

**não+
pêlo**
líder mundial em fotodepilação



**BEM
PERTINHO
DE VOCÊ.**

- INDOLOR
- UNISSEX
- DURADOURA
- PREÇO ÚNICO

FOTODEPILAÇÃO COM PREÇO ÚNICO POR ÁREA SENSÍVEL
R\$ 60
 Nº 1 em centros no mundo!
 DURADOURA & INDOLOR

AVALIÇÃO GRATUITA

Conheça a unidade
FLAMENGO
 Rua Senador Vergueiro, 182.
 2552-3040



www.naomaispelo.com.br

Jornal do



CENTRO EMPRESARIAL RIO
CER

A N O X X X • N º 3 2 5 • A B R I L D E 2 0 1 3

Exposição no ICBA reúne fotos de viagem ao fim do mundo

Foi inaugurada dia 10 de abril, na Galeria Antonio Berni, a mostra fotográfica "Jornada da Estrela", organizada pelo Consulado Geral da República Argentina. A exposição reúne 150 fotos e um vídeo da expedição dos professores de ensino médio Gilmar Guedes, Marco Aurélio Berao e Robson Macedo, que viajaram 22.720 km de carro, do Rio de Janeiro até Ushuaia, no extremo sul da Argentina, para mostrar aos alunos que, com esforço, os sonhos podem ser realizados.

A viagem durou 37 dias e foi feita numa Mercedes 1959, abastecida com óleo de cozinha durante um terço do trajeto. "Eram muitas horas dirigindo sem qualquer conforto. Um desgaste emocional e físico muito grande. Na verdade, o combustível do carro foi o óleo vegetal, mas o nosso foi o amor pela educação", resume Gilmar.

A expedição foi recebida com entusiasmo e simpatia popular em



O carro da viagem ficou exposto no CER no dia da abertura da mostra

todas as cidades aonde chegava e teve enorme repercussão na imprensa brasileira e argentina. O acervo total de imagens engloba 23 mil fotos e 30 horas de filmagem. "A partir de maio, queremos mostrar o material em escolas do interior do Estado", diz Robson Silva.

A Galeria Antonio Berni fica na sobreloja do Centro Empresarial Rio e a mostra pode ser visitada das 11h às 20h, até dia 25 de abril.

Escreva para cadastro@cerconvencoes.com.br e receba o Jornal do CER no seu e-mail.



Procurando agilidade, pronta entrega e qualidade em aluguel de móveis?

0800 771 5352

John Richard. Rapidez e facilidade em aluguel de móveis.

www.johnrichard.com.br

John Richard
 Aluguel de móveis para escritórios e residências

AGENDA

O que acontece no pavimento de convenções

'Uma empresa chamada Você' é tema do Café Empresarial dia 7 de maio

Dia 7 de maio, a partir das 18:30h, acontece mais uma edição da série gratuita Café Empresarial. Com o tema "Uma Empresa Chamada Você", o palestrante Jarbas Mattos pretende aguçar o espírito dos participantes para uma reflexão interna através de um trabalho de desenvolvimento do potencial humano, autoliderança ou mesmo discutindo sobre como ser empreendedor da própria existência.

Jarbas Mattos é administrador, coordenador de Recursos Humanos



dos Correios, consultor e palestrante na área de liderança, motivação e desenvolvimento do potencial humano. Autor de diversas publicações, incluindo a distribuição em países de língua espanhola e nos EUA.

A realização mensal do Café Empresarial tem apoio do Furfle, Gráfica J. Digiorgio, Qualivideo, COM2B, Restaurante Scotton, Bonoso Consultoria, Mais Cacau e Patuá Comunicação.

Para participar faça sua inscrição através do site www.cerconvencoes.com.br. Vagas limitadas.

Estudos em energia

De 1 a 3 de abril, o CTEE - Centro de Treinamento e Estudos em Energia promoveu o curso Gerência de Riscos em Comercialização de Energia. O evento teve um total de 24 horas de aulas, abrangendo visão geral, representação, medição e precificação de riscos. O CTEE oferece cursos durante todo o ano. Acesse o site www.ctee.com.br e confira!

Nutrição em debate

A Nutrição em Pauta realizou dias 11 e 12 de abril, o 9º Fórum Nacional de Nutrição. O evento anual apresentou três workshops divididos em nutrição esportiva, clínica e food service, além de palestras sobre o tratamento de doenças e qualidade de vida.



Em formato de painel, o Café Empresarial de abril contou também com a presença de Leandro Maia, do marketing Spoletto, que enriqueceu o debate sobre informação na era digital

Todo dia com você

Condomínio

- ▶ Jackson Alves - gerente predial • gp.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Engº Jorge Ricardo - gerente de manutenção
gm.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Luciane Reis - concierge
sp.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Amanda Medeiros - gerente financeira
financeiro.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Eduardo Bento Felipe - supervisor de manutenção
sm.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Atendimento: ☎ 2ª a 5ª das 8h às 18h - ☎ 6ª das 8h às 17h
- ▶ ☎ 3534.2800 • Fax: 3534.2810
cer@markbuilding.com.br • URL: www.markbuilding.com.br
- ▶ Praia de Botafogo, 228 - Rio de Janeiro • RJ • 22250-906

Pavimento de Convenções

- ▶ Leticia de Freitas e Castro - gerente de eventos
reservas@cerconvencoes.com.br
- ▶ Telefax.: 2554.8182 ▶ URL: www.cerconvencoes.com.br

Jornal do CER - Expediente:
Publicação da Sociedade Civil Centro Empresarial Rio
Produção: Gurjão Jenné Comunicação Integrada Ltda.
Editora: Kiki Gurjão • Reportagem: Karin Diniz
Projeto Gráfico: Luiz Muratori
Fotografia: divulgação / arquivo condominio
Tiragem: 2.000 exemplares.



Uso de água e energia elétrica exigem consciência ambiental

Mais uma vez, o Centro Empresarial Rio apoiou a 'Hora do Planeta', no último dia 23 de março, apagando suas luzes durante sessenta minutos. O ato simbólico promovido em todo o mundo pela Rede WWF demonstra preocupação com as mudanças climáticas. No Brasil, o evento contou com o apoio de 113 cidades e mais de 480 empresas e organizações.

O movimento este ano chamou a atenção da população para as necessidades e os desafios em torno da água, alinhada à iniciativa da Unesco que definiu 2013 como o Ano Internacional da Cooperação pela Água.

Em nível mundial, é preciso união em torno do manejo dos recursos hídricos para que todas as pessoas tenham acesso à água. Felizmente, de acordo com a Unesco, a história tem mostrado que a natureza vital da água doce é um grande



incentivo para a cooperação e o diálogo, obrigando as partes interessadas a se reconciliarem, até mesmo nos

pontos de vista mais divergentes. Frequentemente, a água une mais do que divide as pessoas e as sociedades.

Especial

Dia Mundial de Combate ao Câncer alerta sobre prevenção da doença

Estima-se que, anualmente, sejam diagnosticados mais de 12 milhões de casos de câncer em todo mundo, causando mais de 7 milhões de mortes. Para chamar a atenção de todas as nações acerca da importância da discussão sobre a doença e instituir políticas de prevenção, foi estabelecido o Dia Mundial do Combate ao Câncer, 8 de abril.

A cada ano, o câncer provoca cerca de 8 milhões de mortes no mundo. Um terço dessas mortes poderia ter sido evitado com mais prevenção, detecção precoce e acesso aos tratamentos existentes.

Câncer é o nome dado a um conjunto de mais de 100

doenças que têm em comum o crescimento desordenado de células que invadem tecidos e órgãos. Dividindo-se rapidamente, estas células tendem a ser muito agressivas e incontroláveis, determinando a formação de tumores malignos, que podem espalhar-se para outras regiões do corpo.

As causas de câncer são variadas, podendo ser externas ou internas ao organismo. As externas referem-se ao meio ambiente e aos hábitos ou costumes próprios de uma sociedade.

As internas são, na maioria das vezes, geneticamente pré-determinadas, e estão ligadas à capacidade do organismo de se defender das agressões externas.

A prevenção do câncer nem sempre é possível, mas há fatores de risco que estão na origem de diferentes tipos de tumor. O principal é o tabagismo. O consumo de bebidas alcoólicas e de gorduras de origem animal, dieta pobre em fibras, vida sedentária e obesidade também devem ser evitados.

Fonte: Instituto Nacional do Câncer



Coluna do Condomínio

Membros da Cipa recebem certificados

Dia 28 de março, os membros da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes – CIPA que concluíram o curso preparatório receberam os certificados. A presidente Luciane Reis, o vice-presidente Jorge Ricardo, o membro titular Abelardo Lima e o membro suplente Eduardo Bento foram diplomados pelas mãos do Técnico de Segurança Álvaro Oliveira.



Sala do gerador ganha nova pintura

Foi realizada pintura no piso da sala que abriga o gerador de emergência do Condomínio. O revestimento aplicado proporciona um local mais adequado e seguro para os colaboradores que manuseiam o equipamento.



Melhoria no setor de correspondência

Para melhorar o atendimento aos usuários, foi instalado um balcão com suporte para facilitar o recebimento das correspondências do CER. A adequação tem o propósito de agilizar o serviço e dar mais conforto para o setor.



Registros substituídos



Para garantir o funcionamento eficaz e eficiente do sistema de refrigeração, foram substituídos os registros da torre de arrefecimento, da cobertura e da central de água gelada localizada no subsolo.

HORÁRIOS DE CARGA E DESCARGA:

Dias úteis - 9h às 11h e 14h às 17h (pequenos volumes) 19h às 7h (grandes volumes).
Sábados, domingos e feriados - 24 horas.



ATENÇÃO:

AUTORIZAÇÕES para entrada de pessoas fora do horário comercial, ORDENS DE SERVIÇO (SOS) e pedidos e AR CONDICIONADO EXTRA devem ser encaminhados dentro horário de funcionamento da Administração.

sugestão, crítica, reclamação? escreva para:
sac.cer@markbuilding.com.br

selo fsc

BANCOS

- ITAÚ PERSONNALITÉ
CER SS.101
TEL.: 3003.3830
- BRADESCO
CER SS.102
TEL.: 3237.1100
- BANCO HSBC
CER LJ. 110
TEL.: 3237-6700
- BANCO SANTANDER
CER LJS. 114 A 116
TEL.: 2559.6500

Guia de Serviços

CURSO

- INSTITUTO CULTURAL BRASIL ARGENTINA CURSOS DE ESPANHOL E TANGO
CER SOBRELOJA 202
TEL.: 2551-9446

Para Anunciar ligue (0xx21) 2541-1491 ou 2275-0310
Olga Banchik

ESTACIONAMENTO

- RIO PARK/ESTAPAR EDIFÍCIO NOVE DE JULHO
TEL.: 2237.8347

TABACARIA

- CANTO DO CAFÉ
CER TÉRREO
TEL.: 2554.8127

RESTAURANTES

- ZACKS
CER LJ. 101
TEL.: 2552.3644
- LA MOLE
CER LJ.102
TEL.: 3460-0800
- SALSALITO
CER LJ. 117
TEL.: 2554.5342
- STARBUCKS
CER LJ. 120
TEL.: 2551.0599
- SCOTTON PAVIMENTO DE CONVENÇÕES
TEL.: 2554.8734

