



InfoQuali

nº 1 - Ano 1 - Setembro 2015

NESTA EDIÇÃO



2

DEPOIMENTOS

O dia a dia dos ex-funcionários do IFSC que aderiram ao PIDV

2

MEET ME BETTER!

Mário Setsuo Sakumoto

3

MENOR APRENDIZ

A importância dos servidores mirins no IFSC

3

DICA DO MÊS

A acupuntura para melhora na qualidade de vida

3

XXVIII SIPAT

Saiba o que vai rolar no "Cantinho da saúde"

4

ACONTECEU NO IFSC

Algumas imagens da Oficina de Fotografias

4

MURAL

Classificados IFSC

Depoimentos

VIDA DE APOSENTADO

O ex-funcionário do IFSC Carlos Lemos Ferreira foi um dos nove funcionários do IFSC a aderir ao Programa de Incentivo à Demissão Voluntária da USP, instituído na USP em novembro passado. Tendo optado por finalizar sua carreira no IFSC em fevereiro deste ano, Carlão, como é mais conhecido por seus amigos e colegas, tirou "férias" merecidas.

Sua carreira na USP teve início em 1975

no ICMC, onde atuou em diferentes funções, como na chefia da Seção de Gerenciamento de Projetos e Serviço de Pessoal. 17 anos depois, Carlão veio para o IFSC, e passou pela Oficina de Óptica e pela secretaria do Grupo de Crescimento de Cristais e Materiais Cerâmicos (CCMC), até finalmente "fincar os pés" na Seção de Almoxarifado, que chefiou por quase 12 anos.

Com sua saída do IFSC, Carlão diz que a aposentadoria tem prós e contras. "Muitas pessoas me dizem que tenho tempo livre para fazer o que eu quiser. De fato! Acredito que um dos melhores presentes ao se aposentar é você se tornar senhor absoluto do seu tempo: você faz o que quer, na hora que quer, assume compromissos se você quiser, e isso é muito bom, especialmente para mim, que trabalho desde os 14 anos", conta.

Por outro lado, ele afirma que há perdas, e a primeira delas é sentida "no bolso", sendo que se torna necessário reformular muitos projetos e hábitos de vida. "Além disso, você perde uma identidade que, no Brasil, é muito forte e valorizada: a de ser trabalhador. Se um aposentado não conseguir equacionar muito bem trabalho, tempo e dinheiro, isso pode gerar uma forte perda de identidade e trazer problemas emocionais no futuro", opina.

Por enquanto, Carlão tem lidado bem com o tempo livre que a aposentadoria tem lhe proporcionado. Autodefinido como caseiro, ele conta que, por ter trabalhado durante 54 anos ao todo, faz questão de tirar alguns dias para fazer... nada! Mas, obviamente, traça planos de curto e médio prazo para sua "nova" vida. "Viajar sempre esteve em meu horizonte, até porque me casei com uma pessoa que também gosta muito de viajar! Mas também tenho ocupado meu tempo de outras maneiras, inclusive curtindo minha netinha. Não há nenhum projeto específico em mente, mas é preciso se planejar de alguma forma", afirma.

Em relação ao que ficou para trás, Carlão conta que a convivência no trabalho sempre foi muito boa. "Sempre me dei muito bem com todos aqui, e sempre convivi muito bem com meus colegas de trabalho. Ao sair do IFSC, eu disse a eles o seguinte: 'no dia em que sentirem minha falta, liguem para mim e eu venho até aqui. E, no dia que vocês não me ligarem, virei aqui do mesmo jeito, pois sentirei saudades'", finaliza.



MEET ME BETTER!

Nascido há 60 anos em **Marília (SP)**

Na USP **há 10 anos**, no IFSC **há 10 meses**

Lugar mais bonito que conheceu: **Alpes Suíços**

Lugar que quer muito conhecer: **Índia**

Filme preferido: **"Os sete samurais"** (A. Kurosawa)

Música preferida: **qualquer uma do gênero de rock**

Frase: **"Amanhã é outro dia"**



Mário Setsuo Sakumoto
Técnico para Assuntos Administrativos

Menor Aprendiz

A IMPORTÂNCIA DOS COLABORADORES “MIRINS” NO IFSC

Há mais de 15 anos, o IFSC conta com alguns importantes colaboradores “mirins”: estudantes do ensino médio de escolas públicas de São Carlos, mais conhecidos como “Menores Aprendizes”, encaminhados ao Instituto por ONGs voltadas à preparação de jovens, geralmente carentes, para atuação no mercado de trabalho.

Este ano contando com três aprendizes, um deles, Vitor Elvis Henrique Costa, presta auxílio no Serviço de Expedição da Assistência Administrativa (ATA-IFSC), fazendo a coleta e distribuição de correspondências em todo Instituto, e também auxiliando em algumas tarefas no Arquivo Permanente do IFSC. Hoje com 16 anos, ele divide seu tempo entre trabalho, ficando no IFSC das 9 às 16h30, e estudos, assistindo a aulas no período noturno na E.E. “Álvaro Guião”, das 19 às 23h. “Conciliar trabalho e estudos não é fácil, mas também é preciso saber dividir bem o tempo. Quando tenho provas e trabalhos a fazer, estudo aqui no IFSC mesmo, tanto em meu horário de almoço quanto em alguns momentos em que tenho livre durante o trabalho e sou liberado para essas tarefas”, conta.



Sobre os planos para o futuro, ele diz que pretende fazer o curso técnico de Mecânica Automobilística, oferecido no SENAI de São Carlos. “Gosto muito de carros, e é com isso que pretendo trabalhar”, adianta.

Em relação à importância do projeto “Menor Aprendiz”, a Assistente Administrativa do IFSC Neusa Sorensen afirma que a atuação em parceria é muito importante. “As ONGs preparam esses jovens para o mercado de trabalho e nós, na sequência, admitimos esses jovens, também colaborando na formação e inserção dos mesmos no mercado de trabalho. Enfim, com pequeno investimento o IFSC contribui para o sucesso profissional e pessoal desses adolescentes, registrando mudanças na história de vida de cada um deles”.

DICA DO MÊS

Faça acupuntura uma vez por semana, por apenas meia hora, ouvindo sons da natureza!

A acupuntura (medicina tradicional chinesa) restabelece a harmonia do organismo, equilibrando os cinco elementos presentes em nosso corpo (fogo, terra, metal, água e madeira) e que formam a nossa energia vital. Essa sintonia, ou seja, nem falta nem excesso deles, reduz o estresse e a ansiedade, controla a pressão sanguínea, relaxa o corpo, mente e alma, evita doenças, traz vitalidade. Acredite!

(Neusa Sorensen- Assistente Técnica Administrativa)



Prevenção

CIPA

XXVIII SIPAT

Entre os dias 28/09 e 02/10, acontecerá a 28ª edição da “Semana Interna de Prevenção de Acidentes (SIPAT)”, sendo que cada Unidade do campus oferecerá atividades variadas relacionadas ao tema em questão. No IFSC, a educadora física Marcela Sene Fiorese ministrará a palestra “Exercício físico na prevenção de doenças”. No mesmo local, haverá o já conhecido “Cantinho da Saúde” com aferição de pressão arterial àqueles que desejarem. Participe!

Palestra “Exercício físico na prevenção de doenças”

Dia: 29/09/2015

Hora: 9 horas

Local: auditório “Professor Sérgio Mascarenhas”

SIPAT NO CAMPUS

- **28/09, 14h, PUSP-SC, auditório “Armando Natsume” (Eng. Elétrica):** “Quer melhorar sua qualidade de vida? Comece com sua alimentação”

- **30/09, 9h, ICMC, auditório “Professor Luiz Antonio Favaro”:** “Qualidade de vida no trabalho: segurança, saúde e ergonomia”

- **01/10, 10h, IQSC, auditório 1 do CETEPE:** “Desperdício e aproveitamento total dos alimentos”

- **02/10, 9h, EESC, auditório “Armando Natsume” (Eng. Elétrica):** “Postura errada causa problema na boca?”

Meia hora antes de todas as palestras será servido coffee-break aos participantes

Aconteceu no IFSC

A tarde do último dia 13 de agosto foi diferente para alguns docentes e funcionários do IFSC/USP, que tinham um interesse em comum: saber como utilizar os diversos recursos de suas máquinas fotográficas digitais. Para isso, participaram da "Oficina Básica de Composição Fotográfica", ministrada pelo funcionário Edison Santiago de Almeida. A oficina, uma iniciativa de Comissão Gespública de Qualidade e Produtividade (CGQP-IFSC), teve duração de três horas, e foi dividida em duas partes: a primeira teórica, na qual termos como enquadramento, anatomia da câmera, distância focal, ISO, balanço de branco, velocidade, obturador etc. foram apresentados e detalhados por Edison. Na segunda parte, foi o momento de colocar em prática os conceitos aprendidos. Confira abaixo algumas imagens da Oficina.



Durante o mês de agosto, foi realizada a 5ª edição do **Concurso de Fotografias do IFSC**, cujo resultado foi publicado durante a Semana de Arte e Cultura do IFSC (13 a 20 de setembro). Acesse www.ifsc.usp.br/qualidade/ para visualizar as fotos vencedoras do concurso.

Instituto de Física de São Carlos (IFSC/USP)

Diretor: Prof. Dr. Tito José Bonagamba
Vice-diretor: Prof. Dr. Osvaldo Novais de Oliveira Jr.

Comissão de Qualidade e Produtividade (CGQP- IFSC/USP)

Presidente: Prof. Dr. Alessandro Silva Nascimento
Membros: Ana Paula Plaza Alexandre, Carlos Nazareth Gonçalves, Flávia Oliveira Santos de Sá Lisboa, Kilvia Mayre Farias, Simone Cristina Delgado Possatto e Tatiana Gladcheff Zanon Spina

MURAL

VENDO:
Tênis Mizuno
Wave Enigma 4
(feminino), nº 37.
Preço: a combinar
contato: kilvia@
ifsc.usp.br



VENDO:
Voyage 1.0, modelo
2009/10, cor prata.
Preço a combinar.
contato: joioso@
ifsc.usp.br



**VENDENDO,
COMPRANDO OU
DOANDO ALGO?
ANUNCIE AQUI EM
NOSSO MURAL!**

VOCÊ COMO EDITOR!

Nosso jornalzinho é feito exclusivamente para você, servidor! Por isso, ninguém melhor do que você próprio para escolher os assuntos que aparecerão por aqui. Participe ativamente nos enviando suas sugestões e opiniões a respeito do conteúdo, além de críticas e elogios. Tudo ao e-mail qualisec@ifsc.usp.br