endometriose é a dor pélvica associada ao ciclo menstrual e essa dor tende a piorar com o passar do tempo. Outros sintomas frequentes são dor no baixo ventre ou cólicas que podem iniciar

uma semana ou duas antes da menstruação de forma cíclica, dores nas relações sexuais, dor ao urinar e ao evacuar, especialmente no período menstrual, infertilidade, fadiga, diarreia e infertilidade.

Após o diagnóstico de endometriose a mulher deve ser tratada com medicações que suprimam a menstruação para diminuir os sintomas de dor e preservar a fertilidade. Os analgésicos também

são utilizados para o alívio da dor. Em casos selecionados é necessário o tratamento cirúrgico através da cirurgia laparoscópica para tratar os focos de endometriose localizados na pelve feminina que podem acometer ovários, bexiga, tubas uterinas, bexiga, intestino e parede abdominal. Na menopausa a doença tende a regredir espontaneamente pois há queda na produção dos hormônios femininos não ocorrendo assim a estimulação endometrial e não ocorrendo dor.

Os cuidados com a saúde do sistema reprodutor devem ser frequentes procurando seu ginecologista de confiança para realizar sua consulta para prevenção, realizar os exames necessários e os tratamentos corretos se houver necessidade. A prevenção é a melhor maneira de garantir boa saúde e uma melhor qualidade de vida.

Os cuidados com a saúde do sistema reprodutor devem ser frequentes



Carlos Henrique de Lima Winck

Ginecologia e Obstetrícia
CRM 7042 | RQE 12901

SAÚDE DA

Mulher

ALIADA A MODERNIDADE



DR. CARLOS HENRIQUE DE LIMA WINCK

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA
CRM 7042 | RQE 12901

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA - US 4D

VIDEOCOLPOSCOPIA - CIRURGIA GINECOLÓGICA E UROGINECOLÓGICA

FRAXX (MICROAGULHAMENTO)

Ressecamento vaginal | Dor, ardor e desconforto durante as relações sexuais
Sintomas urinários associados: ardor, urgência,
aumento das micções noturnas, incontinência urinária | Melhora da sensação de vagina larga
Corrimentos persistentes após a menopausa | Flacidez externa da vulva
Fissuras vulvares | Casos selecionados de prurido vulvar crônico



(49) 3566.2766

(49) 99942.0446

Rua Coronel Fagundes, 100 - Centro
Ary Dalasen - 2º Andar - Sala 12 - Centro - Videira/SC

EM BREVE em Videira

O maior
**SUPERMERCADO
ATACADISTA**
de toda a região

Mais de **20**
MILHÕES
de reais
em investimentos

15mil m²
de área
construída



5,1mil m²
em área
de venda

Complexo
comercial

10
LOJAS

A maior
**PRAÇA DE
ALIMENTAÇÃO**

Com franquias
**NACIONAIS E
INTERNACIONAIS**

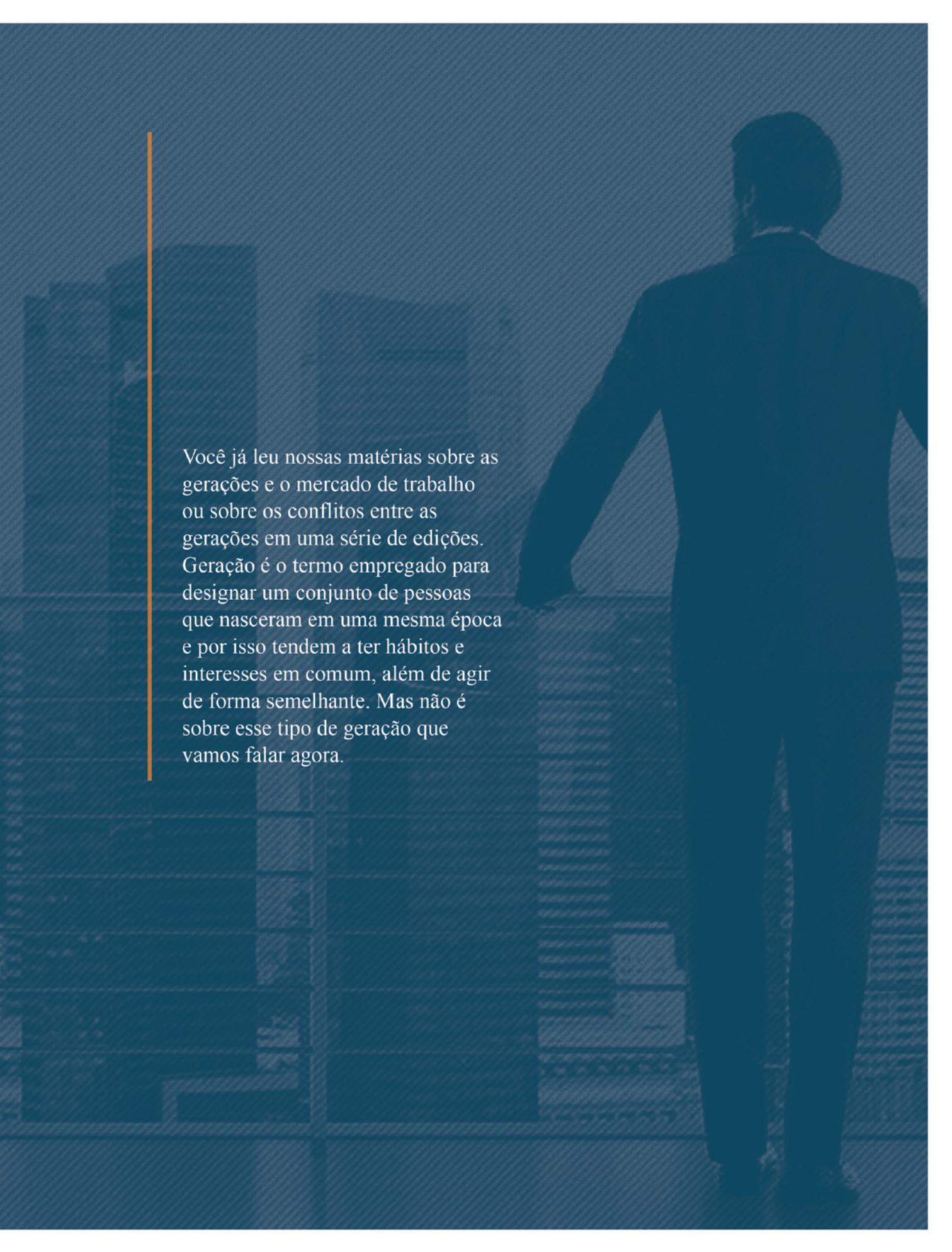
VIZA
Atacadista

**POSTO DE
COMBUSTÍVEL**



POR ANGELA ZATTA

NEGÓCIOS FAMILIARES: A PRÓXIMA GERAÇÃO



Você já leu nossas matérias sobre as gerações e o mercado de trabalho ou sobre os conflitos entre as gerações em uma série de edições. Geração é o termo empregado para designar um conjunto de pessoas que nasceram em uma mesma época e por isso tendem a ter hábitos e interesses em comum, além de agir de forma semelhante. Mas não é sobre esse tipo de geração que vamos falar agora.



PERGUNTAS PARA SE FAZER AO PENSAR NA GESTÃO DE UMA EMPRESA FAMILIAR



QUEM SERÁ O NOVO RESPONSÁVEL PELO COMANDO DA EMPRESA?



QUANDO ACONTECERÁ A TRANSIÇÃO?



COMO SERÁ O PROCESSO DE SUCESSÃO?



QUEM PODE E QUEM NÃO PODE FAZER PARTE DA EMPRESA?



QUAL É O LIMITE PARA A ADMISSÃO DE MEMBRO DA FAMÍLIA NA EMPRESA?



COMO SERÁ EXERCIDA A AUTORIDADE?



QUE PREPARAÇÃO SERÁ NECESSÁRIA PARA O PROCESSO DE TRANSIÇÃO?

Heráclito definiu o tempo médio de cada geração familiar como sendo de 30 anos, pois seria o suficiente para que os pais conhecessem seu filho primogênito. E se muitos de nós já temos nossos filhos nascidos e provavelmente indo à escola, cabe perguntar: será que a nossa empresa existirá quando eles entrarem no mercado de trabalho? E será que eles estarão dispostos a assumir o desafio de dar sequência a este legado familiar?

Antes de responder, é importante lembrar que as empresas familiares compõem 90% das empresas brasileiras, com representatividade de 65% no PIB, além de empregar 75% da força de trabalho do país de acordo com o IBGE e o Sebrae. Neste tipo de organização, vários membros de uma mesma família compõem o quadro de colaboradores, seja na parte técnica, administrativa, acionária ou como membros da diretoria. A grandiosidade do organograma vai variar em função do porte da companhia e nenhuma empresa é mais ou menos familiar por ter um número diferenciado de familiares ocupando diferentes funções.

Por enquanto, vamos presumir que a primeira resposta seja afirmativa (a segunda pergunta pode ser respondida em outra hora) e, sim, a empresa sobreviverá para ser dirigida pela próxima geração. Tecnicamente, uma empresa criada no Brasil no ano de 2000 já pode ter uma segunda geração atuando em seu quadro de colaboradores, considerando que o profissional terá 19 anos e provavelmente estará em algum curso de graduação ou estudando para isso. Na vida real, dizer isso significa pressupor que a organização em questão não é uma das 70 entre 100 empresas familiares que sobrevivem apenas enquanto o fundador estiver vivo ou em atividade e que, com sorte, integre os 5% das empresas que chegam à terceira geração.

A passagem da empresa para a geração seguinte nem sempre respeita o tempo médio de uma geração previsto por Heráclito. Isto porque quando falamos sobre o ambiente empresarial precisamos pensar com mais cautela, já que as variáveis são um tanto mais complexas do que quando pensamos apenas em termos reprodutivos. Normalmente, uma troca de geração implica na elaboração de um novo ritmo de trabalho, adequado às exigências do mercado e dos consumidores.



Um forte exemplo pode ser visto no ramo farmacêutico. De acordo com Gislaine Colle Pasqual, formada em Farmácia e Pós-Graduada em Farmacologia Clínica, cuja família se mantém no ramo há três gerações, existe um grande desafio enfrentado pelas farmácias independentes para se manter no mercado, pois “temos que conseguir atender às expectativas cada vez maiores dos consumidores, buscando oferecer diferenciais competitivos. O mercado farmacêutico brasileiro segue em expansão, puxado pelo aumento da expectativa de vida da população, e esse crescimento das grandes redes até obriga os pequenos negócios a se reinventarem para sobreviver. Foi o que aconteceu com a nossa empresa nos últimos anos: duas Farmácias Bom Jesus se transformaram em Farmácia Super Popular”.

A farmácia de propriedade do avô José Colle e que passou para seu pai Edson Colle, que segue na direção, foi o local onde Gislaine cresceu. “Começar a trabalhar na farmácia não foi um grande evento na minha vida, afinal era o ambiente que eu já frequentava todos os dias. Estudar o curso de Farmácia nunca foi um pedido do meu pai ou um sonho da minha mãe e tanto eu quanto minha irmã sempre fomos muito livres para optarmos pela carreira que quiséssemos. Mas eu já vivia no mundo farmacêutico e na inscrição do vestibular nem tive dúvidas. Com o início da faculdade, também comecei a ajudar na farmácia com funções no setor do crediário, cobrindo férias da secretária, ajudando no estoque. Durante a fase dos estágios curriculares da faculdade, comecei a aprender o atendimento ao cliente no balcão e depois a manipulação. Sem perceber, passei e aprendi em todos os setores até chegar ao administrativo onde trabalho hoje junto com meu pai, minha mãe e minha irmã”.

Alguém menos atento talvez possa acreditar que agilidade e inovação não combinam com as tradições e continuidade do legado de uma empresa familiar. Pelo contrário, as empresas familiares apenas se perpetuam no mercado porque conseguem atingir o equilíbrio entre os valores familiares responsáveis pela criação do legado e a atualização exigida pelo mercado. Diante das novas exigências do público, a atuação da família na direção do negócio tem direcionado para promover diferenciais frente a grandes redes com foco nos preços dos medicamentos, relacionamento com o cliente e prestação de serviços como aferição de pressão, aplicação de injeções, realização de testes de glicose, entre outros. “Farmácias familiares como a nossa precisam ter muita agilidade para mudar diante da alta competitividade”, explica Gislaine.

**PRECISAMOS TER
AGILIDADE PARA
MUDAR DIANTE DA
ALTA COMPETITIVIDADE**



**GISLAINE COLLE
PASQUAL REPRESENTA
A TERCEIRA GERAÇÃO
DA FAMÍLIA A
GERIR A FARMÁCIA**



CRESCIMENTO COM CONFIANÇA

Se não recai sobre as segunda ou terceira geração a necessidade de criar uma empresa nova do zero, isso não significa que as dificuldades não existem. De acordo com os sócios da segunda geração da Contábil Colle, Marcelo Colle, Adriano Colle e Vitor Paulo Rigo, existem facilidades ao dirigir uma empresa com uma carteira de clientes formada, uma equipe estruturada para o trabalho e previsibilidade de acontecimentos, “porém, você é testado a todo instante. Lidamos, principalmente, com a confiança dos clientes, dos colaboradores e da sociedade. Até então, Vitor e Clemente sustentavam valores essenciais do negócio: ética, respeito e credibilidade. O desafio foi replicar essa marca para a segunda geração”.

A confiança é uma marca bastante batida nas empresas familiares de modo geral. Especialmente para quem atua no ramo de prestação de serviços, ela é um diferencial para atrair e reter clientes. Confia-se no trabalho de alguém, que nem sempre é especializado na primeira geração, porque a pessoa inspira confiança e o resultado pode ser visto com clareza. Isso explica, mesmo que em partes, a razão de muitas empresas terem dificuldade de transferir a direção para a segunda geração. Existe dúvida: Será que o trabalho dos novos será tão bom quanto o do antigo dirigente?

Com uma história de fundação peculiar, a empresa nasceu como consequência de uma série de acontecimentos. Primeiro, o pai dos fundadores, Vitor e Clemente Colle, era proprietário de uma serraria e precisou de ajuda com a burocracia do negócio. Foi assim que, em março de 1966, Vitor passou a trabalhar como auxiliar no escritório de contabilidade do Sr. Villibaldo Rohregger, que lhe faria a proposta de adquirir metade do escritório no ano seguinte. Vitor e Clemente dividiram sua parte na sociedade e no mesmo ano adquiriram os outros 50% restantes, cuja administração estava sob responsabilidade do filho de Villibaldo. Os irmãos ainda compraram um novo escritório, de propriedade do Sr. Idê Loila e o utilizaram como nova sede. “Quando eu entrei na empresa, em 1987, tive a incumbência de modernizar e informatizar o negócio. Conforme o tempo foi passando, os outros ingressaram com a função de office-boy. Isso ocorreu com Vitor Paulo em 1999 e Adriano em 2001. Orientamos o aumento das incumbências de forma bastante orgânica, prezando pela afinidade e disponibilidade. Dessa forma, desde 2002, Vitor Paulo assumiu o setor de Despachante”, explica Marcelo.

Vitor Paulo explica que a credibilidade perante os clientes e a equipe foi conquistada passo a passo e permitiu conquistas importantes como a criação de uma nova sede, moderna e mais confortável para garantir mais qualidade de vida para a equipe de colaboradores e facilidade de acesso para os clientes.



**A CREDIBILIDADE
PERANTE OS
CLIENTES E EQUIPE
FOI CONQUISTADA
PASSO A PASSO**



“Em 2016 abraçamos o Programa da Qualidade com reuniões, organização, padronizações e relatórios. Isso foi coroado com a obtenção do Selo Catarinense da Qualidade para o segmento de Prestação de Serviços Contábeis, baseada nas normas ISO 9001, em 2017”, explica o sócio.

Trabalhos voltados à qualidade possuem o potencial de trabalhar uma mudança na percepção do cliente sobre a confiança, pois mostram que a confiança pode ser mantida com a nova geração já que o processo possui autonomia diante das pessoas. Assim, quer seja realizado pelos sócios, quer seja realizado por colaboradores ainda no período de experiência, a ação será a mesma, baseada nos mesmos princípios e com igual qualidade.

Outro representante da segunda geração é Jairo Giacomini, administrador da Giacomini Carrocerias, criada pelo seu pai Olices e outros dois sócios em agosto de 1980. “Desde criança eu estava dentro da fábrica analisando todos os processos, fosse por curiosidade ou interesse ou por insistência e incentivo do meu pai. Ele sempre buscou me ensinar os processos de trabalho, assim como me incentivar a executar o trabalho com autonomia, me inserindo na tomada de decisões conforme percebia minha aquisição do conhecimento e maturidade para isso. Então, entrar na empresa e assumir foi um processo automático”, explica Jairo.

A geração que ingressa em um negócio familiar normalmente passa por um processo de adaptação e de apresentação para os clientes, para que a relação de confiança seja mantida e a passagem não seja tão brusca. Prepara-se um futuro em que as mazelas do momento empresarial possam ser vencidas. Não por acaso, Olices estimulou Jairo a cursar Administração de Empresas para que conseguisse ter mais bases e conhecimento necessário para tocar a empresa no futuro. De acordo com o administrador, embora o “futuro” em que assumiria a empresa já tenha chegado, o processo até sua chegada foi um tanto lento e “com um pouco de dificuldades, levando em conta que meu pai sempre foi muito apegado à empresa e sempre quis acompanhar todos os processos, além de ser resistente a algumas mudanças muito necessárias para se adaptar ao mercado e aos novos consumidores”.

A adaptação ao mercado, no caso de Jairo, significa não se apegar ao saudosismo de uma época em que bastava que houvesse um contrato social e um bloco de notas para controlar o caixa e suprir as despesas. “A geração do meu pai nunca pensou que precisaria de uma autorização do IBAMA para extrair nossa matéria-prima, pois acreditavam que a madeira considerada nativa jamais se esgotaria”, exemplifica. Neste sentido, pode-se admitir que coube à segunda a adoção de processos ligados à sustentabilidade e a ações de conscientização e responsabilidade com o meio ambiente, sem que isso inviabilize o trabalho.



**JAIRO GIACOMINI
DEU PRIORIDADE
ÀS METODOLOGIAS
SUSTENTÁVEIS**

**SE ADAPTAR AO
MERCADO É
RENUNCIAR
AO SAUDOSISMO**





PERGUNTAS PARA SE FAZER AO PENSAR NA GESTÃO DE UMA EMPRESA FAMILIAR



O QUE SERÁ FEITO, SE O PROCESSO NÃO FOR BEM-SUCEDIDO?



QUEM PODE TER COTAS DA EMPRESA?



COMO SERÃO AVALIADOS E PAGOS OS MEMBROS DA FAMÍLIA?



O QUE ACONTECERÁ EM CASO DE DIVÓRCIO OU FALECIMENTO?



QUE RESPONSABILIDADES HÁ EM RELAÇÃO À COMUNIDADE?



QUE RESPONSABILIDADES HÁ EM RELAÇÃO AOS FUNCIONÁRIOS MAIS ANTIGOS?



QUE RESPONSABILIDADES HÁ EM RELAÇÃO AOS MEMBROS DA FAMÍLIA?

A NOVA GERAÇÃO

Seja por escolha própria ou seja pela influência da família, muitos profissionais da segunda ou terceira geração de empresas familiares seguem o caminho da geração precedente e buscam dar continuidade aos negócios. Mas seja qual for a sua experiência, independente da idade que tinham quando começaram a lidar com o dia a dia da organização, sempre haverá algo que os persegue. É a dúvida!

“Embora eu tenha assumido definitivamente o comando da empresa, busco fazer as coisas de forma planejada e com muito jeito, pois como meu pai ainda acompanha o processo e gosta de dar seus palpites e conselhos, mesmo que já estejam um pouco ultrapassados, preciso atingir um equilíbrio entre a opinião dele e a minha para atingirmos um resultado satisfatório e eficaz”, pontua Jairo.

Não é arriscado dizer que a dúvida é a única certeza que a geração entrante possui como companheira. Ela aparece especialmente quando a sábia figura do familiar mais velho não está presente para recorrer quando houver algum problema ou dificuldade. Em casos em que o dirigente se distancia definitivamente, como em casos trágicos como um falecimento ou doença, a sucessão normalmente ocorre de forma mais traumática e com mais dificuldades.

Esse é o caso das irmãs Priscila e Patrícia Pederiva, que assumiram a granja de seu pai Jorge depois de seu súbito falecimento em 2018. O empreendimento, com mais de 40 anos de existência, pertenceu à Perdigão no passado e foi adquirido por Jorge em 2008, em um momento em que nenhuma das irmãs tinha planos para trabalhar no ramo. “Quando eu cheguei na idade de escolher uma profissão não tínhamos a empresa na família. Fui proprietária de um Studio de Pilates em Videira, mas conforme meu pai se envolveu com a granja senti a necessidade de aprender mais sobre o negócio. Entrei como aprendiz para conhecer o dia a dia e senti a necessidade de me capacitar na área, então voltei a estudar”, conta Priscila.



A entrada de Patrícia, porém, acompanhou a perda do pai. “Nunca imaginei trabalhar nesse ramo. Foi uma consequência da sucessão familiar e uma surpresa do destino. Tinha ficado longe de casa por 12 anos e resolvi voltar para aproveitar mais a família e quando percebi estava seguindo os passos dele na empresa. Assumimos juntamente com nossa mãe, Vânia, e tivemos que aprender muita coisa que ele não teve tempo de nos ensinar, embora sempre tivesse muita paixão e paciência para isso”, explica. Com pouco tempo para se estruturar e um tempo menor ainda para providenciar as respostas necessárias à equipe e ao mercado, Priscila e Patrícia sentiram a necessidade de dividir as tarefas organizacionais, de modo que a primeira é responsável pela gestão financeira, enquanto a segunda responde pela gestão administrativa.

Sem o longo período de aprendizado comum neste tipo de empresa, Patrícia e Priscila ainda enfrentaram o desafio de sobreviver à crise econômica vivida pela BRF no último ano. Situações de incerteza como esta podem assustar empresários e equipes inteiras. Não é raro ouvir maus agouros pregando a falência do negócio ou mesmo aproveitadores que usam destes momentos de fraqueza emocional dos dirigentes para captar mão de obra ou informações privilegiadas. “O apoio e a experiência da nossa mãe foi fundamental para superarmos estes desafios. Buscamos focar na redução de custos, renegociamos com fornecedores e mudamos alguns pontos estratégicos dentro da empresa. Também tivemos que lidar com a renovação de 75% do quadro de colaboradores por uma iniciativa alheia à nossa vontade, o que nos permitiu montar uma equipe ainda mais forte e alinhada com nosso propósito”, relatam.

Pensar no futuro em um caso como este pode parecer tanto delicado quanto precoce, todavia, preparar a sucessão é a chave para que a empresa consiga sobreviver. Atendendo-se às particularidades de cada ramo, é sempre importante apontar definições claras sobre quem será o novo responsável pelo comando e qual será a capacitação exigida para tal, quando isso ocorrerá (em um cenário ideal, obviamente), como será realizada a sucessão, quais familiares podem ou não podem fazer parte da empresa, fixar limites para admissão de membros da família, balizar o exercício da autoridade, entre outros desdobramentos. Criar estas estratégias não implica na retirada da autoridade do comandante, mas desenvolve a noção de um plano de carreira para os herdeiros ou futuros dirigentes e fixa políticas claras que, no longo prazo, garantem a sustentabilidade do negócio, sua profissionalização e a manutenção do patrimônio familiar.

**A DÚVIDA APARECE
QUANDO A FIGURA
FAMILIAR SE AUSENTA**



**PRISCILA E
PATRÍCIA
PEDERIVA
SUPERARAM
AS DÚVIDAS PARA
MANTER O NEGÓCIO**

Raízes de Santa Catarina. **Horizontes para o mundo.**



 mundo atravessa um momento de constantes mudanças, sejam comportamentais ou profissionais, vivenciamos uma transição de gerações muito radical. Os livros de história dos próximos anos enfrentarão dificuldades para transmitir os inúmeros fatos, causas e consequências ocorridos durante essa nova era. Nos dias de hoje, a tecnologia faz parte do cotidiano de qualquer pessoa, acelerando a rotina e trazendo soluções cada vez mais práticas para alcançarmos nossas metas. Mas ao mesmo tempo que essa revolução nos aproxima, também nos afasta do contato com a nossa natureza. Como podemos utilizar a inovação a nosso favor e colher frutos com tudo isso?

Valorizar nossas origens e cuidar de nosso planeta são os primeiros passos em direção ao desenvolvimento sustentável. Envolver pessoas competentes e bem-intencionadas, que acima de tudo, enxerguem as oportunidades desse cenário, é a segunda e última fase para consolidar esta causa.

A ROHREGGER Empreendimentos busca em todas as suas realizações, agregar capital humano ao cuidado com o meio ambiente, tirando proveito da tecnologia e projetando ações sustentáveis, desde o alicerce de suas edificações. A utilização de fontes de energia renováveis e a manutenção de áreas verdes proporcionais à área construída, são algumas das condutas economicamente viáveis aplicadas em seus projetos.

Estes são valores instituídos e enraizados em sua política empresarial, desde abril de 2008, tempos que **Jussara Rohregger**, catarinense, fundadora e gestora da construtora, ergueu suas primeiras colunas na cidade de Videira, no interior do estado de Santa Catarina.

Colunas que se transformaram em fortes pilares, agora consolidados e que ganham terreno por todo estado, realizando sonhos e projetos de vida. Dentro de um cenário repleto de oportunidades e belezas naturais, a ROHREGGER Empreendimentos chegou ao litoral de Santa Catarina, à beira da Costa Esmeralda, com um produto lapidado, de valor agregado e, acima de tudo, 100% sustentável.

Entendendo como o melhor momento de difundir este conceito, a ROHREGGER amplia seus horizontes e idealiza a temporada 2020 com objetivos e desafios proporcionais à sua grandeza. A nova sede da empresa, em Porto Belo, será inaugurada em Setembro de 2019, junto ao evento, serão apresentadas inúmeras novidades ao mercado, entre as atrações: o lançamento de 2 novas obras, que somados à **Isla del Sol**, entregue em dezembro do próximo ano, **Ilha de Porto Belo** e **San Bartolo**, com previsões de entrega para o ano de 2021, totalizam em 5 empreendimentos somente na região de Perequê. Plantas criativas, projetos inovadores e de alto padrão, são investimentos seguros, sempre moldados às garantias e ao comprometimento da ROHREGGER Empreendimentos.

Além dos novos produtos, serão exibidos os novos conceitos da marca ROHREGGER, desde causas sociais, de incentivo ao esporte e à cultura, até as ações de responsabilidade ambiental. São campanhas que vão além de uma nova imagem, são valores que transcendem a credibilidade e a referência da empresa, desde sua inspiração à sua excelência de gestão.





ROHR
EGGER
EMPREENDIMENTOS

VOE MAIS ALTO

Viva

**SEU
NOVO
HORIZONTE**



WWW.ROHREGGER.COM.BR

VIDEIRA

Rua Lauro Müller, 244
Centro
(49) 3533-0390

PORTO BELO

Rua Leonor Baron, 173
Perequê
(47) 3369-4470

A GENTE SE ACOSTUMA, MAS NÃO DEVERIA

Você lembra quais eram seus sonhos quando criança? Lembra quais eram seus tesouros mais preciosos e o que você imaginava que era a felicidade? Talvez essa já seja uma realidade distante e você não se recorde onde foi que no meio dessa sua jornada, você se perdeu de todas as coisas que você sonhava. Talvez tenham te colocado dentro de uma caixinha que não te pertencia e você ficou receoso em desbravar o mundo e deixar as certezas e o conforto para trás. Já dizia o poeta: “a gente se acostuma...mas não deveria”.

Quando eu era pequena viajava o Brasil com meu pai. Por conta disso eu achava caminho o máximo e mesmo não entendendo sobre eles eu queria muito dirigir um quando fosse “grande”. Lembro do dia que assisti a Fórmula Truck pela primeira vez e vi um lindo Volvo rosa pilotado por uma mulher. Fiquei eufórica. Meus olhos brilhavam e o sorriso não saía do rosto. Naquele dia decidi que queria ser piloto, enquanto estudava pra ser correspondente internacional da Rede Globo na Inglaterra. Os adultos riram de mim. Nesse dia eu constatei que os adultos são estraga prazeres e chatos. Não brincam de colorir, não gostam de banho de piscina e sempre dizem que doce dá dor de barriga. Pela chatice dos adultos e por me tornar uma adolescente medrosa eu deixei de lado o sonho de ser piloto. Talvez por isso aos vinte e cinco anos eu nem tenha carteira de motorista e tenha medo de pegar em um volante. Em algum lugar aqui dentro, acostumei com a ideia de que pegar em um volante e ter a sensação de liberdade não é para mim.

Se você ainda não entendeu onde quero chegar com essa história, é porque talvez esteja preso no mesmo universo que eu. A vida inteira a gente é moldado para ser uma coisa em específico, independente das nossas vocações. Em geral as pessoas gostam de nos colocar em caixas tão apertadas e que fazem sentirmos tanto medo, que quando saímos delas para dar uma respirada, não sabemos nem quem somos.

As pessoas
nunca vão
te dizer o
quanto você
é corajoso
e capaz

Por conta de toda uma vida traçada pelas pessoas que nos cercam, a gente se acostuma a abdicar dos nossos sonhos e acaba vivendo uma vida que o outro queria e que não nos faz feliz. A gente vive em modo automático e se adaptando ao que vier. A gente quer pegar sol, mas escolhe os apartamentos dos fundos. Quer encontrar mais as pessoas que ama, mas se entope de compromissos. A gente acaba vivendo uma vida de mentira, por medo de largar tudo e buscar nossa felicidade.

As pessoas nunca vão te dizer o quanto você é corajoso e capaz. Toda vez que tentarem te colocar em uma caixa de sapato, quando você precisa de uma de geladeira, porque acham que aquele caminho seria o melhor para você, porque acreditam que o dinheiro anda junto com a estabilidade, ou que a fama anda junto com a alegria, aprenda a conversar e sabiamente dizer que não, você é dono das suas escolhas. Não deixe que riam dos seus sonhos e nem desacredite do que você pode fazer por si mesmo. Nada vai cair

nas suas mãos, principalmente se você acostumar-se com a vida monótona que leva. Lembre-se: para quem não tem nada, metade é o dobro. Então pense no que você pode fazer se multiplicar um sonho. O mundo lá fora é grande e nunca é tarde para recomeçar.

Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

AMOR, CUIDADO E SEGURANÇA 24 HORAS POR DIA



> Enfermeiros e técnicos disponíveis 24 horas por dia

> Higienização de roupas pessoais.

> Fornecimento e higienização de todo enxoval de cama e banho

> Relatórios diários de sinais vitais e medicamentos administrados

> Hemograma e exame de urina no ato da hospedagem e repetição a cada três meses.

> Parceria com clínicas de geriatria, fisioterapia, fonoaudiologia e odontologia

> Atividades recreativas de estimulação e inclusão do idoso em um ambiente familiar

> Seis refeições diárias

> Ginástica laboral

> Sistema interno de vídeo monitoramento

> Ambientes humanizados e acessíveis

> Sistema de chamadas de emergências em todos os leitos

> Serviço de quarto e limpeza

> Leitos adaptados para a segurança do hóspede

> Alimentação individual acompanhada por nutricionista



VIDAS & FASES
casa de repouso

Rua Arcângelo Damo, 190
Bairro Aeroporto - Videira/SC

☎ (49) 3566.6086
☎ (49) 99994.4130
@ @casaderepousovidasefases
/casaderepousovidasefases
vidasefases@gmail.com

Nossa empresa é uma segunda casa para quem precisa de cuidados e carinho. Venha conhecer nosso espaço e dê conforto à sua família e a quem sempre cuidou de você!

TERAPIA DIGITAL

Nós já debatemos sobre eles várias vezes. São assuntos abordados desde as mesas de bar até os consultórios médicos. Todo mundo tem alguma opinião sobre o assunto e oferece algum tipo de tratamento ou técnica para amenizar as dores, porém essa não deveria ser uma atitude de quem não tem um CRM ou CRP. Os transtornos psicológicos são um assunto sério. Nenhum de nós está imune e deve tratar essas questões com respeito e muita seriedade. Se não puder ser apoio, não seja um peso. Às vezes calar-se também é oferecer ajuda.

Há quem diga que as novas gerações, são as mais “nutellas”, já existentes. Porque reclamam e questionam tudo e trazem à tona debates importantes a respeito de diversos campos da vida e do convívio social. Que os transtornos psicológicos são o mal do século nós já sabemos e olhar-me nos olhos e dizer que isso é frescura ou um problema de adolescentes e jovens rebeldes que não sabem lidar com frustrações porque sempre tiveram tudo que quiseram ao alcance das mãos, é tolice. Meu avô é um senhor de mais de 70 anos e quando tinha 18 já tinha depressão. A busca por um diagnóstico foi ferrenha e ele passou a fazer o tratamento correto muitos anos depois. Os transtornos psicológicos sempre estiveram ali, na frente do nosso nariz, mas com a falta de informação a mais de 60 anos atrás, eles eram ignorados e considerados uma imensa frescura. Por sorte a nossa geração “nutella” conseguiu trazer esses temas sérios para o debate e conscientização social.

Há alguns anos passou a fazer-se uma campanha no mês de setembro, intitulada setembro amarelo pela prevenção ao suicídio e assim abriu-se ainda mais o debate sobre transtornos psicológicos. Muitas pessoas acreditam que só estão propensos ao transtornos psicológicos as pessoas “normais”, porém muitos famosos, vieram a público para conversar a respeito de seus transtornos, mostrando que eles são mais comuns do que imaginamos.

Um dos casos mais recentes de 2019, está ligado ao humorista, youtuber e influencer Whindersson Nunes. Ele divulgou em seu Twitter informações à cerca de sua saúde mental preocupando fãs, provando que dinheiro e fama não são sinônimos de felicidade e mostrando que a depressão deve ser levada a sério.

Todos sabemos que os transtornos psicológicos precisam de acompanhamento adequado de um psicólogo e de um psiquiatra e que fazer terapia é essencial para o desenvolvimento do paciente e para a melhor na sua condição.

Alguns tratamentos podem ter um alto custo e nem sempre toda população tem acesso a esses tratamentos de forma gratuita. Com o alavanco da informatização e tecnologia e pensando em suprir a necessidade desses pacientes que precisam de tratamento e não tem acesso, Whindersson Nunes decidiu criar um aplicativo gratuito de apoio psicológico. A ideia é simples, conectar pessoas que sofrem com problemas psicológicos e terapeutas que possam atender e ajudar gratuitamente, através de um trabalho voluntário, gerando assim uma rede de apoio e acolhimento. O aplicativo ainda está sendo desenvolvido por uma equipe especializada e não tem data para lançamento, mas promete mudar muitas vidas.

Todos nós podemos fazer muito, fazendo a nossa parte



Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

Proposta pedagógica do Colégio Superação assegura primeiro lugar no ranking do Enem em Videira

A educação básica, ofertada pelo Colégio Superação, propõe-se, por meio de seu Projeto Político Pedagógico, a dar visibilidade ao compromisso social com a formação ética, a partir da constatação de que há uma reconfiguração do cenário mundial e, por consequência, um novo perfil de cidadão começa a despontar, com perspectivas e necessidades, resgatando valores fundamentais, como a solidariedade, o respeito, a empatia, a ética e o humanismo.

Para tal, a instituição, com a clareza de que educação de qualidade é um bem e um direito do qual ninguém pode ser privado, por ser fundamental ao desenvolvimento de um povo e da sociedade como um todo, elenca como prioridade buscar subsídios básicos para cumprir sua missão, que é dar suporte ao desenvolvimento integral do indivíduo que ora se desenha.

Nesse sentido, pensando na melhor forma de oferecer esse suporte, alinhado aos preceitos legais da Base Nacional Curricular Comum (BNCC), o Colégio Superação implantou o Programa Escola da Inteligência – fundamentado na teoria do Dr. Augusto Cury – que tem por objetivo principal desenvolver competências socioemocionais.

Nesse contexto, percebeu-se a importância de, em parceria com as famílias, contribuir para a solidificação destas competências fundamentais exigidas à nossa época. Para isso, família e escola têm confirmado a plena certeza de que amor também se demonstra com firmeza no estabelecimento de limites e responsabilidades, sendo estes, princípios básicos para a formação de um cidadão que contribua com o Planeta, deixando um legado de participação efetiva na construção de um ambiente melhor para todos.

O trabalho para os anos iniciais do Ensino Fundamental é organizado dando prioridade às atividades lúdicas, pois o aprender, consistente em atividades gratificantes e prazerosas, resulta em retorno consistente. Também, nesse propósito, nos anos finais dos Ensinos Fundamental e Médio, o ensino ressalta tanto a importância da solidificação de valores, quanto a formalização e aplicação de conceitos, que se caracterizam por embasarem e representarem os primeiros passos em direção à construção das competências para a

concepção do profissional holístico que o mercado requisita e, acima de tudo, do ser humano que o mundo requer.

É importante considerar que a estrutura física da Unoesc, onde o colégio está instalado, disponibiliza acesso a laboratórios de informática, anatomia, biologia, química, física, microscopia, análise sensorial e nutrição; biblioteca universitária e infantil; auditório; centro de convivência; centro esportivo; parque externo e quadra de grama sintética; além de oficinas extracurriculares diversas; auxílio psicopedagógico e psicológico, que contribuem de forma significativa para a eficácia do processo de ensino e aprendizagem.

Toda essa atenção e cuidado dispensados ao ser em formação, contribui para que resultados efetivos sejam observados. Destaca-se aqui, que o Superação conquistou o primeiro lugar dentre as escolas do município que participaram da última avaliação do Enem.

Resta ainda ressaltar que, para o Colégio Superação, ensinar é colaborar para que educadores e educandos transformem suas vidas em processos permanentes de aprendizagem; além de contribuir com nossos alunos na construção da sua identidade e do seu caminho pessoal e profissional, transformando efetivamente a sociedade. Para nós, o importante é que nossos alunos aprendam de uma maneira eficaz e lúdica, através de metodologias ativas e significativas, a fim de estarem preparados para interagir e enfrentar os desafios que o futuro apresentar. Assim, investimos em projetos pedagógicos inovadores como base do diferencial competitivo.

É nisso que cremos, é isso que nos move e nos dá o rumo para nosso trabalho de colaborar na construção do futuro.





JORNADA DE ÊXITO



UMA VIDA DE CUIDADO

Ela não viu, mas ainda lembra. A memória brincou com seus pensamentos até que recuperasse aquela que seria uma marca em sua trajetória: quando recém-nascida, sua mãe a entregou a Deus. E da devoção se desenhou a história de quem doou sua vida aos demais e viu nas crianças a construção do futuro. Para a Irmã Ilva cuidar dos outros é dar-lhes a oportunidade de construir sua própria história com autonomia e solidariedade.

Ilva Maria Ogliari é a mais velha entre quatro filhas de Francelino e Clorinda Ogliari. Nascida no Rio Grande do Sul, mudou-se com a família para Videira quando era criança. “Nasci no RS, mas sou videirense de coração, pois desde os meus cinco anos, minha família mudou-se para cá”, diz. Estudou no Colégio Salvatoriano Imaculada Conceição até completar o segundo grau, mas como surgiu o desejo de ser Irmã? “Meu pai era motorista das Irmãs e costumava cantarolar algumas músicas que elas cantavam. Assim aprendemos e cantávamos em casa. Eu achava lindo! Como criança não compreendia, mas hoje agradeço. Era o chamado de Deus para a Vida Religiosa chegando de mansinho. Quando meu pai deixou de trabalhar no Colégio e foi trabalhar na empresa do Leoni, nós deixamos de estudar no Colégio e fomos para o Adelina Régis, mas um ano depois retornamos, pois as Irmãs nos convidaram a voltar. Foi um gesto que me marcou. Deus continuou me cativando através da convivência com as Irmãs professoras e sua missão. Em 1962 decidi entrar para a Congregação. Após o período de formação tornei-me Religiosa e hoje, após 54 anos de consagração, percebo claramente como Deus, em sua bondade, foi sempre de novo me chamando, iluminando e sustentando. Procurei discernir sua vontade e responder aos seus apelos. Ao celebrar 50 anos de VR, escolhi como lema uma frase bíblica de Lc 4, 18, que sintetiza meu projeto de vida: ‘O Espírito do Senhor está sobre mim, Ele me escolheu, consagrou e enviou para ser expressão do Seu amor’”, lembra Ir. Ilva.

Graduada em Letras, Ir. Ilva trabalhou como professora e secretária no Colégio Cristo Rei de Joaçaba nos primeiros dez anos de sua Vida Religiosa, depois

nove anos na equipe de coordenação da Província Salvatoriana/SC. Atuou como secretária executiva da Conferência dos Religiosos do Brasil, Regional de SC, foi formadora de novas Irmãs, esteve em Roma por um ano e participou de uma missão no interior da Bahia por quatro anos. “Quando recebi a missão de ir para a Bahia, fiquei muito emocionada por fazer uma experiência missionária junto àquele povo tão sofrido e castigado pela seca e tantas outras privações. Foi um período muito significativo e de muito aprendizado. Aprendi a viver com o essencial, a valorizar ainda mais a simplicidade, a partilha e o bem querer. Foram quatro anos de atuação em tempo integral na missão de evangelizar”, explica.

Mas a missão na Bahia foi interrompida quando os pais e uma mana doentes necessitavam da sua presença e seus cuidados. Assim, em 1993 a Equipe Provincial a liberou para prestar esse serviço à família. “Retornei a Videira com um misto de pesar por deixar a missão na Bahia e alegria e gratidão à Província por poder estar mais perto da família e prestar-lhe os devidos cuidados. Após seis meses pude residir na Comunidade das Irmãs na Vila De Carli. Conhecendo a situação das famílias, das crianças e gestantes daquele bairro, percebemos a necessidade de iniciar a Pastoral da Criança. Em 1994 fizemos as primeiras capacitações para 12 líderes, além de visitas e cadastramento de 195 famílias, 22 gestantes e 213 crianças nos bairros Vila De Carli, Pedreirinha, Sesi e Cibrazém. As primeiras Celebrações da Vida aconteceram em novembro de 1994, com um momento de acolhimento às famílias, palestras formativas às mães, pesagem das crianças, brincadeiras e um lanche bem gostoso e nutritivo”, aponta Ir. Ilva.



Após atuar na coordenação da Pastoral da Criança até abril de 2017, assessorada, durante 14 anos, pela Ir. Emília A. Sopran, Ir. Ilva entregou a coordenação da instituição à líder Rosa D. M. Giazzoni, que assumiu junto com a líder Terezinha Frâncio. “Atualmente, a Pastoral está presente em nove bairros de Videira: Água Verde, Amarante, Cidade Alta, De Carli, Farroupilha, Santos Dumont, São Cristóvão (Pedreirinha), Sesi e Vila Verde. Acompanhamos 296 famílias, 366 crianças e 25 gestantes com uma equipe de 37 Líderes e 87 membros de Equipes de Apoio. A Pastoral tem um projeto de formação permanente para todos que auxiliam no trabalho, para dar base ao acompanhamento das crianças, gestantes e famílias nos aspectos de educação, saúde, nutrição, recreação, cidadania, evangelização e melhoria da qualidade de vida. Hoje contamos com um novo método de acompanhamento: através de um aplicativo recebemos orientações individualizadas para cada criança”, comemora Ir. Ilva.

Durante os 25 anos de atuação da Pastoral da Criança em Videira houve uma grande redução da mortalidade infantil; diminuição de internamentos de crianças; diminuição de desnutrição, desidratação, diarreia, doenças respiratórias, verminoses e outras doenças prevenidas com cuidados e tratamentos caseiros; conscientização da importância do pré-natal; crescimento da valorização da amamentação e da vacinação; redução da violência e crescimento do cuidado dos pais; conscientização da importância do brincar na infância; crescimento na solidariedade, na

esperança e na fé com respeito às diferentes religiões e crenças; valorização da mulher e de seu potencial; crescimento da corresponsabilidade e integração entre famílias, líderes, equipes de apoio e coordenação.

“A Pastoral da Criança se tornou um meio muito eficaz para a realização do Carisma e da Missão Salvatoriana, pois pela sua atuação foram realizados bens imensuráveis na formação de lideranças e na promoção e defesa da vida. É claro que ainda temos desafios como a falta de líderes e equipes de apoio para suprir necessidades dos bairros onde atuamos e para expandir em outros. Outro desafio é a grande mobilidade das famílias cadastradas. Além disso, é necessária a conscientização em áreas como: gravidez na adolescência, tráfico humano para diversos fins e atenção a ações de Justiça Paz e Integridade da Criação.”, esclarece Ir. Ilva que também dedica parte de seu tempo como assistente espiritual dos Leigos Salvatorianos. “Temos oito grupos de Leigos e a Coordenação do Regional Sul. E como cuidar da vida é uma missão, integro a equipe de cinco Irmãs cuidadoras que se dedicam ao cuidado de 12 Irmãs em idade avançada na Comunidade Salvatoriana ‘Maria Teresa’. Cuido também da mana Isolde, que necessita de atenção especial”, comenta.

Por fim, Ir. Ilva agradece pelo apoio, incentivo e ajuda. “Desejo muita luz à atual coordenação da Pastoral da Criança e finalizar dizendo que chegamos até aqui com as bênçãos de Deus e será com a sua graça e proteção que continuaremos nossa caminhada”, conclui.



Ir. Ilva:
“A Pastoral da Criança
acompanha 296 famílias,
366 crianças e
25 gestantes”



FAÇA PARTE DESSA HISTÓRIA

DOAÇÃO

PATROCÍNIO



26,5%

100%



êxito

editora · comunicação

MINISTÉRIO DA CULTURA,
CENTRO CULTURAL EGON FREY
E EDITORA ÊXITO



VIDEIRA: UMA TRAJETÓRIA EM CONSTRUÇÃO

Instituição proponente: Centro Cultural Egon Frey
CNPJ: 02.220.027/0001-15
Número do Projeto: 182396
Nome do projeto: Videira: uma trajetória em construção
Banco nº 001 – Banco do Brasil
Agência 1387-0 – Fraiburgo
Conta Corrente: 26157-2

- Depósitos realizados diretamente no Banco do Brasil:
1º identificador: informar o CNPJ ou CPF do patrocinador ou doador; e
2º identificador: utilizar, conforme o caso, os seguintes códigos:
1 – Patrocínio;
2 – Doação;

- Depósitos realizados em outra instituição financeira, por meio de DOC:
Informar, no campo finalidade, os seguintes códigos:
20 – Doações Lei Rouanet
21 – Patrocínios Lei Rouanet

- Depósitos quando realizados em outra instituição financeira, por meio de TED:
Informar, no campo finalidade, os seguintes códigos:
Cliente: finliddcli – **43 – Lei Rouanet – Patrocínio**
finliddcli – **44 – Lei Rouanet – Doação**
(transferências realizadas pelos clientes)
Instituição: finliddif – **93 – Lei Rouanet – Patrocínio**
finliddif - **94 – Lei Rouanet – Doação**
(transferências realizadas pelos próprios bancos)



Patrocinadores



Produção



Realização



MEUS CUMPRIMENTOS AO CHEF

“Comer, comer, comer, comer é o melhor para poder crescer”, dizia o cântico antigo que aprendemos na escola e que era reforçado em casa por nossos pais quando desejavam que experimentássemos brócolis. Há tempos a culinária deixou de ser apenas sobre comida e passou a ser também sobre consumo consciente, fonte de renda e arte. A comida pode ser vista de formas diferentes e pode ter diversas aplicações dependendo do lugar do mundo onde você estiver, mas uma coisa é fato o alimento precisa ser tratado com respeito.

Cozer é uma necessidade básica do ser humano. É uma atividade fundamental para levar nutrientes a cada partezinha do corpo e manter ele e mente funcionando de forma harmoniosa para terem energia, serem produtivos e funcionais durante o nosso dia. Com a popularização de programas de televisão voltados à culinária e a revelar ou desenvolver Chefs de Cozinha a comida de diversos países e diferentes pratos tomaram o gosto popular. Dessa forma mais pessoas passaram e se interessar pelo assunto e desenvolver suas habilidades na cozinha, experimentando receitas novas e perambulando por diversos estilos. Se você é um acompanhante do Masterchef Brasil deve ter celebrado, ou chorado com cada um dos participantes e aprendido com as valiosas dicas de Paola Carosella, Henrique Fogaça e Erick Jacquin, nem que fosse aprender que toda comida precisa de “sal, tampo e cocância” (saudades Jacquin).

Com o passar dos anos e tendo acesso a todo tipo de informação, receitas e ingredientes, aprendemos a nos relacionar com a comida de uma forma mais respeitosa e atendendo às nossas necessidades básicas. Hoje existem diversas opções de comida que atendem a públicos bem específicos. Se você é vegano encontra opções que se encaixem nas suas escolhas e estilo de

vida, se você é alérgico a algum alimento ou intolerante, como é o caso dos intolerantes a lactose e celíacos, você também consegue achar produtos que vão de encontro com suas limitações e façam bem a sua saúde de maneira geral.

A culinária engloba cozinhar e confeccionar alimentos de todos os estilos. Ela foi evoluindo de acordo com a história da humanidade

e possui características diversas dependendo da cultura onde está inserida. Ela nada mais é do que uma expressão cultural que reflete os costumes, hábitos, crenças e desenvolvimento econômico de cada povo, nessa questão os utensílios e técnicas utilizadas também fazem parte desse acervo pessoal. Nós passamos por mudanças sociais bruscas quando se trata de comida. No início da humanidade antes da descoberta do fogo pelo homo erectus a comida era composta por vegetais colhidos nas florestas e animais caçados

e dessa forma eram consumidos crus. Depois da descoberta do fogo os alimentos passaram a ser consumidos cozidos e assim descobriu-se a agricultura e pecuária. Passamos desse processo inicial de descoberta a outras descobertas mais elaboradas e necessárias. Com a mudança comportamental humana, com a expansão da industrialização e as pessoas trabalhando longe de casa surgiram os fast foods. Com esses novos hábitos alimentarem e mudança de

Aprendemos a nos relacionar com a comida de uma forma mais respeitosa



Modernize seus ambientes



Valmor Zago
Proprietário

Executamos móveis planejados em geral, para ambientes residenciais e ambientes corporativos. Visando que cada ambiente, cada pessoa e cada momento sejam únicos. Nossos móveis promovem exclusividade para cada cliente, proporcionando praticidade, qualidade e conforto para a sua vida.


VALENZA
Móveis Planejados

 (49) 3566.3470
(49) 99976.5760

 Rod. SC 355 - Bairro Santa Gema - Videira/SC

 @moveisvalenza

comportamento e pensamento do consumidor também surgiram novas regras e leis para regulamentar produção e venda de alimentos, prezando pela saúde de quem consome e cuidado com meio ambiente e animais.

A expansão da culinária, a criação de novos pratos e a inserção da cultura de todos os países na forma de fazer comida fez surgir chefes de cozinha renomados em todas as áreas, técnicas diferentes, minuciosas e muita arte na cozinha. Ao longo dos anos a dólma passou a ser sinônimo de sofisticação e altos investimentos. Criou-se uma teoria de que boa comida só seria feita por Chefes renomados, que só cozinham para pessoas ricas. Desmistificou-se essa teoria quando percebemos que é possível comer bem no restaurante do seu bairro. Que comida boa precisa, além de matar a fome, respeitar o meio ambiente, atender todos os públicos e trazer boas memórias e expressividade.

A culinária é uma fonte de renda desde que nos conheçamos por gente. Não importa se você tem um grande e conhecido restaurante e se formou em gastronomia em uma universidade renomada ou se você faz trufas e bolos de pote para vender no seu dia a dia. Se você trabalha com comida, é importante saber como se tornar uma referência no assunto. Você precisa saber como tornar o seu produto tão bom que quando as pessoas pensam em determinado prato vão pensar em você e no seu negócio.

Antes de fazer as pessoas conhecerem a sua comida, faça com que elas conheçam você. Que elas saibam quem é você, de onde você veio, qual sua formação (independente se for superior ou se tiver apenas alguns cursos), onde começou essa relação de amor com a culinária e porque elas devem lhe dar esse voto de confiança. É mais fácil fazer com que alguém sinta vontade de provar alguma comida se sabe de onde ela vem e por quem está sendo feita. Isso cria uma relação de amizade e confiança com o seu cliente. Portanto, seja transparente.

A qualidade e a limpeza de ambientes quando se trabalha com comida não são diferenciais, são

uma necessidade. Leve isso como ensinamento para a sua vida. Ofereça aos seus clientes a cada prato servido uma nova experiência e desperte novas sensações. Crie canais para se conectar com as pessoas através da sua culinária e esteja disposto a ouvir os feedbacks.

Aposte nos meios de divulgação e trate os meios de comunicação como seus melhores amigos. Esses meios podem chegar a pessoas e lugares que você nem imagina e assim despertar a curiosidade e trazer novos clientes. Mantenha uma relação de interação e amizade com seus clientes através desses meios, isso lhe colocará como um empreendedor que valoriza os seus clientes de diferentes formas, gerando assim a fidelização. Mantenha sua boa reputação entre todos os clientes e quando houver al-

gum problema, busque resolver de uma maneira amigável e responsável afim de fidelizar esse cliente apesar do deslize que possa ter acontecido. Seja solícito, educado e atencioso, isso faz a diferença e gera feedbacks positivos.

Fique atento a todos os detalhes e promova ações que façam o cliente sentir-se único. Muitas vezes o nome da pessoa escrito de maneira correta e com uma mensagem carinhosa no pacote de entregas pode te colocar um ponto acima dos seus concorrentes que vendem os mesmos produtos. Isso faz com

que as pessoas coloquem você e a sua empresa como alguém que valoriza o cliente e o trata de forma diferenciada.

Faça planejamentos e esteja atento às suas finanças antes de fazer qualquer investimento. Antes de comprar uma máquina importada, construir um lugar maior e contratar mais pessoal verifique se isso cabe no seu orçamento ou se é necessário esperar mais um pouco para fazer o investimento de forma correta. Você precisa que seu dinheiro seja gasto com maquinário, espaço ou pessoal que vá lhe gerar lucro e trazer resultados, gerando assim um investimento e não um gasto. Não meta os pés pelas mãos faça escolhas conscientes.

Invista em cursos de formação e produtos de qualidade. Não importa qual produto você

*Fique atento
aos detalhes e
promova ações
que façam o
cliente sentir-se
único*



Boas noites de sono, para dias mais felizes!



As persianas são uma ótima alternativa quando o assunto é vedação da luminosidade. Elas prezam pelo conforto dentro dos ambientes e são grandes aliadas na preservação do sono da sua família, promovendo o controle da luminosidade e auxiliando na busca por noites de sono mais tranquilas. Cada tipo de abertura produzida por nós, dispõe de elementos opcionais para atender às necessidades de cada ambiente. O sistema de fabricação integrando esquadria e persiana permite um total blackout nos ambientes, além de aumentar o isolamento térmico.

Pontos de Travamento // Junção por Termofusão // Isolamento Acústico // Perfil com Reforço em Aço Galvanizado // Conforto Térmico // Durabilidade // Baixa Manutenção // Garantia
Portas (Pivotantes - De giro - Com lâminas ventiladas - De correr tradicionais - Oscilo paralelas - Abertura camarão)
Janelas (Oscilo batente - Bay window - Maxim ar - De correr)

/// Arroio Trinta - SC

(49) 3535.1501
Rua Francisco Nava, 1300
(saída para Treze Tilias)

/// Florianópolis - SC

(48) 3030.7719
Centro Empresarial Corporate Park,
Sala 2, Bloco 3
Rod. José Carlos Daux, 8600
Santo Antônio de Lisboa

////////////////////

contato@perfectpvc.com.br
www.perfectpvc.com.br

PERFECT
Esquadrias em PVC



vende, se você tiver cursos de especialização na área além de você ter uma nova visão de negócio e oferecer um produto mais bem elaborado para o seu consumidor final isso gera uma maior confiabilidade em você e no seu produto. Se você vende salgados por exemplo, é indicado que trabalhe com uma matéria prima de qualidade e ofereça um produto com um bom acabamento, para que isso reforce a sua boa reputação entre seus clientes, o colocando um passo à frente de seus concorrentes e sendo visto como alguém que oferece um bom trabalho.

Para prospectar nesse universo além de fazer investimentos precisos, é preciso tratar a comida com respeito e fazer dela uma forma de arte. Você precisa oferecer diferenciais se quiser prosperar. Desconstruir alimentos e dar a eles uma aparência inédita e apresentar o produto como uma performance promove ao cliente uma experiência que envolve todos os seus sentidos estimulando a criatividade. Dessa forma a arte e a gastronomia andam de mãos dadas. Como citamos anteriormente, gerando uma experiência positiva ao seu cliente, você torna-se sinônimo quando ele pensa naquele prato.

Esse debate sobre culinária não só como fonte de renda, mas como obra de arte, abre outros debates importantes sobre o consumo consciente e formas de evitar o desperdício. O consumo consciente vai muito além de apenas reaproveitar partes de uma fruta ou carne que iriam para o lixo porque não são partes complementares na composição daquele prato específico gerando assim uma maior produção de lixo descartado no nosso planeta. Ela vai desde a verificação do produtor de quem você compra suas verduras, frutas e vegetais e a forma como ele produz esses alimentos, ou seja que tipo de produtos ele utiliza no plantio, quais são os seus processos e com que respeito e responsabilidade ele trata o meio ambiente (solo, ar, água), assim como verificar de onde vem as carnes que utiliza, quais os processos tanto do produtor, quanto do frigorífico e transporte. Isso vai além do tratamento do animal, a forma de

abate, a alimentação, entre outras questões. Leve como um ensinamento de vida o reaproveitamento. Uma fruta não é só sua polpa, ela é composta de folhas, cabo, casca, sementes. Analise métodos culinários que abrangem toda composição dela e que gerem um reaproveitamento muito maior. Mude seu pensamento e comportamento. A cozinha/culinária, também pode e deve agir de maneira sustentável, afim de colaborar com o bom desenvolvimento do nosso ecossistema e prezando pela preservação dos recursos naturais do nosso planeta.

A culinária é abrangente e inclusiva. Ela é fonte de renda. Ela é arte. Ela é sustentabilidade e consumo consciente. É memória afetiva. É sonhar. É integração e união. A alma de toda a casa é a cozinha. A minha família

de origem italiana, por exemplo, sempre bate um papo na cozinha enquanto prepara a comida nos almoços de domingo ou datas comemorativas. Não importa o tamanho que a cozinha tenha, sempre estão todos lá. Quando entro em algum local e sinto o aroma de carne sendo cozida em molho de tomate, com tempero de salsinha e cebolinha e vejo algumas batatas sendo cozidas em uma grande panela no fogão de lenha, lembro de ajudar a minha nonna a fazer nhoque. Amassar as batatas, fazer a mistura com ovos, farinha e sal

e cortar em pequenos cubinhos. Cozinhar na água fervente e comer com um delicioso molho a seu gosto, com uma quantidade generosa de queijo ralado em cima. Essas memórias fazem meu coração sorrir. Descobri ao longo do anos o quanto é difícil reproduzir uma comida que carrega consigo uma porção de memórias afetivas, aquelas memórias que dão um calorzinho no coração e trazem boas doses de sorrisos e muita saudade. Pensando nisso conseguimos comprovar uma coisa que já sabíamos, a culinária não é só sobre comer.

*A cozinha,
também
pode e deve
agir de
maneira
sustentável*



Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

O requinte de uma residência com ambientes internos e externos valorizados pela suntuosidade das Rochas Ornamentais.

Beleza, sofisticação e funcionalidade em cada detalhe.

SantaTereza

Mármore e Granitos

(49) 3566-7300

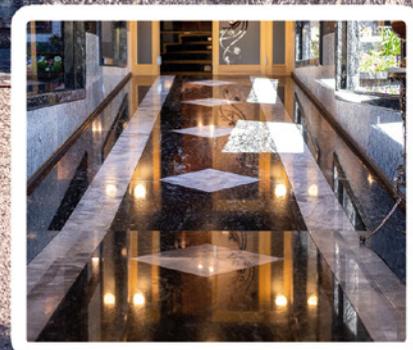
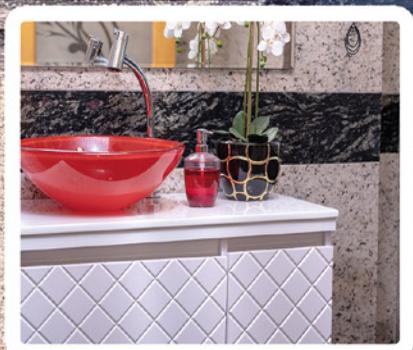
(49) 98409-0901

www.santaterezamg.com.br

santatereza@santaterezamg.com.br

Rua Alberto Reichert, 1567
Bairro Santa Tereza | Videira - SC

[@santaterezamg](https://www.instagram.com/santaterezamg) [/santaterezamg](https://www.facebook.com/santaterezamg)



ROCK AND ROLL, O FILHO BASTARDO – PARTE 2, B.ROCK

O rock'n'roll chegou ao Brasil em outubro de 1955 na voz da cantora de samba-canção, Nora Ney, que gravou em inglês “Rock Around the Clock”, de Bill Haley & His Comets (trilha do filme Sementes da Violência), para a versão brasileira do filme. Em uma semana estava no topo das paradas.

Em 1957 o cantor de boleros Cauby Peixoto gravou “Rock and Roll em Copacabana”, o primeiro rock escrito em português, composto por Miguel Gustavo, seguido por “Enrolando o Rock”, com Batinho & Seu Conjunto. Carlos Imperial apresentava “Festa de Brotos” e “Clube do Rock” na TV Tupi. Eu estava na infância e minha turminha gostava de ouvir o palhaço Carequinha cantando “O rock do ratinho” e “Fanzoca de rádio”.

Os primeiros ídolos do rock brasileiro surgem no final dos anos 50: Carlos Gonzaga, os irmãos Tony e Celly Campelo, Sergio Murilo. A década seguinte inicia com grupos de rock instrumental: The Jet Blacks, The Jordans, The Clevers, Os Incríveis; cantores Demétrius, Eduardo Araújo, Jerry Adriani, Albert Pavão e outros, Ronnie Cord, lança dois “hinos”: “Rua Augusta” composta por seu pai Hervé Cordovil e “Biquíni de Bolinha Amarelinha”.

Roberto Carlos, Erasmo Carlos, Tim Maia e Jorge Ben foram influenciados pelo rock e seu “filhote”, o rockabilly. Jorge alcança sucesso mundial, ficando conhecido como criador do samba-rock, subgênero que Erasmo também visitou. Cantando versões: “Splish Splash”, “Calhambeque”, ou na parceria com Erasmo: “Que vá tudo pro inferno”, “Eu sou terrível”, Roberto se torna o maior ídolo do rock brasileiro dos anos 60 e posteriormente, o maior nome da música brasileira. Com o sucesso, a Rede Record escalou Roberto, o “Tremendão” Erasmo e a “Ternurinha” Wanderléa para apresentar o programa Jovem Guarda, com Golden Boys, Renato e seus Blue Caps (a banda de rock re-

conhecida como a mais antiga ainda em atividade).

Na segunda metade dos anos 60 surgiram Os Mutantes, com seu deboche e o som inovador dos irmãos Sérgio e Arnaldo Baptista, revelando Rita Lee, que depois fez carreira solo e é considerada a rainha do rock brasileiro. Em 1973 aparecem os Secos & Molhados e Raul Seixas inicia carreira solo com “Ouro de Tolo” e músicas debochadas como “Mosca na Sopa” e “Maluco Beleza”, esotéricas como “Eu Nasci Há Dez Mil Anos Atrás” e “Gita”, motivacionais como “Metamorfose Ambulante” e “Tente Outra Vez”. Falecido em 1989, o culto a seu nome cresce a cada ano.

Só na década de 1980 acontece a popularização e a verdadeira “explosão” do rock no Brasil, com as bandas 14 Bis, Blitz, Os Paralamas do Sucesso, Kid Abe-

lha, Biquíni Cavado, Engenheiros do Hawaii, Made in Brazil, Magazine & Kid Vinil, Nenhum de Nós, RPM, Titãs, Ultraje a Rigor, Barão Vermelho (de onde despontaria Cazuza). A Capital Federal mostra que também é sinônimo de rock e Brasília revela Capital Inicial, Plebe Rude, Raimundos. E a mais influente de todas, a Legião Urbana, liderada por Renato Russo emplacou inúmeros sucessos. Em pouco tempo, Renato e Cazuza passaram a ser considerados os principais letristas do rock brasileiro. Mesmo mortos, eles estão mais vivos que nunca. O som da Jovem Guarda continua presente na música brasileira.

Além das antigas gravações, conhecidas pelos que tivemos o privilégio de viver aquela época, cantores e bandas atuais gravam covers do Roberto e de outros nomes da época.

Rock and Roll will never die...O futuro é incerto, mas apesar dos “interesses” da mídia, apostamos na banda Malta e na cantora baiana Pitty.

Os primeiros ídolos do rock brasileiro surgem no final dos anos 50



Antonio Carlos “Bolinha” Pereira

osdiscosdobolinha.blogspot.com



Nossa
maior
inspiração
é a sua
ousadia

A Sincol está na vanguarda da produção de portas, batentes, guarnições e kit porta pronta há setenta e seis anos. E como líder, sem abrir mão da sustentabilidade, está sempre investindo na evolução de sua linha de produtos com tecnologias inovadoras para assegurar as novas tendências de mercado.

Além disso, agora disponibilizamos a maior gama de produtos com certificação ABNT-PSQ-PEM conforme a NBR 15930-2 e em conformidade ao atendimento da NBR 15.575. Mais uma vez, o padrão de qualidade Sincol é referência internacional.



A marca do manejo florestal responsável

www.sincol.com.br



Soluções para quem exige Qualidade

CUIDADO: CONTEÚDO SENSÍVEL

Você está habituado a ligar a televisão e receber um aviso antes do início dos filmes para alertar o público sobre cenas inadequadas, violência e outros temas. A Netflix também te avisa quando a gravação possui efeitos estroboscópicos ou outras particularidades que podem trazer desconforto ao telespectador. O audiovisual tem essa preocupação há algum tempo e como um produto de entretenimento tal qual o streaming, chegou a hora e a vez dos livros.

Redatores, revisores, editores, tradutores, designers e vários outros profissionais da cadeia do livro já devem ter se deparado com o termo Trigger Warning em alguma publicação. Se este não é o seu caso ou se você nunca viu ou ouviu falar sobre o tema, aqui vem uma explicação. Os TW são tags, notas ou avisos contendo um breve alarme de que o conteúdo oferecido ao público pode conter conteúdos sensíveis. A tradução indica que os TW são avisos de gatilho.

Na literatura, os TW se disseminaram a partir das plataformas de autopublicação como o Wattpad, pois os criadores de conteúdo passaram a adicionar essa tag como forma de alertar os leitores. Alguns blogs também têm aproveitado esta estratégia, especialmente quando os conteúdos abordados em suas publicações girarem em torno de questões como suicídio, estupro ou assuntos com potencial de causar sofrimento alheio. Por isso há quem diga que o lugar de fala dos avisos de gatilho é essencialmente a internet e que qualquer informação desta natureza dada em uma nota introdutória de uma obra literária pode ser considerada spoiler.

Antes de pensar no spoiler, vale a pena lembrar que existem gatilhos mentais e emocionais. O gatilho mental é visto pela psicologia como estímulos recebidos pelo cérebro com potencial para influenciar diretamente nossa tomada de decisão. Especialmente utilizados no marketing

e vendas, são aquelas decisões que tomamos como se estivéssemos no piloto automático para evitar o desgaste diante de tantas escolhas, ou aquilo que fazemos porque aprendemos que aquele é o comportamento adequado diante de uma situação. Assim, você decide assistir uma série apenas porque “todo mundo está assistindo”, ou compra um novo produto apenas por ser uma edição limitada, ou assiste a um filme que já viu inúmeras vezes na infância porque agora ele está em cartaz em live action.

Seguindo essa lógica, você adquiriu o hábito da leitura e aprendeu que ter um livro em mãos é algo prazeroso e interessante, que te leva a uma experiência diferente do seu cotidiano. E você compra o livro. É claro que você leu o texto da quarta capa e que provavelmente também leu a orelha antes de tomar a decisão de comprar. Também foi atraído pelo título e pelo design da capa ou então decidiu

comprar em razão do apelo publicitário sobre a obra. De alguma forma, você tem o livro em mãos e dá início a leitura sem saber que as páginas seguintes têm potencial de despertar um gatilho emocional em você. E de repente a leitura já não é mais prazerosa — ela é perturbadora.

Gatilhos emocionais orientam nossa forma de agir diante de sentimentos dolorosos que podem ter sido adquiridos na infância ou não. Eles surgem a partir de um evento desencadeador (no nosso exemplo, a leitura) e fazem com que a

Gatilhos podem desencadear pensamentos intrusivos que exigem atenção



pessoa experimente uma reação emocional intensa, possa se sentir desorientada e até mesmo surpreendida pela intensidade das emoções, podendo ainda levar a uma resposta desproporcionalmente negativa. Por isso, considera-se de bom tom que haja um aviso de gatilho (TW) também na literatura, especialmente em obras inéditas ou reedições.

O FAMIGERADO SPOILER

Não se trata de spoiler. O aviso de gatilho não conta a história completa e se o plot twist ou a grande surpresa do enredo é justamente uma cena de violência ou estupro, por exemplo, talvez seja de bom tom rever o conteúdo da obra. O mais importante, porém, é termos a consciência de que informar o leitor de que existem cenas fortes no livro, sem mencionar os nomes dos personagens ou o momento em que elas ocorrem na narrativa, pode ser fundamental para que alguém que está se recuperando de um grande trauma não tenha uma recaída.

É claro que o objetivo de todo autor é vender a sua obra e fazê-la chegar ao maior número de pessoas possível, mas isso não pode acontecer a qualquer preço. Em tempos em que a saúde mental é abordada em vários momentos e sob vários prismas, não se pode negligenciar o sentimento do outro. Vale a pena arriscar ver o leitor sofrer apenas para não estragar uma experiência?

É claro que nem todo gatilho fará com que a pessoa necessariamente execute alguma ação destrutiva. Gatilhos de estupro, por exemplo, podem trazer à tona as memórias das vítimas de abuso, que podem sofrer de acordo com a sua estrutura psíquica atual e a ocorrência de pensamentos intrusivos, que surgem sem que seja possível controlar e que não são fáceis de serem retirados de cena. Na maioria das vezes, esses pensamentos soam impróprios e parecem sumir apenas depois de muitos exercícios ou cometendo uma determinada ação.

MAS ENTÃO TUDO É TW?

Novamente, não. A mente humana é extremamente complexa e não seria possível

compreender tudo o que pode afetar o público de determinada forma. Pessoas que têm fobia a baratas, por exemplo, deixarão de ler Kafka? Talvez sim. Será que a obra terá pensamentos intrusivos e oportunidades de gatilho o suficiente para fazer com que o leitor coloque a sua saúde mental em risco? Talvez não. De qualquer forma, esse exemplo parte de um livro clássico que há muito já é de conhecimento público. Logo, dificilmente você irá presentear-lo para alguém que tenha fobia de insetos.

A situação muda de figura quando falamos de uma obra inédita ou ainda de um autor desconhecido. É um excelente passo começar a construir o seu público de leitores sendo empático, demonstrando uma preocupação com o leitor, que é o seu cliente afinal. Normalmente, os avisos de gatilho são direcionados para conteúdos sensíveis como violência, abuso sexual e suicídio, em função de sua capacidade de desencadear pensamentos destrutivos. Isso não ocorre com cenas de beijos, por exemplo.

ENTÃO NINGUÉM MAIS PODE ESCREVER SOBRE NADA?

Não, mais uma vez. Partindo do pressuposto de que a literatura dialoga com a realidade e que eventos como abusos e suicídios ocorrem com uma frequência assustadora, não abordá-los seria negligenciar a vida real. Entretanto, vale a pena refletir se aquela cena

capaz de provocar um gatilho é realmente necessária para a construção do personagem e para o desencadeamento da narrativa.

Histórias com temas sensíveis podem e devem ser contadas para mostrar que existem e que podem ser combatidas. Ocorre que muitas narrativas recorrem às cenas de abuso ou de suicídio como formas de chocar o leitor e ganhar alguns pontos com a audiência. Ao romantizar as ações, escritoras e editoras podem literalmente colocar a vida das pessoas em risco se não houver qualquer alerta sobre seu conteúdo.

*Na dúvida,
opte por
preservar
a saúde
mental
do leitor*



Angela Zatta

angela@editoraexitocom.br

SUA CASA SEGURA, DESCANSO MERECIDO

As férias são um momento de felicidade, descanso e calma que não combinam com preocupação. Você viaja e não sente-se extremamente seguro em deixar sua casa vazia e muitas vezes deixa de se divertir porque fica pensando no que pode vir a acontecer ou acaba ficando em casa pelo mesmo motivo. Os sistemas de monitoramento se encaixam perfeitamente nessas situações, além de serem grandes aliados do dia a dia, para que sua casa e sua família continuem seguros.

A segurança e monitoramento das residências no período de férias é uma questão que precisa ser procurada e planejada para evitar prejuízos e poder descansar tranquilamente aproveitando os momentos em família. Engana-se quem pensa que esse cuidado deve ser tomado apenas com casas de rua, apartamentos e condomínios fechados também devem tomar as devidas precauções. Essa orientação se estende a escolas e empresas que fecham no período de fim de ano. Os cuidados com a segurança devem ser tomados independente do período de duração das férias, não importa se será um final de semana, ou um mês inteiro.

Existem alguns precauções que precisam ser tomadas antes da viagem de férias e isso vai muito além de trancar todas as janelas e portas, desligar eletrodomésticos, registros de água e gás e procurar uma pessoa responsável para cuidar do seu animal de estimação.

É importante que para a segurança dos seus bens nas férias, que você não conte sobre os seus planos para muitas pessoas para que não atraia a atenção para sua casa vazia facilitando o acesso de pessoas mal intencionadas. É válido avisar alguma pessoa de sua confiança seja um amigo ou vizinho para que ela fique atenta a qualquer movimentação suspeita ao redor do imóvel e que possa passar diariamente na sua casa conferindo se está tudo em ordem, além de avisar à polícia quando houver suspeita de furto.

Além de contar com o apoio de pessoas de confiança é necessário contratar uma empresa que lhe ofereça todo o suporte para monitoramento da sua residência. Antes de viajar confira os itens básicos de segurança como trancas, fechaduras e trincos e se possível instale reforços e correntes com cadeados grandes. Se possível instale grades nas janelas. Confira seu sistema de segurança. Caso

ainda não possua um, pode ser uma boa hora para pedir o auxílio de uma empresa especializada e projetá-lo. Existem diversos tipos de sistemas, que variam de acordo com a necessidade de cada cliente. A instalação de sistemas de segurança, como alarmes e câmeras de monitoramento fazem toda a diferença. Dependendo do sistema escolhido, você pode acompanhar, via internet e aplicativos, como está o movimento da sua casa em sua ausência diretamente do celular ou computador.

Para Moacir e Vanessa Bof da Espaço Eletro: “A segurança de sua família necessita de profissionais especializados, para que não esteja em falsa segurança”. Fique atento ao escolher um sistema de monitoramento e busque uma empresa da sua confiança. Você merece descansar em suas férias, sem preocupações ou dores de cabeça.

Existem alguns precauções que precisam ser tomadas antes da viagem de férias



Larissa Lucian

contato@editoraexitocom.br

Sobre as janelas

Leonardo Pasqual Colle

Meu quarto tem duas janelas. Quando cheguei aqui, abri uma delas e me deparei com uma paisagem que... Bem, não era feia, mas nem muito bonita.

— Anna... - comecei a falar com minha irmã mais velha - É... Bonito, eu acho, mas nem tanto...

— Como é? Você precisa ver a minha então. É pior, mas eu nunca reclamei dela.

— E se nós abrirmos a outra, será que não vai ter uma paisagem mais bonita?

— Mas o que que é isso Helena, está ficando louca? Abrir uma já é arriscado, imagina duas! Vai que piora a paisagem? Vai que você não consegue mais fecha-la e precisa olhar para algo feio todos os dias?

— É... Acho que você está certa...

Deixei a segunda janela fechada. Tinha uma aberta, afinal, e não era tão mal. Podia ver algumas coisas bonitas, até me divertir com o mundo lá fora, embora nunca por inteiro. Minha mãe, diferentemente de minha irmã mais velha, nem olhava mais pela sua janela. Havia deixado de ver as belezas escondidas há muito tempo. Acho que o pai mandou ela fechar até e deixar de pensar em besteiras. Ela não é muito feliz, mas quando assiste televisão posso jurar ver uma pontada de sorriso em seu rosto, ao assistir belos filmes onde as janelas mostram as mais belas paisagens que se possa imaginar. Queria que a minha fosse assim, mas não é.

Os anos foram passando e a tranca da janela do quarto foi enferrujando. Eu também estava crescendo e a ideia de abrir a janela, pouco a pouco desaparecia. Certo dia, recebi a visita dos meus tios e minha prima pediu para ver a paisagem da janela.

— É isso? É essa a paisagem que você vê todos os dias?

— Sim. A Anna me disse que poderia ser muito pior, então achei melhor...

— Achou melhor se contentar com isso? - interrompeu - De forma alguma! vamos abrir a outra! - E correu para a janela fechada, tentando abrir a velha tranca.

— Não, Lara, por favor, não faz isso... Você não sabe como é do outro lado.

— E nem você vai saber se nunca a abrir.

Por um instante, pensei no que ela dizia. Talvez fosse hora de mudar. Concordei.

Foi difícil abrir. Com tantos anos fechada, a janela parecia fazer um esforço para não se abrir. Quando finalmente conseguimos, caí de joelhos no chão.

— Lara... Isso... Isso é horrível... Como eu vou viver com isso? Como eu vou olhar para esse mundo horrível?

A nova paisagem era muito pior. Feia, cheia de sofrimento e amargura. Mas Lara, despreocupada, apenas me pegou pela mão e me ajudou a levantar falando:

— Helena, você não precisa se acostumar. Se não gostar da primeira paisagem, você tenta a segunda, a terceira... Só não desista de encontrar a sua janela ideal.

Foi então que percebi: não havia apenas uma ou duas janelas fazendo parte da minha vida. Eu podia escolher entre infinitas janelas se tivesse a perseverança e não desistisse de buscar a paisagem que eu gostaria de admirar. Com certeza, um dia, encontraria a janela certa.





Moriago

RESIDENCIAL

SEGURANÇA
FUNCIONALIDADE
SOFISTICAÇÃO

Em um só lugar.

 **2 APARTAMENTOS**
POR ANDAR

 **2 VAGAS DE**
GARAGEM

 **3 SUÍTES**



RUA PADRE ANCHIETA,
BAIRRO MATRIZ
VIDEIRASC
Em frente ao Colégio
Imaculada Conceição.



Esse empreendimento, com LOCALIZAÇÃO PRIVILEGIADA, foi idealizado para atender todas as necessidades dos seus moradores. Nos apartamentos priorizamos **espaços integrados**, ideal para reunir família e amigos, e **amplas suítes**, proporcionando maior conforto e comodidade. Na área comum contamos com **academia, espaço gourmet, sala de jogos e terraço com playground**. COM O OBJETIVO DE PROPORCIONAR AS MELHORES SENSações EM UM ÚNICO ESPAÇO.



CAROLINA POSANSKE
Arquiteta Responsável

CAU A72650-8



ARKOS
ARQUITETURA E ENGENHARIA

49 3566.1563

MAIS
CONFORTO
PARA SUA
Casa!



Autoria do projeto:
Arquiteta Caroline Bonetti
CAU/SC 80997-2

Laminart
PISOS E REVESTIMENTOS

Pisos laminados

Pisos Vinílicos

Revestimentos 3D

☎ (49) 3551.7428 📞 (49) 99947.5735

📌 /Laminartpisoserevestimentos

📍 laminart_pisos

Visite-nos na Rod. Br 135 - Km 33
Nossa Senhora Aparecida - Videira/SC

Laminart
ESPAÇO NOBRE DECORAÇÕES

Cortinas sob medida

Papéis de Parede

Tapetes sob medida

Persianas sob medida



Sua experiência começa aqui...

Reloótica São José
DESDE 1955

49 3533-0101
49 99947-0229

@relooticasaojose

Rua XV de Novembro
328, Centro - Videira