SIVAMAR
MUITO MAIS QUE UM SINDICATO, A FORÇA DO COMERCIANTE
Informativo do Sindicato dos Lojistas do Comércio Varejista de Maringá e Região

viszar digital
Digitalização e Gerenciamento Eletrônico de Documentos
(44) 3028.5702

Confira nesta edição

No Editorial o presidente Amauri Donadon Leal fala sobre a participação do Sivamar no 27° Encontro Nacional dos Sindicatos Patronais do Comércio
Pág 2

Fidelização de clientes é o tema do curso que a Câmara da Mulher Empreendedora de Maringá promove até o dia 22 de junho
Pág 3

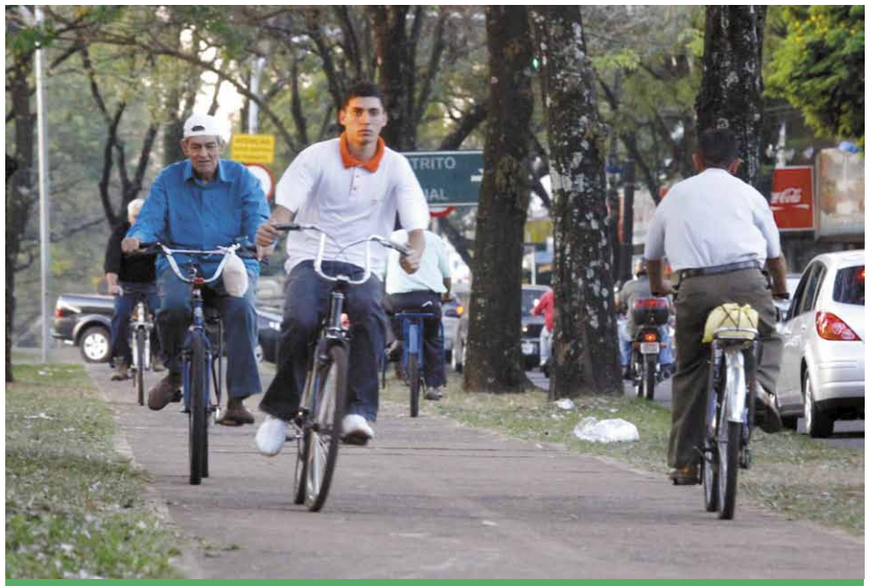
Classe média deve crescer em 2011, aponta estudo encomendado pela Associação Paulista de Supermercados
Pág 7

Visita à Fecomércio-PR

Um grupo de colaboradoras do Sivamar representou a entidade em Curitiba no lançamento do Programa de Desenvolvimento Associativo da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo. Na oportunidade, elas também conheceram a estrutura do Sistema Fecomércio-PR, para trazer ao associado informações sobre os benefícios que a Federação oferece.

Pág 8

Uma cidade para pedalar



Por ser plana e arborizada, Maringá é o paraíso das bicicletas e dos ciclistas. Todos os dias, milhares de trabalhadores se deslocam sobre bicicletas em direção ao trabalho. Nos finais de semana, vários grupos de ciclistas percorrem parques, avenidas e até estradas rurais na prática de esporte e lazer. Nos últimos anos, cresceu o número de empresas especializadas no comércio de bicicletas e peças. Maringá conta até mesmo com montadoras e indústrias que produzem componentes e vendem para todo país.

Pág 4

CONVENÇÃO COLETIVA

O Sivamar e o Sincomar fecharam acordo para prorrogação da Convenção Coletiva de Trabalho do Comércio até 31 de julho. A medida foi tomada porque o novo acordo coletivo ainda está em negociação. Com a prorrogação, as lojas que abrem até as seis horas da tarde nos dois primeiros sábados do mês poderão funcionar neste horário nos dias 4 e 11 de junho e 2 e 9 de julho. As que fazem revezamento da equipe poderão funcionar até as 18 horas em todos os sábados de junho e julho. Já os supermercados ficam autorizados a funcionar nos dias 5 de junho e 3 de julho, dentro das regras de abertura no primeiro domingo de cada mês.

Recuse nota com tinta rosa

O Banco Central alerta: notas de real manchadas de rosa devem ser recusadas. Essas cédulas foram coloridas após roubos a caixas eletrônicos. O governo considera as notas manchadas como danificadas e vai tirá-las de circulação. Quem já tiver recebido o dinheiro pintado não deve se preocupar em ser acusado de crime. No entanto, deve providenciar rapidamente o depósito desse valor em sua conta bancária ou trocar o dinheiro diretamente no caixa. As delegacias dos bairros também vão receber e apreender as notas.

Pág 7

Empresário do Ano 2011

Reginaldo Czezacki foi eleito, em 19 de maio, Empresário do Ano 2011. A premiação é concedida pela Acim, Sivamar, Apras-Noroeste e Coordenadoria Regional da Fiep. A entrega do prêmio, que é uma derivação do Comerciante do Ano, será em agosto, em data a ser definida pelos promotores.

Pág 3

SEMANA DO COMERCIANTE 18 a 22 de julho

O Sivamar, em parceria com o Sistema Fecomércio-PR/Sesc/Senac e a Câmara da Mulher Empreendedora e Gestora de Negócios de Maringá, estará promovendo a "Semana do Comerciante" com uma série de palestras que tem por objetivo homenagear o lojista pela passagem do Dia do Comerciante, comemorado em 16 julho. A data foi instituída como comemoração nacional em 1953.

EDITORIAL

Unidade para fortalecer a representatividade

***Amauri Donadon Leal**, presidente do Sivamar*

No final do mês passado representamos o Sivamar no 27° Encontro Nacional dos Sindicatos Patronais do Comércio de Bens, Serviços e Turismo, realizado em Cuiabá, Mato Grosso. O tema deste ano foi "Responsabilidade Socioambiental nos Negócios". Sindicalistas de diversos estados brasileiros participaram do evento, promovido pelo Sindicato dos Lojistas do Comércio Varejista de Cuiabá.

O evento foi uma grande oportunidade de atualizar e partilhar conhecimentos e experiências, e também de debater temas muito relevantes para o desenvolvimento do comércio e do sindicalismo patronal no país. Uma das metas do encontro foi buscar a unidade tanto do discurso quanto das ações representativas e políticas das entidades sindicais patronais do comércio como forma de fortalecer a representatividade deste importante setor da economia.

Do ponto de vista da responsabilidade socioambiental nos negócios, os debates e conferências convergiram para a questão da sustentabilidade. Hoje mais do que nunca esta palavra assume lugar central não só no planejamento das empresas como também das próprias entidades sindicais. A sustentabilidade financeira dos sindicatos se dá na medida em que os mesmos agregam serviços aos associados, deixando de depender exclusivamente das contribuições instituídas por lei.

Em relação à sustentabilidade ambiental, o Sistema CNC (Confederação Nacional do Comércio), que engloba sindicatos e federações, já tem um grande patrimônio em reserva de carbono, graças à Reserva Ambiental mantida pelo Sesc Pantanal. São 107 mil alqueires de mata, área que tivemos a oportunidade de conhecer pessoalmente durante a viagem, assim como o importante trabalho de preservação desenvolvido ali.

Tivemos também a oportunidade de participar, como relator, da Comissão de Segurança Preventiva nas Empresas, coordenada pelo paranaense Luiz Faysano Neto. Nas comissões foram debatidos temas fundamentais para a sustentabilidade das empresas do comércio, como o uso dos cartões de crédito, relacionamento entre lojistas e administradores de shoppings, negociações das convenções coletivas, comunicação e marketing, entre outros.

A presença do Sivamar no evento foi fundamental para ampliar os espaços para que nosso sindicato esteja cada vez mais integrado ao Sistema CNC, que é a voz política dos empresários do comércio. Com unidade de discurso e ações, conseguiremos garantir a força do nosso sistema representativo, para que esteja sempre presente nas discussões e decisões sobre temas que afetam diretamente a sustentabilidade das empresas do comércio.

ARTIGO

Valorizando a vida

Vim para Maringá, em 1992, com o sonho de mudar o conceito de funerária existente na época. Busquei alternativas que pudessem fazer o evento funeral não ser visto de forma sofrida, mas como um momento de homenagem.

Nestes mais de dez anos de atividade, foram muitas as conquistas. Destaco a valorização do setor funerário como uma área importante da sociedade, que durante muito tempo foi alvo de preconceito, mas que hoje é vista com outros olhos pela população. O próprio agente funerário é mais valorizado. Hoje, diariamente, nossos profissionais recebem elogios pelo bom atendimento oferecido às famílias. O agente funerário é um apoiador, auxiliando a família que acabou de perder um ente querido. Isto, sem dúvida, é uma grande conquista.

As demais empresas do grupo Prever surgiram com a mesma filosofia do Plano Prever, oferecendo qualidade de vida para a população, que hoje pode fazer uma consulta mais barata, comprar medicamentos com preços especiais e até adquirir flores no dia de finados com preço justo. Ao todo, contamos com atividades em mais de doze segmentos diferentes, entre clínicas médicas, farmácias, lanchonetes, floriculturas, construção, varejo, cemitério, crematório, entre outros, distribuídos estrategicamente em diversas cidades do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul.

Receber o prêmio Empresário do Ano é um reconhecimento deste trabalho e uma grande honra e incentivo, pois é mais uma prova de que estamos no caminho certo. Traz também uma grande responsabilidade e espero retribuir essa homenagem com a força do nosso trabalho. Aliás, tudo isso só foi possível graças à qualidade dos nossos colaboradores. O Sistema Prever é uma grande empresa porque temos ótimos profissionais trabalhando ao nosso lado.

Reginaldo Czezacki *é diretor do Sistema Prever*

Agradeço a Deus e a todos que caminharam comigo até aqui, em especial minha família e meu sócio Wilson Marques. Este título é de todos nós, de todos que acreditaram no Sistema Prever. E reforço meu compromisso de estar sempre inovando e colocando à disposição de toda a comunidade produtos e serviços que valorizam a vida.

EXPEDIENTE

Presidente
Amauri Donadon Leal
1° Vice Presidente
José Rubens Abrão
2° Vice Presidente
Carlos Alberto Tavares Cardoso
Diretor Administrativo
Ali Saadeddine Wardani
Diretor de Finanças
Antonio Batista de Moura Junior
Diretor de Patrimônio
Francisco Morales
Diretor Jurídico
Carlos Mamoru Ajita
Diretora de Promoções
Raquel Almeida Costa
Diretor Social
Moacir Rodrigues Montalvão
Diretor Intersindical
Evandro Miguel Mutti Ponchio
Diretor Área de Serviços
Juvenal da Silva Correia Filho
Diretor Área Comércio de Bairro
Dercílio Constantino
Diretor Área de Mercados
Antonio Roberto da Silva
Diretor Área de Marketing
Wesley Dejuli
Conselho Fiscal
Shiniti Ueta
José Adilson Staub
Arlei Luiz Camilo
Ronaldo Ramos
Vanderlei Aparecido Scanferla
Paulo Alcenio Ciocheta

Conselho Superior
Massao Tsukada
Ali Saadeddine Wardani
Heitor Bolela Junior
Adilson Emir Santos

Informativo Mensal do Sindicato dos Lojistas do Comércio e do Comércio Varejista de Maringá e Região
Ano 11 - n° 120 - Junho/2011
Rua Néo Alves Martins, 2.789 •
Centro • Maringá - PR • CEP 87013-914
Fone/Fax: (0xx44) 3026-4444
E-Mail: imprensa@sivamar.com.br
Home-Page:
http://www.sivamar.com.br
Diretores Responsáveis
Shiniti Ueta e Wesley Dejuli
Produção
RG Comunicação
Jornalista Responsável
Regina Célia Daefiol - MTB 2538 - Pr
Editoração Eletrônica
Oséias T. dos Santos
Email: oseias@sivamar.com.br
Projeto Gráfico
Lumen Marketing
Conselho Editorial
Lisley M. M. da Silva, Oséias T. dos Santos, Sandra Vedovati e Wesley Dejuli
Fotos: Ivan Amorin
Impressão: Grafinorte S/A
Tiragem: 7.000 exemplares

É permitida a reprodução total ou parcial de conteúdos desta publicação, desde que citada a fonte.

HOMENAGEM

Entidades elegem o Empresário do Ano 2011

Reginaldo Czezacki, do Sistema Prever, é o Empresário do Ano 2011. A entrega da premiação, promovida pela Acim, Sivamar, Apras e Fiep, será em agosto

A eleição foi no dia 19 de maio, na Acim

O presidente do Sivamar, Amauri Donadon Leal, e os diretores Rubens Abrão, Shiniti Ueta e Moacir Montalvão participaram da eleição do Empresário do Ano 2011, realizada em 19 de maio na Acim. O eleito foi Reginaldo Czezacki, do Sistema Prever. A distinção é uma promoção da Acim, Sivamar, Apras-Noroeste e Coordenadoria Regional da Fiep.

Reginaldo Czezacki é tanatologista formado pela Universidade Estadual Paulista (Unesp). Ele iniciou as atividades comerciais em Maringá com a aquisição de uma funerária e, em 1996, construiu o Centro Funerário. Em 1999, após agregar mais serviços, seus negócios ficaram conhecidos como Sistema Prever.

O sistema atua em 22 municípios do Paraná e de Santa Catarina, empregando mais de mil pessoas.

A entrega do prêmio será em agosto em data a ser definida. Czezacki receberá o prêmio das mãos de Wilson Yabiku, da Construtora Design, que foi o homenageado no ano passado.

O Empresário do Ano é uma derivação do tradicional prêmio Comerciante do Ano, realizado pelo Sivamar durante 19 anos.

Comerciantes do Ano

1980 - Yoshiaki Oshiro (Organtel)
1981 - Francisco Mommenshon (Supermercado Catarinense)
1982 - Shiniti Ueta (Ueta Cine Foto Som)
1983 - Adirson Rossi (Tecidos Norte-Sul)
1984 - Antônio Samorano Trava (Modulaque)
1985 - Mário Martinucci Filho (Móveis Martinucci)
1986 - Massao Tsukada (Livraria Bom Livro)
1987 - Pedro Bortolossi (Mercado de Calçados)
1988 - Carlos Ajita (Casas Ajita)
1989 - Hélio Shimabukuro (Loja Genko)
1990 - Damásio do Paraná Barão (Mercantil São José)
1991 - Dayton Gouveia (Gouveia)
1992 - Fernando Vieira Raimundo (Expoluz)
1993 - Jefferson Nogaroli (Supermercados São Francisco)
1994 - Antônio Donizete Busíquia (Dismar)
1995 - José Rubens Abrão (Casa Santa Terezinha)
1996 - Devanir Marion (MR Malharia)
1997 - Carlos Alberto Tavares Cardoso (Supermercados Cidade Canção)
1998 - Ariovaldo Costa Paulo (Arilu Distribuidora)

Empresários do Ano

1999 - Wilson de Matos Silva (Cesumar)
2000 - Benito Finco (Color Finco)
2001 - Luiz Lourenço (Cocamar)
2002 - Franklin Viera da Silva (O Diário do Norte do Paraná)
2003 - Ágide Meneguetti (Usina Santa Terezinha)
2004 - Édson Recco (Recco e Recco)
2005 - Massayoshi Siraichi (Grupo ATDL)
2006 - Marcos Aurélio Falleiro (Grupo M.A. Falleiros)
2007 - Durval Francisco dos Santos Filho (Unimed)
2008 - João Noma (Grupo Noma)
2009 - José Sendeski (Antenas Aquário e Perfileve)
2010 - Wilson Yabiku (Construtora Design)

Fidelização de clientes

A Câmara da Mulher Empreendedora e Gestora de Negócios de Maringá está promovendo o curso "Fidelização de Clientes", com o instrutor Alcides Jeferson Pedroso. As aulas tiveram início no dia 30 de maio e vão até 22 de junho, sempre às segundas, quartas e quintas-feiras.

A realização do curso tem apoio do Sivamar, Sistema Fecomércio-PR, Sincofarma e Simatec.

NOVOS SÓCIOS

Duracelli Calçados - Av. Londrina, 1100 - Jardim Independência - Sarandi-PR

Ecobras Telhas - Alameda Av Mercosul, 1414 - Parque Industrial III - Maringá-PR

Colchões Ortobom - Av. Xv de Novembro, 351 - Zona 01 - Maringá-PR

Redes Mânica - Rua Formosa, 243 - Lj 01, Dt 17, Q 87 - Centro - Marialva-PR

YNBRAS
PATENTES & MARCAS
ASSESSORIA E CONSULTORIA EMPRESARIAL
BRASIL & EXTERIOR
YNGÁ DO BRASIL PATENTES E MARCAS LTDA.
Fones: 3226-6590/3226-6990

Proteja o seu maior patrimônio...
A sua marca.
Só é dono quem registra.
ynbras@yahoo.com.br

CAPA

O futuro sobre duas rodas

Cidade plana e arborizada, Maringá é um convite para pedalar, seja por lazer, esporte ou até mesmo para se locomover. O grande número de ciclistas fez crescer comércio de bicicletas e peças na cidade, que se tornou um centro de distribuição para todo o Brasil

Virmond e o grupo Red Bikers: pedalar faz bem para o corpo e para o espírito

Maringá possui vários grupos de ciclistas que, de manhã, de noite ou em fins de semana, percorrem parques, avenidas e estradas rurais. Nos dias de semana, milhares de trabalhadores se deslocam sobre suas bicicletas em direção ao trabalho. No ciclismo, maringaenses brilham no Brasil e até no exterior. Por conta dessa realidade, o comércio varejista - e também o atacadista - de bicicletas e peças se fortaleceu e na esteira deste crescimento surgiram até mesmo montadoras e indústrias que produzem componentes e vendem para todo país.

Muitos fatores contribuíram para o quadro acima. Maringá é uma cidade plana, sem subidas, o que permite aos ciclistas pedalar sem grandes esforços. Assim, muitos trabalhadores, seja para evitar os ônibus lotados nas horas de pico, seja para economizar, lançam mão da bicicleta, veículo barato e que não polui o meio ambiente.

Mas, outro contingente está contribuindo para aumentar o número de ciclistas em Maringá e fortalecer o comércio de bicicletas e peças. São aquelas pessoas que buscam qualidade de vida. Seja para perder peso, para fortalecer os músculos, aumentar a capacidade cardiorrespiratória ou simplesmente para manter a saúde física e mental, milhares de maringaenses adotaram o ciclismo como hobby.

No ramo de bicicletas há mais de uma década, Salatiel Farias Dias, da Dias Bike, diz que nos últimos quatro anos o número de ciclistas aumentou vertiginosamente em Maringá. Ele frisa que houve inclusive uma mudança no perfil dos seus clientes. "Antes, a maior parte das vendas era de bicicletas para trabalho. Hoje, é para lazer". Outro segmento forte, aponta, é o infantil.

Claudionor lembra que bicicletas são econômicas e não poluem

Claudionor de Oliveira, gerente administrativo da Loja Ponto das Bicicletas, está há 26 anos no ramo e frisa que a mudança no perfil do consumidor foi interessante para o comércio. "As bicicletas para uso no transporte para o trabalho são mais baratas, na faixa de R$ 300. Aquelas voltadas para a prática de um hobby variam entre R$ 2 mil e R$ 20 mil", destaca.

Mandarino defende construção de mais ciclovias na cidade

Os esportistas, em geral, segundo ele, começam com bicicletas "básicas", na faixa de R$ 2 mil. "Com o tempo, vão acrescentando peças, acessórios, trocando rodas, suspensão, pneus, o que é muito bom para os negócios", comemora o empresário.

Mais ciclovias

Segundo dados da Associação Brasileira dos Fabricantes de Motocicletas, Ciclomotores, Motonetas, Bicicletas e Similares, (Abraciclo), o Brasil é o quinto maior mercado mundial de bicicletas, com mais de 50 milhões de unidades. Estima-se que 50% sejam usadas no deslocamento para o trabalho, 17% na recreação e lazer, 1% em esportes e 32% sejam de uso infantil.

Maringá se transformou em um polo de distribuição de bicicletas e peças no Paraná, com comercialização superior a Londrina e até Curitiba. Algumas fábricas são de grande porte. Entre elas, quatro que fabricam quadros e três que produzem aros. Também existem quatro montadoras de bicicletas que distribuem para todo país.

A Mega Bike, do empresário Misael Mandarino, está há 37 anos no mercado e, hoje, possui fábrica, loja, atacado e montadora, empregando mais de cem pessoas. Ele comercializa seus produtos em doze estados brasileiros. "O mercado está em alta porque a bicicleta é um excelente meio de transporte urbano. Não polui, contribui para a saúde do ciclista e ainda é econômica", comenta.

Mandarino lembra que, em Maringá, a geografia colabora, mas falta estrutura para que as bicicletas possam transportar os trabalhadores com mais segurança. Por isso, ele defende a construção de mais ciclovias na cidade.

Mas este não é um problema apenas local. O Brasil possui apenas 600 quilômetros de vias para uso exclusivo de bicicletas. O Ministério das Cidades tem planos de mudar estas estatísticas e lançou o Programa Nacional de Apoio à Política de Mobilidade Urbana (Pnamobi), que contempla a locomoção por bicicletas. Maringá está inserida neste programa. Hoje a cidade possui pouco mais de 20 quilômetros de vias exclusivas para ciclistas, mas existem projetos para ampliar essa malha.

A cidade também já discute a possibilidade de implantar um sistema de aluguel de bicicletas, inclusive elétricas, semelhante ao adotado por várias capitais européias. Salatiel Dias lembra que as bicicletas elétricas são outra tendência. "Na China, em Xangai, 90% das bicicletas são elétricas. Acredito que, no futuro, os pedais só serão utilizados por esportistas".

Qualidade de vida

Na opinião de Salatiel Dias, o grande fator que levou ao crescimento do setor em Maringá é a busca pela qualidade de vida. Segundo o comerciante, os resultados são tão bons que "a pessoa começa a pedalar, gosta e indica para amigos, vizinhos e parentes".

Foi o que aconteceu com o médico Tadeu Virmond. Após passar por um problema de saúde, ele precisou incrementar a atividade física para melhorar a qualidade de vida. "O ciclismo foi o

CAPA

esporte em que eu melhor me adaptei", conta o médico, que faz parte do grupo Red Bikers, que pedala de 70 a 90 quilômetros todos os finais de semana.

Nelson Tangi diz que pedalando, deu adeus à fase do "com-dor"

Os Red Bickers praticam o mountain bike na zona rural de cidades e distritos como São Luis, Santa Fé, Marialva, Água Boa, Doutor Camargo, entre outros. "Quanto pior a estrada, melhor", frisa Virmond, acrescentando que os passeios são verdadeiras aventuras. "Entramos em sítios, passamos por porteiras, carregamos as bicicletas para passar por rios e córregos, levamos picadas de insetos e, de vez em quando, sofremos alguns acidentes".

Nos passeios, cada membro leva água, lanche e gel de carboidrato. "De vez em quando paramos nas vendas da zona rural para tomar refrigerante e comer paçoca", conta. Ele acrescenta que é importante ter açúcar no sangue para suportar de quatro a cinco horas pedalando. "No nosso grupo não queremos saber profissão, RG ou CPF dos integrantes. Temos amizade sem interesse e nosso negócio é pedalar. Faz bem para o corpo e para a alma", enfatiza.

Vaidosos

Um dos grupos de ciclistas mais antigos da cidade é o Vaidosos, criado em 2000 por Nelson Tangi. Ele conta que na época estava com pouco mais de 50 anos e seu objetivo era manter o condicionamento físico. "A gente entra na fase do 'com-dor' e, se não tomar precauções, acaba levando uma vida sedentária", brinca o ciclista que lidera um grupo com cerca de 30 pessoas, entre homens e mulheres.

Apesar do nome – Vaidosos – o grupo não é formado apenas por pessoas da chamada melhor idade. Basta gostar de pedalar para participar. "Nos reunimos todos os domingos pela manhã, definimos um roteiro e pegamos a estrada", frisa Tangi. Em geral, o grupo percorre de 50 a 70 quilômetros por passeio.

Nelson Tangi diz que não há perigo em percorrer as rodovias. "Na cidade a gente se arrisca mais. Pedala muito próximo dos carros, o que é perigoso. Na estrada, só rodamos no acostamento".

O vereador Flavio Vicente também buscou, no ciclismo, melhor condicionamento físico. Ele fazia caminhadas e corria com freqüência, até o dia em que constatou uma lesão no pé. Impedido de correr, optou pelo ciclismo por se tratar de um exercício em que não há impacto. Flavio diz que ainda está "engatinhando", mas que pretende incrementar o hobby.

O vereador protocolou um projeto na Câmara Municipal para incentivar o hábito do ciclismo. "Algumas pessoas só têm tempo de pedalar à noite, mas acabam não saindo de casa por receio de acidentes. Assim, nosso projeto prevê que a segurança destes grupos seja feita por agentes da Prefeitura", conta.

Salatiel: mais negócios com o aumento no número de bicicletas

Formando campeões

Fundado em 1996, o Clube Maringaense de Ciclismo (CMC) representa Maringá em competições oficiais A equipe já conquistou vários títulos, como o bi-campeonato dos Jogos da Juventude do Paraná 2003 e 2004, foi campeão dos Jogos Abertos do Paraná 2006 e bi-campeão Paranaense de Ciclismo 2005 e 2008 entre outros.

O maringaense Rafael Andriato, que começou no CMC, é um dos principais ciclistas do circuito europeu. Ele tem conquistado vitórias importantes em grandes prêmios do Velho Continente. Em maio, conquistou o 24° GP Internazionale Industrie del Marmo, realizado na região da Toscana, na Itália.

Outro maringaense, Gregory Panizo, que hoje treina em Foz do Iguaçu, conquistou o Campeonato Pan-Americano de estrada, prova realizada entre as cidades de Río Negro e Medelín, na Colômbia. O título conquistado por Panizo dá ao país - mas não necessariamente ao atleta - uma vaga nos Jogos Olímpicos de Londres em 2012.

O crescimento do esporte na cidade estimulou a Prefeitura a construir na Vila Olímpica um dos velódromos mais modernos do país, com pista oval de 250 metros, 11 metros de largura e inclinação máxima de 42 graus. Com isso, a cidade tem sediado competições importantes. Em março deste ano, Maringá foi palco do Campeonato Brasileiro de Pista 2011.

Benefícios e cuidados

Carlos Castro alerta para os cuidados que devem ser observados na prática do ciclismo

O cardiologista Carlos Castro aponta que, apesar de todas as vantagens do ciclismo, alguns cuidados são necessários antes e durante a prática dos exercícios. "Como em qualquer atividade física, é necessária uma avaliação cardiovascular em pacientes acima de 35 anos, principalmente os que têm fatores de risco, como história familiar de doenças cardíacas, sedentários, obesos, hipertensos, diabéticos, tabagistas ou consumidores de álcool, entre outros", aponta Castro.

O médico alerta que o ciclismo não deve ser praticado por pessoas que já tenham doença cardíaca avançada ou que tenham recebido contra-indicação do cardiologista para a prática de atividades físicas mais vigorosas. Castro também lembra que é preciso realizar aquecimento e alongamento iniciais.

Por fim, dois cuidados essenciais: não utilizar marchas pesadas para aumentar o esforço, pois isso aumenta o risco de traumas articulares no joelho, e usar capacete apropriado. Pesquisas apontam que o uso do acessório diminui em até 90% o risco de traumatismo craniano.

Pedalar...

... libera endorfina, causando sensação de relaxamento e bem-estar;

... diminui o estresse, melhora o humor e aumenta a disposição;

... estimula a pessoa a ter hábitos mais saudáveis;

... queima cerca de 300 calorias a cada 40 minutos;

... diminui a mortalidade por doença cardiovascular desde que praticado com regularidade;

... trabalha os músculos do abdômen e dos membros inferiores, como glúteos, panturrilha e parte inferior das costas;

... trabalha o equilíbrio postural e ajuda a desenvolver a coordenação motora;

... fortalece a musculatura do tronco e membros;

... aumenta a capacidade cardiorrespiratória e previne doenças cardíacas;

... aumenta a resistência;

... aumenta a percepção do espaço ao redor, pois o ciclista percebe melhor o caminho, as pessoas e os fatos ao seu redor;

CÂMARA DA MULHER

Darci Piana empossa novas conselheiras

Da esquerda para a direita: Eveline Torres, Viviane Duarte, Ana Simões, Darci Piana, Raquel Costa e Elizabeth Elpo

Três novas conselheiras da Câmara da Mulher Empreendedora e Gestora de Negócios de Maringá foram empossadas no dia 3 de maio, na sede do Sivamar. As novas conselheiras são as empresárias Ana Carolina Dalalio Simões, diretora de Comércio e Turismo; Viviane Duarte, diretora de Comunicação e Marketing, e Eveline Marta Lazarin Torres, diretora de Organização Institucional.

Elas foram empossadas pelo presidente do Sistema Fecomércio-PR, Darci Piana; pela diretora executiva da Câmara da Mulher do Paraná, Elizabeth Lobo Elpo; e pela presidente da Câmara em Maringá, Raquel de Almeida Costa.

O presidente do Sivamar, Amauri Donadon Leal participou da solenidade juntamente com os presidentes do Simatec, Valdeci da Silva, e do Sincofarma, Nivaldo Ricci. Também participaram o gerente do Sesc Maringá, Antonio Vieira, e o diretor do Senac, Antonio Carlos Arouca.

A presidente Raquel de Almeida Costa agradeceu a disposição das empresárias em se engajar no sistema atuando como voluntárias. Elizabeth Elpo também elogiou as novas conselheiras, enfatizando que elas terão muito trabalho pela frente.

O presidente do Sivamar, Amauri Donadon Leal, ressaltou que a estrutura do sindicato está sempre aberta para apoiar as ações da Câmara da Mulher. "O sindicato é um dos pilares de sustentação da Fecomércio e a Câmara é um dos braços de apoio e que traz resultados fantásticos para o sistema", enfatizou.

Fechando o evento, Darci Piana fez uma apresentação do Sistema Fecomércio para as novas conselheiras. Ele lembrou que cerca de 40% das empresas do Paraná são comandadas por mulheres, número que por si só já mostra a importância das empresárias.

A Câmara da Mulher Empreendedora, que funciona em outros municípios do Paraná, tem por objetivo promover a união e o fortalecimento da mulher empresária, executiva e profissional liberal que atua no segmento do comércio, bem como estimular o desenvolvimento e a participação feminina no meio empresarial e difundir o espírito associativista.

Conseg lança projeto Reconhecer

O projeto Reconhecer, que tem apoio do Sivamar, foi lançado oficialmente pelo Conseg em maio

O Conseg (Conselho Comunitário de Segurança de Maringá) lançou oficialmente, no dia 3 de maio, o projeto Reconhecer. O presidente do Sivamar, Amauri Donadon Leal, e diretores da entidade participaram da cerimônia de lançamento, realizada no Haddock Buffet.

Segundo o presidente do Conseg, Antônio Tadeu Rodrigues, o objetivo do projeto, que já existe há cerca de três meses, é valorizar o trabalho de policiais, bombeiros, guardas municipais, agentes penitenciários e de trânsito de Maringá.

Por meio do Reconhecer são oferecidos, gratuitamente, cerca de 80 cursos de qualificação, profissionalizante ou de desenvolvimento pessoal. O projeto é estendido aos familiares dos servidores da área de segurança. Os cursos são oferecidos pelo Senac, Senai, Colégios Anglo e Nobel, Cesumar e Faculdade Cidade Verde.

Os beneficiados com o projeto podem fazer cursos nas áreas de informática, beleza (manicure, cabelo, automaquiagem), decoração de interiores, oratória, técnico em eletroeletrônica, mecânico, eletricista predial, além pré-vestibular e outras dezenas de cursos.

O projeto conta com a parceria do Sinepe (Sindicato dos Estabelecimentos Particulares de Ensino do Noroeste do Estado do Paraná) e do Sindiomas (Sindicato das Escolas Particulares de Idiomas do Noroeste do Paraná). E tem o apoio da Acim, Sicoob e Sivamar.

R$ 210 milhões em negócios

A 39ª Expoingá, que figura entre as dez mais importantes feiras agropecuárias do país, movimentou R$ 210 milhões em negócios e teve um público de 536.408 mil pessoas, um dos maiores da história do evento. O faturamento total dos 12 leilões e um shopping de ovinos realizados foi de mais de R$ 5 milhões. O resultado foi divulgado no dia 23 de maio. O presidente Amauri Donadon Leal (na foto com a presidente da Sociedade Rural de Maringá, Maria Iraclézia de Araújo) representou o Sivamar na solenidade de abertura oficial da Expoingá, que foi realizada de 5 a 15 de maio.

CONSUMO

Classe média deve crescer em 2011

Foi o que apontou estudo encomendado pela Associação Paulista de Supermercados. Melhoria da renda das classes D e E é o grande fator de mudança da pirâmide social brasileira

O consumo dos brasileiros deve chegar a R$ 2,452 trilhões em 2011

Em 2011, estima-se que 3% das famílias migrem das classes D e E para a C, transformando a classe média na faixa mais ampla da população brasileira. Foi o que apontou estudo realizado pela Associação Paulista de Supermercados (Apas), em parceria com as empresas de pesquisa Nielsen e Kantar Worldpanel.

As políticas de renda promovidas pelo governo deverão ajudar a promover esta mudança na pirâmide social brasileira este ano. Segundo o estudo, do total de lares no país, 41% deverão pertencer à classe C. As classes D e E devem ter sua participação reduzida de 39% para 36%, enquanto a das classes A e B deve se manter estável em 23%.

O consumo das classes D e E no varejo em 2010 cresceu mais que o das classes C e AB, mostra o estudo encomendado pela Apas. Em termos de valores, o consumo das classes D e E cresceu 16% em 2010, enquanto o das classes C e AB permaneceu em 13%.

A pesquisa foi realizada com uma amostra de 8.200 lares de todas as classes sociais, em cidades acima de 10 mil habitantes. O questionário foi aplicado em junho de 2010.

Avanço

De 2009 para 2010, os gastos das camadas mais populares da pirâmide social cresceram 14%, enquanto as despesas da faixa mais alta subiram 10%. Os novos consumidores impulsionaram principalmente as vendas de bebidas alcoólicas e não-alcoólicas e de produtos perecíveis.

O estudo mostrou também que a venda de produtos de higiene e beleza tem crescido mais nas classes D e E. O volume médio comprado por essas duas classes em 2010 teve alta de 8% contra um crescimento de 7% nas classes C e AB.

O número médio de vezes que o consumidor vai a mercados e supermercados por ano avançou de 106 em 2008 para 123 em 2010, o que representa uma média de três vezes por semana. A pesquisa mostrou, ainda, que 80% dos lares optam por mais de três lojas diferentes para se abastecer.

Outro estudo, o IPC Maps realizado pela IPC Marketing, aponta que o consumo dos brasileiros deve chegar a R$ 2,452 trilhões, em 2011, apresentando um crescimento superior a R$ 250 bilhões, quando comparado com o IPC Maps 2010 (cerca de R$ 2,2 trilhões). Em termos reais, os cálculos mostram que as despesas das famílias crescerão ligeiramente abaixo do PIB (4,1%), indicando um aumento populacional da ordem de 1,2%.

Fontes: O Globo e UOL Economia

TIRE SUAS DÚVIDAS

Não aceite notas com tinta rosa

O Banco Central alerta a população e o comércio para que notas de real manchadas de rosa sejam recusadas. Essas cédulas foram coloridas após roubos a caixas eletrônicos. Nesses casos, um sistema existente nos equipamentos 24 horas tingiu as notas assim que o lacre do caixa se rompeu.

O governo considera as notas manchadas como "danificadas" e pretende tirá-las da praça e destruí-las, como ocorre com os reais rasgados, rabiscados ou malconservados.

Quem já tiver recebido o dinheiro pintado não deve se preocupar em ser acusado de crime. Segundo a polícia, os portadores não serão enquadrados em receptação de item roubado ou furtado.

No entanto, devem providenciar rapidamente o depósito desse valor em sua conta bancária ou trocar o dinheiro diretamente no caixa. As delegacias dos bairros também vão receber e apreender as notas.

Nas agências, o dinheiro tingido vai para um cadastro próprio, que será enviado à polícia. O portador tem o RG e o CPF catalogados e recebe um recibo.

Posteriormente, a intenção dos investigadores é rastrear a origem e a distribuição das cédulas. Todo o dinheiro retido será enviado ao Banco Central. Caso se comprove a veracidade da cédula, o valor depositado em notas manchadas será creditado normalmente, em data a ser definida.

O BC reitera, porém, a recomendação para que comerciantes e consumidores fiquem atentos quando receberem trocos e pagamentos. E recusem notas tingidas.

A tecnologia que tinge as cédulas de rosa quando quadrilhas explodem caixas eletrônicos já é usada na França, Bélgica e Suíça. Ela foi adaptada aos terminais de autoatendimento brasileiros pela TecBan, empresa que opera a rede 24 Horas.

Segundo a empresa, todos os 12 mil caixas eletrônicos do Banco 24 Horas existentes no Brasil têm o sistema instalado. A tecnologia também foi apresentada à Febraban, para que seja testada em outros bancos privados. Ela começou a ser implementada em maio do ano passado.

Fonte: *O Estado de S.Paulo*

Cosmet 10 Anos
CONSULTORIA E SERVIÇOS EM MEDICINA E ENFERMAGEM DO TRABALHO LTDA.
• PCMSO PROGRAMA DE CONTROLE MÉDICO DE SAÚDE OCUPACIONAL
• PPRA PROGRAMA DE PREVENÇÃO DE RISCOS AMBIENTAIS
• LTCAT LAUDO TÉCNICO DE CONDIÇÕES AMBIENTAIS DE TRABALHO
• PPP PERFIL PROFISSIOGRÁFICO PREVIDENCIÁRIO
• CIPA COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES
• EXAMES OCUPACIONAIS
• ADMISSIONAIS
• DEMISSIONAIS
• PERIÓDICOS
Rua Santos Dumont, 2166 Salas 1 e 2 - Maringá - PR
cosmet@cosmet.com.br - www.cosmet.com.br
Fone (44) 3029-3055

Shopping CIC HM
O shopping da família
Rua Santos Dumont, 2971, fone (0XX) 44 3033-9000, Maringá - PR

SERVIÇOS

Banda dos Fuzileiros Navais

Espetáculo gratuito fez parte das comemorações dos 64 anos de Maringá

A Banda Sinfônica dos Fuzileiros Navais cativou o público maringaense

O Sivamar foi uma das entidades que apoiaram a apresentação da Banda Sinfônica dos Fuzileiros Navais, que encerrou as comemorações dos 64 anos de Maringá em 10 de maio. O evento, que reuniu mais de duas mil pessoas na Praça da Catedral, foi patrocinado pelo Sistema Fecomércio-PR, Sesc Maringá e pela Prefeitura.

A banda, composta por dois maestros e 110 músicos, foi muito aplaudida, apresentando um repertório constituído de marchas e canções militares, hinos, músicas populares e eruditas. Um dos momentos mais aplaudidos foi a execução de "Aquarela do Brasil".

Outro destaque foi a execução das gaitas de fole escocesas, marcada pelo colorido dos uniformes e pelo entusiasmo e qualidade dos músicos. A soprano lírica Krista McClellan fez a abertura do evento e, entre outras canções, interpretou "Ave Maria".

A Marinha Brasileira é a única força armada que possui uma Escola de Formação de Sargentos Músicos, integrada na estrutura do Corpo de Fuzileiros Navais.

Visita ao Sistema Fecomércio

O Sivamar foi representado, em Curitiba, por uma equipe de colaboradoras no lançamento do Programa de Desenvolvimento Associativo da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo.

Na oportunidade, a equipe também conheceu a estrutura do Sistema Fecomércio-PR. "Foi uma forma de nos inteirarmos melhor de tudo o que o sistema realiza e oferece para que possamos otimizar o atendimento aos nossos associados", explica a advogada e superintendente do Sivamar, Lisley Maria Messias da Silva.

Na foto, Suely Degam (Sivamar), Suzana Sálvaro (Secretária das Câmaras Setoriais), Edmundo Knaut (Diretor Administrativo e Financeiro do Senac), Lisley Maria da Silva (Sivamar), Eduardo Gabardo (Diretor das Câmaras Setoriais da Fecomércio), Sandra Vedovati e Lilian Povh (Sivamar).

• **Exames Ocupacionais**

O Sivamar mantém convênio com médicos especialistas em Medicina do Trabalho para a realização de exames admissionais, periódicos e demissionais. Os preços são especiais para os associados ao sindicato. Consulte a tabela e retire o guia de consultas na sede do Sivamar.

• **Jornal**

Informativo mensal, que traz, além de informações técnicas, jurídicas e das atividades do sindicato, matérias sobre diversos temas de interesse do comércio.

• **Plano Microfinanças**

O plano oferece ao associado Sivamar uma série de produtos e serviços do Sicoob Metropolitano, com taxas e condições diferenciadas. Há também produtos diferenciados para pessoa física, como taxa de juros do cheque especial e linhas de crédito pessoal.

• **Previdência Complementar**

O plano de previdência Fecomércio/FPA é extensivo aos familiares e também pode ser contratado para os colaboradores da empresa. Além de garantir uma aposentadoria mais tranqüila, o associado pode deduzir do Imposto de Renda o valor das contribuições mensais para o plano.

• **Sala de Treinamento**

O Sivamar tem três salas de treinamento, uma com capacidade para 55, outra para 35 pessoas e outra para 15 pessoas, equipadas com arcondicionado e recursos audiovisuais, além de localização privilegiada. Os associados podem fazer a reserva na secretaria do sindicato.

• **Salão de Eventos**

O Sivamar possui um salão de eventos, construído numa área de 7.500 m², localizado nos fundos do Jardim América. Além do salão, com capacidade para 400 pessoas, a área conta também com churrasqueira e amplo estacionamento. Associados do sindicato têm desconto especial nas locações.

Pacote de benefícios Sivamar

Confira alguns dos serviços que o sindicato oferece a seus filiados.

SIVAMAR
SINDICATO DO COMÉRCIO VAREJISTA DE MARINGÁ E REGIÃO

Para saber mais sobre os benefícios que o Sivamar oferece aos seus associados, ligue para **44 3026 4444.**