



A Mulher



da ALIMENTAÇÃO

Órgão oficial do SITIPAN - Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Panificação, Confeitarias, Massas Alimentícias, Biscoitos, Produtos de Cacau, Balas, Doces, Conservas Alimentícias, Carnes e Derivados, Milho, Trigo, Soja, Mandioca, Torrefação e Moagem de Café, Café Solúvel e Rações Balanceadas de Barbacena, Belo Horizonte, Betim, Brumadinho, Caeté, Congonhas, Contagem, Esmeraldas, Florestal, Ibirité, Igarapé, Itabira, Itabirito, Jaboticatubas, Juatuba, Lagoa Santa, Mariana, Mateus Leme, Matozinhos, Moeda, Nova Lima, Ouro Branco, Ouro Preto, Pedro Leopoldo, Raposos, Ribeirão das Neves, Rio Acima, Sabará e Vespasiano.

N 44 - Março 2010

De Março Dia Internacional da Mulher

Mulher,
Que traz beleza e luz aos dias difíceis
Que divide sua alma em duas
Para carregar tamanha sensibilidade e força
Que ganha o mundo com sua coragem
Que traz paixão no olhar
Mulher,
Que luta pelos seus ideais,
Que dá a vida pela sua família
Mulher,
Que ama incondicionalmente
Que se arruma, se perfuma
Que vence o cansaço
Mulher,
Que chora e que ri
Mulher que sonha...
Tantas Mulheres, belezas únicas, vivas,
Cheias de mistérios e encanto!
Mulheres que deveriam ser lembradas,
amadas, admiradas todos os dias...

Feliz Dia da Mulher!

Mulher

Símbolo de amor, perseverança e desprendimento..
Guerreira, amiga, emotiva, carinhosa, dedicada...
Poderia escrever aqui milhares de adjetivos...
Mas eles todos se traduzem em uma só palavra:

Mulher

Parabéns pelo seu dia, você é muito Especial.

Diretores e funcionários do Sitipan

Viviana Oliveira

Para você, Mulher tão especial...

Editorial

Dia 08 de março comemora-se o dia Internacional da Mulher.

É uma data importante porque a mulher está conquistando cada vez mais espaços nunca antes conquistados. É uma luta que vale a pena hoje, já temos mulheres comandando até aeronaves, já pensaram bem?

Parabéns e continuem sempre nesta luta, estudem e se qualifiquem, porque o mundo de hoje está precisando de pessoas independentemente do sexo cada vez mais preparadas. Parabéns pelo seu dia.

Altacyr Barros de Mello
Presidente do Sitipan

Palavra da Mulher

Fernanda Maria Sampaio
Diretora do Sitipan

Nos últimos tempos a figura feminina vem galgando novas posições transpondo obstáculos e rompendo velhos preconceitos. A mulher deixou de ser aquela figura mitológica, heroína de fábulas e contos onde as emoções efervesciam ao seu redor. Atualmente, todo esse encantamento feminino está desvanecido na lembrança de épocas anteriores; hoje ele vem aliado a uma posição real diante das suas expectativas de vida. Não sendo meramente feministas, mas sim femininas ou seja galgar uma posição não em virtude de competir, porém declarando o seu senso de capacidade sem necessariamente destruir seus dotes naturais. Temos obtido grandes êxitos nas mais diferentes áreas e ocupações; as amarras as quais impediam a ação da mulher de forma livre e direta parecem estar caindo por terra. Mas hoje as mulheres já conquistaram uma certa igualdade entre os homens, (claro, a luta continua!) sobretudo no mundo do trabalho assumindo posições de destaque e de direção de empresas.

E cabe a nós continuar nessa luta conquistando cada vez mais espaço, lado a lado com nossos parceiros firmando cada vez mais nossa parte em um todo chamado UNIVERSO!

Feliz Dia Internacional da Mulher!



SAÚDE



Linha Direta: As trabalhadoras mulheres podem contar com os serviços do Departamento Feminino do Sitipan. Para isso, basta ligar para o (31) 3222-0814 e agendar um horário.



Evite o sol das 10 às 15 horas, o filtro solar deve ser passado no corpo e no rosto 20 minutos antes da exposição ao sol, proteja áreas como pescoço, orelhas, ombros e dorso dos pés, use protetor labial também, use chapéu ou boné, use sempre óculos escuros, beba muito líquido, não use óleo bronzeador com a intenção de bronzear sua pele mais rápido, procure um dermatologista se existem manchas na sua pele que estão se modificando, evite bebidas alcoólicas, pois elas ressecam a pele e desidratam o corpo, como alimentos leves e ricos em água, muita fruta, legumes e saladas.

DICAS DE BELEZA

UNHAS

Use óleo de amêndoas, é excelente para hidratar, amaciar e proteger as cutículas e a pele em volta das unhas. Não corte as cutículas, elas protegem as unhas de infecções e micose e aplicar um hidratante nas unhas, deixá-las de molho e depois empurrar as cutículas com uma espátula. O jeito de passar esmalte é começando pelo centro, e depois partir para as laterais da unha. Para aumentar a durabilidade passe uma base incolor antes de aplicar o esmalte final. É preferível passar duas camadas finas do que uma grossa. Nunca use acetona, pois ela resseca as unhas, dê preferência aos removedores de esmalte oleosos.

COSMETICOS

Para seu perfume durar mais, guarde-o em lugar fresco e dentro da caixa, como dentro do guarda-roupa. Nunca exagere na quantidade do perfume. Compre perfumes de qualidade comprovada, evitando os 'alternativos'. Mantenha os cremes longe do sol e da umidade, tudo isso pode estragá-lo, e causar danos a sua pele e cabelos. Antes de usar produtos importados, olhe se sua fórmula pode ser usada em nosso clima tropical. Se o seu batom estiver derretendo, ponha-o na geladeira por alguns minutos. Não misture o shampoo e os condicionadores com água nem coloque pílulas anticoncepcionais, isso só compromete a qualidade do produto! Se a sua pinça estiver perdendo o fio, passe uma lixa de unhas na lamina, isso a afiará. Para não desperdiçar pó facial, não retire o plástico que vem, faça furinhos, e use o produto normalmente.



Expediente - SITIPAN - Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Panificação, Confeitarias, Massas Alimentícias, Biscoitos, Produtos de Cacau, Balas, Doces, Conservas Alimentícias, Carnes e Derivados, Milho, Trigo, Soja, Mandioca, Torrefação e Moagem de Café, Café Solúvel e Rações Balanceadas de Belo Horizonte e Região/MG.
SEDE: Rua Curitiba, 689, 13 andar, Centro, Belo Horizonte - MG - CEP: 30170-120 Site: www.sitipan.com.br - Tel: (31) 3222-0814
SUBSEDE: Avenida Nossa Senhora. do Carmo, 38 sala 201 - Betim - MG - Cep: 32510-340 - Tel (31) 3531-1731



Este jornal foi impresso em papel 100% reciclável. (75% pré-consumo e 25% pós-consumo)