



Portátil

Epson lança a menor impressora do mundo com conexão wii-fi – Pág 4

Turismo

Para os aventureiros vale a pena visitar a segunda maior cachoeira do País, na Chapada da Diamantina – Pág 7

Tecnologia

O Rio Ave Corporate Center apresenta seu novo site mais interativo para os condôminos e com notícias do mundo – Pág 8

Quando mudar de profissão?

Antes de saber se é o momento certo para trocar de carreira, é necessário seguir algumas medidas de cautela – Pág 3

Temporada de mudanças

O ano de 2015, mesmo que de forma tímida, começa a pedir passagem e como toda época de final de ano, o espírito de renovação toma conta de nossos planos e revigora nossos pensamentos em torno do "novo". Sob essa perspectiva é que começamos a traçar o que mudar a partir de um novo ciclo, tanto na vida pessoal quanto na profissional. Mas, será mesmo

que é hora de mudarmos tudo? Nesta edição do Corporate News trazemos o dilema sobre quando é o momento ideal para mudarmos a carreira profissional, quando devemos começar do zero. Não é uma decisão fácil, e por isso deve-se adotar medidas cautelosas para que a principal consequência não seja: o arrependimento. Também apresentamos novidades cultu-

rais, urbanas e tecnológicas, como o novo site do Rio Ave Corporate Center, mais interativo e repleto de notícias sobre as torres e o mundo. Boa Leitura!

Mirella Araújo
Editora



Uma publicação do grupo

Tarde de diversão no Espaço Criança

A campanha de arrecadação de brinquedos ou alimentos para o "Dia das Crianças 2014", promovida pelo Rio Ave Corporate Center e a ACTA - Administração Especializada, foi um sucesso. O saldo de doações do complexo empresarial, foi de centenas de brinquedos, doces e salgadinhos entregues ao "Espaço da Criança", localizado na Rua José de Alencar, 421, no bairro da Boa Vista. A instituição é uma organização não governamental que tem como objetivo fornecer ensino, alimentação e proteção para meninos e meninas que vivem em situação de risco e extrema pobreza. Cerca de 100 crianças de comunidades carentes são atendidas no Espaço, e 1.000 já foram ajudadas desde que ele foi criado, em 1991. O Espaço Criança pode ser ajudado através de doações (Banco do Brasil, agência 3258-1 / Conta 141.313-9); adotando um projeto social da Casa; ser voluntário ou promovendo uma festa para as crianças.



Indicadores Econômicos



Salário Mínimo
R\$ 724,00

Imóveis 2014 - INCC/FGV

Mês	INCC/COL-06 (FGV)	Variação	Acumulado/Ano
Abril/2014	578,224	0,88	2,38%
Mai/2014	590,099	2,05	4,49%
Junho/2014	594,013	0,66	5,18%
Julho/2014	598,441	0,75%	5,96%
Agosto/2014	598,898	0,08%	6,04%
Set/2014	599,823	0,15%	6,21%

Inflação (%)

Mês	IPCA (IBGE)	INPC (IBGE)	ICV (Dieese)	IPC (Fipe)	CUB (Sinduscon)
Jun/2014	0,40%	0,26%	0,00%	0,04%	2,77%
Jul/2014	0,01%	0,13%	0,68%	0,16%	0,59%
Ago/2014	0,25%	0,18%	0,02%	0,34%	0,47%
Set/2014	0,57%	0,49%	0,23%	0,21%	0,01%

Expediente Corporate News
Informativo do Rio Ave Corporate Center
Produção: Carlota Agência de Comunicação | Editora: Mirella Araújo | Direção de Projeto: Carla Guerra | Diagramação: Eddie Lima e João Paulo Ferreira - Tiragem: 4.000 exemplares

Carlota Editora e Agência de Notícias
Rua Padre Carapuceiro, 968, Edifício Janete Costa
Sala 906 | CEP: 51.020-280 | Boa Viagem
Recife - PE | 81 3091.5068 | carlota@carlotacomunicacao.com.br

Fontes: <http://www.brasilzulu.com.br/indicadores-de-inflacao.asp> / <http://www.ademi-pe.com.br/incc/>



Quando mudar de profissão?

Nem sempre a carreira que escolhemos exercer é realmente o que queremos seguir para o resto da vida, no entanto, ao avaliar a possibilidade de mudanças pese com cuidado os prós e contras dessa decisão

Não que existam regras pré-estabelecidas, mas na hora de pensar em mudar sua carreira profissional é natural que surjam várias dúvidas e, por isso, deve-se adotar algumas precauções antes de tomar uma decisão tão importante como esta. Nesse processo de transição é fundamental que o profissional não ignore suas competências, elas serão a base para guia-lo em uma nova área. Esse autoconhecimento se faz necessário para estabelecer uma linha de afinidade com as atividades atuais em relação ao que você poderá exercer no novo emprego, mesmo que sejam áreas totalmente diferentes.

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), estimativas apontam que 75% dos trabalhadores desejam trocar de carreira e 53% dos brasileiros terminam atuando em áreas diferentes das quais se formaram. "Nesse momento, é preciso considerar que o trabalho é importante para o bem-estar e para a qualidade de vida que a pessoa tem direito de querer para

si mesma", afirmou a psicóloga Maria da Glória Hissa, coordenadora de Núcleo de Desenvolvimento Psicodinâmico (Novo/RJ) e membro da Associação Brasileira de Orientação Profissional (ABOP).

E por que chegou a hora de mudar de carreira? Pergunte-se repetidas vezes para que seja possível identificar o ponto X da questão, ou seja, qual o real motivo da insatisfação. Nem sempre o desânimo com o atual emprego está ligado diretamente a carreira, mas pode estar sofrendo influência de fatores externos, pessoais, que terminam causando impacto na carreira profissional. "Às vezes, a insatisfação é com a forma que a pessoa levou a vida até aquele momento, e não com a carreira em si", afirmou a business coach Dirlene Costa, em entrevista à revista Exame.

Um dos fatores que levam um profissional a querer mudar de área é o fato de exercer o mesmo cargo a muito tempo. Isso não necessariamente significa estar estagnado, talvez seja a hora de

procurar crescer de outras formas dentro da empresa. "Emprego é um instrumento em que a pessoa se realiza como profissional", avalia a Cristina Camargo, professora da Business School São Paulo. Dialogue! Manter uma conversa franca com o seu gestor é muito válido para que os problemas em relação ao interesse por mudar possam ser solucionados.

Conversar com os colegas de trabalho de confiança também pode ajudar na hora de tomar essa decisão. Ao compartilhar experiências com pessoas que talvez tenham passado por essa mesma situação, dê mais segurança na hora de bater o martelo. Além de todos esses passos, o planejamento é essencial para quem quer mudar de carreira como forma de reduzir os riscos. Não basta apenas mudar, é necessário se manter sempre atualizado, por isso, esteja certo de que pode ser essencial voltar aos estudos e manter-se atualizado durante e após a transição. A mudança reflete ao recomeço, a partida do zero.

O FARDAMENTO ALÉM DE UM ACESSÓRIO NECESSÁRIO A SUA EMPRESA É UMA IMPORTANTE FERRAMENTA DE MARKETING. EFICIÊNCIA, QUALIDADE E PONTUALIDADE É NOSSO OBJETIVO.



BR 101 Norte, Km 52 | Dist. Industrial | Paulista - PE
(81) 3438.5026 | 3438.5551 | 9188.4345
anacefardamentos@gmail.com



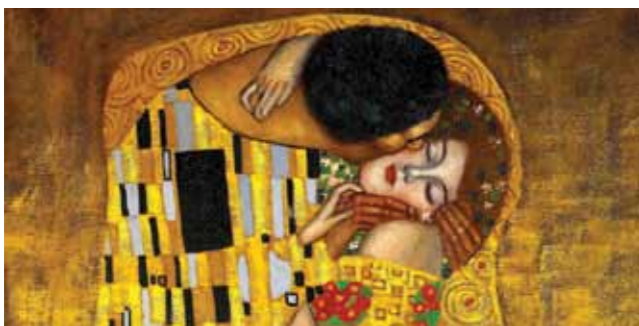
Foto: Andrea Rêgo Barros/ PCR

Recife ganha o primeiro parklet permanente

Parklets são pequenas áreas públicas que ocupam o espaço dos carros nas laterais das vias, como uma extensão da calçada. A ideia é integrar melhor a convivência dos pedestres e ciclistas aos espaços públicos. O conceito de parklets surgiu em São Francisco nos Estados Unidos, onde foram construídos "miniparques" com pallets de madeira, em estações.

Geralmente essas plataformas de madeiras são instaladas temporariamente, mas a Prefeitura do Recife, por meio da Secretaria de Turismo, imple-

mentou o projeto de forma permanente e pretende repetir o modelo em outros pontos da cidade. Os recifenses poderão encontrar a estrutura montada na Rua do Futuro, em frente ao Parque da Jaqueira, na Zona Norte. A intervenção urbana forma uma área de convivência com quatro bancos com encosto, três pufes e um bicicletário, medindo 1,6 m de largura, além de jardineiras – a madeira usada é de pinus com verniz naval, resistente a variação de temperatura. Há também desenhos do artista plástico Bozó, da Nuvem, produtora especializada em arte urbana.



“Janelas Contemporâneas” em exposição no MAC

Mostra inédita da paulista Elisa Lobo, ficará em cartaz entre os dias 23 de outubro e 23 de novembro no Museu de Arte Contemporânea de Olinda (MAC), com entrada gratuita. Entre as obras recriadas em telas, almofadas e móveis de decoração, releitura de Abaporu, de Tarsila do Amaral, Mona Lisa, de Leonardo Da Vinci e O Beijo, de Gustav Klimt. São 30 painéis e uma instalação com esculturas em tecido bordado intitulada de “A água é viva”. O público também poderá conferir fragmentos da obra da artista como almofadas que recontam a história da arte. A exposição é uma iniciativa da recém-inaugurada AH Produção e Sabor, capitaneada pelos sócios Andrea Hunka e Charles Vieira de Melo.

Na abertura, no dia 23 de outubro, às 19h, haverá a intervenção do maestro Israel de França, trazendo peças clássicas e populares no violino ao vivo inspirado pelas obras de Elisa. A artista plástica é formada pela Universidade de Brasília e FAAP, em São Paulo, e sua carreira sempre esteve voltada para a alta costura, tendo atuado com as marcas Giovanna Baby e Cavaleira. Ela é mais conhecida por seu trabalho de inclusão social com 150 mulheres de Cachoeira (MG), que integram o estafe de produção de almofadas e poltronas na área de decoração. O Museu de Arte Contemporânea de Olinda fica na Rua 13 de maio, nº 157, no Varadouro. O funcionamento é diário de 9h às 17h.



Menor impressora do mundo

A Epson inovou ao apresentar na maior exposição de tecnologia da Europa, a IFA Berlim, o menor modelo e mais leve de impressora jacto de tinta A4, do mundo. De acordo com o presidente da Epson Ibérica, Ernest Quingles, a WorkForce WF-100W “representa uma nova categoria, concebida para resolver uma necessidade fundamental dos clientes – a impressão em viagem”, resume. Leve (pesa apenas 1,6 kg), pequena (medindo 309 x 154 x 61 mm) e portátil, a impressora possui uma bateria incorporada e pode ser recarregada em qualquer lugar por USB ou com o transformador CA incluído. A tinta é pigmentada em todas as cores com secagem rápida e com ecrã LCD. Seu manuseio é fácil e prático, ideal para quem precisa imprimir documentos fora do ambiente de trabalho, já que ela funciona com conectividade de Wi-Fi e Wi-Fi Direct. A WF-100W também é compatível com o Apple Air Print e o Google Cloud Print.

Saúde: Você dorme bem?

Sensação permanente de cansaço e fadiga, falta de concentração e mudanças de humor constantes podem indicar a falta de uma boa noite de sono, o que tem se tornado um privilégio para a maioria das pessoas vítimas do estresse diário e da falta de tempo. Dados do Instituto do Sono mostram que 63% da população adulta no Brasil, tem alguma reclamação relacionada ao sono. De acordo com o doutor Drauzio Varella, a automedicação de remédios que ajudam a dormir devem ser evitadas.

Em conversa com o pneumologista Carlos Carvalho, do Hospital do Coração de São Paulo, ele dá cinco dicas para ter uma noite leve e calma de sono. A primeira dica é, pelo menos quatro horas antes de ir dormir, a pessoa deve evitar ingerir bebidas alcoólicas e com cafeína, pois este último tem efeito estimulante e o deixará agitado. Deve-se procurar ir para a cama sempre nos mesmo horário, para ajudar o seu metabolismo a se acostumar com a rotina.

A terceira dica é que durante a noite a temperatura ambiente esteja agradável entre 26 graus e 18 graus, dessa forma na fase mais profunda do sono, onde a temperatura do corpo diminui, você não irá acordar no meio da madrugada. É necessário também ter uma alimentação saudável, e principalmente estar atento aos horários durante a noite, se for comer algo que seja três horas antes de ir dormir, assim a digestão é feita completamente. A última dica é que se você não conseguir pegar no sono em 30 minutos, o ideal é realizar uma atividade relaxante como ler ou ouvir uma música suave para atrair o sono.



Suco Detox e seus benefícios

A onda de suco detox tem ganhado cada vez mais adeptos, seja para os que querem emagrecer ou ficarem mais enérgicos, já que a bebida possui estimulantes e propõe eliminar as toxinas. Dentre as receitas mais famosas, o suco verde está entre os preferidos, por possuir múltiplos benefícios: ajuda a perder peso, diminuindo a retenção de líquidos a partir da melhora da circulação sanguínea e linfática, melhorando também a diminuição das celulites. Mas, incluir o suco verde na alimentação diária não faz milagres. Ele traz mais resultados se estiver ligado a uma alimentação balanceada e a atividade física. Essa bebida é capaz de fornecer a energia necessária para quem vai se exercitar por ter elementos que suprem as necessidades nutricionais (como clorofila, magnésio e cálcio), combinando fontes de carboidrato e nutrientes antioxidantes. Há vários tipos de suco verde, dentre eles está o suco verde com laranja, alface e couve. Os ingredientes são: suco de duas laranjas; duas folhas de alface; uma folha de couve ½ cenoura; ½ maçã; 1 colher de sopa de chia ou linhaça; gengibre a gosto; gotas de limão. É só bater todos os ingredientes no liquidificador e se deseja, pode coar o suco antes de beber.





CD e DVD

Raul Seixas

"25 anos sem o Maluco Beleza - Toca Raul"

O box de "25 anos sem o Maluco Beleza - Toca Raul" resgata quatro álbuns de um dos maiores ícones do rock brasileiro (Raul Seixas, 1983; Ao Vivo - Único e Exclusivo, de 1984; Raul Vivo, de 1993 e Se O Rádio Não Toca, de 1994), além do lançamento de dois álbuns inéditos, restaurados de fita K7: "Eu Não sou Rippie", com shows de Raul Seixas em 1974, e "Isso Aqui Não é Woodstock, Mas Um Dia Pode Ser", com show realizado no II Festival de Águas Claras (IACANGA), em 1981. Os fãs saudosos de Raul Seixas também vão vibrar com um DVD, mostrando um material exclusivo da gravadora Eldourado.



CINEMA

Garota Exemplar

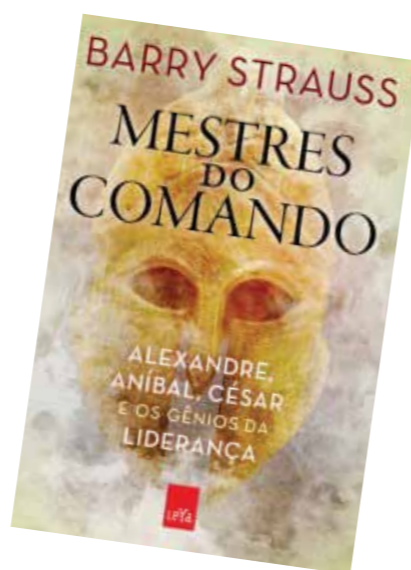
Inspirado no romance best-seller de Gillian Flynn, "Garota Exemplar", dirigido por David Fincher, narra o desaparecimento de Amy Dunne (Rosamund Pike) no dia do aniversário de casamento. Enquanto a polícia investiga o desaparecimento de Amy, seu marido Nick, interpretado por Ben Affleck, se envolve em uma rede de mentiras tornando-se o primeiro suspeito da polícia. Ao tentar provar sua inocência, Nick descobre pistas controversas sobre o caso com a ajuda de sua irmã gêmea, Margo (Carrie Coon). A trama não se prende apenas a solucionar o paradeiro de Amy Dunne, ou se o seu marido é ou não culpado pelo caso, mas retrata o silencioso desmoronamento de um casamento. O filme já garantiu pela segunda semana consecutiva, desde seu lançamento, R\$ 26,2 milhões em bilheterias nos Estados Unidos.



BLU-RAY

Ela

Em um futuro próximo, um escritor solitário chamado Theodore, vivido pelo ator Joaquin Phoenix, que trabalha escrevendo cartas pessoais, andava desiludido com relacionamentos amorosos anteriores. Ao comprar um novo sistema operacional para seu computador, algo incomum ocorre. Theodore se apaixona por Samantha (interpretada pela atriz Scarlett Johansson), que é a voz feminina desse programa informático e os dois acabam iniciando uma relação amorosa. O drama é dirigido e escrito por Spike Jonze, e desperta uma reflexão sobre os aspectos que ligam os homens à máquina, e, com os próprios relacionamentos em meio a dependência do meio virtual. Ela recebeu o Oscar 2014 na categoria "Melhor Roteiro Original".



LIVRO

Mestres do Comando

O escritor Barry Strauss aponta em "Mestres do Comando" a forma de liderar de três dos maiores imperadores da história: Alexandre, Aníbal e César - tidos como grandes mestres de guerras. O livro mostra o que estes comandantes tinham em comum, que era o dom de enxergar além do campo de batalha para decidir com quem lutar, quando e porquê. Eles criavam um campo de batalha tático, estrategista e mantendo a posição de líder. E para ser um bom líder é preciso obter a vitória, acabar com a guerra e trazer estabilidade para as terras conquistadas, esses eram os objetivos desses imperadores. "Um grande guerreiro deve saber como definir e atingir o sucesso".



Aventura: Chapada da Diamantina, paraíso radical de beleza rara



No coração da Bahia, a Chapada da Diamantina é o local ideal para quem gosta de aventura e também para aqueles que preferem desfrutar da tranquilidade que a natureza nos proporciona, devido aos seus mais variados atrativos naturais e culturais. O verde de sua paisagem serrana se confunde com os toques de catinga e cerrado, e seus imensos paredões, desfiladeiros, grutas e cavernas transformam a Chapada e um lugar único de rara beleza. São mais de 50 tipos de orquídeas, bromélias e trepadeiras. Entre as espécies de animais raros está o tamanduá-bandeira, os gatos selvagens e o tatu-canastra.

A região, inicialmente, era habitada por índios Maracás, mas passou a se tornar alvo de exploração por causa de suas jazidas, minérios e ouro, encontrado próximo ao Rio de Contas Pequeno. Com a colonização sendo impulsionada, pequenas vilas começaram a surgir no entorno

da região. Só na década de 1980 foi criado o Parque Nacional da Chapada da Diamantina, que atua como órgão protetor de toda essa riqueza dentro da Mata Atlântica. São 28 cidades abrigadas pelo Parque, em uma área total de 70 mil hectares.

Dentre as cachoeiras que compõem a Chapada da Diamantina está a segunda maior cachoeira do Brasil, a Fumaça (de 360 metros), do Vale do Capão. Ela, que é a mais procurada pelos turistas, leva esse nome porque sua aparência gasosa, é provocada devido ao vento que levanta uma cortina d'água, dando a impressão de "esfumaçar" o ar. O acesso pode ser por baixo, numa trilha de 20 km, ou por cima com uma trilha mais curta, de 6km. Também vale a pena fazer uma caminhada pelos Gerais do Vieira e do Rio Preto, onde pode avistar o Vale do Pati, considerado um dos mais bonitos do País.

A visita ao Poço Encantado é outro lugar que não se deve deixar de ir. Ele está localizado no município do Itaete, e possui uma caverna de formações rochosas de estalactites e estalagmites, e ao fundo, possui um belíssimo poço de águas cristalinas, alimentado por lençol freático. Lá também é encontrado esqueletos completos de preguiças gigantes datados de 10 milhões de anos. Já em Igatu, a curiosidade é despertada por causa das ruínas da cidade fantasma construída com pedras que formam as paredes de pequenas grutas. Um passeio incrível.



Ano 08

Encontre no Corporate Center

TORRE ALBERT EINSTEIN

- Sala 19 / Parmê / 3089.7070
- Sala 13 / Studio Mais Hair / 3039.2800
- Sala 24 / DEBUT / 3034.6556
- Sala 103 / VB Contabilidade / 3048.2123
- Sala 105 / AAGV Advocacia / 2129.0104
- Sala 203 / Ecocardio / 3221.4794
- Sala 304 / Consultório Psicanalista / 3221.4246
- Sala 405 / Aclunaga (Construção Naval) / 3423.0117
- Sala 402 / Roberto Magalhães (Gastro) / 3222-6833
- Sala 513 / Bio Medical / 3097.8110
- Sala 509 / Clínica Dermatológica (Carolina Coelho) / 3423.5690
- Sala 712 / Valois Assessoria e Consultoria Jurídica / 3423.1748
- Sala 905 / E-Tamussino / 3223.8572

TORRE THOMAS EDISON

- Loja 02 / Restaurante Thomas Light / 2125.7606
- Loja 05 / Kampalla (Cafeteria) / 2125.7525
- Sala 206 / Durão e Freitas Advocacia / 2125.7439
- Sala 405 / Nóbrega Odontologia / 2125.7445
- Sala 501 / F. Sarmento Advogados e Associados / 2125.7454
- Sala 705 / Megasport Marketing Esportivo / 2125.7494
- Sala 711 / Sévolo Barros Advocacia / 2125.7512
- Sala 805 / Batista Domingues e Advogados Associados / 3423.1792
- Sala 1001 / Finsol Micro Crédito / 3037.8888
- Sala 1101 / Lopes e Moury Fernandes Advogados / 3081.0200
- Sala 1205 / Aluísio Xavier Advogados e Consultores / 2125.7594
- Sala 1312 / Consultório Odontológico Drª Ana Bethânia / 2125.7637

TORRE GRAHAM BELL

- Sala 304 / BGP Consultoria / 2125.7707
- Sala 306 / Consultório Dr Raimundo Brito / 2125.7727
- Sala 601 / Cardio Dinâmica / 2125.7722
- Sala 608 / Dentista Drª Ilma Cavalcante / 2125.7811
- Sala 609 / Drª Geysler Neri Pediatria / 2125.7810
- Sala 610 / Yara Scherb Arquitetura e Negócios / 2125.7807
- Sala 911 / Donne Arquitetura e Consultoria / 2125.7709

TORRE ISAAC NEWTON

- Sala 304 / Max RN Franchisiwng Ltda. Remax / 3034.2407
- Sala 401 / L. Priori Indústria e Comércio Ltda. / 3059.3018
- Sala 501 / Endomedical / 3126.9001
- Sala 802 / Neodent / 3202.6900
- Sala 804 / Dermatho Clínica / 3076.1212 / 3059.3044
- Sala 903 / Porto Engenharia Ltda. / 3059.3200 / 3032.2302
- Sala 1101 / Advocacia Galdino e Rebelo / 3059.3116 / 3326.3909
- Sala 1102 / Mafra Advogados / 3059.3515 / 3034.8781
- Sala 1304 / Rodrigo Quintas / 3421.5102
- Sala 1602 / Casa Publicidade Ltda. / 3465.0005
- Sala 1801 / Decio Freire & Associados / 3048.0075
- Sala 1802 / Technos / 3231.5493

TORRE ALFRED NOBEL

- Salas 901/904 / Univision / 3125.2626
- Salas 1001/1002 / Albino Advogados / 3059.3062
- Sala 1003 / Carol Brandão Imagem e Diagnóstico / 3221.2617
- Salas 1004/1104 / Serur Advogados Associados / 3059.3052
- Salas 1202/1204 / Iveco Latin America Ltda. / 3797.2809
- Salas 1301/1303 / Genomica Diagnósticos / 3224.5013
- Sala 1304 / Seb Com. de Prod. Domésticos Ltda. / 3059.3070
- Salas 1502/1504 / Globo Hospitalar / 2125.7722
- Salas 1501/1503 / SF Fisioterapia Ltda. / 3059.3114
- Salas 1601/1603 / Representa Matérias / 3038.5002
- Salas 1602/1604 / ADN Impex Consultores Associados SS Ltda. / 3326.3007/3326.4188
- Salas 2201/2301 / Dislub Combustíveis Ltda. / 2123.3900



Conheça o novo site do Rio Ave Corporate Center

O Rio Ave Corporate Center está com um novo site muito mais completo, interativo e informativo. Em sua homepage, com uma nova interface, o usuário poderá conhecer a estrutura, história e os serviços referentes a cada torre do complexo empresarial – Alfred Nobel, Isaac Newton, Charles Darwin, Thomas Edison, Graham Bell e Albert Einstein. Além de acompanhar as últimas notícias local, nacional e internacional abordando diferentes temáticas como economia, turismo, tecnologia e os eventos internos promovidos pela ACTA – Administração Especializada. O novo espaço virtu-

al também traz facilidades para os condôminos, disponibilizando a opção para solicitar a segunda via do boleto, a reserva do auditório, mural informativo e índices financeiros. Dentre as novidades, também há seção Corporate Oportunidades, com a divulgação de oportunidade de empregos das empresas instaladas nas Torres do Rio Ave Corporate. O usuário também poderá encontrar todas as edições do Corporate News para baixar e se atualizar sobre as novidades do universo corporativo. Acessem www.rioavecorporate.com.br e acompanhem as novidades.

Treinamento que podem salvar vidas

Os colaboradores das cinco torres do Rio Ave Corporate Center participaram de um curso básico de combate a incêndio e primeiro socorros, que faz parte de um calendário anual. Em um único fim de semana foram realizadas aulas práticas e teóricas, com ações de prevenção durante do mês de setembro, promovida pela ACTA – Administração Especializada, que administra o complexo empresarial. “Nestes cursos são oferecidos treinamentos adequados e próximos de situações reais, objetivando capacitar os colaboradores para agir em situações que exijam a utilização adequada de extintores, procedimentos e outros recursos para combater os princípios de incêndios e prestar os primeiros socorros”, afirmou o gerente do Rio Ave Corporate Center, Valdeir Bezerra.

Em caso de incêndio é necessário seguir alguns procedimentos primários como manter a calma, chamar o corpo de bombeiros e uma ambulância ligando para o número 192 ou 193. Os socorristas devem molhar um pano limpo e amarrar no rosto, como se fosse uma máscara para evitar ins-



pirar a fumaça. Fique agachado próximo ao chão, onde o calor é menor e há mais oxigênio. Depois retire a vítima com segurança do local de incêndio, deite-a no chão, caso o corpo dela esteja em chamas, é necessário rolar o corpo no chão até as chamas se apagarem. Dê espaço para a vítima e não ofereça líquidos.



PE PARK para quem procura alta qualidade de atendimento, conforto e segurança.

Av. Frei Matias Teves, 285 | Ilha do Leite | Recife-PE
Fones: 81 3423.2424 | 3416.1926