



Preto no Branco

UM SÉCULO



JANZ DESDE 1915
QUATRO GERAÇÕES
Comemoração do seu centenário
em setembro



UM SÉCULO



João Janz, Administrador

SÃO 36 525 DIAS DE EXISTÊNCIA.

Quero dizer com esta minha conversa, que desde que o meu avô **Bruno** iniciou a sua aventura industrial até hoje passaram estes dias todos ou seja, houve duas guerras mundiais, várias revoluções em Portugal, três regimes políticos, e nós, **já na 4ª geração**, ainda cá estamos pensando sempre mais além.

Pois foi em **Setembro de 1915** que **Bruno Janz** criou lá para os lados de Santos, (24 de Julho 94-A), a primeira empresa a que chamou **Electro Construtora** e, por incrível que pareça, uma das primeiras encomendas que teve foi para ajudar ao esforço de guerra que consistiu em **50 000 a 60 000 cabos para pás e picaretas**.

Este não era o nosso ramo, e fabricando peças para instalações elétricas de que havia enorme falta devido à **Guerra (1914-1918)**, a mecânica de precisão era um sonho e depressa começou a fabricar tornos que eram bastante apreciados, já que os barramentos eram prismáticos o que na época era uma novidade só encontrada nas máquinas importadas mas,

que entretanto, estavam suspensas devido à guerra.

O negócio cresceu até que necessitando de mais capital se associou com um amigo italiano, de nome, **Petrachi**. Instalaram-se no **Forno de Tijolo**, e a Empresa passou a ter a denominação de **Janz & Petracchi**, onde, para além dos tornos, se fabricavam também outras máquinas: ferramentas como limadores, engenhos de furar, fresadoras e outras máquinas e até motores de gás pobre.



Imagem de parte da velha fábrica

Quando nasceu, o pai do meu avô, meu bisavô, e professor de pintura dissera: “**um Janz quando nasce já trás o lápis ou o pincel na mão**” e, no caso do avô, o desenho geométrico sempre foi a sua arte e no domínio das engrenagens era barra como mostram desenhos que ainda hoje temos.

Foi mesmo professor das cadeiras de Desenho Rigoroso I e II e Geometria Descritiva na Faculdade de Ciências de Lisboa.

Perguntarão agora: onde é que ele quer chegar com esta conversa?

Pois bem. As engrenagens para caixas de velocidade, semieixos e outras peças



para automóveis foram outros dos produtos a fabricar, já que as estradas eram más e a qualidade e robustez dos automóveis não aguentavam.

Para as reparações, havia que fabricar peças novas e a Bentley foi uma marca com quem trabalhou especialmente, mas a criatividade era enorme e assim nasceu uma retificadora que permitia retificar os cilindros dos motores dos automóveis sem desmontar os blocos do sítio.

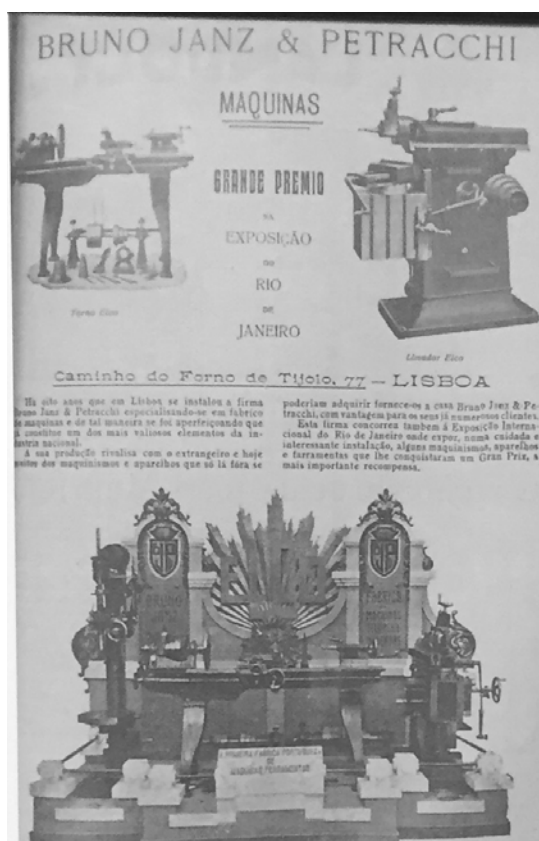


Foto da época, na Exposição do Rio de Janeiro

Todas estas atividades permitiram que em **1920** o conceituado jornal **O Século** chamasse à atenção dos seus leitores com um longo artigo sobre as atividades industriais da fábrica **Bruno Janz** e terminava dizendo que como no estrangeiro se refere, orgulhosamente,

“made in Germany” e “made in England”, se pode responder com **“feito em Portugal”**, divisa de que ainda hoje, muito especialmente, tanto nos orgulhamos.

Consta ainda do seu Currículo, que em 1917 foi agraciado com a medalha de **Serviços Distintos da Cruz Vermelha Portuguesa** e o diploma da **Secretaria de Estado da Guerra** por ter transportado feridos, usando a sua moto com **Side Car** durante a revolução de **Sidónio Pais**.

Mas nem tudo correu bem e com a morte de **Félix Petracchi** cria três novos sócios na empresa que eram os filhos e com quem **Bruno Janz** se dá tão mal que não tem outro remédio senão romper a sociedade.

(continua)

SUMÁRIO

- 1 - CAPA
- 2 - UM SÉCULO
- 4 - JANZ – CONTAGEM E GESTÃO DE FLUÍDOS – MAQ.
- 7 - JANZ EMPENHADA NO CUMPRIMENTO DE REQUISITOS DE PRÁTICAS AMBIENTAIS
- 8 - DEPARTAMENTO DE FABRICAÇÃO
- 11 - SAÚDE GEOAMBIENTAL
- 12 - ACREDITAÇÃO DO SISTEMA DE GESTÃO DA QUALIDADE DE UM LABORATÓRIO
- 13 - DEPARTAMENTO DA QUALIDADE
- 14 - “COGITARE EM MEDIDAS DE SAÚDE PELA COMUNIDADE”
- 16 - INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
- 19 - ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ SUPLEMENTO:
- 25 - ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ
- 29 - AQUEDUTOS – ONTEM E HOJE (4)
- 31 - GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS
- 35 - CONTRA O AÇÚCAR, TAXAR, TAXAR
- 36 - ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE APOIO À MULHER COM CANCRO DA MAMA
- 37 - HÁ QUANTO TEMPO NÃO VAI AO TEATRO?



JANZ CGF – MAQ :



**Eng. Francisco Matos - Adjunto Direção
JANZ-CGF**

Fabrico de Componentes para Próteses Dentárias

É do conhecimento daqueles que lidam mais de perto connosco que uma das áreas em que mais temos evoluído recentemente é a do fabrico de componentes para próteses dentárias.

Após uma fase inicial de desenvolvimento deste tipo de peças e dos seus processos de fabrico temos já várias dezenas de referências diferentes produzidas em série enquanto prossegue o desenvolvimento de muitas outras.



*Algumas peças para próteses dentárias
fabricadas na JANZ-MAQ*

A nossa presença nesta área não aconteceu de um momento para o outro.

Foi necessário evoluir ao nível da tecnologia, da utilização de materiais e ferramentas específicas e do conhecimento da generalidade das peças que integram o universo das próteses e implantes dentários.

O fabrico de implantes e de componentes para próteses dentárias tem a particularidade de utilizar uma matéria-prima especial que aliás já foi tema de um artigo anterior aqui no PB - o “Titânio”.

Na verdade e como acontece normalmente na utilização industrial dos metais, o Titânio não se utiliza aqui no estado puro mas sob a forma de uma liga (TiAl6V4) onde entra como componente principal e outros elementos lhe são adicionados para lhe melhorar as características – neste caso são muito importantes a resistência à fadiga e à corrosão e ainda a capacidade para ser integrado pelo osso – a osseointegração.

Também para a produção destas pequenas peças de precisão se utilizam equipamentos específicos e para a MAQ, a aposta nesta atividade significou um investimento importante em máquinas e ferramentas de onde se evidencia hoje a nossa “Deco 13” dedicada exclusivamente ao fabrico de componentes para próteses dentárias.



A nossa Deco13a



Cont.

Para a nossa evolução nesta área muito tem contribuído a nossa parceria com uma jovem empresa que nasceu dedicada a esta atividade e que comercializa os componentes fabricados na **JANZ - A OSTEOTECH**.

A esta empresa e ao trabalho que temos feito em conjunto dedicaremos o próximo artigo neste jornal.

Hoje venho aqui deixar-vos uma breve história da implantologia dentária:

A utilização comum de implantes dentários é muito recente.

Isso hoje é possível porque a tecnologia específica permite a utilização de estruturas seguras, eficientes e confortáveis para o utilizador.

Mas na verdade o homem procura desde a antiguidade solução para a substituição dos dentes naturais quando eles são perdidos e há registos de pesquisas arqueológicas que o confirmam:

Um dos casos documentados mostra que numa pesquisa arqueológica feita em sepulturas Maias no início do século passado foi descoberto o corpo de uma mulher na casa dos 20 anos em que foram encontrados 3 pedaços de dente no lugar de 3 incisivos em falta.

Noutras pesquisas foi também possível verificar que nas antigas civilizações do Egipto e China se realizaram tentativas de implantes com pedras e marfim.



Mandíbula humana encontrada por arqueólogos onde são visíveis pedaços de osso implantados no lugar de dentes.

E as tentativas de encontrar as melhores soluções continuaram ao longo da história:

Na Europa da Idade Média utilizaram-se técnicas para a montagem de implantes de material cerâmico e mais tarde, até ao início do século XX, experimentaram-se vários metais entre os quais o ouro que aliás, e como sabemos, ainda é utilizado nalgumas culturas atuais.



Entretanto foram-se desenvolvendo e aperfeiçoando as próteses móveis (dentaduras e próteses removíveis) que tendo em conta a tecnologia existente acabavam por representar soluções mais acessíveis e funcionais.



E que tinham aliás, uma grande vantagem: ao serem retiradas todas as noites permitiam melhor higiene e limpeza.

A verdade é que os fracos recursos tecnológicos e os altos níveis de rejeição e de infeções não permitiram encontrar soluções viáveis até ao início do século passado.

Só na segunda metade do século XX foi possível o avanço definitivo para as próteses fixas.

E curiosamente, foi uma espécie de acidente que esteve na sua origem quando em 1952, um professor universitário sueco - Per-Ingvar Brånemark – ao tentar recuperar insertos de titânio colocados no fémur de coelhos, descobriu que não conseguia fazê-lo porque o tecido ósseo se tinha ligado definitivamente a eles.



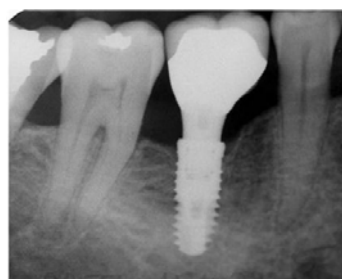
Per-Ingvar Brånemark

A partir daí ele decidiu estudar este fenómeno e veio a demonstrar que, sob o devido controlo, o titânio pode ser estruturalmente integrado em osso vivo, sem a inflamação do tecido mole e sem

rejeição tendo atribuído a este processo o nome de "osseointegração".

Em 1965, o Dr. Per-Ingvar Brånemark colocou o primeiro implante dentário de titânio num voluntário humano e ficou na história como o precursor desta especialidade médica.

Hoje, com uma evolução que permitiu a evolução para a montagem de implantes quase sem dor, sem rejeição e sem imobilidade para o paciente fazem-se muitos milhões de intervenções deste tipo por ano e é possível montar sobre uma ou mais “raízes” de titânio dentes artificiais, pontes ou dentaduras completas.



Algumas imagens de próteses dentárias e sua utilização.



EMPENHADA NO CUMPRIMENTO DE REQUISITOS DE PRÁTICAS AMBIENTAIS



De acordo com a Política Geral da Empresa, nomeadamente, o compromisso com o cumprimento dos requisitos do **Sistema de Gestão da Qualidade**, com práticas ambientais, práticas de responsabilidade social empresarial e práticas de segurança e saúde, tem a **JANZ** focado a sua Gestão Ambiental na política dos **6 R's** reduzindo, assim, o impacto ambiental dos seus produtos.



Neste sentido, os seus produtos têm sido desenvolvidos na perspetiva do *EcoDesign*, entendido como a conceção de produtos orientado por razões Ecológicas (visando a redução dos impactos ambientais) e Económicas (visando redução dos recursos utilizados), promovendo a sustentabilidade mas sem perder de vista a geração de benefícios empresariais.

A política dos **3 R's (Reduzir, Reutilizar, Reciclar)**, que é já comum ouvir falar quando se fazem abordagens ao tema da Ecologia, com o *EcoDesign* vem juntar-se a outros três, que à semelhança dos três R's tradicionais, têm

que ser pensados e integrados logo na fase de conceção, são eles **Repensar**, o produto e as suas funcionalidades; **Repor**, substituindo as substâncias perigosas e **Reparar**, de forma a permitir a retoma da utilização, em caso de avaria.

A aposta permanentemente em tecnologia, fundamental para a sua sobrevivência, nomeadamente na conceção de produtos e sistemas inovadores, assentes na filosofia dos 6 R's.



- R1: REPENSAR**, o produto e as suas funções.
R2: REDUZIR, os consumos de energia e material ao longo do ciclo de vida do produto.
R3: REPOR, alternativas às substâncias perigosas.
R4: RECICLAR, selecionar materiais recicláveis e conceber o produto para que seja facilmente desmontado para reciclagem.
R5: REUTILIZAR, o produto deve ser concebido para que as peças possam ser reutilizadas.
R6: REPARAR, o produto deve ser fácil de reparar, para que não necessite de ser substituído de imediato.

Ser uma Referência no Mercado Global de Contagem e Sistemas de Energia, continua a orientar a actuação da empresa na procura incessante de um crescimento sustentado e socialmente responsável.

Eng. Adriano Mendes – Diretor de Marketing



DEPARTAMENTO DE FABRICAÇÃO



Eng. Jorge Taborda: Chefe de Departº.
José António Gonçalves – Chefe de Secção

Vamos conversar

Quando o Preto no Branco olha para o Organigrama da empresa, verifica que este Departamento tem umas características muito diversificadas, e por isso, despertou-lhe uma certa curiosidade em ouvir os responsáveis por este setor, para poder dar a conhecer a todos os Colaboradores da empresa o que é fabricado aqui.

Com que tipo de materiais trabalham?

Trabalhamos com 3 tipos de materiais. Nos Plásticos são transformados dois tipos de matérias primas em duas zonas distintas: A zona dos Termoplásticos, que são materiais transformados por um processo de injeção e a zona dos Termoduros (também conhecida pela baquelite) onde o processo usado é a moldação.

Ainda dentro dos termoplásticos injetamos peças em vários tipos de materiais de 12 famílias diferentes, e dentro destas ainda com variados tipos de aditivos e cargas.

No MGCA fazemos a maquinação dos corpos de contador que são peças de fundição em latão e que adquirimos no exterior.

Vejo que têm áreas de termoplásticos, termoduros, etc. Podem explicar aos leigos como eu, o que significa esta designação?

Os termoplásticos permitem por aquecimento e arrefecimento sucessivos modificar a sua viscosidade de maneira reversível. O seu processo de transformação baseia-se nesta propriedade de “termoplasticidade”.

Uma peça feita deste material se for aquecida fica fluida e permite a sua introdução num molde com a forma que pretendemos obter.

Depois de arrefecida fica sólida e pode ser extraída do molde. Se voltar a aquecer a peça, torno-a fluida novamente e pode-se repetir o processo. Podemos portanto moer os gitos e as peças e voltar a utilizar os moídos na injeção de novas peças.

Os termoduros são transformados aqui na CGF- Contagem e Gestão de Flúidos por moldação (a transformação dá-se sob a ação conjugada de temperatura e de pressão), sendo este processo irreversível.

Ou seja, a resina (pó de moldar) transforma-se quimicamente num produto acabado infusível e insolúvel. Este material está progressivamente a deixar de ser usado, e a ser substituído por termoplástico na produção das tampas e câmaras volumétricas dos Contadores de Água.

Quais são as peças para os contadores de água que são fabricadas neste setor?

No MCGA são maquinados todos os corpos dos contadores volumétricos e dos de turbina multijacto.

Nos plásticos produzimos cerca de 90% das peças plásticas que incorporamos nos contadores.



Peças interiores que estão em contacto com a água, praticamente todos os componentes das relojoarias e também as peças exteriores.

Este Departamento labora 24 horas por dia, com 3 turnos?

Sim. A área da injeção, do MGCA e do torneamento de termoplástico funciona com 3 turnos.

Quantas pessoas funcionam em cada turno?

No 1º turno funcionam 29 pessoas, no 2º 13 e no 3º 3.

São poucas as pessoas que gostam de trabalho noturno. Não existem dificuldades no recrutamento de pessoas para estes horários?

No passado existia de facto alguma dificuldade no recrutamento para o período noturno. Presentemente tem sido relativamente fácil a admissão de novos colaboradores para o 2º ou 3º períodos.

Existe também aqui a área de Reparação de Máquinas e Ferramentas. Estas reparações reportam-se às máquinas e ferramentas apenas deste setor, ou é mais abrangente?

A MFR - Manutenção e Reparação de Ferramentas ocupa-se principalmente dos moldes que são usados nas máquinas de injeção e moldação.

São feitas reparações e alterações dos moldes assim como toda a sua manutenção.

O sector também presta assistência aos dispositivos usados nos sectores de montagem de câmaras e relojoarias e nos sectores de fabrico.

De referir que a maior parte destes dispositivos são executados na MRF.

A Manutenção Máquinas presta assistência aos meios de produção de todos estes sectores (fabrico e montagens) executando manutenções preventivas e corretivas.

Já agora, podem explicar o que significa a sigla MGCA, e o que se faz aqui?

MGCA é uma designação que vem do passado e que significa Mecânica Geral Contadores de Água. Atualmente são aqui maquinados os corpos dos contadores de água nas máquinas Tönshoff e Doosan.

Há quantos anos são os responsáveis por esta área?

[Jorge Taborda]: desde 1984 com os termoplásticos, numa área minúscula e com cerca de 9 máquinas de injeção. Hoje temos 23.

[José António]: Quanto a mim, comecei em 2000 com os Termoplásticos.

Este setor tem sofrido muitas transformações ao longo dos anos, ou tem-se mantido sem grandes alterações tecnológicas?

Têm existido transformações, algumas delas importantes. Por exemplo a substituição de material, de termoduro para termoplástico, na produção das câmaras dos contadores volumétricos que implicou a procura e desenvolvimento de novos materiais e a aquisição de máquinas de torneamento cnc e a criação de meios para o seu funcionamento de modo automático.

Atualmente, ainda produzimos peças nos termoduros, mas em quantidades relativamente pequenas.

Mais recentemente o arranque da produção de um contador de água em compósito (JV600), que contém um corpo em termoplástico, injetado aqui na CGF, o



que implicou a aquisição de meios de produção (máquinas e moldes) novos e de dimensões muito superiores ao que estávamos habituados.

Os produtos que fabricam são apenas para uso interno, ou parte dele já se destina à exportação?

Uma parte é para exportação seja na forma de componente seja como parte de um conjunto após montagem.

Se já existe exportação, que países são clientes do GRUPO JANZ?

Alguns dos componentes aqui produzidos têm como destino a Alemanha, a Suíça, a Itália, a Espanha, Israel, o Brasil, o Chipre, a Suécia e Cuba.

Ao todo, quantas pessoas laboram neste Departamento?

Neste momento 45 pessoas incluindo 2º e 3º períodos.

Sentem-se satisfeitos com o produto final do setor?

Sim, mas temos sempre por onde melhorar.

O setor dos plásticos vive sempre debaixo de alguma pressão. Como já foi dito, é muito elevada a % de peças para a montagem final do produto que fazemos, e é muito elevado também o número de componentes diferentes que injetamos (cerca de 25 000) o que resulta numa necessidade de trocas de molde e mudanças de materiais nas máquinas muito grande o que nem sempre é fácil de gerir.

Qual o grau de satisfação do cliente?

Pelo retorno da informação que nos é dada a conhecer, pensamos que os nossos clientes estão satisfeitos com os produtos

que lhes enviamos, tanto interna, como externamente.

A crise tem-se feito sentir no vosso trabalho?

Mais uma vez tendo como referência os Plásticos, não. Nos últimos dois anos adquirimos mais máquinas e outros equipamentos produtivos e tivemos também uma expansão em área ocupada.

Têm boas perspetivas para o corrente ano?

Sim, neste momento e num horizonte próximo temos uma boa perspetiva e estamos, na parte da injeção, com alguma falta de capacidade especialmente num determinado tipo de máquinas.

Concluindo: nos tempos que correm, podemos considerar que o GRUPO JANZ está de duplos parabéns.

Por um lado, por conseguir manter estabilidade através da sua dinâmica com a adaptação aos novos sistemas a que a modernidade obriga as empresas para que não sejam ultrapassadas;

por outro, pela forte e quase rara resistência ao longo do seu século de vida, que comemora em setembro deste ano.

Em Portugal, empresas industriais como o GRUPO JANZ, talvez se contem pelos dedos da mão.



JANZ - Contagem e Gestão de Fluidos, S.A.

Janz desde 1915



SAÚDE GEOAMBIENTAL



*Eng. Teresa Castro - Direção da Qualidade
RESOPRE*

É uma nova disciplina científica - técnica destinada a identificar os diferentes fatores de risco presentes no nosso ambiente.

Fatores geofísicos, origem biológica físicas, químicas e que correm para o interior dos edifícios onde trabalhamos e vivemos.

Uma forma de entendimento de que grande parte das doenças que sofremos nos dias de hoje, que têm sua origem em nosso meio, e que podemos evitar.

Todos os dias é mais evidente o peso que o ambiente tem sobre a nossa saúde.

A OMS considera que " o meio ambiente é responsável por 13 milhões de mortes por ano. "

Também adverte que "nos países desenvolvidos, um ambiente mais saudável pode reduzir significativamente a incidência de cancro, doenças cardiovasculares, asma, infeções do trato respiratório inferior, doenças músculo-esqueléticas, acidentes de trânsito, envenenamento e afogamento."

Por isso, a cada dia faz mais sentido analisar a doença do ponto de vista do ambiente que rodeia a pessoa.

O estudo de fatores de risco em torno de cada um de nós, pode dar-nos uma história de exposição a fatores de contaminação geoambiental da pessoa e, portanto, uma melhor compreensão de sua saúde.

Isto é especialmente importante quando se sofre de transtornos do sistema nervoso, sistema endócrino, o sistema imunológico ou doenças, síndrome da fadiga crónica, fibromialgia, todas as síndromes sensibilização central.

Saúde Geoambiental é uma ferramenta incrível para a prevenção das doenças, mas ainda são poucos os médicos e profissionais de saúde que a utilizam extensivamente.

Normalmente, só usada em último recurso, e nem sempre, ou quando as técnicas e tratamentos convencionais falham na abordagem da saúde humana.

No entanto, na configuração da medicina e medicina integrativa ambiental, a utilização desta ferramenta é muito mais comum, não só no campo da prevenção, mas também no tratamento de vários problemas de saúde essencialmente em casos de patologias mais graves.

A **Saúde Geoambiental** é usada ativamente pelos praticantes de terapias alternativas.

Sabia que...

"viver perto de uma via rápida ou autoestrada aumenta a pressão arterial?"





A ACREDITAÇÃO DO SISTEMA DE GESTÃO DA QUALIDADE DE UM LABORATÓRIO



*Eng. Francisco Caetano
Diretor Industrial*

Um Laboratório Acreditado, é, de quando em vez, sujeito a Auditorias pela entidade Acreditadora **IPAC, Instituto Português de Acreditação**, afim de se confirmar a manutenção da Acreditação do Sistema de Gestão da Qualidade implementado.

Em concreto os Auditores vêm verificar a continuação da compatibilidade do Sistema de Gestão da Qualidade instalado no laboratório com a norma de referência **ISO17025:2005**.

Para realizar essa verificação os Auditores entrevistam pessoas e consultam documentos e registos.

Registos de calibração do equipamento do laboratório, registos de cálculo de incertezas, de planeamento, de compra, de venda, de expedição, de formação, etc.

Alguns de nós já tivemos a oportunidade de ser entrevistados durante uma auditoria de Acreditação ou mesmo de Certificação e compreendemos bem a importância de efetuarmos registos do que fazemos, como fazemos e porque fazemos.

No caso do nosso Laboratório de Metrologia Linear e ao longo dos seus 25 anos, e com pelo menos duas auditorias por ano, chegamos ao bonito número de 50 auditorias a que os nossos corajosos colegas deste laboratório foram sujeitos e sempre com resultados excelentes.



Assim sendo, no Laboratório todos temos um conhecimento seguro sobre o que é realmente importante ter num Sistema de Gestão da Qualidade pelo que, logicamente, os resultados em auditorias têm-se revelado bastante positivos.

Portanto, olhar alguns anos para trás e recordar, visualizando todo o trabalho que foi desenvolvido desde 1989, ano no qual o laboratório foi Acreditado no seu Sistema de Gestão da Qualidade e chegar aos dias de hoje, é realmente motivo de orgulho.

Face ao nível atingido a responsabilidade é grande, mas a sabedoria adquirida não se perderá pois está bem guardada em registos formais e muito bem suportada na experiência dos que lá trabalham.

Bem hajam.



DEPARTAMENTO DA QUALIDADE



António Silvestre

SABIA QUE... o Laboratório de Metrologia está, desde o início deste ano, de **Parabéns?**

Após a auditoria realizada em 26 de Janeiro de 1989, foi reconhecido como “**Laboratório Acreditado**” para a realização de Calibrações a Calibres tipo: Tampões Lisos; Tampões Roscado; Anéis Lisos; Anéis Roscados e Maxilas. Sendo o **terceiro Laboratório, a nível Nacional**, após a TAP e o CATIM, este no Porto, e neste domínio, a receber esta distinção.

Após 25 anos de Acreditação efetiva, continuamos com a mesma dedicação e vontade de contribuir para a melhoria da qualidade do nosso produto, não apenas num contexto de intervenção prática (realização de Calibrações) e mensurável, mas também irradiando uma cultura de rigor e cumprimento normativo; tendo em vista o envolvimento de todos os colaboradores no bem-fazer.

Não podia deixar de reconhecer a contribuição preciosa; da Administração da Empresa e, de todos os intervenientes que contribuíram para o sucesso, reconhecido do nosso trabalho, não apenas a nível desta instituição, mas também a nível nacional, no domínio da **Metrologia Linear**. **Obrigado a todos.**

Um pouco da história do Laboratório:
Passagem de Testemunho até à Auditoria de
Concessão da Acreditação

1966 – Ano da criação do Laboratório de Metrologia Linear, pelo **Sr. Eng.º João António Janz**;

Inicialmente o objetivo era dar apoio à oficina de

Ferramentas (Mecânica e Calibres) na medição de moldes e calibres (incluindo o projeto de calibres) executados internamente.

O técnico que até à década de 70 desenvolveu todas as tarefas inerentes à Metrologia no L. M. L., segundo consta, foi Justino Luís;

Anos 1970 – Justino Luis passou o testemunho a Alexandrino Amaral, o qual deu continuidade a todas as atividades aqui desenvolvidas, bem como ao projeto e calibração de calibres executados internamente e destinados a clientes externos tais como: **Sorefame; Fundação de Oeiras; Oliva; S.P.E.L.; Rabor; Tofa; Renault; Osram; U.M.M.; Reguladora, entre outros;**

1984 - Ano em que Alexandrino Amaral passou o testemunho a Ricardo Ventura, o qual usando os mesmos métodos e o mesmo equipamento, continuou o trabalho desenvolvido até então;

Posteriormente deu-se início a um novo ciclo, O Laboratório, com base num programa de Calibrações começa a calibrar periodicamente todos os instrumentos de Medição, da Empresa.

Por volta do ano de 1987 surgiu em Portugal (mais especificamente na Indústria de Transformação Metalomecânica) a necessidade de implementar um sistema de **Garantia da Qualidade** dos Instrumentos de Medição, através de um processo de Acreditação dos Laboratórios de Calibração e Ensaio;

Nesta sequência a então **BRUNO JANZ** deu início ao processo de Acreditação deste Laboratório, sendo um dos primeiros, a nível Nacional, a fazê-lo.

1988 - Ricardo Ventura passou o seu testemunho a António Silvestre.

Para além de dar continuidade ao trabalho dos seus antecessores, recebeu no primeiro trimestre deste ano a primeira Auditoria Externa (**I.P.Q.**), tendo em vista a atribuição do estatuto de “**Laboratório Acreditado**”.

A título de curiosidade, foi durante o ano de 1988 que, os laboratórios de metrologia da T.A.P. em Lisboa e o C.A.T.I.M no Porto receberam o tão ambicionado estatuto...

O nosso Laboratório porém, não conseguiu, na 1ª auditoria, ser galardoado, da mesma forma.

No 1.º trimestre de 1989, é exposto novamente à mercê da Equipa Auditora, enviada pelo **I.P.Q.**

Já com as respetivas correções das “Não Conformidades” da Auditoria anterior efetuadas, consegue obter o que falhou no ano anterior, passando a ser o **3º Laboratório Acreditado, no âmbito da Metrologia Dimensional, a nível Nacional.**

Continua... no próximo Preto no Branco



"COGITARE EM MEDIDAS DE SAÚDE PELA COMUNIDADE"



*Gilberto Alexandre - Enfermeiro
Serviço de Enfermagem*

Nos tempos que correm, onde todos parecem correr com destino a algo ou a algum sitio, muitas vezes descuramos alguns pormenores importantes no nosso dia a dia, nomeadamente ligados a estilos de vida saudáveis.

Diariamente tento dinamizar este campo e para isso é necessário manter-me atualizado, e num dos acessos ao sítio da Direção Geral de Saúde (<http://www.dgs.pt>) identifiquei que com todo o destaque tinha sido colocado o iodo.

Segundo a DGS (2014), “O iodo é um oligoelemento essencial à vida.

Uma vez que não é sintetizado pelo organismo, deverá ser obtido a partir de fontes alimentares.

O iodo é acumulado na glândula tiroide, tendo como função a biossíntese das hormonas da tiroide (tiroxina – T4 e triiodotironina – T3 correspondendo a 65% e 59% do seu peso molecular, respetivamente).”

A DGS (2014) refere ainda que, “Em Portugal, os dados sobre este problema eram muito escassos e não estavam atualizados até há pouco tempo.

Entretanto, e através de trabalhos realizados e publicados recentemente, sobre o aporte de iodo em Portugal, sugere-se a necessidade de uma intervenção urgente.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) expressa a sua preocupação sobre este tema, pelo menos desde 1993, recomendando uma medida que considera de baixo custo e de elevada eficácia, a fortificação universal do sal com iodo.”

A deficiência em iodo pode acarretar alguns problemas de saúde, tais como: Bócio, Hipotireoidismo, Problemas relacionados com a gravidez.

O iodo pode ser encontrado naturalmente no solo e na água do mar. A concentração de iodo nas plantas, ou animais, depende do teor de iodo dos solos e das águas.

Optar pelo sal iodado e comer mais peixe e produtos do mar é a melhor solução para combater as carências de iodo.

Alimentos ricos em iodo
Peixes, crustáceos, algas
Fontes variáveis
Vegetais, carne, leite e seus derivados
Alimentos fortificados
Sal iodado

Tabela 1: Fontes alimentares de Iodo
[Fonte: DGS (2014)]

A Organização Mundial de Saúde (OMS) tem vindo a priorizar a temática do iodo.

A quantidade presente deste mineral nos alimentos não é suficiente para cobrir as necessidades diárias em iodo, tornando-se necessário recorrer a alimentos fortificados



(aos quais se adiciona iodo) ou a suplementos (DGS, 2014).

Ainda relativamente ao sal iodado (DGS, 2014).

- A OMS recomenda a disponibilização universal de iodo na forma de sal iodado, como fonte de excelência de iodo na dieta, ou de qualquer outra apresentação que possa, numa forma generalizada, chegar a toda a população.
- A utilização de sal iodado (20-40 mg de iodo por quilo de sal) é a forma mais económica e simples de introduzir mais iodo na alimentação; é uma prática corrente e segura e cobre 2/3 da população mundial.
- A utilização de sal iodado na confeção de refeições escolares poderá ser um método eficaz na prevenção de défices em iodo na população infanto-juvenil.
- O sal iodado quando usado na produção de alimentos como o pão, queijos, snacks e também algumas refeições/pratos preparados, pode contribuir significativamente para o aumento da ingestão de iodo pela dieta.

Posto isto, foi colocado à consideração das administrações das empresas do **GRUPO JANZ** passar-se a utilizar o sal iodado na confeção alimentar das refeições diárias em vez de se utilizar o sal marinho.

Dado a grande abertura para a melhoria da saúde do grupo de trabalhadores, as administrações rapidamente aceitaram que se procedesse à alteração e assim entraram em contato com a **Gertal** nesse sentido.

Atualmente, tanto no refeitório geral como no refeitório da **Associação Ester Janz**, é utilizado sal iodado tendo como grande objetivo a melhoria dos níveis de iodo da comunidade trabalhadora e estudantil que frequenta diariamente os mesmos.

Estamos portanto, neste momento, a seguir as recomendações da Direção Geral de Saúde para Portugal que recomenda a utilização de sal iodado na confeção das refeições.

A nível mundial, existem outras estratégias colocadas em prática, tais como:

- Na Roménia, o óleo iodado substituiu com sucesso o sal iodado;
- Em Itália (Sicília) suplementa-se a água com iodo;
- Fora da Europa, o iodo é adicionado ao chá na China, e testado em açúcar na Guatemala e no Sudão;

Aumentar o teor de iodo na alimentação animal pode indiretamente aumentar o teor de iodo em produtos lácteos, como o leite que é agora um dos principais contribuintes da ingestão de iodo através da dieta no norte da Europa e Reino Unido.

Em suma, independentemente da forma de suplementação utilizada, importa reforçar que existe uma preocupação constante com a saúde da comunidade trabalhadora e estudantil do **GRUPO JANZ**, e que o mesmo demonstra grande abertura para que sejam implementadas todas as medidas necessárias em prol da saúde de todos.

Bibliografia

Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável; Direção-Geral da Saúde; Iodo – Importância para a saúde e o papel da alimentação, 2014; Lisboa.



INTELIGÊNCIA EMOCIONAL



Dr. Ricardo Ferreira
Assessor da Administração

Muito se falou sobre o último campeonato do mundo de futebol no Brasil, e temas como Estratégia, Confiança e Liderança foram amplamente explorados nos *media*.

No meu ponto de vista estes três temas têm total ligação com o que hoje em dia muito as empresas esperam de seus colaboradores: **Inteligência Emocional**.

Mas, afinal de contas, o que é inteligência emocional?

É um conceito, em psicologia, que descreve a capacidade de reconhecer os próprios sentimentos e os dos outros, assim como a capacidade de lidar com eles.

A designação de inteligência emocional mais antiga remonta a Charles Darwin, que referiu a importância da expressão emocional para a sobrevivência e adaptação.

Embora as definições tradicionais de inteligência enfatizem os aspetos cognitivos, como memória e resolução de problemas, vários pesquisadores de renome no campo da inteligência estão a reconhecer a importância de aspetos não cognitivos.

O primeiro uso do termo "inteligência emocional" é geralmente atribuído a Wayne Paynee, citado em 1985 na sua tese de doutoramento, embora o termo, já tivesse aparecido anteriormente em vários textos.

Este tema começou a ser utilizado a nível empresarial após os anos 90, juntamente com a era da **Gestão por Competências**.

As empresas constataram que, mesmo contratando pessoas com um alto índice de QI (Quociente de Inteligência), por vezes estas não se adaptavam ao ambiente de trabalho por uma simples razão – **comportamento**.

A inteligência emocional, segundo o psicólogo Daniel Goleman (autor do livro *best-seller* "Inteligência Emocional" lançado em 1995), é a maior responsável pelo índice de sucesso ou insucesso das pessoas.

E ela é composta por habilidades como auto conhecimento emocional, controle emocional, auto motivação, reconhecimento de emoções em outras pessoas e habilidade em relacionamentos Inter pessoais.

Como exemplo, recorda que a maioria das situações de trabalho é envolvida por relacionamentos entre as pessoas e, desse modo, pessoas com qualidades de relacionamento humano, como afabilidade, compreensão e gentileza têm uma maior probabilidade de obter o sucesso.





Goleman definiu inteligência emocional como:

“Capacidade de identificar os nossos próprios sentimentos e os dos outros, de nos motivarmos e de gerir bem as emoções dentro de nós e nos nossos relacionamentos.”

Segundo ele, a inteligência emocional pode ser categorizada em cinco habilidades:

1. **Auto conhecimento emocional** - reconhecer as próprias emoções e sentimentos quando ocorrem;
2. **Controle emocional** - lidar com os próprios sentimentos, adequando-os a cada situação vivida;
3. **Auto motivação** - dirigir as emoções ao serviço de um objetivo ou realização pessoal;
4. **Reconhecimento de emoções em outras pessoas** - reconhecer emoções no outro e empatia de sentimentos; e
5. **Habilidade em relacionamentos Inter pessoais** - interação com outros indivíduos utilizando competências sociais.

As três primeiras são habilidades Intra pessoais e as duas últimas, Inter pessoais. Tanto quanto as primeiras são essenciais ao auto conhecimento, estas últimas são importantes em:

1. **Organização de grupos** - habilidade essencial da liderança, que envolve iniciativa e coordenação de esforços de um grupo, bem como a habilidade de obter do grupo o reconhecimento da liderança e uma cooperação espontânea;
2. **Negociação de soluções** - característica do mediador, prevenindo e resolvendo conflitos;
3. **Empatia** - é a capacidade de, ao identificar e compreender os desejos e sentimentos dos indivíduos, reagir

adequadamente de forma a canalizá-los ao interesse comum; e

4. **Sensibilidade social** - é a capacidade de detetar e identificar sentimentos e motivos das pessoas.

Uma pessoa que consegue motivar-se certamente consegue estimular a família e os colegas, mesmo que não exiba características de liderança.

Para Goleman, a inteligência é emocionalmente construída, e não uma mera herança genética, como se considerava até então.

Portanto, aprender a lidar com as emoções, mesmo as consideradas negativas, como é o caso da raiva, pode por exemplo ser canalizada para a indignação e o protesto fundamentado.



O primeiro passo para melhorar a inteligência é a auto crítica, fazendo uma análise aprofundada dos defeitos, vícios e limitações, sem justificá-las.

A superação é uma tarefa diária, e os pontos fortes devem entrar nesta equação, já que é com eles que cada indivíduo poderá corrigir as suas fraquezas e inadequações.

A avaliação diária é um bom instrumento.



A avaliação diária é um bom instrumento.

- *Passe em revista as suas atitudes.*
- *Verifique se ocorreram situações de ironia e intransigência, momentos de raiva e descontrole, falta de diálogo em casa e no trabalho.*
- *Confira também os pontos altos, como a resolução de problemas e as pequenas conquistas quotidianas.*

No médio prazo, o exercício diário leva naturalmente ao autocontrole.

A ansiedade, ira e desânimo literalmente diminuem a energia do corpo e da mente.

- *O corpo reduz o ritmo respiratório, para equilibrar a circulação sanguínea.*
- *Com isto, as células recebem menos oxigénio e reduzem a velocidade do trabalho.*
- *Esta reação natural, por outro lado, enfraquece a criatividade, diminui a capacidade para o trabalho e até prejudica a comunicação.*
- *Todos já viram uma pessoa descontrolada, que não consegue encontrar expressões adequadas, repetindo palavras.*

Por tudo o que envolve a inteligência emocional fiquei admirado ao ver, que após o episódio das grandes penalidades do jogo Brasil vs Chile no último campeonato do mundo de futebol, no qual o jogador brasileiro Thiago Silva, um dos melhores defesas centrais do mundo, chorou em campo e se recusou a bater o penálti, sendo ele o capitão de equipa, surgiram diversos psicólogos falando a respeito da atitude.

Se foi correta ou não, prefiro não entrar nesse campo, mas o importante foi a importância que os meios de comunicação social e as pessoas deram, em relação ao aspeto emocional do jogador.



Thiago Silva chorando no jogo entre Brasil e Chile: psicólogo da Seleção está sendo monitorado (Foto: EFE)

Assim, como no jogo do campeonato do mundo, vivemos a mesma emoção que os jogadores, porém no quotidiano empresarial.

Essa pressão de bater um penálti é vivenciada com frequência no dia a dia. E se de alguma forma, apontamos o dedo julgando a atitude de alguém, o primeiro aspeto é olhar para nós próprios e pensar sobre qual atitude que tomaríamos numa situação de extrema pressão.

Vejo que, este episódio foi apenas uma repercussão, em cima de um tema que ainda está em desenvolvimento em todos os seres humanos e, que a cada dia está sendo exigido com maior intensidade e frequência para os que possuem um cargo de alta liderança.

Pode-se concluir que:

- *a inteligência emocional é o raciocínio referente ao nosso próximo;*
- *à capacidade de ouvir a nossa consciência;*
- *de melhorar as nossas relações Inter pessoais;*
- *trabalhar em grupo em prol de todos; e fundamentalmente,*
- *a capacidade de nos colocarmos no lugar do outro.*
- **Deixo o desafio. Que tal refletir um pouco mais sobre a sua inteligência emocional?**



ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ



Crianças da Associação Ester Janz, nas OLISIPIADAS



JOGOS DE LISBOA ESTÃO DE VOLTA

O Vereador da Câmara Municipal de Lisboa, Dr. Jorge Máximo, na apresentação desta iniciativa que a Câmara retomou.

Milhares de crianças vão poder participar nos novos Jogos da Cidade, a decorrer até junho de 2015.

Podem participar:

a) *Todas as crianças que tenham, ou venham a ter durante o ano civil de realização das Olisipiadas, idades compreendidas entre os 6 (seis) e os 14 (catorze) anos de idade.*

Os jovens que perfazem os 15 (quinze) anos no ano civil de realização das Olisipiadas, ultrapassam este limite etário definido, não podendo realizar a sua inscrição; e

b) *Residam no concelho de Lisboa; ou,*

c) *Frequentem um estabelecimento de ensino no concelho de Lisboa; ou,*

d) *Frequentem um clube desportivo no concelho de Lisboa; ou*

e) *Outro fator de relação com a Freguesia (morada de familiares ou local de emprego dos pais.*

Durante a presente época desportiva, em parceria com as novas 24 freguesias de Lisboa, o Comité Olímpico de Portugal, o Comité Paraolímpico de Portugal e diversas Federações Desportivas, a CML vai organizar as Olisipiadas.

Este evento desportivo pretende ser um fator de união e integração, estimulando a identidade e sentido de pertença por parte das populações às suas freguesias. O período de inscrição decorreu entre os meses de outubro e janeiro últimos.

As nossas crianças da Associação Ester Janz estão a tirar partido desta iniciativa, porque o desporto faz parte de uma vida saudável.





3º. ENCONTRO DOS COLABORADORES DA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ



AEJ – Com 3 letrinhas apenas, é o nome da Associação, escrito pelos colaboradores, todos sentados no chão.

Realizou-se no passado dia 10 de janeiro mais um **Encontro dos Colaboradores da Associação Ester Janz**.

A Associação Ester Janz, sempre empenhada na excelência de serviços que deseja prestar às suas crianças e seus familiares, tenta por todos os meios que este objetivo seja alcançado com bastante êxito.

Estes Encontros são uma ferramenta eficaz para que toda a equipa esteja sempre inteiramente integrada e coesa no que respeita a relações profissionais e pessoais, o que é imprescindível para que a Qualidade que a Associação Ester Janz sempre tem garantido, nunca seja desvirtuada.

A Presidente da Associação Ester Janz, D. Teresa Janz Guerra abriu os trabalhos com a sessão de Boas-vindas, com um simpático elogio para toda a equipa, apresentou os Objetivos do Encontro, num excelente powerpoint, assim como a sua "ordem de trabalhos" e o .novo organigrama da Associação Ester Janz.



Os 60 colaboradores presentes, envergaram a inseparável t-shirt da Associação Ester Janz, distribuídos por 10 equipas e o representante de cada uma tirou do cesto uma pergunta aleatória:

- ***Porque estamos na Associação Ester Janz?***
- ***O que é para nós a Associação Ester Janz?***
- ***Qual é a nossa missão na Associação Ester Janz?***
- ***Para onde caminhamos na Associação Ester Janz?***
- ***O que esperamos da Associação Ester Janz?***



- ***Como é que podemos contribuir para a melhoria da Qualidade da Associação Ester Janz?***

Com a base dos trabalhos criada e as equipas organizadas, havia que partir para a ação.



- ***Escolher um valor importante – exemplificar como o poderemos pôr em prática no desempenho das nossas funções na Associação Ester Janz.***
- ***Cada equipa preparou um slogan / anúncio / rima / melodia / dramatização / mímica com base na pergunta tema.***

De todas as participantes resultaram ideias interessantíssimas, e algumas bastante divertidas.



Seguiu-se a apresentação de todas as sugestões das equipas. A Presidente também integrou uma delas, e foi a primeira a apresentar o trabalho, para que ficasse libertada para a mesa..

Apresentação dos trabalhos:





Depois da apresentação dos trabalhos dos 10 grupos, cada um tinha de **montar um puzzle nos placards** com os diversos lemas existentes na Associação Ester Janz.



Relativamente à Qualidade, existia a seguinte pergunta:

“Quem é responsável pela Qualidade na Associação Ester Janz?”

Foi dito: procure, sem sair do seu lugar, pois está mesmo perto de si.

Ora, sem sair do seu lugar, a resposta só poderia estar mesmo na cadeira. Depois de várias voltas, lá estava ela colada mesmo no seu fundo. **E aqui está a resposta:**



No verso, estava um espelho.

As imagens que o espelho projetou encheu todos de orgulho, porque estão certos de que todo o seu empenho, sempre tem sido unânime para que possam garantir que:

**NA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ
RESPONSÁVEL PELA QUALIDADE SOU EU.**



Durante o acolhimento foi entregue a cada colaborador uma senha numerada que serviu para um sorteio que se realizou no final dos trabalhos para a atribuição de prémios.



Os prémios foram: 1 torradeira, 1 tosteira, 1 máquina de café, 1 varinha mágica, 1 serviço de loiça, 2 garrafas de vinho (CITIVISUAL) e marmelada.



Estes foram os felizes contemplados.



Encerrado o Encontro, é chegada a hora do almoço, composto por sopa, um

delicioso arroz de pato com laranja, salada, bebidas, sobremesas e café. Oferta Gertal.



A Presidente lançou também o desafio para o lema do próximo tema do – projeto educativo – **EMPREENDEDORISMO**.

Foi marcada uma data limite para os colaboradores apresentarem as suas propostas. O processo já está a decorrer.

Foi um dia excelente, muito bem passado, com boa disposição e bastante proveitoso, principalmente no que concerne à parte funcional da Associação Ester Janz, que era o especial objetivo.



E assim terminou o Encontro, com todos a despedirem-se até ao próximo, em 2016.



ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ

SEMPRE NA VANGUARDA



É com satisfação que comunicamos que a **Associação Ester Janz** deu um novo passo no sentido de ser uma escola ainda mais inclusiva, tornando-se uma **Escola Color ADD!**

É com grande orgulho que afirmamos, reportando-nos a dados fornecidos pela **ColorADD**, que somos a **1.ª Escola de Lisboa a utilizar oficialmente o código e que estamos entre as primeiras 30 a nível Mundial.**

Esclarecemos que o código **ColorADD**, desenvolvido por **Miguel Neiva**, um designer gráfico português e Professor da Universidade do Minho, é um sistema de identificação das cores para daltónicos, desenvolvido com base nas 3 cores primárias, representadas através de símbolos gráficos, e assenta num processo de associação lógica, através do conceito de adição das cores, que permite ao daltónico relacionar os símbolos e identificar facilmente toda a paleta de cores.

O branco e o preto surgem para orientar as cores para as tonalidades claras e escuras.

O projeto **ColorADD** procura ajudar a minorar um problema que afeta cerca de 10% da população masculina mundial, numa área em que todas as sociedades são e estão cada vez mais envolvidas e preocupadas – a inclusão.

Cumpramos realçar que o Ministério da Educação e Ciência estabeleceu uma parceria com a Associação Ester Janz com o objetivo de disponibilizar a todas as Escolas que o desejem um recurso educativo que procura garantir a plena integração do público daltónico sempre que a cor seja um fator determinante na comunicação e na aprendizagem.

Alertados para uma possível situação de daltonismo numa Criança do nosso 1.º Ciclo pela respetiva Encarregada de Educação, com a preocupação de lhe proporcionarmos as mesmas condições de acesso à leitura e à informação escrita que existem para os restantes Alunos, imediatamente diligenciámos no sentido de encontrar as soluções existentes no domínio dos recursos educativos.

**Conselho Executivo da
Associação Ester Janz**

GRUPO JANZ * GABINETE DE COMUNICAÇÃO * março 2015 * nº. 119 * Pág. 24

Av. Infante D. Henrique, 286-1950-421 – Lisboa – Telef. 218316000

Coordenação de Maria Antónia Baptista-e-mail: abaptista@cg.janz.pt

*Distribuição gratuita por todos os Colaboradores das empresa do GRUPO JANZ,
várias Entidades e Organismos Oficiais*