

**Faturamento
chega a
R\$ 2,7 bi**

REVISTA DA

Lar

Nº 43 - ANO VII
JANEIRO E
FEVEREIRO/2014



LAR 50 ANOS Cooperativa vive seu melhor momento



A MARCA DO CORAÇÃO



2 ou 3
pedaços

*já vem
cortado
em fatias*

Filé de Frango Fileteado mais prático e rápido



experimente



CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Diretoria Executiva

Diretor Presidente:

Irineo da Costa Rodrigues

Diretor vice-presidente:

Lauro Soethe

Diretor secretário:

Urbano Inacio Frey

Conselheiros

Neuri Parizotto

Mário Zientarski

Ademir Roque Beathalter

Moisés Piletti

José Carlos Colombari

Celso Koch

Jandir Vargas de Lima

Inácio Prati

Édio Rodrigo Welter

Conselho Fiscal - efetivos

Christian Scheid Behenck

Rogério Sehnem

André Luiz Périco

Suplentes

Darinês Luís Pavinatto

Ângelo José Jungbluth

Lino Valiatti

EXPEDIENTE

■ **Revista da Lar** é uma publicação bimensal de divulgação da **Cooperativa Agroindustrial Lar**

Av. Brasília, 1220, Caixa Postal 80
85884-000 - Medianeira - Paraná

Site: www.lar.ind.br

E-mail: desoletua@lar.ind.br
imprensa@lar.ind.br

Telefones:

(45) 3264-8800 - Central

(45) 3264-8801 - Fax

(45) 3264-8844 - Imprensa

Redação e edição: Roberto Marin

Fotos: Roberto Marin e arquivo Lar

DTP e apoio de edição: HDS

Jornalista responsável: Heinz Schmidt

Colaborador:

Valdir Henrique Brod

Tiragem: 5.000 exemplares

Impressão: Gráfica Tuicall

Distribuição gratuita

CAPA - Família Konradt (avô Ovírio, pai Nádum e neto Natham), de Vila Sanga Seca, Itaipulândia, na AGO da Lar

É permitida a reprodução de texto desde que citada a fonte

EDITORIAL

AGO, LIVRO, MELHORIA CONTÍNUA

Nesta edição estamos reportando três acontecimentos importantes que marcaram o início do 1º trimestre de 2014, quando ainda vamos ter as comemorações dos 50 anos da Cooperativa Lar, nos dias 18 e 19 de março.

Primeiro, queremos ressaltar a realização da **AGO** - Assembleia Geral Ordinária, precedida de 25 pré-assembleias, realizadas com muito esmero, para fazermos uma boa prestação de contas.



Nossa satisfação por termos apresentado o melhor balanço da Cooperativa Lar, no ano em que festejamos os 50 anos, gerando confiança, alegria e reconhecimento aos associados e funcionários. Temos a expectativa de que o próximo balanço, que é o do quinquagésimo ano será ainda melhor.

Em segundo lugar, no dia 30 de janeiro, a Lar realizou seu **1º Workshop Interno da Melhoria Contínua** na UIA - Unidade Industrial de Aves, que visa, conforme está no nome do evento, melhorar o desempenho da indústria. Uma iniciativa louvável dos funcionários e gestores.

Foram apresentados 10 trabalhos com relevantes ganhos para a Cooperativa, que já estão sendo implantados, que vão gerar uma economia nos processos produtivos de aproximadamente R\$ 5,8 milhões/ano.

Ficamos muito admirados, pois além dos ganhos é uma cultura que vai sendo modificada. Certamente teremos o segundo workshop e precisamos facilitar para que esta iniciativa se dissemine na Cooperativa como um todo. Assim seremos mais competitivos.

O terceiro acontecimento diz respeito ao **lançamento do livro** referente à história dos 50 anos da Lar. Um evento emocionante, que permitiu aos associados fundadores e/ou familiares, ex-diretores, lideranças, associados, gestores, autoridades, parceiros, imprensa e comunidade conhecer um pouco da história da Cooperativa e presenciar os devidos reconhecimentos, principalmente aos pioneiros.

Continuam os eventos para as comemorações dos 50 anos da Lar, senão a mais bonita, uma das mais bonitas histórias de Cooperativa de nosso País.

Irineo da Costa Rodrigues
Diretor Presidente

Cooperativa define METAS PARA 2014

Obras de infraestrutura e ações de melhoramento corporativo figuram entre as propostas para este ano

Além da inauguração do Centro Administrativo, marcada para 19 de março, a Cooperativa Agroindustrial Lar definiu para este ano uma série de metas e ações que objetivam a ampliação da estrutura física da empresa e o melhoramento corporativo. Definida pela Diretoria Executiva, pelos integrantes do Conselho de Administração e pelo quadro gerencial, a pauta prevê novos investimentos em silos e armazéns em Mato Grosso do Sul, ampliação da avicultura para o abate de 320 mil aves/dia, construção de novos postos de combustíveis, instalação de supermercado em Agrocafeira, novas certificações na norma ISO 9001, reforma do Estatuto Social e ações educativas e técnicas para funcionários e associados. Confira:

1

GRÃOS E INSUMOS

- Concluir as obras em andamento das unidades de Sete Quedas, Aral Moreira, Bonito, Sidrolândia, Maracaju e Carapã, em Mato Grosso do Sul;
- Instalação de tombadores nas unidades operacionais de Medianeira e Santa Helena (PR), Amanbai, e Iguatemi (MS);
- Estudar a implantação de novas unidades em Mato Grosso do Sul;
- Estudar a implantação de uma nova unidade de beneficiamento de sementes.

2

PECUÁRIA

- Dar sequência na ampliação da avicultura para atingir o abate de 320 mil aves/dia;
- Continuar ampliando as atividades de suinocultura, leite e ovos de postura, e aumento da capacidade de produção de rações.

3

SUPERMERCADOS E POSTOS

- Ampliação do depósito do Supermercado de Missal; edificação e inauguração do Supermercado de Agrocafeira.



- Construção e inauguração do posto de combustíveis de Serranópolis do Iguçu; estudos para implantação de novos postos de combustíveis no Paraná e em Mato Grosso do Sul.

4

GESTÃO

- Readequar o Organograma da Cooperativa;
- Aprimorar as ações de RH;
- Continuar com o programa de formação de gestores com instituição de ensino superior;
- Com o novo Centro Administrativo estruturar melhor a gestão da Cooperativa;
- Ampliar e melhorar os equipamentos de TI e sistemas de informação.

5

SEDE

- Concluir as obras do novo Centro Administrativo e transferir a Sede da Avenida Brasília, Bairro Condá, em Medianeira, para as margens da BR-277, Km 668.

6

INSTALAÇÕES

- Adaptar as antigas instalações da Sede para melhorar o fluxo operacional.



7

50 ANOS DA LAR

● Continuação da campanha publicitária e de brindes alusivos aos 50 anos da fundação da Cooperativa;

● Lançamento do Livro: Lar 50 anos. Uma história de cooperação, atitude e amor;

● Atos religiosos, solenes e festivos nos dias 18 e 19 de março de 2014, nos municípios de Missal e Medianeira;

● Inauguração do novo Centro Administrativo dia 19 de março em Medianeira (PR).

8

CERTIFICAÇÕES

● Certificação na norma ISO 9001 a Unidade Industrial de Rações de São Miguel do Iguacu;

● Certificação na Instrução Normativa 29 das unidades armazenadoras de Bonito, Antônio João e Maracaju, MS;

● Implantar padrões de processos baseados nas normas ISO 9001 nas unidades de atendimento de Santa Helena e Missal.

9

AGRICULTURA

● Dar continuidade nas ações de irrigação

articulando com prefeituras e outros órgãos públicos;

● Elaborar plano estratégico de desenvolvimento com diretrizes para os próximos 10 anos.

10

LEGISLAÇÃO

● Estudar e propor reforma no Estatuto Social em abril de 2014, através de Assembleia Geral Extraordinária.

SEDE. Obras do novo Centro Administrativo da Cooperativa Lar em 20 fevereiro 2014



ARMAZENAGEM EM MS. Armazém da Lar em Antônio João. Além desse, serão ampliadas as estruturas para recebimento de grãos em Bonito, Maracaju e Sidrolândia

► GESTÃO 2014

Conheça os novos conselheiros fiscais da Lar

Na Assembleia Geral Ordinária realizada no dia 31 de janeiro, foram eleitos os novos integrantes da Conselho Fiscal da Cooperativa Lar. Os titulares são Christian Scheid Behenck, da Unidade de Santa Terezinha do Itaipu; Rogério Sehnem, da Unidade de São Roque, Santa Helena; e André Luiz Périco, da Unidade de São Miguel do Iguaçu. Como suplentes do Conselho Fiscal foram eleitos Darinês Luiz Pavinatto, da Unidade de Itaipu-lândia; Ângelo José Jungbluth, de Missal; e Lino Valiatti, de Medianeira.



Christian Scheid Behenck



Rogério Sehnem



André Luiz Périco



Darinês Luiz Pavinatto



Ângelo José Jungbluth



Lino Valiatti

► TREINAMENTO

Segurança no trabalho

Aproximadamente 800 funcionários da Lar participaram no final de 2013 de treinamentos sobre prevenção de acidentes e segurança no trabalho. Além de aulas teóricas, também foram ministrados exercícios práticos, envolvendo primeiros socorros e resgate.

Os treinamentos seguem as diretrizes da Norma Reguladora 33, que define com local de risco “qualquer área ou ambiente não projetado para ocupação humana



contínua, que possua meios limitados de entrada e saída, cuja ventilação existente é insuficiente para remover contaminantes ou onde possa existir a deficiência ou enriquecimento de oxigênio”. “Antes de usar os equipamentos de proteção individual é importante a prevenção de acidentes dentro das empresas. Isso deve ser considerado uma cultura no ambiente de trabalho”, comenta o engenheiro de segurança do trabalho, Wagner Gama de Souza.

Correção - Ao contrário do que foi divulgado na edição nº 42, a eleição da Diretoria Executiva e do Conselho de Administração da Lar será em 2015, e não em 2014.

Foi assim que a Lar nasceu



Gerson Ademir de Moraes

Setor: Embalagem Secundária – UIA

Pelos seus cinquenta anos
Quero te parabenizar
Muitas barreiras e obstáculos
Conseguiu ultrapassar
Muita geração de emprego
Conseguiu realizar
No Oeste Paranaense
Com a fibra dessa gente
Foi assim que nasceu a Lar

E ano a ano crescendo
Sem nunca desanimar
E junto ao homem do campo
Na sua terra plantar
Cuidando da natureza
E do nosso bem-estar
Com garra e humildade
Com luta e honestidade
Foi assim que nasceu a Lar

Conhecida mundialmente
Por isso é bom lembrar
Que pela sua competência
Conquistou o seu lugar
Subindo degrau por degrau
Chegou nesse patamar
Você aos poucos subiu
Pelos degraus do Brasil
Foi assim que nasceu a Lar

Em quantas mesas brasileiras
Eu vejo você chegar
Trazendo amizade e respeito
Qualidade e bem-estar
E quantos pais de família
Eu te vejo empregar
Parabéns pelo seu aniversário
Cinquenta anos extraordinários
Foi assim que nasceu a Lar

Eu também sou seu funcionário
E tenho orgulho de falar
Três anos estou nesse time
Que não para de ganhar
É o orgulho desse povo
Por quem vive a lutar
A você muito obrigado
Também aos seus associados
Pois foi assim que nasceu a Lar



“Em 1964, no interior do Paraná, um pequeno grupo de agricultores se reuniu com um sonho em comum...”

Graças à união de seus idealizadores, esse antigo sonho se transformou em realidade e, hoje, completa um cinquentenário de história. Chegou a hora de você reviver as lutas, a dedicação e os desafios por trás desses 50 anos de sucesso.

18 de março de 2014

9h

Inauguração do Monumento alusivo à fundação do Município e da Cooperativa Lar.
Homenagem à Santa Padroeira, Nossa Senhora da Conceição.
Praça da Igreja Matriz.
Rua Dom Pedro I, 553 - Missal/PR.

9h 30

Missa em ação de graças na Igreja Matriz.
Rua Dom Pedro I, 553 - Missal/PR.

21h

Show do cantor Leonardo.
Estacionamento do Centro de Eventos.
Rua João XXIII, 350, na saída para São Miguel do Iguaçu - Missal/PR.
Durante o show, será sorteada uma caminhonete Toyota Hilux, da campanha de vendas LAR 50 anos.

19 de março de 2014

17h

Inauguração do novo Centro Administrativo da Cooperativa LAR.
Av. 24 de Outubro, 59, margens da BR 277, km 668 - Medianeira/PR.
Após a solenidade, será servido coquetel para os convidados.

21h

Show do cantor Michel Teló.
Praça Municipal Ângelo Darolt - Medianeira/PR.
Durante o show, será sorteada uma caminhonete Toyota Hilux, da campanha de vendas LAR 50 anos.



Uma história de cooperação, atitude e amor.



ENTREGA DE PRÊMIO. Irineo Rodrigues, Lenir Fátima da Rosa e Urbano Frey

► LAR 50 ANOS

Medianeirense ganhou automóvel Etios 0 km

Lenir Fátima da Rosa, moradora no Jardim Belo Horizonte, em Medianeira, foi a contemplada no sexto sorteio da campanha de vendas "Lar 50 Anos", promovida pelos supermercados e postos de combustíveis da Cooperativa. No sorteio realizado dia 13 de janeiro, ela ganhou um automóvel Etios 0 km. A entrega do veículo ocorreu no sábado dia 18, no Supermercado Lar de Medianeira, com a presença de diretores e gerentes da Lar. "Estou muito feliz em receber o automóvel, sempre compro na Lar, porque tem tudo de bom: preço, atendimento, amplo estacionamento e mercadorias bem localizadas", afirmou a ganhadora. Seu cupom foi sorteado dentre quase 5 milhões de cupons depositados nas urnas desde o início da campanha em 2013.

Azeitonas

Novos Produtos | Novas Embalagens



Azeitona Lar Sache

O produto que você já conhece, agora com novas embalagens.

Azeitonas sache, disponíveis nas variedades:

- Fatiada 120g
- Verde recheada com pimentão 150g
- Verde sem caroço 120g
- Verde com caroço 150g
- Preta com caroço 150g



Conheça os demais mix de produto no site
www.lar.ind.br



ANTECIPE A COLHEITA DA SOJA E AUMENTE SEU LUCRO ADIANTANDO O MILHO SAFRINHA.

REGLONE. O ESPECIALISTA NA DESSECAÇÃO DA SOJA.

Conte com Reglone. Com ele, você ganha tempo para plantar o milho safrinha com maior rentabilidade e menor risco.

artplan



 **Reglone[®]**

syngenta.

Restrições de uso no estado do Paraná, consulte a bula do produto. Informe-se sobre e realize o manejo Integrado de pragas. Descarte corretamente as embalagens e restos de produtos.

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

CONSULTE SEMPRE UM ENGENHEIRO AGRÔNOMO. VISIÃO DOS RECIPIENTADOS AGRICULTORES.



c.a.s.a.
0800 704 4304

www.syngenta.com.br

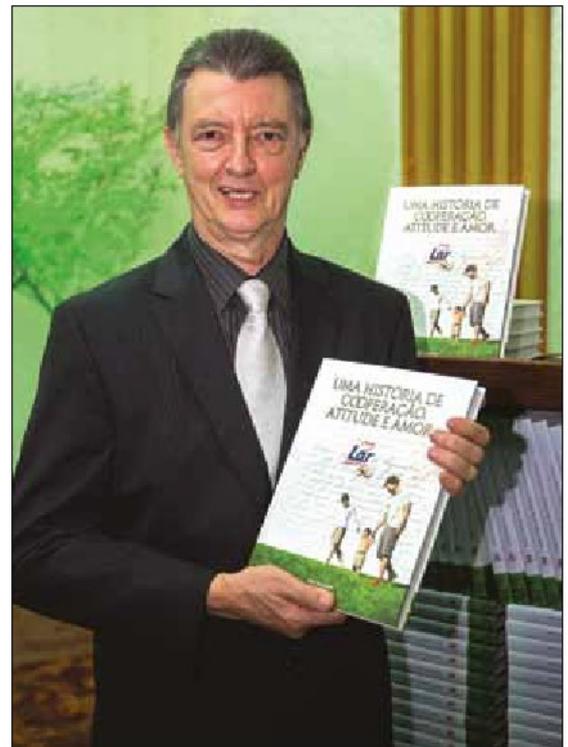
Uma história de COOPERAÇÃO, ATITUDE E AMOR

Lançamento de livro abre programação alusiva ao jubileu de ouro da Cooperativa Agroindustrial Lar

Cerca de 600 pessoas lotaram as dependências do Clube União Medianeirense no dia 19 de fevereiro para prestigiar a solenidade de lançamento do livro “Uma História de Cooperação, Atitude e Amor”, escrita pelo jornalista e grande pesquisador do cooperativismo, Eloy Olinto Setti. O evento marcou o início dos festejos do cinquentenário da Lar. Com 273 páginas, a obra é uma versão ampliada e atualizada do histórico da Cooperativa Agroindustrial Lar, cujo primeiro registro foi o livro “Lar na História: Os 40 anos da Cooperativa Agroindustrial Lar”, escrito pelo professor Roberto Marin em 2005.

Mantendo elementos básicos da obra de Marin, Setti ampliou a pesquisa, mostrando novos fatos, incorporando depoimentos adicionais e apresentando dados atualizados sobre a evolução do quadro social, atividades agroindustriais e crescimento da empresa. Em 2013, o faturamento da Lar chegou à marca de R\$ 2,7 bilhões, colocando a Cooperativa como a terceira maior do Estado Paraná, atrás da Coamo, de Campo Mourão, e da C. Vale, de Palotina.

Um dos pontos altos do livro é o resgate de uma entrevista feita por Adroaldo Bombardelli com o padre José Backes, em 1984. O religioso foi o primeiro presidente (provisório) da Comasil



AUTOR. Eloy Setti, pesquisador do cooperativismo

(hoje Lar), fundada em Missal no dia 19 de março de 1964 por um grupo de 55 agricultores. Setti também destaca o papel de Dom Geraldo Sigaud, na época bispo de Jacarezinho, na colonização de Missal. Segundo o autor, além de ser o “idealizador da cooperativa, era um visionário”. Falecido



DONEL. O ex-presidente relembrou as reuniões à luz de vela e a luta para a legalização das terras de Missal



NOVA GERAÇÃO. Letícia da Silva Treter, Raqueli Crist, Eduarda Schwan, Anderson Lenz e Aline Cristine Heck, descendentes de pioneiros da Lar



FESTIVIDADE. Cerca de 600 pessoas lotaram as dependências do Clube União de Medianeira na noite de 19 de fevereiro

em 1999 na cidade de Diamantina (MG), como arcebispo, Dom Sigaud era até então mais conhecido por suas ligações com a ultraconservadora TFP - Tradição, Família e Propriedade (da qual acabaria se afastando) e pelo apoio explícito ao regime ditatorial de 1964.

O EVENTO

Prestigiaram a solenidade diretores, conselheiros, gerentes, funcionários e ex-dirigentes da Lar, além de grande número de associados e familiares, fornecedores e autoridades. Não faltaram fortes emoções nos discursos e homenagens. O diretor presidente Irineo da Costa Rodrigues, ao ver tantos pioneiros, colaboradores e amigos reunidos, disse que um dia haverá de deixar o comando da Lar. E quando isso acontecer, acrescentou com voz embargada, “gostaria que as pessoas ao passarem por mim na rua apenas dissessem: - Ali vai um homem sério”.

O ex-presidente Ignácio Aloysio Donel mostrou ao público como se realizavam as reuniões, “sob luz de vela, quando era possível ouvir o asso-

vio do vento pelas frestas das paredes de tábuas”. Foi assim que tudo começou, disse, passando a relatar a “batalha” pela legalização das terras de Missal. No final, manifestou seu reconhecimento e respeito “àqueles que já partiram”.

Cinco adolescentes - netos e bisneta de pioneiros - apresentaram um jogral, evocando a tenacidade e a luta de seus bisavós e avós para construir o que é a Lar, hoje. Subiram ao palco Aline Cristine Heck, neta do sócio fundador Silvino Heck; Eduarda Schwan, neta do sócio fundador Ary José Schwan; Anderson Miguel Lenz, neto do sócio fundador Eugênio Nicolau Lenz; Leticia da Silva Treter, bisneta do sócio fundador Eugênio Friedrich; e Raqueli Crist, neta sócio fundador Arthur Ruckhaber

PRESIDENTE. Irineo da Costa Rodrigues se emocionou ao dizer que gostaria de ser lembrado como um homem sério

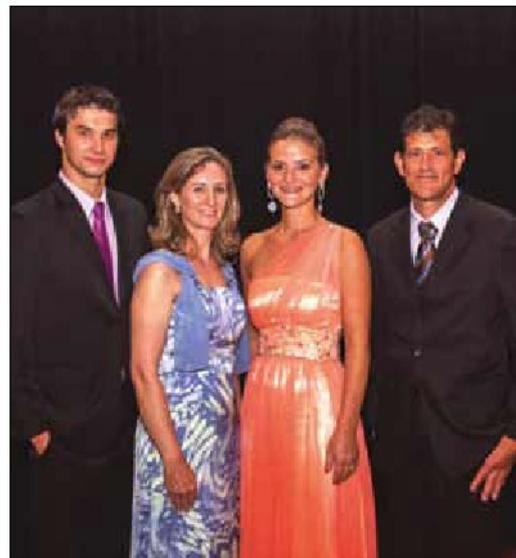




CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO. Mário Zientarski, Jandir Vargas de Lima, Neuri Parizotto, Ademir Roque Beathalter, Inácio Prati, Lauro Soethe, Irineo da Costa Rodrigues, Urbano Inacio Frey, José Carlos Colombari, Moisés Pletti, Édio Rodrigo Welter e Célio Koch



CONSELHO FISCAL. Ângelo José Jungbluth, Lino Valiatti, Darinês Luís Pavinatto, André Luiz Périco, Rogério Sehnem e Christian Scheid Behenck



COMITÊ CENTRAL. Jaffer Vinicius Besen, Claudiane Bonatto Pastore, Suzana Margarida Knapp Pieniz e Dalcio Libório Reck

DESPEDIDA DE OLDERI

Outro momento marcante da solenidade no Clube União foi a despedida de Olderi da Silva (foto), o veterano gerente da divisão administrativa e financeira, que se aposentou após 41 anos de serviços prestados à Lar. Gaúcho de Soledade, nascido em 1950, Olderi começou a trabalhar



na Cooperativa em 1972, quando a empresa ainda se chamava Comasil. Ao longo de quatro décadas, ele foi um “funcionário de grande dedicação, respeito e honestidade”, conforme reco-

nheceu o diretor presidente Irineo da Costa Rodrigues.

Homenageado com uma placa, o ex-funcionário disse que vai curtir sua merecida aposentadoria em Itapoá (SC). Olderi é casado com Janete Borges Scheffer da Silva e pai de três filhos: Gabriely Jane, Heuler Andrey e Daniely Andressa.



GERENTES. Giovani Gaio, João Carlos Luqui, Carmem T.Z. Reis, Ademir Pereira da Silva, Mário Tadeo Martins Balk, Milton Bortolini, Jair José Meyer, Clélio Roberto Marschall, Olderi da Silva, Isabel Ferrazzo, Ighis Cardoso dos Santos, Marino Niehues, Ovídio Zanquet. Agachados: Lauro Soethe, Irineo da Costa Rodrigues e Urbano Inacio Frey



GERENTES DE UNIDADES. A partir da esquerda, em pé: Ebenezer Maximiano, Márcia Cristina dos Santos, Júlio Berger, Raul Alfredo Viera Bareiro, Márcio Brocco Raimodi, Justino Schmoeller, Luiz Milton Weizenmann, Anacleto Luiz Perondi, Valério Canalle, Sadi Zamin, Arlei Krause Vazatta, Célio Dallabrida, Valdir José Ritter. Agachados: Ramon Gustavo Torres, Márcio Roberto da Silva, Lorival Teixeira da Costa, Amâncio Saturnino Beltrame, Cristhiano Augusto Mayer, Rogério Luis Butzen, Giacomo Ferri, Jurandir Aguiar Neves, Silvério Inácio Winter, Mairon Celso Grando e Adilson Antônio Brambatti



ORGANIZAÇÃO. Empresas parceiras da Lar montaram estandes e apresentaram variedades de soja cultivadas em duas épocas

DIAS DE CAMPO

Oportunidade para conferir **POTENCIAL PRODUTIVO**

Produtores de Mato Grosso do Sul e do Oeste do Paraná avaliam desempenho de culturas e uso de tecnologias

No mês de janeiro e início de fevereiro a equipe técnica de agricultura da Lar organizou dias campo nos municípios de Aral Moreira e Amambai, em Mato Grosso do Sul, Santa Helena, Santa Terezinha do Itaipu, São Miguel do Iguçu, Missal e Céu Azul, no Oeste do Paraná. Ao todo participaram mais de 500 agricultores e uma dezena de empresas fornecedoras de sementes e insumos, que mostraram o que há de melhor para aumentar a produtividade das lavouras e reduzir de custos, bem como um diagnóstico das tolerâncias e fraquezas de cultivares diante de adversidades climáticas, como foi o excessivo calor e a breve estiagem no final da safra verão.

SANTA HELENA

No município de Santa Helena foi realizada uma tarde técnica sobre culti-

vares de soja na propriedade do produtor Nelci João Brisot, em Linha Vera Cruz. Apesar da chuva, que perdurou durante toda tarde do evento, foi registrada a presença de mais de 200 pessoas, entre associados e técnicos.

Houve grande empenho de toda a equipe de Santa Helena e apoio das unidades de Diamante D'Oeste, Missal, São Roque e Itaipulândia. Participaram do evento as empresas parceiras e fornecedoras da Lar: Bayer, Syngenta, Basf, Microsoy, Minorgan, TimacAgro, Pioneer, Coodetec, Morgan, Dow, Agroeste, Giro e Dekalb.

EM ARAL MOREIRA

Em Mato Grosso do Sul, na área de atuação da Unidade de Aral Moreira, na manhã do dia 17 de janeiro foi realizado um dia de campo com foco em cultiva-

res de soja e fertilização das culturas. O evento aconteceu nos fundos do lote onde está sendo construída a nova Unidade Operacional de Aral Moreira. Participaram as empresas convidadas e parceiras da Lar: Bayer, Syngenta, Minorgan, TimacAgro, Yara, Agrichem, TMG Sementes, Agroeste, Brasmax, Coodetec e Pioneer. Os agricultores fizeram o percurso das 10 estações demonstrativas, cada uma exibindo o melhor potencial das plantas de soja.

Houve ainda palestra do pesquisador doutor Crébio de Ávila, da Embrapa, que através da parceria com a Bayer abordou o tema "Controle de pragas com ênfase em *Helicoverpa armigera*". Cerca de 150 produtores compareceram. Ao final do evento, o gerente da Unidade, Neucir Bencke, disse que a Lar "cumpre o seu papel promovendo dias de campo como este, trazendo informações importantes para o produtor conduzir o seu negócio com maior profissionalismo".

S. TEREZINHA,

S. MIGUEL DO IGUAÇU E MISSAL

Ao lado dos silos da Unidade de Santa Terezinha do Itaipu, na manhã quente e ensolarada de 22 de janeiro, foram promovidas atividades de campo tendo como foco principal cultivares de soja. Participaram as empresas convidadas e parceiras da Lar: Arysta, Bayer, Syngen-

DIAS DE CAMPO

ta, Basf, Yara, Agroeste, Brasmax, Nex-Sem e Coodetec. A abertura do evento foi feita pelo gerente Adilson Brambatti. Participaram 105 pessoas.

O dia de campo de São Miguel do Iguaçu aconteceu na propriedade de Osmar Meinerz, em Linha São Jorge, na tarde do dia 23. Houve explanação sobre os cultivares das principais empresas obtentoras de genética de soja. Participaram 70 pessoas e empresas convidadas parceiras da Lar. Na primeira estação foram abordados assuntos técnicos e boas práticas agrônômicas para condução da lavoura, apresentados pelos agrônomos Vilmar Suzin e Andreia Piati.

Com objetivo de avaliar cultivares de soja e também as novas variedades que serão lançadas no mercado nos próximos anos, foi desenvolvida atividade técnica em Missal, na manhã do dia 24 de janeiro. O campo demonstrativo foi montado



pela empresa Syngenta na propriedade de Valmir Junges, apresentando duas épocas de plantio: 27 de setembro e 10 de outubro. Todas as cultivares tiveram melhor desempenho na segunda época. As cultivares precoces sentiram mais o estresse hídrico devido às altas temperaturas no mês de dezembro.

AMAMBAI

Auxiliar o produtor na tomada de decisão para a próxima safra de soja foi um

dos principais objetivos do dia de campo realizado em Amambai (MS). Cerca de 40 pessoas participaram na propriedade de Guido Berno. Foram apresentados trabalhos sobre formas de adubação, cultivares de soja tradicionais, bem como as cultivares Intacta RR2, com tolerância à maior parte das espécies de lagartas.

CÉU AZUL

Na manhã quente de 11 de fevereiro, em Céu Azul, produtores e técnicos reuniram-se para avaliar a campo o desempenho de cultivares de soja, lado-a-lado. Antes, porém, o agrônomo Vilmar Suzin apresentou didaticamente fatores que limitam a produtividade, mas que podem ser mitigados através de práticas agrônômicas. O forte calor e o pico da colheita impediram a presença de um número maior de agricultores. Mesmo assim, 38, marcaram presença.



CHEMINOVA
AJUDANDO VOCE A CRESGER

Azoxistrobina + Flutriafol

AUTHORITY



Sem efeito juvenóide.
A mistura perfeita contra a Ferrugem, que permite a aplicação desde a fase vegetativa sem afetar o crescimento da planta, assegurando seu pleno desenvolvimento e potencial produtivo, refletindo em ganhos de produtividade.

ATENÇÃO
Este produto contém azoxistrobina e flutriafol, substâncias ativas de fungicidas sistêmicos. É um produto de uso exclusivo para a cultura da soja. Não aplicar em outras culturas.
Proibido para uso doméstico e venda aos consumidores finais. Consulte sempre um engenheiro agrônomo.

Faturamento da Lar chega a **R\$ 2,7 BILHÕES**

Boa safra de grãos, agropecuária em expansão, pleno emprego, indústrias a todo vapor, recorde no número de associados, eis a síntese de uma história de sucesso que começou há 50 anos

Exatamente 606 associados da Cooperativa Agroindustrial Lar aprovaram por unanimidade o Relatório Balanço de 2013, que mostrou o crescimento da Cooperativa em 19,39%, o correspondente a um faturamento de R\$ 2,7 bilhões, o maior de todos os tempos. A Assembleia Geral Ordinária foi realizada no dia 31 de janeiro, no pavilhão de festas da Igreja Matriz de Medianeira. Os trabalhos foram conduzidos pelo diretor-presidente Irineo da Costa Rodrigues, vice-presidente Lauro Soethe e diretor secretário Urbano Inacio Frey. O Relatório Balanço detalhou números que levam à conclusão de que a Lar chega aos 50 anos de fundação vivendo “seu melhor momento”, segundo Rodrigues. A Cooperativa está entre as três maiores do Paraná, atrás apenas da Coamo, de Campo Mourão, e da C. Vale, de Palotina.

Neste contexto, a Cooperativa “passa recibo” de garantia de assistência técnica, compra de produção, venda de insumos agropecuários, industrialização, pagamentos em dia para os produtores, fornecedores e funcionários. Na base



COMANDO. Irineo da Costa Rodrigues, ladeado por Lauro Soethe (esquerda) e Urbano Inacio Frey, presidiu a Assembleia Geral

da pirâmide está o trabalho abnegado, de sol a sol, de 9.199 produtores associados e uma jornada de trabalho de 44 horas semanais para 6.431 funcionários que no conjunto movimentam uma estrutura composta por uma Unidade Industrial e Mandioca e Amido de Milho, três fábricas de rações, uma Unidade Industrial de Aves, duas unidades produtoras de leitões, Unidade Produtora de Pintainhos, 13 lojas de supermercados, oito unidades de recebimento de grãos no Paraguai, 23 unidades de atendimento distribuídas nos estados do Paraná e em Mato Grosso do Sul, uma unidade de produção de sementes em Xanxerê (SC) e uma capacidade armazenadora para 1,1 milhão de toneladas ou 18 milhões de sacas de soja, milho e trigo.

DISTRIBUIÇÃO DAS SOBRAS

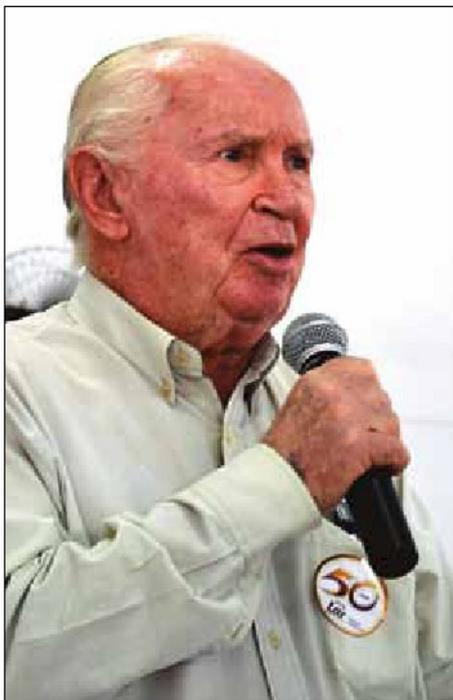
Com um faturamento alto, as sobras chegaram nos bolsos dos associados e funcionários. Para os produtores o bolo foi de R\$ 26 milhões. Destes, mais de R\$ 15 milhões ficaram na conta capital, dinheiro que poderá ser sacado quando o associado completar 65 anos ou quando pedir afastamento da Cooperativa. Um montante de R\$ 10.591.134 foi para o bolso de agricultores, dividido de acordo com a entrega da produção, compra de sementes e insumos e gastos nas lojas de supermercados e postos de combustíveis. Para os funcionários,

Evolução do Faturamento (R\$ 1.000)

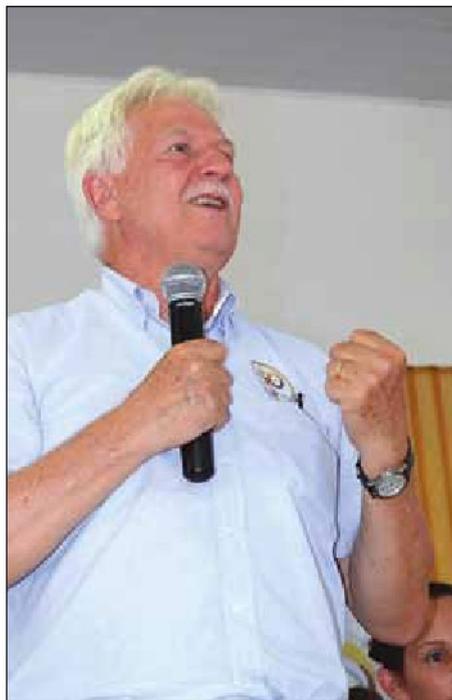




CONTAS. Associados aprovaram por unanimidade o Relatório Balanço 2013



PIONEIRO. Ignácio Donel, o calejado líder cooperativista, lembrou dos pioneiros que fundaram a Cooperativa



OCEPAR. João Paulo Kolosvisk, presidente da Ocepar relatou o trabalho da entidade em favor das causas cooperativistas

como participação nos lucros, no mês de janeiro foi pago o 14º salário.

CONSELHO FISCAL

Os associados também elegeram, durante a AGO, por voto aberto, o novo Conselho Fiscal para o exercício 2014.

Foram eleitos os conselheiros efetivos Christian Scheid Behenck, Rogério Sehnem e André Luiz Périco, e os suplentes Darinês Luís Pavinatto Ângelo, José Jungbluth e Lino Valiatti.

PRONUNCIAMENTOS

Basicamente os oradores enalteceram a caminhada da Lar nos seus 50 anos de história. O ex-presidente Ignácio Donel, que a partir de 1966 até 1990 foi o principal dirigente da Cooperativa destacou o trabalho dos pioneiros. “Aqueles homens que ainda na floresta não mediram esforços para que associação seguisse sua caminhada com segurança, confiança e tranquilidade. É oportuno, neste momento, fazermos uma meditação, uma pausa, uma reflexão por todos aqueles fiéis companheiros que nos deixaram”, disse Donel sob forte emoção e para o aplauso geral dos presentes.

O presidente da Ocepar, João Paulo Koslovski, destacou a sua grande alegria de “ver e compartilhar do sucesso da Lar”. Relatou o trabalho da Ocepar junto a Frente Parlamentar de Agricultura no Congresso Nacional, a qual foi encaminhada “cerca de 500 projetos para a melhoria do crédito, seguro agrícola, infraestrutura... investimentos que venham a beneficiar o homem do campo, especialmente os cooperativistas”, destacou olhando firme para o deputado federal Dilceu Sperafico (PP), presente na AGO.

Finalizando os trabalhos, o diretor-presidente Irineo da Costa Rodrigues lembrou algumas passagens da história da Lar, como a importância das ideias do bispo Dom Geraldo Sigaud e dos 55 pioneiros que em 19 de março de 1964 fundaram uma modesta Cooperativa, com o nome de Comasil, depois Cotrefal e agora Lar, que chega nos “50 anos no seu melhor momento”. Rodrigues convidou todos para as comemorações alusivas ao jubileu de ouro da Lar no dia 18 de março em Missal e dia 19 em Medianeira, com a inauguração do novo Centro Administrativo.

NÚMEROS

TRANSPORTES

A Lar conta com uma frota de 548 veículos, entre utilitários, caminhões para diversas finalidades, ambulância, motos e tratores.

SOJA/MILHO

A produção de grãos: soja/milho que representa 36,85% do faturamento, fechou o ano com o recebimento de 12,6 e 20,7 milhões de sacas de soja e milho respectivamente, sendo que a produção de milho cresceu quase 50% basicamente devido a excelente produtividade das lavouras em Mato Grosso do Sul.

AVES

A Unidade Industrial de Aves encerrou o ano com o abate 268 mil/aves/dia. Toda atividade avícola representa 23,56% do faturamento.

SUPERMERCADOS E

POSTOS DE COMBUSTÍVEIS

As 13 lojas de supermercados e dois postos de combustíveis correspondem a 5,85% do faturamento. A maioria dos supermercados foi revitalizada, bem como os postos.

LEITE/SUÍNOS

Em 2013, os produtores associados da Lar entregaram na Central Frimesa 41 milhões de litros de leite. Os suínos enviados para abate no frigorífico da Frimesa somaram 322.830 cabeças. Soma-se as duas atividades a avicultura de postura com a produção de 184.700 caixas de ovos com 30 dúzias. Essas atividades representam 6,10% do faturamento da Lar.

OBRAS

A construção do novo Centro Administrativo (em fase de acabamento) foi o maior investimento da Lar, em 2013. Também foram construídos silos e armazéns em Maracaju, Sidrolândia, Bonito, Antônio João e Rio Verde/Aral Moreira (MS).

BOAS PRÁTICAS AGRONÔMICAS

Pesquisador da Coodetec apresenta campanha de conscientização da Abrasem e aponta agricultor como principal agente na manutenção de tecnologias Bt

Preservar tecnologias também é dever do agricultor. Por isso, a Abrasem lança, neste ano, campanha nacional de conscientização sobre Boas Práticas Agronômicas Aplicadas a Plantas Geneticamente Modificadas Resistentes a Insetos. Para o gerente da Divisão de Pesquisa da Coodetec, Ivan Schuster, boas práticas de manejo da lavoura são essenciais para o futuro da tecnologia Bt e garantem também a racionalização no uso de defensivos e manutenção do potencial de rendimento da lavoura.

As principais ações para preservação das tecnologias Bt, que agrupam todas as plantas geneticamente modificadas resistentes a insetos, são: dessecação antecipada; tratamento de sementes; plantio de refúgio; controle de plantas daninhas; monitoramento de pragas nas lavouras; e, rotação de cultura. “O produtor precisa estar atento ao manejo integrado de pragas para que a tecnologia tenha vida longa e as lavouras permaneçam livres do ataque de lagartas”, afirma Schuster.

O produtor deve dedicar atenção

especial ao trabalho realizado na lavoura, acrescenta Schuster: “A impressão que se tem é a de que o agricultor sempre espera que as empresas trarão uma solução para a quebra de resistência da tecnologia. Isso não pode acontecer. Novas tecnologias de resistência demoram anos para chegar ao mercado e as atuais permanecerão por muito tempo ainda, por isso existe essa necessidade de desenvolver atividades para garantir que esses eventos continuem dando resultados”.

Também é importante que o agricultor saiba que os produtos para controle de lagartas são desenvolvidos nos Estados Unidos, onde o clima e as condições de ambiente são diferentes aos do Brasil. “O inverno americano é bem mais rigoroso e não sobram lagartas para o próximo plantio. No Brasil, essas pragas permanecem o ano inteiro na lavoura. O manejo precisa ser diferente aqui devido a ponte verde, que é a presença contínua de cultivos agrícolas durante todo o ano, favorecendo a proliferação e aumento da quantidade de pragas”, explicou.



PEQUISADOR. Schuster diz que novas tecnologias de resistência aos insetos demoram anos para chegar ao mercado

MANEJO INTEGRADO DE PRAGAS É ESSENCIAL

● **1 - DESSECAÇÃO ANTECIPADA** - Na cobertura vegetal, a dessecação antecipada disponibiliza palhada seca sobre o solo, facilitando o plantio e promovendo a proteção ao solo. O momento ideal das aplicações de herbicida pode variar de acordo com as condições climáticas e o sistema de plantio utilizado.

● **2 - TRATAMENTO DE SEMENTES** - Tem como finalidade o controle de pragas subterrâneas e iniciais da cultura, período de grande suscetibilidade às pragas. Os danos causados por essas pragas resultam em falhas na lavoura.

● **3 - IMPLEMENTAÇÃO DAS ÁREAS DE REFÚGIO** - Áreas de refúgio são espaços da cultura que não possuem a tecnologia Bt e que servem como fornecedoras de insetos suscetíveis, que irão se acasalar com os insetos resistentes oriundos das áreas Bt. O resultado desse cruzamento serão insetos suscetíveis e, portanto, controlados pela tecnologia Bt.

● **4 - CONTROLE DE PLANTAS DANINHAS E VOLUNTÁRIAS** - Algumas plantas daninhas podem ser hospedeiras para insetos pragas das culturas subsequentes, permitindo que uma quantidade significativa de insetos sobreviva nas áreas de cultivo no período de entressafra. Além disso, ervas daninhas podem ser fonte de lagartas em instares mais avançados, com maior dificuldade de controle pelas tecnologias Bt. Algumas práticas podem contribuir para o controle eficaz das ervas daninhas, assim como para a prevenção da resistência aos herbicidas.

● **5 - MONITORAMENTO DE PRAGAS E TOMADA DE DECISÃO** - Essa prática determina a situação das pragas na cultura, avalia os danos e prejuízos que podem estar ocorrendo e define o momento da aplicação de inseticida.

● **6 - ROTAÇÃO DE CULTURAS** - Consiste em alternar o plantio de diferentes espécies na mesma área agrícola. A escolha das espécies deve levar em consideração fatores econômicos, pragas, doenças e adubação, entre outros.

TECNOLOGIA PARA PRODUZIR MAIS

Vilson Wickert trabalha somente com grãos. Dono de uma pequena propriedade na Linha Bananeira, em Serranópolis, obteve na safra de 2013/14 uma produtividade média de 183 sacas de soja por alqueire

Com um amplo sorriso, um olhar de satisfação, saboreando um mate amargo junto à família, na varanda da casa de campo, nas proximidades do Parque Nacional do Iguagu, o jovem agricultor Vilson Wickert, 37 anos, era só alegria. Acabava de colher uma supersafra de soja, média de 183 sacas por alqueire. Ao lado do pai, mãe, esposa, filha e o agrônomo da Lar, Vilmar Suzin, todos comemoravam a alta produtividade, que tem se repetido numa área de 31 alqueires. “Este é o produtor ideal. Aquele que segue as orientações técnicas, que faz a coisa certa e o resultado é o que vemos”, define Suzin.

Para Vilson, que só trabalha com produção de grãos, não existe muito segredo para ter uma boa colheita. Esintetiza: rotação de culturas (soja, milho safrinha consorciado com *Braquiaria ruzi-nenses*, trigo, soja, cobertura verde com crotalária e novamente soja) e mais adubação diferenciada, com potássio a lanço, conduzindo um sistema de adubação para duas culturas, ou seja, trigo e soja na sucessão. Neste sistema, considerando um clima favorável, o potencial produtivo das lavouras é algo surpreendente: trigo com potencial superior 180 sacas, soja em torno de 200 sacas e o que chama mais atenção é a cultura do milho safrinha com potencial superior a 300 sacas, tudo calculado em alqueire.

Antes da colheita, uma simples análise do sistema radicular das plantas (fartas e profundas) indicava que a produtividade seria alta. Entretanto, um breve período de estiagem, com altas temperaturas “fizeram com que muitos grãos ficassem esverdeados e com baixo peso”, analisa Vilson. Depois da colheita, nos talhões foi plantada crotalária, uma adubação verde para melhorar a estrutura do solo e que após 80 dias será manejada para o cultivo do trigo.

E o que se tem na propriedade de Wickert é uma grande produção de grãos com reduzido custo de implantação das lavouras, alta qualidade alimentar e sustentabilidade ambiental, principalmente no controle da erosão do solo.

“Este é o produtor ideal. Aquele que segue as orientações técnicas, que faz a coisa certa, e o resultado é o que vemos”



OS WICKERT. Tercila, Leopoldo, Vilson, a esposa Evandra e



DIFERENCIAL. Agrônomo Vilmar Suzin confere o excelente sistema radicular das plantas de soja



Dalvana. Na propriedade explorada pela família em Linha Bananeira, perto do Parque do Iguaçu, a soja alcançou excelente produtividade

Caminhada familiar: de Mondai para o Paraná

A família Wickert tem uma longa história para contar. Começa quando o patriarca Leopoldo, 81 anos, deixou as terras catarinenses de Mondai migrando para a vila de Missal e depois comprando 11 alqueires de terras na Linha Bananeira, Serranópolis do Iguaçu, no ano de 1973, onde fixou residência definitivamente. É irmão do saudoso professor Eugênio, que por longos anos ministrou aulas para a gurizada, nas décadas de 1970/80, “quando a escola chegou a ter 1.32 alunos”, de acordo com as contas da família Wickert.

A família de Leopoldo Wickert é originária de São Leopoldo, Rio Grande do Sul. A primeira esposa, Vilma Kaiser, faleceu muito jovem no ano de 1962. Viúvo casou-se com Tarcila Zanquim, 73 anos, e dos dois matrimônios gerou uma família composta por sete filhos, dez netos e um bisneto. Coube ao filho Wilson, o caçula, por vocação ficar na terra. É casado com Evandra Cristina Zillio e pai da menina Dalvana. A administração da propriedade rural é em perfeita união familiar. “O pai sempre está fazendo alguma coisa; a



LEITURA. O patriarca Leopoldo e seu inseparável “Livro da Família”

mãe também. Eles gostam de ler o “Livro da Família”, da Editora Padre Reus, para saber um pouco de tudo”, conta Wilson, orgulhoso da memória dos pais e da disposição nos afazeres na roça.

E Leopoldo Wickert tem muitas histórias para contar. Lembra-se das longas viagens que fazia até Medianeira, com trator e carreta, para entregar 70 sacas de trigo. “Em 1980 levei um dia e meio para descarregar uma carga. Era muita fila nos silos da Cotrefal, em Medianeira”, conta rindo. Ele diz que ajudou com uma pequena produção para Cooperativa comprar a massa falida da Oleolar de Céu Azul, no ano de 1982. Lembra-se da festa quando a luz elétrica chegou à comunidade em 1980. Saudade tem mesmo da casa em Mondai, Santa Catarina, e do seu irmão, o professor Eugênio, “que ensinou a ler quase toda a gurizada da Bananeira e morreu de infarto aos 51 anos”.

Ainda vivem na comunidade de Bananeira cerca de 30 famílias. Tem igreja e um pequeno salão de festas. A estrada é pavimentada com pedras irregulares. Na casa dos Wickert o computador já chegou e a televisão “pega bem”. Pelas manhãs ouve-se o cantar dos pássaros e sente-se o cheiro da mata que brota da terra depois da chuva.

Programa de Melhoria prevê **ECONOMIA DE R\$ 5,8 MILHÕES**

Trabalhos que geram ganhos foram elaborados por 10 grupos de funcionários

O Programa de Melhoria de Resultados Industriais – PMRI Lar em implantação na Unidade Industrial de Aves – UIA, está voltado para o desenvolvimento da capacidade de agir das pessoas, de forma proativa, através da preparação e do direcionamento ideal em cada processo, tendo como meta a tendência de falha e quebra zero de equipamentos e paradas de abate. As melhorias diárias em cada processo trarão maior competitividade no mercado, já que impactam diretamente na qualidade e no custo final dos produtos acabados.

Iniciado no segundo semestre de 2013, o programa envolve a maximização da relação homem/processo/equipamento, integrando-se as áreas de produção, manutenção e atividades de suporte, tais como compras, almoxarifado, qualidade, segurança, RH/treinamento e custos. O programa considera que a área industrial é um “tesouro escondido de oportunidades”, onde “o melhor jeito de ganhar dinheiro é deixar de perder”.

Com forte trabalho da equipe que envolve gerentes e demais lideranças, o trabalho tem sido conduzido com o auxílio da Apeck Consultores e considera dez pilares de atuação, quais sejam: 1) manutenção autônoma, 2) manutenção planejada, 3) melhoria contínua (Kaizen), 4) manutenção da qualidade, 5) gerenciamento de processos, 6) educação e treinamento, 7) melhoria das áreas administrativas indiretas, 8) ambiente da qualidade, 9) segurança e normas e 10) gerenciamento de energia. A previsão de implantação do programa é de 18 meses, com possibilidade de ampliação, se necessário. Em cada um dos pilares de trabalho do programa, adotam-se indicadores de monitoramento da produtividade.

No pilar de nº 6 - “Educação e Treinamento”, por exemplo, está-se implantando a Escola de Manufatura para a equipe operacional dos operadores de máquinas; o curso Técnico de Eletromecânica da Escola Senai de Foz do Iguaçu, com 32 alunos das áreas da “Manutenção e Produção”; e os 10 Grupos de Melhoria Contínua/Grupos da Cumbuca, que semanalmente estudam o livro Gerenciamento da Rotina do Trabalho do Dia a Dia do professor Falconi. O objetivo desta atividade é a especialização da equipe na resolução de problemas, através do método PDCA (Planejar-Fazer-Checar-Agir), utilizado para o controle e melhoria contínua dos processos. Cada grupo de trabalho escolheu projetos de melhoria para a área industrial, acompanhados e orientados para a tomada de ações corretivas e melhoria necessária.

No dia 30 de janeiro, nas dependências da ARL, ocorreu o I Workshop de Melhoria Contínua LAR, com a apresentação das propostas de melhoria dos 10 grupos, com 65 participantes do programa. Confira na página ao lado a relação dos trabalhos apresentados.



1º LUGAR. Grupo 7 - Geizi da Silva Somer, José Carlos de Almeida, André W. Gasparin e Givanildo Vargas com o presidente Irineo da Costa Rodrigues (à esquerda)



2º LUGAR. Grupo 1 - Lérida Fantin de Vargas, Fabrício da Silva, Heloisa Bernardi Wilhelm, Catia Cristina Olivo Helfenstein, James Moraes e Sandro José Zatta com Lauro Soethe (centro)



3º LUGAR. Grupo 3 - Fernando Minato, Marcelo Conceição, Everson Andreolla, Suzana Zatta, Siumar Siqueira, Anderson Zatta e Rodrigo Lângaro ladeados por Urbano Inacio Frey (à esquerda)

Grupo/Proposta	Investimento	Rendimento/ economia/ano	Participantes
1 Estudar maneiras de reduzir o sobrepeso no produto meio peito sem osso e sem pele, nos pacotes de 2 kg, 7,5 kg e 10 kg.	00	R\$ 659.242,00	Catia Cristina O. Helfenstein; Clóvis Neuschrank; Fabrício da Silva; Francielle Carla P. Pivatto; Heloisa Bernardi Wilhelm; James Morais; Lérida F. de Vargas; Sandro José Zatta.
2 Economia de biomassa através do aproveitamento de gases das chaminés das caldeiras	R\$ 82.260,00	R\$ 606.058,79	Adriano L. Gerônimo; Douglas Demenech; Gilberto L. Suzin; Ivanir Gaio; Maura L. Corso; Rafael F. de Camargo; Soeli F. Duarte da Silva.
3 Melhorar disponibilidade e desempenho da fábrica de industrializados no estudo octofrost (IQF), através de alteração no sistema de transporte, melhorando a temperatura do produto.	R\$ 180.000,00	Aumento de 595.824 kg de produção R\$ 1.047.643,20	Anderson Zatta; Everson Andreolla; Fernando Minato; Marcelo Conceição; Rodrigo Lângaro; Siumar Siqueira; Suzana Zatta.
4 Instalar esteira para transportar embalagens do setor de carimbo até a sala de cortes linha 1 e linha 2. Com isso, reduzirá as perdas e o tempo de deslocamento dos funcionários, e eliminará o risco de acidentes de trabalho nessa atividade.	R\$ 68.210,11	R\$ 79.200,00 + Redução de 3 postos de trabalho	Edson Borges; Flávio Rodrigues Rocha; Lindacir Rosana dos Santos Destri; Luiz Gubert; Michel Avan Bernardi; Risieri Mondardo Remor.
5 Redução de postos de trabalho no processamento do Steak com a automação da atividade de embalagem secundária e montagem de caixas.	R\$ 2.954.000,00	R\$ 971.920,20 + Redução de 29 postos de trabalho	Ana Paula da Silva; Cristina Funari Rodrigues; Douglas Zatta; Luiz Augusto Brandalize; Michel Peiter; Moacir Bozio; Ronaldo Kestrings; Tatiane Paula Dias.
6 Substituição de mangotes de pano e aventais descartáveis, por mangotes e aventais laváveis e recicláveis.	00	R\$ 333.882,18	Suzana Franco de Camargo; Amilton dos Santos; Derlei Ederson da Rosa Vier; Enio João da Rosa; Fabiano Gross; Georgelino Cândido.
7 Redução de perdas no processo de escaldagem/depenagem de sambiquiras (instalação de um removedor de fôculos de penas da sambiquira, máquina que realiza um repasse retirando penas inteiras ou partes que permaneceram na carcaça durante depenagem, reduzindo perdas de sambiquiras que devem ser descartadas caso permaneçam com penas). Recuperação anual de 186 toneladas de produto.	R\$ 54.859,00	R\$ 360.218,47	Anderson Steinke; André W. Gasparin; Geízi da Silva Somer; Givanildo Vargas; José Carlos de Almeida.
8 Troca do método de retorno das bacias utilizadas no processo produtivo entre sala de cortes e embalagem secundária. Método atual manual, para método automatizado. Com isso apresentará redução de 6 postos de trabalho; redução de problemas ergonômicos e redução de 3000 bacias no processo.	R\$ 265.000,00	R\$ 260.000,00	Valdinei José Candido de Moura; Elir Sartor; Neuri Soares da Luz; Ireneu Jose Souza; Flávera Camargo; Mônica Aparecida Carré.
9 Melhoria na performance do processo com a troca do equipamento utilizado, bem como redução de mão de obra, para suprir na demanda de produção mensal.	R\$ 1.091.000,00	R\$ 663.546,00	Eliane Cavaletti de Campos; Eder Adriano Cavali Stolberg; Adriano Marafon; Gerson Antonio Nienow; Antonio Alzemi Ribeiro de Melo; Evandro Rafael Back.
10 Agregar valor ao peito derivado dos cortes condicionais, aumentando suas características de qualidade e redução de postos de trabalho, apresentando a possibilidade de um aumento de faturamento anual.	00	R\$ 761.675,52	Anilton Kleber Motozo; Fernando Mauro Gambarte; Jonas Ferreira Gomes; Rudnei Roberto Dupont; Sebastião Luis de Lima; Valderi Nogueira.

LAR 50 ANOS

Trajetoária de pioneirismo e sucesso

Eloy Olindo Setti*

A história da Cooperativa Lar tem peculiaridades diferentes da maioria das cooperativas, pois resultou de um projeto baseado nos ensinamentos da encíclica *Mater et Magistra*, que defende o desenvolvimento das comunidades rurais através de sociedades cooperativas. Se já é difícil colocar em prática essas ideias em comunidades formadas e estáveis, o que dizer de Missal, que sequer existia? Ali, para facilitar a formação da cooperativa, adotou-se a adesão compulsória, caminho inverso do princípio básico do cooperativismo, que é a adesão livre.

Como o livro comemorativo aos 50 anos de fundação da Lar, intitulado “Uma História de Cooperação, Atitude e Amor – Lar 50 Anos”, conta pormenores dessa história, vou me ater, aqui, a uma abordagem das circunstâncias e dos seus principais personagens e fatos, que determinaram a superação de inúmeras dificuldades e o sucesso desse empreendimento.

DOM GERALDO DE PROENÇA SIGAUD

O principal personagem dessa história foi o bispo de Jacarezinho, Dom Geraldo de Proença Sigaud, um visionário que incumbiu o engenheiro Roberto Brandão e o padre José Backes

*Jornalista, autor do livro Uma História de Cooperação, Atitude e Amor, comemorativo ao cinquentenário da Lar.

de formarem a colonização sustentada por uma cooperativa baseada nos ensinamentos da encíclica papal *Mater et Magistra*, do Concílio Vaticano II.

O bispo, na época considerado um radical de direita, foi participante ativo do Concílio e procurou colocar em prática os ensinamentos da doutrina social da Igreja. Dom Armando Círio, bispo de Toledo na época da implantação de Missal, afirma sobre o bispo de Jacarezinho:

Dom Geraldo Sigaud tinha uma visão própria a respeito da propriedade, antes estava unido ao bispo de Campos, Antonio de Castro Mayer. Quando viu que ia entrar em clima de rebeldia, se desligou. Porém, a intenção dele era ajudar a sociedade a se desenvolver. Era um homem inteligente. Eu conheci diversos bispos, mas não conheci nenhum bispo inteligente como ele. Ele dizia, antes de ir dormir: - Não tem um livro para eu ler durante a noite? - Eu emprestava o livro e no dia seguinte ele repetia tudo o que estava no livro. Ele tinha uma inteligência fora do comum. E também tinha ideias de solução de problemas, que poderiam ajudar o povo a ter uma vida melhor organizada.

Infelizmente, Dom Geraldo Sigaud foi transferido para Diamantina em fins de 1962, quando se iniciava a execução do projeto de colonização. Por isso, apesar de ser o seu mentor, jamais esteve



em Missal. Mas foi ele quem contratou o engenheiro Roberto Brandão para elaborar o projeto da colonização, recomendando que se baseasse na encíclica *Mater et Magistra*.

Como bispo de Diamantina (MG), Dom Geraldo Sigaud mostrou, novamente, sua preocupação com as questões sociais: para proporcionar renda aos agricultores, montou uma reflorestadora para implantar, no Vale do Jequitinhonha, um projeto de plantio de eucaliptos, em 5.100 hectares de terras, obtendo apoio do ex-presidente Juscelino Kubitschek. O projeto resultou no plantio de 70 milhões de eucaliptos. Segundo a revista *Veja*¹, como bispo de Diamantina, fundou e presidiu a cooperativa dos produtores rurais, administrou duas fazendas da diocese, uma produzia queijo e a outra destinada à criação de gado. Mais tarde, assumiu pôr uma fábrica de óleo de mamona, que exportava três mil toneladas de óleo para lubrificar turbinas dos jatos Mirage e Concorde. Faleceu no dia 05 de setembro de 1999, em Belo Horizonte.

PADRE JOSÉ BACKES

O segundo personagem dessa história é o padre José Backes, nascido numa comunidade rural do atual município de Sinimbu (RS), tornou-se padre dio-



INÍCIO. Vila de Missal na primeira metade dos anos 1960. À direita, grupo de agricultores com o padre Backes e o engenheiro Brandão

cesano e foi pároco em algumas cidades do Estado. No Paraná, ficou cerca de um ano na Ilha Grande, convivendo com pescadores e agricultores, depois foi pároco de Ubiratã, quando foi escolhido por Dom Geraldo para localizar a Gleba dos Bispos e sua documentação. Hoje, ouvindo as inúmeras opiniões pró e contra o padre José Backes, deduz-se que tinha personalidade bipolar, pois seu temperamento ia da tolerância à intransigência em segundos. O escritor Roberto Marin o descreveu assim no livro “Lar na História - Os 40 Anos da Cooperativa Agroindustrial Lar”:

Polêmico, agitado, habilidoso, inteligente, oportunista, visionário, sonhador, enérgico, extrapolado, neobadeirante, dinheirista, intelectual, mandão, brigador, bom de pontaria (atirava com a mão esquerda) e homem de fé que, apesar dos pesares, deixou uma grande obra.

O próprio bispo Dom Armando Círio, que em abril deste ano completa 98 anos, reconhece as qualidades e defeitos do padre José, que “estava sempre em briga com o vigário de Missal, que era o padre Beno Beuren”. No livro escrito por Roberto Marin, reconhece que o padre “deixou belo trabalho. É só ver a colonização que ele comandou. Foi pacífica em comparação com o que aconteceu no Sudoeste”.

Missal não teria existido não fosse a determinação do padre José Backes, reconhece o engenheiro Roberto Brandão. Ao deixar a Cooperativa nas mãos do gerente Ignácio Donel, retirou-se para

sua propriedade localizada próxima a Missal e, com auxílio de um sobrinho, dedicou-se à produção de soja e trigo. Apesar de ter fundado a Cooperativa, não está na relação dos 55 novos associados organizada por Ignácio Donel e nem se associou posteriormente. Backes faleceu em 6 de janeiro de 1988, em Santa Cruz do Sul.

ROBERTO BRANDÃO

O engenheiro Roberto Brandão, terceiro personagem de Missal, elaborou o projeto de acordo com a visão do bispo Dom Geraldo Sigaud e o executou em conjunto com o padre José Backes. Brandão, engenheiro formado pela Universidade Federal do Paraná, foi indicado ao bispo de Jacarezinho pelo governador Moysés Lupion, a quem sua empresa de Engenharia prestou serviços.

O projeto de colonização de Missal foi elaborado de tal forma que todas as colônia (dez alqueires) tivessem acesso à água. Brandão fez complexos estudos, envolvendo cálculos matemáticos, projetando a viabilização da cooperativa num prazo de tempo, obedecendo um cronograma de ações. E enfrentou, com determinação, a ameaça dos capangas incumbidos de amedrontar os diretores da Colonizadora Sipal. Para isso, tanto ele como o padre José andavam armados.

Para compreender o que Dom Geraldo Sigaud desejava fazer na Gleba dos Bispos, Roberto Brandão ficou uma semana em Jacarezinho, lendo publicações sobre a doutrina social da igreja e debatendo com o bispo aspectos relevantes da encíclica *Mater et Magistra*. Aos 86 anos, Roberto Brandão é o único executivo do

projeto ainda vivo e dedica-se, em seu escritório localizado no Jardim Social, em Curitiba, à elaboração de sofisticados projetos de viabilidade econômica de programas ligados à administração municipal. Em janeiro deste ano viajou a Foz do Iguaçu para gravar seu depoimento para o documentário da Lar.

MATER ET MAGISTRA E O COOPERATIVISMO

Por que a encíclica *Mater et Magistra* foi a base da formulação do projeto da Cooperativa Comasil? E o que ensina a referida Encíclica, sobre cooperação? São inúmeras as referências e uma das mais específicas é o capítulo 142:

É oportuno, aliás, insistir em que a empresa de dimensões familiares será viável somente se dela puder obter-se um nível de vida digno para a família. Para isso, torna-se indispensável que os cultivadores sejam instruídos, modernizados continuamente e assistidos na técnica da sua profissão. É também indispensável que eles estabeleçam ampla rede de instituições cooperativistas, estejam profissionalmente organizados, e tomem parte ativa na vida pública, tanto nos organismos administrativos como nos movimentos políticos.

A *Mater et Magistra*, ao fazer referências aos agricultores, fala de cooperação, solidariedade, autodeterminação, educação, formação, promoção social e econômica, de tal forma que as pequenas empresas familiares e seus membros possam participar do progresso de um Estado e não se sintam discriminadas ou inferiorizadas em relação à sociedade urbana.

A Cooperativa Comasil, constituída no dia 19 de março de 1964, foi idealizada para prover todas as necessidades dos moradores da comunidade: insumos agrícolas, armazéns, máquinas e equipamentos, escolas, igreja, estradas, pontes, professores, etc. O exemplo mais próximo de cooperativa desse modelo, existente então, era a cooperativa Agrária, do Distrito de Entre Rios (Guarapuava), constituída por imigrantes descendentes de alemães expulsos da Iugoslávia após o final da Segunda Guerra Mundial.

Como fazer isso numa pequena comunidade em formação e longe de todos os recursos, com poucos associados? Foi uma tarefa muito complexa, que exigiu dos seus integrantes o abandono do sistema de vida tradicional. Inicialmente, a Cooperativa utilizou os recursos propiciados pela colonizadora, obtidos da venda das terras. Depois, deveria se utilizar dos resultados da comercialização e do processamento industrial da produção, prevista nos estatutos originais da cooperativa.

Esse modelo de cooperativa provedora de todas as necessidades dos seus integrantes funcionaria se, em contrapartida, lhe fosse dada a possibilidade de deduzir esses custos dos tributos a recolher aos governos estadual e municipal. São mais comuns, nos Estados do Rio Grande do Sul e Santa Catarina, exemplos de comunidades que, na ausência do governo, construíram escolas, pagaram seus professores, abriram estradas e construíram pontes.

A Comasil, em seu início, não tinha recursos para executar tudo o que previam seus estatutos. Começou em uma sede provisória, uma meia-água de madeira. Em Missal, em 1964, não havia energia elétrica, calçamento, nem comércio, reservado apenas à Cooperativa. As estradas rurais eram picadas abertas no meio dos cepos das árvores derrubadas. Havia poucas casas, a sede da colonizadora, a igreja provisória e a escola, que davam esperança de um futuro melhor aos colonos que ali se estabeleceram.

O relato do pioneiro Elmundo Brod mostra como foram os primeiros meses da cooperativa constituída em 19 de

março de 1964:

Eleições para a diretoria e Conselho Fiscal não houve. Os diretores da firma Sipal colonizadora seriam também os diretores provisórios da Cooperativa; o padre José Backes, presidente da colonizadora, foi também o primeiro presidente da Cooperativa que recebeu o nome de Cooperativa Mista Agrícola Sipal Ltda. (Comasil). Da fundação da Cooperativa em 19 de março de 1964, até a primeira assembleia geral ordinária, em 16 de janeiro em 1966, deram-se algumas cambalhotas e reviravoltas. Houve direção provisória, houve uma renovação da direção, feita numa assembleia convocada pelo padre José Backes, que na época era o presidente provisório, quando foi escolhida e empossada uma nova diretoria para resolver as dificuldades existentes.

A primeira diretoria foi assim constituída: presidente - José Backes; suplente de presidente - Julio Paetzold; diretor gerente - Pedro Butzke; diretor secretário - Eugênio A. Schneiders; conselheiros fiscais (efetivos) - Edmundo Schwendler e Dary Dalla Barba, Elmundo Brod, Cláudio A. Raffler e Pedro Ernesto Nicolay; conselheiros fiscais (suplentes) - Arthur Ruckhaber, Leopoldo A. Hennemann e José Miguel Mallmann.

NAS MÃOS DO PROFESSOR

A primeira diretoria, presidida pelo padre José Bakes, fez inúmeras reuniões e concluiu que era preciso contratar um gerente para tirá-la do chão. Resolveu-se buscar, no Rio Grande do Sul, um conhecido de alguns associados, o professor Ignácio Aloysio Donel.

Donel chegou em Missal no início de 1965 e foi convencido pelo padre José Backes a aceitar a função de gerente. Depois de analisar a papelada da Comasil e se orientar com as autoridades do cooperativismo (Inda e Secretaria da Agricultura), concluiu que era preciso recomeçar praticamente do zero. Em dezembro daquele ano organizou uma assembleia, admitindo como associados apenas agricultores que já moravam em



MISSAL EM 1963. À esquerda, na modesta meia-água, a sede da Comasil

Missal e elegeu nova diretoria, sem a participação do padre José Backes.

Para presidi-la foi escolhido Elmundo Brod, líder dedicado à cooperativa, carismático, que no final dos anos 40 assistiu a liquidação da cooperativa de Santo Cristo, na qual trabalhou e que foi presidida pelo seu pai. Assim mesmo, Brod persistiu com sua crença na solidariedade. E a Comasil, que pouco havia operado até então, começou a tomar forma, sustentada pelos seus associados, que muitas vezes deixavam na cooperativa significativa parcela de sua produção, para capitalizá-la, não sem reclamação.

A outra opção era ficar à mercê dos comerciantes, que torciam pelo insucesso da Cooperativa, para tomar seu lugar. Num determinado dia, os líderes que mantinham acesa a chama da esperança na cooperativa, saíram da reunião e se dispersaram pelas ruas escuras da vila, cada um em direção à sua moradia. Viru Nicolay, na época um adolescente, ouviu o comentário de um comerciante:

- Veja aí os burros que pensam que a cooperativa vai dar certo!

O comerciante estava incomodado com a possibilidade de sucesso da cooperativa, sua concorrente, e com seu falatório ajudava a desacreditar a cooperativa. Não seria a primeira nem a última vez a ocorrer isso, na fundação de uma cooperativa. Ocorreu durante o movimento de fundação da primeira coo-



perativa dos tempos modernos, em 1844, a dos tecelões de Rochdale (Inglaterra).

Sob a presidência de Elmundo Brod, tendo Donel como gerente, a Cooperativa tomou forma, em 1967 adquiriu o primeiro caminhão e começou a transportar suínos e cereais dos associados para venda em centros maiores, possibilitando o início da capitalização. Em 1968 Donel substituiu Brod na presidência da Cooperativa.

Nessa época, foi de inestimável valor a ajuda propiciada pelo Inda (Instituto Nacional de Desenvolvimento Agrário) à Cooperativa, com a doação de um trator de esteira, de equipamento para perfuração de poços artesianos, na elaboração do estudo para implantação das primeiras indústrias (trigo, milho, arroz e soja) e no pagamento do primeiro engenheiro agrônomo, que prestou assistência técnica aos associados.

À frente do Inda (que em 1970 foi assumido pelo recém criado Incra) estava o engenheiro agrônomo Silvio Galdino de Carvalho Lima, assessorado pelo alemão, naturalizado norte americano, Henry H. Gerber, que tinha grande experiência com o cooperativismo.

MUDANÇA PARA MEDIANEIRA

Em 1969, uma parceria entre o Inda, a Acarpa (hoje Emater), a Secretaria da Agricultura e lideranças cooperativistas estaduais, possibilitou a implantação do Projeto Iguaçu de Cooperativismo, que

previa o fortalecimento das cooperativas viáveis e a liquidação ou incorporação das demais. A Comasil, avaliada com viável, teria que mudar sua sede para Medianeira, cidade dotada de energia elétrica, localizada estrategicamente às margens da rodovia BR-277.

Não sem relutância e sentimento de perda, em dezembro de 1970 os associados aprovaram a transferência, que propiciou a expansão da área de ação para os municípios vizinhos e a construção dos primeiros armazéns em toda sua área de ação, para receber a crescente safra. Em 1973, a Comasil mudou sua razão social para Cotrefal. Nesse período a cooperativa teve novos presidentes: Paulo Durgante Lacerda, José Buba Jr. e Luiz Bonatto, mas sempre tendo Donel como gerente.

OLEOLAR E DA FRIMESA

Logo ficou demonstrado que a produção de soja e trigo não propiciava renda suficiente para os pequenos produtores sobreviverem. Muitos complementavam a renda com a suinocultura e a atividade leiteira, cuja produção era destinada, respectivamente, para o Frigorífico Medianeira e para os laticínios privados. Mas essas empresas acabaram indo à falência. Primeiro foi o grupo Ruaro, com a indústria de óleo em Céu Azul e frigorífico em Medianeira.

Ignácio Donel, eleito em 1979 para substituir Luiz Banatto na presidência da Cotrefal, coordenou as negociações para que o frigorífico ficasse com as cooperativas do Oeste e Sudoeste, através da central Sudcoop. Em seguida, a Cotrefal adquiriu a massa falida da indústria de óleo localizada em Céu Azul.

A Sudcoop acabou entrando na área de laticínios em 1980, com a aquisição do laticínios Rainha, com unidades em Marechal Cândido Rondon e Cascavel, e, depois, das unidades da Kamby em Nova Santa Rosa e Matelândia.

Assim, garantiu-se a diversificação das atividades dos associados das cooperativas filiadas, fugindo da incerteza na produção de soja e trigo, culturas afetadas ora por geadas, estiagem ou chuvas na colheita.

A COOPERATIVA AGROINDUSTRIAL

Apesar de a indústria de óleo ter propiciado um bom resultado aos associados, notadamente nos primeiros anos, os anos 80 foram particularmente ruins para as atividades agropecuárias, em função dos vários planos econômicos e, por fim, da abertura dos mercados, que expôs a produção brasileira à competitividade internacional. Que alternativas teria a cooperativa, além de garantir a assistência técnica aos associados e a comercialização dos seus produtos? A encíclica *Mater et Magistra*, publicada em 15 de maio de 1961, no capítulo 140, fala da agregação de valor pela transformação da produção.

Coube ao engenheiro agrônomo Irineo da Costa Rodrigues conduzir as ações que propiciaram à Cotrefal o salto da industrialização. Ex-funcionário da Emater Paraná, associou-se à cooperativa em 1979 e, já em 1981, foi eleito presidente da Sudcoop, onde mostrou sua visão e capacidade gerencial. Após exercer vários cargos nas centrais, na Cotrefal e na cooperativa Sicredi, em 1991 foi eleito presidente da Cotrefal, quando implantou uma política de austeridade e capitalização.

Empresário de visão, Irineo da Costa Rodrigues conquistou, aos poucos, a credibilidade que precisava para transformar a Cotrefal produtora de cereais em Cooperativa Agroindustrial Lar. Não foi um projeto executado de uma vez só, mas amadurecido e concluído uma década depois de planejado. Começou com a Unidade Industrial de Mandioca, depois com o complexo projeto de avicultura industrial, que trouxe uma nova dinâmica na área de ação da Lar. Essa transformação elevou o faturamento da Cooperativa de R\$ 120 milhões em meados da década de 90 para R\$ 2,7 bilhões no ano de 2013. O resultado dessa transformação pode ser visto de muitas formas: no faturamento da cooperativa, na qualidade das moradias dos associados, nos automóveis, na qualidade de vida, na formação dos filhos e dos próprios integrantes da cooperativa, no grande crescimento do emprego e da renda em todos os municípios da região onde a Lar atua.

MANIAS QUE PREJUDICAM

Conheça 10 atitudes, aparentemente inofensivas, que podem afetar a saúde

Coçar picadas e feridas

A picada de um pernilongo pode incomodar, mas é melhor não coçar, pois pode provocar uma ferida. Em machucados que formam uma casca, a recomendação é nunca tirá-la, pois isso retarda a cura e abre espaço para infecções. O mesmo vale para quem aperta acnes ou estoura bolhas de queimaduras.

Dormir pouco

As horas mínimas de sono são fundamentais para restauração de nossas funções cerebrais. “Quem se priva de horas de sono desenvolve lapsos de memória, dificuldade de atenção e irritabilidade”, observa a médica Maria Betânia Beppler. Além disso, não dormir direito estimula a produção do cortisol, o hormônio do estresse.

Coçar os olhos

Como no caso de quem rói unha, as mãos nos olhos também podem levar micro-organismos para dentro do corpo. O hábito de friccionar o globo ocular também pode provocar danos à córnea.

Abusar na limpeza do ouvido

Usar hastes com pontas de algodão para tirar acera do ouvido pode trazer sérios problemas de audição. Isso porque, segundo o médico clínico Niazzy Ramos Filho, professor de medicina da Universidade Federal do Paraná, o cotonete tira a proteção natural da cera e, se inseridos demais no aparelho auditivo, provocam irritações no ouvido



externo e perfuram o tímpano.

Comer rápido demais

“Nosso processo de digestão começa na boca”, explica o clínico Niazzy Ramos Filho. A partir do momento que mordemos um alimento, as enzimas salivares já começam a digeri-lo. Se pularmos essa parte, o intestino precisa trabalhar mais para absorver os nutrientes.

Escovar os dentes sem cuidado

Fazer a higiene bucal de forma errada pode ser pior do que deixar de escovar os dentes. Pelo menos é o que defende o dentista Natanael Mattos, coordenador do curso de odontologia da Universidade Tuiuti do Paraná, que afirma que escovas cerdas grossas e pastas dentais abrasivas podem provocar lesões nas gengivas e tirar o esmalte que protege a arcada dentária.

Segurar a vontade de ir ao banheiro

A urina retida por muito tempo pode facilitar o aparecimento de infecções, são ainda mais graves em mulheres com cistite de repetição, diz Maria Betânia Beppler, médica clínica do Hospital Marcelino Champagnat. Segurar as fezes pode fazer com que

seu cérebro ignore o reflexo de cólon, o que pode levar a um quadro de prisão de ventre no futuro.

Segurar espirro

Um espirro pode atingir a velocidade de 160 km/h. Então, quando se segura, a forte pressão pelas vias aéreas, quando o catarro é expelido, acaba sendo contida. Isso pode romper vasos do nariz e levá-lo ao sangramento.

Roer unhas

A mania de roer as próprias unhas não provoca úlceras, como diz o mito popular, mas pode levar micro-organismos para dentro do seu corpo. “As mãos são os maiores transmissores de bactérias e viroses”, diz a médica Maria Betânia Beppler. Além disso, este hábito também é visto como o sintoma de ansiedade, tratada por psicólogos.

Pular refeições

Na correria, você esquece de comer. Dependendo do seu organismo, isso pode ocasionar hipoglicemia, deixá-lo irritado e com dor de cabeça. O hábito pode ainda atrapalhar o ritmo de processamento do tubo digestivo e provocar má digestão na próxima vez que for se alimentar.

Fonte: Saúde & bem-estar, jornal Gazeta do Povo, com a colaboração do médico do trabalho da Lar; João Célio Martins



PATROCINADORES:



SÉRGIO DEZAN



Sopasta

VALFILM

RECEITA DELICIOSA



Salada grega

INGREDIENTES

1 maço de alface (ou folhas variadas a gosto);
1 tomate maduro em gomos;
100 g de queijo branco em cubo;
1/2 xícaras (chá) de azeitonas verdes e pretas picadas;
1 lata de sardinhas escorridas e sem espinha em pedaços;
Suco puro de limão, azeite, sal e pimenta-do-reino;
Folhas de manjeriço para polvilhar.

PREPARO

Pique as folhas com as mãos e coloque em uma saladeira. Adicione o tomate, o queijo, as azeitonas e a sardinha. Tempere a gosto com suco de limão, azeite, sal e misture bem. Decore com as folhas de manjeriço e sirva.

Rendimento: 4 porções

CANTO DA POESIA

Onde está você

Adelaide Costa

Onde está você
Se o sol morrendo te escondeu?
Onde ouvir você
Se a atua voz a chuva apagou?
Onde buscar
Se o coração
bater de amor pra ver você?

Hoje a noite não tem luar
E eu não sei onde te encontrar
Pra dizer como é o amor
Que eu tenho pra te dar

Passa a noite tão devagar
Madrugada é silêncio e paz
E a manhã que já vai chegar
Onde te despertar?

Vem de pressa de onde estás
Já é tempo do sol raiar
Meu amor que é tanto
Não pode mais esperar

BENEFÍCIOS DO PEIXE



O consumo regular de peixes em geral resulta em uma série de vantagens para o organismo. A sardinha, em especial, é rica em ômega 3, um tipo de gordura boa, que favorece o bom colesterol e ainda ajuda o trabalho do sistema nervoso.

NO PARAÍSO

Adão e Eva estavam no paraíso, quando Eva pergunta para Adão:

- Bem, você me ama de verdade?
Então, Adão responde:
- Eu tenho outra escolha?

LUA DE MEL

Na lua de mel, o marido diz à esposa:
- Querida, cada vez que nós transamos vamos colocar uma cédula neste cofre. Então, com o tempo teremos um bom dinheiro.

Passaram-se uns meses e o marido chamou a esposa para conferir o cofrinho. Ao abri-lo ficou espantado com a quantidade de notas de R\$ 5, 10, 20, 50 e 100.

- Mulher, o que é isso? Eu sempre coloquei somente notas de R\$ 2 e aqui tem uma fortuna!

Ela responde:

- Mas, querido, nem todo mundo é tão pão-duro quanto você.

A privada mudou o mundo

Quando a humanidade fez sua primeira grande invenção, a agricultura, passou a ser possível viver a vida toda num só lugar. Mas isso também criou um problemão: o que fazer com o xixi e o cocô que se acumulam?

Gregos e romanos inventaram mecanismos primitivos para se livrar dessas coisas indesejáveis, que são citadas na Bíblia ("você deve cobrir seus excrementos"). Mas a luta só seria vencida em 1885, quando o inglês Thomas Twyford criou a privada como conhecemos hoje.

Foi uma revolução que, somada as estações de tratamento de água, reduziu em 40% as infecções, elevando em 20 anos a expectativa de vida no mundo. Mas ainda hoje 2,5 bilhões de pessoas não têm privada. E as que têm estão detonando as reservas de água do planeta: dos 163 litros que cada brasileiro consome por dia, 38% vão pela descarga.

(Fonte: revista Superinteressante nº 329)

Você sabia que...

...na Copa do Mundo de 1970, na preparação física dos jogadores (Pelé, Tostão, Rivelino etc.) houve uma verdadeira revolução? O então preparador físico Carlos Alberto Pereira adotaria, pela primeira vez no futebol, o método desenvolvido pelo médico Kenneth Cooper para avaliar os soldados americanos durante a Guerra do Vietnã. O teste consistia em uma corrida de longa distância em 12 minutos, que permitia a análise de cada jogador separadamente. Na versão



futebolística, cada um deles precisava completar ao menos quatro quilômetros para ser considerado apto. A equipe era, então, dividida em grupos, conforme as performances. Assim, suas necessidades individuais era respeitadas. Naquele mundial, a Organização Mundial de Saúde fez um estudo em todas as seleções e o Brasil teve os jogadores mais bem avaliados. De fato, o Brasil mantinha o fôlego, enquanto os europeus perdiam rendimento durante as partidas. Bingo. Brasil tricampeão!

Falou e disse

"Tinha tomado gosto pela violência, esse era o vício secreto de todo o soldado, de outro modo não seria possível fazer a guerra".

Izabel Allende em "Inês da Minha Alma"

Cortes de Frango

O melhor do sabor em sua mesa...

