

**não+  
pêlo**  
líder mundial em fotodepilação



**BEM PERTINHO DE VOCÊ.**

- INDOLOR
- UNISSEX
- DURADOURA
- PREÇO ÚNICO

FOTODEPILAÇÃO COM PREÇO ÚNICO POR ÁREA DESSIDA  
**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](http://www.naomaispelo.com.br)

## Médico supera desafios em viagem ao topo da África

Um projeto pessoal do Dr. Daniel Tabak, médico do Centron, Centro de Tratamento Oncológico localizado no CER, tornou-se também um desafio em prol de uma causa e da luta de milhares de pessoas em nosso país. Assim, o oncologista carregou a bandeira da causa da Abrale - Associação Brasileira de Linfoma e Leucemia até o Pico do Kilimanjaro, na África.

Foi uma viagem de descobertas, novos aprendizados, superação, novas conquistas e vitória. Cada etapa do percurso representou os desafios e as barreiras que se apresentam e precisam ser enfrentados pelos que se deparam com uma doença grave.

“A caminhada, já em si desafiadora, acabou se tornando ainda mais eloquente: mais uma ação na conscientização da nossa luta contra o câncer de sangue”, declarou o médico.

Ao retornar ao Brasil, após a expedição, o Dr. Daniel Tabak escreveu no blog da viagem: “Na travessia da floresta, nas noites geladas, nos sons da Natureza, no brilho da lua cheia, no nascer do sol atrás da montanha gigante que domina



*Dr. Daniel Tabak com a bandeira da Abrale no topo do Kilimanjaro*

a Tanzânia, nos passos lentos da subida extenuante e na alegria da celebração da conquista do topo da África pude encontrar o significado da vida. Na luta daqueles que enfrentam a angústia da doença, os desafios são ainda maiores. (...) A Abrale contribui diariamente para que esta luta seja vitoriosa, trazendo para pacientes e familiares a esperança de cura, com uma mensagem de esperança, fé, e determinação”.

Escreva para [cadastro@cerconvencoes.com.br](mailto: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](http://www.johnrichard.com.br)

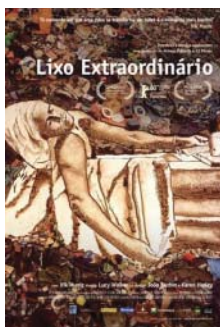
**John Richard**  
 Aluguel de móveis para escritórios e residências

# AGENDA

O que acontece no pavimento de convenções

## Meio Ambiente e Sustentabilidade em pauta no Café Empresarial de junho

Dias 3 e 4 de junho, a partir das 18:30h, acontece a edição especial da série gratuita Café Empresarial. Serão dois dias de aprendizado e troca em torno do tema Meio Ambiente e Sustentabilidade. No dia 3, acontece a exibição do filme 'Lixo Extraordinário' seguido de debate. Realizada por Lucy Walker, João Jardim e Karen Harley, a obra premiada nos festivais de Berlim e Sundance e indicada ao Oscar de melhor documentário acompanha o trabalho do artista plástico Vik Muniz no aterro sanitário de Jardim Gramacho. O debate 'Lixo - Energia Sustentável' ficará a cargo de Francisco Carrera, advogado ambientalista, delegado da Comissão de Direito Ambiental da OAB-RJ e assessor jurídico do IEVA - Instituto Eventos Ambientais; Pólita Gonçalves, gerente de educação ambiental do INEA - Instituto Estadual do Ambiente Rio de Janeiro e autora do livro "A Cultura do Supérfluo" e Luis Antônio Alves Pereira, PhD em meio ambiente e desenvolvedor da Usina de Triagem e Tratamento de Resíduos Orgânicos



Francisco Carrera



Pólita Gonçalves



Luis Antônio Alves Pereira

e Inorgânicos. No dia 4 de junho acontece o Painel 'Gestão de eventos sustentáveis - Normatização da ISO 20.121 - Rótulo Ecológico'. O evento conta com a participação de Alexandre Isquierdo, vereador e autor da Comissão Especial para avaliação dos grandes eventos na cidade do Rio de Janeiro; Isa Boechat, diretora da LIX e membro especialista da Comissão de Estudo Especial de Sustentabilidade para a Gestão de Eventos (ABNT/CEE-142); Fernando Beltrame, sócio presidente da ECCAPLAN Consultoria, atua no Grupo de Trabalho de Meio Ambiente do Movimento Nossa São Paulo e do Coletivo do Dia Mundial Sem Carro; Guy Ladvoat, gerente de certificação de sistemas da ABNT e representante da ABNT no Global Ecolabelling Network - GEN e Naiclê Leonidas, diretora de produção da XYZ Live, a primeira empresa de entretenimento a receber o Rótulo Ecológico da ABNT. O Café Empresarial tem apoio do Furfle, Gráfica J. Digiorgio, Qualivideo, COM2B, Restaurante Scotton, Bonoso Consultoria, Mais Cacau, Patuá Comunicação e, nessa edição, do IEVA - Instituto Eventos Ambientais. Inscreva-se em [www.cerconvencoes.com.br](http://www.cerconvencoes.com.br) ou ligue 2554-8182.



Alexandre Isquierdo



Isa Boechat



Fernando Beltrame



Guy Ladvoat



Naiclê Leonidas

## Workshop de grafologia

Em parceria com o CER, a grafóloga e psicóloga Ilse Calen realiza, dia 20 de maio, das 18:30h às 20:30h, o Workshop Identificação dos tipos de inteligência (segundo Howard Gardner) na escrita e sua importância para os profissionais de RH, saúde, educação e áreas afins. O evento é gratuito. Inscrições no site [www.grafologic.com.br](http://www.grafologic.com.br), pelo e-mail [ic@grafologic.com.br](mailto:ic@grafologic.com.br) ou telefone (21) 2295-3519.



## Estudos em energia

O Sindicato dos Concessionários e Distribuidores de Veículos - Sincodiv promove, dia 21 de maio, o seminário Declaração de informações econômico-fiscais da pessoa jurídica - DIPJ. O evento contará com a palestrante Dr<sup>a</sup> Tércia Maria Maciel Gomes, advogada tributarista, contabilista, professora e autora de cursos, vídeos, manuais e publicações técnicas. Inscrições no site [www.sincodiv-rj.com.br](http://www.sincodiv-rj.com.br) ou pelo telefone (21) 2431-1483.

## Todo dia com você

### Condomínio

- ▶ Jackson Alves - gerente predial • [gp.cer@markbuilding.com.br](mailto:gp.cer@markbuilding.com.br)
- ▶ Eng<sup>o</sup> Jorge Ricardo - gerente de manutenção  
[gm.cer@markbuilding.com.br](mailto:gm.cer@markbuilding.com.br)
- ▶ Luciane Reis - concierge  
[sp.cer@markbuilding.com.br](mailto:sp.cer@markbuilding.com.br)
- ▶ Amanda Medeiros - gerente financeira  
[financeiro.cer@markbuilding.com.br](mailto:financeiro.cer@markbuilding.com.br)
- ▶ Eduardo Bento Felipe - supervisor de manutenção  
[sm.cer@markbuilding.com.br](mailto:sm.cer@markbuilding.com.br)
- ▶ Atendimento: ☎ 2<sup>a</sup> a 5<sup>a</sup> das 8h às 18h - ☎ 6<sup>a</sup> das 8h às 17h
- ▶ ☎ 3534.2800 • Fax: 3534.2810  
[cer@markbuilding.com.br](mailto:cer@markbuilding.com.br) • URL: [www.markbuilding.com.br](http://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](mailto:reservas@cerconvencoes.com.br)
- ▶ Telefax.: 2554.8182 ▶ URL: [www.cerconvencoes.com.br](http://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.



## Manoel de Moura, encarregado predial: “Um líder não manda, ele pede”

A coluna do colaborador tem o intuito de aproximar os profissionais que atuam no Condomínio CER dos usuários e frequentadores do prédio. Aqui você poderá saber um pouco mais quem são as pessoas que você encontra praticamente todos os dias, mas que nunca teve a oportunidade de conhecer.

Este mês o escolhido é o encarregado Manoel de Moura, que trabalha no Centro Empresarial Rio há 19 anos. Aos 34 anos o colaborador ingressou na equipe predial como vigilante. Responsável, carismático e dedicado, foi valorizado rapidamente, ganhou postos e passou a integrar o time da Mark Building, gerenciadora do CER.

Hoje na função de encarregado predial, Manoel tem um cargo de liderança o qual assume com dignidade.



“Durante todo esse tempo aprendi que um líder não manda, ele pede. O respeito é essencial, assim como flexibilidade, habilidade,

seriedade e, claro, pensar sempre no foco principal: o cliente”, explica o profissional.

Ao longo de sua história, o colaborador teve a oportunidade de ver, acompanhar e contribuir com as mudanças realizadas no prédio.

“É extremamente interessante ver a evolução do CER durante todos esse anos, a modernização, o embelezamento, a própria estrutura que muda. O controle de acesso, por exemplo, já passou por grandes modernizações e a cada nova etapa temos também que nos reciclar, evoluir”, observa Manoel.

Pai de um menino de 9 anos e uma merecida aposentadoria que se aproxima, o encarregado pensa em continuar trabalhando e batalhando para garantir o conforto e o bem-estar de sua família.

### Especial

## Campanha mundial faz um alerta contra o desperdício de alimentos

Promovida pelo Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA) e pela Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO), a campanha global “Pensar. Comer. Conservar. Diga não ao Desperdício” alerta que 1,3 bilhão de toneladas de comida são desperdiçadas a cada ano.

Cerca de um terço dos alimentos produzidos no mundo é perdido durante os processos de produção e venda, um desperdício equivalente a 1 trilhão de dólares, de acordo com informações da FAO. “Em um mundo com uma população de 7 bilhões de pessoas, o desperdício de alimento não



faz sentido, seja do ponto de vista econômico, ambiental ou ético”, afirma o Diretor Executivo do PNUMA, Achim Steiner. “Além da perda de produção, são desperdiçados também recursos como água, terras cultiváveis, insumos agrícolas e tempo de trabalho”, acrescenta.

Confira algumas dicas:  
• Planeje quais ingredientes serão usados nas refeições, faça listas, evite comprar por impulso e adquirir mais do que o necessário.

• Muitos vegetais são descartados porque seu formato ou cores não estão “adequados”. Ao comprar esses alimentos, você evita que sejam jogados fora.

• A frase “consumir preferencialmente antes de” não significa que o produto não pode mais ser consumido. Avalie bem antes de descartar.

• Aprenda receitas criativas para utilizar tudo o que comprou, mesmo o que está esquecido na geladeira.

• Congele, peça porções menores nos restaurantes, não desperdice sobras de refeições anteriores e doe para banco de alimentos, abrigos e outras instituições.

Fonte: [www.pnuma.org.br](http://www.pnuma.org.br)

# Coluna do Condomínio

## Chafariz recebe manutenção

Após manutenção e cuidados, foi reativado o chafariz da Praia de Botafogo, localizado no espaço Pablo Neruda, em frente ao Centro Empresarial Rio. A fonte foi adotada pelo CER no início da década de 80 e faz parte do "Jardim de Adoção". A manutenção, limpeza e jardinagem do local são responsabilidades do Condomínio.



## Certificação de Qualidade

Acontece nos próximos dias 21 e 22 de maio a auditoria interna para renovação da certificação de Qualidade ISO 9001:2008. A segunda avaliação externa periódica será realizada nos dias 25 e 26 de junho. A norma especifica requisitos para um Sistema de Gestão da Qualidade, em que uma organização precisa demonstrar sua capacidade para fornecer produtos que atendam às exigências dos consumidores, aos regulamentos legais, e objetiva aumentar a satisfação do cliente.



## Confira a Política de Qualidade do CER

**Política de Qualidade:** "Satisfazer o cliente através da capacitação de pessoas e da melhoria contínua".

**Missão:** "Fazer parte da vida das pessoas, oferecendo soluções em serviços"

**Valores:** "Integridade, respeito e confiança em nossas ações e relacionamentos".

**Visão:** "Será sempre baseada no desenvolvimento e no bem estar das pessoas, em melhorias para os nossos clientes e no retorno para nossos acionistas".

### 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 de AR CONDICIONADO EXTRA devem ser encaminhados dentro do horário de funcionamento da Administração.



sugestão, crítica, reclamação? escreva para:  
[sac.cer@markbuilding.com.br](mailto:sac.cer@markbuilding.com.br)

*impresso com  
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

