

Distribuição gratuita

revista
atualidades

Ano VIII - n° 95 - Setembro - www.cotripal.com.br



Bullying

Quando a brincadeira fica séria



Adubação de cobertura na lavoura de milho

Segurança doméstica: o combate à umidade

Receita: Coxinha de feijão



Editorial

Por um mundo melhor

É fato que ainda existe muita coisa ruim neste mundo. Mas também é fato que estamos nos tornando cada vez menos tolerantes em relação a isso. Mesmo que ainda grasse a corrupção em alguns ambientes, as injustiças e desigualdades estejam longe de ser banidas da face da Terra, a violência ainda nos espreite e encha de temor a todo momento, estamos nos convencendo de que as coisas não devem ser assim. Apesar dos pesares e ao contrário do que possa parecer, há sinais de amadurecimento moral na Humanidade.

Uma das demonstrações disso é o recente debate sobre *bullying*, a prática repetida e insistente de agressão física ou verbal contra alguém sem qualquer motivo. Até pouco tempo, ninguém se apercebia do mal que o *bullying* causava na vítima e dos seus reflexos funestos na comunidade. Agora, como trata a matéria de capa, o tema ganha destaque, sensibiliza e mobiliza pessoas em busca de combater o que antes, infantilmente, tomávamos por mera brincadeira.

Na mesma linha segue o aprofundamento das discussões sobre educação. Assunto de interesse bem mais antigo, tendo em vista que Platão já o considerava fundamental para uma sociedade desenvolvimentista, hoje estamos chegando a um consenso a respeito da sua importância vital. A partir de uma perspectiva realista e atenta às novas possibilidades concedidas pela tecnologia, o entrevistado do mês, o educador Ricardo Lermen, aponta caminhos e indica o quanto o ato de educar é definidor desde a formação do nosso caráter, passando por nossas atividades cotidianas até as nossas maiores realizações.

Ricardo é presidente de uma cooperativa de educadores, a Coeducars, parceira da Cotripal no Programa Jovem Aprendiz, juntamente com a Ocergs, organização das cooperativas gaúchas. A parceria é fruto de uma vocação nata do cooperativismo: a educação. Inclusive, ao completar 54 anos no dia 21 deste mês de setembro, a Cotripal celebra, dentre tantas conquistas, uma trajetória de investimentos sistemáticos em educação, onde tem contemplado tanto associados, quanto funcionários e comunidade de um modo geral. São diversos projetos e ações, desde o tradicional Cooperativismo nas Escolas, fundado em 1977, hoje sob o título "Eu + você = mundo melhor", até cursos em parceria com o Senar para associados, com o Sescop para colaboradores, e com fornecedores para clientes em geral.

A experiência cooperativista, posta em prática no dia a dia da Cotripal, vem comprovando que por meio de respeito e ajuda mútua, somado a um reconhecimento pragmático do valor da educação, podemos, sim, pensar e trabalhar por um mundo melhor.

Espaço do leitor

Parablenzo toda a equipe responsável pelo belíssimo trabalho desenvolvido pela Revista Atualidades Cotripal. Compartilho com vocês que estou muito feliz por terem publicado, na última edição, uma receita enviada por mim. Recebi muitas ligações de pessoas comentando que a fizeram em casa e que ficou muito saborosa. Obrigada.

Traudi Schmidt de Aguiar, secretária da EMEF Bom Pastor, Panambi

Sugestões e comentários sobre as reportagens podem ser enviadas para o email: jornalismo.revista@cotripal.com.br ou no endereço Departamento de Comunicação e Marketing - Rua Herrmann Meyer, 237 - Centro CEP: 98280-000 Panambi/RS

REVISTA ATUALIDADES COTRIPAL

COTRIPAL AGROPECUÁRIA COOPERATIVA
Rua Herrmann Meyer, 237 - Centro - CEP: 98280-000
Panambi/RS
Fone: (55) 3375-9000 - Fax: (55) 3375-9088
www.cotripal.com.br

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Presidente: Germano Döwich
Vice-Presidente: Dair Jorge Pfeifer
Conselheiros: Germano Becker, Darci Witzke, Elmo Pedro Von Mühlen, Manfredo Adler, Ivo Linassi, Jeferson Fensterseifer, Eliseu Dessbesell, Davi Keller e Delmar Schmidt.

CONSELHO FISCAL

Efetivos: Ari Augusto Schmidt, José Pereira da Costa e Norbert Harry Brönstrup.
Suplentes: Bernardo Ewaldo Lohmann, Arnildo Carlos Markus e Dilson Balke.

EXPEDIENTE

Comunicação e Marketing Cotripal

DESIGN GRÁFICO

Charlei Haas e Valdoir do Amaral

EQUIPE DE REDAÇÃO

Gislaine Windmüller
Juliana Aguiar
Mileni Denardin Portella - Mtb/RS 13916
Tamar Mirella P. Santos - Mtb/RS 13153

REVISÃO

Vinícius Dill Soares

CONTATO

Maiglon Hess - Fone:(55) 3375 9061
Email: rp@cotripal.com.br
Email: jornalismo.revista@cotripal.com.br

IMPRESSÃO

Kunde Indústrias Gráficas Ltda
Tiragem: 6.000 exemplares



Sintonize!

Programa Atualidades Cotripal

Rádio Sorriso FM 103.5

De segunda à sexta 6h10 e 11h45 - Sábado 6h10
Cotações e preços de segunda à sexta 8h20

Rede Colinas FM 88.7

Cotações e preços de segunda à sexta 8h20
Atualidades Cotripal: sábado 8h

Rádio Sulbrasileira AM 1320

Avisos: de segunda à sexta 7h05
Atualidades Cotripal: sábado 11h

comunica@cotripal.com.br



Pecuária

Facilitadora da reprodução

A inseminação artificial é uma das tecnologias mais acessíveis aos produtores. Com baixo custo, possibilita a melhora do rebanho e diminui a transmissão de doenças reprodutivas.

Antigamente, apenas o sistema de monta natural era usado para a reprodução, o que não permitia anotar a data da cobertura e ainda causava maior índice de doenças reprodutivas e perdas com a detecção deaios. Foi após a Segunda Guerra Mundial que a inseminação artificial em bovinos se difundiu, principalmente por questões sanitárias. Produtores com poucas vacas tinham um touro comum, que fazia rodízios nas propriedades – aumentando o risco de contaminação entre os animais. Conseqüentemente, quem saía perdendo era o produtor, já que não conseguia ter total controle do seu rebanho e sofria perdas de produção.

Atualmente, com os avanços tecnológicos e a inseminação artificial, bem consolidada, é possível que o produtor faça todos os controles necessários no seu rebanho. Ele pode escolher o sexo, raça e até mesmo planejar o melhor momento para a inseminação da vaca. Agora é mais fácil ela obter prenhez e diminuiu muito os problemas sanitários.

De acordo com o médico veterinário, mestre e professor da Unicruz (Universidade de Cruz Alta) Luiz Felipe Krueel Borges, alcançar bons resultados em reprodução é uma questão bastante desafiadora. “Existem vários fatores que envolvem o sucesso desta prática, entre eles genética, formas de manejo, nutrição, entre outros. Todos são importantes e devem estar em equilíbrio.”

Neste ponto, quando se fala em eficiência reprodutiva, podemos citar também o melhoramento genético* – em que é possível aperfeiçoar algumas características individuais, seja produção de leite ou carne. “Eficiência reprodutiva é um conjunto de fatores que possibilita à vaca ter um terneiro por ano”, comenta o médico veterinário.

A inseminação artificial aparece, então, como uma ferramenta de ganho genético rápido, controle de doenças e diminuição dos custos. Um touro, em monta natural, tem a capacidade de servir de 25 a 30 fêmeas por temporada. A maioria dos produtores tem vacas de raças e genéticas diferentes em suas propriedades – e se apenas um touro for usado, dificilmente se alcançará o melhoramento esperado. “Com a inseminação, ele pode escolher um touro melhorador para uma determinada característica – seja para correção de úbere, de aprumos ou longevidade. E existem maneiras, com o uso das tecnologias, de melhorar a genética mais rapidamente de um rebanho. A escolha do reprodutor vai ser baseada na vaca e nas suas características”, lembra Luiz Felipe.

Quando se trabalha com inseminação, os resultados em vacas de leite são variados – dependendo da época do ano em que for feita. Normalmente no verão, por estresse térmico, eles são piores. Quando há temperatura de conforto e boa oferta alimentar, como no inverno, serão melhores.

Além disso, há algum tempo, o método de IATF (Inseminação Artificial em Tempo Fixo) se tornou uma boa opção para os pecuaristas. Com isso, é possível controlar o ciclo da vaca, utilizando aplicações hormonais. “Na verdade, o produtor ‘programa’ as vacas da propriedade. Ele vai escolher o momento em que ela entra no cio para ser inseminada, determinando, assim, o período de ovulação. Esse método é um facilitador”, conta o professor. A vantagem da IATF é permitir que mais animais sejam inseminados em um mesmo momento – concentra mão de obra e manejo e facilita a utilização da inseminação artificial.

Vantagens da inseminação:

- Permite o controle da transmissão de doenças entre o touro e a vaca
- Propicia o melhoramento genético
- Possibilita o cruzamento de raças
- Melhora o controle zootécnico do rebanho
- Padroniza o rebanho, facilitando a venda de lotes – interessante para gado de corte
- Reduz a dificuldade de partos
- Previne acidentes, que podem acontecer com uma vaca ou novilha quando o touro é muito grande
- Torna possível o nascimento de crias mesmo após a morte do reprodutor

* Na Revista Atualidades de agosto, você pode conferir matéria sobre melhoramento genético.



João Carlos Pires
Supervisor comercial
adrim.comercial@cotripal.com.br

Soja

O preço da soja na Bolsa de Chicago oscilou fortemente, cotado entre U\$ 12,93 e U\$ 14,49 o *bushel*.

Os fatores que influenciaram negativamente as cotações ocorreram no início do mês, devido às incertezas sobre a economia europeia e norte-americana.

Já pelo lado positivo, a partir da metade do mês, as cotações subiram fortemente. Isso porque houve um menor risco no mercado financeiro e clima seco nas lavouras dos Estados Unidos, o que acarretou diminuição na produtividade e, conseqüentemente, menores estoques.

No mercado interno, a queda nos prêmios de exportação e o aumento no custo do transporte limitaram uma alta maior.

Os preços pagos ao produtor subiram de R\$ 41 para R\$ 45 a saca.

Milho

O mercado gaúcho de milho ficou praticamente inalterado durante o mês de agosto.

A quebra da safrinha no Paraná, ocasionada por geadas e seca, deve diminuir a oferta de milho naquela região, em aproximadamente, 2,4 milhões de toneladas.

Também as intempéries afetaram a qualidade de parte da safrinha, que apresentou maior percentual de grãos ardidos.

O Rio Grande do Sul, com pouco volume em estoque e o saldo restante não sendo comercializado pelo produtor, reduziu a oferta do grão neste período.

As altas ocorridas na Bolsa de Chicago ainda não são suficientes para o mercado exportador competir com o interno.

O preço pago ao produtor ficou estável em R\$ 25,50 a saca.

Trigo

O trigo, durante o mês de agosto, teve poucos negócios, visto que o volume na mão dos vendedores estava baixo.

Neste mês, o que comandou o mercado foram os leilões realizados pela Conab dos estoques públicos de trigo.

A redução nos preços do trigo pão, ofertado nos leilões, está pressionando o mercado.

No Paraná, teve início a colheita do trigo, que apresentou alguns problemas na qualidade do grão, devido à ocorrência de geadas e também pelo excesso de chuva, com parte da safra sendo destinada para ração.

O preço pago ao produtor foi de R\$ 24 a saca.

Dólar

A cotação do dólar oscilou entre R\$ 1,562 e R\$ 1,617.

No âmbito externo, as incertezas sobre a economia mundial ajudaram na desvalorização do dólar frente a outras moedas. Questionamentos sobre qual será o crescimento da economia, principalmente das nações desenvolvidas, e ajustes dos déficits públicos de alguns países europeus são preocupações que afetam as cotações do dólar.

No cenário interno, as novas ferramentas de controle e aumento na taxa IOF sobre investimento estrangeiro em aplicações financeiras fortaleceram a cotação do dólar. Com maior poder do CMN – Conselho Monetário Nacional, a moeda norte-americana subiu de patamar, girando na segunda quinzena do mês ao redor de R\$ 1,60.

Leite & Mercado


Clima deixa preços estáveis

Como já estava previsto, o preço pago ao produtor pelo leite entregue em julho teve uma pequena baixa. Isso porque as pastagens não se recuperaram a tempo – devido ao grande volume de chuvas –, deixando a produção também abaixo do esperado. Para o próximo mês, o preço tende a permanecer estável.

Tradicionalmente, no inverno, há aumento de produção, já que o clima é propício e existe oferta alimentar em grande quantidade. Porém, as chuvas e as geadas deste ano prejudicaram as pastagens, impedindo que elas se desenvolvessem como o desejado.



MAIS VAGENS E GRÃOS
Opera®



MAIS FOLHAS
Comet®



MAIS RAÍZES
Standak® Top

SUA SOJA TURBINADA,
DO PLANTIO À COLHEITA.

Ag celene

Você pode mais. Sua lavoura pode mais.

www.sojaturbinada.basf.com.br

☎ 0800 0192 500

ATENÇÃO Este produto é perigoso à saúde humana, animal e ao meio ambiente. Leia atentamente e siga rigorosamente as instruções contidas no rótulo, na bula e na receita. Utilize sempre os equipamentos de proteção individual. Nunca permita a utilização do produto por menores de idade.

CONSULTE SEMPRE UM
ENGENHEIRO AGRÔNOMO.
VENDA SOB RECEITUÁRIO
AGRONÔMICO.



Aplique somente as doses recomendadas. Descarte corretamente as embalagens e restos de produtos. Inclua outros métodos de controle de doenças/pragas/plantas infestantes (ex.: controle cultural, biológico etc) dentro do programa do Manejo Integrado de Pragas (MIP) quando disponíveis e apropriados. Para maiores informações referentes às recomendações de uso do produto e ao descarte correto de embalagens, leia atentamente o rótulo, a bula e o receituário agrônomo do produto. Restrições no Estado do Paraná: Opera® não liberado para os alvos *Colletotrichum truncatum* e *Rhizoctonia solani* na cultura da soja. Aplicação sequencial dos produtos se coincidir a época de aplicação. Produtos registrados no Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento sob os seguintes números: Standak® Top nº 01209, Comet® nº 08801 e Opera® nº 08601.

Sistema AgCelence Soja



Foto: Luana Trevisol

A educação é base para o desenvolvimento humano

Há cerca de 400 anos, na Europa, o grande educador e pedagogo Jan Amos Komenský transmitia seus ensinamentos a partir de práticas cotidianas. Ele acreditava que o homem fora criado à imagem de Deus e poderia desenvolver o potencial de sua natureza humana se fosse devidamente educado. Desse modo, a educação não poderia se limitar à capacitação técnica, mas abrangeria todas as dimensões da vida de uma pessoa. Para aprofundar este tema, a revista Atualidades convidou o diretor presidente da Coeducars (Cooperativa dos Profissionais em Educação do Rio Grande do Sul), Ricardo Lermen.

O mundo passa por várias mudanças como a popularização da internet e da educação a distância. Como o ato de educar é afetado por isso? As tecnologias na educação estão passando por processos de aprimoramento e integração, tornando-se cada vez mais audiovisuais, acessíveis e abrangentes. Elas facilitam o acesso à informação a qualquer momento, de qualquer lugar, a custos progressivamente menores. Por isso, conceitos de presença e distância se alteram muito e as maneiras de ensinar e aprender também. Como a educação será cada vez mais importante para a mudança da sociedade, a tendência é que as modalidades de cursos sejam extremamente variadas, flexíveis e “customizadas”. No futuro, não se falará em cursos presenciais e a distância, eles serão extremamente flexíveis tanto no tempo, como no espaço. Neste cenário, o aprendizado tenderá a desfocar o professor para incorporar o conceito de cooperação, onde todos aprendem juntos – é a inteligência coletiva, com múltiplas fontes de informação. A educação continuará na escola, mas se estenderá a todos os espaços sociais, principalmente aos organizacionais. As corporações, pressionadas pela competição e pela necessidade de atualização constante, cada vez mais se transformarão em locais de aprendizagem e investirão no e-learning, aprendizagem mediada por tecnologias telemáticas que reúnem os recursos das telecomunicações como telefonia, satélite, cabo, fibra óptica, etc.

Você, que é educador, como vê o papel da educação na vida das pessoas? A educação será sempre o grande potencializador de todo e qualquer desenvolvimento humano. O progresso de uma sociedade, necessariamente, depende da qualidade da educação que seus integrantes recebem. Por isso, ela deve ganhar a maior dedicação possível por parte dos gestores. É quanto antes o educando se apercebe disso e se dedica a sua própria educação, tanto antes se dará sua evolução como ser humano, desenvolvendo competências técnicas, intelectuais, emocionais e éticas.

Até que ponto o “aprender na escola” se aproxima do “aprender na vida”? Como isso pode melhorar? O “aprender na escola” sempre vai passar pelas mãos do facilitador, o professor, pois o educador é o grande maestro da educação. Ele deve aproximar os saberes cotidianos dos acadêmicos e ensinar o aluno a dar sentido ao que aprende e a fazer com que haja sentido no que está ensinado. Conectando o saber acadêmico com a bagagem que cada um traz consigo, aí sim poderemos acreditar que haja de fato tal aproximação. Acredito que uma boa aprendizagem passa pela conexão do teórico com o prático, para consolidação do aprendizado.

Podemos afirmar que a educação consegue modificar os seres humanos e melhorar a sociedade, tornando o mundo um lugar melhor, com mais respeito e cooperação? A educação é um fator potencializador para a transformação de cada um de nós e da sociedade, mas não podemos, nem devemos, acreditar que é tudo, porque muito vai depender da nossa vontade, do querer fazer a diferença para nós mesmos e para o coletivo. A educação é o pano de fundo para toda e qualquer transformação. Se o que nos diferencia dos animais é a nossa capacidade de raciocínio, nossa habilidade de comunicação por meio das diversas linguagens e nosso potencial para construir instrumentos e tecnologias que qualificam as vidas, então é a educação que faz de nós, humanos. O artigo 205 da Constituição Federal estabelece: “A educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho”. Ora, sendo assim, fica evidente que ética, autonomia, responsabili-

de e respeito somente podem ser cultivados entre nós e nossos filhos por meio da educação. Apenas por ela é possível canalizar toda energia da juventude para ações positivas, distanciando-a dos vícios e da violência. É a educação que tornará os jovens capazes de transformar o mundo em que vivemos em um ambiente com mais respeito, ética e cooperação.

O Programa Jovem Aprendiz pode ser incluído nesta busca de melhorias na vida das pessoas? Acredito piamente nisso. Tenho apegado aos quatro ventos que o Programa Jovem Aprendiz é o projeto mais completo em que já trabalhei. O Programa do Sescop/RS, que é executado pela Coeducars em parceria com a Cotripal, em Panambi, alia teoria e prática, forma ideal de construir um bom aprendizado. Os conceitos de ética e cooperação são fortemente trabalhados. O simples fato de propiciar aos jovens que participam do programa uma oportunidade de inclusão no mercado de trabalho com qualificação e renda, já os coloca em um patamar almejado por muitos da mesma faixa etária. Este fator resulta em importante crescimento não só profissional, como contribui para uma boa formação como ser humano.

Qual a importância do Programa Jovem Aprendiz para a sociedade? O Programa Jovem Aprendiz tem como objetivo principal qualificar jovens, preparando-os para o mercado de trabalho. Assim, eles podem desempenhar atividades profissionais e ter capacidade de discernimento para lidar com diferentes situações no universo corporativo. Tenho plena convicção de que este programa é um importante marco na formação em cooperativismo. Hoje, são mais de mil jovens gaúchos formados a cada ano nesta área. Acredito que é o programa mais adequado às comunidades do interior gaúcho, pois ele propicia que o jovem permaneça em sua região. As cooperativas são instituições que têm em sua natureza de constituição e funcionamento o retorno de suas atividades voltadas para as comunidades onde estão inseridas. Assim sendo, os jovens são capacitados, visando dar retorno para sua cooperativa e para sua comunidade, obtendo como resultado o desenvolvimento da sociedade.

“O progresso de uma sociedade, necessariamente, depende da qualidade da educação que seus integrantes recebem.”

Quais os desafios para a educação no Brasil? Uma recente pesquisa da OCDE (Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico) mostrou que o Brasil está entre os três países que mais evoluíram na educação, na última década. Em um primeiro momento, podemos achar que a educação no Brasil vai bem. Mas se verificarmos o ranking mundial, veremos que estamos no 53º lugar geral, num total de 65 países. O principal desafio da educação brasileira é eliminar as profundas desigualdades que existem na formação dos educandos. Enquanto encontramos ilhas de excelência na educação, ainda há mais de 680 mil crianças, entre sete e 14 anos, fora das classes escolares. É preciso melhorar a infraestrutura, pois 51% das escolas não são abastecidas pela rede pública de água, 14% não dispõem de energia elétrica e 6,6% não têm sanitários. A grande maioria – 80% – não possui biblioteca ou sala de leitura, computador – 75,8% – e muito menos acesso à internet – 89,2% –. Acredito que o primeiro passo seja definirmos melhores políticas públicas para o ensino brasileiro. Nenhum país de alto desempenho educacional paga aos seus professores um salário menor do que a média das outras profissões de nível superior. No Brasil, o salário do professor é 40% menor. Muitos dos países desenvolvidos já perceberam que a qualidade de educação de sua população resulta em desenvolvimento irreversível para a nação. Quanto antes o Brasil entender isso e colocar em prática as melhorias necessárias, tanto antes poderá atingir o patamar de nação de primeiro mundo. Precisamos formar seres humanos para o presente e para o futuro, seres nos quais qualquer pessoa possa confiar e respeitar.

Aprovação do Código Florestal é uma das prioridades de Mendes Ribeiro Filho

Ao tomar posse no dia 23 de agosto, no Ministério da Agricultura, Mendes Ribeiro Filho pretende aperfeiçoar a gestão em uma pasta suspeita de inúmeras irregularidades. Uma de suas prioridades será aprovar o Código Florestal, em discussão no Senado. Com a experiência de quem foi líder do governo no Congresso, Mendes quer conduzir um acordo político que permita a aprovação sem repetir a polêmica votação do projeto na Câmara. Para tanto, o ministro conta com o apoio da senadora Kátia Abreu.

Por determinação da presidente Dilma Rousseff, ele irá conduzir mudanças em postos-chave do ministério e na Companhia Nacional de Abastecimento (Conab).

Em conversa mantida com o ex-ministro Marcus Vinicius Pratini de Moraes, Mendes recebeu indicações de servidores de carreira da pasta, com aptidões técnicas para ocupar secretarias estratégicas.

Fonte: www.zerohora.com.br

Novo diretor da FAO defende maior participação do Brasil no combate mundial à fome

O Brasil é visto no mundo como um modelo de sucesso no combate à fome, disse o novo diretor-geral da Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), o brasileiro José Graziano. Ministro extraordinário de Segurança Alimentar e Combate à Fome durante o governo de Luiz Inácio Lula da Silva, Graziano ressaltou, no entanto, que o país precisa institucionalizar algumas ações para corresponder às expectativas das demais nações.

O novo diretor-geral da FAO, que assumirá o cargo a partir de janeiro de 2012, esteve reunido com a presidente Dilma Rousseff. Segundo Graziano, ela anotou algumas propostas para que o Brasil ocupe o papel que se espera dele no combate à fome em todo o mundo. "O país precisa reforçar a institucionalidade externa de uma série de órgãos", disse Graziano.

Graziano citou o exemplo da Embrapa (Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária), que já atua na África, oferecendo assistência técnica na área

agropecuária. Entretanto, acrescentou, a estatal brasileira precisa ampliar sua participação no continente africano.

Em relação aos aumentos acentuados dos preços dos alimentos, Graziano disse que são, em grande parte, resultado de especulações. Para combater esse problema, ele considera fundamental uma maior transparência sobre a quantidade dos estoques mundiais e aperfeiçoamento dos dados estatísticos.

A África, continente mais afetado pela fome no mundo, sofre, de acordo com Graziano, com a "falta de mecanismos operativos" da FAO para atingir efetivamente o problema. Durante a campanha para a direção da FAO, Graziano defendeu a desburocratização da entidade, dando mais autonomia aos escritórios regionais, a fim de que possam agir rapidamente.

Fonte: www.agenciabrasil.etc.com.br

Produção brasileira de grãos deve crescer 6% em 2011/2012

A produção brasileira de cereais e oleaginosas deverá totalizar 165,583 milhões de toneladas na temporada 2011/2012, crescendo 6% sobre o total colhido no ano passado, de 156,180 milhões de toneladas. A projeção faz parte do mais recente levantamento de Safras & Mercado.

A Safras projeta um aumento de 11% na produção de cereais, somando 87,373 milhões de toneladas, contra 78,796 milhões da temporada anterior. Destaque para o crescimento de 16% na safra de milho e de 5% na produção de trigo. A safra de arroz deverá recuar 2%, mesmo percentual de queda esperado para o feijão.

Para as oleaginosas, o aumento projetado é de 1%, com a produção pulando de 77,384 milhões para 78,210 milhões de toneladas. O destaque é o aumento de 1% na safra de soja, que totalizaria 75,240 milhões de toneladas.

Fonte: www.safras.com.br

Produzir no Brasil está cada vez mais caro, afirma Fiesp

O presidente do Conselho Superior de Comércio Exterior da Fiesp (Federação das Indústrias do Estado de São Paulo), Rubens Barbosa, afirmou que o país não está reduzindo o chamado custo Brasil. Ao contrário, disse, produzir no país está cada vez mais caro.

"O Brasil está se tornando caro

e os empresários locais e de fora enfrentam esse encarecimento da produção. Apesar do discurso oficial de tentar reduzir o Custo Brasil, novos custos estão sendo criados", disse Barbosa durante o Enaex (Encontro Nacional de Comércio Exterior), no Rio.

Ele citou como exemplo a nova legislação para seguro e resseguro. Segundo Barbosa, a nova lei vai encarecer os custos para empresa em grandes obras. Ele mencionou também as discussões sobre o aviso prévio.

Sobre o plano Brasil Maior, lançado recentemente, Barbosa disse que as medidas são corretas, mas ressaltou que é apenas o primeiro passo e que é preciso esperar a sua implementação para avaliar os resultados. Ele afirmou ainda que a Fiesp está fazendo um esforço para ampliar o número de setores beneficiados pela desoneração da folha salarial. Inicialmente, apenas as indústrias de confecções, móveis, calçados e softwares foram incluídas.

Barbosa externou preocupação com o tempo necessário para que a desoneração entre em vigor. "As reduções dos impostos sobre manufaturas são importantes, mas necessitam de regulamentação e não vai ser simples, conhecendo a burocracia brasileira", disse.

Protecionismo

O presidente do Conselho Superior de Comércio Exterior da Fiesp cobrou uma atuação mais firme do governo no combate a práticas desleais e protecionistas de outros países nas relações comerciais com o Brasil.

Ele pediu a ampliação de salvaguardas provisórias contra a China e reações a "medidas protecionistas" adotadas pelo governo argentino. Também cobrou a atuação do governo para buscar coibir a triangulação de produtos asiáticos por meio de países do Mercosul. "Não há reação mais forte do governo brasileiro", disse.

Barbosa ressaltou ainda que o Brasil precisa encarar a necessidade da realização de reformas. "Todos sabemos que, para a melhoria da competitividade devemos aprovar reformas que estão há mais de dez anos no Congresso. Muitos poderão dizer que é ingenuidade, mas é o que é preciso", disse, mencionando as reformas tributária, trabalhista, da previdência e política.

Fonte: www.ae.com.br



COTRIPAL AGROPECUÁRIA COOPERATIVA
EDITAL DE CONVOCAÇÃO
ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA
1ª, 2ª e 3ª Convocação

De acordo com as atribuições que me confere o artigo 55, alínea “c”, do Estatuto Social, CONVOCO os associados da Cotripal Agropecuária Cooperativa, que conta em seu quadro social com 3.372 associados, para a Assembleia Geral Extraordinária, a realizar-se dia 21 de setembro de 2011, às 8 horas, em primeira convocação, com a presença de 2/3 dos associados em condições de votar; ou às 9 horas, em segunda convocação, com a metade e mais um dos associados em condições de votar; ou às 10 horas, em terceira e última convocação, com a presença de no mínimo 10 (dez) associados em condições de votar, na sede da Associação dos Funcionários da Cotripal - Afucopal, localizada na rua Henrique Baal, 695, município de Panambi - RS, com a seguinte ordem do dia:

1. Reforma do Estatuto.

Panambi/RS, 26 de agosto de 2011

Germano Döwich

Presidente

Com o residual
de Connect, os percevejos
vão passar um tempão
fora da sua lavoura.



CONNECT®



Maior residual. Menor custo por dia de controle.

Lucros se conquistam com o tempo, inclusive o tempo que dura o seu inseticida. Pensando nisso, a Bayer CropScience desenvolveu Connect, que possui melhor residual contra o percevejo-marrom, o percevejo-da-soja e o percevejo-pequeno. Além de ser eficaz no momento da aplicação, Connect permanece protegendo a soja por mais dias que os outros inseticidas. Entre uma aplicação e outra, mais proteção para a sua lavoura, mais economia para você.

Connect – Eficácia não é nada sem residual.

ATENÇÃO Este produto é perigoso à saúde humana, animal e ao meio ambiente. Leia atentamente e siga rigorosamente as instruções contidas no rótulo, na bula e receita. Utilize sempre os equipamentos de proteção individual. Nunca permita a utilização do produto por menores de idade.

**CONSULTE SEMPRE UM
ENGENHEIRO AGRÔNOMO.
VENDA SOB RECEITUÁRIO
AGRONÔMICO**



Faça o Manejo Integrado de Pragas.
Descarte corretamente as embalagens e restos de produtos.
Uso exclusivamente agrícola.



Bayer CropScience
Se é Bayer, é bom.



Denio Oerlecke
Supervisor do Departamento
Técnico Agrônomo
sdetec@cotripal.com.br

Direto do campo

por Denio Oerlecke

Excesso de chuvas propicia o aparecimento de doenças e afeta o desenvolvimento do trigo

No ano passado, o mês de agosto foi marcado pela falta de chuvas. Desta vez, o excesso delas prejudicou o desenvolvimento do trigo. A alta umidade propiciou que as doenças fúngicas aparecessem com mais facilidade.

Mesmo com o controle preventivo feito pelos associados, observamos que as doenças apareceram em quase todas as lavouras, principalmente naquelas onde foi plantado trigo sobre trigo. A mancha foliar foi a que mais se disseminou, preocupando os produtores. A ferrugem também apareceu, mas em menor escala. A aplicação de fungicidas dentro do período esperado conseguiu controlar as doenças.

O sol esteve encoberto na maioria do mês, o que dificultou o desenvolvimento do trigo. As plantas precisam de luminosidade para se desenvolver, mas, em agosto, os dias nublados limitaram o seu crescimento.

Em 29 de agosto, houve também formação de geada. Felizmente, ela foi fraca e atingiu poucas lavouras.

Em setembro, o agricultor deve concentrar suas atividades na segunda ou terceira aplicação de fungicida, assim que o clima permitir. As informações da meteorologia indicam que haverá calor, o que permite o

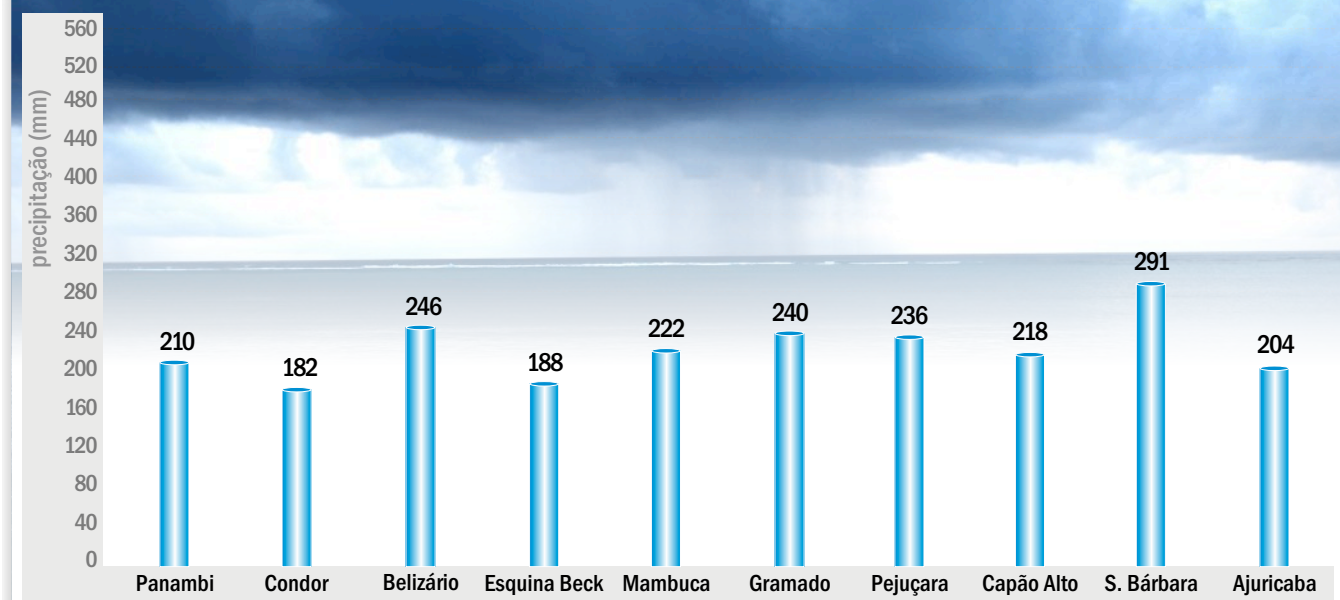
desenvolvimento das doenças e também o aparecimento do pulgão. O momento exige atenção do produtor.

Durante o mês de agosto, vários associados encaminharam os projetos de financiamento para custeio das lavouras de soja, trabalho que deve se prolongar até setembro. Foi marcante neste mês também o encaminhamento de muitas análises de solo para os laboratórios. Devido ao acúmulo de análises – pois todo o estado deixou para fazê-las agora – os resultados demoraram um pouco para chegar até o produtor, atrasando, em alguns casos, o envio dos projetos. Isso serve de alerta para que no próximo ano a amostragem seja feita mais cedo – logo após a colheita da soja.

A canola, cultura que alguns produtores, principalmente de Condor, investiram neste ano, encontra-se na fase de enchimento de grãos. Visualmente, há um bom potencial de produtividade.

Agora também é o momento de iniciar o plantio do milho. Nos últimos anos e com os estudos do Campo Experimental, observamos que o plantio do milho mais cedo tem dado bons resultados e a nossa indicação é que ele seja feito até o dia 20 de setembro.

Ocorrência de chuvas/agosto



Adubação de cobertura na lavoura de milho é fundamental para alcançar bons resultados

Uso de nitrogênio em cobertura é indispensável para garantir alta produtividade na cultura de milho

A adubação de cobertura é indispensável para o bom desenvolvimento do milho. O produtor que se preocupa com o rendimento de sua lavoura precisa ter em mente que a fertilização com nitrogênio é fundamental neste sentido. Segundo o engenheiro agrônomo da Cotripal Denio Oerlecke, com este tipo de manejo, quando bem conduzido, e aliado ao clima, a produtividade pode aumentar bastante. “Problemas de deficiência de nitrogênio limitam a produção de milho, por isso a adubação é essencial, não dá para imaginar uma excelente safra sem o uso de nitrogênio.”

Um exemplo de resultados positivos com estas práticas pode ser observado nos Estados Unidos. Eles atingem altas produtividades no milho, no entanto, investem pesado na adubação de cobertura. Denio diz: “Claro que a realidade deles é bem diferente da nossa, mas se compararmos o uso deste nutriente no Brasil e nos EUA, o nosso país utiliza doses mais baixas.” Contudo, nos últimos anos, os produtores da região de abrangência da Cotripal têm conseguido melhoras significativas

nas lavouras e, com isso, estão se aproximando dos resultados americanos.

Porém, o produtor deve saber que no mercado de fertilizantes existem diversos produtos a base de nitrogênio. A análise que precisa ser feita é a da viabilidade econômica. O Detec sugere o uso de ureia, pois ela apresenta melhor custo/benefício. Além disso, estudos realizados no Campo Experimental da Cotripal mostraram que não há diferença nos resultados finais que justifiquem outro fertilizante.

Já quando o assunto é quantidade de aplicação da ureia, pode-se dizer que elas variam um pouco, dependendo do quanto o produtor irá investir. “Quem vai utilizar quantidade superior a 200 kg/ha de ureia, recomendamos parcelar em duas etapas, para um melhor aproveitamento”, explica Denio.

A época de aplicação do fertilizante nitrogenado também tem grande influência no aproveitamento pelo milho. Por isso, para a aplicação única, o momento correto é quando a planta apresenta seis folhas expandidas. Para quem vai fazer duas vezes, a primeira deve ser quando o milho estiver com 4-6

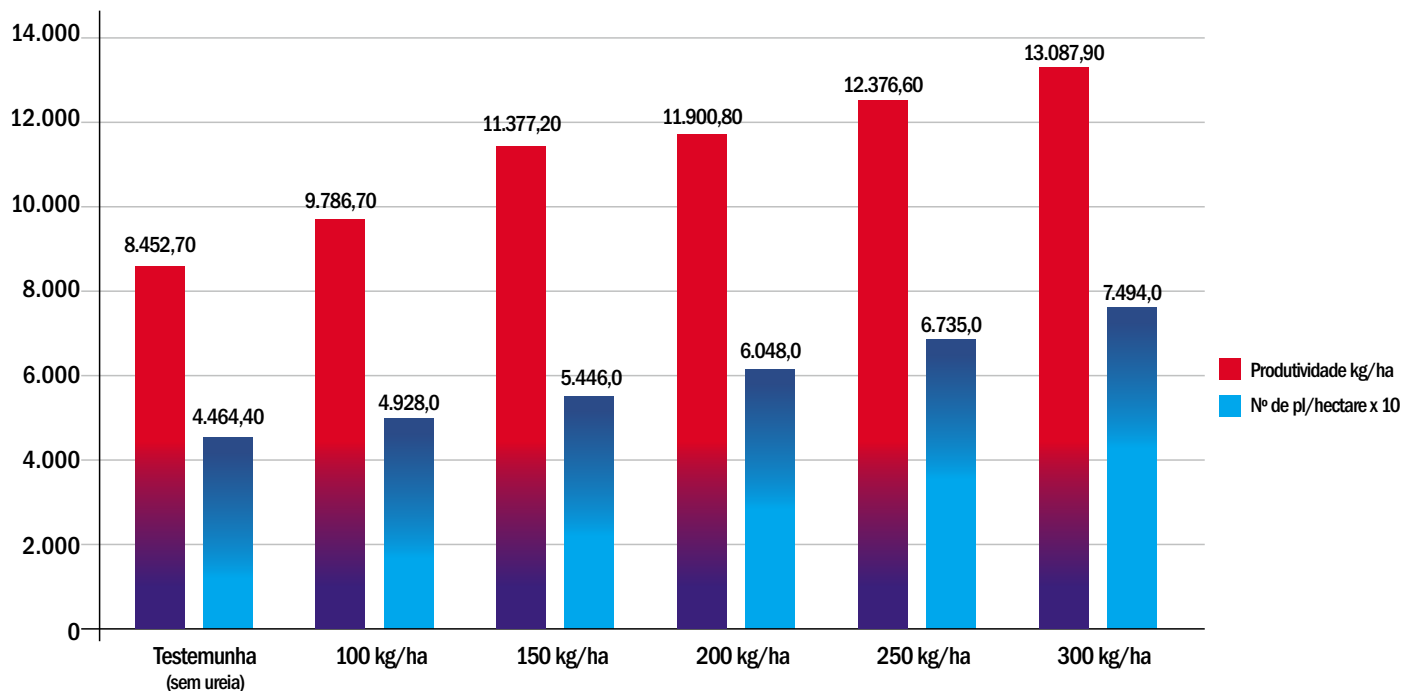
folhas expandidas e a segunda com 8-10 folhas.

Para finalizar, Denio lembra que o clima também é fator relevante para a lavoura e pode gerar aumento ou queda no número de sacos por hectare. “Mas como isso não está em nossas mãos, vamos fazer o que nos cabe, nutrindo bem a cultura para que ela possa expressar seu máximo potencial.”

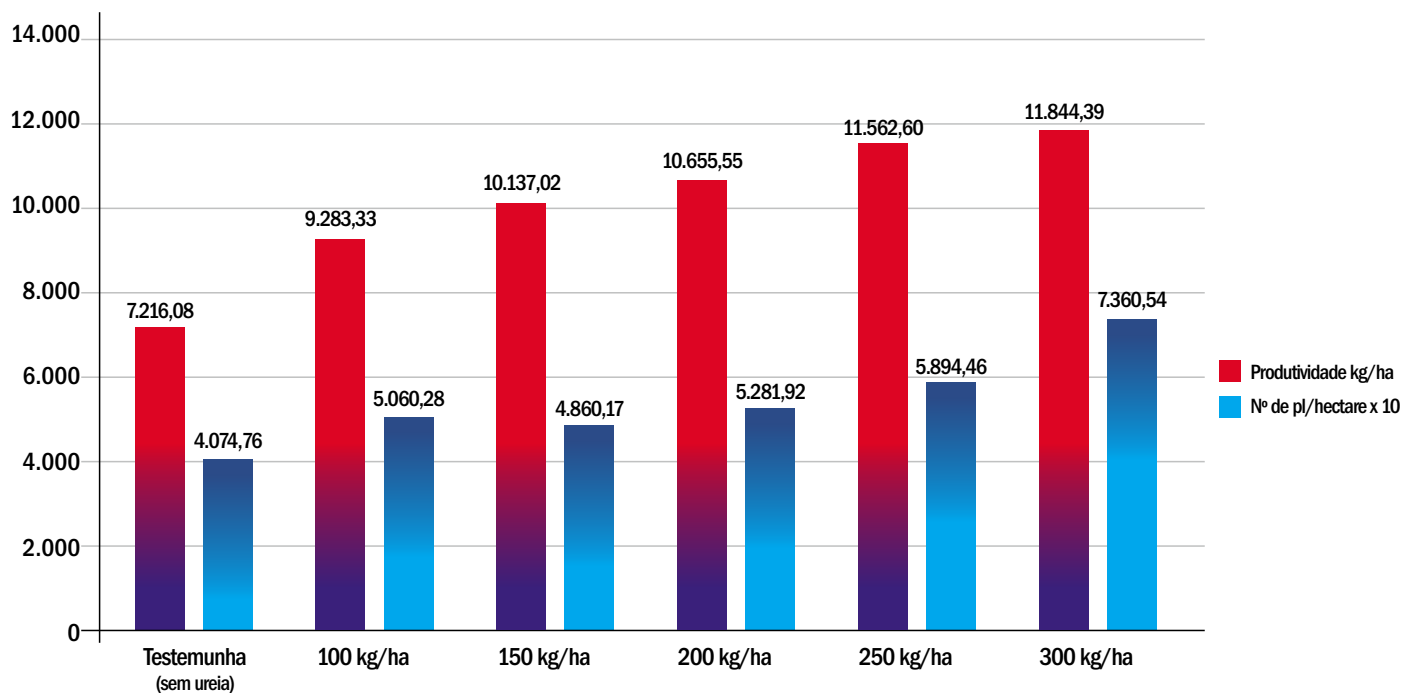
Ao lado, os dois gráficos apresentam resultados de estudos, com aplicação de ureia, feitos no Campo Experimental. Neles, é possível verificar a variação nas doses do fertilizante, bem como a população de plantas por hectare. Observa-se que nos dois anos do experimento, o aumento de ureia resultou em maiores produtividades. Este resultado tem correlação direta com o aumento do número de plantas. Portanto, conclui-se que, quando o produtor optar por usar mais ureia, ele deve pensar também no aumento de população, para um melhor resultado. Em uma lavoura com baixa população, certamente o aumento da ureia não terá a mesma resposta.

Avaliação de diferentes doses de ureia e diferentes populações de plantio na cultura do milho

Safra 2009/2010



Safra 2010/2011



(O número de plantas por hectare apresentadas nas colunas deve ser multiplicado por 10)

Lavouras de trigo sem pragas possibilitam produtividade alta

Com o manejo correto das principais pragas do trigo, o resultado final da lavoura é bem melhor

Todo produtor sabe que pragas aparecem nas lavouras, por isso, há necessidade de manejar adequadamente estes insetos. A falta de cuidados prejudica a produtividade e acarreta grandes perdas na rentabilidade. Porém, nesta safra, o controle está se mostrando eficiente.

Na fase inicial do trigo, o coró apareceu, mas com uma população menor que nos últimos anos. Segundo o pesquisador Mauro Tadeu Braga da Silva, isso se deve ao clima. “A chuva, um pouco acima da média, auxiliou no controle dos corós. Com o solo encharcado, os fungos – naturalmente presentes na terra – fizeram o controle das larvas desta praga.” Entretanto, a maneira mais fácil de combater o coró é através do tratamento de sementes.

O pulgão foi mais um inseto que diminuiu sua presença nas lavouras, em consequência da umidade acentuada, principalmente no mês de julho. No entanto, ele é facilmente controlado com aplicação de inseticidas, via pulverização da parte aérea de plantas.

Já no segundo estágio das lavouras, o produtor precisou ficar atento a percevejos e lagartas, que apareceram em agosto e seguem presentes no mês de setembro. “Historicamente, quando há muito frio no inverno, a tendência é de primavera e verão mais

quentes, por isso, essas duas pragas precisam de atenção. Afinal, neste cenário elas aumentam sua população e podem gerar infestações maiores”, explica Mauro.

A forma de combater qualquer praga, em primeiro lugar, passa por fazer vistoria na lavoura. “Quando digo vistoriar, falo em acompanhar todo o processo. Não apenas examinar a lavoura na fase reprodutiva”, alerta o pesquisador. Isto porque existem várias espécies e elas atacam as mais diversas fases da cultura. Mauro também diz que o melhor momento para aplicar os inseticidas é no começo da infestação. “No período inicial, as populações dos insetos ainda são pequenas e isso favorece a ação dos produtos.”

O percevejo aparece, normalmente, após o emborrachamento, mas permanece na cultura até o grão leitoso. Sem combater, as perdas em produtividade podem ser grandes. O nível de infestação deve ser avaliado por meio de inspeções semanais da lavoura, em lugares aleatórios. A lagarta, por sua vez, causa mais danos do espigamento até a maturação. O melhor controle é o preventivo com uso de produtos fisiológicos.

“Para cada praga existe um meio de controle, que deve ser feito da maneira correta e no momento certo, para assim a lavoura atingir o resultado pretendido”, expõe Mauro.





Percevejo-barriga-verde merece atenção

Pesquisadores registraram infestações do percevejo-barriga-verde no Rio Grande do Sul. O crescimento das populações e dos danos em trigo desta praga já preocupa, há vários anos, produtores das regiões oeste e norte do Paraná. No entanto, o aparecimento do percevejo-barriga-verde no estado é atípico, devido à condição climática. Segundo Mauro, tradicionalmente ele vive em locais mais quentes. Mas, ao que tudo indica, uma nova espécie está se adaptando muito bem às temperaturas baixas.

Outra situação que favorece sua permanência por aqui é a presença de palhada, por causa do Sistema de Plantio Direto na Palha. “Com isso, ele se mantém na lavoura, hibernando embaixo da palhada, em vez de migrar para cascas de árvore ou para dentro das casas”, esclarece Mauro.

Ainda de acordo com o pesquisador, estudos com o percevejo-barriga-verde advertem que, se houver aumento significativo da população nas lavouras, o dano será imenso. “Tudo indica que nos próximos anos esta seja uma preocupação a mais nas lavouras.”

Em regiões e anos que favorecem maior ocorrência de pragas, deve-se adotar um manejo específico, tal como o uso de inseticidas:

- Na dessecação
- Em tratamento de sementes
- Em aplicações foliares

A hora certa de monitorar as pragas:

- Antes e após a semeadura
- Durante o desenvolvimento das culturas

Mais

economia e proteção,
para sua soja ficar
sempre em alta.



TALSTAR®

100 EC

- Excelente controle de lagartas e percevejos
- Ação prolongada
- Melhor relação custo-benefício
- Evita o desequilíbrio de ácaros

TALSTAR. EXTRAPROTEÇÃO, ECONOMIA EXTRA.



ATENÇÃO

Este produto é perigoso à saúde humana, animal e ao meio ambiente. Leia atentamente e siga rigorosamente as instruções contidas no rótulo, na bula e receita. Utilize sempre os equipamentos de proteção individual. Nunca permita a utilização do produto por menores de idade. Faça o Manejo Integrado de Pragas. Descarte corretamente as embalagens e restos de produtos. Use exclusivamente agrícola.

CONSULTE SEMPRE UM ENGENHEIRO AGRÔNOMO. VENDA SOB RECEITUÁRIO AGRÔNOMICO.



fmcagricola.com.br

FMC

Fazendo Mais pelo Campo

Dia de Campo Cotripal

Culturas de Inverno 2011

Data:
5 e 6 de Outubro

Horário:
14 horas

Local:
**Campo Experimental
Cotripal
BR 158 - Km 133 - Condor**

Inscrições:

- Até dia 29 de setembro
- Nos pontos de atendimento e líderes de núcleo
- Para ônibus, necessita-se o número da identidade na inscrição



cotripal

juntos somos mais

Estudos em trigo e forrageiras serão apresentados no Dia de Campo Cotripal – Culturas de Inverno 2011

Nos dois dias do evento, os produtores associados poderão verificar resultados de experimentos com diferentes cultivares de trigo, época de plantio, variação nas populações, adubação e uso de fungicidas. Além de visitar uma estação exclusiva sobre forrageiras de inverno.

Por mais um ano, a Cotripal abre as portas do Campo Experimental para apresentar os estudos feitos pelo Departamento Técnico da Cooperativa. O Dia de Campo – Culturas de Inverno 2011 será realizado nos dias 5 e 6 de outubro. No total, serão seis estações, sendo cinco com experimentos de trigo e uma de forrageiras de inverno. As pesquisas abrangem diferentes cultivares de trigo, época de plantio, adubação, uso de fungicidas, população e forrageiras de inverno.

Na estação que estuda as cultivares de trigo, os produtores associados poderão conhecer 18 diferentes materiais, com e sem aplicação de fungicidas. O objetivo é ver o potencial das cultivares e sua tolerância a doenças e pragas. De acordo com o engenheiro agrônomo da Cotripal, Denio Oerlecke, esta parte da visita é muito importante, pois nela são apresentadas as novidades. “A partir dos testes no Campo Experimental, o produtor vai basear as escolhas para semear a lavoura no próximo ano. Pois terá oportunidade de observar o comportamento de cada cultivar.” Mais uma finalidade, do ponto de vista técnico, passa por conhecer as características agrônômicas, como resistência a debulha, ciclo de desenvolvimento, etc.

Outra estação mostrará época de plantio, experimento repetido todos os anos, mas com diferentes cultivares. “Normalmente, existe um período ideal que é recomendado o plantio. Aqui no campo, nós testamos épocas alternativas, tanto a semeadura no cedo, como no tarde, com intuito de verificar o desempenho da lavoura”, explica Denio.



A adubação também está entre as análises, por ela ter um grande impacto no bolso do produtor. O alvo desta estação é mostrar as tecnologias e os valores gastos para as aplicações. Denio esclarece que eles testam muitas combinações e depois o Detec recomenda as com melhor custo/benefício.

Os produtores ainda terão oportunidade de conhecer as diferenças entre as populações de algumas cultivares e a variação dos fungicidas. Os testes abrangeram uso de diversos produtos e posicionamentos, como aplicação no cedo e no tarde, com objetivo curativo e também preventivo. “O trigo é uma cultura muito sensível a doenças e pragas, por isso é importante conhecer o potencial de controle dos fungicidas. Um ataque à lavoura pode acarretar em 50% de perda de produtividade, se não houver cuidados”, alerta Denio.

O estudo das forrageiras de inverno se deu devido à bacia leiteira, na região de abrangência da Cotripal. Denio diz que nesta estação foram semeadas cultivares de aveia preta, aveia branca, azevém, centeio e trigo de duplo propósito. “A intenção é verificar a produção de massa verde e matéria seca dessas espécies e a viabilidade de implantação como pastagem de inverno.”



Capa

Bullying

Quando a brincadeira fica séria

O termo *bullying* surgiu na década de 1970 e teve sua origem na palavra em inglês “*bully*”, que, traduzido, quer dizer “valentão”. Essa terminologia foi criada pelo cientista sueco Dan Olweus, e corresponde a um conjunto de atitudes, que incluem violência física e psicológica. É um tipo de agressão intencional, que ridiculariza, humilha e intimida suas vítimas, de maneira repetitiva. Esses fatos normalmente ocorrem nas instituições de ensino, no entanto, já há quem diga que o *bullying* extrapolou os muros dos colégios.



Hoje, muito se fala em *bullying*, e com justa causa, já que, de acordo com dados da ONG Plan – presente em 66 países –, um em cada três estudantes brasileiros do ensino fundamental revela ser ou ter sido alvo de maus-tratos por parte dos colegas dentro da escola. Além disso, pela persistência das agressões, um em cada dez casos configura *bullying*.

A professora, psicopedagoga e coordenadora pedagógica da SMEC (Secretaria Municipal de Educação e Cultura) de Panambi, Fátima Konrad, explica que *bullying* é um tipo de relação baseada no abuso do poder. A pessoa que tem atitudes violentas frequentemente se vale da fragilidade da vítima. Contudo, a professora acredita que é necessário ter atenção ao usar esta terminologia. “Tenho visto muitos usos e abusos ao se falar em *bullying* e não podemos banalizar as situações, pois quando verdadeiro, ele causa sofrimento. Há necessidade de saber diferenciar uma brincadeira eventual de atos contínuos de constrangimento, desrespeito e violência.”

Especialistas revelam que este fenômeno acontece no mundo todo e pode provocar nas vítimas desde diminuição da autoestima até suicídio. A escolha do alvo segue alguns padrões, como conta Fátima. “Normalmente, o alvo são os diferentes. Aquele que tem alguma

deficiência física, os frágeis com problemas relacionados à cor, gênero, aprendizagem, posição social, aparência física – altos ou baixos demais, gordinhos ou muito magros, tímidos, nerds.”

Segundo Fátima, o fato de as vítimas terem idades variadas faz com que o *bullying* aconteça em todos os lugares onde existem relações sociais, como escolas, universidades, famílias, vizinhança e locais de trabalho. “A escola tem maior visibilidade, pois, para presenciar este fenômeno, é necessário que haja certa quantidade de pessoas circulando no mesmo espaço, característica comum nos colégios.”

A psiquiatra e autora do livro “*Bullying: Mentas Perigosas nas Escolas*”, Ana Beatriz Barbosa Silva, também acredita que este mal extrapolou os limites dos muros dos colégios. “No exercício diário da minha profissão, e após uma criteriosa investigação do histórico de vida dos pacientes, observo que não somente crianças e adolescentes sofrem com essa prática indecorosa, como também muitos adultos ainda experimentam aflições intensas advindas de uma vida estudantil traumática”, alerta a psiquiatra.

Para entender o ciclo completo, é indispensável falar do agressor, que, normalmente, tem um comportamento provocativo e de intimidação permanente. José Maria Avilés, psicólogo, especia-

lista e estudioso no tema violência escolar, explica este comportamento: “Os agressores usam da brutalidade para resolver conflitos, vivem relações familiares pouco afetivas e têm pouca empatia por outros seres.” Uma pessoa pode ser autor de *bullying* quando deseja que façam sempre sua vontade, gosta de provar a sensação de poder, sofre intimidações ou algum tipo de abuso em casa ou na escola, quando é frequentemente humilhado por adultos ou vive em constante pressão para que tenha um desempenho excelente em suas atividades. Com isso, ela acaba descontando suas frustrações nos indivíduos mais fracos, que as rodeiam.

O espectador é outro personagem fundamental no processo do *bullying*. “É muito comum as pessoas pensarem que existem apenas dois envolvidos no conflito: o autor e o alvo. Mas é preciso esclarecer que há um terceiro personagem, responsável pela continuidade do conflito. O espectador típico é uma testemunha dos fatos, pois não sai em defesa da vítima, nem se junta aos autores”, comenta o médico pediatra Lauro Monteiro Filho, fundador da Abrapia (Associação Brasileira Multiprofissional de Proteção à Infância e Adolescência). Isso tudo proporciona a ideia de popularidade e poder ao agressor e torna o ciclo um vício, pois ele se sente recompensado pela atenção da audiência.

Uma das formas de identificar o *bullying* é pelas consequências

As vítimas de *bullying*, frequentemente sofrem caladas, mas alguns sinais podem ser observados e facilmente identificados. Os primeiros a aparecerem são transtornos alimentares e de humor, distúrbios de sono e crises de ansiedade. No entanto, existem muitos outros:

- Urinar na cama
- Insônia
- Problemas de estômago
- Dores e marcas de ferimentos
- Síndrome do intestino irritável
- Isolamento social
- Ter poucos ou nenhum amigo
- Irritabilidade
- Agressividade
- Depressão profunda
- Resistência ou aversão em ir à escola
- Evasão escolar
- Demonstrações constantes de tristeza
- Mau rendimento na escola ou no trabalho
- Atos deliberados de autoagressão
- Homicídio
- Suicídio



Características do *bullying*

Os agressores usam uma combinação de intimidação e humilhação para atormentar as vítimas, de forma constante. Alguns exemplos de ataque aos alvos são:

- Insultar
- Chantagear
- Isolar socialmente
- Expressar ameaças
- Destruir material e roupas
- Atacar fisicamente de forma repetitiva
- Espalhar boatos negativos sobre a pessoa
- Depreciar a vítima sem qualquer motivo
- Fazer o alvo passar vergonha na frente de várias pessoas
- Acusar sistematicamente a vítima de não servir para nada
- Obrigar o alvo a fazer algo indesejado, ameaçando-o para seguir ordens
- Colocar a vítima em situação problemática com alguém – autoridades, professores, chefes
- Fazer comentários depreciativos sobre a família de uma pessoa, sobre o local de moradia, aparência pessoal, orientação sexual, religião, etnia, nível de renda, nacionalidade ou qualquer suposta inferioridade
- Usar tecnologias de informação para praticar o *cyberbullying* – a difamação virtual através da criação de páginas falsas, comunidades ou perfis sobre a vítima em sites de relacionamento com publicação ou não de fotos.



O papel da escola e dos pais na identificação e solução do *bullying*

Crianças e adolescentes têm como hábito implicar umas com as outras, e é comum que se deem apelidos e briguem de vez em quando. Isso torna a identificação do *bullying* uma tarefa complexa. Atitudes que, à primeira vista, podem parecer um simples apelido inofensivo, acabam afetando emocionalmente e fisicamente o alvo do insulto.

Isso leva a crer que pais e professores precisam estar atentos para perceber quando as brincadeiras são sadias, bem como o momento em que se tornam verdadeiros atos de violência e perversidade. Pode chegar a fase em que apenas um dos lados se diverte à custa do outro que sofre.

A professora Fátima diz que a escola não consegue resolver sozinha o problema, mas é geralmente neste ambiente que aparecem os primeiros sinais de um praticante de *bullying*. “Quando esses instintos não são freados no começo, a tendência é que o agressor seja assim por toda a vida, a menos que passe por um tratamento.”

Logo, a primeira atitude dentro das instituições de ensino é a prevenção. “A escola é uma entidade formadora, um espaço de inclusão e, devido a este fato, precisa trabalhar a questão com alunos, professores e pais”, comenta Fátima. O pediatra Lauro concorda com este posicionamento. “A escola não deve ser apenas um local de ensino formal, mas também de formação cidadã, de direitos e deveres, amizade, cooperação e

solidariedade. Agir contra o *bullying* é uma forma barata e eficiente de diminuir a violência entre estudantes e na sociedade.”

O segundo passo é, se confirmando o *bullying*, trabalhar com o agressor, entender porque ele tem esse tipo de atitude. “As pessoas não devem ser apenas punidas e, sim, ajudadas a mudar seu comportamento”, completa a professora. E, claro, atendimento à vítima. “Dependendo do grau das agressões, o tratamento denota tempo e apoio psicológico.” Por último, Fátima sugere não ignorar a existência deste problema. “Todas as escolas devem estar atentas, pois se o *bullying* não está instalado, com certeza há prenúncios do fenômeno.”

Por outro lado, o esforço só atinge seu objetivo quando pais ou responsáveis também se engajam no combate. Fátima acredita que o *bullying* é crime e, por isso, os pais devem denunciar se os filhos sofrerem com a prática. “O primeiro passo é quebrar o silêncio, coisa que parece simples, mas não é.” Uma pesquisa da Abrapia revela que 41,6% das vítimas nunca procurou ajuda ou falou sobre o problema.

Neste ponto, entra a melhora na relação entre pais e filhos. A professora Fátima afirma: “O pai que acompanha seus filhos e se preocupa em oferecer uma educação baseada em princípios éticos e morais tem mais facilidade em mostrar que o *bullying* é errado e também de perceber quando seu filho é uma vítima.”

A Abrapia sugere atitudes para combater o *bullying* nas escolas:

- Conversar com os alunos e escutar reclamações ou sugestões
- Estimular todos a informar os casos
- Reconhecer e valorizar as atitudes que combatam o problema
- Criar com os estudantes regras de disciplina para a classe, em coerência com o regimento escolar
- Estimular lideranças positivas entre os alunos, prevenindo futuros casos
- Interferir diretamente nos grupos, o quanto antes, para quebrar a dinâmica do *bullying*
- Investir em formação de professores
- Trabalhar com a parceria escola – família
- Manter todos informados sobre o tema



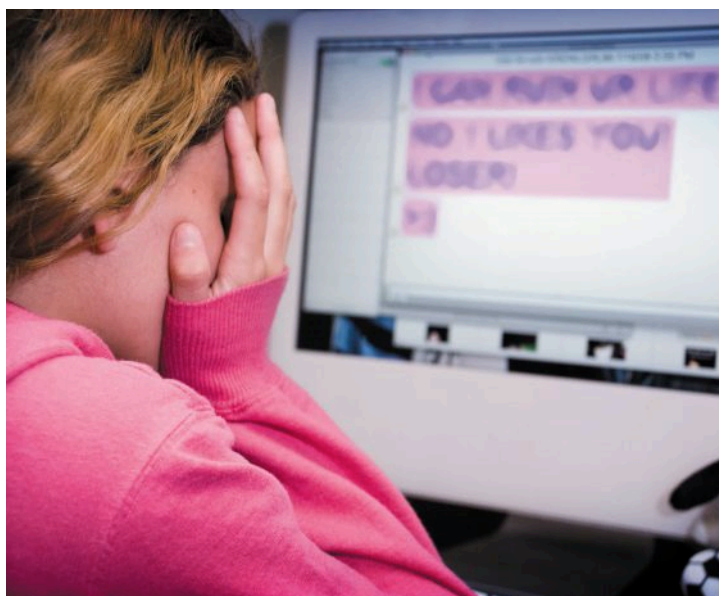
Legislação brasileira

Atualmente, o Brasil não tem leis federais destinadas a coibir a ação de pessoas que praticam o *bullying*. Quando algum caso chega à Justiça, eles são enquadrados em infrações previstas no Código Penal, como injúria, difamação e lesão corporal.

Porém, isto está mudando: dependendo da gravidade do ato, o infrator pode ser punido com medidas socioeducativas. Ainda de acordo com o Código Penal brasileiro, a negligência com relação a um crime pode ser enquadrada como coautoria – no caso das escolas, que nada fazem para acabar com o problema. Na área cível, os pais dos agressores podem ser

obrigados a pagar indenizações, além de serem processados por danos morais. A especialista americana Dorothy Espelage diz, “não existe combate ao *bullying* sem regras e fiscalização.”

Muitos casos têm aparecido recentemente e as vítimas têm movido ações judiciais, diretamente contra os agressores por “imposição intencional de sofrimento emocional” e, em algumas vezes, incluindo suas escolas, sob o princípio da responsabilidade conjunta, no caso das que não fizeram nada para evitar o fenômeno. Estes são os primeiros passos no combate ao *bullying*, mas um longo caminho ainda precisa ser percorrido.



Cyberbullying

Com o advento da internet, as agressões passaram a não ter fim, pois saíram da vida real e fazem parte também do universo virtual. Relativamente novo, o *cyberbullying* ocorre nos meios eletrônicos. Neles, são enviadas mensagens difamatórias ou ameaçadoras, através de e-mails, sites, blogs, redes sociais e celulares.

Ele é quase uma extensão do que os agressores dizem e fazem na vida real, mas com o agravante de que as pessoas envolvidas não estão frente a frente. A professora Fátima alerta que este fenômeno é mais perigoso, devido ao anonimato. “Na internet, a violência pode aumentar, tornando tudo mais cruel, em virtude dessa possibilidade. Por causa disso, a atenção dos familiares deve ser redobrada.”

Este tormento da agressão via *web* faz com que as vítimas não se sintam seguras em lugar nenhum e em momento algum. Marcelo Coutinho, especialista no tema e professor da FGV (Fundação Getúlio Vargas), diz que as pessoas não percebem as armadilhas dos relacionamentos digitais. “Para eles, é tudo real, como se fosse do jeito tradicional, independente da situação. Porém, este conceito de realidade está equivocado.”

Frigorífico Cotripal recebe aprovação do Programa Boas Práticas de Fabricação

O Frigorífico Cotripal sempre teve a excelência como característica de seus produtos. Agora, buscando mais um passo de aprimoramento, a indústria implantou um programa de qualidade através de Boas Práticas de Fabricação para dar ainda mais garantia ao seu consumidor.

No final do mês de julho, o Frigorífico Cotripal recebeu a aprovação da CISPOA (Coordenadoria de Inspeção Industrial e Sanitária de Produtos de Origem Animal), no Programa de BPF (Boas Práticas de Fabricação). Este abrange um conjunto de normas a serem adotadas pelas indústrias de alimentos, a fim de garantir a qualidade sanitária e a conformidade dos produtos alimentícios com os regulamentos técnicos.

Dentro do programa, existem nove POP (Procedimentos Operacionais Padronizados) que, segundo exigências da CISPOA, precisam ser controlados pelos estabelecimentos de abate e industrialização de carnes, são eles: potabilidade da água, controle de águas residuais, higiene e saúde dos funcionários, controle de pragas, controle de temperaturas, controle de matérias-primas, treinamento de funcionários, bem-estar animal e abate humanitário e PPHO (Procedimentos Padrão de Higiene Operacional).

O frigorífico implantou esses métodos visando a segurança alimentar durante todas as etapas de produção. Porém, para que todo o sistema funcione corretamente, foi formada uma equipe de garantia da qualidade composta por Julie Casarotto, responsável geral, Cleber Lunardi, responsável técnico, Márcia Regina Stochero e Daiane Aline Schwade, como monitoras e, além disso, todos os funcionários do estabelecimento passaram por sessões de treinamento e conscientização para a qualidade.

“A nossa preocupação constante com qualidade, sabor e segurança alimentar sempre distinguiu a linha de produtos Cotripal, fazendo com que o nosso *mix* tivesse grande aceitação e contasse com a preferência do consumidor”, explica Julie.



Julie Casarotto e Cleber Lunardi

Com esta aprovação, a Cotripal atende a um pré-requisito para a adesão ao SUASA (Sistema Unificado de Atenção a Sanidade Agropecuária) o que possibilitará a comercialização de carnes e produtos em todo o Brasil.

Conab exige cadastramento para comercialização de trigo através de PEP

Neste ano, os produtores que plantaram trigo precisam realizar cadastramento com o objetivo de ter acesso à comercialização de sua produção através de mecanismos do Governo Federal, como o PEP.

O MAPA (Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento) e a Conab (Companhia Nacional de Abastecimento) lançaram uma norma para a comercialização de trigo através de PEP (Prêmio de Escoamento de Produção). A partir de agora, o produtor que quiser participar deste mecanismo de venda do Governo Federal deverá realizar um cadastro da lavoura cultivada. Para isso, precisa se dirigir ao local de atendimento de sua preferência, junto aos departamentos técnicos, portando documento de identidade, CPF e, para quem produz em terras arrendadas, o contrato de arrendamento, até o dia 30 de setembro.

O supervisor do Departamento Comercial da Cotripal, João Carlos Pires, explicou que esta forma de venda, por PEP, garante preços mínimos aos produtores. “Isto é importante, principalmente no momento de colheita, quando há excedente de produção e os preços caem abaixo do mínimo.”

Vale lembrar que, quem estiver sem cadastro, não poderá vender pelos mecanismos do governo. “O produtor que não possuir a documentação em dia terá que comercializar seu trigo pelas vias normais de mercado”, esclarece João Carlos.

Notícia

Primeira fase do Programa Jovem Aprendiz 2011 chega ao final

O período teórico terminou após 500 horas de estudo em sala de aula. Agora, os alunos passam à parte prática, atuando em diversos setores da Cotripal e do Sicredi.

A 4ª turma do Programa Jovem Aprendiz finalizou a parte teórica do curso “Assistente Administrativo para Cooperativas”, no dia 5 de agosto. Ao longo do período, que iniciou em 7 de fevereiro, os 74 alunos, divididos em dois turnos, manhã e tarde, tiveram disciplinas como serviço de escritório, cooperativismo, adolescente e saúde, matemática financeira, entre outras.

Para a cerimônia de encerramento das aulas, as turmas apresentaram o resultado de um trabalho pelo qual ambas tiveram de simular a criação de uma cooperativa. Elas precisaram elaborar a documentação, fazer assembleia e eleger conselheiros. Fez parte do evento, a apresentação de vídeos produzidos pelos alunos sobre o tema e, ainda, um espetáculo de dança tradicionalista para festejar a inauguração simbólica das cooperativas – com direito a vestidos de prenda e bombachas. Prestigiaram o evento o presidente Germano Döwich, o vice-presidente Dair Pfeifer, o gerente de Comunicação e Marketing Marco André Regis, que também representou o Sescop/RS, o

vice-presidente da Coeducars Leônidas Vieira e a supervisora de Recursos Humanos da Cotripal Cristina Lasch dos Santos. Ela explicou que o projeto visa oferecer a oportunidade do primeiro emprego aos jovens. “Essa é uma maneira de garantir a formação técnico-profissional, compatível com o desenvolvimento físico, moral e psicológico do jovem”.

A segunda parte do curso, que corresponde ao estágio de Práticas Supervisionadas, começou no dia 8 de agosto, com o objetivo de vivenciar as rotinas de trabalho. “Nesta fase, os alunos foram encaminhados a diversos setores da Cotripal, bem como para o Sicredi de Panambi e Condor. Com isso, eles experimentam a dinâmica do cooperativismo, participam das rotinas de trabalho e assumem uma postura adequada ao ambiente empresarial. Esta é uma oportunidade única”, complementa Cristina. O programa Jovem Aprendiz funciona com a parceria entre Cotripal, Sescop/RS (Serviço Nacional de Aprendizagem do Cooperativismo) e Coeducars (Cooperativa dos Profissionais em Educação do Estado do Rio Grande do Sul).



Turma da manhã



Turma da tarde

Promoção

Pipoca Premiada sorteia 25 fornos micro-ondas

A Cotripal e a marca de alimentos Yoki realizaram a promoção Pipoca Premiada, que sorteou 25 fornos de micro-ondas, no dia 13 de agosto. Para concorrer, bastava comprar um pacote de pipoca para micro-ondas da Yoki, preencher o cupom e depositar na urna.

Os contemplados foram:



Panambi

Marciane Christmann
Márcia Maria Bühring
Maísa Brönstrup
Érik Natã dos Santos Ribeiro
Laís da Silveira
Tales Dallabrida
Iara Reinke
Natalicia Amorim Waldow
Jomara Rodrigues
Lauri Schneider



Pejuçara

Lorenzo Basso
Sheila Müller
Paulo Fernandes
Rafael Vinicius Moraes
Evanir Oberto



Santa Bárbara do Sul

Cássia Teresa da Silva
Ineide Pasinato
Ivanir Radaelli
Maiara Tomazi
Marli Neumann



Condor

Iolanda Lima dos Santos
James J. Schmidt
Lauro Moises Spanemberg
Elisiane Mota Frees
Maria Avila de Oliveira

Supermercado Cotripal Santa Bárbara do Sul e erva-mate Bom Dia encerram promoção

No dia 16 de agosto, o Supermercado Cotripal Santa Bárbara do Sul entregou o prêmio da promoção erva-mate Bom Dia. O contemplado foi Valdir Herter, que recebeu uma cesta com produtos da marca, contendo cuia, bomba de churrasco, térmica de água quente e demais apetrechos para o preparo da tradicional bebida dos gaúchos. Para concorrer, era preciso adquirir R\$ 30 em produtos.



Posto BR Cotripal sorteia notebook

O posto BR Cotripal Centro e a STP sortearam um notebook Intelbrás 1030, no dia 8 de agosto. O contemplado foi Rafael Knod, que recebeu o prêmio das mãos do colaborador da Cotripal, Gilberto Antunes. Para participar, o cliente precisava comprar produtos da marca, preencher o cupom, depositar na urna e torcer para ganhar.

A encarregada do posto, Simone Kosloski Hubner, comentou que a promoção faz parte da longa parceria entre a Cotripal e a marca STP. "Os sorteios promovidos pelas duas empresas existem há vários anos e pretendemos mantê-los por muito tempo ainda."



Lojas Cotripal presenteiam pais

As Lojas Cotripal de Panambi, Pejuçara, Condor e Santa Bárbara do Sul realizaram a promoção “Dia dos Pais”, que sorteou, no total, 29 prêmios, no dia 13 de agosto.

Em Panambi, os prêmios foram uma lavadora de roupas, um aparelho DVD e 12 kits de ferramentas. Nas filiais, cada uma sorteou um aparelho DVD e quatro kits de ferramentas.

Para concorrer, bastava comprar um dos produtos anunciados num folheto – preparado especialmente para a data –, preencher os cupons, depositar na urna e torcer para ser um dos sorteados.

Os contemplados foram:

Condor

Aparelho de DVD – João André Baron

Kit de ferramentas – Valmir Batista dos Santos, Oracio Farburg, Odelmo Breitenbach, Eloir Eloy



Pejuçara

Aparelho de DVD – Regis Costa Beber Vioni

Kit de ferramentas – Vanderlei da Silva, Abel Vicente Tassotti, Gentil Bonini e Regis Costa Beber Vioni



Santa Bárbara do Sul

Aparelho de DVD – Jailson dos Santos

Kit de ferramentas – Anízio Francisco da Silva Oliveira, Neide Almeida, Ismar Rodrigues da Silva e Rudi Schneider



Panambi

Lavadora Jacto 6200 – Cristiano Schneider

Aparelho de DVD – Erton Jair Kurtz

Kit de ferramentas – Gustavo Baal, Tiago Hahn, Ingrid Erica Salcher, Cristiano Adler, Wilmuth Horst, Rogerio Moura Machado, Arisoly Alves Cavalheiro, Mario Pilger, Leandro Diego Streicher, Neldo Ari Pott, Fredi Waechter, Franciele Fabiane Poliss

Erva-mate Rei Verde entrega prêmios no Supermercado Cotripal Condor

O Supermercado Cotripal Condor e a Erva-mate Rei Verde realizaram promoção que premiou Fatima Eliane Rodrigues Klug, com uma televisão, e Arry Breunig, com um forno de micro-ondas. Na entrega, realizada dia 16 de agosto, houve muitos sorrisos e alegrias.

Para participar, os clientes precisavam comprar um quilo de Erva-mate Rei Verde, preencher o cupom corretamente e depositar na urna.



Supermercados homenageiam 150 papais

Os quatro supermercados Cotripal realizaram uma promoção diferente para homenagear os papais pelo seu dia. Durante o sábado, dia 13 de agosto, foram distribuídos 150 vales-almoço, que davam direito a saborear uma refeição no restaurante da Cooperativa, com acompanhante.

Os prêmios foram sorteados durante a passagem dos clientes pelos caixas. Nesse momento, os pais, contemplados aleatoriamente, receberam a surpresa com muita satisfação. “A Cotripal sempre procura reconhecer a importância de seus clientes e as datas comemorativas oportunizam gestos que demonstrem esse reconhecimento”, explica o supervisor do Supermercado Cotripal Panambi, Alessio Hess.

Cursos e Treinamentos



Vendedor modelo – 2011 (6 turmas)
Data: 2, 3, 4, 23, 24 e 25 de agosto
Local: Auditório Escritório Central



Educação ambiental
Data: 8 e 9 de agosto
Local: Núcleo Força da Terra – linha 29, Ajuricaba



Líder modelo – 2011
Data: 9 a 11 de agosto
Local: Auditório Escritório Central



Combate a incêndio - 3 turmas
Data: 16, 17 e 18 de agosto
Local: Unidade Arco-íris



Processamento de frutas
Data: 15 a 17 de agosto
Local: Núcleo Unidos do Vale – linha Caxambu, Panambi



Data: 22 a 24 de agosto
Local: Núcleo de Associados – linha Boa Vista, Panambi



Gestão rural II
Data: 17 a 19 de agosto
Local: Núcleo Otimismo – linha Colônia Cash, Condor



Produção de hortaliças
Data: 31 de agosto a 2 de setembro
Local: Núcleo de Associados – linha Porongos, Santa Bárbara do Sul



Palestra técnica Sachs – embreagem e amortecedores

Data: 17 de agosto

Local: Afucopal

Palestrante: David Crusius, assistente técnico da divisão ZF Sachs

Conteúdo: Apresentação da empresa e de peças produzidas por ela, e dicas de como usá-las sem prejudicar a durabilidade

Público: Mecânicos da linha agrícola e caminhões do município de Panambi e região

Palestra técnica Tintas Renner, linha Supreme efeitos especiais

Data: 24 de agosto

Local: Afucopal

Palestrante: Tiago Domelles, assistente técnico da empresa Tintas Renner
Conteúdo: Apresentações teóricas e práticas da linha de tintas – revestimentos decorativos para interiores.

Público: Profissionais do ramo da pintura do município de Panambi e região



Palestra técnica da empresa Tigre S.A Tubos e Conexões

Data: 23 de agosto

Local: Afucopal

Palestrante: Itaborai Tanello - engenheiro civil da assistência técnica da empresa Tigre S.A

Conteúdo: Apresentação de produtos lançados recentemente, além da linha predial – água fria, água quente e esgoto

Público: Profissionais do ramo da construção civil e encanadores do município de Panambi e região



Curso culinária PanFácil

Data: 30 de agosto

Local: Pavilhão da Igreja Católica de Condor



Data: 31 de agosto

Local: Auditório Supermercado Panambi



Data: 1º de setembro

Local: Auditório Supermercado Santa Bárbara do Sul

Notícia

Supermercado Cotripal Santa Bárbara do Sul arrecada agasalhos para doação

No dia 10 de agosto, a equipe do Supermercado Cotripal Santa Bárbara do Sul entregou doações de agasalhos para o CRAS (Centro de Referência da Assistência Social). A responsável pela instituição, Juliana Armbrorst, agradeceu os donativos. “Com as doações deste ano, conseguimos ajudar 400 famílias carentes.”

A ideia da campanha, que recebeu o nome “Seja solidário, doe agasalhos”, foi da colaboradora da Cooperativa Lidiene Gularte Correa, e teve duração de duas semanas. “Vi que muitos lugares estavam arrecadando roupas de inverno e sugeri que nós também colaborássemos.”



Dia Nacional da Saúde teve programação especial na farmácia da Cotripal

Cuidados com saúde e bem-estar nunca são demais. Por isso, a equipe da Cotripal Farmácia e Manipulação preparou um dia inteiro de dicas, testes e palestras para alertar os clientes que prevenção é fundamental no combate às doenças.

A Cotripal Farmácia e Manipulação programou ações especiais para marcar o dia 5 de agosto, data em que é comemorado o Dia Nacional da Saúde. Entre as atividades, estava verificação de glicose e pressão arterial, análise capilar, distribuição de amostra de cremes para mãos e rosto, palestras e uma ação educativa realizada no hospital de Panambi.

Logo de manhã, o estabelecimento já estava preparado para receber os visitantes com decoração, música, diversos serviços e sorteio de brindes. À tarde, a encarregada da farmácia Bianca Azevedo e a farmacêutica Rosmeri Franken visitaram a Sociedade Hospital Panambi, onde entregaram sacolinhas promocionais. Nelas, havia um sabonete antisséptico manipulado e uma cartilha que ensinava como lavar as mãos corretamente e mantê-las desinfetadas. “A ação foi um sucesso. Quem recebeu o presente adorou a amostra e, principalmente, a cartilha informativa”, comemora Bianca.

Ademais, a programação não parou por aí e seguiu à noite com a palestra “Alimentação saudável: a busca pela qualidade de vida através da alimentação e da saúde mental”, ministrada pela nutricionista Marlise Handte e pela psicóloga Lucia Sauer. A programação foi encerrada com um *coffee-break*. “Ficamos muito satisfeitos porque o evento atingiu seu objetivo. Tivemos a participação de muitos clientes e alertamos quanto ao cuidado com a saúde. Afinal, o ideal é monitorá-la constantemente”, comenta Bianca.



Psicóloga Lucia Sauer



Nutricionista Marlise Handte



Afucopal

Afucopal celebra Dia dos Pais com jantar-baile

Delicioso jantar, excelente música, muita animação. Foi assim que pais e filhos festejaram a data.

Na noite de 6 de agosto, a Afucopal (Associação dos Funcionários da Cotripal) comemorou o Dia dos Pais com um jantar-baile. O evento reuniu cerca de 720 pessoas, entre elas, pais e filhos, que aproveitaram a noite com um delicioso jantar e duas apresentações musicais.

O primeiro a subir ao palco foi o músico nativista Wilson Paim, que suscitou efusivos aplausos, devido à sua belíssima apresentação. Na sequência, o baile foi animado ao som de Carol Banda Show, de Ijuí.

No final da noite, os papais puderam levar, como recordação deste dia especial, as mudas de palmeira que enfeitaram os centros das mesas.





Segurança

Segurança doméstica: o combate à umidade

As previsões meteorológicas não costumam falhar e prometem ainda chuvas e dias úmidos para o fim do inverno e início da primavera. Quando o tempo está assim, não há apenas a ameaça de alagamento e de outros problemas urbanos que a alta quantidade de chuvas acarreta. Existe outro perigo iminente e que está dentro de casa: é a umidade, fenômeno causado pelo excesso de gotículas de água, uma provável causadora de doenças, mas que pode ser amenizada – ou até mesmo combatida – através da prevenção e de hábitos de higienização e limpeza.

O tempo úmido faz de nossa casa a detentora de uma verdadeira contradição: é dentro dela que procuramos abrigo e proteção em dias chuvosos e gelados, mas é exatamente aí, em seu interior, que se localizam problemas, geradores de doenças e de outros incômodos.

A culpada desse paradoxo – que nessa época do ano ganha verdadeiro *status* de vilã –, é a umidade. Definida como a quantidade de vapor presente em ambientes, conforme explica o químico Leonardo Linck, gerente de Pesquisa e Desenvolvimento e responsável técnico da empresa Jimo, ela pode ser benéfica para

o controle de bactérias, viroses e ácaros. Mas isso só acontece se a taxa de umidade relativa do ar variar entre 30 a 60%. Acima disso, surge o problema.

Segundo Margarete Baptista, enfermeira, doutoranda em ciências da saúde e professora de enfermagem da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto e da Faceres, há alguns micro-organismos nocivos à saúde que adoram lugares úmidos. “São fungos filamentosos que se desenvolvem em matéria orgânica.” Eles possuem coloração em tons esverdeados ou esbranquiçados e podem causar desde falta de ar até alergias e pneumonias.

Como perceber se a umidade já está alta demais dentro de casa?

Não há como medir precisamente o nível de umidade nas residências sem um equipamento adequado, por isso, o químico dá algumas dicas para observação:

- Odor desagradável de mofo
- Presença de manchas de bolor em calçados, couros e tecidos
- Embaçamento em vidros, espelhos e azulejos
- Madeiras com aspecto inchado
- Ferrugem em objetos de metal
- Descolamento de papéis de parede



Tem como acabar com a umidade?

O principal a se fazer, explica Margarete, é abrir portas e janelas para deixar o sol e a ventilação entrar, mesmo que seja por pouco tempo e que a temperatura esteja baixa. “Dá para usar também um ventilador. Ele fará com que o ar circule e as gotículas de água desapareçam.”

Conforme esclarece Leonardo, há disponíveis no mercado alguns produtos que controlam a umidade ambiental, através de cristais absorventes. “Esses produtos absorvem o excesso de água no ar e dessa forma previnem doenças.”

E para limpar as paredes com mofo, o que fazer?

A enfermeira Margarete dá uma excelente dica: “utiliza-se um pano com detergente, friccionando a região afetada e, após, aplica-se uma solução clorada, feita de um litro de água e uma colher de sopa de água sanitária.” Depois disso, é só secar o local e repetir a operação caso as manchas não tenham saído.



E quando há bolor e umidade nos armários de roupas?

Caso não haja nenhuma espécie de infiltração, a umidade que causa o bolor no armário deve ocorrer por falta de ventilação e de raios solares. “Portanto, temos que deixar as portas dos guarda-roupas abertas todos os dias”, explica a enfermeira. Para remover o mofo, depois de retirar todas as roupas, sapatos e gavetas de dentro, limpar o armário com água e detergente neutro, usando posteriormente a solução clorada, e, por fim, para eliminar aquele cheiro de água sanitária, borrifar uma solução de água com vinagre.

Receitas caseiras, como colocar barras de giz dentro dos armários, funciona também?

Margarete esclarece que as barras de giz puxam para si as gotículas de umidade, mas faz uma ressalva: “Com o passar do tempo, elas também ficam úmidas e terão que ser trocadas, por isso, o melhor a se fazer é descobrir as causas da presença da umidade e combatê-las”.



Desde 1956

JIMO

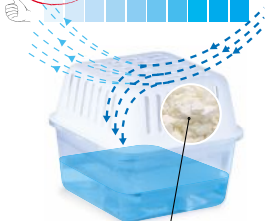
ANTIUMIDADE

Não utiliza energia elétrica, basta trocar o refil.

Único disponível para pequenos, médios e grandes espaços.

Até 80m³

60-60% Umidade relativa +60%



Refil granulado embalado em tecido (TNT) evita contato com as mãos

Promovendo bem-estar através de um nível saudável de umidade do ar no ambiente !

Evita mofo e mau cheiro!



Até 80 m³



Até 35 m³



Até 15 m³

Recarregável

www.jimo.com.br SAC 0800 051 4146

Valores para crescer: reflexão

O escritor francês Victor Hugo assegurava: “O que move o mundo não são as máquinas, e sim as ideias.”

Há um ditado muito conhecido que diz: “errar é humano”. E realmente, cometer erros faz parte da vida das pessoas, todos nós erramos. Na maioria das vezes isso acontece porque tomamos decisões equivocadas e apressadas. Porém, para não errar tanto existe um caminho: a reflexão.

Refletir significa pensar, observar as situações antes de realizar uma tarefa e até mesmo de tirar conclusões sobre qualquer fato. Refletimos quando voltamos o pensamento para o nosso interior e passamos a ter a perspectiva de ver tudo com um olhar mais objetivo. Só com muita reflexão que conseguimos encontrar respostas coerentes às dúvidas e anseios que surgem.

Mas depois de refletir, ainda corremos risco de errar? Sim, pois como já dissemos anteriormente: faz parte da vida. Inclusive, um “errinho” aqui e outro ali, quando não causar prejuízos graves a nós e nem aos outros, nos ajuda a crescer, amadurecer e reconhecer as nossas próprias potencialidades e fraquezas. Portanto, toda vez que cometermos um equívoco depois de termos refletido, não devemos paralisar por causa do sentimento de culpa. E se refletirmos novamente, aprenderemos para o futuro.

É legal destacar que reflexão não é o mesmo que indecisão. O indeciso geralmente não sabe, não consegue ou não quer chegar a conclusões prudentes. Agindo assim, ele não faz nada em prol de seu bem-estar, nem aprende coisas novas e se autoconhece. Com essa atitude, se torna passivo – deixa de refletir sobre seus atos – e fica estagnado no tempo.

Em certos momentos até parecerá que quem reflete está inativo, ou seja, estagnado. Isso é normal, pois quando refletimos, a tendência é que a gente fique parado externamente, pois interiormente estamos pensando no que devemos fazer. Mas essa inatividade deve ser passageira. Passados os instantes da reflexão, devemos colocar em prática ações que nos levem ao caminho da felicidade e realização pessoal.

Neste mundo conturbado, agitado e corrido dos tempos atuais, se torna um dever dos pais e demais educadores ensinar as crianças e os jovens para que deem importância a esse valor tão fundamental: a reflexão. Vale à pena orientar os pequeninos a refletir, a sentar, fechar os olhos e a pensar em suas atitudes antes de agir. Uma boa dica para refletir é se questionar: “Por que vou fazer isso?”; “Como e com que meios?”; “Quando?”. Pode parecer bobagem, mas, como tática, funciona.

Incentivá-los a jogar xadrez também se torna uma forma interessante de induzir os jovens a refletir. Além de proporcionar ótimos momentos de lazer em família, ajuda a criar hábitos de reflexão, de estratégia, de cautela. Lembrando que existem muitos outros jogos legais, basta usar a criatividade e analisar qual melhor se adaptará ao seu gosto.

Para finalizar, fica a dica: a reflexão se constitui em um seguro de vida, que dá garantias de êxito para o futuro. Se periodicamente pensarmos, analisarmos sobre nossas próprias atitudes, teremos mais chances de nos tornar pessoas bem-sucedidas, amadas e benquistas na sociedade.

Quando refletir, faça essas perguntas fundamentais para si mesmo:

- Por quê? **Pensamento causal**
- De quantas maneiras posso fazer e qual será a melhor? **Pensamento alternativo**
- O que pode acontecer depois? **Pensamento consequencial**
- Gostaria que me fizessem o mesmo? **Pensamento empático**
- Disponho de meios adequados? **Pensamento instrumental**

Só por curiosidade...

Em 1902, o escultor francês Rodin fez uma escultura em bronze intitulada “O Pensador”. Ela expressa a atitude de uma pessoa submersa em uma profunda reflexão. Representa um homem musculoso sentado, com o cotovelo direito apoiado no joelho esquerdo, no qual também repousa suavemente a mão esquerda. Sua cabeça descansa com o queixo sobre a mão direita e seu olhar está concentrado em um ponto incerto. Nos passa a impressão de que ele busca o seu eu interior.



Texto baseado na obra “Valores para crescer”, de Esteve Pujol I Pons, editora Ciranda Cultural.

Prata da casa

Um nome impresso na História

Ele tem muita história para contar. Considera as quase oito décadas de vida um grandioso presente divino e fez delas uma constante jornada, marcada por lutas e realizações. Líder nato e com visão empreendedora, imprimiu seu nome na História Regional por ter exercido diversos cargos de liderança, como a presidência do Sindicato dos Trabalhadores Rurais, da Sociedade Hospital Panambi e a vice-presidência da Cotripal. Tem orgulho de suas raízes e fala com emoção da herança que recebeu dos pais e transmitiu aos filhos: a semente cooperativista. Hoje, ele colhe os frutos desse trabalho, plantados com simplicidade, dedicação e ética. Por razões como essas que Ivo Arno Schrammel é prata da casa deste mês.



Nome: Ivo Arno Schrammel

Idade: 78 anos

Esposa: Cladis Schrammel

Associado Cotripal desde: janeiro de 1967

Profissão: agricultor aposentado

Filhos: Marlene, Roberto e Miriam

Genros: Arno e Marcos

Nora: Jane

Netos: Samuel, Tiago, Luca, Enzo e Leonardo

Como o senhor se define? Sou calmo, tranquilo, mas, se necessário, um pouco impulsivo também. Quando almejo algo, sou convicto e defendo meu ponto de vista com unhas e dentes. Faz parte de minha índole.

Como foi a sua infância? Tive uma boa infância ao lado de familiares e amigos. Sou o mais novo em uma família de quatro filhos. Somos dois irmãos e duas irmãs. Nasci e me criei na linha Ocearú, lá também estudei e me casei.

Percebo que falas com muito carinho da linha Ocearú. Sim, realmente. Tenho muito carinho por aquele lugar. Minha esposa também é de lá, nossas famílias eram amigas, estudamos na mesma escola, mas em séries diferentes. Foi na igreja de Ocearú que nos casamos, batizamos os filhos e recentemente celebramos nossas Bodas de Ouro, em maio deste ano. Já faz um bom tempo que moramos na cidade, mas sempre que podemos, voltamos para rever os amigos.

E qual é o segredo para completar 50 anos de casamento? Não sei se existe um único segredo, mas sim uma série de fatores. Os primordiais são o amor e a fé. No começo, nossa vida não foi fácil. Exercí, por quinze anos, a presidência do Sindicato dos Trabalhadores Rurais e nos primeiros anos não ganhava salário, então tive que me desdobrar para cuidar da lavoura. Minha esposa foi corajosa e enfrentou essa situação. Ela, por muitas vezes, ficou sozinha – com os filhos pequenos – quando eu ia viajar para treinamentos sindicais. Se não tivéssemos

fé e persistência, não teríamos superado situações difíceis como essa. A Cladis nunca teve medo. A fé edifica. Se ela não existe, tudo desmorona.

Dá para ver que o senhor é religioso. Sim, muito. Acredito que a vida é um tripé. Temos que trabalhar, ter lazer, mas também temos que ter fé. Os três pilares devem estar no mesmo tamanho, ou seja, no mesmo grau de importância, senão o tripé fica torto. O segredo da vida é buscar o equilíbrio entre essas três colunas.

Como foi seu início na agricultura? O senhor nunca pensou em fazer outra coisa? Não. Eu gostava da agricultura, desde novo percebi que tinha vocação para essa carreira. Aprendi este ofício com meu pai. Meu irmão mais velho saiu cedo de casa para tentar a vida na cidade. Eu nunca quis.

E como chegou até à Cotripal? Eu tive a felicidade de crescer em um lar onde se viveu o cooperativismo. Meu pai era sócio da antiga Associação Rural, que, mais tarde, incorporou-se à Cooperativa. Também pertenceu à diretoria da antiga Caixa Rural e da Cooperativa Sul-rio-grandense de Banha, de Cruz Alta, há muitos anos já extinta. Associei-me na Cotripal logo que casei. Foi uma consequência e uma escolha. A minha vida só prosperou na Cotripal.

O senhor já foi vice-presidente da Cotripal. Como foi essa experiência? Muito marcante e prazerosa. Fui vice-presidente de 1985 a 2000. Nesse período, tivemos grandes conquistas e consolidações. Lembro com carinho de todos os amigos de lá e ainda hoje vou até o Centro Administrativo e a porta está aberta para mim. Sempre trabalhamos em equipe, inspirados nos ideais cooperativistas.

E como é sua atual rotina? Levo uma vida muito tranquila hoje em dia, ao lado de minha esposa. Aqui mesmo em minha residência temos uma pequena área onde plantamos

feijão, chuchu, mandioca, árvores frutíferas... Eu e a Cladis cuidamos de tudo sozinhos. Vou três vezes por semana em ensaio de coral e ela também se envolve com atividades da OASE (Ordem Auxiliadora das Senhoras Evangélicas). Duas vezes por semana, jogo canastra com um grupo de amigos; faz bem para a mente. Da minha propriedade rural, quem cuida é meu filho Roberto. Ele herdou de mim o gosto e o talento para a agricultura.

O que o senhor considera como as principais conquistas de sua vida? A maior conquista é minha família. Tenho uma vida confortável e simples, trabalhei muito para ter uma velhice tranquila. Nunca fui de ostentação, sempre regi minha vida com simplicidade. E temos muitos amigos, de longas datas.

E os planos para o futuro? Projeto minha vida, mas não com muito tempo de antecedência. Não temos grandes planos, o que queremos é viajar um pouco, mas não para longe. Sou consciente de que o tempo passou, e com quase 80 anos não há como fazer planos para um futuro distante. Mas não me incomodo nenhum pouco com isso. Tenho que prezar pela minha saúde e de minha esposa.

Com toda a sua experiência e visão de liderança, que conselho o senhor daria ao jovem produtor? Deixo um conselho não só ao jovem, mas a todos os produtores: usem de toda tecnologia disponível. Na época que eu comecei a plantar soja, não havia os recursos que temos hoje, então, quando se colhia 25 sacas por hectare, considerávamos uma excelente colheita.

E um recado ao leitor? Sonhar é importante e faz parte da vida, mas é indispensável ter os pés no chão e saber por qual caminho se está andando. Estudar é fundamental. Vencer na vida não significa ter coisas materiais, mas sim ter a certeza do dever cumprido e de que todo esforço e dedicação valeram a pena.

Notícia

Dia Nacional do Campo Limpo – parceria entre agricultura e meio ambiente

Esta data é comemorada em todo o país, ressaltando a importância da devolução de embalagens vazias de agrotóxicos para a preservação do meio ambiente. A Cotripal faz parte deste trabalho de conscientização.

No dia 18 de agosto, o inPEV (Instituto Nacional de Processamento de Embalagens Vazias) promoveu ações educativas em comemoração ao Dia Nacional do Campo Limpo. A 7ª edição deste acontecimento teve como objetivo promover a reflexão, conscientização e preservação do meio ambiente nas comunidades do entorno das unidades de recebimento de embalagens vazias de agrotóxicos.

Neste ano, 100 unidades de recebimento de 21 estados participaram dos festejos em que foram realizadas palestras, visitas ao interior das centrais, entrega de prêmios aos agricultores que se destacam, além de apresentações culturais e educativas.

Hoje, o Brasil é considerado referência no segmento, destinando, de forma ambientalmente correta, 94% das embalagens plásticas vazias que são comercializadas anualmente. O engenhei-

ro de segurança do trabalho da Cotripal Rogério Franco, ao falar do programa de armazenagem de embalagens promovido pela Cooperativa, disse que já se atingiu um excelente nível de resultado. “O nosso trabalho com os associados é constante e, por isso, temos um reflexo positivo. A cada ano, eles devolvem maior quantidade de embalagens, com melhor qualidade. Para ter ideia, só no ano passado nós recolhemos mais de 48 toneladas de embalagens”.

Esta data é a principal ação de mobilização promovida por entidades ligadas ao setor. Ela reforça o comprometimento dos envolvidos com a educação ambiental das futuras gerações e com a preservação do meio ambiente por um campo mais limpo.



Fórum de Produção Pecuária-Leite discute temas importantes para aumento da rentabilidade

Cruz Alta, pelo 14º ano consecutivo, sediou evento que busca informar e qualificar produtores e profissionais na pecuária leiteira. Palestras e uma tarde de campo fizeram parte da programação, que debateu, entre outros temas, a Instrução Normativa 51, aumento da produção e pastagens de inverno.

O 14º Fórum de Produção Pecuária-Leite, realizado pela CCGL, Unicruz (Universidade de Cruz Alta) e curso de Medicina Veterinária, aconteceu nos dias 9 e 10 de agosto, no Ginásio II do Campus Universitário, em Cruz Alta. O assunto central do evento foi “Os temas mais importantes para uma rentabilidade gigante”. Mais de 800 pessoas – entre estudantes, técnicos, agricultores, pecuaristas e produtores de leite – participaram das palestras e da tarde de campo.

No primeiro dia, o médico veterinário André Thaler, da Udesc (Universidade Estadual de Santa Catarina), apresentou a temática “Uma vaca não apenas produtiva, mas também saudável, fértil e duradoura”. Após a palestra, os presentes puderam degustar vinhos Bagolin, queijos Santa Clara e embutidos Cotripal, durante confraternização.

Na manhã seguinte, a médica veterinária Milene Cê, fiscal do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, falou sobre “Desafios dos novos limites da qualidade do leite fixados pela IN 51”. Ela explicou que a normativa deveria ter entrado em vigor desde 1º de julho, mas foi adiada por mais seis meses devido à dificuldade

dos produtores se adequarem às novas regras. “Neste período, devem ocorrer estudos na tentativa de melhorar a qualidade do leite. E, ao final, uma proposta será entregue ao ministro da agricultura.”

Outra temática abordada foi “Desafios e soluções para a gestão e sucessão de propriedades rurais”, desenvolvida pelo engenheiro agrônomo Ciloter Iribarren, da empresa Safras&Cifras. Ele iniciou sua fala dizendo que este é um tema muito importante, porque grande parte dos negócios rurais são administrados por famílias. “A propriedade rural é uma empresa, por isso sucessão deve ser trabalhada desde cedo, entre pais e filhos, e todos que atuam nela devem ter renda definida.” O palestrante ainda destacou a importância da participação de toda família na gestão da propriedade, inclusive da mulher.

O evento continuou no Tambo Experimental da CCGL Tec, com uma tarde de campo. Lá, foram apresentadas dez estações, entre elas manejo e pastagens, estabelecimento de pastagens de inverno em plantio direto, como atingir a qualidade do leite fixado pela IN 51, criação de ternas saudáveis, entre outras.



20 de setembro Dia do Gaúcho



Foto: National Geographic

Nossos passos são largos
Decididos e sólidos
Nossos passos são pioneiros
Desbravadores e corajosos
Nossos passos são legados
Bravos e enraizados
Nossos passos são dianteiros
Aguerridos e avançados

Uma homenagem a todos que nasceram neste
Rio Grande e por aqui deixam pegadas impressas
de amor e honradez.



cotripal

juntos somos mais

Vende-se

Fusca – ano 1983
Reformado recentemente
Del Rey – ano 1990
Contato: (55) 9628-1308

Moto Honda Today 125 – ano 1993
Cor vermelha, documentos em dia, bom estado
Contato: (55) 9961-8836

Gol – ano 2002
1.0, 4 portas, branco, ótimo estado
Contato: (55) 9122-0721

Celta Life – ano 2005
Modelo 2006, 1.0, roda de liga leve, flex, som, alarme e película
Contato: (55) 9149-0846

Caminhão Chevrolet – ano 1973
A diesel, motor 1113, ótimo estado. Aceita troca por ensiladeira Tecus 9004 ou JF

Trator Massey Ferguson 290 – ano 1984
Motor reformado, com 600 horas, comando duplo, bomba independente e com todos os contrapesos

Plantadeira Imasa
14 linhas, para trigo e pastagens de verão
Contato: (55) 9986-6958 ou 9120-6756

Colheitadeira Clayson 1530 – ano 1979
Plataforma flexível, 4 pneus seminovos, bom estado
Contato: (55) 9974-8638 ou 9993-1519

Plantadeira Semeato PSE8
9 linhas, ótimo estado
Trator Massey Ferguson 85X
Turbinado, com comando, bom estado
Contato: (55) 9670-0270

Plantadeira PSE8 – ano 1987
Soja e milho, 8 linhas para soja
Contato: (55) 9939-0949

Trator Massey Ferguson 65X – ano 1974
Eixo alto, bom estado
Plantadeira Menegaz
Plantio direto, 8 linhas, bom estado
Contato: (55) 9962-8355

Trator Massey Ferguson 65X
Com todos os implementos
Vacas leiteiras
Contato: (55) 9934-3870

2 colheitadeiras Clayson 1530 – ano 1979
Uma com cabine e outra sem, pagamento facilitado
Contato: (55) 9671-8057 ou 9122-3598

Trator Valmet 65
Em bom estado
Contato: (55) 9989-2692

Trator Massey Ferguson 65X

Direção hidráulica, 8 marchas, bom estado
Plantadeira Imasa MP – ano 1989
7 linhas de soja, 15 de trigo e 4 de milho
Contato: (55) 9947-2089

Trator Ford 6600 – ano 1983
Ótimo estado, 4 pneus recapados
Contato: (55) 9953-6727 ou 9606-8216

Trator Valtra 785 – ano 2004
1200 horas, seminovo, 4x4, ótimo estado
Contato: (55) 9638-7758

Plantadeira Menegaz – ano 2004
9 linhas
Resfriador de leite
Marca Etscheid, 1280 litros
Contato: (55) 9655-5521

Plantadeira Imasa MPS 2000 – ano 2002
Excelente estado
Caminhão Mercedes Benz – ano 2001
Truck graneleiro, excelente estado
Contato: (64) 9957-2110 ou (64) 3634-2253

Plantadeira Semeato PSE8 – ano 1994
Sistema Stara Sfil
Plantadeira Imasa MP 1600 – ano 1994
Discos novos, para cultura de inverno e verão
Contato: (55) 9971-3936

Colheitadeira SLC 6200 – ano 1984
Bom estado, pneus recapados
Contato: (55) 9132-9423

Colheitadeira Clayson 5050 – ano 1986
Colheitadeira Ideal 1170 – ano 1983
Aceita-se carro, trator ou caminhão no negócio, inclusive de maior valor
Contato: (55) 9917-7809 ou 9195-8898

Colheitadeira Ideal 800
Com flexível, bom estado
Contato: (55) 9172-8004

Plantadeira Sfil
Culturas de verão, 10 linhas
Contato: (55) 9176-0046

Colheitadeira Ideal 1175 – ano 1980
Recebe trator de menor valor no negócio
Contato: (55) 9917-8004

Colheitadeira Massey Ferguson 3640 – ano 1987
Cabinada, com ar condicionado, bom estado, único dono
Contato: (55) 9156-8037

Trator Valmet – ano 1980
Modelo 1985
Contato: (55) 9933-0580

Ordeneira Fockink
Completa, 2 conjuntos, bomba a óleo, bom estado

Contato: (55) 9150-8370

Tanque de leite Fockink
Expansão direta, 1000 litros, 4 ordenhas
Contato: (55) 9149-0835

Resfriador de leite
Agranel, 670 litros, inox, marca Etscheid
Contato: (55) 9139-5331

Resfriador Franke
600 litros, 4 ordenhas
Contato: (55) 9124-0704

Resfriador
300 litros, motor novo
Contato: (55) 9159-9580

Ordeneira
Fockink
Contato: (55) 9150-8370

Resfriador de leite
Friomax, inoxidável, com capacidade para 1000 litros

Transferidor de leite
Sulinox, com capacidade para 60 litros
Contato: (55) 9958-7114 ou 9938-6391

Resfriador a granel
400 litros, Friomax
Ordeneira
Com 4 conjuntos
5 vacas leiteiras
Gir leiteiro com holandês, com boa produtividade
Terneiras
Gir leiteira com holandês
Contato: (55) 3375-7956

Casa de alvenaria
142m², com terreno cercado de 420m².
Terreno de esquina, localizado no bairro Zona Norte, Panambi
Contato: (55) 3375-8186 ou 9627-7354

Casa de alvenaria
Localizada no bairro Pavão, Panambi.
Aceita carro no negócio
Contato: (55) 9154-9100

Casa de alvenaria
Terreno de esquina de 450m², localizada no bairro Planalto
Contato: (55) 9151-8369 ou 9109-9631

Área de 5,5 hectares
Cercada e plana, própria para plantação de eucalipto, localizada em Ajuricaba
Contato: (55) 9613-4845

Triturador de cana
Contato: (55) 9965-6900

Tacho de melado
35 a 40 quilos
Contato: (55) 9941-7267

Geva forrageira

Ótimo estado
Contato: (55) 9114-2900

Televisor Samsung

21 polegadas
Contato: (55) 8446-8146

27 vacas em lactação

8 novilhas prenhas
Contato: (55) 9985-3829

4 vacas holandesas

Contato: (55) 9917-6936

12 vacas

Holandês com jersey
Ordenhadeira Sulinox
Contato: (55) 9609-2125

Novilha

Prenha de 4 meses
Contato: (55) 9618-4782

5 novilhas holandesas

Prenhas, entre 1 ano e meio e 2 anos de idade
Contato: (55) 9917-6936

3 novilhas jersey

Prenhas, primeira cria
Contato: (55) 8411-8216 ou 9174-6181

Junta de vacas de leite

Gir-holandesa, estão prenhas
Contato: (55) 9608-7082

12 terneiros mestiços e desmamados

Contato: (55) 8407-2889 ou 8418-0006

2 vacas

Holandês com jersey, primeira cria
Novilha jersey de 1 ano
Contato: (55) 9182-6334

Junta de novilhas

Gir leiteira, de 1 ano e três meses
Contato: (55) 9926-2943

COMPRA-SE**Resfriador a granel**

De 250 a 300 litros
Contato: (55) 9155-1668

PRECISA-SE**Casal para trabalhar com serviços gerais, principalmente com tambo de leite**

Contato: (55) 9174-8407

BOM SABER

Além da revista Atualidades Cotripal, o seu classificado também pode ser divulgado no programa de rádio da Cotripal, no quadro Classificados. Ele vai ao ar todas as sextas-feiras, às 6h10 e às 11h45, na emissora Sorriso FM, 103.5MHz. Lembrando que podem participar deste espaço associados e colaboradores de forma gratuita. Para mais informações, ligue (55) 3375-9071.

Agenda**Cursos****Panificação caseira**

Data: 8 a 10 de setembro

Local: Núcleo Unidos do Vale - linha Caxambu, Panambi

Produção de derivados de leite

Data: 26 a 28 de setembro

Local: Núcleo Integração - linha Jacicema, Pejuçara

Regulagem e manutenção de colheitadeiras

Data: 19 a 22 de setembro

Local: Núcleo de Associados - linha Boa Vista, Panambi

Plano Safra inverno

Pneus agrícolas e de carga

Óleos lubrificantes

Peças agrícolas

**PAGAMENTO EM 1º DE
DEZEMBRO SEM JUROS**

**A mais completa linha de
peças agrícolas com pagamento
super facilitado**

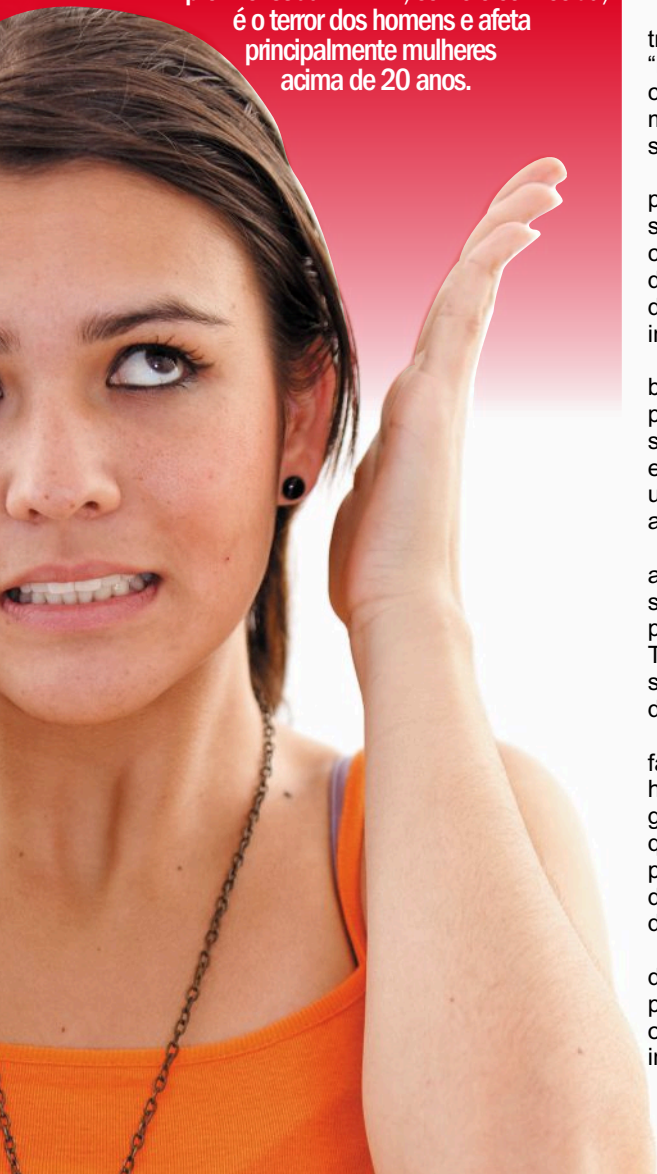


cotripal
juntos somos mais

Vida saudável

Aqueles dias...

Choro fácil, sentimento de rejeição, dores de cabeça e musculares são alguns dos sintomas de uma mulher que está passando pelo período pré-menstrual. A TPM, como é conhecida, é o terror dos homens e afeta principalmente mulheres acima de 20 anos.



Ao contrário do que alguém pode pensar, a tensão pré-menstrual – ou TPM – não é um mito. Ela é uma síndrome e merece toda a atenção. Ela combina uma série de fatores físicos, psicológicos e emocionais que interfere diretamente nos relacionamentos interpessoais das mulheres.

Segundo pesquisa realizada pela Unicamp (Universidade Estadual de Campinas), cerca de 80% das mulheres sofrem da síndrome. Desse total, entre 3 e 5% delas, os sintomas são gravíssimos, impedindo-as inclusive de seguir sua rotina normal. Os sinais psicológicos mais frequentes são ansiedade, irritabilidade, depressão, insônia ou sonolência, memória fraca, concentração diminuída e distração. Fisicamente, a mulher pode apresentar dores de cabeça, cansaço, enxaqueca, mastalgia, dores generalizadas, aumento do volume abdominal, ganho de peso, calorões, tonturas, náuseas e palpitações.

Neste período, as mulheres costumam ter alterações de comportamento também. Mudam hábitos alimentares, não participam de seus grupos sociais, evitam sair de casa e se relacionam menos, aumentam o consumo de álcool e podem ter sua libido elevada ou diminuída.

Segundo a ginecologista e obstetra Milena Bodanese, de Panambi, o tratamento varia de acordo com os sintomas e com o tempo de duração deles. “Pode haver variações desde orientação dietética, exercícios físicos, polivitamínicos e, em alguns casos, medicação. O acompanhamento nutricional tem um papel muito importante no tratamento, visto que as modificações na alimentação podem suprir as necessidades do corpo por nutrientes.”

De acordo com Milena, quem sofre com a TPM deve dar preferência às proteínas, fibras e carboidratos adequados e ingerir baixas quantidades de gordura saturada. Alimentos muito salgados ou muito doces causam retenção hídrica e, conseqüentemente, desconforto. Portanto, devem ser evitados. Café, chá e bebidas a base de cola também precisam ser ingeridas com cautela ou até eliminadas do cardápio – elas são estimulantes e agravam os sintomas como irritabilidade, insônia e tensão.

Além disso, praticar algum exercício físico regularmente ajuda no equilíbrio do corpo. “A atividade física eleva os níveis de endorfinas – calmantes naturais produzidos pelo cérebro –, responsáveis pela sensação de bem-estar, o que, conseqüentemente, melhora o humor também”, comenta a médica. Ela indica que os exercícios aumentam a taxa metabólica e favorecem a circulação sanguínea. Há uma melhora no transporte de oxigênio e nutrientes essenciais, o que faz com que as funções vitais respondam positivamente.

A forma mais intensa da TPM, que impossibilita a mulher de realizar suas atividades diárias, é conhecida como distúrbio disfórico pré-menstrual. Quando a síndrome atinge esse patamar, além de ingerir medicação, o tratamento com um psicólogo também se torna muito necessário. “Não é ‘papo furado’ de mulher, a TPM existe e precisa de ajuda profissional. Tanto a parte física como a emocional são afetadas pela síndrome e, se não houver atenção, o quadro pode ser agravado”, lembra Milena.

Ingerir álcool, remédios sem prescrição médica ou fumar também são fatores que aumentam os sintomas da TPM. O álcool altera a ação e a função dos hormônios sexuais femininos e o cigarro também potencializa a tensão. A ginecologista comenta que recentemente foi realizado um estudo onde ficou demonstrado que mulheres fumantes têm o dobro de chance de desenvolver a síndrome. “Certos produtos presentes no cigarro estão intimamente ligados a maiores concentrações de hormônios, com a testosterona, estrógeno e progesterona – o que está associado ao aumento da intensidade dos sintomas da tensão.”

Além de todos esses cuidados, também existem remédios que podem diminuir os sintomas da TPM. “Quando há necessidade de medicação, é preciso procurar um médico ginecologista. Analisando os sintomas, ele poderá prescrever o remédio adequado para a paciente. A automedicação é muito perigosa, por isso é importante procurar um especialista”, conclui.

Prímula

O Óleo de Prímula está associado a benefícios na tensão pré-menstrual, hiperatividade infantil, inflamação e problemas de pele; devido sua ação antiinflamatória e levemente adstringente. Reduz a agregação plaquetária, aumenta o tônus muscular e auxilia na recuperação do fígado danificado pelo uso abusivo de álcool.



Óleo de Gérmen de Trigo

O óleo de gérmen de trigo é rico em Vitamina E e vitaminas do complexo B, excelentes antioxidantes que ajudam a reduzir os níveis de açúcares do sangue, beneficiando pessoas que sofrem com o diabetes a controlar o nível de glicemia. Auxilia na ativação das glândulas sexuais, melhorando a produção de hormônios, ajuda a regular o ciclo menstrual, diminui o estresse físico, insônia e auxilia na prevenção de problemas cardiovasculares.



Produtos Naturais

CONHEÇA
TODA LINHA
DE PRODUTOS
terramais



www.terramais.com.br



Combinar para ter mais sabor

Algumas misturas entre ingredientes são conhecidas e produzem uma explosão de sensações no paladar. A famosa sobremesa de goiabada com queijo – ou Romeu e Julieta – ganha contornos mais modernos e saborosos na receita que a leitora Daiane Schmidt enviou para a Revista Atualidades. E, também, neste mês, uma diferente combinação de feijão, abóbora e calabresa formam um delicioso salgadinho, dotado de um sabor surpreendente. Bom apetite.

Coxinha de feijão

Ingredientes

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 3 colheres de sopa de margarina | 1 ½ xícara de chá de farinha de trigo |
| 1 linguiça calabresa | 2 ovos batidos |
| 1 xícara de abóbora cortada em cubos | 1 xícara de chá de farinha de rosca |
| 2 xícaras de chá de feijão preto cozido e batido | sal a gosto |



Modo de preparo

Para o recheio

Numa panela, aqueça uma colher de sopa de margarina e doure a linguiça. Adicione a abóbora e refogue até que ela desmanche. Quando o recheio ficar bem seco, desligue o fogo e reserve.

Para a massa

Em uma panela, derreta duas colheres de margarina, acrescente o feijão, a farinha de trigo e o sal. Misture bem e mexa até virar uma bola e desgrudar do fundo. Espere esfriar.

Para empanar e fritar

Passa as coxinhas pela farinha de trigo, retire o excesso, depois passe pelo ovo batido e pela farinha de rosca. Frite em óleo quente. Com a ajuda de uma escumadeira, retire as coxinhas e acomode-as sobre papel absorvente. Sirva em seguida.

Fonte: Sadia

Delícia de Goiabada

(receita enviada por Daiane B. Rodrigues Schmidt)

Ingredientes

- ½ pacote de goiabada cortada em fatias
- 1 pote de requeijão
- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- queijo mussarela ralado

Modo de preparo

Pique a goiabada e a coloque em um prato refratário pequeno untado. Separadamente, misture o requeijão, o leite condensado e o creme de leite. Despeje esta mistura por cima da goiabada e acrescente a mussarela ralada. Leve ao forno pré-aquecido até dourar. Sirva morno ou frio.



Compartilhe a sua receita preferida!

Se você quer ver publicado aqui aquele prato especial que alguém da sua família prepara, entre em contato conosco.

Mande sua dica para jornalismo.revista@cotripal.com.br ou ligue para (55) 3375-9071

21 de setembro, aniversário Cotripal

Juntos, somos mais prósperos, mais fortes e melhores

Juntos, somos mais unidos, mais sólidos e maiores

Há 54 anos, juntos somos mais



foto meramente ilustrativa

 **juntos somos mais**
www.cotripal.com.br