



## ROBERTO SFFAIR É HOMENAGEADO PELA CAMARA MUNICIPAL DE PORTO ALEGRE

Em sessão solene, que se realizou em 26 de outubro o Diretor Superintendente da Navegação Guarita Sr. Roberto Sffair recebeu o título de Cidadão de Porto Alegre.

O Diretor disse sentir-se honrado com a homenagem.

“Divido este reconhecimento com todos que o ajudaram a chegar no posto que ocupo hoje e com os clientes que acreditam no meu trabalho e no segmento que represento.”

## SEMANA SIPAT 2010

A semana da SIPAT (Semana Interna de Prevenções de Acidentes), se realizou nos dias 24 a 29 de outubro. Na base de Porto Alegre e Rio Grande as atividades iniciavam diariamente com ginástica laboral e café da manhã com exibição de vídeos sobre segurança. Neste ano os eventos da SIPAT se estenderam a todas as embarcações, que tiveram apresentações de Teatro com o grupo Moojem, palestras sobre exercícios abordo, e acidentes de trânsito. Também houve premiações de frases e sorteios de brindes. Agradecemos a todos os colaboradores pela participação, integração e receptividade, que tornou possível a realização da SIPAT 2010.



## DIA MUNDIAL DE LAVAR AS MÃOS FOI COMEMORADO EM 15 DE OUTUBRO



O Dia Mundial de Lavar as Mãos é comemorado por mais de 80 países e pela primeira vez no Brasil. A data foi instituída para reforçar a importância de higienizar as mãos para prevenir doenças transmitidas por micróbios, vírus e bactérias. O objetivo é sensibilizar as pessoas para lavar as mãos com água e sabonete, a fim de erradicar doenças causadas pela falta de higiene. Para isso a população deve adotar o costume de lavar as mãos com frequência. Essa prática deve ser estimulada desde a infância, porque a pessoa leva isso para a vida adulta. É um gesto importante, que leva pouco tempo, é barato e previne várias doenças.

## ÁLCOOL TOLERÂNCIA E DEPENDÊNCIA

A tolerância e a dependência ao álcool são dois eventos distintos e indissociáveis. A tolerância é a necessidade de doses maiores de álcool para a manutenção do efeito de embriaguez obtido nas primeiras doses. Se no começo uma dose de uísque era suficiente para uma leve sensação de tranquilidade, depois de duas semanas (por exemplo) são necessárias duas doses para o mesmo efeito. A tolerância ocorre antes da dependência. Os primeiros indícios de tolerância não significam, necessariamente, dependência, mas é o sinal claro de que a dependência não está longe. A dependência é simultânea à tolerância. A dependência será tanto mais intensa quanto mais intenso for o grau de tolerância ao álcool. Dizemos que a pessoa tornou-se dependente do álcool quando ela não tem mais forças por si própria de interromper ou diminuir o uso do álcool ..

O alcoólatra de "primeira viagem" sempre tem a impressão de que pode parar quando quiser e afirma: "quando eu quiser, eu paro". Essa frase geralmente encobre o alcoolismo incipiente e resistente; resistente porque o paciente nega qualquer problema relacionado ao álcool. Assim deverá buscar orientação médica e psicológica para combater a doença, que tem cura após tratamentos adequados a cada pessoa.



## ENTREVISTA

**Nome:** Altair da Silva Vieira

**Cargo:** Piloto Fluvial.

**Data Admissão:** 23/11/1999

**1º Emprego:** Na Pesca

**Qualidade:** Honestidade

**Defeito:** Exigir demais.

**Filhos:** 3

**Um Lugar:** Onde tenha  
Tranquilidade.

**Um Ídolo:** Raul Seixas

**Um Sonho de Consumo:**

Uma Casa

**Um desafio:** Começar uma  
nova vida.

**Time:** Internacional.

**Prato Preferido:** Peixe.

**Se você pudesse mudar algo  
na sua vida, o que mudaria?**

Estou vivendo este momento de mudança

**Motivo de sua função ser**

**importante para a Navegação Guarita:** Por preencher os  
requisitos que a empresa necessita e procurar dar o  
melhor de mim.

**Mensagem:** "Tente outra vez. "



## CAMPANHA SSO

Para conscientização da importância sobre a segurança no trabalho, a cada três meses é feito um cartaz com uma foto de um colaborador e sua família. Este cartaz é exposto nas embarcações e outras áreas da empresa. No mês de outubro o colaborador quem participou da

campanha foi Giovano M. Bilhalva, e sua família, foram presenteados com canecas personalizadas com a foto e frase do cartaz. Participe desta campanha, mandando suas fotos para o SSO. A sua família pode ser a próxima a participar!!!



# Feliz Aniversário

Nome	Centro de Cto	Dia	Nome	Centro de Cto	Dia
Jose Marcelino de Lira	DIRETORIA	01/12	Ailson Garighan Mesquita	N.M. ITAUBA	01/01
Felipe de Freitas Ferreira	N.T. GUARITA	06/12	Luciano Huber Lopes	AFASTADO	01/01
Ilton Nascente	N.M. P. DE VIAMÃO	08/12	Helvio Correa Vargas	AFASTADO	02/01
Rubilar Xavier Goncalves	N.T. GUARITA	08/12	Gilvan Nei Lemes Pinto	N.M. P. DE S.PEDRO	04/01
Wagner da Fonseca Aranha	N.T. GUARATA	10/12	Gilmar da Silva Vieira	N.T. GUARITA	10/01
Vanderlei Pereira	NN.T. GUARATAN	11/12	Marco Aurelio Tarouco de Freitas	N.T. GUARANY	12/01
Nara Lucia de Oliveira	DIRETORIA	14/12	Joao Pedro Valentini Sifair	BASE OP. POA	13/01
Manoel Pedro da Silva	ADMINISTRAÇÃO	18/12	Alex Sandro Cardoso	N.T. GUAPURUVU	14/01
Gilvan de Souza Abreu	REB. BAMBU	20/12	Eduardo de Souza Martins	N.M. ITAUBA	16/01
Marco Antonio Nascente	N.M. P. DE VIAMÃO	20/12	Joao Eloir Grasel	N.M. P. DE S.PEDRO	18/01
Aristeu Jose da Silva Pontes	N.T. GUAPURUVU	21/12	Tierre de Freitas Mesquita	N.M. P. DE S.PEDRO	28/01
Antonio Luiz Paz Pontes	N.T. GUAPURUVU	21/12	Diego Padilha Serpa	N.T. GUARATAN	29/01
Paulo Ricardo Silveira Cardoso	N.M. P. DE VIAMÃO	23/12			
Jesus Amado Figueiredo Lemos	AFASTADO	26/12			
Joao Francisco Amaral Pontes	AFASTADO	27/12			
Mauro Roberto Armesto Ribeiro	N.T. GUARATAN	27/12			
Andre Soares	N.T. GUARATAN	27/12			
Jose Leandro Azevedo Kleim	BASE OP. POA	29/12			
Juarez Fecke de Carvalho	ADMINISTRAÇÃO	30/12			
Florian Vanderlei da Silva	ADMINISTRAÇÃO	31/12			

## DICAS DE LEITURA



Autor: Verissimo, Luiz Fernando  
Editora: Alfaquara  
Categoria: Ficção



Autor: Luft, Lya  
Editora: Record  
Categoria: AutoAjuda / Mentalismo

**Expediente**  
Edição Gráfica:  
Editora Dolika

**Matérias:**  
Abrão Buatim Neto  
Karine Fazenda Bufon  
Kelen Alves  
Luis Sabetot  
Marany Camargo  
Halisson Rocha

**Seu Espaço**

Participe! Envie sugestões de pauta para o Informativo Guarita através do e-mail: kelen@guaritasa.com.br

**GUARITA**