



Preto no Branco

UM SÉCULO



SEGUNDA GERAÇÃO



TERCEIRA GERAÇÃO



QUARTA GERAÇÃO

JANZ 1915 - 2015



UM SÉCULO



João Janz, Administrador

Continuação do "PB nº. 119"

Estamos em Outubro de 1939 e o avô Bruno que já andava a pensar em contadores para água resolve alugar uma pequena instalação no número 54 da rua do Forno de Tijolo. Portanto, não longe do local onde tinha passados tantos anos da sua vida empresarial, e com três empregados, onde se incluía o Fernando Reis, seu braço direito de sempre, regista a Empresa em nome individual, **Eng.º. Bruno Janz**.

Esta empresa reparava contadores de todas as marcas existentes no mercado e permitiu, olhando para o que se fazia na época, pensar no que seria o seu próximo projeto industrial, o **"TAGUS"** para o que registou a marca e apresentou o modelo à Repartição de Pesos e Medidas conseguindo a aprovação a 23 de Novembro de 1940, por portaria do Ministério de Economia.

Este contador do tipo volumétrico com êmbolo rotativo continha uma série de características que lhe permitiram distinguir-se de outros com que disputava as preferências dos clientes.



Vale a pena enumerar algumas como por exemplo as dimensões e qualidade do acabamento da câmara formada **por três peças torneadas separadamente**, trem de redução imerso em níquel apoiado em platinas de ebonite e o bucim conjunto que transmite o movimento à relojoaria seca e aos ponteiros.

Referi alguns dos materiais e vale a pena lembrar que estamos ainda em escassez, por causa da guerra, que tornava escassos todos estes materiais e alguns considerados sensíveis como o níquel quase impossível de obter, pelo que careciam de autorizações especiais de importação.

Mas se para a reparação o local escolhido chegava para a produção, era muito pequeno, e assim, começaram as buscas para encontrar novo local, o que finalmente aconteceu na travessa das Baldracas, onde uma pequena moradia estava vaga, e assim, a 22 de novembro assinou a escritura de aluguer do número 5.



É claro, que só o espaço não chegava para desenvolver o projeto e as máquinas muito difíceis de importar, pelo que tendo escolhido a Suíça como país fornecedor da maquinaria, não só pela qualidade, como também pela neutralidade no conflito, lá conseguiu importar um torno Mícron, e uma fresadora **Shaublin**, com a promessa de representar estas marcas no mercado português, o que veio a acontecer e se manteve na empresa juntamente com a marca **Bechler** durante muitos anos, até ser cedida a um ex colaborador que se dedicou a essas representações em exclusividade.

Nos primeiros tempos, esta instalação foi suficiente para o arranque, mas para fundir e ensaiar era necessário mais espaço e para isso, foi também arrendada a quinta da Rosa em Chelas, onde ficou o forno Morgan de 100 kg, as rampas de aferição e mais tarde, a compra que o avô não chegou a experimentar, a célebre **Pollack** que foi adquirida para tentar injetar em latão as câmaras volumétricas.

Fabricar é uma coisa e comercializar outra. Por isso, foi estabelecido um acordo com a firma **Nogueira Lda.** representante do fabricante francês **CDC**, mas que por razões da guerra, não conseguia importar os contadores. Portanto iria vender os primeiros mil contadores fabricados, financiando os custos dos mesmos.

Finalmente, o fabrico arrancou e embora ainda não tivesse todo o parque de máquinas instalado, foi graças à importação de alguns componentes que pode produzir o primeiro milheiro; só que não estavam terminadas as vicissitudes e durante o processo de fabricação verificou que a casa Nogueira estava também a vender outras marcas, e portanto, não cumprindo o acordo estabelecido.

A justificação veio de certo vagão de encomenda anterior ao acordo que ficara

retido algures em França por tempos infinitos, e que finalmente aparecia.

Nada conseguindo em demanda judicial **Bruno** começou também a comercializar e graças à qualidade do “**barrigudo**”, como era conhecido na gíria interna, lá se ia firmando no mercado de tal modo que contador fabricado era contador vendido.



Não durou muito esta felicidade, porque em Dezembro de 1947 faleceu, vítima de complicações pós-operatórias a uma simples hérnia inguinal.

(continua no próximo número do PB.)

SUMÁRIO

- 2 UM SÉCULO
- 4 OS NOSSOS PARCEIROS – A OSTEOTECH
- 6 JANZ – DESENVOLVIMENTO
- 8 CARROS ELÉTRICOS EM PORTUGAL
- 10 GERIR O STRESS
- 13 OS 7 HÁBITOS DE PESSOAS ALTAMENTE EFICAZES
- 15 CONCURSO DE FOTOGRAFIA
- 16 RESOPARK – HOSPITAL DA LUZ
- 17 RESOPRE – COMO SE DEIXA UMA CRIANÇA FELIZ
- 18 JANZ NA REVISTA DA ANIMEE
- 19 FORMAÇÃO NOS REFEITÓRIOS
- 20 CRAQUES DO CLUBE ORIENTAL NA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ
- 22 AQUEDUTOS – ONTEM E HOJE (5)
- 24 JANZ – UM SÉCULO – GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS

SUPLEMENTO

- 25 ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ – DIA MUNDIAL DA CRIANÇA
- 30 ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ NAS OLISIPIADAS
- 31 A.E.J. - SEMANA DA FELICIDADE
- 32 A.E.J. – DIA MUNDIAL DA CONSCIENTIZAÇÃO DO AUTISMO
- 33 A.E.J. – GERTAL – AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE EDUC. ALIMENTAR
- 34 A.E.J. – DIA INTERNACIONAL DA FAMÍLIA
- 35 CONFERÊNCIA SOBRE CRISE, METAMORFOSE, CATÁSTROFE
- 36 PESSOAS MALTRATADAS
- 37 APAM – ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE APOIO À MULHER COM CANCRO DA MAMA



OS NOSSOS PARCEIROS

A OSTEOTECH



Eng. Francisco Matos
Adjunto Direção JANZ-CGF

Como dissemos no artigo anterior, a **JANZ-MAQ** começou há alguns anos a fabricar componentes para próteses dentárias.



Dado tratar-se de uma área de trabalho muito específica e até aí desconhecida para nós, ocupámo-nos nos primeiros

anos com o desenvolvimento desta área de trabalho, desenvolvendo processos de fabrico, adaptando as nossas máquinas, instalando acessórios e ferramentas adequadas e fabricando as primeiras peças em pequenas séries experimentais.

Em 2011 já com algumas dezenas de referências produzidas tornou-se evidente a nossa capacidade para trabalhar neste ramo e a aposta neste negócio concretizou-se através da instalação de equipamento exclusivamente dedicado a este tipo de peças – a nossa **Deco13**.



Hoje e já depois da instalação de uma 2ª máquina com o mesmo objetivo, esta é uma área de fabrico em franco desenvolvimento, com uma produção anual de mais de 50.000 peças e mais de 500 referências de catálogo.

As “nossas peças” são utilizadas em dezenas de consultórios nacionais e



vão em breve começar a ser exportadas.

Para tudo isto contamos com um parceiro de negócio que nos acompanhou desde as fases iniciais de desenvolvimento, continua a acompanhar-nos no lançamento de novos produtos e na atualização permanente – a **Osteotech** – que simultaneamente é o nosso parceiro comercial que coloca no mercado toda a nossa produção.



Estas são algumas das muitas peças que a **JANZ-MAQ** fabrica para a **Osteotech**.

A **Osteotech** é uma jovem e dinâmica empresa com fortes ligações à **JANZ** e que nasceu com a ambição de se tornar uma referência no mercado dos componentes para implantes dentários.

Para isso, começou por conseguir as certificações necessárias para desenvolver atividade nesta área médica e foca a sua atividade principalmente no desenvolvimento e apresentação de novos produtos que na sua grande maioria são produzidos nos nossos equipamentos.

O catálogo **Osteotech** conta já com cerca de **1000 referências** de excelência compatíveis com a maioria dos sistemas mais utilizados a nível mundial e incluem vários produtos inovadores resultantes do forte relacionamento com os técnicos que atuam no terreno.



Esta é já uma das parcerias de maior sucesso da **JANZ-MAQ** e esperamos através dela continuar a crescer e neste caso em particular, ajudar a criar bonitos sorrisos por todo o mundo.



JANZ – DESENVOLVIMENTO



Engº. Luís Brás
Chefe do Departamento de
Desenvolvimento

e simplesmente deixamos de existir. Portanto é necessário desenvolvermos produtos que vão ao encontro deste binómio aparentemente impossível de alcançar. Internamente penso que todos os departamentos da empresa estão focados para este objetivo. A intervenção do Desenvolvimento concretamente passa por apresentar soluções técnicas a nível do produto para solucionar dificuldades de produção ou para cumprir objetivos comerciais de redução de custos ou requisitos de clientes.

Vamos conversar

Na qualidade de Chefe do Departamento de Desenvolvimento, penso que temos muita matéria para desenvolvermos aqui no “Preto no Branco”, para que os seus leitores fiquem um pouco por dentro das tarefas que este setor executa.

É uma área imprescindível para qualquer empresa de fabricação nos moldes da nossa?

É uma área fundamental para qualquer empresa. Nos dias que correm, uma empresa só se mantém viva se estiver constantemente a criar e a apresentar novos produtos ao mercado. De outra forma é simplesmente ultrapassada e esquecida

No contexto do que se fabrica na JANZ, qual, como, e porque é, concretamente, fundamental a intervenção deste departamento?

Na nossa área de atividade existe uma concorrência fortíssima de fabricantes de todos os cantos do mundo e isto é válido nos concursos nacionais como internacionais em que participamos. Se não tivermos produtos mais baratos que os outros e tecnicamente mais capazes, pura

Quantas pessoas trabalham neste setor, e que funções desempenham?

Neste momento a equipa de Desenvolvimento é composta por 5 pessoas. Aguardamos o reforço desta equipa com mais um elemento.



Há quantos anos trabalha na JANZ, e que funções veio desempenhar?

Estou na empresa há exatamente 20 anos. Vim chefiar o departamento de Desenvolvimento.

Quando é que assumiu as funções de Chefe deste departamento?

Como disse anteriormente, iniciei logo as funções de chefia deste Departamento assim que entrei embora a minha atividade tenha variado ao longo do tempo em função das necessidades da própria empresa. Tenho tido intervenção a nível do apoio técnico a clientes e fornecedores;



Projeto de moldes e subcontratação de ferramentas; Apoio interno a outras áreas de produção e montagem que foi variando em função do tipo de dificuldades apresentadas.

Vejo-o sempre muito apressado dentro da empresa, de secção em secção. Sente-se realizado com o trabalho que é desenvolvido neste setor?

Eu de facto tenho dificuldade em andar devagar. Se colocassem radares de velocidade dentro da empresa, provavelmente já teria sido multado! Sinto-me realizado com o trabalho que faço porque gosto do que faço e sinto que os meus colaboradores também têm esse gosto e responsabilidade.

Qual o grau de satisfação do cliente?

O feedback que recebo dos clientes é que os nossos produtos são reconhecidos como tecnicamente robustos e que mostramos abertura para implementar melhorias que vão ao encontro das necessidades específicas desses mesmos clientes.

Gostaria que o seu departamento sofresse algumas alterações de funcionamento?

Uma das alterações que gostaria de implementar era ter a equipa toda reunida no mesmo espaço físico. A atividade do Departamento divide-se em tarefas relacionadas com projeto e relacionadas com ensaios para validação metrológica. Isso obriga a ter a equipa separada fisicamente o que não favorece a intercomunicação entre todos bem como a partilha de experiência sobre os produtos. Penso que iremos alcançar este objetivo proximamente.

Sente-se realizado com o produto final do seu setor?

Sinto-me realizado com o produto final do sector porque vejo que os nossos produtos têm aceitação no mercado e sinto-me particularmente realizado quando outros fabricantes de contadores de água nos procuram para realizarmos parcerias tendo por base os nossos produtos ou subconjuntos. É uma prova cabal de que os nossos produtos são vistos pelos nossos pares com respeito e qualidade.

É um homem otimista, ou não?

Eu prefiro dizer que sou realista. Tendo a considerar que há sempre solução para um problema. Podemos não conseguir no imediato resolvê-lo mas há sempre aquele dia em que encontramos a peça que faltava do puzzle. E aí sim, é uma satisfação enorme.

Pensa que existem boas perspetivas para o ano corrente?

Pelo que me é dado a conhecer pelos dados transmitidos pelos Comerciais, essas perspetivas são animadoras. Pessoalmente considero que o mercado da contagem de água tem tudo para sobreviver uma vez que é uma área que obrigatoriamente vai ter importância nos próximos anos e décadas.

Por um lado temos uma população mundial que caminha para a industrialização e para o desenvolvimento com isso surge a criação de redes de água potável como principal indicador de crescimento. Por outro lado existe a dificuldade cada vez maior de conseguir essa mesma água potável para distribuição às populações. Sendo assim este será um bem cada vez mais precioso e por conseguinte terá que ser medido e contado com maior precisão e rigor.

JANZ, CUIDA DA QUALIDADE DOS SEUS PRODUTOS COM ALTO PROFISSIONALISMO



CARROS ELÉTRICOS EM PORTUGAL



Dra. Patrícia Mota
Gestora de Marketing



RESO PARK

Especialistas em Mobilidade

Apesar de não serem um fenómeno de popularidade entre nós, os carros elétricos são uma opção que está ao dispor dos consumidores portugueses.

Existem vários tipos de carros elétricos. Os mais conhecidos são os veículos elétricos a bateria e os veículos híbridos. Apesar de ambos os sistemas estarem no mercado há vários anos, para a maior parte dos condutores ainda não é fácil distinguir as diferenças.

Em ambos os casos o veículo é impulsionado por um motor elétrico, mas no caso dos veículos elétricos a alimentação é feita exclusivamente por eletricidade.

No caso dos híbridos os veículos vêm equipados com um motor de combustível líquido que permite ao automóvel ter uma melhor prestação e ao mesmo tempo recarregar a bateria.

Existem ainda mais dois tipos de veículos elétricos.

É o caso dos veículos a pilhas de combustível que através de um sistema instalado no automóvel, produzem energia elétrica a partir do hidrogénio. Também os veículos elétricos de alimentação direta se inserem na categoria de transportes elétricos.

Os elétricos, metros e comboios são exemplos de veículos elétricos de alimentação direta.

Seja elétrico ou híbrido terá sempre um custo mais elevado do que o motor convencional.

Em Portugal já com os incentivos incluídos, o valor de um carro elétrico situa-se entre os **20 mil euros e os 36 mil euros**, segundo uma consulta pelos sites das marcas de automóveis que comercializam este tipo de veículos.

Este preço é mais elevado essencialmente devido ao custo das baterias. Há que ter em conta que muitas vezes o preço publicado não inclui o valor das baterias, que podem ser adquiridas à parte.

Para reduzir este encargo com a bateria, algumas marcas de automóveis já funcionam com um sistema de aluguer em que pode trocar no concessionário uma bateria vazia por uma recarregada.

Nota ainda para o facto de as despesas de manutenção dos automóveis elétricos serem bastante mais reduzidas em comparação com os encargos dos automóveis de combustível líquido.

Pelas suas características um veículo elétrico é tipicamente um automóvel para se conduzir em cidades. Devido à sua autonomia limitada, o carro elétrico é ideal para condutores que o pretendem utilizar para o seu trabalho ou moverem-se na cidade.

Um automóvel elétrico consegue atingir velocidades na ordem dos 140 km/ hora e pode adequar-se também a percursos fora do ambiente urbano uma vez que a sua autonomia pode chegar aos 180 km.



Um veículo que funciona unicamente a bateria necessita de um período de recarga entre seis e oito horas.

Quem tencionar comprar um carro elétrico deverá dispor de garagem ou de um espaço livre onde poderá instalar o carregador.

Quem pretender realizar os carregamentos em casa, a **EDP lançou uma nova oferta, em que se propõe oferecer eletricidade durante 1 ano a quem adquirir um carro elétrico junto das entidades parceiras da comercializadora de energia.**



A oferta é válida para os primeiros 500 clientes do tarifário. Além disso existe a Rede Nacional de Mobilidade Elétrica em parques de estacionamento públicos e parques de estacionamento de centros comerciais.

Os veículos elétricos cumprem a Norma ISO 6469 e as suas especificações de Segurança, que abrangem a segurança da bateria, proteções contra falhas e proteções de pessoas contra riscos elétricos. Em caso de acidente, os carros elétricos cumprem as mesmas normas de segurança que os carros com combustível líquido.

Apesar de os veículos elétricos serem mais pesados devido às baterias, a distância de travagem e a força dos impactos aumentam. No entanto estas situações tornam-se uma vantagem porque nos veículos mais pesados o risco de lesões para os ocupantes é inferior ao dos mais leves.



Os automóveis elétricos são mais silenciosos quando circulam a velocidades baixas podendo criar riscos para os peões principalmente os que andam com menos atenção ou que tenham limitações visuais.

A durabilidade dos veículos elétricos é muito semelhante à dos automóveis de combustível líquido.

Contudo, o motor poderá ter uma durabilidade superior a um motor de combustão uma vez que apresenta menos desgaste, uma menor necessidade de manutenção e lubrificação. Mas a bateria poderá ter uma vida mais limitada dependendo da tecnologia utilizada, como a utilização e as condições de armazenamento.

As baterias podem ainda ser afetadas pelas temperaturas extremas, os carregamentos em excesso e as descargas completas.

Vantagens dos carros elétricos:

- ***Os carros elétricos não poluem o ambiente;***
- ***Os carros elétricos são silenciosos;***
- ***Os carros elétricos têm menores custos de manutenção;***
- ***Os carros elétricos necessitam de menos manutenção;***
- ***Os carros elétricos não pagam imposto de circulação;***
- ***Os carros elétricos reaproveitam a energia;***
- ***Os carros elétricos proporcionam uma condução agradável;***



GERIR O STRESS



Dr. Ricardo Ferreira
Assessor da Administração

Numa palestra uma psicóloga falando sobre como gerir o **stress** levantou um copo com água. Na sala, todos pensaram que iria perguntar a velha questão: "Meio cheio ou meio vazio?". Mas com um sorriso nos lábios perguntou: "Quanto pesa este copo com água?". As respostas variaram entre 100g e 350g.



Ela respondeu: "O peso absoluto não importa. Depende de quanto tempo você o segura. Se eu o segurar por um minuto, não haverá qualquer problema. Se eu o segurar durante uma hora, ficarei certamente com dores no braço. Se eu o segurar durante um dia, o meu braço ficará tremente e provavelmente paralisado. Em todos os casos o peso do copo não mudou, mas quanto mais tempo o segurar, mais pesado ele vai ficar".

E continuou: "O **stress** e as preocupações da vida são como este copo com água. Eu penso sobre eles por um curto espaço de tempo e nada acontece. Mas, se eu penso sobre eles

um pouco mais de tempo, eles começam a deixar mazelas. E se eu pensar sobre eles durante todo o dia, vou-me sentir paralisada, incapaz de fazer qualquer coisa".

O termo **stress** oriundo da física, onde designa a tensão e o desgaste a que estão expostos os materiais foi usado pela primeira vez no sentido hodierno em 1936 na revista científica *Nature*, pelo médico endocrinologista Doutor Hans Hugo Bruno Selye nascido em 1907 na antiga Áustria-Hungria.

O que é o stress?

O **stress** é uma resposta do organismo a determinados estímulos físicos e emocionais, como a morte de um ente querido, o desemprego, o divórcio ou a gravidez. Perante uma situação "stressante", o corpo reage com respostas a nível **fisiológico** (o coração acelera, aparecem suores frios, os músculos ficam tensos...), **cognitivo** (aumento da atenção a estímulos presentes na situação, maior rapidez de pensamento...) e **motor** (basicamente, fugir do perigo ou lutar contra ele); todas estas respostas devem servir para facilitar um melhor processamento da situação a estímulos presentes para uma resposta mais efetiva.





A generalidade dos médicos considera que o *stress* pode ser considerado um estado intermediário entre a saúde e a doença, evoluindo ao longo de três estágios: fase de alarme, fase de resistência e fase de exaustão.

Pelo que a resposta de *stress* em si não é nociva, sendo até certo ponto útil porque torna o organismo mais atento e pronto aos desafios do meio ambiente (basta lembrar o atleta pronto para iniciar uma corrida). Trata-se de uma reação adaptativa que permitiu a nossa sobrevivência ao longo dos tempos. No entanto, quando esta reação aparece de forma muito frequente, intensa ou duradoura, pode produzir um desgaste nos recursos, que conduz ao aparecimento de problemas diversos (por exemplo, diminuição de rendimento, mal-estar físico e emocional, predisposição acentuada para doenças...), que se denominam de maneira genérica de patologias associadas ao *stress*.



O que é gerir o *stress*?

É encontrar o equilíbrio entre o que o *stress* nos causa e a forma como lidamos com esses sintomas.

Para uma melhor eficácia na gestão do *stress* e consiga estar a 100% em todos os projetos da sua vida é essencial existir um equilíbrio entre a vida pessoal e a vida profissional.



Não existe uma “receita” mágica para gerir o *stress*, onde geralmente a combinação de vários métodos é mais eficaz, sendo que por vezes o que funciona normalmente para uma pessoa poderá não necessariamente funcionar para outras. Por isso não se deixe enganar pelo *stress* porque pode mesmo ser um mal menor na sua vida, se:

- ✓ Identificar os sintomas.
- ✓ Identificar as possíveis razões desse mal-estar.



- ✓ Identificar estratégias de resolução.
- ✓ Desenvolver competências de gestão dos sintomas físicos associados ao mal-estar.
- ✓ Desenvolver competências de gestão do tempo.

Estratégias para que possa evitar situações de stress mais rotineiras:



Retire partido das vantagens do *stress*. Não se esqueça que em pequenas doses o *stress* pode ser benéfico, motivando-o/a a fazer o seu melhor e a manter-se em alerta, assim como a ausência de *stress* pode levar ao tédio e à depressão.

É importante que se lembre de deixar o seu “mau” stress de lado. Não se esqueça de largar o copo e que a melhor forma de gerir o stress é sorrir!



JANZ, APOSTA NOS PALOP



Através da API – Águas de Portugal Internacional, representantes de várias entidades moçambicanas, ligadas à gestão da água em Moçambique, visitaram a JANZ.



Foram recebidos na **JANZ** pelos administradores, Dra. Inês Janz Rodrigues e Ricardo Cordeiro, no âmbito da aposta que tem sido feita para desenvolver novos projetos nos PALOP – Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa.



Estes contactos desenvolvidos foram interessantes e promissores, já que envolveram desde o Regulador do setor até às empresas de distribuição de água, nossas potenciais clientes.



OS 7 HÁBITOS DE PESSOAS ALTAMENTE EFICAZES



*Eng. Francisco Caetano
Diretor Industrial*

Foi sobre este tema que decorreu uma ação de formação, desenvolvida pela empresa Atlas Corporation, e na qual participaram os vários responsáveis de sector da Janz - Contagem e Gestão de Fluidos, SA.

Poder-se-ia questionar qual a razão de estarmos novamente a abordar assuntos da área comportamental.

A resposta é simples.

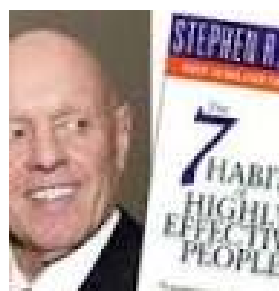
A qualquer atitude ou hábito que pratiquemos podemos aplicar o lema da empresa, ou seja, parafraseando o seu Fundador:



“Se hoje fazemos bem, não significa que amanhã não possamos fazer ainda melhor”,

e se este lema se aplica aos produtos que realizamos, por maioria de razão se aplica às nossas relações interpessoais entre colegas e especialmente com aqueles que temos a responsabilidade de coordenar.

Esta metodologia foi trabalhada e desenvolvida pelo **Dr. Stephen R. Covey (1932- 2012)**



Mestre em administração por Harvard e doutorado pela universidade de Brigham Young. Faleceu em 2012, num acidente de bicicleta.

- Esta metodologia foi criada e destina-se a todas as pessoas que queiram encetar uma viagem, difícil, mas seguramente estimulante, ao longo das suas práticas de vida e dos hábitos que as têm sustentado.
- A todos aqueles para quem faça sentido a renovação permanente, uma atitude de melhoria contínua face à sua vida profissional e pessoal devem começar.
- O objetivo é que cada um demonstre a si mesmo que a adoção consistente deste método dos **“7 hábitos”** pode, de facto, contribuir para profissionais mais eficazes e pessoas mais felizes.
- A base do **Modelo dos 7 Hábitos** é a de que todas as pessoas constroem **“modelos mentais”** de representação da realidade, os **“mapas”**, e é com base neles que vivem, amam, aprendem, resolvem problemas e desenvolvem as suas estratégias de vida.



- Estes **“mapas”** são interpretações pessoais e subjetivas dos factos e das situações da realidade concreta (**“territórios”** ou **“realidade objetiva”**), e organizam-se como **“paradigmas”**, ou modos consistentes de ver a realidade que são, naturalmente, diferentes de pessoa para pessoa.

- Assim sendo, as práticas que desenvolvemos, tanto a nível pessoal como profissional, são determinadas pelos **“paradigmas”** mentais que interiorizámos e que influenciam as nossas escolhas de atitudes e comportamentos.

- À medida que vamos consolidando as nossas práticas e os valores subjacentes, vamos adotando modalidades de comportamento mais ou menos estruturados e organizados que, pela sua constância e consistência, se configuram como **“hábitos”**.

- Os **“hábitos”** constituem, assim, os alicerces das nossas estratégias de vida e conduzem-nos aos resultados que obtemos.

- Quando essas estratégias não estiverem a corresponder às nossas expectativas, ou quando a realidade nos demonstrar que estão a ser inadequadas, surge, então, uma necessidade de mudança.

- E nesse momento é essencial consciencializar que se quisermos alterar a realidade, é necessário, primeiro mudar-nos a nós próprios, transformar os nossos paradigmas e alterar os nossos hábitos de vida.

- Para se ser eficaz, defende Stephen Covey, de modo consistente e duradouro, ou seja, para se obter o que se pretende por vias que permitam conseguir ainda melhores resultados no futuro, é necessário que cada pessoa desenvolva os **“7 hábitos”** fundamentais para a eficácia pessoal.

- Estes **hábitos** são definidos como a **“intersecção de conhecimento, habilidade e vontade”** para fazer ou agir, e o seu desenvolvimento vai permitir a cada indivíduo percorrer um **“continuum de maturidade”** que o irá fazer passar da **“dependência”** à **“interdependência”** e a realizar dois tipos de **“vitória”**.

- A **“vitória privada”** e a **“vitória pública”** que vêm consubstanciar a conquista da maturidade pessoal.

“ Às vezes a maneira como nós vemos o problema, é o problema”

Stephen Covey

- A **“Vitória Privada”** é o primeiro patamar desta conquista e é obtida através do desenvolvimento dos três primeiros hábitos:

- **Hábito 1** – Seja Proactivo. Seja responsável pela sua própria vida. Assuma-se como **“Agente Criador”**.

- **Hábito 2** – Comece com o objetivo em mente. Estabeleça objetivos para si e compromissos consigo próprio.

- **Hábito 3** – Dê Prioridade ao que é Prioritário. Dedique mais tempo ao que é importante e não necessariamente urgente.

- A **“Vitória Pública”** é o segundo patamar e é obtida através do desenvolvimento dos três hábitos seguintes:

- **Hábito 4** – Pense ganhar-ganhar. Procure soluções que beneficiem todas as partes.

- **Hábito 5** – Procure primeiro compreender para depois ser compreendido.

- **Hábito 6** – Crie Sinergias. Encontre maneiras de cooperar com toda a gente. Valorize as diferenças entre as pessoas.



- Os três primeiros hábitos têm o seu centro na relação da pessoa consigo própria (**Vitória Privada**).

- Os segundos três hábitos centram-se no relacionamento interpessoal (**Vitória Pública**).

Os três primeiros são os mais difíceis de adquirir e de desenvolver. Quando não nos relacionamos bem connosco, é quase impossível relacionarmo-nos bem com os outros.

Difícilmente se mantém hábitos eficazes na “**vitória pública**” se os da “**vitória privada**” não forem adquiridos.

Assim sendo, poderemos concluir percecionando a necessidade o “**Hábito 7**”.

- Percebemos que a construção de práticas de vida com base nos “**hábitos**” de eficácia pessoal é um processo contínuo e não um estado ao qual se chega e depois se auto preserva.
- Então é por isso **INDISPENSÁVEL** desenvolver o:

- **Hábito 7** – Renove e Afine as suas ferramentas pessoais, aproximando-as dos padrões de excelência.

Este é o “**hábito**” da auto renovação e da melhoria contínua e desde há muito que se vem meditando sobre ele, veja o leitor quem expressou o pensamento descrito a seguir, e tire a conclusão por si próprio:

“A excelência é uma arte que se adquire através do treino e habituação. Nós somos aquilo que fazemos repetidamente. Então a excelência não é um mero ato, é um hábito.” Aristóteles.

(Texto adaptado por Francisco Caetano)

DESAFIO DO “PRETO NO BRANCO” A TODOS OS COLABORADORES DAS EMPRESAS DO GRUPO JANZ



CONCURSO DE FOTOGRAFIA

É sobre este Concurso que o “Preto no Branco solicita a todos a sua participação.

Há provas da imensa massa cinzenta que existe dentro das empresas do GRUPO, e muito especialmente, nesta área não faltará quem deseje desafiar os seus próprios talentos.

Por isso, pede-se que concorram com fotografias que mostrem a forma como vêm as empresas do GRUPO, a vivência dentro delas ao longo dos anos, os seus equipamentos, as pessoas, etc.

No verso de cada foto, os concorrentes devem relatar o sentimento que lhes transmitiu a imagem que fotografaram.

Durante as comemorações do Centenário da JANZ, as fotos concorrentes serão entregues no Gabinete de Comunicação, para serem expostas na área das Comemorações do Centenário e, finalmente, classificadas por um júri a designar. **Haverá surpresa: 1º., 2º. e 3º prêmios.**

O “Preto no Branco” está certo de que a exemplo do que sempre aconteceu nos desafios que fez ao longo dos anos, **este Concurso vai também ficar para a história das empresas JANZ e dos seus Colaboradores.**



RESOPARK



Projecto de Referência

HOSPITAL DA LUZ



Descrição do Projecto

A Resopark forneceu e instalou um Sistema **guidein no Parque de Estacionamento do Hospital da Luz** para 1034 lugares de estacionamento.

A ampliação do estacionamento permitiu duplicar a capacidade do parque dos 500 para cerca de 1000 lugares.

Este sistema tem como função efectuar o controlo em tempo real da ocupação dos pisos, zonas e lugares de estacionamento de um parque, orientando através de sinalização adequada os utilizadores para as zonas não ocupadas.

O sistema Guide In detem uma vantagem específica pelo facto de ser um produto inteiramente desenvolvido e produzido no interior do grupo JANZ do qual a Resopark é parte integrante, conferindo-lhe a flexibilidade e adaptabilidade às exigências particulares de cada cliente.



Este sistema está pensado para aumentar os benefícios do parque e a satisfação dos utilizadores.

A Resopark conta já com várias instalações em Portugal.

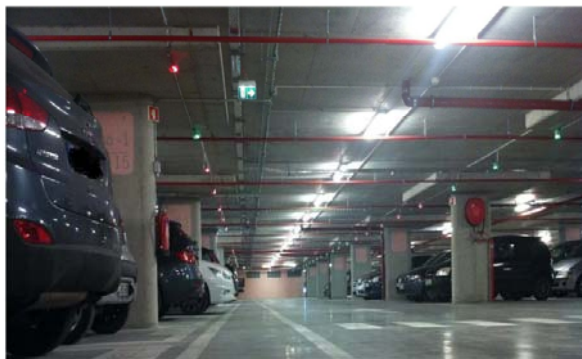
Benefícios do Sistema Implementado

Os benefícios para o utilizador do parque:

- ◆ Estacionamento rápido;
- ◆ Redução do stress;
- ◆ Melhoria da circulação;
- ◆ Economia de combustível;
- ◆ Redução da poluição;
- ◆ Fácil localização de lugares para pessoas deficientes e lugares reservados.

Os benefícios para o gestor do parque:

- ◆ Melhoria das condições do parque;
- ◆ Fidelização dos clientes;
- ◆ Aumento da rotatividade e nível de ocupação;
- ◆ Custos de manutenção reduzidos;
- ◆ Diminuição do consumo de energia;
- ◆ Optimização da gestão e rentabilidade do espaço;
- ◆ Identificação de estadias longas;
- ◆ Disponibilização de informação real para análise.



 HOSPITAL DA LUZ



Iniciativa 1,2 e 3

Com três passinhos apenas se deixa uma criança feliz...

1. Imagine o seu projecto...

2. Equipe o seu parque infantil com equipamentos e pavimento de segurança com uma multiplicidade de cores...

3. Divirta-se com os mais novos em segurança ...

O seu parque SERÁ :

- Seguro
- Didático
- Lúdico
- Colorido



Porque somos especialistas na execução de espaços infantis e porque valorizamos a segurança das nossas crianças assumimos o compromisso da excelência.

Divirta-se e deixe o resto connosco...
Contacte-nos.

Estrada de Chelas 187
1900.151 Lisboa
T + 351 218 611 400
F + 351 218 687 870

WWW.RESOPRE.PT
GERAL@RESOPRE.PT

Marcas: **LUDIC PARC**
LEGNOLANDIA



JANZ NA REVISTA DA ANIMEE

EMPRESAS



JANZ 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 perspectiva do *EcoDesign*, entendido como a concepção 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 concepção, 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 Janz aposta permanentemente em tecnologia, fundamental para a sua sobrevivência, nomeadamente na concepção 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**, seleccionar 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.



Revista ANIMEE

35



FORMAÇÃO NOS REFEITÓRIOS



Na necessidade de otimização de recursos humanos, entre as colaboradoras dos refeitórios **JANZ**, **Associação Ester Janz** e colaboradoras da limpeza, faria sentido desenvolver entre as equipas as competências chave ao trabalho em equipa.

Assim, durante o ano de 2014 as colaboradoras frequentaram a formação “Relacionamento Interpessoal e Gestão do Tempo”.

- Desenvolver competências comunicacionais, relacionais e de gestão de conflitos;
- Conhecer e utilizar estratégias comunicacionais no trabalho em equipa;
- Implementar estratégias de gestão do tempo e planeamento diário.

Distinguir-se perante os outros, não pela superioridade mas pela diferença, como dá resposta às solicitações, como expõe as suas ideias, como partilha a informação numa lógica de bem comum, como inova, como se empenha e se envolve nos objetivos.

Eram os resultados esperados e que foram alcançados nesta primeira fase.



Perante a satisfação das colaboradoras em “querer mais” está previsto ainda para 2015 continuação no desenvolvimento da “Assertividade”.



JANZ - Consultores de Gestão, S.A.

Janz desde 1915

Anabela Neto

Chefe Gestão Administrativa



CRAQUES DO ORIENTAL NA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ



No dia 21 de maio, estes especiais e simpáticos jogadores do **Clube Oriental de Lisboa**, disponibilizaram-se para visitarem e conviverem umas horas com as crianças da **Associação Ester Janz**.



O Prof. de ginástica da AEJ, Ricardo Barreiro, comunicou à assistência, com enorme satisfação, a razão desta visita.

O Presidente do Oriental, Senhor Victor Nabais, apresentou os jogadores, e referiu as respeitáveis conquistas desportivas alcançadas ao longo das carreiras de cada um deles. Todos uns grandes **CRAQUES!**

A partir daqui, os jogadores ficaram à disposição das crianças para que lhes fossem feitas as perguntas que entendessem.

De referir, que todas as perguntas mereceram uma minuciosa e cuidada resposta dos craques.



Da parte de todos os jogadores, a paciência não teve limites, e com a maior paixão e carinho, corresponderam a todos os pedidos das crianças, desde os autógrafos em cartões, nas bolas, nas diversas t-shirts que trouxeram de casa, etc. Não tiveram mãos a medir.



Assinatura de autógrafos e mais autógrafos

E no livro de honra da Associação Ester Janz também ficou a simpática marca desta especial visita dos jogadores do Clube Oriental de Lisboa.



O ENCONTRO DE FUTEBOL



Aqui foram definidas as regras do jogo, e como da parte do Oriental a equipa apenas tinha cinco jogadores, enquanto a Associação Ester Janz dispunha duma enorme equipa, em que todos queriam jogar, teve que haver vários ajustes.



Como se pode verificar, ao guarda-redes do Oriental, quando levantava os braços, sobrava-lhe corpo na altura da baliza, e deitado, era da sua largura. Portanto, entrada de bolas ali... só distraído, o que aconteceu várias vezes. A AEJ, apanhou-lhe o fraco...e viu logo que tinha pela frente um "franguista"!



O guarda-redes da AEJ, apesar de se ter confessado adepto do Oriental, esteve à altura dos grandes ataques. Não media metade da baliza, mas chegou para defender a honra da sua equipa.



E assim terminou este amigável e inesquecível encontro com os jogadores do Oriental e a Associação Ester Janz.

Agrademos aos jogadores:

YAGO – Defesa e campeão pelo Malmo. Equipa do campeonato Sueco.

BRUNO AGUIAR – Meio campo e antigo jogador do Benfica, onde ganhou um campeonato nacional e uma taça de Portugal.

RONCATTO – Meio campo e antigo jogador do Paços de Ferreira e do Belenenses.

ALHINHO – Sobrinho de uma antiga estrela do futebol nacional, tendo sido contratado por uma equipa de Angola.

CARLOS SALEIRO – Antigo jogador da formação do Sporting, tendo ganho uma taça de Portugal.

Muito obrigado, também ao Sr. Presidente Victor Nabais, e a todos os Colaboradores da Associação Ester Janz por terem proporcionado este invulgar dia para as crianças.



Aquedutos – Ontem e hoje (5)



*Eng.º José Colarejo
Colaborador Honorário do “Preto no Branco”*

Em artigos anteriores, visitámos os principais aquedutos de Portugal, com natural destaque para o Aqueduto das Águas Livres. Vamos agora observar a evolução do abastecimento de água a Lisboa – incluindo também os concelhos limítrofes – nos tempos modernos.

O crescimento populacional na cidade de Lisboa fez com que a água abastecida pelo Aqueduto das Águas Livres se tornasse insuficiente. Como resposta às carências existentes, foi construído, entre 1871 e 1880, um novo aqueduto abastecedor – o Aqueduto do Alviela – preparado para transportar água captada ao norte de Lisboa, nas nascentes dos Olhos de Água do rio Alviela.



Olhos de Água do Alviela – Captação da EPAL

O Aqueduto do Alviela tem uma extensão de cerca de 120 km, desde a nascente dos Olhos de Água até chegar a Lisboa.

Na cerca de um extinto convento franciscano, ocupado pela ordem religiosa dos Barbadinhos Italianos (entre 1747 e 1834), foi então instalado o reservatório final da água transportada pelo aqueduto do Alviela, que foi denominado Reservatório dos Barbadinhos.



Reservatório dos Barbadinhos

Note-se que esta chegada ao Reservatório dos Barbadinhos fazia-se a uma cota bastante baixa, pelo que foi construída uma estação elevatória a vapor, destinada a bombear a água deste reservatório para zonas altas da cidade de Lisboa (Reservatório da Verónica, em S. Vicente de Fora, e Cisterna do Monte, na Penha de França), estação elevatória essa que foi inaugurada a 3 de Outubro de 1880.

As edificações desta estação elevatória eram compostas por três corpos: O depósito de carvão (ou carvoaria), a zona das caldeiras e a zona das máquinas a vapor.



Estação Elevatória dos Barbadinhos

A “Sala das Máquinas” localizava-se no piso superior da zona do edifício principal e albergava as quatro máquinas a vapor, adquiridas em 1876 ao fabricante francês E. W. Windsor & Fils (Rouen, Normandia),

As máquinas eram todas de êmbolos verticais, de dois cilindros cada, com camisa de vapor de expansão variável e de condensação (sistema “Woolf”).

No piso térreo encontrava-se a “Sala das Bombas”, onde estavam instaladas as respectivas bombas, com capacidade de elevação até à altura de 70 m.



Num outro corpo estavam cinco caldeiras, na designada “Sala das Caldeiras”.

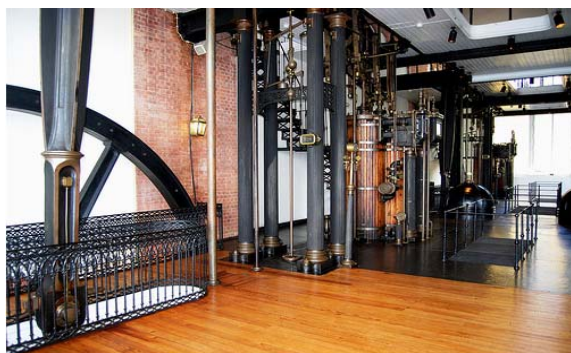
O terceiro corpo deste edifício serviu como depósito de carvão, para alimentar as caldeiras e respectivas fornalhas.

O edifício contava ainda com uma chaminé no exterior, de 40 metros de altura e 1,8 metros de diâmetro interior, para realizar a extracção do fumo da queima do carvão.

A Estação Elevatória a Vapor dos Barbadinhos funcionou de forma ininterrupta, desde a sua inauguração, em 1880, até 1928.

Com o advento da energia eléctrica, foi instalada uma nova central elevatória, com vários grupos de bombas eléctricas, que entraram ao serviço em 1928, pelo que tanto as caldeiras como a chaminé acabaram por ser demolidas na década de 50 do século XX, após vários anos de inactividade.

Actualmente, o edifício foi convertido nas instalações do Museu da Água, onde estão preservadas as antigas máquinas a vapor e as respectivas bombas, as quais constituem testemunhos enriquecedores da arqueologia industrial.



Duas vistas actuais da Sala de Máquinas do Museu

Na época, a distribuição de água era garantida pela CAL – Companhia das Águas de Lisboa, concessionária do abastecimento de água à cidade de Lisboa, entre 02 de Abril de 1868 e 30 de Outubro de 1974, altura em que terminou o contrato de concessão. Foi então constituída a EPAL – Empresa Pública das Águas de Lisboa, designação que manteve até 1981, data em que passou a denominar-se EPAL – Empresa Pública das Águas Livres.

Em 21 de Abril de 1991, a EPAL foi transformada em sociedade anónima de capitais integralmente públicos, passando a ter a denominação social de EPAL – Empresa Portuguesa das Águas Livres, SA. A partir de 1993, a EPAL foi integrada no então criado Grupo AdP – Águas de Portugal.

Até 1935, a área de intervenção da antiga Companhia das Águas de Lisboa limitava-se ao abastecimento e distribuição de água ao concelho de Lisboa. A partir desse ano, a CAL passou a abastecer em “alta” os municípios de Oeiras (1935), Cascais (1941), Azambuja (1945), Vila Franca de Xira (1946), Sintra, Loures e Odivelas (1948), Alenquer (1950), Alcanena (1955), Santarém (1958), Arruda dos Vinhos e Sobral de Monte Agraço (1964). Ou seja, os municípios situados a Norte e a Oeste de Lisboa, bem como os que se situavam no trajecto do Aqueduto do Alviela.

Por essas datas, e apesar de entretanto terem sido adicionadas cerca de 20 captações subterrâneas, localizadas nas zonas de Alenquer, Lezírias e Ota, era já evidente que o Aqueduto do Alviela, em exploração desde 1880 e com uma capacidade de produção na ordem dos 50 000 m³/dia, era insuficiente para as necessidades de abastecimento, não só da área já servida, mas também das que se perspectivavam virem a ser abastecidas.

Foi então construído o Aqueduto do Tejo, inaugurado em 1940, e ampliado em 1963, com capacidade de produção diária de 400 000 m³. As captações desse aqueduto estão situadas na margem direita do rio Tejo, em Valada do Ribatejo

Bibliografia:

<http://www.epal.pt/EPAL/menu/museu-da-água/exposição-permanente-património-associado>
<http://www.epal.pt/EPAL/menu/água/sistema-de-abastecimento>

(Continua)



DIA MUNDIAL DA CRIANÇA



SER CRIANÇA

No dia 1 de junho a **Associação Ester Janz**, como sempre, celebrou o **Dia Mundial da Criança** e festejou-o com as suas Crianças, proporcionando-lhes muitos momentos de brincadeira e alegria!

Foi assinalado este dia tão especial logo no dia 29 de maio, com a participação das nossas Crianças do Pré-Escolar, entre as 9h00 e as 12h00, na iniciativa que a **Junta de Freguesia de Marvila** promoveu, na Mata do Vale Fundão, para todas as Crianças dos estabelecimentos de ensino localizados na Freguesia.

Nesta sua atividade, subordinada ao tema “**SER CRIANÇA**”, baseada na **Convenção dos Direitos das Crianças**, a Junta de Freguesia de Marvila proporcionou várias iniciativas de animação e pedagógicas que visaram não só o divertimento das Crianças mas também “celebrar a importância de **SER CRIANÇA** e de haver direitos que asseguram o seu crescimento”.

Neste dia com muita criatividade, imaginação e a colaboração de várias entidades que aderiram a esta iniciativa, a Mata do Vale Fundão foi transformada na “Aldeia encantada dos Direitos das Crianças”, onde estas foram acolhidas pela **Tia Marvila, que lhes dirigiu, antecipadamente, um lindo convite por carta.**

Prosseguindo as comemorações do **Dia Mundial da Criança** a Associação Ester Janz, no dia 1 de junho, promoveu as seguintes atividades:

Creche - Atividades diversas organizadas ao longo do dia pelas Educadoras – **balões, pinturas faciais, etc.**

Pré-Escolar - **Almoço piquenique no Recreio do Pré-Escolar.**

1.º Ciclo “Corrida da Criança” – iniciativa desportiva interescolar, envolvendo os Alunos do 1.º Ciclo da Associação Ester Janz e do Colégio Cesário Verde, com o apoio do Pelouro do Desporto da Junta de Freguesia de Marvila e da Câmara Municipal de Lisboa.



As crianças, serenamente, aguardam a chamada para a sua participação.



Os professores de ginástica da Associação Ester Janz, Ricardo Barreiro e do Colégio Cesário Verde, Pedro Beato, tal como em 2014, organizaram o evento com ordem, sempre inculcando nas crianças o maior respeito uns pelos outros e muita alegria.



As equipas dos 5 anos correram sós. O Colégio Cesário Verde não participou.



De realçar que a “Corrida da Criança” visou enaltecer as Crianças no dia que lhes é dedicado, promover e incentivar a atividade desportiva, fundamental para a aquisição de hábitos de vida saudável, e contribuir

para um convívio salutar entre os Alunos e Colaboradores da Associação Ester Janz e do Colégio Cesário Verde.



A prova integrou várias corridas organizadas por anos de escolaridade, havendo provas distintas para as meninas e meninos.

Todos os Alunos se apresentaram com o equipamento de Educação Física da Associação Ester Janz e Cesário Verde.



No final, com muita satisfação, houve muitos abraços entre os concorrentes das duas escolas, professores e colaboradores.



SARAU DE GINÁSTICA

No fim do **Dia Internacional da Criança**, realizou-se o Sarau de Ginástica no Colégio Cesário Verde, com a Equipa de Ginástica dos seus alunos e a Participação da Equipa de Ginástica Desportiva da Associação Ester Janz.



Atletas aguardam a sua atuação



A Associação Ester Janz numa das suas exibições.



Professor Ricardo da Associação Ester Janz, com a sua Equipa.

E assim terminaram as comemorações do **Dia Internacional da Criança**, com muito convívio, muita festa e alegria.

Agradecemos ao Colégio Cesário Verde pelos momentos tão especiais de saudável convívio que proporcionaram às suas e nossas crianças, neste que foi e será sempre o seu grande DIA.

Agradecemos também a todos os Colaboradores que tornaram possível este dia com tanto empenho e carinho.



“Grande é a poesia, a bondade e as danças...mas o melhor do mundo são as crianças”. *Fernando Pessoa.*



CONVITE DA TIA MARVILA ÀS CRIANÇAS DA SUA FREGUESIA

Queridas crianças de Marvila,

Como estão desde o ano passado? Têm estudado e aprendido muito?

Espero que esteja tudo a correr bem com vocês.

Estou a escrever-vos esta carta porque gostaria de voltar a comemorar o Dia da Criança convosco e como no ano passado divertimo-nos muito, decidi voltar a organizar uma enorme festa com muita diversão para podermos estar todos juntos no dia 01 de junho.

Neste dia iremos celebrar a importância de SER CRIANÇA e de haver direitos que assegurem o vosso crescimento, por isso, decidi realizar a festa na Aldeia encantada dos Direitos da Criança.

Como sabes existe a Convenção dos Direitos da Criança que contém 54 artigos e estão divididos em quatro categorias principais:

- os direitos à sobrevivência (ex. o direito a cuidados adequados; representados pela cor verde)
- os direitos relativos ao desenvolvimento (ex. o direito à educação; representados pela cor azul)
- os direitos relativos à protecção (ex. o direito de ser protegido contra a exploração; representados pela cor laranja)
- os direitos de participação (ex. o direito de exprimir a sua própria opinião; representados pela cor amarela).

Por isso, vamos pensar nestes direitos e dar largas à imaginação, decorando uma peça de puzzle (modelo em anexo) em tamanho A3 e poderá ser uma peça por turma.

Para decorarem esta peça podem utilizar todos os materiais que acharem necessários, mas tentem sempre reutilizar materiais que já não necessitem.

Quando vierem para a festa, tragam a vossa peça do puzzle identificada e procurem o Mural da Aldeia Encantada dos Direitos da Criança e cole-na lá com a ajuda de um dos habitantes.

Vou ficar à espera para ver os vossos trabalhos maravilhosos,

Vemo-nos na festa, não falem,

Tia Marvila





CAMPANHA DA DECO PROTESTE NA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ



**FRALDAS
COM
DESCONTO.PT**

REGISTE-SE GRATUITAMENTE
ATÉ **30 DE JUNHO** E COMPRA FRALDAS
A UM PREÇO ESPECIAL!



O CARTÃO QUE ABRE A PORTA ÀS VANTAGENS



A DECO PROTESTE VOLTA A SURPREENDER OS
CONSUMIDORES COM UMA CAMPANHA PARA
AJUDAR A POUPAR NAS FRALDAS DE BEBÉ.

INSCREVA-SE EM **FRALDASCOMDESCONTO.PT**
E POUPE ATÉ €180 AO ANO
ATRAVÉS DA NOSSA ESCOLHA ACERTADA.



No **Dia Internacional da Criança**, Promotoras da **DECO**, trouxeram às crianças da Associação Ester Janz, um Expositor com balões e folhetos sobre campanha de compra coletiva de fraldas.

A **Associação Ester Janz** partilhou esta iniciativa com a **DECO** a pensar no bem estar das Crianças e suas Famílias, neste caso, ajudando-as a poupar nas fraldas.

“NO POUPAR É QUE ESTÁ O GANHO”



ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ NAS OLISIPIADAS



Equipa de Basquetebol

Parabéns para todos os nossos **Jogadores de Basquetebol** que foram uns dignos representantes da Associação Ester Janz e da Junta de Freguesia de Marvila nas duas fases deste evento desportivo municipal.



Foram momentos que marcaram o passado domingo, na Fase Final das Olisípiadas, no Estádio Universitário.

Um agradecimento especial aos **Pais Hugo Fernandes e Tiago Janz**, pela importante ajuda prestada em campo, na orientação dos nossos jogadores, assim como a todos os outros pais que acompanharam a Equipa nas duas etapas das Olisípiadas, ficando nas bancadas a torcer e a aplaudir durante os jogos.



Foi um apoio muito entusiasta, persistente e resistente e, por isso, fundamental!



Obrigada a todos, inclusive, aos irmãos presentes!

*Fátima Berto Cortês
Conselho Executivo
Direção da Qualidade, Organização e
Regulamentação*



SEMANA DA FELICIDADE



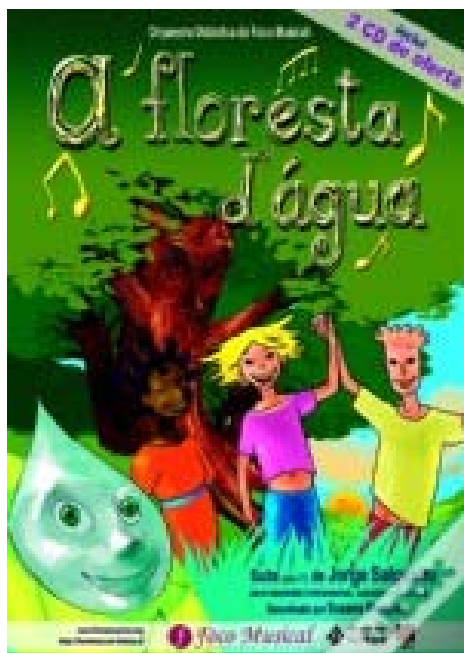
BIBLIOTECA FERNANDO PESSOA

DA ASSOCIAÇÃO ESTER JANZ

16 a 20 de março de 2015

Na semana de 16 a 20 de março, a Biblioteca Fernando Pessoa celebrou a Semana da Leitura em associação com o Gabinete de Psicologia e Educação Especial que desejou comemorar o **Dia Internacional da Felicidade!**

Nessa semana, tivemos também a participação dos nossos alunos, do Pré-escolar e 1.º ciclo, no concerto Floresta d'Água, da Foco Musical.



E ainda o Dia do Pai!

Que mistura maravilhosa! Livros, Ilustrações, Música, Família..., por isso lhe demos o nome de **SEMANA DA FELICIDADE!**



Ao longo da semana seguinte, tivemos várias atividades, leituras, reflexões ... que nos ajudaram a TODOS a pensar **o que é a felicidade?**

Aos poucos vamos ajudando os nossos alunos a formar a sua personalidade e a crescerem para um **Mundo Melhor!**

A Rede de Bibliotecas associada ao Plano Nacional de Leitura convidou todas as escolas e as suas comunidades a celebrarem a leitura e os livros, propondo como tema «**Palavras do Mundo**».

A *Semana da Leitura* (16 a 20 de março) convidou à (re)descoberta da palavra escrita, dita, cantada, declamada, ilustrada, num contexto de partilha de gerações de escritores, de jornalistas, de cientistas, de políticos e de profissionais diversos que, na sua pluralidade de vivências do mundo, contribuam para que todos leiam em qualquer lugar, suporte ou contexto, dando visibilidade à leitura e à universalidade e intemporalidade da **Palavra**.



Dia Mundial da Consciencialização do Autismo



Comemorou-se no dia 2 de abril, o **Dia Mundial da Consciencialização do Autismo** (World Autism Awareness Day), que tem como objetivo promover uma melhor compreensão sobre esta perturbação e a adesão universal à Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.

Em 2007, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprovou por unanimidade esta celebração, com o intuito de realçar a importância de ajudar a melhorar a qualidade de vida de Crianças e Adultos com autismo, para que possam ter vidas plenas e dignas.

Neste ano, a data foi assinalada com o lema **“A vantagem do autismo”**.

Destacamos alguns excertos da mensagem do Secretário-Geral das Nações Unidas, Ban Ki-moon: “(...) O Dia Mundial da Consciencialização do Autismo não só visa promover uma maior compreensão mas também capacita os Pais a procurarem terapias de intervenção

precoce e apela à integração plena de pessoas com autismo na sociedade.

Também convida os decisores políticos a incentivarem escolas a abrir as suas portas a estudantes com autismo. Com o apoio adequado, eles podem – e devem – ser educados no seio das suas comunidades.

Chegou o momento de aumentar o acesso e oportunidades de trabalho para as pessoas com autismo. (...) As pessoas com autismo têm um enorme potencial.

A maioria tem extraordinárias habilidades visuais, artísticas ou académicas. Graças à utilização de tecnologias de apoio, as pessoas mudas com autismo conseguem comunicar entre si e partilhar as suas capacidades ocultas.

Reconhecer o talento das pessoas com perturbações do espectro autista, mais do que centrar-se nas suas debilidades, é essencial para criar uma sociedade que seja verdadeiramente inclusiva. (...)

A Assembleia Geral das Nações apela a um maior acesso e oportunidades para pessoas com autismo.

Declarando 2 de abril como Dia Mundial da Consciencialização do Autismo, a Assembleia também apelou à formação de gestores públicos, prestadores de serviços, cuidadores, famílias e não profissionais, para apoiarem a integração na sociedade de pessoas com autismo, para que possam realizar o seu potencial pleno.

No Dia Mundial da Consciencialização do Autismo unimos forças para criar as melhores condições possíveis para aqueles com autismo, para que eles possam dar o seu próprio contributo para um futuro justo e sustentável para todos.





GERTAL Educa na Associação Ester Janz



Ação de sensibilização sobre Educação Alimentar

No âmbito do projeto “**Crescer Saudável na Associação Ester Janz**”, na sua vertente da “**Educação Alimentar**”, festejámos, no dia 24 de abril, o **Dia Mundial da Saúde** (comemorado anualmente, no dia 7 de abril) que, neste ano, a **Organização Mundial de Saúde** decidiu dedicar à “**Segurança Alimentar**”.



Para assinalar a data, contámos, uma vez mais, com o apoio do programa **GERTAL EDUCA2**, desenvolvido pela GERTAL, a empresa que confeciona as refeições das Crianças do Pré-Escolar e do 1.º Ciclo, que veio à nossa Escola apresentar uma peça de teatro e uma ação de sensibilização sobre alimentação saudável!

A sessão, que teve lugar às 10h na nossa sala multiusos e teve a duração de uma hora, destinou-se às Crianças das salas, dos 5 anos do Pré-Escolar (Mocho e Grilo).

Por a GERTAL ser um fornecedor comum, convidámos, também, as Crianças das salas dos 5 anos do Colégio Cesário Verde.



Estamos convictos do interesse de mais esta iniciativa lúdico-pedagógica, desta vez, na área da alimentação saudável, visando o objetivo do nosso Projeto Educativo do desenvolvimento integral das Crianças que nos são confiadas.





Dia Internacional da Família



INTERNATIONAL
DAY OF FAMILIES
15 MAY 2015

Comemorou-se no dia 15 de maio, o Dia Internacional da Família (International day of Families), proclamado em 1993 pela Assembleia Geral das Nações Unidas, refletindo a importância que a Comunidade Internacional atribui às FAMÍLIAS.

O Dia Internacional da Família apresenta-se como uma oportunidade para promover a consciencialização de temas relacionados com a FAMÍLIA e incrementar o conhecimento dos processos sociais, económicos e demográficos que afetam as FAMÍLIAS.

Com o objetivo de mobilizar as Famílias em todo o mundo, para este ano a ONU escolheu o tema “Homens a comandar? Igualdade de género e os direitos das Crianças nas famílias contemporâneas”.

Na Associação Ester Janz, no desenvolvimento do nosso Projeto Educativo, propugnamos a importância da FAMÍLIA como núcleo fundamental da sociedade e o seu relevo na base da educação.

Nesse sentido, promovemos a relação Escola-Família e o acompanhamento familiar das nossas Crianças, procurando sempre

envolver as FAMÍLIAS na educação escolar daquelas.

Neste sentido, o tema da FAMÍLIA e a sua importância estão presentes nas planificações das salas da Creche e do Pré-Escolar, bem como nos programas curriculares do 1.º Ciclo, sendo várias as atividades que, ao longo dos anos letivos, são desenvolvidas nesse âmbito, concretizando, também, aquele objetivo do nosso Projeto Educativo.

De realçar que são várias as salas onde temos afixadas fotografias das Famílias das nossas Crianças ou as respetivas árvores genealógicas!

Neste contexto, o Dia Internacional da Família e a importância da FAMÍLIA foi no dia 15 de maio e ao longo dessa semana, uma vez mais, assinalado na Associação Ester Janz, de diversas formas:

- **exposição no refeitório da Creche dos lindíssimos e criativos:**

- livros que compilam os trabalhos realizados pelas Crianças das salas da Creche com os seus Pais, no Dia do Pai;

- trabalhos de expressão plástica realizados pelas Crianças das salas da Creche com as suas Mães, no Dia da Mãe;

- **realização em sala de trabalhos de expressão plástica inspirados no tema da FAMÍLIA:**

- “Quem viva na minha casa” ou, ainda, “A minha casa”, neste caso, aproveitando o trabalho em curso em torno das formas geométricas.





CONFERÊNCIA SOBRE CRISE, METAMORFOSE, CATÁSTROFE



O auditório da Escola Secundária António Damásio encheu-se para ouvir esta conferência do Professor Viriato Soromenho-Marques.

Os três conceitos deram o mote para uma conferência que levou os alunos e professores da Escola António Damásio a pensar sobre o Mal, ajudados por alguns dos mais brilhantes filósofos dos últimos trezentos anos.

Natureza faz da Humanidade a sua vítima, ou os fenómenos mais violentos, catastróficos e mortíferos deste mundo resultam afinal da ação humana, da sua arrogância ou negligência?

Se o mundo foi criado por Deus, e se Deus é bom, porque permitiu que o mal existisse?

Guerras, bombardeamentos, deportações, pobreza...

Poder-se-á resolver todos os males do mundo com recurso à tecnologia?

E sendo óbvio o papel do homem na crise ambiental que vivemos, não nos faltará alguma humildade para compreender que nem tudo na natureza é consequência da nossa ação?

Ou precisamos que um novo super fenómeno, como o terramoto que varreu Lisboa em 1755, venha abalar as nossas certezas, tal como fez às gentes da época?

Eis algumas das questões que ficaram a pairar depois de mais um evento do ciclo de conferências **“Uma Escola Pública de Qualidade**, promovido pelo Agrupamento de Escolas de Santa Maria dos Olivais.



António Damásio, Ilustre neurocientista português da atualidade mundial a desenvolver investigação nos EUA inaugurou, enquanto patrono, a Escola Secundária António Damásio nos Olivais, em Lisboa e destacou não ser possível existir uma sociedade justa sem excelente educação. Considerou ainda, que "A educação é a arma essencial contra a violência da pobreza",

PS: Adaptação autorizada para o “PB” pela Escola António Damásio.



PESSOAS MALTRATADAS



Acácio Soares
Diretor do Jornal Expresso do Oriente

No mês especialmente dedicado à prevenção dos maus tratos a crianças, e no espaço de apenas uma semana morreram dois bebés às mãos de quem deles deveria cuidar.

Na mesma altura, uma outra criança foi devolvida pelos “pais” à instituição de onde foi adotada e duas meninas foram entregues pelo próprio pai num posto da GNR.

Volto a referir que tudo isto aconteceu em apenas uma semana deste mês.

Esta situação torna-se ainda mais preocupante quando pensamos que estes foram os casos que vieram a público, ficam de fora desta pequena estatística as crianças que diariamente sofrem maus tratos físicos e, sobretudo, psicológicos, e que nunca chegamos a saber.

Ficam também de fora os velhos que são abandonados nos hospitais, especialmente na época alta das férias, muitas vezes por aqueles de quem cuidaram toda a vida, ficam ainda de fora as vítimas de violência doméstica, ou de racismo, ou os miúdos maltratados na escola pelos

seus colegas porque são gordos, ou magros, ou usam óculos ou são ruivos, etc.

Com a consciência perturbada por fazermos parte de uma sociedade cada vez mais desprovida de valores, apressamo-nos a justificar tudo isto com “a crise”, sempre “a crise”, e esquecemo-nos de olhar para quem está ao lado porque andamos todos extremamente ocupados em relatar nas redes sociais as gracinhas dos nossos animais, a foto do nosso almoço, partilhamos desaparecimentos de pessoas que nem sabemos se existem e temos “amigos” que nunca vimos pessoalmente mas com quem debatemos questões importantes...

Quando acordamos, abalados por este tipo de notícias, ficamos incrédulos, lamentamos e corremos novamente para as redes sociais para exprimirmos o nosso horror, através de frases feitas e com expressões escolhidas estrategicamente para darem “gostos” e ilustradas por bonequinhos amarelos que a nossa abalada paciência ainda teve tempo para procurar, apesar da pesada tristeza que sentimos!

E pronto, a nossa parte está feita e a nossa consciência mais aliviada.

PS: *Notícia do jornal “EXPRESSO do Oriente”, do mês de Abril, infelizmente, sempre atual, que mereceu a atenção do “PB”, pelo que foi pedida autorização ao seu Diretor para que pudesse ser aqui publicada.*

Todos somos poucos para abanarmos as consciências adormecidas.



APAM – ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE APOIO À MULHER COM CANCRO DA MAMA



É com enorme satisfação que o “Preto no Branco” informa os seus leitores da notícia que a APAM lhe transmitiu.

“Cara(o) Associada(o),

Na sequência da abertura da consulta de ginecologia, a 25 Novembro de 2013, que promove na sede, semanalmente e de forma gratuita, [rastreios mamários e ginecológicos](#) à população, a APAMCM foi considerada, em Maio 2015, parceira da Direção Geral da Saúde por ter assumido o compromisso de desenvolver atividades relacionadas com as orientações do Plano Nacional de Saúde 2012-2016 (*Diploma em anexo*)



Igualmente após a abertura das novas especialidades médicas – **ginecologia/obstetrícia, dermatologia, patologia vulvar e mesoterapia clínica** – a APAMCM formalizou um protocolo com o

CENES – *Reprocessamento de dispositivos médicos*, no sentido da esterilização dos materiais e equipamentos utilizados nestas consultas, ser efetuada sem custos.”



JANZ - UM SÉCULO

GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS E O SEU ARRAIAL



No dia 5 de Junho realizou-se o Arraial do Grupo Recreativo Janz e Associados.

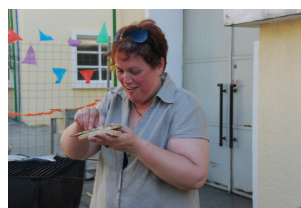
Teve uma excelente participação, constituída por colaboradores das empresas do Grupo, ex-colaboradores, seus familiares e amigos e onde não faltaram, como é habitual nestes eventos, elementos da Administração **JANZ**. Houve música e muita alegria.



Paulo Gaspar, do Grupo Recreativo, Aurora Penedo e Fátima Rodrigues, apesar do imenso calor, não se fizeram rogados à mais difícil tarefa: os grelhados, onde não faltaram as boas sardinhas, febras, entrecosto, e enchidos. O pão era especial, o caldo verde também, bebidas, doces e café, nada falhou!

Diz-se: *"Quem quer festa, sua-lhe a testa"*, e de facto, devido ao enorme calor, este termo fez todo o sentido.

No atendimento às bebidas, balcão muito concorrido, estiveram José António Gonçalves e Ana Catarina, do Grupo Recreativo. Às sandes, o sorriso da Arinda.



Joaquim Xavier da Silva, Presidente do Grupo Recreativo, recorda com estas ex colegas, fados e canções que interpretaram há muitos anos nas diversas peças de teatro que realizaram na **JANZ**. Ao lado, reina também a boa disposição.



Administradores do Grupo JANZ

2015 – JANZ - UM SÉCULO

GRUPO JANZ * GABINETE DE COMUNICAÇÃO * junho 2015 * nº. 120

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

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

Distribuição gratuita por todos os Colaboradores das empresas **JANZ e Associadas**,
Várias Entidades e Organismos Oficiais.