

Grito dos Excluídos

Plebiscito para anular leilão da Vale



A principal atividade do Grito dos Excluídos deste ano será a realização do plebiscito que pede a anulação do leilão da mineradora Vale do Rio Doce. O lema deste ano é 'Isto não Vale! Queremos participação no destino da nação.'

O Grito é uma manifestação que há 13 anos reúne movimentos sociais, pastorais e centrais sindicais, entre elas a CUT, para denunciar as situações de exclusão social e apontar saídas e alternativas.

Projeto popular

Neste ano, ao questionar a privatização da Vale, o objetivo é fazer a sociedade refletir sobre quais são os valores para a construção de um projeto popular para o Brasil.

As manifestações do Grito vão acontecer amanhã em dezenas de cidades do País. Na capital, o ato será realizado em frente do Monumento do Ipiranga.

Já a coleta de votos do plebiscito vai até o dia 9. As urnas estão distribuídas em locais públicos como rodovias, metrô e universidades.

Aqui na nossa categoria, as Comissões de Fábrica e os Comitês Sindicais estão circulando nas empresas com urnas itinerantes.

Hoje a coleta de votos estará centrada na Mercedes-Benz, Scania e Ford.

Saúde

Obesidade é uma doença crônica. Mas tem cura

A obesidade, caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura, é um estado de má nutrição e está relacionada à falta de exercícios, erros alimentares e ao atual ritmo de vida.

É uma doença crônica (de longa duração) de proporções mundiais e, aqui no Brasil, 65 milhões de pessoas estão acima do peso e 10 milhões são obesas.

Estamos na época da tevê e do computador, dia-a-dia estressante e alimentos industrializados cada vez mais gordurosos e açucarados.



Dez milhões de pessoas no Brasil são obesas e devem se tratar

Do lado do fumo, colesterol elevado, hipertensão e vida sedentária, a obesidade é um dos maiores e principais fatores de risco para doenças

A coluna e as pernas ficam sobrecarregadas e, com o tempo, podem surgir artroses na coluna, quadril, joelhos e tornozelo.

A criança que fica obesa nos primeiros anos de vida tem maior chance de ser um adulto obeso porque adquiriu grande quantidade de células gordurosas.

No obeso adulto, as células de gordura aumentam de tamanho. Isso significa que, se o indivíduo emagrecer, ele vai ter que se cuidar pelo resto da vida para não engordar de novo.

Veja se você é obeso

Um obeso é aquele que tem seu Índice de Massa Corporal (IMC) maior ou igual a 30. Esse índice é calculado dividindo o peso da pessoa pelo quadrado de sua altura.

Exemplo. Uma pessoa com 100 quilos e 1,70 metros de altura é obesa, pois seu IMC é de 34,6. É a divisão de 100 por 2,89, que é 1,70 ao quadrado (1,70 x 1,70).

Tratamento só com médico

Pesquisa mostra que a maior parte das pessoas tentam perder peso usando uma dieta retirada de revistas, televisão ou jornais.

O tratamento da obesidade envolve a reeducação alimentar e o aumento da atividade física, e deve ser acompanhado por um médico que, dependendo da si-

tuação, poderá indicar medicação e tratamento com terapia.

Estudos mostram que mudanças de hábito de vida, exercícios regulares, eliminação do estresse diário e alimentação saudável levam a uma diminuição dos riscos de infarto e doenças cardíacas.

Juventude

ProJovem quer criar 1 milhão de vagas até 2008

O governo federal lançou ontem o novo ProJovem, um programa unificado de juventude para ampliar o atendimento aos que estão fora da escola e excluídos dos cursos de formação profissional.

Em 2007, o ProJovem receberá R\$ 481 milhões. No próximo ano, o programa terá R\$ 4 bilhões.

Ele também vai permitir a ampliação da idade dos participantes que era de 15 a 24 anos para 29 anos.

Com as duas medidas,

o ProJovem acredita que abrirá um milhão de vagas no mercado até 2008.

Inicialmente, haverá cursos de formação de extrativista florestal de produtos regionais, auxiliar de produção cultural, ladrilheiro, cozinheiro, almoxarife, pintor, eletricista, instalador de linhas e aparelhos de telecomunicações, guia de turismo, recepcionista de hotel, operador de computador, monitor de esporte e lazer, costureiro, fotógrafo, joalheiro e caseiro.

Publicidade para o curso de Inglês ou Informática por R\$ 35,00 mensais, oferecido pelo ARPS em São Bernardo, Santo André e Diadema.



Campanha salarial

Assim não dá! Propostas continuam baixas



TODOS NA ASSEMBLÉIA Sábado, 10h, na Sede do Sindicato

Leia mais na página 3

## notas e recados

### Prevenção

O horário de verão começará em outubro.

### Guerra escondida

Nos últimos quatro meses, 651 presos foram mortos e 13.819 fugiram dos presídios brasileiros.

### Fartura

O Brasil colheu agora sua maior safra de grãos. Foram 132 milhões de toneladas, 9 milhões a mais que no ano passado.

### Mudança de foco

O Corinthians saiu do noticiário esportivo e ganhou o noticiário policial.

### Tá longe

Segundo o Dieese, o salário mínimo deveria ser de R\$ 1.733,88 para um trabalhador manter

sua família com conforto.

### Caiu a ficha

A Prefeitura de Santo André sacrificou 10 cachorros pit bulls nesta semana, 8 deles entregues pelos donos.

### Futilidade

A Sony lançou câmera fotográfica que detecta sorrisos automaticamente.

### Consumidores implacáveis

Brasil é o sexto maior mercado para celulares no mundo.

### Manutenção divina

A Nepal Airlines sacrificou dois bodes para agradar um deus hindu como medida de proteção de seus aviões.

## Saúde

### O exercício e a saúde

A morte de um jovem atleta choca e questiona a validade do esporte e do exercício físico como benéficos à saúde. Nos últimos anos, milhares de atletas perderam suas vidas durante a atividade física.

No Brasil, o maior número de mortes acontece na prática do futebol, enquanto o basquete, nos Estados Unidos, e o atletismo, na Europa, são os maiores responsáveis. Isso não tem a ver com o esporte em si, mas com o número de pessoas que o praticam, com as exigências do profissionalismo e com o desrespeito aos limites.

### Esporte faz bem

A prática de esportes e a atividade física são benéficas para a saúde em todas as idades. Deve-se levar em conta, porém, fatores como a necessidade de avaliação médica para descartar problemas que podem ser agravados pelo exercício físico, a adequação da intensidade do esforço ao nível de condicionamento da pessoa, a regularidade, a adequação da atividade física à idade e um absoluto respeito aos limites pessoais.

Além disso, é importante o acompanhamento médico e de um profissional especializado, periodicamente, para detectar desequilíbrios e lesões iniciais e erros na prática dos exercícios, de modo a evitar que se agravem.

### Equilíbrio é o segredo

Não basta a prática regular de uma atividade física para garantir sua saúde. É preciso equilíbrio, e esta é a palavra chave, entre o exercício e uma alimentação balanceada com níveis adequados de gorduras, carboidratos e proteínas, reposição correta de vitaminas, sais minerais e aminoácidos essenciais e beber muita água.

Também é fundamental respeitar um período adequado de repouso para dar tempo ao corpo de se recuperar das microlesões provocadas pela atividade.

Equilibre bem atividade correta, alimentação balanceada e repouso e desfrute do prazer de ter uma vida saudável. Mexa-se! (Leia a pg.4)

Departamento de Saúde do Trabalhador e Meio Ambiente

## Emprego metalúrgico

# Estudo mostra aumento recorde

Estudo realizado pela Subseção do Dieese da Confederação Nacional dos Metalúrgicos da CUT (CNM-CUT) mostra evolução recorde no nível de emprego metalúrgico brasileiro.

Só entre os meses de janeiro e junho deste ano, foram abertos 123.484 postos de trabalho no setor. Atualmente, existem 1.847.956 de companheiros em atividade no País.

Isto significa um aumento de 7,2% de vagas, o melhor dos últimos cinco anos no País. Desde 1º de janeiro de 2003, o ramo teve saldo positivo de 466.315 empregos, o que representa um aumento de 33% na categoria.

O setor, que chegou a empregar 2,8 milhões de pessoas em 1987, passou por crises e viu o número de carteiras assinadas cair 52% em dez anos, com a demissão de 1,5 milhão de companheiros. O pior momento foi em janeiro de 2000,



Emprego no setor começa a se recuperar depois do desmonte da era FHC

sob FHC, com apenas 1,2 milhão de metalúrgicos empregados.

“Os empregos cresceram devido a retomada dos investimentos públicos e privados no País, aliados ao crescimento dos indicadores econômicos e a definição das políticas industriais. Tudo isso fez as empresas aumentarem a produção e, consequentemente, contratar mais trabalhadores”, afirmou Adriana Marcolino, técnica do Dieese na CNM-CUT.

### Rotatividade

Por outro lado, a rotati-

vidade continua alta, atingindo 30% nos últimos dez anos, o que mantém o salário próximo ao piso e gera gastos de verbas públicas para o pagamento de benefícios sociais.

Por isso, a CNM-CUT luta pela ratificação da Convenção 158 da OIT, que protege contra a demissão sem justa causa. Devido a ela, na Alemanha a média de tempo no emprego chega a 10 anos, no Canadá a 8 anos, enquanto no Brasil é de 3,5 anos. No setor metalúrgico, a média cai para 2 anos.

## Volks contrata mais 52 trabalhadores

A estamparia na Volks contará com mais 52 trabalhadores a partir da semana que vem. Eles vão se dedicar a preparar o setor para receber o projeto NF, a nova família de carros da montadora.

Com estas, já chegam a 777 as contratações feitas neste ano pela fábrica e são resultado do acordo feito ano passado para novos investimentos na planta Anchieta. Os companheiros já realizaram os testes de admissão e

trabalharão por prazo determinado de um ano.

Todas essas contratações confirmam uma nova realidade, muito diferente do ano passado, quando a Volks ameaçava fechar a fábrica da Anchieta.

## Proema 1 e 2

### Eleição de CIPA é na segunda-feira

Os companheiros nas Proema 1 e 2, de São Bernardo, escolhem seus novos cipeiros na segunda-feira e devem votar nos candidatos apoiados pelo Sindicato. Isto porque eles assumiram um compromisso com a luta por melhores condições de trabalho.

Na Proema 1, os candidatos são Evando, Paraíba, Alemão, André Emplilha-

dor e Luiz Gross.

Na Proema 2, votem em Luiz França, Roberto Betão e Zé Ferramenteiro.

## agenda

### Expediente no Sindicato e Clube

A Sede e as Regionais do Sindicato fecham amanhã. O Clube de Campo dos Metalúrgicos funcionará no feriado prolongando e terá a reabertura da lanchonete, com refeições prontas e petiscos.

Publicidade

**Chalés em Ubatuba**

PREÇOS ESPECIAIS PARA SINDICALIZADOS

CHALÉ P/ 6 PESSOAS c/ PISCINA

FAÇA SUA RESERVA: 4474-4062 - 9977-9996

**Tribuna Metalúrgica**  
 Redação: Rua João Basso, 231 - Centro - São Bernardo - CEP: 09721-100 - Fone: 4128-4200 - Fax: 4127-3244 - www.smabc.org.br imprensa@smabc.org.br - Regional Diadema: Av. Encarnação, 290 Piraporinha - Telefone 4066-6468 - CEP 09960-010. Regional Ribeirão Pires: Rua Felipe Saab, 149, Centro - Telefone 4823-6898 - CEP 09400-130. Diretor Responsável: Sergio Nobre - Reporters: Carlos Alberto Balista, Gonzaga do Monte e Silvio Berengani - Repórter Fotográfica: Raquel Camargo. Arte e Edição Eletrônica: Eric Galeia - CTP e Impressão: Simetal ABC Gráfica e Editora - Fone: 4341-5810. Os anúncios publicados na Tribuna Metalúrgica são de responsabilidade das próprias empresas.

## Campanha salarial

# PROPOSTAS NÃO SERVEM!

São estes os resultados das negociações das cláusulas econômicas com os grupos patronais. Todas foram rejeitadas na mesa.

## Montadoras

Inflação de 4,52% e 1% de aumento real, o que dá um reajuste de 5,55% até o teto de R\$ 6.800,00. Salários acima, valor fixo de R\$ 377,40. Piso passa de R\$ 1.030,00 para R\$ 1.090,00.

## Grupo 3 (autopeças, parafusos e forjarias)

Só inflação, sem aumento real. Mantém teto de reajuste. Pisos de R\$ 560,79 para R\$ 589,60 (empresas até 100 trabalhadores). De R\$ 761,57 para R\$ 803,00 (fábricas com mais de 100 trabalhadores).

## Grupo 9 (máquinas e eletroeletrônicos)

Inflação e só 1,74% de aumento real. Mesmos índices para os pisos. Mantém teto de reajuste.

## Fundição

Negociação hoje.

## Grupo 10

Não quer mudar a data-base para setembro. Sem negociação marcada.

## Sindicalismo

### Projeto quer reconhecimento das centrais sindicais

O governo federal enviou ontem ao Congresso Nacional projeto de lei (PL) para o reconhecimento jurídico das centrais sindicais.

O presidente Lula assinou o projeto durante encontro com representantes das centrais sindicais realizado em Brasília. O presidente da CUT, Artur Henrique, disse que o PL vai integrar definitivamente as centrais ao sistema sindical e regular suas fontes de custeio. Até hoje, oficialmente, as centrais são organizações civis não-sindicais e não podem acionar a Justiça em nome dos trabalhadores. “É uma conquista histórica”, comemorou Artur. O reconhecimento jurídico também dará mais legitimidade à participação das centrais em comissões tripartites envolvendo governo, trabalhadores e patrões. Artur Henrique disse que esse é o primeiro passo da reforma sindical. “A reforma sindical ainda não saiu e o reconhecimento jurídico é só uma parte dela”, afirmou ele.

# AVISOS DE GREVE JÁ FORAM ENTREGUES. SÁBADO É A DECISÃO! TODOS À ASSEMBLÉIA!