

Bicicleta: saúde e economia

Do valor de aquisição ao custo de manutenção, são muitos os benefícios do uso da bicicleta como meio de transporte, especialmente num momento em que as ruas e os estacionamentos estão repletos de veículos.

Em Não-Me-Toque, onde o índice aponta um carro a cada 2,5 habitantes, cada vez menos pessoas utilizam a bicicleta. Mesmo assim, os que utilizam recebem importantes benefícios também para a saúde.



Confira nas páginas 4 e 5

*Fique por dentro
das horas extras*

*Jan incentiva
o esporte*



Para refletir...

O dono de um pequeno comércio, amigo do grande poeta Olavo Bilac, abordou-o na rua:

- Senhor Bilac, estou a precisar de vender a minha fazenda, que o senhor tão bem conhece. Poderia redigir-me o anúncio para jornal?

Olavo Bilac apanhou o papel que o amigo lhe estendia e escreveu:

Vende-se encantadora propriedade

“Vende-se bela propriedade, onde cantam os pássaros ao amanhecer no extenso arvoredo, cortada por cristalinas e marejantes águas de um ribeirão. A casa banhada pelo sol nascente oferece a sombra tranquila das tardes, na varanda.

“Meses depois, o poeta reencontrou o comerciante e perguntou-lhe se havia conseguido vender a propriedade”.

- Nem penso mais nisso Sr. Bilac! Quando li o anúncio que o senhor escreveu é que **percebi a maravilha que tinha nas mãos.**

Às vezes, não descobrimos as coisas boas que temos conosco e vamos longe atrás de miragens e falsos tesouros. **Valorize o que tem, a pessoa que está a seu lado, os amigos que estão perto de você, o emprego que DEUS lhe deu, o conhecimento que você adquiriu, a sua saúde, o sorriso, enfim tudo aquilo que nosso Deus nos proporciona diariamente para o nosso crescimento espiritual.**

Olavo Bilac

Horas Extras: fiscalização exige controle

Por: Joel Cristiano Graebin
Advogado – OAB/RS nº 42855

Hora extra é aquele trabalho realizado além do horário normal de trabalho da categoria. A jornada normal de trabalho é de oito horas diárias, conforme art. 58 da CLT, exceto para algumas categorias que por força de lei adotem, por exemplo, regime de compensação, como é o caso dos metalúrgicos, onde alguns setores trabalham 8h48min diários, o que também é permitido por lei, conforme art. 59 da CLT.

Assim, a hora extra é aquela que vai além desse limite diário de jornada ou além do limite da jornada semanal de 44 horas. O adicional de horas extras é de pelo menos 50% com relação à hora extra.

Porém, as horas extras devem sempre decorrer de situações ou necessidades excepcionais, portanto, não normais ou frequentes. A realização de hora extra deve ser sempre a exceção, não a regra.

Partindo dessas premissas as fiscalizações do trabalho

tem sempre acompanhado a realização frequente de horas extras nas empresas buscando impedir excessos, pois a lei impõe limites.

Como cabe ao empregador o controle do horário de trabalho, cabe a ele também controlar a frequência dessas horas extras, impedindo seus excessos.

Por isso, a implantação de métodos de controle mais eficazes, almejando que a jornada de trabalho não se estenda com frequência, passarão a ser implementados a fim de que possamos nos adequar às normas.

Para incentivar a redução de horas extras, empresas como a Jan, através de acordo de participação nos resultados ou PPR, pagam benefícios em espécie a todos seus colaboradores.

Lembrete: menos horas extras, mais resultado no PPR de todos.

Expediente

Endomarketing - Caroline Luzzardi - **Coordenação** - Caroline Luzzardi e Luciano Baumgardt
Projeto Editorial e Arte - Baumgardt Comunicação - **Fotos** - Arquivo Jan e Baumgardt Comunicação

Este informativo é uma publicação gratuita, dirigida aos funcionários da Implementos Agrícolas Jan S/A. Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores e não expressam, necessariamente, a opinião da empresa.

O destino dos resíduos industriais



A Jan tem uma grande preocupação com o MEIO AMBIENTE! A empresa possui licença ambiental, portanto deve destinar corretamente seus resíduos oriundos do processo industrial.

Os resíduos gerados na Jan, recebem o seguinte destino

- Resíduos perigosos	ATERRO INDUSTRIAL
- Resíduos não perigosos	ATERRO INDUSTRIAL
- Resíduos não perigosos	RECICLÁVEIS
- Efluentes	TRATADOS PARA RETORNAR PARA A NATUREZA

Cada SETOR possui suas lixeiras:



- AMARELO - sucata de metal
- AZUL - papel/ papelão
- VERMELHO - plástico
- CINZA - resíduos industriais gerais (varrição, madeira...)
- ORGÂNICO - restos de comida

Utilização correta das lixeiras

PAPEL/PAPELÃO

- Caixas de papelão
- Desenhos descartados
- Folhas usadas
- Rolo de fita adesiva
- Demais materiais similares

PLÁSTICO

- Plástico bolha
- Filmes plásticos (proteção para peças de inox)
- Embalagens de EPI's
- Copos plásticos
- Garrafas PET
- Fitas plásticas
- Demais materiais similares

ORGÂNICO

- Guardanapo e papel toalha
- Sobras de alimentos
- Casca de frutas
- Erva mate
- Demais materiais

RESÍDUOS INDUSTRIAIS

- Varrição de fábrica
- Lixas
- Disco de corte, desbaste e acabamento
- Madeira
- EPI's usados
- Borracha
- Mangueiras
- Vidros
- Isopor
- Demais materiais similares

SUCATA DE METAL

- Rolo, pedaços de arame de solda e latas diversas
- Sucatas diversas
- Demais materiais

RESÍDUOS INDUSTRIAIS PERIGOSOS

Nos setores onde há geração de resíduos perigosos(tintas, óleos...) existe embalagem adequada para acondicionamento correto destes materiais.



Bicicleta faz bem para a saúde, para o bolso e para o Planeta

Apesar das vantagens para a saúde do corpo, além da economia no bolso e benefícios ambientais, o maior uso ainda se dá entre os trabalhadores. Mesmo assim, na JAN, onde o número de bicicletas no estacionamento já foi grande, tem gente que se utiliza deste transporte por opção.

Marcos Luis Erpen, soldador na Fábrica I, há 15 anos na Jan, tem a bicicleta como hábito. Morador do centro, utiliza a ciclovia para se deslocar e faz um alerta: é preciso ter muito cuidado, pois não existe respeito por parte dos pedestres, que provocam muitos acidentes com ciclistas.

O operador de máquina na Fábrica III, há 19 anos na Jan, Marcelo Simões é morador do Bairro Arlindo Hermes e aderiu à bicicleta devido ao trânsito intenso nos horários de pico. Acha que andar de bicicleta, além de ser saudável, é muito mais tranquilo e sossegado.

Benefícios para a saúde

As maiores queixas dos trabalhadores com relação a sua saúde é a lombalgia (dor nas costas). Segundo o fisioterapeuta do trabalho Tiago Marchese, as causas podem ser várias, mas é possível sintetizá-las em três: constituição física, cultura e sedentarismo.

Primeiro a constituição física porque, no geral nos dias de hoje, os indivíduos crescem sem precisar fazer esforço físico e seu esqueleto e musculatura ficam despreparados para esta função. Segundo, pela cultura que não prioriza os cuidados preventivos da saúde e, terceiro, pela inatividade física.

De acordo com o fisioterapeuta, para mudar os hábitos seria necessário educar desde a infância ou reeducar os jovens e adultos com persistência. A prática de conceitos básicos como o agachamento do corpo para erguer peso encontra resistência em praticamente todas as pessoas adultas.

Mesmo sem trabalhar diretamente indicando o uso da bicicleta com os colaboradores da empresa nas questões er-

gonômicas e posturais, Tiago Marchese avalia positivamente a atitude de quem utiliza a bicicleta para vir ao trabalho. “A dor nas costas pode ser resolvida com fortalecimento muscular de regiões importantes como as coxas, quadril e abdome. O esforço para pedalar fortalece estes grupos de músculos e promove um relaxamento da região lombar o que é muito bom para a coluna”, explica o fisioterapeuta.

Andar de bicicleta foi o que o médico do trabalho recomendou para André Ronei Kalkmann, auditor da Qualidade na Fábrica I, que há 6 anos trabalha na Jan. “O médico me recomendou que parasse os exercícios físicos de impacto, como corrida e futebol, por problemas de saúde. Assim, resolvi unir o tempo de deslocamento para o trabalho com a oportunidade de me exercitar”, explica o morador do bairro Industrial, que realiza quatro viagens diárias de bicicleta. O fisioterapeuta Tiago Marchese explica que, além de ser um exercício de baixo impacto para as articulações oferece queima calórica superior à caminhada (emagrece mais) e também provoca a redução do LDL (mau colesterol), mas para isso é preciso praticar pelo menos três vezes por semana, por um período contínuo de 30 a 40 minutos.

Celso de Lima Steichmann gosta de andar de bicicleta e aproveita para se exercitar, já que trabalha de noite e descansa de dia. Sua casa fica a cerca de 2,5 quilômetros do trabalho. Do loteamento Alfredo Alzírrio Roos até a Fábrica I não existe ciclovia, mas nunca teve problemas com relação ao respeito no trânsito. Celso é operador de carga e faz 3 anos que trabalha na Jan.

Jesus Nedi dos Santos, soldador na fábrica nova, 12 anos de Jan, também opta por este tipo de transporte. Morador do Bairro Jardim, ele vem de bicicleta para o trabalho. Como almoça no restaurante da empresa, faz duas viagens por dia, o que já é um bom exercício físico, pela distância que mora do local de trabalho.

Para Loreno Herter, andar de bicicleta foi uma forma de unir exercício físico e economia na hora de se deslocar do Bairro Jardim, onde mora, até a empresa. Realiza quatro viagens diárias, com exceção dos dias de chuva, quando vem de ônibus. Loreno trabalha como soldador na Fábrica IV e faz 20 anos que está na Jan.



Marcos Luis Erpen - soldador na Fábrica I,
15 anos de Jan



Loreno Herter - soldador na Fábrica IV, 20 anos de Jan



Marcelo Simões - operador de máquina na Fábrica III,
19 anos de Jan



Jesus Nedi dos Santos - soldador na Fábrica nova,
12 anos de Jan



André Ronei Kalkmann - auditor da qualidade na
Fábrica I, 6 anos de Jan



Celso de Lima Steichmann - operador de carga na
Fábrica I, 3 anos de Jan



Esporte é educação e cidadania

Na Jan, o esporte é muito valorizado. Muito tempo antes da construção da atual sede da associação, os trabalhadores já tinham um espaço para a prática de diversas modalidades. A direção da empresa entende que o esporte é, além de lazer, um benefício que alcança a saúde e o bem estar da pessoa. A prova está no investimento realizado para a construção da Afujan.

Aberta para os trabalhadores e para a comunidade em geral que tenha algum grau de parentesco com os funcionários da Jan, a Afujan abriu uma escolinha de esportes. O trabalho iniciou com os meninos, que atualmente participam de um projeto do município, onde Daniel é o treinador.

Sob o comando do professor Daniel Sebastiani, um grupo que já soma 30 meninas está aprendendo futsal. Foram sete as pioneiras e todos os sábados chegam mais meninas, na companhia das amigas ou dos pais.

Elas adoram futsal e têm muita vontade de aprender. Em quadra são disciplinadas e seguem à risca a orientação do professor. “Iniciamos com os fundamentos, desde o chute, toque de bola, até a posição em quadra e jogadas ensaiadas” – explica Daniel Sebastiani, que é especialista em formação de atletas.

A Afujan deu todo o incentivo e contratou o professor para oferecer aos filhos dos associados um espaço para a prática do esporte orientado. Afinal, o esporte é uma atividade educativa que ajuda a formar cidadãos íntegros, especialmente quando associado aos cuidados da família. A participação é aberta a todos os interessados que tenham algum vínculo com a Jan.



Com apoio da empresa meninas também podem aprender e praticar uma modalidade esportiva na Afujan

Participação em grandes feiras abre mercados



As máquinas, fabricadas por nossos colaboradores, saem daqui e seguem para diversos países do mundo. Hoje, pode-se considerar que a América Latina é o maior mercado consumidor dos produtos Jan. No outro lado do Oceano Atlântico, um destino importante é o Continente Africano, uma nova e importante fronteira agrícola mundial. Mas temos presença em diversos países da Comunidade Europeia também. É um orgulho para a Jan transformar matéria-prima em maquinário agrícola que irá ajudar milhares de agricultores a produzir alimentos pelo mundo afora.

Expointer

A Expointer é uma das mais antigas e tradicionais feiras do Brasil, além de ser uma das maiores do circuito anual de exposições. As atenções são voltadas, principalmente, para as finais do freio de ouro e competições de qualidade genética do gado, caprinos e ovinos. Ocorre que este foco não era o ideal para fabricantes de maquinário agrícola. A organização de olho neste detalhe, e sabendo que as máquinas têm um público e um faturamento interessante para o futuro deste evento, anualmente melhora os espaços destinados para esta categoria de expositores. Foi em função desta adequação que a Jan voltou a expor pelo 4º ano seguido em Esteio/RS, após uma ausência de 10 anos.

De acordo com o gerente Comercial Claudiomiro dos Santos, a estrutura e o apoio da organização da feira ainda não são os ideais, mas estão bem melhor do que foi no passado.

“Este ano, por adversidades climáticas a feira não correspondeu. Foi pouca a visitação e os negócios também deixaram a desejar. Acabou sendo mais uma presença institucional do que de negócios”, avaliou.

A grande feira de Hannover

A Agritechnica em Hannover, Alemanha - Exposição Biental Internacional de Maquinário Agrícola, é a maior feira do mundo desta categoria, apenas empresas com muito conceito a nível mundial participam. De 12 a 16 de novembro, a Jan vai estar presente marcando sua maior participação nesta feira, em termos de estrutura, número de máquinas expostas, e pessoas trabalhando. Além dos representantes comerciais, estará presente integrantes da diretoria, gerência de engenharia e gerência comercial da nossa empresa.

Participar, como expositor, em feiras desta magnitude proporciona um ganho institucional muito grande para qualquer empresa. A Jan, por sua vez, se mostrará para o mundo prospectando novos clientes e o alvo é o Leste Europeu. Vamos expor o Maximus, um dos campeões de venda aqui no Brasil, e o Tanker líder de vendas em carretas graneleiras. “Para a empresa, exportar é um negócio muito interessante e importante. A participação em feiras contribui para prospectar mercados onde ainda não atuamos e nos solidificar onde já temos presença e participamos há muitos anos”, complementa o gerente Comercial.





Jan

Feira da Saúde

Agende-se, vem aí um dia para cuidar da saúde e do bem-estar da sua família.



**Sábado dia
07/12/13**

Local do evento:
Associação dos
Funcionários da JAN

Horário:
13 às 18 horas