

## SEGURANÇA ALIMENTAR

Um compromisso de todos





## ***Estamos criando valor***

Melhorando a qualidade de vida dos consumidores  
e proporcionando um ambiente mais limpo  
e saudável para as futuras gerações

Bernardo Soares



## 2014 RAZÕES PARA RECOMEÇAR

Nada melhor do que o sentimento de recomeço tomando conta da gente. A cada ano, somos tomados por um desejo enorme de fazer mais e melhor. Celebrar os êxitos e tentar superá-los. Identificar os pontos a melhorar, e persegui-los. É senso comum. É o desejo de sermos mais. Nesse astral, a Set Sistemas começa o ano trazendo mais uma edição da Set Clean cheia de coisas boas.

No Pingue-Pongue, uma entrevista com Rose Guareschi, do Grupo Julietto. Uma empresária que tem muito a ensinar a nós todos, não apenas administrativamente, mas como ser humano, capitaneando um belo trabalho social. Trazemos também uma matéria sobre a nossa duradoura parceria com o Diário de Pernambuco, o que muito nos orgulha, e um texto esclarecedor para aquelas pessoas que têm que conviver com as alergias do dia a dia. O charmoso Hotel Vivá, em Porto de Galinhas, protagonista da nossa editoria de Arquitetura. Em Turismo, convidamos os leitores a um passeio pelo bom Velho Mundo. Na página 16, o convite é para manter a saúde e o bem-estar sobre duas rodas, pedalando. Vamos nessa?

A edição traz tudo isso e muita notícia boa sobre a nossa querida Set. Está imperdível! Pode folhear. Foi feita especialmente para você.

Um abraço,  
**Alexandre Reis**  
Diretor Comercial



## 5 DICA DO SUPERSET

Sempre uma solução para você

## 6 ACONTECEU

Para você ficar por dentro de tudo que aconteceu

## 8 CLIENTE DESTAQUE

Diário de Pernambuco: O jornal mais antigo da América Latina

## 10 ESSE É DA CASA

Josué Luna: Habilidade em dizer sim

## 11 SAÚDE

Como conviver com as alergias

## 12 ARQUITETURA E DECORAÇÃO

Vivá Porto de Galinhas: Charme e conforto em cada traço

## 14 GAPA

Segurança Alimentar: Um compromisso de todos

## 16 BEM-ESTAR

Vamos pedalar?

## 18 PINGUE-PONGUE

Rose Guareschi: Uma empresária massa

## 21 TURISMO

O velho e bom Velho Mundo

## 24 ARTIGO

O menino de Alquerubim. Por Joaquim Francisco

## 26 VITRINE DE PRODUTOS

Lançamentos do mercado da higienização

## EXPEDIENTE

Set Sistemas e Produtos Técnicos Ltda. - Soluções em higiene profissional Rua Professor Agamenon Magalhães, 360 - Vila Popular, Olinda/PE | CEP 53.230-010 | Pabx: (81) 2126.2266 | **Filial:** Av. Júlia Freire, 617 - Empresarial CIMOL - Sala 211 - Torre João Pessoa/PB. | CEP: 58040-040 | Telefone: (83) 3241.5777 | **Site:** [www.setsistemas.com.br](http://www.setsistemas.com.br) | **Twitter:** @setsistemas  
**Facebook:** facebook/setsistemas | **Textos e fotos:** Águila Comunicação | **Designer Gráfico:** Mônica Jácome | **Impressão:** Provisual Gráfica | **Tiragem:** Um mil exemplares.

# Evitando desfalques nas peças de enxoval

Um dos nossos principais parceiros, a Rubbermaid, está oferecendo ao mercado uma opção imperdível para quem quer garantir a segurança das peças de enxoval de hotelaria nos carrinhos das camareiras.

A empresa possui em seu catálogo de produtos um funcional carro camareira com portas que possuem chaves. Dessa forma, os profissionais podem executar o seu trabalho com tranquilidade, sabendo que todo o material de reposição está bem acondicionado e protegido. Seja esperto e evite perdas. Solicite um catálogo eletrônico com esse e outros produtos da linha!



## Scotch-Brite

## Segurança alimentar

Mais que importante,  
essencial

Higiene e confiança fazem toda a diferença no sucesso de um restaurante. Conheça as soluções de Food Service 3M e garanta o máximo de segurança para o seu negócio.



[www.foodservice3m.com.br](http://www.foodservice3m.com.br)

Linha Aberta: 0800-0132333

E-mail: faleconosco@mmm.com

# 3M

## CAMPANHA SUPERAÇÃO



Arquivo Set Sistemas

A nossa campanha de vendas Superação 2013 foi finalizada com chave de ouro. A melhor equipe do ano, que bateu todos os nossos recordes de vendas, foi a dupla Luciana Valões e Taciana Tenório (centro). As talentosas meninas ganharam um fim de semana no charmoso Hotel Salinas, na praia de Maragogi (AL). Em segundo lugar ficaram Breno França e Vecianne Dantas (esquerda) e em terceiro Sérgio Ferreira e Patrícia Helena (direita). A dupla Luciana Valões e Taciana Tenório também levou os 3º e 4º ciclos da campanha, faturando, cada uma, um GPS com TV Digital e um tablet Samsung 10".

## NOTAS



Fotos: Arquivo Set Sistemas

### SEGURA A SERINGA

O tradicional bloco Segura a Seringa, idealizado pelo Hospital Português, contou com o apoio da Set Sistemas e mais uma vez deu um grande show. A nossa diretoria compareceu ao festão, comandado pela banda Chiclete com Banana. Ano que vem tem mais!



### FESTEJANDO

Nossa tradicional festa de fim ano aconteceu no espaço Barrozo/Ana Góes e contou com a participação de todos os nossos colaboradores. Apresentamos os resultados do ano, projetamos as ações para 2014 e, claro, comemoramos muito!



### DIVERSEY CARE FORNECEDOR DO ANO

A Diversey Care foi eleita em janeiro, pelos colaboradores e diretoria da Set, o melhor fornecedor de 2013. Nosso diretor comercial, Alexandre Reis, foi a São Paulo para a entrega da placa comemorativa à Diversey Care Brasil, nas mãos dos executivos Sandro Silva e César Gesteira.



### CAPACITAÇÃO SANTHER

No dia 13 de fevereiro, executivos da Santher realizaram treinamento dos seus produtos e apresentação de todo o seu portfólio para a equipe de vendas Set. Foi uma ótima oportunidade para conhecer o que há mais de moderno na Santher e tirar todas as dúvidas dos nossos colaboradores.

# A SET É ORGULHO

Arquivo Set Sistemas

No final de 2013, a Set Sistemas foi homenageada pelo Diário de Pernambuco com o conceituado prêmio Orgulho de Pernambuco, oferecido a pessoas e instituições que se destacam em suas áreas durante o ano. "Um orgulho enorme ser reconhecido por um prêmio tão importante como esse, vindo de uma instituição secular da maior credibilidade", disse o diretor comercial da Set, Alexandre Reis.



Arquivo Set Sistemas

## REUNIÃO GERAL DE VENDAS

A nossa convenção anual de vendas aconteceu no dia 15 de fevereiro, no Hotel Manibu Recife, e contou com a presença de toda a força de vendas Set. Na ocasião, a diretoria apresentou o fechamento de 2013, as projeções para 2014 e os desafios do cenário econômico para este ano. O consultor de empresas Eugênio Sales Queiroz nos brindou com uma estimulante palestra motivacional.



## CARICATURAS

No dia 10 de outubro, os funcionários da Set voltaram ao mundo infantil, durante o evento comemorativo ao Dia das Crianças. A ação foi marcada por muita surpresa, criatividade e diversão, principalmente as caricaturas, divertidíssimas, que fizeram o maior sucesso.



Arquivo Set Sistemas

## DIVERSEY CARE NA ISSA LAS VEGAS

A Diversey Care participou com um grande estande da maior feira do setor de higiene profissional do mundo, que aconteceu em novembro de 2013, em Las Vegas, EUA. Os visitantes conheceram os produtos e inovações incríveis desse nosso grande parceiro comercial.

Fotos: Arquivo Set Sistemas



# DIARIO DE PERNAMBUCO

## O JORNAL MAIS ANTIGO DA AMÉRICA LATINA

Fundado em 7 de novembro de 1825, o Diário de Pernambuco, jornal mais antigo em circulação na América Latina, imprime 70 mil exemplares por hora, durante o horário de atividade do parque gráfico. Nas bancas, praças, parques, shoppings, supermercados, semáforos e, claro, nas mãos dos seus leitores, o Diário reafirma constantemente que antiguidade é, de fato, posto, como reza o velho ditado. Entre seus muitos títulos, um capta mais especialmente o espírito do periódico: é a mais antiga publicação do mundo editada em língua portuguesa.

Há cerca de seis anos, a Set Sistemas se orgulha em ter essa instituição, de tão alto gabarito, como parceira. São aproximadamente setenta e dois meses de atuação na rotina do Diário de Pernambuco: uma fração relevante no longo caminho trilhado pelo jornal até os dias de hoje. Aliás, principalmente nos dias de hoje, quando, a cada ano, o mercado se aquece, a competitividade é acirrada, o tempo torna-se mais escasso e até mesmo antigas parcerias se desfazem. No caso da Set e do Diário, porém, é de se comemorar a renovação desse casamento que, evidentemente, deu certo. Afinal, o que é mais valioso, na efemeridade atual, do que uma renovação de compromisso?

“Nós temos sempre conversado e nos entendido bem”, diz o gerente financeiro do Diário de Pernambuco, Evaldo Moura, numa frase que, como sugerem as linhas anteriores, poderia muito bem definir a receita de sucesso de um matrimônio longevo. Segundo ele, não há motivo para pensar o contrário: o acordo é positivo para ambas as partes. Critérios como pontualidade, assiduidade, comprometimento, custo/benefício, cordialidade e qualidade dos produtos são analisados a cada temporada. E a Set continua sendo eleita como melhor alternativa pela administração do jornal. “A qualidade dos serviços vem em primeiro lugar”, explica Evaldo.

Essa combinação de fatores garante, inclusive, que a parceria entre a Set Sistemas e o Diário de Pernambuco se estenda às demais repartições dos Diários Associados: TV Clube/Afiliada Record e Rádio Clube FM. “A explicação para o sucesso da parceria está na soma dos fatores exigidos pela empresa, especialmente a alta qualidade, e no atendimento destes por parte da Set. Vislumbro a continuidade dessa união e se apresentadas mais chances de estendermos nossa parceria, estamos dispostos a aproveitá-las”, resume o gerente financeiro.

Para uma empresa com histórico e idoneidade tão admiráveis, o periódico é um excelente exemplo de que maturidade é saber quando e como renovar-se. Experiência e capacidade de adaptação lhe garantem, diariamente, a fidelidade de seu público leitor. E falando em fidelidade – e, claro, em entendimento, diálogo e expectativas bem atendidas – fica fácil compreender o sucesso da parceria entre a Set Sistemas e o Diário de Pernambuco. É que um casamento baseado em transparência e cumplicidade está sempre destinado a prosperar. 🌱

“ Vislumbro a continuidade  
dessa união e, se apresentadas  
mais chances de estendermos  
nossa parceria, estamos  
dispostos a aproveitá-las. ”  
Evaldo Moura



PERNAMBUCO



**TVCLUBE**  
PERNAMBUCO

BUCO.COM

TE-SE

arcerto  
.com.br



# JOSUÉ LUNA:

## Habilidade em dizer sim

O supervisor de manutenção Josué Luna é do tipo de homem de voz grave e discurso direto, desenrolado, ágil. Prestativo, atendeu ao primeiro telefonema de contato para sua entrevista logo nos primeiros toques da chamada. Respondeu prontamente a tudo o que lhe foi perguntado e, mais ainda, aceitou colaborar com tudo o que lhe foi proposto. Poderia conceder uns minutinhos do seu tempo? Sim. Responder a algumas perguntas? Sim. Sanar algumas curiosidades acerca de seu dia a dia pessoal? Sim. Agendar foto? Sim, claro. Emprestar seu rosto e sua história à revista? Adivinhe: sim, sim, sim. Josué Luna é um homem com aquela tal habilidade para dizer mais sim do que não. E para essas pessoas, a vida também costuma responder com seu mais sincero e sonoro sim.

Funcionário da Set Sistemas há cerca de quatro anos, Seu Josué coleciona dezenas de histórias dos bastidores de sua função, que faz questão de descrever com um misto balanceado de modéstia e orgulho. “Lido diretamente com toda a parte de manutenção da empresa, veículos, transportes, organização”, explica, “conservando tudo em funcionamento.” Com frases rápidas, eficientes e carregadas de informação, faz questão de ressaltar que a qualidade da rotina dos funcionários melhora a cada dia. “Nesses quatro anos, a empresa apenas progride. A Set faz questão de profissionalizar, capacitar e reciclar os conhecimentos de seus funcionários”, conta.

Seu vínculo com os nomes por trás da Set Sistemas, porém, é um caso antigo. O timbre da voz de Seu Josué torna-se menos grave e mais animado – euforia saudosista, talvez – ao se dar conta de que subestimou o questionamento sobre seu tempo na empresa. Sua resposta poderia ser mais impactante, bem mais. Afinal, “espere, não são apenas quatro anos.” Na Set Sistemas, sim. Na carreira que desenvolveu atrelada ao apoio do diretor administrativo da Set, Vicente Miranda, porém, já somam-se mais de trinta anos de história. De histórias, no plural. “Acompanhei Seu Vicente em outras empresas”, conta, “até chegarmos à Set.” E lá se vão três décadas. “Essa trajetória se confunde com a minha história”. No ambiente de trabalho, faz questão de conservar amizades e preservar o relacionamento saudável com todos os colegas, sendo alguns deles amigos tão antigos quanto sua carreira na empresa. Fora dela, o supervisor de manutenção transforma-se em supervisor da natureza. “Adoro observar a vida na natureza, as coisas naturais”, confidencia, “e meu passatempo favorito é cuidar das plantas no meu tempo de folga.”

Em casa, Seu Josué e a esposa, Neide, mantêm um jardim particular. Com uma vida inteira – além de três filhas e três netas – em comum, o casal compartilha o mesmo hobby: a jardinagem. “Gostamos de cuidar do meio ambiente, dar nossa contribuição à natureza”. Aos domingos, Seu Josué e Dona Neide frequentam a Igreja Batista, fiel e religiosamente. Após anos de serviços e viagens em nome da empresa, o tempo livre é dedicado ao lazer em família e, claro, às plantas. Para Seu Josué, felicidade – em meio ao caos da vida moderna – é justamente isso: sua esposa, sua família, seu lar, sua paz. E, evidentemente, o seu jardim do paraíso particular. 🌱

“A minha trajetória na Set se confunde com a minha história.”  
Josué Luna

# Achiiiiiii... saúde!

## Como conviver com as alergias

Quem sofre de rinite alérgica já conhece a rotina: desconforto das vias respiratórias, olhos lacrimejando, coriza e narinas obstruídas, coceira no nariz ou garganta e espirros sucessivos. Descrição semelhante a de um resfriado, é verdade. Agravada, porém, pela repetição diária desses mesmos sintomas, com pequenos intervalos de recorrência. Nada fácil, hein?

Muitas pessoas, inclusive as acometidas por esse mal, acreditam que a rinite alérgica derive de uma falta de defesa do organismo contra substâncias que possam prejudicá-lo. Na realidade, entretanto, as alergias são provocadas por um excesso de defesa. Esse conjunto de sintomas nada mais é do que a manifestação de uma hipersensibilidade aos antígenos (toda partícula ou molécula capaz de desencadear uma resposta imunológica) presentes no ambiente. O corpo entende que, ao seu redor, há algo capaz de prejudicá-lo e, portanto, esforça-se em expulsar a ameaça – por isso a coriza, os espirros recorrentes e a obstrução das vias nasais a fim de proteger os pulmões.

Graças a essas condições especiais, um indivíduo alérgico pode não ser capaz de conviver diariamente em local empoeirado onde dezenas de indivíduos não-alérgicos transitam sem problema algum. Um simples filtro de ar condicionado mal higienizado pode transformar a manhã de trabalho de um alérgico em um verdadeiro tormento. O consolo é saber que não se está sozinho: entre 10 e 25% da população sofrem com esse mesmo calvário, levando a vida entre um espirro e outro.

“Os principais inimigos invisíveis dos alérgicos das vias respiratórias são todas as poeiras orgânicas e poluentes, sejam sob a forma de micropartículas, como material derivado de motores a combustão, sejam os voláteis, como tintas e solventes”, explica o Professor Doutor José Ângelo Rizzo, Diretor de Ensino, Pesquisa e Extensão no Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco. Segundo ele, os mofo e os ácaros presentes na poeira doméstica merecem especial destaque no quadro de ameaças aos alérgicos, sendo encontrados principalmente em colchões e travesseiros.

Medicamentos preventivos (antialérgicos) em uso prolongado podem ser uma boa alternativa às vítimas da coriza eterna. Segundo o médico, já se foi o tempo em que essas substâncias provocavam sonolência ou ganho de peso. “Hoje dispomos de medicamentos mais seguros, até mesmo para gestantes e conceito”, explica Dr. Ângelo Rizzo. A prescrição médica é fundamental nesses casos, afinal, o mau uso das drogas farmacêuticas pode desencadear efeitos colaterais, incluindo a piora dos sintomas. Procurar um especialista no assunto é a iniciativa-chave para melhoria da qualidade de vida de uma pessoa alérgica. Conforme suas necessidades individuais, o tratamento pode tornar a convivência com os sintomas tão suave a ponto de um alérgico quase esquecer o significado da palavra coriza. 🌸

### COMO ALIVIAR OS SINTOMAS



- Expor o colchão ao sol para combater os ácaros. Das 10h às 12h, expor um dos lados; das 12h às 14h, o outro. Em seguida, batê-lo com um batedor de tapetes.
- Adotar decoração minimalista no quarto, para facilitar a limpeza.
- Manter animais domésticos afastados dos dormitórios da casa.
- Evitar carpetes, tapetes, acolchoados e pelúcias.
- Não fumar e evitar proximidade com fumantes.
- Evitar infiltrações nas paredes de casa. Quando já existentes, combatê-las borrifando vinagre de álcool semanalmente.
- Trocar frequentemente os lençóis da cama.

# Vivã Porto de Galinhas:

*Charme, conforto e funcionalidade em cada traço*

12-13

Vinicius Lubambo



Today Holland



Vinicius Lubambo

O turista que chega ao BEST WESTERN PLUS Vivá Porto de Galinhas é imediatamente remetido a um universo paradisíaco de praia, conforto, relaxamento e muito charme. Um dos segredos é a arquitetura caprichosa e a funcionalidade projetada em tudo, aliadas a uma sólida proposta de sustentabilidade.

A área total é de 50 mil m<sup>2</sup>, sendo 25 mil m<sup>2</sup> em área verde, o que humaniza ainda mais a paisagem. Essa preocupação com o verde é visível em todas as áreas do hotel, além da arquitetura que valoriza o uso da luz e da ventilação natural, sempre marcada pela dança tranquilizante das folhas dos inúmeros coqueiros.

O compromisso com questões de preservação ambiental e respeito à natureza dá o tom. A madeira utilizada (e muito presente) é certificada e ecologicamente correta. O parque infantil, por exemplo, possui balanços, gangorras, escorregadores e casinhas de madeira especial. Toda água é reaproveitada e aquecida com energia solar. O lixo produzido é separado e reciclado. Foram incorporadas ao projeto e aos serviços soluções não poluentes, energia solar, dispositivos de redução de energia e outros equipamentos que visam o equilíbrio ambiental, aspectos que fazem toda a diferença nas grandes construções, mas que nem sempre são lembrados pela hotelaria. Ou seja, mais um pontapé para o Vivá.

As espreguiçadeiras colocadas dentro das [impecáveis] piscinas (sim, dentro mesmo!) ficam no inconsciente do turista, quando ele volta para casa. “Ai, aquelas manhãs de sol dentro d’água!”. Outro charme são os gazebos à beira mar, com suas coberturas de palha, assim como o agradável restaurante e as mesinhas com coberturas privadas, como se fossem pequenas ilhas em meio às piscinas, talvez um dos pontos mais charmosos do hotel.

Os apartamentos primam pelo conforto. Espaçosos e cheios de luz, vão desde a opção standard (casal, duplo, triplo ou quádruplo) à categoria luxo, com direito à jacuzzi para o casal na varanda. Pensando em todos os hóspedes, o Vivá também oferece apartamentos totalmente adaptados à pessoas com deficiência, oferecendo desenho diferenciado.

Quem busca o relaxamento além das piscinas e das ondas do mar, pode desfrutar do SPA, com salas de massagens individuais ou para o casal, hidromassagens, ofurô, piscina aquecida e sauna. Um universo paralelo.

Localizado na praia de Porto de Galinhas, o Vivá é de bandeira Best Western e fica a 55 km do Aeroporto Internacional dos Guararapes, no Recife. Está a 4,5 km da Vila de Porto e a 500 m dos arrecifes e piscinas naturais da Praia do Cupe. Inaugurou há cerca de dois anos, com promessa de vida longa. É um hotel lindo e pra lá de moderno, que enche os olhos do turista. 🌺





# SEGURANÇA ALIMENTAR:

Garantir o direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis. Isso é, basicamente, o que determina a Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (Lei nº 11.346 de 15 de setembro de 2006). Os desdobramentos dessa prática, porém, são muito mais amplos e subjetivos do que determinam os códigos legais.

Segundo a professora Jailma Santos Monteiro, do Laboratório de Nutrição e Saúde Pública do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), a Segurança Alimentar deve ser classificada, antes de tudo, como um direito humano. Não apenas uma regra, lei ou técnica, mas sim algo mais profundo e social. Jailma reforça o conceito criado pela Lei citada no início do texto - desenvolvida na ocasião em que foi elaborado documento brasileiro para a Cúpula Mundial da Alimentação, de autoria de representantes do governo e da sociedade civil – ressaltando, porém, a necessária associação entre esse conceito e as condições sociais e culturais nas quais os indivíduos são imersos. “As características de cada região, com suas tradições e peculiaridades, devem ser respeitadas, garantindo a cada brasileiro o direito de se alimentar adequadamente”, diz Jailma, “ênfase em aspectos como suficiência de alimentos, preços estáveis e compatíveis com o poder aquisitivo da população em questão, além da valorização de hábitos alimentares saudáveis e adequados, elevando a Segurança Alimentar ao posto de prerrogativa básica para a condição de cidadania humana.”

Quando as necessidades básicas e sociais diretamente ligadas ao conceito de Segurança Alimentar não são atendidas, tem-se uma situação oposta, evidentemente chamada de Insegurança Alimentar. Esse perigo pode ser facilmente identificado por indicativos como fome, obesidade, doenças associadas à má alimentação, consumo de alimentos de qualidade duvidosa, estrutura predatória do ambiente na produção de alimentos, preços abusivos dos produtos alimentícios ou imposição de padrões alimentares que não respeitem a diversidade cultural. Para evitar tal contexto, medidas inseridas nas Políticas de Segurança Alimentar e Nutricional são tomadas pelos órgãos responsáveis, através de ações conjuntas entre estados e sociedade, visando à equidade e superação das desigualdades econômicas, sociais, étnicas e de gênero, além da articulação entre orçamento e gestão, e, por fim, a abrangência e articulação entre ações estruturais e medidas emergenciais.

“Uma boa política de Segurança Alimentar é justamente aquela que prioriza todo o conjunto de ações planejadas a fim de garantir a oferta e o acesso aos alimentos para toda a população, promovendo a nutrição e, conseqüentemente, a saúde social”, explica a professora Jailma Monteiro, ressaltando ainda que essa política deve ser sustentável, ou seja, desenvolvida de modo a permitir sua manutenção a longo prazo. “Isso requer o envolvimento da sociedade civil organizada em seus diferentes setores – saúde, educação, trabalho, agricultura, desenvolvimento, meio ambiente... – e em diferentes esferas, como produção, comercialização, controle de qualidade, acesso e consumo”, diz Jailma.

Para o dia a dia do cidadão comum, Jailma deixa a dica: “É recomendável dar preferência ao consumo de alimentos provenientes da produção agrícola local, sem uso de agrotóxicos, evitando produtos industrializados ou refinados, ricos em gorduras, açúcares e sais.” Afinal, como em todos os setores da sociedade, deve-se cobrar que governo e órgãos públicos cumpram sua função, lembrando, porém, que cada indivíduo também é responsável por sua própria contribuição ao bem estar coletivo. 🌱



# UM COMPROMISSO DE TODOS

## *Dicas básicas que fazem a diferença:*

### *1) Na hora de comprar*

- Fazer uma lista dos produtos a serem comprados, levando em consideração as safras de frutas e legumes;
- Comprar apenas a quantidade necessária ao consumo;
- Observar a data de fabricação e o prazo de validade;
- Não comprar produtos amassados, furados, estufados ou suados.

### *2) Na hora de conservar*

- Conservar alimentos em recipientes fechados, mesmo dentro do refrigerador;
- Remover periodicamente os alimentos mais antigos da geladeira;
- Os armários devem ser periodicamente limpos com pano úmido, detergente e álcool, seguido de pano seco.

### *3) Na hora de cozinhar*

- Não tossir ou espirrar próximo aos alimentos;
- Higienizar talheres, recipientes, panelas e louças;
- Lavar as mãos antes e depois do preparo dos alimentos;
- Prender os cabelos para trás;
- Não usar os mesmos utensílios para preparo de alimentos crus e cozidos;
- Não manusear alimentos se estiver com feridas e machucados.

### *4) Em caso de sobras*

- Conservar sobras de alimentos acondicionadas em recipientes fechados e em temperaturas inferiores aos 10°C;
- Consumir as sobras rapidamente;
- Antes do consumo das sobras, esquentá-las ou até fervê-las cuidadosamente;
- Utilize a água na qual foram fervidos legumes para o preparo de sopas ou para o cozimento de arroz. Esses alimentos ficarão mais saborosos e nutritivos com o reaproveitamento.



# VAMOS PEDALAR?

Tem sido cada vez mais comum entre as famílias do Recife o hábito de andar de bicicleta pelas ruas da cidade. O fato é: o costume já chegou tarde. Por ser basicamente plano, o Recife nasceu para abrigar ciclovias. Só faltavam mesmo as vias exclusivas e o respeito aos ciclistas. Para a felicidade de todos, isso tem começado a acontecer, com a criação das ciclofaixas e a oferta de bicicletas para aluguel, o que aumentou de forma considerável o número de praticantes, proporcionando uma mudança cultural na cidade. Andar de bicicleta virou moda. E nada melhor quando uma moda é algo saudável, que só faz bem ao corpo e à mente. 🌻

## Se você também vai sair por aí com a sua magrela, aceite algumas sugestões

- Procure uma bicicleta apropriada para a sua estatura e seus objetivos. Isso lhe trará mais conforto na pedalada e evitará lesões. Lojas específicas possuem consultores que lhe ajudarão a fazer a escolha correta.
- Obedeça a todos os sinais de trânsito e respeite os pedestres. Bicicleta é um veículo. Conduza com prudência e muita atenção ao trânsito.
- Comece com pequenos trechos, para facilitar o seu condicionamento físico. Nada de percorrer toda a ciclofaixa de ponta a ponta no primeiro dia. Planeje a ida e a volta. Guarde fôlego para chegar bem em casa.
- Use todos os equipamentos de segurança: capacete, luvas, luzes (dianteira e traseira) e faixas refletivas.
- Ao pedalar de dia, lembre-se de usar óculos escuros e roupas com proteção UVA, além do bloqueador solar.
- Pedalar nos dá a possibilidade de ver a cidade sob outra ótica. Uma boa dica nessas paradinhas é alongar os músculos, o que também deve ser feito antes e depois do passeio.
- Não se esqueça da boa alimentação antes de sair. Comidinhas leves, como frutas com mel e granola são bem-vindas. A banana é rica em potássio e ajuda o ciclista a evitar câimbras.
- Para pedalar à noite, procure um dos grupos organizados. Eles lhe proporcionarão mais segurança e suporte.
- Faça pausas e beba sempre muita água. Aproveite essas paradas para contemplar o Recife.





# ESTEJA SEMPRE UM PASSO À FRENTE NO CONFORTO E NA SEGURANÇA DOS SEUS FUNCIONÁRIOS

PROFUNDIDADE ADEQUADA,  
PROPORCIONANDO  
ESTABILIDADE AO CAMINHAR.



FECHADO NA PARTE DA  
FRENTE GARANTINDO  
CONFORTO.



ANTIDERRAPANTE, POSSUI  
BORRACHA NO SOLADO.



CERTIFICADO DE  
APROVAÇÃO CA Nº 27921-  
MINISTÉRIO DO TRABALHO  
NBR ISO 20347/08 - OB SRC



## Soft Works

PROFESSIONAL SHOES

# Rose Guareschi

## Uma empresária massa!

18-19

JuanPa Ausin



Ela usa o seu empreendimento como ferramenta para o desenvolvimento das pessoas e da sociedade ao seu redor. Uma transformadora de vidas. Rose Guareschi contrata para seus quadros pessoas com problemas com drogas ou com a lei. São 300 jovens beneficiados, além das tantas associações e entidades que coordena. Tem como meta recuperar vidas. É empresária, corajosa, intensa. Tem pulso forte, mas é doce e encantadora. É esposa e mãe. Guareschi é exemplo para nós todos. Conheça um pouco mais da manda-chuva da Rede Julietto, que nasceu na pequena cidade de Jandaia do Sul, interior paranaense, e veio para o Recife fazer a diferença.

### **Quem foi a Rose criança, adolescente? Há reflexos desse passado nos dias de hoje?**

Dizem que fui uma criança "quase normal", apesar de uma família espanhola muito exigente, dura e tumultuada, mas também muito ousada e aventureira. Fui muito cobrada e aprendi a lidar bem com as cobranças da vida. Convenci-me que qualquer resultado só é bom se for muito bom. Mudanças não me assustam. Uso o dia pra produzir o presente e a noite pra planejar o futuro. Apaixono-me por tudo que decido amar. Valorizo a paz. Comecei a acompanhar o meu pai em todos os negócios desde muito cedo. Apesar de alcoólatra, ele sempre foi um empresário de sucesso. Acho que aprendi muito cedo que ser empresária seria uma mistura de prazer e porre (risos).

### **Como foi a chegada ao Recife e o começo de tudo?**

Muitos sulistas quando visitam o Nordeste sonham em morar aqui. Com a gente não foi diferente. Na época, estávamos no interior do Mato Grosso. Eu e o Carlos, meu marido, tínhamos o sonho de ter nossas filhas em casa o maior tempo possível. Que elas se pós-graduassem morando com a gente. Recife oferece essa condição, além de ser uma cidade linda, em ebulição, com um povo muito especial.

### **O que essa doação ao próximo significa na sua vida?**

Sei que tudo que faço é para melhorar o mundo que eu vivo e o mundo que eu vou deixar para os netos. Se você pensa que está fazendo pelos outros, no fundo você espera alguma coisa. Quando você é consciente que tudo o que faz é porque quer fazer, porque vai ter um mundo melhor para você, isso já satisfaz.

### **Como lidar com as perdas?**

Sou treinada para não deixar a saudade me abalar. Tenho uma fé em Deus, nos Santos e, mais ainda, tenho uma fé enorme nas pessoas. Acredito nas mudanças, na evolução, na oportunidade. Acredito demais no trabalho. Quando um jovem erra, é punido e paga pelo seu erro, merece outra oportunidade de acertar. O mundo vai oferecer muitas chances dele errar de novo e até de forma muito pior. Acredito que Governo, empresários e comunidade precisam rapidamente gerar oportunidades deste jovem conhecer uma forma certa e saudável de sobreviver. Tenho

muitos exemplos que me fortalecem. Vejo jovens que deixam de usar drogas através da ajuda da família, muita dedicação e muito trabalho. Quando um jovem tem trabalho e prazer em estar com os colegas numa empresa que o respeita e o valoriza, muitas vezes ele muda. Às vezes dá errado e às vezes dá certo. É exatamente porque às vezes dá certo que eu, minha família e minha empresa continuamos tentando.

### **E o projeto social da Julietto?**

São na maioria jovens entre 18 e 28 anos, que chegam através de projetos como o Tacaruna Social, Mamer (Movimento de Apoio a Meninos e Meninas de Rua), Retome sua Vida, Vira Vida do SESI, Patronato Penitenciário de Pernambuco e outros grupos que trabalham com muita eficiência nas comunidades do Grande Recife. Quase sempre são pessoas que nunca trabalharam de carteira assinada, muito menos em empresas com muitos regulamentos e regras.

### **Como é a Rose esposa e mãe?**

Ganhei na loteria acumulada quando casei com o Carlos, há quase 30 anos. Pensei que era o máximo, mais Deus ainda me presenteou a Julia, a Carla e a Paula, todas lindas, inteligentes, com as qualidades da mãe e os defeitos do pai (risos). Essa, com certeza, é a parte mais prazerosa da minha vida. Antigamente, nas horas de folga eu gostava de fazer um milhão de coisas. Hoje gosto de fazer nada, junto com eles.

### **O que um empresário de sucesso precisa ter?**

Sem dúvida, fé nas pessoas. Também acredito que o empresário de sucesso tem que ser bom artista, ou seja: sorrir quando está bravo e só brigar quando estiver muito em paz e motivado, assim ele briga falando coisas, dizendo e mostrando os caminhos da mudança.

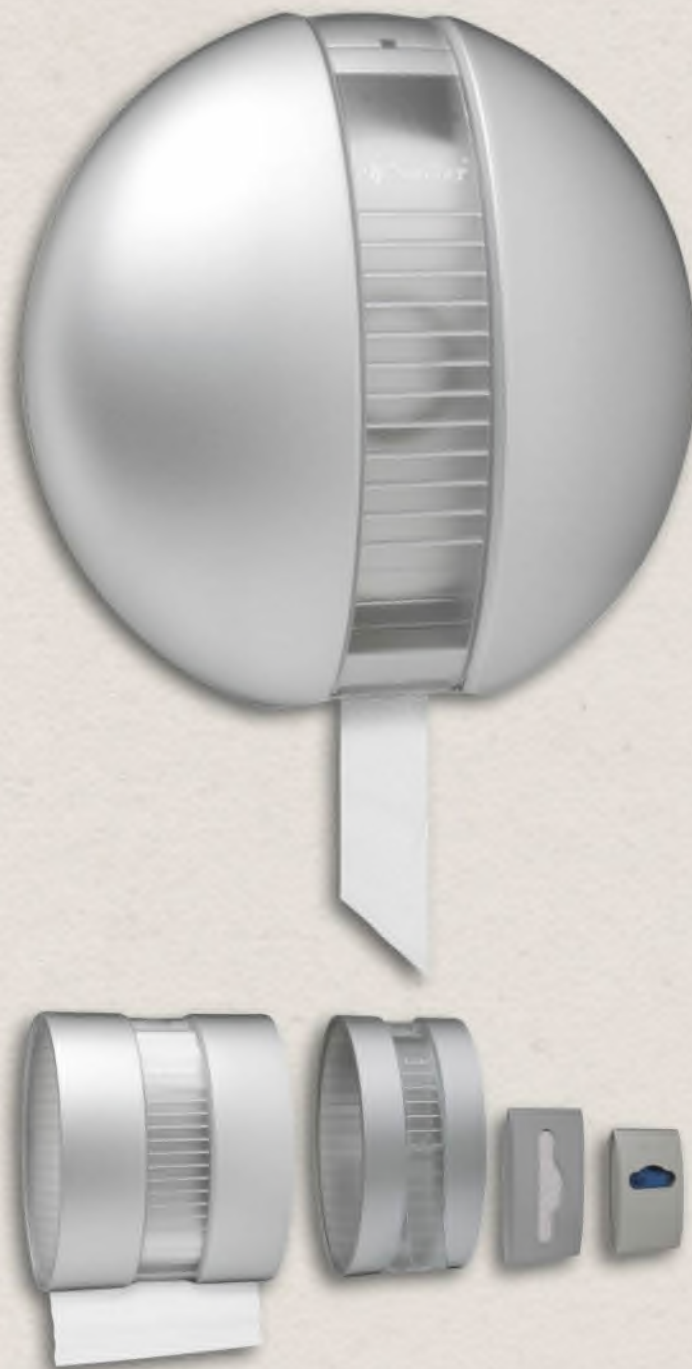
### **Qual o recado para mulheres que desejam empreender, como você?**

Misturem tudo, trabalhem junto com marido e filhos. Enquanto isso você vigia o marido, direciona o futuro dos filhos, ganha dinheiro e é feliz. Fácil não é, mas quando dá tudo certo é muito gratificante. 🌸

“ Uso o dia pra produzir o presente e a noite pra planejar o futuro. ”  
Rose Guareschi

# No Nordeste, não é só o sol que brilha sem parar.

Empresas de sucesso nunca estão sozinhas. A Set Sistemas é parceira dos maiores hotéis, restaurantes, bares e indústrias da região Nordeste. São mais de 1.800 clientes ativos, atendidos com eficiência e agilidade quando se trata de higiene profissional. Para suprir toda esta demanda, nós também escolhemos os melhores parceiros e produtos de ponta. Por isso, a Santher Professional faz parte do nosso time.



---

Set Sistemas: considerada pela revista Exame PME (Pequenas e Médias Empresas) como uma das 250 empresas que mais crescem no Brasil.

---

 **SETSISTEMAS**  
Soluções em higiene profissional

**PE: 81 2126.2266** | Rua Prof. Agamenon Magalhães, 360 - Olinda, PE  
**PB: 83 3241.5777** | Rua Júlia Freire, 617 - sala 211 - Torre - João Pessoa, PB  
[www.setsistemas.com.br](http://www.setsistemas.com.br)



# O VELHO e BOM VELHO MUNDO

O saudoso poeta brasileiro Mário Quintana já dizia: "viajar é trocar a roupa da alma". Quem viaja conhece muito mais do mundo do que poderia encontrar nos livros, discos ou nas páginas da internet. Viajar proporciona, além do conhecimento cultural e geográfico, uma troca de vivências entre pessoas, sociedades e costumes. Nesta edição, sugerimos aproveitar as promoções que se sucedem dia a dia, cada vez mais, e rumar ao Velho Mundo, à encantadora Europa de todos os tempos. Um mergulho na gastronomia, na arte, na história e em tudo o mais que representam países como Portugal, Espanha, França, Itália e seus vizinhos. Que tal um roteiro em 15 dias? Listamos algumas cidades imperdíveis em quatro países inesquecíveis, começando pelo portal da Europa para os brasileiros, o nosso país-irmão, Portugal. 🌸



Lisboa - Portugal



Fátima - Portugal

22-23



Fontana di Trevi - Roma



Coliseu - Roma

## PORTUGAL



### LISBOA

Capital lusitana. Uma das cidades mais antigas do mundo, e mais antiga da Europa Ocidental. Aliás, é a de localização mais ocidental em toda Europa, motivo pelo qual se transformou no principal portal europeu para os brasileiros. Terra de gente boa, acolhedora, que sabe oferecer o melhor ao seu turista, sem esconder o visível bairrismo. Deixe que eles digam que têm o melhor bacalhau, os melhores pastéis de nata, um rio grandioso que enche os olhos e leva o nome de Tejo. Deixe que eles digam que o Bairro Alto é onde se ouve o melhor fado, se toma o melhor vinho e se come como rei. Deixe que digam tudo isso, e ao final da viagem, concorde com eles de forma espontânea e feliz. Lisboa é mesmo apaixonante. Cidade amiga do pedestre. Passeie bastante a pé, mas não se esqueça de dar uma voltinha nos tradicionais elétricos, como também ver de pertinho a Torre de Belém e o Mosteiro dos Jerónimos, patrimônios da Humanidade pela Unesco.



### FÁTIMA

Se afastando um pouquinho mais da capital, a cerca de 130 quilômetros de Lisboa, está a pequena cidade de Fátima, onde, em 13 de maio de 1917, os três pequenos pastores Lúcia, Francisca e Jacinto presenciaram a aparição da Virgem Maria, no lugar então conhecido como Cova da Iria. Hoje o local abriga a Capelinha das Aparições, muito visitada por peregrinações Marianas, assim como a belíssima Basílica de Nossa Senhora do Rosário. Aos católicos, um passeio emocionante e imperdível, que pode ser contratado em agências de viagens ou mesmo feito por conta própria, de carro ou ônibus.

## Itália



### ROMA

Se puder, volte à Europa para uma viagem inteirinha pela Itália. Isso porque, seguindo o nosso "Roteirão 15 dias", você ficará devendo visitas ilustres, a exemplo de Veneza, Florença, Milão, Capri, a região da Toscana ou da Costa Amalfitana. Itália é para se viver intensamente, como seus nativos fazem. É para passear, rezar, comer e amar. Em nosso plano básico, a gente aperta o coração e fica apenas entre Roma e Vaticano, duas pérolas. Roma é nada mais nada menos que um imenso museu a céu aberto. Um museu meio caótico, vamos confessar, mas irreparavelmente lindo, com sua história e patrimônio milenares. Experimente os aromas e os sabores da sua atmosfera. Coliseu, Fontana de Trevi, Bocca della Verità, Piazza di Spagna, o Pantheon... Cenários do cinema mundial estarão diante dos seus olhos. O Vaticano é um encantamento à parte. A Basílica de São Pedro, as Tumbas, a Capela Sistina... Reserve um dia inteirinho (e ainda será pouco) para conhecer esse ponto tão turístico que ultrapassa questões religiosas em nome da história, da arquitetura e da arte. Se você for católico, prepare o seu coração para esse encontro de luz, emoção, fé e bênçãos.

# Espanha

## MADRI

3 Dias

A capital da Espanha guarda em si o real espírito do seu povo: uma cidade alegre, cosmopolita e sempre preparada para alimentar a fome e a sede do visitante, sejam elas literais (caia de boca nos restaurantes e bares da cidade) ou figurada. Entregue-se ao prazer de perder-se pelo seu sítio histórico, começando pela Puerta del Sol, que ainda apresenta a alma da movida madrileña, movimento que marcou predominantemente os anos 80 e tinha como identidade o espírito farrista, musical e contra-cultural de quem veio ao mundo para viver intensamente o dia de hoje. Visite o Museu do Prado, o Palácio Real e sua vizinha Plaza de Oriente. Passeie longamente pela Gran Vía e se jogue no Parque del Retiro. Reserve alguns dias para Madri. Não é cidade para estar de passagem meteórica.

## BARCELONA

2 Dias

Há quem diga que deveria chamar-se Barcelinda. Paixão do famoso arquiteto Antonio Gaudí, foi lá que ele deixou monumentos como o Parque Güell, a Sagrada Família, a Casa Batlló e outras relíquias para a humanidade. A cidade serviu de cenário para a explosão do Modernismo, do qual faz parte a arte de Gaudí e de outros grandes arquitetos e urbanistas que fizeram de Barcelona um museu a céu aberto. Visite, além das atrações já citadas, as Ramblas, o Bairro Gótico, o Mercado de la Boqueria (coma um singelo pan tomaca tomando uma sangria), Montjuic e o Pueblo Español. Embora a Espanha guarde belezas para mil e uma viagens, o nosso roteiro sugere que dessa vez sejam visitadas apenas Madri e Barcelona, para cerca de cinco dias de um mergulho intenso em um mar de beleza e encantamento espanhóis. Acaba de ser inaugurada uma linha do AVE (trem rápido espanhol) interligando Barcelona e Paris. Aproveite esse transporte incrível e vá ao próximo destino da nossa programação.

# França

## PARIS

3 Dias

Ah, a França... Seus encantos, suas regiões vinícolas, seus castelos... É de fato um país de mil possibilidades, mas neste roteiro vamos falar daquela que é conhecida como a mais linda de todas as cidades francesas: Paris, capital dos casais apaixonados, berço do gótico, tão presente em suas catedrais inebriantes. Passeie por toda a cidade, com direito à Catedral de Notre Dame, ao Museu Du Louvre, Champs Elissé (a avenida mais charmosa do mundo), Arco do Triunfo e a Sacre Coeur, incrustada no bairro de Montmartre. Por falar nos bairros, curta a energia criativa e leve do Marais, passeie pelo Quartier Latin, descubra Montparnasse, passeie de barco pelo Rio Sena, suba a Torre Eiffel e contemple Paris, uma cidade que quanto mais se visita, mais se descobre. Uma creperia aqui, um café logo ali. Entre em todos os bistrôs e não economize seus euros. As lembranças pagarão um a um. A cidade consegue equilibrar o antigo e o moderno, num estilo de vida onde o que vale mesmo é ser feliz.



Plaza de España - Madri



Casa Batlló - Barcelona



Jardins de Luxemburgo - Paris



Arco do Triunfo - Paris

# O menino de Alquerubim

Por Joaquim Francisco\*

Conheço Vicente Miranda há mais de trinta anos. O menino de Alquerubim – Portugal veio para o Brasil com dezessete anos trazendo no DNA as qualidades essenciais ao futuro empresário. Trabalhador, inquieto, competente e correto. Construtor de amizades sólidas, soube multiplicá-las pela vida inteira seguindo o exemplo das árvores frondosas, que quanto mais crescem, mais ampliam a sombra que conforta e os frutos que alimentam.

Acompanhei como torcedor afetivo a criação da empresa Set Sistemas em 1994, e fiz à época a previsão do seu crescimento e solidez que já adquiriu neste mais de dezenove anos de existência; resultado da dedicação, planejamento consistente e visão moderna de Vicente e dos filhos Claudia e Alexandre, e da sua motivada equipe de colaboradores.

Os serviços e produtos que comercializa são essenciais no mundo de hoje, que exige saúde preventiva, bem-estar e higiene que transformam os ambientes de convívio e de trabalho em espaços produtivos e humanizados. Creio na liberdade de iniciativa, na força estruturadora da empresa privada consciente da responsabilidade com a coisa pública e com a sustentabilidade que assegure um futuro de harmonia.

Os governos precisam dessa agitação criativa. Líderes empresariais que materializem sonhos, criem empregos, produzam com eficiência e obtenham o justo lucro pela sua produção. A organização e o planejamento que Vicente e sua equipe plantaram na Set Sistemas evidenciam a sólida base do sucesso da empresa hoje consolidada, respeitada pela sociedade e pelos clientes, e, portanto, vocacionada para o crescimento responsável e permanente.

Em artigo que escreveu para esta revista, Vicente fala da saudade do Rio Vouga, em Portugal, e do convívio afetivo com nosso Capibaribe. Os rios como as empresas e seus desafios precisam de bons remadores que usem os remos com a cadência dos fortes diante da correnteza adversa. Peitos rijos, mãos calosas e a motivação de um ideal que ancora os vencedores. Vitórias construídas com a argamassa dos mais saudáveis valores.

O barco da Set Sistemas já chegou a um porto seguro, mas quer avançar. Merece avançar em retribuição a tudo que já foi feito. E vai continuar crescendo, remando, fazendo novas conquistas, motivadas pelo exemplo dos Vicentes, a fibra dos colaboradores e a raça ativa dos pernambucanos. 🌸

\*Joaquim Francisco Cavalcanti é advogado, já foi prefeito do Recife, governador de Pernambuco e senador da República.





## LIMPEZA E ARMAZENAGEM DE FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES



A Rubbermaid Commercial Products® oferece uma ampla gama de produtos de Foodservice, buscando a redução de desperdícios do seu estabelecimento. Em destaque temos o sistema Greenskeeper®, ideal para a higienização e armazenagem de frutas, verduras e legumes.

O sistema com dois baldes, permite que os alimentos fiquem de molho com os elementos sanitizantes e depois que a água seja escorrida através do dreno na parte inferior do produto. Além disso, por ficarem na parte superior os alimentos evitam contato com os líquidos residuais, aumentando a sua vida útil.

**Rubbermaid**  
Commercial Products

**Trabalhe com inteligência.**

A **NewellRubbermaid** Brand SAC: 0800 970 90 44 | [www.rubbermaid.com.br](http://www.rubbermaid.com.br)

## LANÇAMENTO

## RECIPIENTE BRUTE 121 LITROS

Com estrutura 100% de polietileno profissional e bordas reforçadas, o novo recipiente Brute 121L não enferruja, não lasca nem descasca, sendo dos mais resistentes disponíveis no mercado. Suas tampas robustas de engate rápido proporcionam um armazenamento seguro e o empilhamento estável de até 3 unidades. As alças de alta resistência possibilitam o manuseio seguro e isolam as mãos do conteúdo interno. A base com reforço duplo proporciona maior estabilidade e durabilidade ao serem arrastadas. A dica é de primeira. Consulte nossos vendedores.



## HIGIÊNICO INTERFOLHADO

A Santher apresenta para o mercado o Papel Higiênico Interfolhado Folha Dupla IH12, direcionado para ambientes diferenciados, que querem qualidade sem abrir mão do controle do custo.



## OXIVIR

Oxivir é um desinfetante hospitalar de última geração para pisos e superfícies. Uma das grandes inovações da Diversey Care, o Oxivir é um produto direcionado para o setor hospitalar, acondicionado em embalagem J-Flex e com princípio ativo à base de peróxido de hidrogênio acelerado.



## CONTENTOR

Os contentores 1000 litros para lixo da Contemar são os mais indicados para hotéis, empresariais, condomínios, escolas, shoppings e outros ambientes que cuidam com responsabilidade do lixo gerado pela população. Procure conhecê-lo agora mesmo.

**UMA EMPRESA SÓ CONSEGUE SER SUSTENTÁVEL QUANDO  
TEM COLABORADORES DANDO SUPORTE ÀS SUAS AÇÕES.  
ASSIM É A SET SISTEMAS, HÁ 19 ANOS.**



3pontos.com.br

HÁ 19 ANOS, A SET SISTEMAS INICIOU AS SUAS ATIVIDADES. HOJE, PRESENTE EM PERNAMBUCO E NA PARAÍBA, ELA É UMA DAS MAIORES DISTRIBUIDORAS DO NORDESTE NO MERCADO INSTITUCIONAL DE HIGIENE PROFISSIONAL. UMA EMPRESA QUE É REFERÊNCIA NO SETOR, CONHECIDA PELO SEU PROFISSIONALISMO E PELO CUIDADO COM O MEIO AMBIENTE. AGRADECEMOS AOS NOSSOS COLABORADORES POR MAIS ESTE ANIVERSÁRIO. SE ESTÁ TUDO PRONTINHO PRA ESSA FESTA, É POR CAUSA DE VOCÊS.



**SETSISTEMAS**  
Soluções em higiene profissional

www.setsistemas.com.br | Pernambuco: 81 2126.2266 | Paraíba: 83 3241.5777



# SEJA VERDE



A Rubbermaid Commercial Products® está comprometida a oferecer informações e produtos para auxiliar a sua empresa a implementar seus programas de reciclagem. Fazendo com que sejam fáceis, rentáveis e com responsabilidade social na coleta e descarte de resíduos.

Como membro do Green Building Council, estamos dedicados a desenvolver produtos que tenham responsabilidade com o meio ambiente e a auxiliar no desenvolvimento de ambientes de trabalho saudáveis. Oferecemos uma grande gama de produtos para atender às diferentes necessidades de cada empresa.



**Rubbermaid**  
Commercial Products

**Trabalhe com inteligência.**

A **NewellRubbermaid** Brand SAC: 0800 970 90 44 | [www.rubbermaid.com.br](http://www.rubbermaid.com.br)