



JORNAL DA FEDERAÇÃO

Brasília, DF - Setembro de 2011 - Ano 24 - Nº 106 www.faeef.org.br

ENTRE VISTAS:



Saiba como o embrapiano Danilo se tornou um ícone especial na história dos encontros regionais e nacionais promovidos pela FAEF. Sem nos poupar dos detalhes ele explicou porque até hoje é exemplo para muitas pessoas, principalmente empregados da Embrapa.

Pág. 3

SAÚDE EM PAUTA:



Descubra o jeito mais fácil e saudável de afastar o câncer de sua vida.

Pág. 6

EMBRAPA SINOP:



Tá chegando a hora da inauguração dessa nova cria da Embrapa. Veja como estão as coisas por lá e saiba como tudo começou.

Pág. 5

REDE VIVA EMBRAPA:



Essa é para aqueles que ainda insistem em acreditar na força do bem. Conheça esse projeto social criado pela Embrapa, exclusivamente para seus empregados. Entenda, também, porque ele tem se tornado um dos mais importantes da história dessa empresa.

Pág. 4

ARTE EM TODA PARTE: Leia o texto selecionado dessa edição e saiba como publicar o seu em nosso jornal.

Pág. 7

Editorial

Re sol scitar



Ismael Ferreira Graciano, Presidente da FAEE.

Em certa ocasião, li algo sobre o sol. Dizia que o fato dele nascer diariamente não lhe tirava a inigualável magia, o encanto, a força, a luz.

Verdade! Todo dia ele nasce, cresce, desenvolve o dia, depois, humildemente, se retira devagar e morre para renascer na manhã seguinte e reinventar outra criação, cada uma diferente, igualmente especial.

Cito isso porque acho importante lutar. Não adianta chegar se não conseguir permanecer. E para isso, periodicamente, temos de nos reinventar, nos ressuscitar, nos ultrapassar, conhecer, escutar, fazer, evoluir, mudar.

Faz tempo. Muito tempo. Foi em dezembro de 2009 o último jornal publicado pela Federação. Por algumas circunstâncias burocráticas e motivos de força maior o velho periódico teve de ser adormecido. Mas como o sol e a fênix, ele ressurgiu inteiro, novo e repleto de vivacidade. Porém, mantém intacto o mesmo antigo espírito de informante primeiro dos associados, com a mesma transparência, com a mesma credibilidade.

Se, por um lado, novos setores serão estreados, por outro, uma coisa permanecerá intocável: o antigo e inseparável compromisso de levar a cada empregado da Embrapa os bastidores de tudo o que a FAEE por eles realiza.

A periodicidade desse veículo de comunicação tão nosso, tão de todos nós, ainda está sendo analisada. Mas independentemente de ser mensal, bimestral ou trimestral, uma coisa é certa: mais do que nunca o associado terá seu espaço reservado nele. Será, realmente, uma via de mão dupla. Porque uma relação de confiança não se constrói senão por meio de união e respeito. E se queremos que o leitor saiba o que temos a falar, é indispensável que saibamos também o que ele tem a dizer.

E por falar em sol, nessa fase do Jornal da Federação o embrapiano encontrará um novo brilho. Matérias quentes sobre arte, a cultura, esporte, saúde, lazer e todo tipo de tema e atividade que tanjam seu cotidiano profissional e suas vidas, de um modo geral.

Fique atento! Acompanhe as publicações e saiba como fazer parte de mais um projeto da FAEE, planejado especialmente para você.

Isso é apenas o começo. Venha renascer com a gente e fazer parte dessa nova página de nossa história. Aqui nós garantimos o seu lugar ao sol.

FEDERAÇÃO DAS ASSOCIAÇÕES DOS EMPREGADOS DA EMBRAPA - FAEE

Sede: Edifício FAEE - SHCG/Norte - CR Quadra 714/715 - Bloco "B", Loja 12 / Parte Sobreloja - Asa Norte - Brasília - DF
CEP: 70760-780 / Telefax: (0xx61) 3347.3590 - 3347.5401 - 3340.4587 / E-mail: secretaria@faee.org.br / Site: www.faae.org.br

DIRETORIA

Ismael Ferreira (Presidente): diretoria@faee.org.br
Carlos Alberto (Vice-Presidente): karlos.honorato@embrapa.br
Ana Adelaide (Diretora): adelaide@cppsul.embrapa.br
Manoel Pessoa (Diretor): diretoria@faee.org.br
Marcos Antonio (Diretor): maf@cnppl.embrapa.br

JORNAL

Jornalista Responsável: **Rafael Pessoa Sabino**
Reportagem, Redação e Edição: **Rafael Pessoa Sabino**
E-mail: **rafaelpessoasabino@gmail.com**

Editoração Eletrônica e Arte: **Nailan Barbosa**
E-mail: **adm.nddesigner@gmail.com**

ENTRE VISTAS

Quer um exemplo de motivação? Tem um bem perto de nós: Danilo de Paula Moreira, de 57 anos. Nascido em Lima Duarte-MG. Técnico em Agropecuária. Contratado pela antiga UEPAE São Carlos-SP, em 07/04/1980, hoje, com o nome de Embrapa Pecuária Sudeste, onde ainda está lotado. Embrapiano igual a nós, mas com uma particular paixão pela vida, pelo altruísmo, pelo esporte, pelo trabalho e por tudo o que realiza dentro dele.

Danilo foi Diretor Esportivo da AEESC por dois mandatos (1983 a 1985 / 1985 a 1987); Vice-Presidente por dois mandatos (1989 a 1991 / 1995 a 1997); membro do Conselho Fiscal da FAEE (1996 a 1998); membro da Diretoria da FAEE (1998 a 2000); e Presidente da AEESC por cinco mandatos (1993 a 1995 / 1997 a 1999 / 1999 a 2001 / 2006 a 2008 / 2008 a 2011);

Confira, abaixo, alguns trechos da conversa que o Jornal da Federação teve com Danilo.

Jornal da Federação - *Fale sobre sua infância.*

Danilo - Nasci na fazenda. Sou o mais velho dos 5 irmãos. Para estudar percorria, diariamente, 16 km (ida e volta) de minha casa até a escola. Fins de semana e férias era a mesma coisa. Desde meus sete anos era eu quem levava o leite produzido na fazenda até o laticínio da cidade.



Da esquerda para direita - Danilo e Ismael, atual presidente da FAEE, em uma confraternização do IV EMBRAPA BRASIL.

JF - *Por que permanece até hoje na Embrapa?*

D - Porque a Embrapa é minha segunda casa. São 31 anos de empresa. Desses, 26 na área de produção de leite. Hoje, atuo no Setor de Gestão da Transferência de Tecnologia (SGTT) da Embrapa Pecuária Sudeste, onde sou responsável pelo SAC (Serviço de Atendimento ao Cidadão).

JF - *Quando foi e como aconteceu seu primeiro contato com uma AEE?*

D - Entrei na Embrapa em 07/04/1980. Nesse mesmo dia me associei à AEE de São Carlos. Até hoje sou intimamente ligado a ela. Sempre fui fanático por esportes. Na minha Associação sou o único que participou dos 16 Encontros Embrapa Sudeste e das quatro edições do Embrapa Brasil. Lembro que no 2º



O polivalente Danilo, em 2007, nas ruas de Leme-SP, em mais uma maratona.

Embrapa Brasil, em Salvador, acabei a prova dos 5000m rasos, na qual fui 2º colocado, e cinco minutos depois já estava em campo, jogando futebol.

JF - *Como é passar de associado a presidente de uma Associação, trabalhando nos bastidores de uma instituição social tão importante para o empregado da Embrapa?*

D - O amor pelo futebol. Porque quando cheguei aqui, havia um time muito bom que jogava no campo da Associação. Irônico era o fato de que, para jogar, só mediante pagamento, inclusive empregado da Embrapa. Então, no final de 1981, montamos uma comissão de associados, organizamos a bagunça e montamos o time da AEESC.

JF - *O que pensa sobre os encontros regionais e nacionais, promovidos pela Federação e seus parceiros?*

D - A Federação é fundamental para a sobrevivência de todas as AEEs. Tem papel indispensável dentro da Embrapa. Acresce à qualidade de vida dos embrapianos e integra todos eles, de Norte a Sul do país. Dos encontros sou suspeito para falar. Sou um participante inveterado. Os encontros são os únicos eventos dentro da Embrapa onde participam empregados de todos os cantos, em condições de igualdade. Lá, chefe e empregado é uma coisa só. De fato, uma verdadeira festa.

Rafael Pessoa Sabino

A Rede

Se existisse uma empresa que realmente se importa com seus empregados? Se ela, de fato, os visse como seu maior patrimônio? Se fosse repleta de instituições sociais e as apoiasse com tudo o que lhe fosse possível? Que empresa seria essa? Quem poderia fazer parte dela? Qual seria seu nome?

A Embrapa existe! E todas as questões, acima, fazem parte de sua ideologia de ser. Mas quem é grande sempre almeja ser maior. E, então, ela criou a Rede Viva Embrapa.

É um projeto idealizado pela Diretoria da empresa, com o propósito de unificar idéias e realizações das associações embrapianas, de modo que essas forças não mais trabalhem separadamente, mas em conjunto.

Fui ao encontro de um dos idealizadores dessa criação, Joaquim Gomide, Assessor de Comunicação do Presidente da Embrapa, Pedro Arrais. Queria saber quais mentes tiveram essa idéia e como ela funciona na prática e nos bastidores.

Fiquei surpreso com tudo: Esperava um homem alto, em terno importado, gravata fina estampa, sapatos vistosos... Mas entrou naquela sala um homem de média estatura, metido em uma camisa simples de botão, com um jeans claro e um sapato qualquer. Percebi, naquele momento, que havia algo diferente na Embrapa.

Eu tinha em mente uma entrevista, mas a figura risonha e de conversa fácil transformou aquele escritório importante em uma sala de bate-papo informal. E quando pedi que iniciasse falando sobre a Idéia da Rede Viva Embrapa, na transparência de seu jeito, disse que “o maior patrimônio de uma empresa são seus empregados. Não adianta investir milhões em estrutura e pesquisas se o material humano também não for valorizado. Máquinas sempre serão só máquinas. Nunca deixarão de depender das pessoas para funcionar. E pessoas, diferente das máquinas, necessitam de algo além de combustível e reparos. O ser humano é mais complexo. Por isso é melhor. E por isso é que tem de ser a prioridade de qualquer instituição. E essa é a alma da idéia desse projeto”.

Depois disso não ousei interrompê-lo. Empolgadíssimo, ele continuou: “tudo surgiu da necessidade de unir os bons trabalhos que as associações embrapianas fazem há muito tempo. Passou da hora da sociedade se tornar protagonista dos seus sonhos e enxergar o Estado apenas como um coadjuvante apoiador. Não devemos esperar que ele cuide de tudo que nos diz respeito, inclusive de assuntos dos quais somos os maiores interessados. Do Governo só o apoio basta. Temos de buscar o que necessitamos. E unidos teremos muito mais êxito. A Embrapa tem várias associações: áreas diferentes,

mas um só objetivo: lutar em prol da qualidade de vida dos embrapianos. Que ajam juntas, então, com parceria nas realizações, com calendários compatíveis, podendo estar presentes nos projetos umas das outras”.

Quando a conversa é boa, dá vontade de parar e só ouvir. Foi o que fiz, enquanto Gomide dizia que “na ditadura, as associações eram engessadas pelo totalitarismo e não tinham liberdade para lutar por seus direitos. Eram muito dependentes e refêns do Estado. Hoje somos livres. Então, que a democracia possa ser usada da forma mais inteligente. O bem é contagioso. Se é social se alastra mais rápido ainda. Que SINPAF, COOPERBRAPA, CREDIEMBRAPA,

CERES, CASEMBRAPA e FAEE, com o incentivo desse projeto, busquem estar juntas nos encontros regionais, nacionais e em todo tipo de evento. Que leve esporte, lazer, cultura e qualidade de vida ao embrapiano, servindo de teia, abarcando todo aquele que dela queira fazer parte”.

É... A Embrapa sempre foi uma empresa de excelência. Mas saí dali com a sensação de que agora há um ‘algo a mais’; uma coisa diferente.

Que seja bem-vinda essa diferença, porque, pensando bem, surpresa mesmo seria encontrar um executivo sob essas palavras. Tinha mesmo de ser um homem simples, porque são esses que vestem de humildade a erudição que têm, enquanto ela flui, naturalmente. São esses bem alinhados de fora para dentro. São esses que, em detrimento do egoísmo, pensam coletivamente e vêem cada ser humano como uma potente e indispensável parte constituinte de uma imensa Rede Viva.

Rafael Pessoa Sabino



Joaquim Gomide: Assessor de Comunicação do Presidente da Embrapa

Contagem Regressiva

Alguém aí sabe o que é Sinop? Pelo menos já ouviram falar? Não? Pois bem. Então guardem esse nome e acostumem-se com ele, porque em breve ele entrará para a história e esse assunto já começa a ser bastante comentado.

Sinop é uma cidade que fica no Estado do Mato Grosso, 505 Km ao norte da capital Cuiabá. Nela está sendo construída uma nova unidade de pesquisa da Embrapa, que será referência nacional. E, de acordo com Tenisson Waldow, Chefe Adjunto de Administração da Embrapa, “o projeto visou qualidade de vida no trabalho, integração ao meio-ambiente e redução das estratificações físicas laborais. Outro ponto importante é que o ambiente terá características multifuncionais, com mobilidade interna de paredes e mobiliários. Tudo com sustentabilidade e responsabilidade construtiva, aproveitando recursos naturais (iluminação, ventilação natural, reuso de águas pluviais, etc.), acessibilidade e critérios das Boas Práticas de Laboratório (BPL)”.

Selecionada entre várias outras cidades, Sinop foi escolhida por uma comissão técnica da Embrapa. Tenisson foi integrante dela, a qual levou em consideração alguns fatores importantes. Entre eles: disposição física; infra-estrutura da região; fácil locomoção – inclusive aérea –; e, sobretudo, sua localização: fronteira agrícola e de transição dos biomas cerrado e floresta, especiais em atividades agrossilvipastoris.



Pela imagem aérea pode-se ter uma idéia da enorme área ocupada pela nova unidade da Embrapa, em Sinop-MT.

Essa construção só foi possível por conta da deliberação quatro, de sete de maio de 2009. Os recursos utilizados provêm do Pro-



Restaurante da Embrapa de Sinop-MT: em construção já esbanja requinte e modernidade.

grama de Fortalecimento da Embrapa - PAC Embrapa. As obras começaram em fevereiro de 2010 e a inauguração está prevista para meados de outubro.

Os embrapianos que estão em Sinop desde 2009 – quando foi instituída a Unidade – estão ansiosos para estrear o novo ambiente de trabalho. Por enquanto permanecem exercendo suas funções em um espaço alugado pela Embrapa. E, segundo Tenisson, “os primeiros trabalhos para construção física da Unidade duraram sete meses. Foram de levantamento de necessidades, instalação de escritório e elaboração de projeto construtivo. Podemos afirmar que os trabalhos de implantação estão evoluídos e estamos quase finalizando a sua primeira etapa. A segunda será a da consolidação como centro de referência nas questões relacionadas ao desenvolvimento agropecuária da fronteira agrícola do norte do país. Atualmente, tem 90% da estrutura física concluída. Somos 71 embrapianos ansiosos aqui. E estima-se que o quantitativo chegue à casa dos 200”.

Sem mais delongas, vejam nas imagens alguns detalhes dessa obra arquitetônica fantástica.

Rafael Pessoa Sabino

SAÚDE EM PAUTA

Alimentos que previnem contra o câncer

Estudos indicam que alimentação correta reduz em 14% a probabilidade de ocorrência da doença em homens e em 20% nas mulheres.

com maior rapidez as substâncias tóxicas que podem existir nos produtos industrializados.

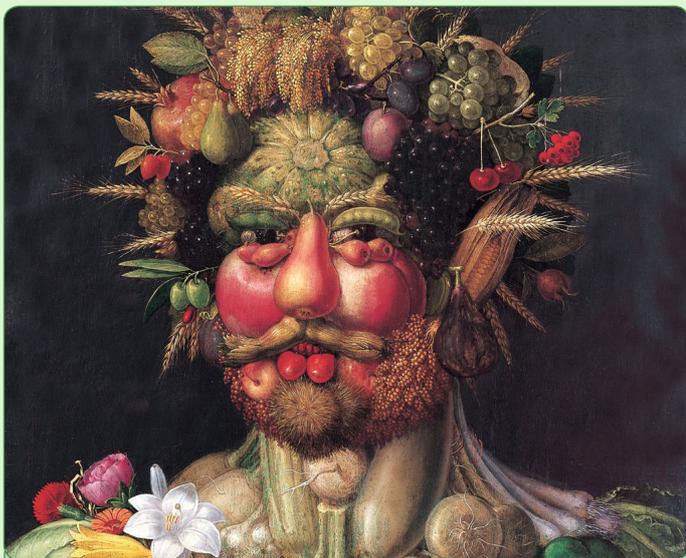
Confira os alimentos que previnem contra o câncer e as suas propriedades:

Amarelos ou alaranjados: devem ser consumidos frescos e não como suplementos alimentares. Ricos em betacaroteno, com ação antioxidante, protegem contra o câncer de mama e de pulmão. Ex.: abóbora moranga, mamão, manga, cenoura, laranja, tangerina, etc.

Vermelhos: contêm licopeno, substância que atua na prevenção do câncer de próstata e de outros tipos. Ex.: melancia, tomate, pimentão, morango, etc.

Verdes: possuem fibras insolúveis que dificultam a formação de tumores. Ex.: brócolis, couve, couve-flor e outros vegetais verde-escuros.

Outros: alguns grãos possuem grande quantidade de fibras e de ômega 3, que contribuem para a prevenção, principalmente, do câncer do intestino. Ex.: Linhaça, peixes de água fria (salmão, sardinha...), etc.



Como sugere o quadro de Giusepe Arcimboldo, você é o que você come.

Uma alimentação adequada é indicativo de um estilo de vida saudável e o consumo dos alimentos certos significa mais saúde para o organismo. Neste sentido, muitos estudos indicam que a alimentação está diretamente relacionada à prevenção ou desenvolvimento de câncer.

– Estudos indicam que a alimentação correta reduz em 14% a probabilidade de ocorrência de câncer nos homens e em 20% nas mulheres. Além disso, a genética está envolvida em 5% do fator para desenvolvimento da doença, enquanto que a alimentação representa 35% deste total – afirma a nutricionista da Oncomed Kelly Araújo.

A ingestão de uma alimentação variada e saudável garante, segundo a especialista, os nutrientes necessários para o bom funcionamento do organismo diminuindo as chances de desenvolvimento de doenças, principalmente o câncer. Além disso, existem alimentos que possuem substâncias específicas que previnem contra a enfermidade.

– A ordem é evitar os industrializados e colorir o prato. Alimentos de diferentes colorações aumentam as chances de reunir o maior número de nutrientes e de substâncias preventivas — explica Kelly.

De acordo com a nutricionista, um dos principais cuidados que se deve ter é com a ingestão de fibras e líquidos que, assegurando o bom funcionamento do intestino, ajudam a liberar



A fórmula da longevidade consiste em atrelar alimentação saudável à prática constante de exercícios físicos.

Obs.: a ingestão de líquidos é extremamente importante para garantir o bom funcionamento do intestino juntamente com as fibras. Ex.: água, água de côco, sucos naturais, etc.

Fonte: <http://www.clicrbs.com.br/>

Texto adaptado, acessado às 13h do dia 29/08/2011.

ARTE EM TODA PARTE

Eu sei, mas não devia

Eu sei que a gente se acostuma. Mas não devia.

A gente se acostuma a morar em apartamentos de fundos e a não ter outra vista que não as janelas ao redor. E, porque não tem vista, logo se acostuma a não olhar para fora. E, porque não olha para fora, logo se acostuma a não abrir de todo as cortinas.

E, porque não abre as cortinas, logo se acostuma a acender mais cedo a luz. E, à medida que se acostuma, esquece o sol, esquece o ar, esquece a amplitude.

A gente se acostuma a acordar de manhã sobressaltado porque está na hora. A tomar o café correndo porque está atrasado. A ler o jornal no ônibus porque não pode perder o tempo da viagem. A comer sanduíche porque não dá para almoçar. A sair do trabalho porque já é noite. A cochilar no

ônibus porque está cansado. A deitar cedo e dormir pesado sem ter vivido o dia.

A gente se acostuma a abrir o jornal e a ler sobre a guerra. E, aceitando a guerra, aceita os mortos e que haja números para os mortos. E, aceitando os números, aceita não acreditar nas negociações de paz. E, não acreditando nas negociações de paz, aceita ler todo dia da guerra, dos números, da longa duração.

A gente se acostuma a esperar o dia inteiro e ouvir no telefone: hoje não posso ir. A sorrir para as pessoas sem receber um sorriso de volta. A ser ignorado quando precisava tanto ser visto.

A gente se acostuma a pagar por tudo o que deseja e o de que necessita. E a lutar para ganhar o dinheiro com que pagar. E a ganhar menos do que precisa. E a fazer fila para pagar. E a pagar mais do que as coisas valem. E a saber que cada vez pagar mais. E a procurar mais trabalho, para ganhar mais dinheiro, para ter com que pagar nas filas em que se cobra.

A gente se acostuma a andar na rua e ver cartazes. A abrir as revistas e ver anúncios. A ligar a televisão e assistir a comerciais. A ir ao cinema e engolir publicidade. A ser instigado, conduzido, desnordeado, lançado na infundável catarata dos produtos.

A gente se acostuma à poluição. Às salas fechadas de ar condicionado e cheiro de cigarro. À luz artificial de ligeiro tremor. Ao choque que os olhos levam na luz natural. Às bactérias da água potável. À contaminação da água do mar. À lenta morte dos rios. Se acostuma a não ouvir passarinho, a não ter galo de madrugada, a temer a hidrofobia dos cães, a não colher fruta no pé, a não ter sequer uma planta.

A gente se acostuma a coisas demais, para não sofrer. Em doses pequenas, tentando não perceber, vai afastando uma dor aqui, um res-

sentimento ali, uma revolta acolá. Se o cinema está cheio, a gente senta na primeira fila e torce um pouco o pescoço. Se a praia está contaminada, a gente molha só os pés e sua no resto do corpo. Se o trabalho está duro, a gente se consola pensando no fim de semana. E se no fim de semana não há muito o que fazer a gente vai dormir cedo e ainda fica satisfeito porque tem sempre sono atrasado.

A gente se acostuma para não se ralar na aspereza, para preservar a pele. Se acostuma para evitar feridas, sangramentos, para esquivar-se de faca e baioneta, para poupar o peito. A gente se acostuma para poupar a vida. Que aos poucos se gasta, e que, gasta de tanto acostumar, se perde de si mesma.



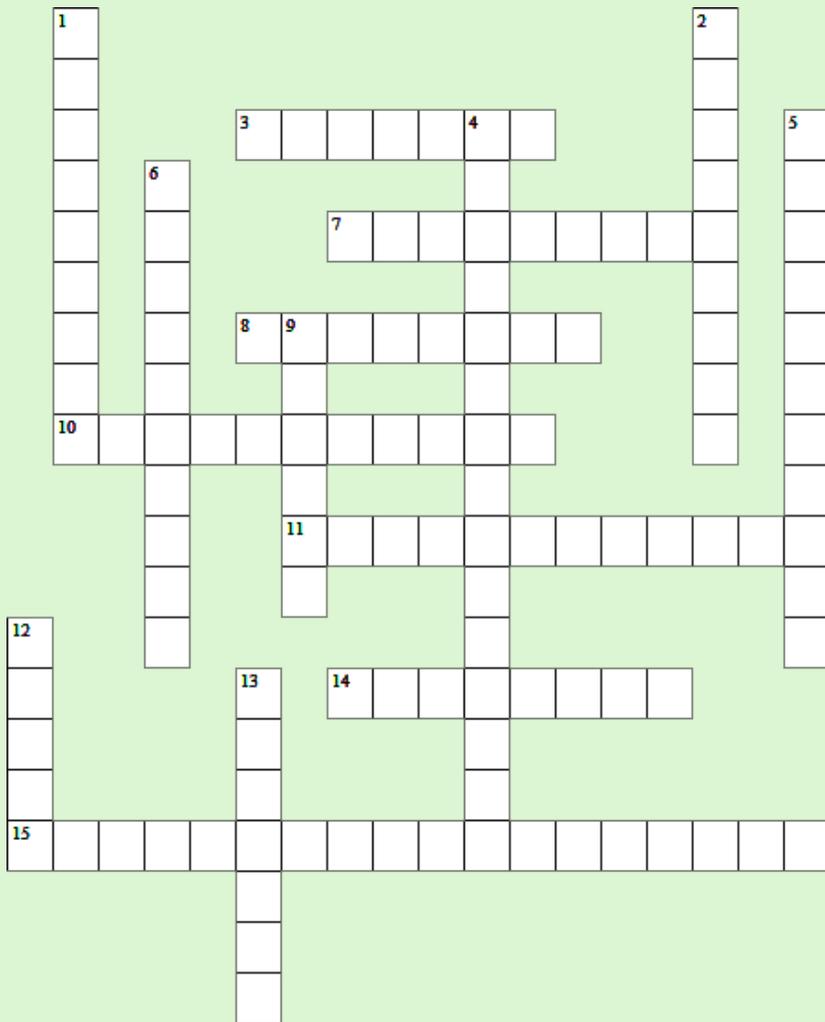
Marina Colasanti, escritora

Quer ter sua arte publicada em nosso jornal?

Então entre em contato conosco:

Telefone: (61) - 33473590 / E-mail: diretoria@faee.org.br

Cruzadas



Horizontais:

- 3** - Troca direta de mercadorias, sem interferência da moeda.
7 - Tornar independente.
8 - Deixar o serviço militar sem licença.
10 - Sistema de governo em que o governante se investe de poderes absolutos chegando à tirania.
11 - Filósofo francês, considerado o fundador da sociologia.
14 - Desenvolveu o comunismo, sistema social, político e econômico baseado na propriedade coletiva das riquezas.
15 - Maior condecoração concedida pelo governo brasileiro a qualquer cidadão.

Verticais:

- 1** - Superioridade.
2 - Luta armada realizada por grupos minoritários e de forma clandestina.
4 - Líder italiano do fascismo.
5 - Destituição por um congresso de um chefe de estado que pratica crime de responsabilidade.
6 - Antigo tribunal eclesástico instituído com o fim de investigar e punir os chamados crimes contra a fé católica.
9 - Tirar da sepultura.
12 - Quantia paga mensalmente aos militares.
13 - Vendedor ambulante de objetos.

Anekdotes



Certo dia, em uma cidadezinha de Portugal, um assaltante rouba um banco. Ele foge a pé do local e rapidamente some em uma curva.

O policial avista um conhecido e pergunta:

- Clovis, você viu se um homem todo de preto dobrou àquela curva?

- Não, não. Quando eu cheguei aqui a curva já estava dobrada.

Anônimo

O médico diz ao paciente bêbado:

- Cleubão, não consigo encontrar o motivo das suas dores, meu caro. É bem provável que tudo isso seja culpa da bebida.

- Tá tranqüilo, doutor. Sei como é isso. Eu volto outro dia, quando o senhor estiver sóbrio.

Anônimo

Dois colegas conversando. Um pergunta para o outro:

- Qual a diferença entre uma gostosa burra e uma Ferrari?

- Sei lá. Qual?

- É difícil ter uma Ferrari.

Anônimo

Todas as vezes que a professora chegava à sala e dava bom dia aos alunos percebia que Joãozinho sempre alongava a última letra "a".

- Bom dia, turma!

- Bom diaaaaaa... – respondiam os alunos, mas sempre com aquele "a" prolongado no final.

Certa vez ela combinou com a classe para se calar e deixar apenas Joãozinho responder.

- Bom dia, turma!

- Vai se danaaaaaaar!

Anônimo