

Elevadores do CER

Para se deslocar entre pavimentos



Digite o andar desejado e aperte a tecla CONFIRMA.

Enter the desired floor and press the CONFIRM key.



Dirija-se ao elevador indicado. Se errar, tecla CANCELA e reinicie o processo.

Go to the elevator indicated. If you make a mistake, press CANCEL and restart the process.

Para ir ao Térreo, tecle 1.

To go to the ground floor, press 1.

IMPORTANTE

Todos os passageiros precisam registrar suas chamadas individualmente.

All passengers must register their call individually.



ANO XXXII • Nº 351 • JULHO/AGOSTO DE 2015

Segurança e localização do CER são diferenciais para a Regus

Lider mundial em locação de espaços flexíveis de trabalho, a Regus do Brasil escolheu o CER para instalar um de seus centros de negócios no Rio de Janeiro por ser um prédio com estrutura inteligente e de fácil acesso.

“A segurança 24 horas, o sistema de controle de acesso e a localização privilegiada são diferenciais importantes para a Regus, que ocupa o 16º andar do Edifício Argentina desde 2013”, afirma Soraya Freitas, general manager da Regus.

Com business lounges e a maior rede de salas de reunião e videoconferência do mundo, a Regus está presente em 3.000 localidades, 900 cidades e 120 países. No Brasil são 46 endereços nas principais capitais, incluindo Rio, São Paulo, Brasília, Belo Horizonte, Salvador e Porto Alegre, entre outras.

A Regus tem mais de 1,3 milhão de clientes que buscam adequar suas necessidades de escritório, de forma a se concentrar unicamente em seus negócios principais.



O CER é um dos 46 endereços da Regus no Brasil



São oferecidos serviços de suporte administrativo e secretariado, recepcionistas bilingües, linha telefônica com atendimento personalizado, recebimento de correspondências e outros.

Para obter mais informações, acesse www.regus.com.br.

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

3º Fórum Nacional Ecoenergia de Biocombustíveis será em outubro

A terceira edição do Fórum Nacional Ecoenergia de Biocombustíveis acontecerá dia 15 outubro de 2015, das 8h às 18h, no Centro Empresarial Rio. O evento é um dos principais acontecimentos do segmento e tem como objetivo principal fomentar o debate sobre os temas e as políticas mais relevantes nos setores de biocombustíveis, sustentabilidade, logística e energias limpas e renováveis.

Realizado pela Revista Ecoenergia, o encontro reunirá os principais agentes do setor e apresentará importantes perspectivas e as principais inovações tecnológicas da área sustentável.

A programação inclui palestras sobre: "Situação atual e perspectivas para o setor sucroenergético", com Antônio de Pádua Rodrigues, da Unica;



"Cenário sucroenergético", com Guilherme Nastari, da Datagro; "Logística multimodal de etanol", com Rodrigo Fonseca, da Logum; e "Política energética brasileira", que contará com a moderação de Celso Torquato Junqueira Franco, da UDOP, entre outras.

Para obter mais informações, entre em contato com Nilcéa Cardoso pelo telefone (21) 3570-9274 ou acesse www.revistaecoenergia.com.br.

Pavimento de Convenções do Centro Empresarial Rio



Conheça nossas instalações versáteis e funcionais.

Ligue e marque uma visita

(21) 2554 8182



Todo dia com você

Condomínio

- ▶ José Renato Abreu - gerente predial ✉ gp.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Engº Felipe Afonso - gerente de manutenção ✉ gm.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Wagner Carvalho - supervisor predial ✉ sp.cer@markbuilding.com.br
- ▶ Marcela Melo - supervisora 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.



Assistente financeira busca realizar metas com integridade e eficácia

A colaboradora Ingrid Pinheiro, assistente financeira do CER, é a entrevistada desta edição. Conheça um pouco de sua rotina de trabalho e como ela busca desenvolver as tarefas com excelência.

JORNAL DO CER – Como chegou ao cargo de assistente financeira?

Ingrid Pinheiro – Entrei na empresa Mark Building como recepcionista em outro contrato. Fui adquirindo experiência e assim conquistei o cargo de assistente financeira.

JC – Qual é a sua formação e experiência profissional?

IP – Estou cursando o 4º período de Administração de Empresas na Faculdade São José. Esta é a minha primeira experiência na área financeira, onde trabalho em uma equipe supervisionada por Marcela Melo.

JC – Como foi recebida no Condomínio?

IP – Fui muito bem recebida e tenho muito que agradecer pela nova oportunidade. Somos um time e nos damos muito bem.

JC – Qual é o seu trabalho como assistente financeira?

IP – As tarefas de rotina incluem atividades de suporte à supervisão financeira dos Condomínios



Edifício Argentina e Edifício Garagem Nove de Julho. Isso exige criticidade quanto aos processos e avaliação da utilização dos recursos aprovados na previsão orçamentária. Também auxilio no controle bancário, fluxo de caixa, recebimentos, investimentos, avaliando prazos de pagamento e recebimento etc.

JC – Qual é o seu maior desafio frente ao cargo que ocupa?

IP – Continuar crescendo profissionalmente e

intelectualmente, procurando sempre estudar e aperfeiçoar meus conhecimentos para alcançar meu desenvolvimento pessoal e profissional.

JC – Na sua opinião, qual é a característica mais necessária para exercer o cargo com excelência?

IP – Desenvolver as atividades que me forem atribuídas com integridade e eficácia, a fim de contribuir para o crescimento e a realização de todas as metas da empresa.

JC – Gostaria de deixar uma mensagem aos leitores?

IP – Já dizia a canção: “quem sabe faz a hora não espera acontecer”, assim é a felicidade, enquanto muitos esperam, outros buscam. Tenha em mente que você é o senhor do seu destino.

Campanha 'Setembro Vermelho' quer prevenir e evitar doenças do coração

A campanha Siga Seu Coração – Setembro Vermelho, criada pelo Instituto Lado a Lado pela Vida, tem o objetivo de alertar a população sobre a importância de adotar hábitos saudáveis para prevenir as doenças do coração.

SETE EXAMES PARA SEU CHECK-UP

- ♥ Eletrocardiograma
- ♥ Exame de sangue
- ♥ Ecocardiograma
- ♥ Teste ergométrico
- ♥ Holter 24 horas
- ♥ Mapa
- ♥ Tomografia e ressonância do coração

FAÇA A SUA PARTE!

- ♥ Faça atividade física
- ♥ Tenha uma alimentação balanceada



- ♥ Controle a hipertensão
- ♥ Evite estresse
- ♥ Abandone o tabagismo

6 ALIMENTOS INIMIGOS DO CORAÇÃO

- ♥ Álcool
- ♥ Alimentos industrializados
- ♥ Açúcar
- ♥ Doces
- ♥ Manteiga e margarina
- ♥ Sal

VOCÊ SABIA?

- ♥ A cada 1 minuto, uma pessoa no mundo morre vítima de doença cardiovascular.
 - ♥ 1/4 das mortes mundiais são causadas pelas doenças do coração.
 - ♥ No Brasil, as doenças do coração são responsáveis por 33% dos óbitos.
- (fonte: www.sigaseucoracao.com.br)

Coluna do Condomínio



Motocicletas têm vagas próprias

Foram disponibilizadas e demarcadas 20 novas vagas para motocicletas nos pavimentos de garagem G1 e G2. Os usuários interessados em utilizá-las devem efetuar o cadastramento junto à Administração do Condomínio.

Colaborador integra comitê de ética

Wagner Carvalho, supervisor predial do CER, foi um dos colaboradores eleitos pelo voto direto para integrar o comitê de ética da Mark Building, empresa gestora do Condomínio. Ele foi escolhido entre 19 candidatos, indicados por serem idôneos, com boa reputação e não terem sofrido sanção disciplinar nos últimos três anos. Para ele, o comitê é importante para promover ações justas, compatibilizando fins e meios, preservando os valores e as boas práticas na organização. "Espero contribuir para a transparência na definição das ações e a manutenção da conformidade das diretrizes na empresa", declara Wagner.



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

*impresso com
selo FSC*

BANCOS

- ITAÚ PERSONNALITÉ
CER LJ.228 A a G
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:
21 2554-8182 ou
publicidade@
cerconvencoes.com.br

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

