



FORMAÇÃO INICIAL E CONTINUADA

SALGADEIRO

Nome

Endereço

Telefone

Email

Anotações





SALGADEIRO

Marli Terezinha Ferreira Becker

2012



INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ



Os textos que compõem estes cursos, não podem ser reproduzidos sem autorização dos editores
© Copyright by 2012 - Editora IFPR

IFPR - INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ

Reitor

Prof. Irineu Mario Colombo

Pró-Reitor de Extensão, Pesquisa e Inovação

Silvestre Labiak Junior

Organização

Marcos José Barros

Cristiane Ribeiro da Silva

Projeto Gráfico e Diagramação

Leonardo Bettinelli



Sumário

Unidade 1

SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHO	5
PROCEDIMENTOS E ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA NAS TAREFAS EXECUTADAS NAS COZINHAS	7
GLP	11

Unidade 2

NOÇÕES DE NUTRIÇÃO	13
ALIMENTAÇÃO	13
PIRÂMIDE DE ALIMENTOS	14
VITAMINAS (REGULADORES)	16

Unidade 3

GASTRONOMIA	19
-------------------	----

Unidade 4

ÉTICA.....	21
------------	----

Unidade 5

NOÇÕES DE DIREITO	25
O DIREITO DO TRABALHO NO MUNDO	25
O DIREITO DO TRABALHO NO BRASIL	25
NOÇÕES SOBRE DIREITO DO TRABALHO	26
EMPREGADOR	27
PRAZO PARA AJUIZAR AÇÃO TRABALHISTA	28
DURAÇÃO DO TRABALHO.....	28
REMUNERAÇÃO	28
FALTAS JUSTIFICADAS AO TRABALHO.....	29
ROMPIMENTO DO CONTRATO DE TRABALHO	31

Unidade 6

SOCIOLOGIA DO TRABALHO	33
------------------------------	----

Unidade 7

EDUCAÇÃO AMBIENTAL	35
--------------------------	----

Unidade 8

EMPREENDEDORISMO	37
------------------------	----

Unidade 9

NOÇÕES DE ADMINISTRAÇÃO E ORGANIZAÇÃO	39
---	----

Unidade 10

CULTURA ALIMENTAR BRASILEIRA	43
------------------------------------	----

Unidade 11

SAÚDE E HIGIENE ALIMENTAR.....	45
--------------------------------	----

Unidade 12

UTENSÍLIOS E EQUIPAMENTOS.....	53
--------------------------------	----

Unidade 13

CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS	55
--------------------------------	----

Unidade 14

TÉCNICAS DE PREPARO DE SALGADOS	59
---------------------------------------	----

RECEITAS DIVERSAS	64
-------------------------	----

BIBLIOGRAFIA	86
--------------------	----



Unidade 1

SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHO

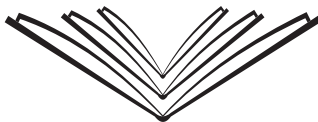
Você se preocupa com a sua saúde? E com a sua segurança quando está trabalhando? Esta unidade tem o objetivo de destacar a importância das condições de saúde e segurança no trabalho. A saúde envolve e engloba a realização pessoal onde a pessoa, física e psicologicamente, se sente saudável. Uma das alternativas para que o trabalho não seja desgastante é a realização da ginástica laboral no ambiente organizacional. Pesquisas apontam que há três momentos, durante a jornada de trabalho, em que podem ser feitas as aulas de Ginástica Laboral:

1. Ginástica Laboral de Aquecimento ou Preparatória – realizada antes da jornada de trabalho, aquece os grupos musculares solicitados nas tarefas;
2. Ginástica Laboral de Pausa ou Compensatória – realizada no meio do expediente, alivia tensões, fortalece os músculos do trabalhador e interrompe a monotonia, promovendo exercícios específicos de compensação para esforços repetitivos;
3. Ginástica Laboral de Relaxamento – praticada no final ou após o expediente de trabalho, tendo como objetivo o relaxamento muscular e mental dos trabalhadores.



Quando se implanta um programa de Ginástica Laboral numa organização, envolve-se a coletividade, o que propicia, além dos benefícios físicos em si (respiração, alongamento muscular, melhor oxigenação e circulação sanguínea), momentos de descontração, e um desligamento momentâneo dos problemas do trabalho. É uma pausa em que, apesar dos

Unidade 1



cargos exercidos, “todos são iguais”: seres humanos em busca de bem-estar, saúde e qualidade de vida no trabalho. Independente de suas funções, ali, naquele momento, todos irão relacionar-se, praticar exercícios, cooperar com os outros, conhecer suas necessidades e limitações.

A produtividade e a criatividade são qualidades essenciais para o profissional em qualquer setor de atividade, e características fundamentais para a evolução humana. Mas sabe-se também que criatividade e cumprimento de regras geralmente não caminham juntos, e é justamente nesse descompasso que a integridade física pode ser atingida. Assim, deve-se ter em mente no momento de se iniciar a atividade profissional, alguns preceitos básicos:

- Um acidente pode marcar para sempre nossas vidas.
- Os equipamentos, sem exceção, oferecem riscos reais.
- Deve-se ter disciplina ao operar qualquer equipamento, por mais simples que possam parecer.

Dessa forma, além de treinamentos específicos, algumas recomendações fundamentais devem ser observadas para se operar qualquer máquina ou equipamento num ambiente profissional:

- A atividade em uma fábrica ou laboratório, só deve ocorrer após um período de sono satisfatório, caso contrário, o risco de acidentes é alto.
- Não portar correntes, pulseiras, relógios, brincos e demais adornos, pois os mesmos caracterizam riscos eminentes.
- Não usar sandálias, tênis ou calçados abertos.
- A concentração na tarefa deve ser total, repudiando-se qualquer tipo de brincadeiras ou conversas.
- Se possível, não operar qualquer máquina ou equipamento estando sozinho no setor, caso isso seja inevitável, a atenção deve ser redobrada.
- Não ingerir bebidas alcoólicas.
- Em hipótese alguma, operar qualquer equipamento sob efeito de drogas, caso isso tenha ocorrido sob prescrição médica, certificar-se dos efeitos causados, em caso de qualquer limitação quanto relacionada à condução de automóveis, a mesma deve ser estendida à operação de máquinas e equipamentos.



As principais causas de acidentes são:

- Desconhecimento do risco ou perigo.
- Falta de treinamento.
- Falta de concentração.
- Excesso de confiança.
- Não uso de EPI.

Fundamento Legal

Os equipamentos de proteção individual (EPI) são regulamentados pela NR – 6, Norma Regulamentadora 6, do Ministério do Trabalho. Conforme essa Norma, “considera-se EPI todo dispositivo ou produto de uso individual utilizado pelo trabalhador, destinado à proteção de riscos suscetíveis de ameaçar a segurança e saúde no trabalho”.

A Constituição da República Federativa do Brasil, que é a Carta de leis que regem nossa vivência dentro da Sociedade brasileira, traz em seu Art. 7º, item XXII: “redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança; como um dos direitos de todo trabalhador”.

PROCEDIMENTOS E ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA NAS TAREFAS EXECUTADAS NAS COZINHAS

Principais equipamentos e seus riscos:

Cortador Manual de Legumes

Riscos:

- Cortes nos dedos ao manusear a lâmina do equipamento.
- Prensar os dedos na lâmina durante a operação.
- Quebrar a lâmina ou soltar parafusos e estes se misturarem com os alimentos.

Prevenção:

- Montar e desmontar o aparelho, segurando nas bordas da lâmina.
- Operar o equipamento com calma e atenção para não prensar os dedos.

Unidade 1



- Não utilizar laminas quebradas.
- Higienizar a lâmina com cuidado.
- Verificar se os parafusos estão bem apertados, toda vez que for usar o equipamento.

Equipamentos Elétricos

Riscos:

- Choques elétricos por ligar o equipamento com mãos e pés molhados.
- Choques devido fiação e plugs danificados.
- Choques e curto circuito, devido ao motor estar molhado.
- Choque por higienizar o equipamento sem desconectá-lo da tomada.

Liquidificador

Riscos:

- Corte nos dedos ao manusear as lâminas.
- Cortes e choques ao limpar o equipamento com esse ligado.
- Queima do equipamento ao ligá-lo sem conteúdo no copo.
- Queimaduras por manusear líquidos quentes no copo.

Prevenção:

- Manusear as lâminas com atenção redobrada.
- Não operar o equipamento sem a tampa.
- Só proceder a higienização com o equipamento desconectado da tomada.

Fritadeiras Elétricas

Riscos:

- Queimaduras nas mãos, braços e rosto, nas operações de fritura.
- Derramamento de óleo durante as operações.
- Principio de incêndio, devido à falta ou desativação de termostato.



Prevenção:

- Colocar óleo somente até o nível recomendado.
- Fazer a limpeza periódica do piso durante a operação.
- Todos os equipamentos de fritura devem ter termostato.
- Desligar o equipamento após o término da operação.
- Utilizar cestos de frituras normalizados.

Panelões e caldeirões

Riscos:

- Queimaduras na face e braços ao levantar a tampa do equipamento.
- Queimaduras no corpo ao verter de uma só vez alimentos dentro do equipamento, quando esse contém água quente.
- Queimaduras nos pés / pernas ao soltar água quente

Prevenção:

- Colocar os alimentos lentamente dentro do equipamento.
- Manter distancia segura do ponto de descarga de água quente.
- Nunca fazer higienização do equipamento com esse em funcionamento.

Espremedor de frutas

Riscos:

- Acidentes com as mãos durante a operação.
- Espremedor ser lançado pra fora do eixo durante a operação.

Prevenção:

- Lavar as mãos durante a operação para evitar que a mesma fique escorregadia.
- Encaixar o espremedor de forma correta no eixo.

Unidade 1



Fornos

Riscos:

- Queimaduras nas mãos e braços ao retirar formas do forno.
- Queimaduras na face e braços ao abrir o forno.
- Queimaduras pelo corpo ao encostar-se ao forno
- Pequenas explosões ao acender o forno a gás.

Prevenção:

- Utilizar sempre luvas térmicas ao retirar formas dentro do forno.
- Travar a tampa do forno evitando que a mesma caia sobre antebraço queimando - o.
- Evitar circulação de pessoas próximo ao forno enquanto ligado.
- Acender a chama antes de abrir o gás.

Facas

Riscos:

- Cortes ao abrir latas, garrafas ou embalagens do tipo longa vida.
- Acidentes por circular com a faca nas mãos pela cozinha.
- Armazenamento incorreto de facas na cozinha.
- Colocar facas em cubas contendo água e sabão.
- Usar facas cegas.
- Desatenção ao conversar com facas nas mãos.

Prevenção:

- Uso obrigatório de luvas de malha de aço em qualquer serviço de corte.
- Não circular com facas nas mãos.
- Guardar as facas em local específico.]
- Não conversar com facas nas mãos.
- Afiar sempre as facas.
- Não colocar facas dentro de cubas com água e sabão.
- Não utilizar facas para abrir embalagens, nesse caso, usar abridores apropriados.



- Guardar as facas com a lâmina protegida.

Fogões

Riscos:

- Queimaduras por contato na operação.
- Explosões durante acendimentos do fogão por vazamentos de gás.
- Queimaduras devido bater em cabos de painéis derrubando o vasilhame.
- Queimaduras /incêndios devido utilização de meios impróprios para acender o fogo.

Palitos embebidos em álcool

Riscos:

- Use sempre avental anti chamas durante as operações.
- Verifique sempre se há vazamentos no fogão antes de acendê-lo.
- Manter os cabos das frigideiras e de outras painéis viradas para trás.
- Secar periodicamente a área ao redor do fogão.

GLP

Gás liquefeito de petróleo, é um subproduto de petróleo, utilizado em larga escala nas atividades industriais e domésticas. Em sua composição original, esse gás não tem cheiro, o que poderia representar um grande perigo para seus usuários, uma vez que, em caso de vazamento, sua presença não seria observada pelos sistemas de defesa natural do ser humano. Assim, nas empresas engarrafadoras, ele passa por um processo de odorização, que o tornará perceptível ao olfato humano, tornando sua utilização mais segura.

- O botijão deve ser instalado em local ventilado. No caso de se utilizar de armários ou gabinetes, esses devem ser construídos fora do ambiente de trabalho, e suas portas deverão ser fechadas por telas ou alambrados, de forma a assegurar a ventilação natural.
- O botijão deve ficar longe de tomadas, interruptores, instalações elétricas e ralos, para onde o gás pode escoar e causar acidentes.

Formar grupos de no máximo 8 integrantes e praticar o aquecimento que se encontra destacado no quadro do texto. Estes exercícios podem ser praticados durante o transcorrer de todas as aulas.

Anotações

[illegible]



Unidade 2

NOÇÕES DE NUTRIÇÃO

O alimento e a água são condições essenciais para a manutenção da vida. Sem alimento, em quantidade e qualidade adequadas, elevam-se os riscos do desenvolvimento de doenças em nosso organismo.

Fatores como preferências, hábitos familiares e culturais, custos e disponibilidade dos alimentos afetam o consumo alimentar de um indivíduo.

Ter uma alimentação balanceada e equilibrada aliada a bons hábitos, como a prática regular de atividade física, contribui para a melhoria da saúde e da qualidade de vida em qualquer idade.

Apresentamos abaixo algumas noções básicas sobre alimentação e nutrição que vão ajudá-lo na busca de uma dieta saudável e um organismo equilibrado.

ALIMENTAÇÃO

A alimentação é a base da vida e dela depende a saúde do homem. A falta de alimentos, os tabus e crenças alimentares e a diminuição de poder aquisitivo, são fatores que levam à nutrição inadequada.

Uma dieta saudável pode ser resumida por três palavras: variedade, moderação e equilíbrio.

A alimentação deve ser fornecida em quantidade e qualidade suficientes e estar adequada à necessidade do indivíduo.

Para entendermos melhor o que significa uma alimentação adequada, precisamos saber a diferença existente entre alimentos e nutrientes.

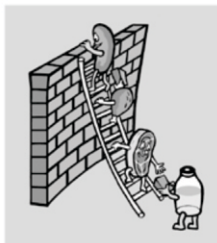
Alimentos: são substâncias que visam promover o crescimento e a produção de energia necessária para as diversas funções do organismo.

Nutrientes: substâncias que estão presentes nos alimentos, e são utilizadas pelo organismo. Os nutrientes são: proteínas, carboidratos, gorduras, vitaminas e sais minerais.

Alimentar-se: ato voluntário e consciente.

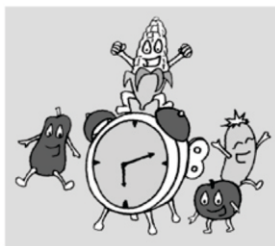
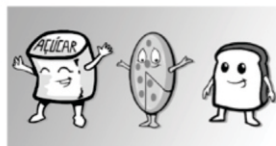
Nutrir-se: ato involuntário e inconsciente.

Unidade 2



PLÁSTICA OU CONSTRUTORA (PROTEÍNAS)

São importantes para a construção do organismo, como os nossos ossos, pele e músculos.



ENERGÉTICOS (CARBOIDRATOS E GORDURAS)

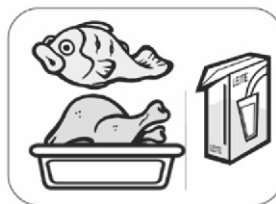
Fornecem energia para as atividades do dia-a-dia.

REGULADORES (VITAMINAS E SAIS MINERAIS)

São necessários ao bom funcionamento do organismo, auxiliando na prevenção de doenças e no crescimento.

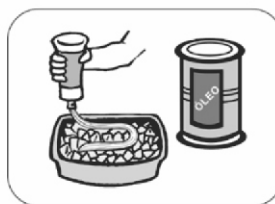
**EM UMA DIETA SAUDÁVEL
NÃO PODE FALTAR NENHUM DELES.**

NO PLANEJAMENTO DO CARDÁPIO LEVE EM CONSIDERAÇÃO A OFERTA DE CORES, POIS QUANTO MAIS COLORIDA MAIS ATRATIVA E NUTRITIVA SERÁ A REFEIÇÃO.



PROTEÍNA (PLÁSTICOS OU CONSTRUTORES)

Carne (boi, porco, aves, peixes), ovos, leite e derivados.



GORDURAS (EXTRA-ENERGÉTICOS)

Óleos, gorduras, margarinas



CARBOIDRATOS (ENERGÉTICOS)

Cereais, pães, massas, bolo, batatas, açúcar.

PIRÂMIDE DE ALIMENTOS

A Pirâmide dos Alimentos é um guia, e não uma prescrição rígida. Para uma vida saudável, ela ajuda na escolha dos alimentos que devem ser consumidos para se obter os nutrientes necessários e, ao mesmo tempo, a quantidade ideal de calorias para se manter um peso adequado.



Grupo 1 - ENERGÉTICO

Pães, cereais e massas, outros grãos, raízes e tubérculos.

Grupo 2 - REGULADOR

Legumes e verduras - 3 Porções diárias.

Grupo 3 - REGULADOR

Frutas e sucos de frutas - 3 Porções diárias.

Grupo 4 - CONSTRUTOR

Leite e derivados - 3 Porções diárias.

Grupo 5 - CONSTRUTOR

Leguminosas - 1 Porção diária.

Grupo 6 - CONSTRUTOR

Carnes e ovos - 2 Porções diárias.

Grupo 7 - EXTRA-ENERGÉTICO

Óleos e gorduras - 2 Porções diárias.

Grupo 8 - EXTRA-ENERGÉTICO

Açúcares, balas, chocolate, salgadinhos - 2 Porções diária.

Para garantirmos que todos os nutrientes essenciais ao organismo estejam presentes na dieta diária, é recomendado o consumo das porções de alimentos que compõe a pirâmide de alimentos, conforme indica o quadro a seguir.

Fontes dos nutrientes nos alimentos:

ALIMENTOS	PORÇÃO/DIA	EQUIVALENTE A UMA PORÇÃO	SUGESTÃO DE
Energéticos	8 porções pães, cereais, massas e tubérculos	½ xíc arroz cozido ou massa; 30g cereais, 50g de pão; 3-5 biscoitos água e sal; 2 xíc de pipoca.	Café da manhã: cereal integral. Lanche: pão. Almoço: arroz e batata. Lanche: torrada. Jantar: macarrão.
Reguladores	Hortaliças = 3 porções Frutas = 3 porções	1 fruta; ½ copo suco de laranja; 1 tomate, 1 cenoura, 1 abobrinha; ½ xícara de legumes picados e cozidos; 1 xícara de vegetais folhosos crus.	Café da manhã: banana. Lanche: suco de cenoura e laranja. Almoço: salada de alface e tomate. Lanche: maçã. Jantar: brócolis.
Construtores	Carnes e ovos = 2 porções Leguminosas = 1 porção Leite e derivados = 3 porções	60-90g carne (1 bife, ou 2 col. sopa de carne moída, ou 1 coxa de frango); 1 ovo = 1 bife; 1 xícara de leite = 200ml; 2 colheres de sopa de requeijão.	Café da manhã: leite. Almoço: bife e feijão. Lanche: queijo. Jantar: frango.
Extra-energéticos	Óleos e gorduras = 2 porções Açúcares = 2 porções	1 colher chá margarina; 1 colher sopa maionese; 6 colheres chá açúcar; 1 colher de chá geléia de frutas.	

VITAMINAS (REGULADORES)

Unidade 2



Vitamina A

É importante para o bom desempenho da visão, para o crescimento, para a vitalidade da pele e cabelo. Para que seja bem absorvida pelo organismo, é necessário consumir alimentos que contenham gorduras.

A falta da vitamina A pode causar cegueira noturna (maior dificuldade de adaptação da visão no escuro), secura da pele e maior risco de contrair infecções. Fontes de origem Animal: fígado, gema de ovo, leite integral e derivados, óleo de fígado de alguns peixes, como bacalhau.

Fontes de origem Vegetal: margarina, óleo de dendê e do buriti, frutas e hortaliças de cor amarelo-alaranjada, como cenoura, morango, abóbora madura, manga e mamão ou de cor verde-escura: mostarda, couve, agrião e almeirão etc.

Potássio

Evita a fraqueza muscular e controla os batimentos do coração.

Fontes: Frutas, leite, carnes, cereais, vegetais e legumes.

Fibras

Sua função é estimular o funcionamento intestinal. Absorvem líquidos e ligam substâncias, por isso previnem a prisão de ventre, eliminando também elementos tóxicos do organismo.

Comendo poucas fibras pode-se ter doenças como: hipertensão, colesterol alto, obesidade, inflamação da hemorróida e câncer de intestino.

Fontes: Pão integral, frutas com casca, vegetais crus, grãos, leguminosas e cereais integrais.

Água

A água também regula nosso organismo e nos hidrata. O corpo perde água naturalmente, através da pele com a transpiração, dos rins com a urina e pelo intestino com as fezes.

Por isso, devemos repor líquidos, preferencialmente, através da ingestão de água; e também através de frutas como melancia e melão (que possuem 80 e 60% de água respectivamente).



A reposição de água deve ser de 2,5 litros/dia, ou de 8 a 10 copos/dia.

DICAS ÚTEIS

PREPARE OS LEGUMES NO VAPOR, A FIM DE PRESERVAR OS NUTRIENTES DESSES ALIMENTOS. QUANTO MAIOR O CONTATO COM A ÁGUA, MAIOR SERÁ A PERDA DE NUTRIENTES.

CONSUMA LEGUMES E FRUTAS COM A CASCA, SEMPRE QUE POSSÍVEL, PARA APROVEITAR AS FIBRAS CONTIDAS NA CASCA.

CONSUMA OS SUCOS DE FRUTAS LOGO APÓS SEU PREPARO, POIS A AÇÃO DO AR E DA LUZ ALTERAM SEU VALOR NUTRITIVO.

PARA ADICIONAR SABOR E REDUZIR O USO DE GORDURA E SAL UTILIZE CONDIMENTOS COMO ALHO, PIMENTA, GENGIBRE, ORÉGANO, CEBOLINHA, SALSINHA, DE PREFERÊNCIA, AO FINAL DA PREPARAÇÃO.

PREPARE AS REFEIÇÕES UTILIZANDO POUCO ÓLEO: TIRE AS GORDURAS MAIS VISÍVEIS DA CARNE; REMOVA AS PELES DE AVES E PEIXES; COZINHE, ASSE, GRELHE, AO INVÉS DE FRITAR.

PROCURE FAZER SEIS REFEIÇÕES POR DIA, DESSA FORMA PODE-SE VARIAR BASTANTE OS ALIMENTOS, ALÉM DE QUANTIFICÁ-LOS MELHOR.

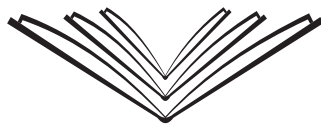
COM A ÁGUA DE VERDURAS E LEGUMES VOCÊ PODE PREPARAR OUTROS PRATOS, COMO RISOTOS, SOPAS ETC.

PARA MELHORAR A ABSORÇÃO CONSUMA ALIMENTOS RICOS EM FERRO JUNTO COM OUTROS RICOS EM VITAMINA C.

Fonte:



Anotações



Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Unidade 3

GASTRONOMIA

Um prato de comida com ótimo visual não dá “água na boca”? Uma mesa bem arrumada não causa uma boa impressão? Nesta unidade descobriremos a importância de se preparar os alimentos de um jeito que se destaquem melhor e se tornem mais agradáveis ao paladar.



Leia mais em smartkids.com.Br

Estudo das leis do estômago. Apesar deste significado científico da palavra gastronomia, atualmente ela possui um sentido muito mais amplo que refere-se a arte de cozinhar e apreciar e saborear a comida. A partir disso, pode-se afirmar que a principal preocupação da gastronomia é proporcionar o máximo de prazer a quem come, ao contrário do que acontecia antigamente, onde a comida era apenas para saciar a fome não importando-se com o paladar, a cocção e a combinação dos alimentos. A gastronomia possui também um significado simbólico, onde o ato, de comer e cozinhar com outras pessoas, é um sinal de fraternidade, companheirismo e solidariedade entre as pessoas.

Atualmente, a gastronomia é marcada pela mistura de alimentos e especiarias de diferentes regiões, provocando assim uma globalização gastronômica, onde tudo é válido desde que as combinações dos alimentos resultem num sabor original.

Para compreender a gastronomia moderna é necessário ter uma visão mais ampla sobre seu surgimento, origem e desenvolvimento.

No início dos tempos o homem alimentava-se apenas para sua sobrevivência e de forma rudimentar, ou seja, sem qualquer cuidado com a preparação e com os utensílios. As modificações ocorreram quando o homem percebeu que ao fogo as carnes ficavam mais saborosas e fáceis de mastigar, e assim a culinária passou a ser explorada como uma arte juntamente com o aperfeiçoamento dos utensílios.

Cultura muito antiga, a gastronomia esteve na origem de grandes transformações sociais e políticas. A alimentação passou por várias etapas ao longo do desenvolvimento humano, evoluindo do nômade caçador ao homem sedentário de hoje.

A humanidade cedo percebeu as virtudes da associação de certas plantas aromáticas aos alimentos para exaltar o sabor, contribuir para a sua conservação e permitir uma melhor e mais saudável assimilação por parte do corpo. Muitas guerras se fizeram pela apropriação de recursos alimentares que de uma forma geral são escassos e que determinam o poder para quem domina a gestão desses recursos. A busca das especiarias, por exemplo, momento no

CoolClips.com

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Unidade 4

ÉTICA

A ética é daquelas coisas que todo mundo sabe o que são, mas que não são fáceis de explicar, quando alguém pergunta".(VALLS, 1993). Segundo o Dicionário Aurélio Buarque de Holanda, ÉTICA é "o estudo dos juízos de apreciação que se referem à conduta humana susceptível de qualificação do ponto de vista do bem e do mal, seja relativamente à determinada sociedade, seja de modo absoluto.

Etimologicamente falando, ética vem do grego "ethos", e tem seu correlato no latim "morale", com o mesmo significado: Conduta, ou relativo aos costumes. Podemos concluir que etimologicamente ética e moral são palavras sinônimas.

Alguns diferenciam ética e moral de vários modos:

1. Ética é princípio, moral são aspectos de condutas específicas;
2. Ética é permanente, moral é temporal;
3. Ética é universal, moral é cultural;
4. Ética é regra, moral é conduta da regra;
5. Ética é teoria, moral é prática.

É extremamente importante saber diferenciar a Ética da Moral e do Direito. Estas três áreas de conhecimento se distinguem, porém têm grandes vínculos e até mesmo sobreposições. Tanto a Moral como o Direito baseiam-se em regras que visam estabelecer uma certa previsibilidade para as ações humanas. Ambas, porém, se diferenciam. A Moral estabelece regras que são assumidas pela pessoa, como uma forma de garantir o seu bem-viver. A Moral independe das fronteiras geográficas e garante uma identidade entre pessoas que sequer se conhecem, mas utilizam este mesmo referencial moral comum. Direito busca estabelecer o regramento de uma sociedade delimitada pelas fronteiras do Estado. As leis têm uma base territorial, elas valem apenas para aquela área geográfica onde uma determinada população ou seus delegados vivem. Alguns autores afirmam que o Direito é um sub-conjunto da Moral. Esta perspectiva pode gerar a conclusão de que toda a lei é moralmente aceitável. Inúmeras situações demonstram a existência de conflitos entre a Moral e o Direito. A desobediência civil ocorre quando argumentos morais impedem que uma pessoa acate uma determinada lei. Este é um exemplo de que a Moral e o Direito, apesar de referirem-se a uma mesma sociedade, podem ter perspectivas discordantes. A Ética é o estudo geral do que é bom ou mau, correto ou

Unidade 4



incorreto, justo ou injusto, adequado ou inadequado. Um dos objetivos da Ética é a busca de justificativas para as regras propostas pela Moral e pelo Direito. Ela é diferente de ambos - Moral e Direito - pois não estabelece regras. Esta reflexão sobre a ação humana é que caracteriza a Ética.

Toda a fase de formação profissional, o aprendizado das competências e habilidades referentes à prática específica numa determinada área, deve incluir a reflexão, desde antes do início dos estágios práticos. Ao completar a formação em nível superior, a pessoa faz um juramento, que significa sua adesão e comprometimento com a categoria profissional onde formalmente ingressa. Isto caracteriza o aspecto moral da chamada Ética Profissional, esta adesão voluntária a



Fonte: tantaguga.blogspot.com

um conjunto de regras estabelecidas como sendo as mais adequadas para o seu exercício. Muitas oportunidades de trabalho surgem onde menos se espera, desde que você esteja aberto e receptivo, e que você se preocupe em ser um pouco melhor a cada dia, seja qual for sua atividade profissional. E, se não surgir, outro trabalho, certamente sua vida será mais feliz, gostando do que você faz e sem perder, nunca, a dimensão de que é preciso sempre continuar melhorando, aprendendo, experimentando novas soluções, criando novas formas de exercer as atividades, aberto a mudanças, nem que seja mudar, às vezes, pequenos detalhes, mas que podem fazer uma grande diferença na sua realização profissional e pessoal. Isto tudo pode acontecer com a reflexão incorporada a seu viver.

E isto é parte do que se chama empregabilidade: a capacidade que você pode ter de ser um profissional que qualquer patrão desejaria ter entre seus empregados, um colaborador. Isto é ser um profissional eticamente bom.

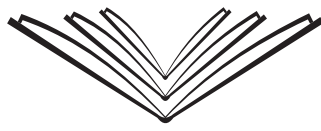
As leis de cada profissão são elaboradas com o objetivo de proteger os profissionais, a categoria como um todo e as pessoas que dependem daquele profissional, mas há muitos aspectos não previstos especificamente e que fazem parte do comprometimento do profissional em ser eticamente correto, aquele que, independente de receber elogios, faz a coisa certa.

Ética Profissional: Pontos para sua reflexão: É imprescindível estar sempre bem informado, acompanhando não apenas as mudanças nos conhecimentos técnicos da sua área

Atividade

Fonte: Ouvidoria da Receita Federal.

[illegible]



Anotações

[illegible]

Unidade 5



Unidade 5

NOÇÕES DE DIREITO

Apresentaremos aqui noções gerais de direito, dando ênfase ao direito do trabalho que diz mais respeito ao que abordamos no curso e ao interesse particular por parte dos participantes.

O DIREITO DO TRABALHO NO MUNDO

- SOCIEDADE PRÉ-INDUSTRIAL - não havia direitos trabalhistas.
- SOCIEDADE INDUSTRIAL - nasce o Direito do Trabalho como fonte de proteção do trabalhador.
- SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA - Direito do Trabalho solidifica-se - forma de regulamentação das relações de trabalho e de coordenação dos interesses entre o capital e o trabalho.
- SOCIEDADE PÓS-INDUSTRIAL - desloca-se o processo de produção da indústria para outros setores - a tecnologia substitui o trabalho humano pelas máquinas – há o fortalecimento do sindicalismo e a ampliação das negociações coletivas.

O DIREITO DO TRABALHO NO BRASIL

- NASCIMENTO: final de 1800 – início de 1900;
- CAUSAS: movimento operário instigado pelos imigrantes; - crescimento industrial com o fim da Primeira Grande Guerra Mundial; - assinatura do Tratado de Versalhes (1919) – propôs-se a observar normas trabalhistas.
- PRIMEIRAS LEIS: proteção do trabalho de menores (1891), organização de sindicatos rurais (1903) e urbanos (1907), férias (1925) etc.
- CONSTITUIÇÃO FEDERAL/88 - lei fundamental - direitos básicos dos trabalhadores - arts. 5º a 11.
- CLT: CONSOLIDAÇÃO DAS LEIS DO TRABALHO: 01.05.1943 – Decreto-lei 5452 – consolidação das leis esparsas sobre normas trabalhistas (salário, férias, etc.).
- ECA: ESTATUTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE: Lei 8069/90 – direito à profissionalização e proteção no trabalho (arts. 60 a 69).

Unidade 5



NOÇÕES SOBRE DIREITO DO TRABALHO

- **CONTRATO DE TRABALHO:** é o acordo tácito ou expresso, decorrente de uma relação de emprego (ou seja, envolvendo um empregado e um empregador) – art. 442 da CLT.
- **ACORDO EXPRESSO:** escrito.
- **ACORDO TÁCITO:** que não é expresso - advém da continuidade da prestação de serviços por parte do empregado, sem oposição do empregador.
- **REGRA GERAL:** pacto de adesão – empregado adere às cláusulas sem discussão. **NÃO PODE CONTRARIAR A LEI, DISPOSIÇÕES CONTIDAS EM CONVENÇÕES COLETIVAS E DECISÕES DAS AUTORIDADES COMPETENTES (ART. 444 – CLT).**
- **CARACTERÍSTICAS:** é um ajuste de duração, exige uma continuidade e envolve prestações sucessivas; - é oneroso, pois não é gratuito; - exige a pessoalidade (do empregado), pois é estabelecido em função de certa e específica pessoa; - trabalha-se por conta alheia e não por conta própria; - possui obrigações contrárias e equivalentes.
- **FORMALIZAÇÃO:** via de regra – escrito.
- **EXCLUSIVAMENTE ESCRITO** – quando a lei determina (exemplos: contrato de experiência; contrato por prazo determinado, trabalho temporário, contrato de atleta profissional, o contrato de aprendiz, etc.).
- **PRAZO DE DURAÇÃO:** prazo determinado ou indeterminado.
- **DIREITOS E DEVERES:** a relação de emprego geral direitos e deveres para ambas partes – empregado e empregador:
- **EMPREGADO** é toda pessoa física que prestar serviços de natureza não eventual a empregador, sob a dependência deste e mediante salário – CLT, Art. 3º.
- **DIREITOS:**
 - ter assegurado os direitos trabalhistas básicos (anotação em CTPS, receber salário no prazo legal, assim como o 13º salário, férias, FGTS, vale-transporte...);
 - ser tratado com respeito pelos seus superiores e sem rigor excessivo;
 - receber treinamento necessário para o desempenho das atividades funcionais;
 - receber os equipamentos de proteção, quando o seu uso for exigido legalmente;
 - deixar de cumprir ordem injusta, que extrapola os limites do contrato, ou atentatória à sua dignidade.
- **DEVERES** - cumprir com suas obrigações, em especial, as ordens de seus superiores;
 - respeitar os seus superiores e os colegas de trabalho;



- - cumprir os horários de trabalho previamente estabelecidos;
- agir com boa-fé e fidelidade;
- cooperar (ou colaborar) com o bom desenvolvimento do empreendimento (da empresa);
- agir com diligência, ou seja, ser cuidadoso, zeloso em qualquer ação.

EMPREGADOR

- DEFINIÇÃO - aquele que assalaria e dirige a prestação pessoal de serviços (empresas, profissionais liberais, instituições de beneficência, associações recreativas, instituições sem fins lucrativos) – CLT, Art. 2º.
- DIREITOS:
 - o empregado está sujeito ao poder de direção do empregador, devido à condição de subordinação – art. 2º da CLT, pois:
 - em geral, o empregador é o proprietário do negócio;
 - sujeição às ordens do trabalho, visto que é o empregado que presta serviços e deve obedecer às regras impostas; a direção do negócio incumbe ao empregador.
- O PODER DE DIREÇÃO DO EMPREGADOR ABRANGE:
 - poder organizacional: instituição de regras propícias ao seu negócio. O empregador pode, por exemplo, elaborar um regulamento interno da empresa e que integra o contrato de trabalho.
 - poder disciplinar: é o poder de impor as ordens e o cumprimento destas – não é um poder absoluto - deve ser exercido com moderação e proporcionalidade ao ato faltoso.
 - poder de fiscalização: consiste no controle das atividades de seus empregados. .
- DEVERES:
 - pagar o salário ajustado, como contrapartida pelo serviço recebido;
 - proporcionar trabalho ao empregado
 - objetivo do próprio contrato;
 - proteção ao empregado
 - respeitar as normas de segurança e higiene no trabalho;
 - agir com boa-fé, dando ao empregado, condições técnicas e físicas para a execução do trabalho;

Unidade 5



- respeitar a dignidade do empregado, como ser humano;
- não agir com discriminação
- não estabelecer tratamento diferenciado entre os seus empregados, por motivo de crença religiosa, raça, sexo, idade, cor, etc.

PRAZO PARA AJUIZAMENTO TRABALHISTA

- PRAZO PARA MAIORES 18 ANOS: 2 anos, contados da dispensa – CLT, Art. 11.
- PRAZO PARA MENORES 18 ANOS: 2 anos, contados de quando completa 18 anos – CLT, Art. 440.
- CTPS – CARTEIRA DE TRABALHO E PREVIDÊNCIA SOCIAL
- - O registro da CTPS é obrigatório e deve ser feito pelo empregador em 48 horas do ingresso do empregado na empresa - CLT, Art. 29. - Constitui-se crime a ausência de registro. - Falta de anotação: comunicar: Sindicato de Classe ou DRT-Delegacia Regional do Trabalho ou Ministério Público do Trabalho ou ainda procurar um advogado.

DURAÇÃO DO TRABALHO

- JORNADA NORMAL: 8 horas diárias. Prorrogação - máximo 2 horas diárias, mediante acordo escrito entre empregado e empregador ou contrato coletivo de trabalho.
- INTERVALOS: Interjornadas – 11 horas consecutivas de descanso - CLT, ART. 66;
- - Semanal – 24 consecutivas de descanso - CLT, Art. 67;
- - Intrajornada – 1 a 2 horas para trabalho acima de 6 horas
- 15 minutos para trabalho de 4 a 6 horas Abaixo de 4 horas – não há
- Inobservância dos intervalos e da jornada – acréscimo sobre a remuneração do período, no mínimo, de 50% sobre a remuneração da hora normal de trabalho.
- TRABALHO NOTURNO: Trabalho realizado das 22 h às 5 h. Pago no mínimo de 20% sobre a hora diurna, à exceção dos casos de revezamento semanal ou quinzenal.

REMUNERAÇÃO

- SALÁRIO MÍNIMO: é a contraprestação mínima devida e paga diretamente pelo empregador a todo empregado, fixada em lei, capaz de atender as necessidades vitais básicas do trabalhador e às de sua família com moradia, alimentação, educação, saúde, lazer, vestuário, higiene, transporte e previdência social, com reajustes periódicos, que lhe preservem o poder aquisitivo, sendo vedada sua vinculação para qualquer fim - CF, Art. 7º, IV



não podem parcelar os períodos de férias. Para os menores as férias devem coincidir com suas férias escolares.

- **COMUNICAÇÃO DA CONCESSÃO DE FÉRIAS** – será feita por escrito, com antecedência mínima de 30 dias, contra-recibo.
- **REQUISITO PARA ENTRAR EM FÉRIAS** – trazer a CTPS para anotação das férias. .
- **ÉPOCA DAS FÉRIAS** – o período que for melhor para o empregador, desde que observado o período concessivo, exceto para adolescentes e membros de uma mesma família que trabalhem juntos na mesma empresa.
- **INOBSERVÂNCIA DO PRAZO PARA CONCESSÃO DAS FÉRIAS**: acarreta o pagamento em dobro da remuneração das férias.
- **TRABALHO DURANTE AS FÉRIAS**: é proibido o trabalho para outro empregador durante as férias, exceto se por força de outro contrato de trabalho mantido.
- **REMUNERAÇÃO DAS FÉRIAS**: as da data de sua concessão, acrescidos de 1/3 a mais do que o salário normal.
- **ABONO DE FÉRIAS**: conversão de 1/3 do período de férias em abono pecuniário (venda de 10 dias das férias); deve ser requerido até 15 dias antes do término do período aquisitivo.
- **PAGAMENTO DAS FÉRIAS**: até 2 dias antes do seu início.

FALTAS JUSTIFICADAS AO TRABALHO

Aquelas em que o empregado pode faltar, sem prejuízo do salário:

- Até 2 dias consecutivos em caso de falecimento do cônjuge, ascendente, descendente, irmão ou pessoa que declarada em sua CTPS viva sob sua dependência econômica.
- Até 3 dias consecutivos em virtude de casamento. - 5 dias em caso de nascimento de filho, no decorrer da primeira semana (licença paternidade).
- 1 dia em cada 12 meses de trabalho, em caso de doação voluntária de sangue.
- Até 2 dias consecutivos ou não para fins de alistamento eleitoral.
- Para prestar o serviço militar.
- Para prestar vestibular.
- Para comparecimento em juízo.
- **FALTAS INJUSTIFICADAS** – podem ocasionar ausência de pagamento do repouso semanal remunerado e a sua persistência pode ocasionar a dispensa por justa causa, por desídia – CLT Art. 482, “e” .
- **ATRASOS AO SERVIÇO** - podem gerar ausência de pagamento do repouso semanal

Unidade 5



; CLT, Art. 76. - Forma de fixação – por lei.

- **PISO SALARIAL:** é um acréscimo ao salário mínimo, ou seja, é o valor mínimo que pode ser pago em uma categoria profissional ou a determinadas profissões numa categoria profissional. A categoria profissional é formada por empregados de diversas funções num setor comum da atividade econômica, por exemplo, a categoria dos comerciários. Forma de fixação – através de Convenção Coletiva de Trabalho.
- **SALÁRIO MÍNIMO PROFISSIONAL:** é o salário mínimo fixado para determinada profissão. Exemplo: salário de médicos, dentistas, engenheiros, agrônomos, arquitetos, químicos. Forma de fixação – através de lei.
- **PISO SALARIAL :** é um acréscimo ao salário mínimo, ou seja, é o valor mínimo que pode ser pago em uma categoria profissional ou a determinadas profissões numa categoria profissional. A categoria profissional é formada por empregados de diversas funções num setor comum da atividade econômica, por exemplo, a categoria dos comerciários. Forma de fixação – através de Convenção Coletiva de Trabalho.
- **SALÁRIO MÍNIMO PROFISSIONAL:** é o salário mínimo fixado para determinada profissão. Exemplo: salário de médicos, dentistas, engenheiros, agrônomos, arquitetos, químicos. Forma de fixação – através de lei.
- **13º SALÁRIO OU GRATIFICAÇÃO DE NATAL** - gratificação paga no valor de uma remuneração mensal paga pelo empregador e efetuada da seguinte forma: 50% até o dia 30 de novembro e o restante até 20 de dezembro.
- **PERÍODO AQUISITIVO ÀS FÉRIAS** - após cada período de 12 meses de contrato. .
- **CONCESSÃO DO DIREITO** – nos 12 meses subsequentes ao vencimento do período aquisitivo. **PERÍODO DE FÉRIAS** - 12 a 30 dias, dependendo do número de faltas injustificadas ao trabalho. **FORMA DE CONCESSÃO** – em um só período ou excepcionalmente em 2 períodos, um dos quais não poderá ser inferior a 10 dias corridos, à exceção dos menores que não podem fracionar as férias.
- **MENORES DE 18 ANOS E MAIORES DE 50 ANOS** –





remunerado e a sua persistência pode ocasionar a dispensa por justa causa, por desídia – CLT Art. 482, “e”.

ROMPIMENTO DO CONTRATO DE TRABALHO

- **SEM JUSTA CAUSA - PELO EMPREGADOR** - o empregador pode dispensar o empregado sem justa causa, exceto no caso do empregado ter uma garantia de emprego (dirigente sindical, membro da CIPA, acidentado do trabalho e gestante).
- **COM JUSTA CAUSA - PELO EMPREGADOR** - o empregador pode dispensar o empregado por justa causa, nos termos do art. 482 da CLT, nas seguintes condições: improbidade (furto, fraude, etc); negociação habitual sem permissão do empregador; condenação definitiva criminal do empregado em que não tenha ocorrido a suspensão da pena; desídia (impontualidade, ausências injustificadas, produção imperfeita, negligência, etc.); incontinência de conduta (mau procedimento que afete a moralidade); embriaguez habitual ou em serviço; violação de segredo da empresa; abandono do emprego; agressões físicas ou verbais praticadas no serviço contra o empregador ou qualquer outra pessoa; prática constante de jogos de azar; atos atentatórios contra a segurança nacional.
- **COM JUSTA CAUSA - PELO EMPREGADO** - o empregado pode considerar rescindido o contrato de trabalho, por justa causa do empregador, nas seguintes condições: exigência de serviços superiores às suas forças, contrários a lei e aos bons costumes ou diferentes do contratato; for tratado com rigor excessivo; correr risco; não cumprir o empregador o que consta no contrato; atos contra a honra e boa fama do empregado e membros de sua família; ofensas físicas e redução do trabalho que afetem sensivelmente os salários.
- **AVISO PRÉVIO** - comunicação de término do contrato feita pelo empregador ao empregado e vice-versa.

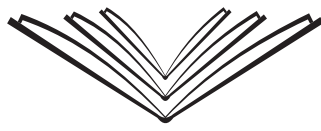
Fonte: Ministério Público do Trabalho – www.mpt.gov.br.

Atividade

Encontre as palavras referentes ao Direito do Trabalho.

CARTEIRA DE TRABALHO
DÉCIMO TERCEIRO
PREVIDÊNCIA SOCIAL
FÉRIAS
SALÁRIO MINIMO
FALTAS
AVISO PRÉVIO
DEMISSÃO
ATESTADO

SJDKOVKSATLAFJFKGFMEKDJRJKMJKRKFJHKPF
SESSALARIOMINIMOHGBHNJMOTACIDNISJMJRÇL
OKKKKKKHNBHGBHVGHHGHHGVBHNBHGVCFEHN
JKIUJHUNHGBVGFENWOJDKOVKJFKGKHHJBKFS
EKLAICOSAICNEDIVERPKJUHGYGYGHGVGVAAN
WOJDKOVKJFKGKHHJBOASSIMEDLKBGOASSIIJR
KFJHKGNWOJGCCDKOVKJFKGKHHJBKFKEKDLR
KFJHKGJFJENWOJDKOVKJFKGKHHJBKLÇLKOIAAE
KDJRKFJHKGFKJHNJGLIKLOKJJMJMJMFHJBKFU
YTFREWQSAJSASGSESASDSMKSDERFMEKDJPL
OFGRNHBOIOMJHIFDECIMOTERCEIROLKJYGOTE
RCKFJFKRBFNLMODATSETAIEJRBDNDHGF GKSA
FNWOJDKAVISOPREVIOHGFDFFFPLOINLHOJPO
POLOIKIIJJKJPLIKJOHLABARTEDARIETRACMJJ



Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Unidade 6

SOCIOLOGIA DO TRABALHO

A sociologia é a parte das ciências humanas que estuda as unidades que formam a sociedade, ou seja, estuda o comportamento humano em função do meio e os processos que interligam os indivíduos em associações, grupos e instituições. Enquanto o indivíduo na sua singularidade é estudado pela psicologia, a Sociologia tem uma base teórico-metodológica, que serve para estudar os fenômenos sociais, tentando explicá-los, analisando os homens em suas relações de interdependência.

A Sociologia do trabalho é o ramo da Sociologia voltado ao estudo das relações sociais no mundo do trabalho - a princípio, incluindo basicamente empresas e sindicatos - e às implicações sociais da relação entre trabalho e técnica.

Capital e Trabalho, a dicotomia fundamental da economia moderna, oponentes, contudo, a sua existência depende da interação. O Capital propicia o trabalho, o Trabalho, por seu lado, é a base da sustentabilidade do Capital.

Desta interação nasce a produção que tem como alvo consumidor, o Trabalho. Como sem consumo a produção perde a sua razão de existir, e o consumidor é o Trabalho, conclui-se que o Trabalho tem de comprar a produção para que o Capital lhe dê trabalho, constatação esta que leva ainda concluir que o Trabalho produz para ele mesmo, ficando o valor acrescentado à produção para o Capital, como mais valia do seu investimento.

Valendo-se da sua influência e chantagem econômica, o Capital é quem dita as regras da interação. Sujeito a elas, o Trabalho vê-se confrontado com a catividade do Capital, que para aumentar os seus lucros utiliza simultaneamente dois princípios. O pagamento do salário mais baixo possível ao Trabalho e a imposição do preço ao consumidor que mais lucro lhe ofereça, que tem como resultado óbvio o empobrecimento do Trabalho diretamente proporcional ao enriquecimento do Capital. Muito comum associar as palavras emprego e trabalho como se tivessem o mesmo significado. O "trabalho" surgiu no momento em que o homem começou a transformar a natureza e o ambiente ao redor com o auxílio do artesão. Após o advento da Revolução Industrial, configura-se a relação capitalista com a necessidade de organizar grupos de pessoas, processos, instrumentos criando-se a partir daí, a idéia do "emprego", o qual sempre sugeriu relação estável, e mais ou menos duradoura, entre a em-



Unidade 6



presa e o empregado. Desde então, as noções de trabalho e de emprego foram se confundindo.

O emprego se configurou ao longo do tempo como relação estável, porque existe um contrato com vínculo, carteira assinada e sendo assim, instaura-se uma condição de conforto pelos benefícios do FGTS, 13º salário, férias e outros tantos; mas, por outro lado, também temos muitas outras obrigações, pouco agradáveis como bater cartão, submeter-se à subordinação e muitas vezes cumprir ordens e regras rígidas.

Com o passar dos tempos, o tão sonhado e confortável emprego veio sofrendo fortes alterações, em que as condições de estabilidade até então oferecidas foram perdendo forças, resultado da globalização e dos próprios adventos tecnológicos, os quais acirraram a competitividade, eliminando postos, níveis hierárquicos e deixando milhões de pessoas desempregadas, em grande parte do nosso planeta.

Com o passar dos tempos, vemos cada vez mais a substituição gradual do emprego fixo, de longa duração e em tempo integral por outras formas de prestação de serviços como: o trabalho autônomo, o trabalho por meio de cooperativa, da terceirização dos serviços, o trabalho temporário, o trabalho em tempo parcial, o trabalho por projeto, etc. Porém, é importante deixar registrado que, enquanto o emprego diminui, a possibilidade de trabalho aumenta vertiginosamente. E é nesse contexto que surge a figura do empreendedor. Nesse sentido, no mundo do trabalho o profissional terá que se tornar o administrador de sua própria carreira, sendo responsável pelos seus ganhos e perdas.

Atividade

Formar grupos de no máximo 6 integrantes para discutir sobre a diferença entre trabalho e emprego.

Fonte: www.editorial.blogspot.com.



Unidade 7

EDUCAÇÃO AMBIENTAL

Nas últimas décadas o homem não se preocupou com os recursos naturais na busca frenética por um desenvolvimento econômico, que se revelou predador. Vivemos um momento em que a palavra de ordem é: Economizar.

Notícias veiculadas diariamente através de jornais, revistas, rádios e televisões, mostram a situação em que se encontra o meio ambiente no Brasil e no resto do mundo. As cidades crescem desordenadamente, novas indústrias surgem diariamente, agrotóxicos são utilizados indiscriminadamente e o barulho está se tornando insuportável.



O planeta pede socorro

As queimadas continuam a dizimar nossas matas e a empobrecer o solo, as erosões estão cada vez mais difíceis de serem contidas, doenças e epidemias novas aparecem com frequência afetando a vida no planeta. As derrubadas criminosas de florestas continuam num ritmo alucinante, milhões de toneladas de resíduos e lixo são espalhados diariamente por todos os cantos da terra. A água se torna cada vez mais escassa, o clima sofre alterações tornando-se cada vez mais quente, geleiras estão derretendo....Está na hora de deixarmos de lado frase feitas como: faz parte...é assim mesmo...pelo menos...e começarmos agora tecer nosso futuro.

Hoje falamos em sustentabilidade. O mundo só será sustentado se cada um de nós segurar um pedacinho. Mesmo que os outros não estejam ajudando a carregar. Não importa!

É importante separar o lixo. Assim podemos e devemos contribuir para um mundo melhor. Reutilizar produtos nocivos para o meio ambiente, como os plásticos e metais, afim de

Unidade 7



evitarem poluir a Natureza e poderem ser novamente utilizados no nosso dia a dia; reciclar o papel para destruímos menos as árvores; tratar devidamente as pilhas que têm químicos altamente poluentes e venenosos, etc.

Os medicamentos fora de prazo de validade, devem ser entregues nas farmácias, pois também eles contêm produtos tóxicos para o meio ambiente.

Por fim, quem tiver um jardim ou uma horta, pode juntar os produtos orgânicos, derivados de cascas de legumes, frutas, restos de comida, etc. para fazer adubo biológico, compostagem, afim de alimentar as plantas, sejam flores ou legumes. Evita-se assim, de recorrer a adubos químicos, também eles, nocivos para a Natureza.

Economize água - Diminua o tempo dos banhos, feche a torneira enquanto escova os dentes, use regador em vez de mangueira, varra a calçada em vez de lavá-la. De acordo com dados do International Hydrological Programme da Unesco, 97,5% da água do planeta é salgada. A água doce só representa 2,5% e está, em sua maior parte, nas calotas polares. Apenas 0,3% encontram-se acessível em lagos, rios e lençóis subterrâneos. Com a poluição dessas fontes, a escassez de água no planeta é uma preocupação mundial

Separe o lixo - Mesmo que a sua cidade não ofereça serviços de coleta seletiva, separe o lixo em casa e descubra para onde você pode levar material reciclável como vidro, plástico, metal e papel. Tenha especial cautela com lixos poluentes como lâmpadas com mercúrio, pilhas ou baterias usadas, que não podem ser misturados ao lixo comum. O mau gerenciamento dos resíduos da atividade humana é uma das causas diretas do aquecimento global.

Desligue - Embora seja menos impactante do que a queima de combustível fóssil, o modo de produção da energia hidrelétrica (foto cachoeira) largamente usado pelo Brasil também é desfavorável à natureza. Tire os eletrodomésticos da tomada enquanto estão desligados e evite deixar equipamentos no modo "standby", que ainda significa consumo. Prefira eletrodomésticos economizadores de energia.

A Norma para um melhor Ambiente é a dos três RRR: REICLAR, REUTILIZAR e REDUZIR.

Atividade

Assistir ao filme “Lixo Extraordinário” e fazer um comentário sobre a importância da reciclagem.

Fonte: EcoBlog.



Unidade 8

EMPREENDEDORISMO

Você já pensou em ser o seu patrão? Ser dono do seu próprio negócio? Em ser um empreendedor? Empreendedor é o termo utilizado para qualificar, ou especificar, principalmente, aquele indivíduo que detém uma forma especial, **inovadora**, de se dedicar às atividades de organização, administração, execução; principalmente na geração de riquezas, na transformação de conhecimentos e bens em novos produtos – mercadorias ou serviços; gerando um novo método com o seu próprio conhecimento. É o profissional inovador que modifica, com sua forma de agir, qualquer área do conhecimento humano. Também é utilizado – no cenário econômico – para designar o fundador de uma empresa ou entidade, aquele que construiu tudo a duras custas, criando o que ainda não existia. Empreendedorismo é o ato de criar e gerenciar um negócio, assumindo riscos em busca de lucros.

Empreender é uma ótima idéia

Veja abaixo algumas das principais características que formam o perfil do empreendedor:

1. **Iniciativa** – São pessoas que não ficam esperando que os outros (o governo, o empregador, o parente, o padrinho) venham resolver seus problemas. Pessoas que começam coisas novas, iniciam. A iniciativa, enfim, é a capacidade daquele que, tendo um problema qualquer, age, arregaça as mangas e parte para a solução.
2. **Autoconfiança** – O empreendedor tem autoconfiança, isto é, acredita em si mesmo. Se não acreditasse, seria difícil ele tomar a iniciativa. A crença em si mesmo faz o indivíduo arriscar mais, ousar, oferecer-se para realizar tarefas desafiadoras, enfim, torna-o mais empreendedor.
3. **Aceitação do risco** – O empreendedor aceita riscos. Ainda que, muitas vezes, seja cauteloso e precavido contra o risco, a verdade é que ele o aceita em alguma medida.
4. **Sem temor do fracasso e da rejeição** – O empreendedor fará tudo o que for necessário para não fracassar, mas não é atormentado pelo medo paralisante do fracasso. Pessoas com grande amor próprio e medo do fracasso preferem não tentar correr o risco de não acertar – ficam, então, paralisadas.
5. **Decisão e responsabilidade** – O empreendedor não fica esperando que os outros decidam



por ele. Ele toma decisões e aceita a responsabilidade que acarretam.

6. **Automotivação e entusiasmo** – Pessoas empreendedoras são capazes de automotivação relacionada com desafios e tarefas em que acreditam. Não necessitam de prêmios externos, como compensação financeira. Igualmente, por sua motivação, são capazes de se entusiasmar com suas idéias e projetos.
7. **Voltado para equipe** –Ele entende que pra alcançar vãos altos ele precisa estar bem auxiliado. Ele cria equipe, delega, acredita nos outros e obtém resultados por meio de outros.
8. **Otimismo** – O empreendedor é otimista. Acredita nas possibilidades que o mercado oferece, acredita no seu país, acredita ainda existir pessoas de caráter para somar com ele e alcançar objetivos.
9. **Persistência** – O empreendedor, por estar motivado, convicto, entusiasmado e crente nas possibilidades, é capaz de persistir até que as coisas comecem a funcionar adequadamente.

No mundo competitivo, o leque de atuação é amplo e basta acreditar na própria competência e estar bem preparado para atingir o sucesso profissional e a realização pessoal.

Fonte: Sebrae.

Anotações

[illegible]



Unidade 9

NOÇÕES DE ADMINISTRAÇÃO E ORGANIZAÇÃO

As mudanças são cada vez mais rápidas e inesperadas, principalmente no campo do conhecimento e da explosão populacional. Tais mudanças impõem novas e crescentes necessidades. Neste contexto, o crescimento das organizações faz com que elas se tornem complexas e sem fronteiras.

A Administração e a Organização

Segundo Maximiano, podemos definir que a Organização é uma combinação de esforços individuais que tem por finalidade realizar propósitos coletivos.

A Administração é o processo de conjugar recursos humanos e materiais de forma a atingir fins desejados, através de uma organização. É um processo de tomar decisões sobre objetivos e recursos.

Desta forma, objetivos e recursos são as palavras chaves na definição de administração e também de organização.

Uma organização é um sistema de recursos que procura realizar algum objetivo (ou conjunto de objetivos).

Além de objetivos e recursos, as organizações tem dois outros componentes importantes: processos de transformação e divisão do trabalho.

Por meio dos processos, a organização transforma os recursos para produzir os resultados. Um processo é um conjunto ou seqüência de atividades interligadas, com começo, meio e fim, que utiliza os recursos, como trabalho humano e equipamentos, para fornecer produtos e serviços.

A divisão do trabalho é o processo que permite superar as limitações individuais por meio da especialização.

Quando se juntam as tarefas especializadas, realizam-se produtos e serviços que ninguém conseguiria fazer sozinho.

A Organização é uma associação de pessoas para atingir uma finalidade definida e predeterminada, ou seja, sua missão. As pessoas que compõem a organização são seus sócios, dirigentes, funcionários e voluntários, com objetivos e responsabilidades diferenciados, mas articulados em torno da missão da entidade.

Em razão de que o homem, isoladamente, não tem condições de satisfazer todas as suas necessidades (necessidade é a falta ou privação de alguma coisa de desejo do homem).

Unidade 9



Assim, por meio da organização, é possível perseguir e alcançar objetivos, que seriam intangíveis para uma pessoa.

Toda organização quando criada é fundamentada com base em um propósito e primeiramente precisamos identificar se essa organização é de produtos (fabricação de carros, móveis, etc.) ou serviços (assistência técnica, salão de beleza, etc.).

Funções Organizacionais

As funções organizacionais são as tarefas especializadas que as pessoas e os grupos executam, para que a organização consiga realizar seus objetivos. Segundo Maximiano, as funções mais importantes de qualquer organização são analisadas sucintamente a seguir: produção (ou operações), marketing, pesquisa e desenvolvimento, finanças e recursos humanos. A coordenação de todas essas funções especializadas é o papel da administração geral.

Principais Funções Organizacionais

Produção: o objetivo básico da função de produção é fornecer os produtos ou serviços da organização. Produção é uma palavra genérica, que indica todos os tipos de operações de fornecimento de produtos ou serviços. Há três tipos principais de processos produtivos:

- Produção em massa - fornecimento de grande número de produtos e serviços idênticos, que podem ser simples ou complexos. Exemplos: parafusos, automóveis, refeições rápidas em cadeias de lanchonetes, etc.;
- Produção por processo contínuo - fornecimento virtualmente ininterrupto de um único produto ou serviço, como gasolina, corantes, transmissão de programas de televisão, energia elétrica, etc.;
- Produção unitária e em pequenos lotes – fornecimento de produtos e serviços sob encomenda, simples ou complexos. Por exemplo, montagem de aviões, navios de grande porte e de plantas petroquímicas, organização de realização de Jogos Olímpicos e corridas de Fórmula 1, eleições presidenciais, cortes de cabelo, etc.

Marketing: o objetivo básico da função de marketing é estabelecer e manter a ligação entre a organização e seus clientes, consumidores, usuários ou público-alvo. A função de Marketing é muito ampla e abrange as atividades de:

- Pesquisa: identificação de interesses e necessidades e tendências do mercado;



- Desenvolvimento de produtos: criação de produtos e serviços, inclusive seus nomes, marcas e preços, e fornecimento de informações para o desenvolvimento de produtos em laboratórios e oficinas;
- Distribuição: desenvolvimento de canais de distribuição e gestão dos pontos de venda;
- Preço: determinação das políticas comerciais e estratégias de preço no mercado;
- Promoção: comunicação com o público-alvo, pro meio de atividades como propaganda e publicidade;
- Vendas: criação de transações com o público alvo. (Em algumas organizações, vendas é uma função separada de marketing);
- Pesquisa e Desenvolvimento;
- Pesquisar e inovar.

Finanças: o objetivo básico da função de Finanças é a proteção e a utilização eficaz dos recursos financeiros. A função financeira abrange as decisões de:

- - Investimento: avaliação e escolha de alternativas de aplicação de recursos;
- - Financiamento: identificação e escolha de alternativas de fontes de recursos;
- - Controle: acompanhamento e avaliação dos resultados financeiros da organização;
- - Destinação dos resultados: seleção de alternativas para aplicação dos resultados financeiros da organização.

Recursos Humanos: a função de Recursos Humanos, ou de gestão de pessoas, tem como objetivos encontrar, atrair e manter as pessoas de que a organização necessita. A função de recursos humanos tem como componentes outras funções tais como a de planejamento de mão-de-obra, recrutamento e seleção, treinamento e desenvolvimento, administração de pessoal, Avaliação de desempenho, Remuneração ou compensação, funções pós-emprego como, por exemplo, recolocação profissional, dentre outras.

Fonte: IFSP.



Anotações

[illegible]



Unidade 10

CULTURA ALIMENTAR BRASILEIRA

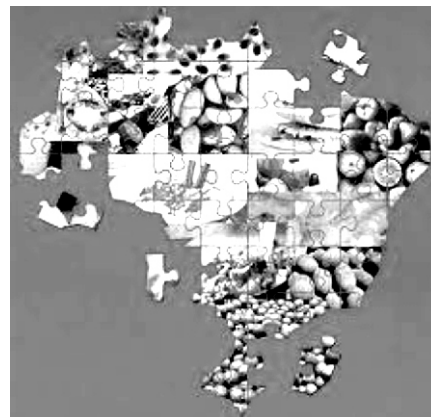
A história da evolução humana está diretamente ligada à alimentação. Entre todas as espécies existentes na natureza, o ser humano é a que possui a alimentação mais rica e variada. Sua sobrevivência se baseou na capacidade de ingerir o que havia à disposição em seu habitat. Mais tarde, a descoberta dos processos de cozimento enriqueceu e ampliou o cardápio, permitindo o desenvolvimento de culinárias próprias e regionais. A necessidade biológica de alimentar-se para sobreviver e garantir a continuidade da espécie adquiriu então caráter cultural. Só o ser humano cultiva com requinte e abundância a grande variedade de pratos e sabores tão peculiares em cada parte do mundo.

O hábito alimentar individual reflete uma série de valores da sociedade e, portanto, expressa a relação cultural e social que cada pessoa estabelece com o meio em que vive. A culinária, de fato, expressa a cultura de um povo de forma contundente. Analisando-a, é possível descobrir até mesmo o tipo de economia que move o país.

Alguns hábitos são passados de geração a geração, outros vão sendo adaptados de acordo com as mudanças na sociedade. Por exemplo, a inserção da mulher no mercado de trabalho tem influenciado o padrão alimentar dos brasileiros, quando da substituição de preparações com maior tempo de confecção por refeições prontas.

A cultura sempre foi um elemento orientador das opções dietéticas. A abordagem cultural transforma a nutrição não somente em um processo químico-biológico, mas também em uma forma de comunicação que contém as raízes de cada povo, suas forças sagradas e seu simbolismo. Mas, além das práticas alimentares diversificadas, existem outras, encontradas em todo o país e em todas as classes sociais, representadas pelo consumo do arroz com feijão e da farinha de mandioca, combinação que se constitui na comida básica do brasileiro. Essa combinação pode variar conforme a região, mas, no todo, é a que prevalece. Em geral, o prato da refeição principal do Brasil constitui-se na mistura feijão, arroz, carne e salada. Em todo o país, a farinha de mandioca é ingrediente de inúmeros pratos característicos das diversas regiões. Mencionando apenas alguns, a farinha de mandioca é, no Sul, indispensável ao churrasco. Já em Minas Gerais, é misturada ao feijão para criar o tutu à mineira e é usada na vaca atolada. Em São Paulo, a farinha é novamente misturada ao feijão para criar o virado à paulista.

Fonte: malagueta.com.



Entre os aspectos que compõem o conceito de segurança alimentar e nutricional, sublinha-se a preocupação com o respeito e a preservação da cultura alimentar de cada povo. Nesse sentido, cada país deve ter condições de assegurar sua alimentação, sem que lhe seja imposto um padrão alimentar estranho às suas características e tradições.

Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Unidade 11

SAÚDE E HIGIENE ALIMENTAR

Nesta categoria de perigos inclui-se um conjunto vasto de perigos, objetos, que podem ter origem diversa.

Entre os perigos físicos mais freqüentes e possíveis enumerar:

- Vidros, madeiras, pedras, metais e outros.

Infecções alimentares

Doença gastrointestinal aguda de aparecimento brusco e evolução rápida, devido ao consumo de alimentos contaminados por microorganismos patogênicos ou por substâncias tóxicas por eles produzidas (toxinas), e que tem quadros clínicos característicos de intoxicação (sem febre) ou infecção. Manifestam-se algumas horas após a ingestão dos alimentos contaminados e pode durar de um a sete dias. Os sintomas mais freqüentes são dor abdominal, diarreia, vômitos e nalguns casos febre e dor de cabeça.

Doenças de Origem Alimentar

Os microorganismos que contaminam os alimentos podem provocar alterações superficiais ou profundas dos produtos, diminuindo a sua qualidade e o seu tempo de conservação. No caso dos microorganismos patogênicos, podem provocar alterações na saúde dos consumidores e manipuladores de alimentos, transmitindo doenças graves, nomeadamente as infecções alimentares. As doenças provocadas pelos alimentos podem ter um peso socioeconômico considerável:

- As pessoas atingidas podem ficar incapacitadas para o trabalho e até morrer;
- As conseqüências econômicas podem ser muito graves para a empresa ou estabelecimento responsável pela doença transmitida.

O que fazer para evitar uma infecção alimentar?

- Conservar sempre os alimentos de forma correta para que não exista crescimento bacteriano.

Unidade 11



- Lavar sempre as mãos antes de manusear os alimentos e sempre que se troca de alimento.
- Lavar muito bem os utensílios existentes na cozinha para a confecção dos alimentos.
- Usar facas diferentes para preparar carne, peixe e legumes de modo a evitar contaminações cruzadas.
- Evitar usar colheres de pau (usar sintéticas ou metálicas).
- Manipular o menos possível os alimentos.
- Usar pinças ou luvas sempre que necessário.
- Separar alimentos crus de cozidos.
- Descongelar os alimentos no frigorífico ou no microondas e nunca a temperatura ambiente.
- Lavar muito bem, em água corrente, vegetais e frutas.
- Cozinhar sempre muito bem os alimentos.
- Separar os alimentos de origem animal dos vegetais.
- Sempre que aquecer sobras faça-o muito bem para que qualquer microrganismo desenvolvido morra.

As pessoas que trabalham com alimentos não podem sofrer de qualquer doença infecto-contagiosa, como por exemplo a tuberculose ou a hepatite.

Não podem apresentar-se com:

- a) Anginas, tosse ou corrimento nasal;
- b) Processos inflamatórios da boca, olhos e ouvidos;
- c) Lesões de pele como erupções, furúnculos, feridas infectadas.

Hábitos de Higiene

O manipulador de alimentos deve esforçar-se por adquirir e interiorizar hábitos e comportamentos de higiene no trato com os alimentos.

Vestuário

O vestuário de trabalho deve ser usado apenas no próprio local, sem sair das instalações.

O vestuário de trabalho deve ser preferencialmente de cor clara, confeccionado com tecidos que facilitem a sua lavagem e desinfecções; deve ser confortável, garantindo a realização das diferentes tarefas sem prejuízo dos movimentos do trabalhador.



Mãos

As mãos desempenham um papel importante na contaminação específica dos alimentos.

Quando e necessário Lavar as Mãos?

- Antes de iniciar o serviço;
- Antes e depois de utilizar as instalações sanitárias;
- Quando contatar com materiais ou alimentos sujos;
- Antes e depois das refeições;
- Antes e após as operações de limpeza e desinfecção;
- Quando muda de tarefa;
- No fim do serviço;
- Sempre que estiverem sujas.

Onde lavar as Mãos

- As mãos devem ser lavadas num lavatório exclusivo usado para esse fim e junto a este deve estar disponível detergente adequado e toalhas de papel descartável.

Como lavar as mãos

Para a correta lavagem das mãos devem ser seguidas seqüencialmente as seguintes etapas:

- 1 - Molhar as mãos e os antebraços (ate aos cotovelos) com água corrente;
- 2 - Ensaboar bem as mãos e os antebraços com sabão;
- 3 - Lavar cuidadosamente os espaços interdigitais, as costas das mãos, polegares e unhas;
- 4 - Passar por água corrente;
- 5 - Ensaboar novamente as mãos, esfregando-as durante pelo menos 20 segundos;
- 6 - Passar por água corrente;
- 7 - Secar com toalhas de papel descartáveis de utilização única que devem ser colocadas em recipiente próprio, com tampa acionada pelo pé.

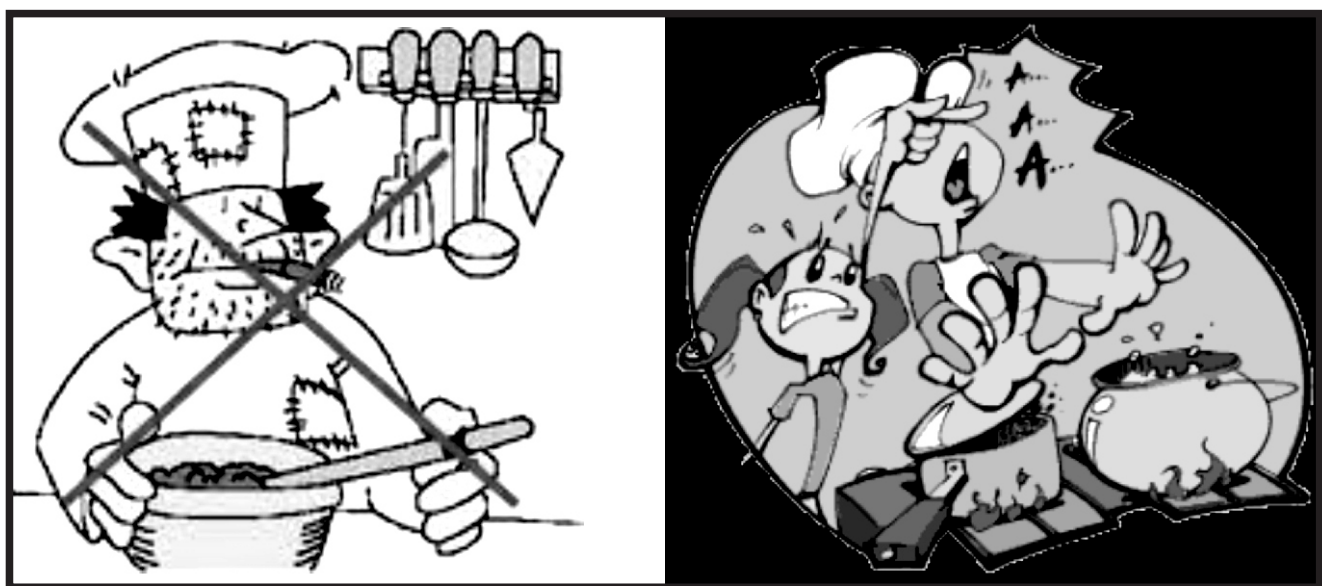
Unidade 11



Atitudes Pessoais

Para além dos hábitos higiénicos pessoais elementares o manipulador de alimentos deve proceder a eliminação ou correção de alguns gestos pessoais do dia-a-dia.

Perante esta afirmação, algumas atitudes e alguns gestos generalizados, como limpar o nariz, esfregar os olhos, coçar a cabeça, que para a maior parte das pessoas não tem nenhum significado especial, são intoleráveis nos manipuladores de alimentos pois, as mãos são uma excelente via de contaminação.



Um outro aspecto que é conveniente salientar, é o fato do manipulador ter de exercitar, um rigoroso autocontrole sobre os possíveis golpes de tosse ou espirros imprevistos. Nesses casos, deve colocar automaticamente um lenço, de preferência descartável, sobre a boca e nariz e voltar a cabeça, para que o ar expelido não atinja os alimentos. Nunca deve por a mão, mas sim o lenço, porque poderia contaminar a mão com os germes expulsados do aparelho respiratório.

O manipulador deve também se abster de fumar, devido aos microorganismos que se encontram na saliva e lábios do fumador, mastigar pastilha elástica, comer ou beber no local de trabalho.

Não deve soprar ou meter as mãos dentro dos sacos de acondicionamento para os abrir mais facilmente.

Não deve mexer no dinheiro quando manuseia alimentos, nem para efetuar simplesmente trocos.



Recepção e armazenamento de gêneros alimentícios

Na recepção de produtos existem determinados aspectos que se revelam essenciais, como sejam:

- Manter o local de recepção em perfeito estado de higiene, a porta de acesso ao exterior fechada e o local de passagem desimpedido.
- Observar a integridade da embalagem de transporte. As embalagens em contacto direto com o produto devem.
- Apresentar-se limpas, sem deformações e secas. A recepção de caixas de madeira só é permitida para transportar frutas e legumes, desde que em condições de higiene aceitáveis. Este tipo de caixas não poderá ser utilizado para armazenar, devendo o produto ser transferido para caixa de material adequado.
- Verificar a rotulagem.
- Designação do produto e Identificação do produtor.
- Data limite de consumo ou prazo de validade (exceto: fruta e legumes frescos; sal de cozinha e pão).
- Lista de ingredientes.
- Numero de controlo veterinário, obrigatório para produtos de origem animal.
- Produtos congelados (deve constar data de congelamento; requisitos de conservação e indicação “apos descongelar, não voltar a congelar”, ou equivalente); (especial atenção as condições especiais de conservação).
- Avaliar as características de cor, cheiro, aspecto, textura.
- Controlar e registrar as temperaturas.

Todos os produtos que não se apresentem conformes, de acordo com as especificações de matérias-primas em vigor, deverão ser devolvidos no ato da entrega por parte do fornecedor.

Armazenamento

Os princípios básicos de armazenamento de alimentos são:

- As matérias-primas devem ser guardadas em áreas diferentes das de preparação dos alimentos.
- As superfícies e os equipamentos de contato com alimentos devem ser de aço inoxidável,

Unidade 11



plástico ou outro material aprovado para os alimentos. Os vários objetos, instalações ou equipamentos que contatem com alimentos devem ser desenhados sem arestas e saliências. As substâncias perigosas (e.g. detergentes, desinfetantes, inseticidas) devem ser guardadas em áreas próprias e os rótulos das embalagens devem ter indicação de que não são apropriadas para o armazenamento de alimentos.

- Os alimentos devem ser mantidos em recipientes adequados para aquele alimento em particular.
- Se a embalagem for aberta, após a utilização esta deve ser fechada cuidadosamente, ou então transferir o restante produto não usado para um recipiente fechado.
- As áreas de armazenamento devem ser adequadamente ventiladas, de forma a prevenir o desenvolvimento de bolores e odores. Para além de que devem ser mantidas com ambiente seco e fresco.
- No caso da exposição de alimentos preparados em áreas abertas as janelas de vidro devem ser usadas de maneira a proteger os alimentos, tanto do contato dos colaboradores como dos clientes.

Preparação de Alimentos

Deve ter-se o máximo de cuidado para que os manipuladores e as matérias-primas não constituam uma fonte de contaminação, por isso deve encontrar-se organizada da seguinte forma:

- Os produtos que servirão de matérias-primas devem ser retirados das embalagens exteriores, e colocados em recipientes adequados para o efeito antes de entrarem nos locais de preparação.
- A preparação de cada tipo de alimentos deveria, idealmente, ser feita em zonas de preparação e devem existir tabuas de corte e facas com cabo de material resistente e de fácil higienização.
- Quando existe uma bancada única para todo o tipo de produtos, e de extrema importância que entre as tarefas de preparação de alimentos diferentes se proceda a sua limpeza e desinfecção, bem como dos materiais utilizados e não utilizar os mesmos utensílios para alimentos crus e cozidos.
- Entre as tarefas de preparação de alimentos e de confecção, todos os alimentos preparados devem estar acondicionados em câmara de refrigeração até serem utilizados.



Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Unidade 12

UTENSÍLIOS E EQUIPAMENTOS

Muitas vezes nos perguntamos quais utensílios devemos comprar e como devem ser corretamente utilizados e conservados. Esta coluna pretende responder a estas perguntas.

Em primeiro lugar, ter equipamentos certos na cozinha torna tudo mais fácil, mas é importante saber utilizá-los e mantê-los. Isto não significa gastar fortunas ou comprar utensílios que jamais sairão da caixa. O conhecimento de técnicas básicas aliado à criatividade, ao prazer e à prática constante dão mais resultado na cozinha do que a compra de qualquer equipamento.

Vamos fazer um apanhado geral dos utensílios e equipamentos necessários na cozinha. Nas colunas seguintes, falaremos de cada um deles detalhadamente.

Facas

Um bom conjunto de facas é imprescindível. Se utilizadas e mantidas corretamente duram muitos anos e valem o investimento. Há vários tipos, para diversos fins. A faca do chef (french knife) é uma das mais importantes: encontrada geralmente com lâminas de 8 a 14 polegadas, servem para picar, fatiar etc. Para descascar alimentos, a mais conhecida é a paring knife, com lâminas entre 2 e 4 polegadas.

Pequenos utensílios

Com o descascador de legumes, ganha-se tempo no preparo dos vegetais. Deve ter boa lâmina dupla e empunhadura confortável. Raspador de limão, zester e um boleador também facilitam a decoração de um prato. Peneiras, chinóis e passadores de legumes: cada um tem sua função e um não substitui o outro. Um moedor de pimentas, uma boa prancha para corte e um ralador são também importantes.

Panelas

Panelas com cabo, caçarolas, frigideiras e assadeiras: o formato está relacionado à função e, por este motivo, é importante decidir qual usar de acordo com o método de cocção e o tipo de preparação que vai executar.

Unidade 12



Batedores

Os batedores aramados e/ou fouets geralmente são utilizados com tigelas (ou bowls) nas preparações. Estas, por sua vez, não foram feitas para guardar alimentos pré-preparados ou em estoque: para isso existem vários recipientes apropriados.

Medidores

São importantes principalmente na confeitaria, onde a precisão é fundamental. Instrumentos para medir peso, volume e temperatura devem ter _de preferência_ opções das escalas mais utilizadas mundialmente.

Equipamentos

Processador de alimentos, batedeira e liquidificador são essenciais. Um mixer pode ser útil na confecção de molhos ou em preparações que necessitem ser batidas ainda no fogo. Um fogão e um forno com controle de temperatura são ideais.

Atividade

Escolher uma receita de salgados e enumerar os equipamentos e utensílios necessários para sua elaboração.

Fonte: Iride Marcatto - Fortinox,



Unidade 13

CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS

A conservação de alimentos vem sendo praticada pelo homem ao longo da História, associada à necessidade de sobrevivência humana.

O conhecimento científico dos processos químicos e biológicos envolvidos neste processo foi elucidado com as pesquisas de Louis Pasteur, com a descoberta de que seres microscópicos transformavam a uva em vinho. Desde então, sabe-se da existência de microrganismos capazes de deteriorar alimentos, os quais devem ser controlados.

Assim sendo, a conservação pode ser definida como um método de tratamento empregado aos alimentos com o objetivo de aumentar sua durabilidade, mantendo a qualidade. As técnicas de conservação vêm sendo aperfeiçoadas pelo homem até os dias de hoje.



Conservação pelo calor: consiste no emprego de temperaturas ligeiramente acima das máximas que permitem a multiplicação dos microrganismos, eliminando os microrganismos patogênicos ou inativando as células vegetativas. Como exemplos, pode-se citar a pasteurização e a esterilização.

Conservação pelo frio: tem como objetivo retardar as reações químicas e enzimáticas, bem como retardar ou inibir o crescimento e a atividade dos microrganismos nos alimentos. A refrigeração e o congelamento são exemplos deste tipo de conservação.

Conservação pelo controle do teor de umidade: consiste em retirar água do alimento, o que dificulta a ação dos microrganismos deteriorantes, através de secagem natural ou desidratação.

Conservação pela adição de solutos: consiste em adicionar sal ou açúcar ao alimento para reter a água.

Conservação por defumação: é devido à adição de fumaça, aplicada principalmente em carnes e derivados.

Conservação por fermentação: utiliza o crescimento controlado de microrganismos selecionados, capazes de modificar textura, sabor, aroma e qualidade nutricional. É possível, ainda, conservar alimentos com o uso de aditivos (o que exige certos cuidados), ou com o uso de

Unidade 13



radiações ionizantes, o que é relativamente recente.

A forma como os produtos são armazenados, seja na indústria, no ponto de venda ou em casa, também são importantes na conservação dos alimentos. As dependências onde se guardam alimentos, refrigerados ou não, devem ser limpas constantemente. Na geladeira, todos os alimentos devem ser conservados tampados, e periodicamente deve-se retirar dali alimentos velhos.

A despensa deve ser totalmente esvaziada e limpa com pano úmido, detergente e álcool, em seguida com um pano seco. Sendo um lugar quente, pode ser propício para o desenvolvimento de baratas e insetos.

Congelamento

Tipo	Como Congelar	Como Descongelar	Prazo
Pães	Envolve em filme de polietileno ou papel alumínio e coloque em um saco plástico. Se preferir, coloque diretamente num saco, tire o máximo de ar e amarre com um araminho ou fita crepe.	Em temperatura ambiente, forno convencional ou microondas, sempre embalados.	4 a 6 meses
Massas cruas	Para um melhor resultado, prepare-as com um pouco mais de fermento. Coloque em um saco de polietileno resistente, unte com óleo e feche.	Na geladeira, de um dia para o outro.	4 a 6 meses
Massas folhadas	Podem ser congeladas cruas ou já assadas.	Em temperatura ambiente.	3 meses
Pizza	A massa pode ser congelada crua, semi-assada ou assada. Se preferir, monte a pizza (não utilize tomate cru, pois ele não congela bem), coloque num saco plástico, feche e leve ao freezer.	Massa: em temperatura ambiente. Pizza pronta: diretamente no forno pré-aquecido.	Massa: 6 meses; Pizza: 3 meses
Tipo	Como Congelar	Como Descongelar	Prazo
Salgadinhos	Podem ser congelados já fritos ou prontos para fritar. Congele em aberto e guarde em sacos plásticos ou caixas plásticas com tampa.	Direto para o forno ou para a gordura quente, porém não quente demais para aquecer também por dentro.	Fritos: 3 meses; Crus: 6 meses
Tortas	Semi-prontas, podem ser congeladas com a massa crua, mas o recheio deve estar cozido e resfriado. Prontas, congele já assadas e resfriadas. Embale em fôrmas de alumínio descartáveis. Tortas doces, com cremes, só podem ser congeladas se o leite da receita for substituído por leite condensado.	No refrigerador ou em temperatura ambiente.	3 a 6 meses



Atividade:

Fazer uma relação de 20 alimentos diversos e determinar o prazo em que podem ser conservados congelados.

Fonte: Eletrolux - PR.

Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Unidade 14

TÉCNICAS DE PREPARO DE SALGADOS

Só de pensar em uma coxinha para incrementar o lanche da tarde ou naquele pastelzinho de queijo que da água na boca, o estômago faz festa.

Os salgados são uma excelente opção para quem quer comer um prato gostoso sem perder muito tempo com as panelas.

Mas, se por um lado eles são os queridinhos de quem preza pela praticidade e rapidez, por outro, podem colocar a dieta em risco por serem consumidos na versão frita, acrescentando muitas calorias e gorduras ao prato, causando problemas como colesterol alto, obesidade e alterações hormonais.

Troca esperta

Não adianta. Mesmo os salgados mais sequinhos precisam ser mergulhados numa panela de óleo ou azeite para ganharem o aspecto crocante e, portanto, carregam gordura do tipo saturada, ou seja, são compostos sintéticos e não processados pelo organismo de forma natural. Ela pode fazer mal ao organismo e comprometer, principalmente a saúde do coração. Todos os alimentos de origem vegetal são pobres em gordura saturada, já os alimentos de origem animal possuem bastante gordura saturada, especialmente os queijos curados, o bacon e o toucinho.

Mas, embora seja danosa quando consumida em excesso, a gordura não é a única culpada pela fama que a fritura leva de alimento pouco saudável: quando um alimento é colocado em óleo vegetal a uma alta temperatura, ele se desidrata e perde nutrientes, principalmente substâncias antioxidantes como a vitaminas E, por isso, além de mais calóricos, os salgados fritos se tornam menos nutritivos e comprometem a saúde.

Descompasso hormonal

Por apresentar uma composição parecida com a do estrogênio, a gordura saturada, quando em excesso, assume a função deste hormônio no organismo e causa alterações importantes em sua produção podendo provocar alterações de humor e na pele.

Unidade 14



Diferença de calorias entre os tipos de preparo:

Salgado	Assado	Frito
Pastel de queijo (unidade)	80 kcal	110 kcal
Croquete de carne (unidade)	187 kcal	273 kcal
Coxinha (unidade)	210 kcal	250 kcal
Nuggets (6 unidades)	148 kcal	230 kcal
Fogaça (unidade)	187 kcal	300 kcal
Batata (100 gramas)	95 Kcal	220 Kcal
Kibe (unidade)	150 kcal	197 kcal
Bolinho de arroz (unidade)	69 Kcal	98 Kcal
Fonte: Nutrient Data Laboratory		

No forno

A saída para reduzir a quantidade de gordura e as calorias dos salgados rápidos, como quibes e coxinhas, é mudar o modo de preparo deles. Use o forno para assá-los. Eles emagrecem quando vão na forma em vez de mergulhar na panela.

Receitas de salgados assados:

NUGGETS

Ingredientes:

- 2 caixas de nuggets
- 200 g de queijo tipo mussarela
- 100 g de presunto
- 1 caixa de molho de tomate
- 1/2 colher de sobremesa de tempero seco
- 2 dentes de alho
- 1/2 cebola
- Manjericão/orégano
- Sal a gosto

Modo de preparo

- 1-Coloque os nuggets no micro-ondas para cozinhar cerca de 4 minutos, virando-os na metade do tempo.
- 2-Prepare o molho da lasanha com o molho de tomate, a cebola o alho, o tempero seco e sal a



gosto.

3-Coloque numa forma própria para microondas uma primeira camada de nuggets, espalhe o molho em cima, coloque o presunto e o queijo, formando duas a três camadas de acordo com o tamanho da forma, sendo que a ultima camada deve ser de queijo.

4-Salpique ao final manjerição seco ou orégano.

5-Leve de volta ao micro-ondas por mais seis minutos e pronto.

6-Uma forma criativa de comer os nuggets.

PASTEL DE FORNO

Ingredientes:

- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 50g de margarina
- 1 ovo
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (sopa) de vinagre
- 1 gema para pincelar
- Recheio de sua preferência.

Modo de preparo

1-Em uma vasilha misture a farinha, a margarina, o ovo, o sal e o vinagre.

2-Amasse bem até a massa ficar homogênea.

3-Envolva-a em papel filme ou saco plástico e leve à geladeira por 30 minutos.

4-Abra a massa com o rolo em superfície enfarinhada, corte-a em 20 pedaços, distribua o recheio, feche os pastéis e pincele com a gema.

5-Asse em forno pré-aquecido.

QUIBE ASSADO

Ingredientes:

- 1kg de carne moída
- 200g de trigo para quibe
- 2 cebolas picadinhas

Unidade 14



- 1 tomate picado sem sementes
- Hortelã picadinha a gosto
- Sal -Pimenta - do – reino
- 2 colheres de azeite de oliva

Modo de preparo

- 1-Deixar o trigo para quibe de molho por 3 horas.
- 2-Escorrer muito bem e espremer o trigo.
- 3-Misturar os demais ingredientes, se preferir passe por um moedor ou processador antes de assar.
- 4-Estender em uma travessa e passar por cima azeite de oliva.

Vegetariano

O termo vegetariano refere-se unicamente a um tipo de dieta, e não algum tipo de produto ou alimento animal. As razões para se tornar - se um vegetariano, basicamente são quatro, ora por questões éticas ou de saúde, economia ou religião ou qualquer combinações destas.

A ênfase na América tem sido por questões de saúde e na Inglaterra por questões de Ética. Um vegetariano, como já sabemos, não come nenhuma espécie de carne, mas come ovos e leite assim como seus derivados. Um vegan além de não comer nenhuma carne, não come nenhum derivado animal. A sociedade vegan Britânica da uma excelente definição sobre Veganismo: "é uma forma de vida que exclui todas as formas de exploração e crueldade contra o reino animal. Inclui o respeito por todas formas de vida. isto se aplica no uso da prática de viver somente de produtos derivados do mundo vegetal".

A exclusão do uso da carne vermelha, de peixes, de aves, ovos, mel leite ou derivados, encoraja o uso de formas alternativas de produtos vegetais. O veganismo lembra o homem de sua responsabilidade, pelos recursos naturais e faz com que ele busque caminhos de manter o solo e o reino vegetal saudável, assim como o uso correto dos materiais da terra.

Através desta definição você percebeu que o Veganismo é muito mais do que uma questão de dieta. Vegan é contra a matança , judiar ou explorar os animais. Vegan é também interessados em ter um excelente padrão físico, emocional, mental e espiritual. Nós devemos tomar uma decisão importante em selecionar o tipo de produtos que usamos. E cada uma de nossas atitudes através de todas as formas de vida.



Produtos diet e produtos light.

Cuidado ! Nem todo alimento diet é light !

Pesquise com calma e muita atenção!

Atualmente há uma grande variedade de produtos diet e light (palavras inglesas que significam dietético e leve).

Produtos diet produzidos no Brasil podem apresentar no rótulo as expressões: “sem”, “isento de”, “não contém”, “zero”, etc.

Produtos Diet: são aqueles que não possuem um ou mais ingredientes em sua composição, tais como:

- isento de glúten – para os portadores de doença celíaca;
- isento de lactose – para pessoas alérgicas à esse tipo de açúcar do leite;
- ausência de açúcar (sacarose, mel, glucose) – é indicado para diabéticos;
- ausência de gordura – indicado para pessoas com problemas de colesterol;
- ausência de sal – indicado para os hipertensos.

Portanto, um alimento diet pode conter açúcar e pode engordar. O que é diet não necessariamente emagrece ou tem menos calorias. Produtos considerados diet podem apresentar mais calorias que produtos tradicionais; é o que acontece com o chocolate diet, por exemplo, ou com o bolo diet. Estes produtos são isentos de açúcar mas apresentam maiores quantidades de gordura, a fim de conferir sabor. Neste caso, os alimentos tornam-se mais calóricos, não sendo recomendados para o controle de peso, e sim para os diabéticos, desde que os mesmos não exagerem em quantidade.

Produtos light: são aqueles de baixo valor calórico destinados às pessoas que desejam perder peso. Apresentam redução de, no mínimo, 25% de um de seus ingredientes, como açúcar, gordura, etc., sendo indicados para pessoas que desejam controlar a ingestão de calorias.

Existem produtos light que também são diet: é o caso do iogurte natural. Este alimento é considerado light por ter reduzido teor de gordura e é diet porque não tem açúcar. Se você deseja perder peso escolha produtos light ou produtos diet isentos de açúcar e/ou gordura. Não vá tomar mais refrigerante do que o normal só porque ele é light. Você vai estar trocando seis por meia dúzia.

Unidade 14



RECEITAS DIVERSAS

BOLINHA DE QUEIJO DELÍCIA

Ingredientes:

- 1/2 litro de leite
- 70g de margarina
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1/2 tablete de caldo de galinha
- 1/2 xícara (chá) de queijo parmesão (ralado)
- 1 colher (sopa) de requeijão cremoso
- 250g de queijo prato (cortado em cubinhos)
- ovos batidos (para empanar)
- farinha de rosca (para empanar)

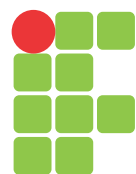
Modo de Fazer

Leve ao fogo o leite, o caldo de galinha, a margarina e o requeijão, até que o preparado ferva. Em seguida, adicione a farinha de trigo, mexendo até que a massa solte do fundo da panela. Retire do fogo e acrescente o queijo parmesão ralado. Sove a massa e faça as bolinhas, recheando com os cubinhos de queijo. Frite em óleo quente.

BOLINHO DE BACALHAU RECHEADO

Ingredientes:

- 1/2kg de bacalhau
- 250g de batatas
- 3 ovos
- sal a gosto
- pimenta a gosto
- 1/2 xícara (chá) de salsinha (picada)



INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ



PDE | PRONATEC

PROGRAMA NACIONAL DE ACESSO AO
ENSINO TÉCNICO E EMPREGO

FORMAÇÃO INICIAL E CONTINUADA

EMPREENDEDORISMO



Nome _____

Endereço _____

Telephone _____

Email _____

Anotações





EMPREENDEDORISMO

Érica Dias de Paula Santana e Ximena Novais de Moraes



INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ



Os textos que compõem estes cursos, não podem ser reproduzidos sem autorização dos editores
© Copyright by 2012 - Editora IFPR

IFPR - INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ

Reitor

Prof. Irineu Mario Colombo

Pró-Reitor de Extensão, Pesquisa e Inovação

Silvestre Labiak Junior

Organização

Marcos José Barros

Cristiane Ribeiro da Silva

Projeto Gráfico e Diagramação

Leonardo Bettinelli



Introdução

Certamente você já ouviu falar sobre empreendedorismo, mas será que você sabe exatamente o que significa essa palavra, será que você possui as características necessárias para tornar-se um empreendedor? Esse material busca responder essas e outras perguntas a respeito desse tema que pode fazer a diferença na sua vida!

No dia 29 de dezembro de 2008 foi promulgada a Lei nº 11.892 que cria a Rede Federal de Ciência e Tecnologia. Uma das instituições que compõe essa rede é o Instituto Federal do Paraná, criado a partir da escola técnica da Universidade Federal do Paraná. Você deve estar se perguntando “O que isso tem a ver com o empreendedorismo?”, não é mesmo? Pois tem uma relação intrínseca: uma das finalidades dessas instituições federais de ensino é estimular o empreendedorismo e o cooperativismo.

E como o IFPR vai estimular o empreendedorismo e o cooperativismo? Entendemos que a promoção e o incentivo ao empreendedorismo deve ser tratado com dinamismo e versatilidade, ou seja, esse é um trabalho que não pode estagnar nunca. Uma das nossas ações, por exemplo, é a inserção da disciplina de empreendedorismo no currículo dos cursos técnicos integrados e subsequentes, onde os alunos tem a oportunidade de aprender conceitos básicos sobre empreendedorismo e os primeiros passos necessários para dar início a um empreendimento na área pessoal, social ou no mercado privado.

Neste material, que servirá como apoio para a disciplina de empreendedorismo e para cursos ministrados pelo IFPR por programas federais foi desenvolvida de forma didática e divertida. Aqui vamos acompanhar a vida da família Bonfim, uma família como qualquer outra que já conhecemos! Apesar de ser composta por pessoas com características muito diversas entre si, os membros dessa família possuem algo em comum: todos estão prestes a iniciar um empreendimento diferente em suas vidas. Vamos acompanhar suas dúvidas, dificuldades e anseios na estruturação de seus projetos e através deles buscaremos salientar questões bastante comuns relacionadas ao tema de empreendedorismo.

As dúvidas desta família podem ser suas dúvidas também, temos certeza que você vai se





Sumário

HISTÓRIADO EMPREENDEDORISMO.....	7
TRAÇANDO O PERFIL EMPREENDEDOR.....	8
PLANEJANDO E IDENTIFICANDO OPORTUNIDADES	12
ANÁLISE DE MERCADO	14
PLANO DE MARKETING	15
PLANO OPERACIONAL	17
PLANO FINANCEIRO	18
EMPREENDEDORISMO SOCIAL OU COMUNITÁRIO	21
INTRAEMPREENDEDORISMO	23
REFERÊNCIAS	25





Anotações

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 28 horizontal blue or grey lines spaced evenly apart, typical of notebook paper. The lines extend across the entire width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical lines, text, or other markings on the page.



HISTÓRIA DO EMPREENDEDORISMO

Antes de apresentá-los a família Bonfim, vamos conhecer um pouco da história do empreendedorismo?

Você deve conhecer uma pessoa extremamente determinada, que depois de enfrentar muitas dificuldades conseguiu alcançar um objetivo. Quando estudamos a história do Brasil e do mundo frequentemente nos deparamos com histórias de superação humana e tecnológica. Pessoas empreendedoras sempre existiram, mas não eram definidas com esse termo.

Os primeiros registros da utilização da palavra empreendedor datam dos séculos XVII e XVIII. O termo era utilizado para definir pessoas que tinham como característica a ousadia e a capacidade de realizar movimentos financeiros com o propósito de estimular o crescimento econômico por intermédio de atitudes criativas.

Joseph Schumpeter, um dos economistas mais importantes do século XX, define o empreendedor como uma pessoa versátil, que possui as habilidades técnicas para produzir e a capacidade de capitalizar ao reunir recursos financeiros, organizar operações internas e realizar vendas.

É notável que o desenvolvimento econômico e social de um país se dá através de empreendedores. São os empreendedores os indivíduos capazes de identificar e criar oportunidades e transformar ideias criativas em negócios lucrativos e soluções e projetos inovadores para questões sociais e comunitárias.

O movimento empreendedor começou a ganhar força no Brasil durante a abertura de mercado que transcorreu na década de 90. A importação de uma variedade cada vez maior de produtos provocou uma significativa mudança na economia e as empresas brasileiras precisaram se reestruturar para manterem-se competitivas. Com uma série de reformas do Estado, a expansão das empresas brasileiras se acelerou, acarretando o surgimento de novos empreendimentos e trazendo luz à questão da formação do empreendedor. língua e linguagem e sua importância na leitura e produção de textos do nosso cotidiano.

Perfil dos integrantes da família Bonfim

Felisberto Bonfim: O pai da família, tem 40 anos de idade. Trabalha há 20 anos na mesma empresa, mas sempre teve vontade de investir em algo próprio.

Pedro Bonfim: O filho mais novo tem 15 anos e faz o curso de técnico em informática no IFPR. Altamente integrado às novas tecnologias, não consegue imaginar uma vida desconectada.

Clara Bonfim: A primogênita da família tem 18 anos e desde os 14 trabalha em uma ONG de

Unidade 1



seu bairro que trabalha com crianças em risco social. Determinada, não acredita em projetos impossíveis.

Serena Bonfim: Casada desde os 19 anos, dedicou seus últimos anos aos cuidados da casa e da família. Hoje com 38 anos e com os filhos já crescidos, ela quer resgatar antigos sonhos que ficaram adormecidos, como fazer uma faculdade.

Benvinda Bonfim: A vovó da família tem 60 anos de idade e é famosa por cozinhar muito bem e por sua hospitalidade.

Todos moram juntos em uma cidade na região metropolitana de Curitiba.

TRAÇANDO O PERFIL EMPREENDEDOR



Muitas pessoas acreditam que é preciso nascer com características específicas para ser um empreendedor, mas isso não é verdade, essas características podem ser estimuladas e desenvolvidas.

O sr. Felisberto Bonfim é uma pessoa dedicada ao trabalho e a família e que embora esteja satisfeito com a vida que leva nunca

deixou para trás o sonho de abrir o próprio negócio. Há 20 anos atuando em uma única empresa, há quem considere não haver mais tempo para dar um novo rumo à vida. Ele não pensa assim, ele acredita que é possível sim começar algo novo, ainda que tenha receio de não possuir as características necessárias para empreender. Você concorda com ele, você acha que ainda há tempo para ele começar?

Responda as questões abaixo. Elas servirão como um instrumento de autoanálise e a partir das questões procure notar se você tem refletido sobre seus projetos de vida. Se sim, eles estão bem delineados? O que você considera que está faltando para alcançar seus objetivos? Preste atenção nas suas respostas e procure também identificar quais características pessoais você possui que podem ser utilizadas para seu projeto empreendedor e quais delas podem ser aprimoradas:

a) Como você se imagina daqui há 10 anos?



b) Em que condições você gostaria de estar daqui há 10 anos?

c) Quais pontos fortes você acredita que tem?

d) Quais pontos fortes seus amigos e familiares afirmam que você tem? Você concorda com eles?

e) Para você, quais seus pontos precisam ser melhor trabalhados

f) Na sua opinião, você poderia fazer algo para melhorar ainda mais seus pontos fortes? Como?



g) Você acha que está tomando as atitudes necessárias para atingir seus objetivos?

h) O que você acha imprescindível para ter sucesso nos seus objetivos?

A ousadia é uma característica extremamente importante para quem pretende iniciar um projeto empreendedor - é necessário estar disposto a correr riscos e buscar novas alternativas, mesmo se outras pessoas disserem que não vai dar certo (o que provavelmente sempre ocorrerá em algum momento da trajetória). Isso nos leva a uma outra característica muito importante para um empreendedor, ele precisa ser positivo e confiante, ou seja, precisa acreditar em si e não se deixar abalar pelos comentários negativos. Um empreendedor precisa ser criativo e inovador, precisa estar antenado ao que está acontecendo no mundo e estar atento às necessidades do mercado e da comunidade, precisa ser organizado e manter o foco dos seus objetivos.

Você já ouviu falar do pipoqueiro Valdir? Valdir Novaki tem 41 e nasceu em São Mateus do Sul-PR, é casado e tem 1 filho. Durante a adolescência trabalhou como boia fria. Mora em Curitiba desde 98 e durante muito tempo trabalhou com atendimento ao público em lanchonete e bancas de jornal. Parece uma história corriqueira, mas o que Valdir tem de tão especial? Valdir conquistou a oportunidade de vender pipoca em carrinho no centro da cidade de Curitiba, mas decidiu que não seria um pipoqueiro qualquer, queria ser o melhor. Em seu carrinho ele mantém uma série de atitudes que o diferenciam dos demais. Além de ser extremamente cuidadoso com a higiene do carrinho, Valdir preocupa-se com a higiene do cliente também, oferecendo álcool gel 70% para que o cliente higienize suas mãos antes de comer a pipoca e junto com a pipoca entrega um kit higiene contendo um palito de dentes, uma bala e um guardanapo. Ele também possui um cartão fidelidade, onde o cliente depois de comprar cinco pipocas no carrinho ganha outro de graça. Pequenas atitudes destacaram esse pipoqueiro e hoje, além de possuir uma clientela fiel, faz uma série de palestras por todo o país, sendo reconhecido como um empreendedor de sucesso. A simpatia com que atende a seus clientes faz toda a diferença, as pessoas gostam de receber um tratamento especial.



Conheça mais sobre o pipoqueiro Valdir em:

<<http://www.youtube.com/watch?v=vsAJHv11GLc>>.

Há quem julgue que o papel que ocupam profissionalmente é muito insignificante, mas não é verdade, basta criatividade e vontade de fazer o melhor. Toda atividade tem sua importância! Falando em criatividade, vamos estimulá-la um pouco?

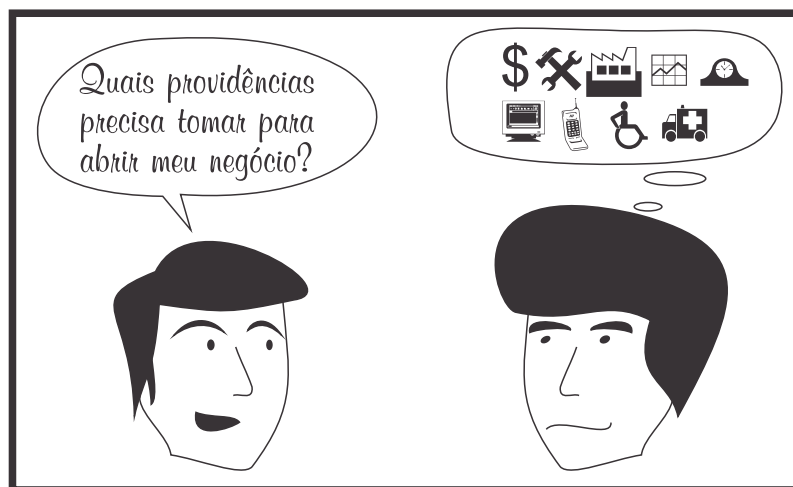
- 1) Já pensou em procurar novas utilidades para os objetos do dia a dia? Como assim? Pense em algum material que você utiliza em seu trabalho ou em casa e em como você poderia utilizá-lo para outra finalidade diferente da sua original. Lembre-se que nem sempre dispomos de todos os instrumentos necessários para realizar uma determinada atividade. Nesses momentos precisamos fazer da criatividade nossa maior aliada para realizar as adaptações necessárias para alcançar o êxito em nossas ações!
- 2) Agora vamos fazer ao contrário, pense em uma atividade do seu dia que você não gosta ou tem dificuldade de fazer. Pensou? Então imagine uma alternativa para torná-la fácil e rápida, pode ser mesmo uma nova invenção!

E aí? Viu como a imaginação pode ser estimulada? Habitue-se a fazer as mesmas coisas de formas diferentes: fazer novos caminhos para chegar ao mesmo lugar, conversar com pessoas diferentes e dar um novo tom a sua rotina são formas de estimular o cérebro a encontrar soluções criativas. Como vimos, a inovação e a criatividade é extremamente importante para um empreendedor, por isso nunca deixe de estimular seu cérebro! Leia bastante, faça pesquisas na área que você pretende investir e procure enxergar o mundo ao redor com um olhar diferenciado!

Refletindo muito sobre a possibilidade de abrir seu próprio negócio, o pai da família procurou em primeiro lugar realizar uma autoanálise. Consciente de seus pontos fortes e fracos, ele agora se sente mais seguro para dar o próximo passo: planeja. Antes de tomar alguma decisão importante em sua vida, siga o exemplo do sr. Felisberto!



PLANEJANDO E IDENTIFICANDO OPORTUNIDADES



Planejar é palavra de ordem em todos os aspectos de nossa vida, você concorda? Quando queremos fazer uma viagem, comprar uma casa ou um carro, se não realizarmos um planejamento adequado certamente corremos o risco de perder tempo e dinheiro ou, ainda pior, sequer poderemos alcançar nosso objetivo.

Para começar um empreendimento não é diferente, é necessário definir claramente nossos objetivos e traçar os passos necessários para alcançá-los. Para operacionalizar a etapa de planejamento, o Plano de Negócios é uma ferramenta obrigatória.

O plano de negócios caracteriza-se como uma ferramenta empresarial que objetiva averiguar a viabilidade de implantação de uma nova empresa. Depois de pronto, o empreendedor será capaz de dimensionar a viabilidade ou não do investimento. O plano de negócios é instrumento fundamental para quem tem intenção de começar um novo empreendimento, é ele que vai conter todas as informações importantes relativas a todos os aspectos do empreendimento.

Vamos acompanhar mais detalhadamente os fatores que compõem um Plano de Negócios.

Elaboração de um Plano de Negócio

1. Sumário executivo

É um resumo contendo os pontos mais importantes do Plano de Negócio, não deve ser extenso e muito embora apareça como primeiro item do Plano ele deve ser escrito por último. Nele você deve colocar informações como:

Definição do negócio

O que é o negócio, seus principais produtos e serviços, público-alvo, previsão de faturamento, localização da empresa e outros aspectos que achar importante para garantir a



viabilidade do negócio.

Dados do empreendedor e do empreendimento

Aqui você deve colocar seus dados pessoais e de sua empresa tal como nome, endereço, contatos. Também deverá constar sua experiência profissional e suas características pessoais, permitindo que quem leia seu Plano de Negócios, como um gerente de banco para o qual você pediu empréstimo, por exemplo, possa avaliar se você terá condições de encaminhar seu negócio de maneira eficiente.

Missão da empresa

A missão deve ser definida em uma ou no máximo duas frases e deve definir o papel desempenhado pela sua empresa.

Setor em que a empresa atuará

Você deverá definir em qual setor de produção sua empresa atuará: indústria, comércio, prestação de serviços, agroindústria etc..

Forma Jurídica

Você deve explicitar a forma como sua empresa irá se constituir formalmente. Uma microempresa, por exemplo, é uma forma jurídica diversa de uma empresa de pequeno porte.

Enquadramento tributário

É necessário realizar um estudo para descobrir qual a melhor opção para o recolhimento dos impostos nos âmbitos Municipal, Estadual e Federal.

Capital Social

O capital social é constituído pelos recursos (financeiros, materiais e imateriais) disponibilizados pelos sócios para constituição da empresa. É importante também descrever qual a fonte de recursos



DICA: Tenha muito cuidado na hora de escolher seus sócios, é essencial que eles tenham os mesmos objetivos e a mesma disponibilidade que você para se dedicar ao negócio, se vocês não estiverem bastante afinados há um risco muito grande de enfrentarem sérios problemas na consecução do empreendimento.

Diferencial: saliente o diferencial do seu produto ou serviço, ou seja, por qual razão os consumidores irão escolher você ao invés de outro produto ou serviço.

ANÁLISE DE MERCADO

Clientes

Esse aspecto do seu Plano de Negócio é extremamente importantes, afinal é nele que será definindo quais são os seus clientes e como eles serão atraídos. Comece identificando-os:

- Quem são?
- Idade?
- Homens, mulheres, famílias, crianças?
- Nível de instrução?

Ou ainda, se forem pessoas jurídicas:

- Em que ramo atuam?
- Porte?
- Há quanto tempo atuam no mercado?

É importante que você identifique os hábitos, preferências e necessidades de seus clientes a fim de estar pronto para atendê-los plenamente e para que eles possam tê-lo como primeira opção na hora de procurar o produto/serviço que você oferece. Faça um levantamento sobre quais aspectos seus possíveis clientes valorizam na hora de escolher um produto/serviço, isso vai ser importante para você fazer as escolhas corretas no âmbito do seu empreendimento. Saber onde eles estão também é importante, estar próximo a seus clientes vai facilitar muitos aspectos.



Concorrentes

Conhecer seus concorrentes, isto é, as empresas que atuam no mesmo ramo que a sua, é muito importante porque vai te oferecer uma perspectiva mais ampla e realista de como encaminhar seu negócio. Analisar o atendimento, a qualidade dos materiais utilizados, as facilidades de pagamento e garantias oferecidas, irão ajudá-lo a responder algumas perguntas importantes: Você tem condições de competir com tudo o que é oferecido pelos seus concorrentes? Qual vai ser o seu diferencial? As pessoas deixariam de ir comprar em outros lugares para comprar no seu estabelecimento? Por quê? Em caso negativo, por que não?

Mas não esqueça de um aspecto muito importante: seus concorrentes devem ser visto como fator favorável, afinal eles servirão como parâmetro para sua atividade e podem até mesmo tornar-se parceiros na busca da melhoria da qualidade dos serviços e produtos ofertados.

Fornecedores

Liste todos os insumos que você utilizará em seu negócio e busque fornecedores. Para cada tipo de produto, pesquise pelo menos três empresas diferentes. Faça pesquisas na internet, telefonemas e, se possível, visite pessoalmente seus fornecedores. Certifique-se de que cada fornecedor será capaz de fornecer o material na quantidade e no prazo que você precisa, analise as formas de pagamento e veja se elas serão interessantes para você. Mesmo após a escolha um fornecedor é importante ter uma segunda opção, um fornecedor com o qual você manterá contato e comprará ocasionalmente, pois no caso de acontecer algum problema com seu principal fornecedor, você poderá contar com uma segunda alternativa. Lembre-se, seus fornecedores também são seus parceiros, manter uma relação de confiança e respeito com eles é muito importante. Evite intermediários sempre que possível, o ideal é comprar direto do produtor ou da indústria, isso facilita, acelera e barateia o processo.

PLANO DE MARKETING

Descrição

Aqui você deve descrever seus produto/serviço. Especifique tamanhos, cores, sabores, embalagens, marcas entre outros pontos relevantes. Faça uma apresentação de seu produto/serviço de maneira que possa se tornar atraente ao seu cliente. Verifique se há exigências oficiais a serem atendidas para fornecimento do seu produto/serviço e certifique-se que



seguir todas as orientações corretamente.

Preço

Para determinar o preço do seu produto/serviço você precisa considerar o custo TOTAL para produzi-lo e ainda o seu lucro. É preciso saber quanto o cliente está disposto a pagar pelo seu produto/serviço verificando quanto ele está pagando em outros lugares e se ele estaria disposto a pagar a mais pelo seu diferencial.

Divulgação

É essencial que você seja conhecido, que seus clientes em potencial saibam onde você está e o que está fazendo, por isso invista em mídias de divulgação. Considere catálogos, panfletos, feiras, revistas especializadas, internet (muito importante) e propagandas em rádio e TV, analise e veja qual veículo melhor se encaixa na sua necessidade e nos seus recursos financeiros.

Estrutura de comercialização

Como seus produtos chegarão até seus clientes? Qual a forma de envio? Não se esqueça de indicar os canais de distribuição e alcance dos seus produtos/serviços. Você pode considerar representantes, vendedores internos ou externos, por exemplo. Independente de sua escolha esteja bastante consciente dos aspectos trabalhistas envolvidos. Utilizar instrumentos como o telemarketing e vendas pela internet também devem ser considerados e podem se mostrar bastante eficientes.

Localização

A localização do seu negócio está diretamente ligada ao ramo de atividades escolhido para atuar. O local deve ser de fácil acesso aos seus clientes caso a visita deles no local seja necessária. É importante saber se o local permite o seu ramo de atividade. Considere todos os aspectos das instalações, se é de fácil acesso e se trará algum tipo de impeditivo para o desenvolvimento da sua atividade.

Caso já possua um local disponível, verifique se a atividade escolhida é adequada para ele, não corra o risco de iniciar um negócio em um local inapropriado apenas porque ele está disponível. Se for alugar o espaço, certifique-se de que é possível desenvolver sua atividade nesse



local e fique atento a todas as cláusulas do contrato de aluguel.

PLANO OPERACIONAL

Layout

A distribuição dos setores da sua empresa de formas organizada e inteligente vai permitir que você tenha maior rentabilidade e menor desperdício. A disposição dos elementos vai depender do tamanho de seu empreendimento e do ramo de atividade exercido. Caso seja necessário você pode contratar um especialista para ajudá-lo nessa tarefa, mas se não for possível, por conta própria procure esquematizar a melhor maneira de dispor os elementos dentro de sua empresa. Pesquise se o seu ramo e atividade exige regulamentações oficiais sobre layout, preocupe-se com segurança e com a acessibilidade a portadores de deficiência.

Capacidade Produtiva

É importante estimar qual é sua capacidade de produção para não correr o risco de assumir compromissos que não possa cumprir - lembre-se que é necessário estabelecer uma relação de confiança entre você e seu cliente. Quando decidir aumentar a capacidade de produção tenha certeza que isso não afetará a qualidade do seu produto/serviço.

Processos Operacionais

Registre detalhadamente todas as etapas de produção desde a chegada do pedido do cliente até a entrega do produto/serviço. É importante saber o que é necessário em cada uma delas, quem será o responsável e qual a etapa seguinte.

Necessidade de Pessoal

Faça uma projeção do pessoal necessário para execução do seu trabalho, quais serão as formas de contratação e os aspectos trabalhistas envolvidos. É importante estar atento à qualificação dos profissionais, por isso verifique se será necessário investir em cursos de capacitação.



PLANO FINANCEIRO

Investimento total

Aqui você determinará o valor total de recurso a ser investido. O investimento total será formado pelos investimentos fixos, Capital de giro e Investimentos pré-operacionais.

Agora que você tem uma noção básica de como compor um plano de negócios acesse a página <<http://www.planodenegocios.com.br/www/index.php/plano-de-negocios/outros-exemplos>> e encontre mais informações sobre como elaborar o planejamento financeiro de seu Plano de Negócio, além de outras informações importantes. Lá você encontrará exemplos de todas as etapas de um Plano de Negócio.

Faça pesquisas em outros endereços eletrônicos e se preciso, busque o apoio de consultorias especializadas. O sucesso do seu projeto irá depender do seu empenho em buscar novos conhecimentos e das parcerias conquistadas para desenvolvê-lo.

Pesquise também por fontes de financiamento em instituições financeiras, buscando sempre a alternativa que melhor se adequará as suas necessidades. Não tenha pressa, estude bastante antes de concluir seu plano de negócio. É importante conhecer todos os aspectos do ramo de atividade que você escolher, valorize sua experiência e suas características pessoais positivas. Lembre-se que o retorno pode demorar algum tempo, certifique-se que você terá condições de manter o negócio até que ele dê o retorno planejado. Separe despesas pessoais de despesas da empresa. Busque sempre estar atualizado, participe de grupos e feiras correlatas à sua área de atuação.

Planejar para clarear!

Após buscar auxílio especializada e estudar sobre o assunto, o pai concluiu seu plano de negócios. A partir dele pôde visualizar com clareza que tem em mãos um projeto viável e até conseguiu uma fonte de financiamento adequada a sua realidade. Com o valor do financiamento investirá na estrutura de seu empreendimento que será lançado em breve.

MICROEMPREENDEDOR INDIVIDUAL





Será mesmo que a dona Benvinda não tem capacidade para empreender?

Vamos analisar a situação: a vovó é muito conhecida no seu bairro e é admirada pela sua simpatia. Seus quitutes são conhecidos por todos e não é a primeira vez que alguém sugere que ela comece a vendê-los. À primeira vista, o cenário parece ser favorável para que ela inicie seu empreendimento: ela tem uma provável clientela interessada e que confia e anseia por seus serviços.

Ao conversar com a família, é incentivada por todos. Com a ajuda dos seus netos, a vovó vai atrás de informações e descobre que se enquadra nos requisitos para ser registrada como microempreendedora individual.

Você conhece os requisitos para se tornar um microempreendedor individual?

A Lei Complementar 128/2008 criou a figura do Microempreendedor Individual – MEI, com vigência a partir de 01.07.2009. É uma possibilidade de profissionais que atuam por conta própria terem seu trabalho legalizado e passem a atuar como pequenos empresários.

Para se enquadrar como microempreendedor individual, o valor de faturamento anual do empreendimento deve ser de até 60 mil reais. Não é permitida a inscrição como MEI de pessoa que possua participação como sócio ou titular de alguma empresa.

O MEI possui algumas condições específicas que favorecem a sua legalização. A formalização pode ser feita de forma gratuita no próprio Portal do Empreendedor. O cadastro como MEI possibilita a obtenção imediata do CNPJ e do número de inscrição na Junta Comercial, sem a necessidade de encaminhar quaisquer documentos previamente. Algumas empresas de contabilidade optantes pelo Simples Nacional estão habilitadas a realizar também a formalização.

Custos

Há alguns custos após a formalização. O pagamento dos custos especificados abaixo é feito através do Documento de Arrecadação do Simples Nacional, que pode ser gerado online :

- 5% de salário mínimo vigente para a Previdência.
- Se a atividade for comércio ou indústria, R\$ 1,00 fixo por mês para o Estado.
- Se a atividade for prestação de serviços, R\$ 5,00 fixos por mês para o Município.



Exemplo de atividades reconhecidas para o registro como MEI:

A dona Benvinda se registrou como doceira. São diversas as atividades profissionais aceitas para o registro como microempreendedor individual. Algumas delas são: Artesão, azulejista, cabeleireiro, jardineiro, motoboy. Para conhecer todas as atividades, acesse o site <<http://www.portaldoempreendedor.gov.br>>.

Todos podem empreender!

Hoje a vovó está registrada como microempreendedora individual e aos poucos sua clientela está crescendo. Recentemente ela fez um curso para novos empreendedores e já está com planos de expandir seus serviços nos próximos meses, talvez ela precise até mesmo contratar um ajudante para poder dar conta das encomendas que não param de aumentar.

O microempreendedor individual tem direito a ter um funcionário que receba exclusivamente um salário mínimo ou o piso salarial da categoria profissional a qual pertença.

Atividade Formativa

- Acesse o conteúdo sobre microempreendedor individual no Portal do Empreendedor e discuta com seus colegas sobre o tema.
- Pense em alguém que exerça uma atividade profissional informalmente. Quais vantagens você apontaria para convencer essa pessoa a realizar seu cadastro como Microempreendedor Individual?
- Pesquise sobre linhas de crédito e incentivo específicas para microempreendedores individuais no Brasil.



Muitas pessoas acreditam que características empreendedoras já vem de berço: ou se nasce com elas ou não há nada a ser feito. Pois saiba que é possível através de uma educação voltada para o empreendedorismo desenvolver características necessárias para o início de um empreendimento. Esse empreendimento não precisa ser necessariamente um negócio com



fins lucrativos, pode ser um um objetivo pessoal, um sonho em qualquer área da sua vida.

A pedagogia empreendedora de Fernando Dolabela afirma que a educação tradicional a qual somos submetidos nos reprime e faz com que percamos características importantes no decorrer de nossa trajetória, levando muitas pessoas a crer que não são capazes de empreender. Sua proposta de educação busca romper com esse pensamento e inserir no sistema educacional aspectos que priorizem a criatividade e a autoconfiança para que quando estas crianças atingirem a idade adulta possam enxergar a possibilidade de abrir um negócio como uma alternativa viável.

Não podemos esquecer que é empreendedor, em qualquer área, alguém que tenha sonhos e busque de alguma forma transformar seu sonho em realidade. O sonho pode ser abrir um negócio, fazer um curso, aprender uma língua ou mudar a realidade social em que vive. É inegável que para realizar qualquer um desse itens é essencial estar comprometido com o trabalho, ser ousado e estar disposto a enfrentar desafios.

O empreendedorismo pode ser aprendido e está relacionado mais a fatores culturais do que pessoais e consiste em ser capaz de cultivar e manter uma postura e atitudes empreendedoras.

O Pedro está tendo seu primeiro contato com o empreendedorismo na sala de aula e eles e seus amigos já estão cheio de ideias. Eles planejam usar os conhecimentos adquiridos na disciplina e escrever um projeto para dar início a uma empresa júnior na área de informática.

Inspire-se

Certamente você já deve ter ouvido falar da Cacau Show, mas você conhece a história dessa marca? Você sabia que ela nasceu do sonho de um rapaz que vendia chocolates de porta em porta em um fusca? Não? Então leia mais em:

<http://www.endeavor.org.br/endeavor_tv/start-up/day1/aprendendo-a-ser-empreendedor/empreendedorismo-em-todos-os-sentidos> e inspire-se!

EMPREENDEDORISMO SOCIAL OU COMUNITÁRIO

Educação empreendedora

O empreendedor é aquele que tem como objetivo maior o lucro financeiro a partir





de um empreendimento, correto? Não necessariamente! O objetivo maior do empreendedor social ou comunitário pode ser desde o desenvolvimento social de uma comunidade inteira à luta pela preservação de uma reserva ambiental.

Vejam os exemplos da Clara. Desde a sua adolescência ela atua em uma organização não-governamental que lida com crianças carentes, dando ênfase na emancipação social dessas crianças através da arte, de esportes e da educação. O projeto, que começou com uma pequena dimensão, hoje atende não apenas seu bairro, como três outros próximos. É importante lembrar que o sucesso do projeto dependeu de sujeitos empreendedores, que se comprometeram com a causa e, com criatividade e competência foram capazes de expandir o projeto. Agora com o apoio da Clara e com o espírito empreendedor de mais um grupo, uma nova cidade será atendida pelo projeto e novas crianças serão beneficiadas!

Vamos conhecer mais sobre empreendimentos sociais e comunitários?

Empreendedorismo Social

O empreendedorismo social ultrapassa a noção de mera filantropia - há espaço aqui para metas, inovação e planejamento. Muitas organizações não governamentais tem uma estrutura semelhante a qualquer empresa com fins lucrativos.

A Pastoral da Criança é um exemplo de um empreendimento social de sucesso. Sua fundadora, a Dr^a Zilda Arns, aliou sua experiência profissional como médica pediatra e sanitária e sua própria sensibilidade para identificar um método simples e eficaz para combater a mortalidade infantil. Qual foi o ponto inovador do trabalho assumido pela Pastoral da Criança? Foi confiar às comunidades afetadas pelo problema de mortalidade infantil o papel de multiplicadores do saber e de disseminadores da solidariedade.

Empreendedorismo Comunitário

O empreendedorismo comunitário consiste no movimento de organização de grupos e pessoas com o propósito de alcançar um objetivo comum, fortalecendo uma atividade que, se realizada individualmente, não seria capaz de alcançar a projeção adequada no mercado. No Brasil, a economia solidária ascendeu no final do século XX, em reação à exclusão social sofrida pelos pequenos produtores e prestadores de serviço que não tinham condições de concorrer com grandes organizações.

Imagine um pequeno produtor de leite em uma região onde atua um grande produtor de leite. Sozinho, ele não tem condições de concorrer com o grande produtor no mercado ou



receber financiamentos para expandir sua produção, por exemplo. Ao se aliar com outros pequenos produtores, o negócio adquire uma nova dimensão, onde são favorecidos não apenas os produtores, que agora tem condições de levar seu produto ao mercado com segurança e em nível de igualdade com o outro produtor, mas também todo o arranjo produtivo daquela região.

Em 2003 foi criada pelo Governo Federal a Secretaria Nacional de Economia Solidária, que tem a finalidade de fortalecer e divulgar as ações de economia solidária no país, favorecendo a geração de trabalho, renda e inclusão social.

Atividade Formativa

- Dê um exemplo de uma organização não-governamental. Que trabalho essa organização realiza? Você acredita que os gestores dessa ONG são empreendedores? Por quê?
- Identifique em seu bairro ou cidade uma carência que não foi suprida pelo setor público ou um trabalho exercido informalmente por algumas pessoas que possa ser fortalecido através da formação de uma estrutura de cooperativismo. Proponha uma ação que você acredita que possa transformar a realidade desse grupo.
- Você já ouviu falar em sustentabilidade? Dê um exemplo de uma ação sustentável que você já adota ou que possa ser adotada no seu dia a dia e como essa ação pode afetar positivamente o meio em que você vive.

INTRAEMPREENDEDORISMO



A sr^a Serena Bonfim há muito tempo mantém o sonho de fazer uma faculdade. Depois de tantos anos dedicados à família, ela está certa que está na hora de investir mais em si mesma. Além disso, com seu marido prestes a abrir uma empresa, ela está disposta a usar os conhecimentos adquiridos na graduação para trabalhar diretamente no novo empreendimento e contribuir com seu desenvolvimento.

Você pode estar pensando: “E se eu não quiser abrir um negócio, e se eu não quiser ser



um empresário?”. Abrir uma empresa é apenas uma alternativa, caso você não tenha intenção de ter seu próprio negócio você ainda pode ser um empreendedor.

O intraempreendedorismo é quando o empreendedorismo acontece no interior de uma organização, é quando alguém mesmo não sendo dono ou sócio do negócio mantém uma postura empreendedora dando sugestões e tendo atitudes que ajudam a empresa a encontrar soluções inteligentes. Intra empreendedores são profissionais que possuem uma capacidade diferenciada de analisar cenários, criar ideias, inovar e buscar novas oportunidades para as empresas e assim ajudam a movimentar a criação de ideias dentro das organizações, mesmo que de maneira indireta. São profissionais dispostos a se desenvolver em prol da qualidade do seu trabalho.

A cada dia as empresa preocupam-se mais em contratar colaboradores dispostos a oferecer um diferencial, pessoas dedicadas que realmente estejam comprometidas com o bom andamento da empresa. Esse comportamento não traz vantagens somente para a empresa, mas os funcionários também se beneficiam, na participação dos lucros, por exemplo, vantagens adicionais que as empresas oferecem a fim de manter o funcionário e, principalmente, na perspectiva de construção de uma carreira sólida e produtiva.

A capacitação contínua, o desenvolvimento da criatividade e da ousadia são características presentes na vida de um intraempreendedor.

- Vamos analisar se você tem características de um intraempreendedor?
- Você gosta do seu trabalho e do ambiente em que trabalha?
- Você está sempre atento às novas ideias?
- Você gosta de correr riscos e ousar novas ideias?
- Você procura soluções em locais incomuns?
- Você é persistente e dedicado?
- Você mantém ações proativas?
- Você busca fazer novas capacitações regularmente?

Caso você não tenha ficado suficientemente satisfeito com as respostas a estas perguntas, utilize o espaço abaixo para listar atitudes que podem ajudá-lo a ser um funcionário intraempreendedor.

O que fazer?	Como fazer?	Quando fazer?



Conclusão

Muitos acreditam que para ser empreendedor é necessário possuir um tipo de vocação que se manifesta somente para alguns predestinados, mas ao acompanhar a trajetória da família Bonfim, podemos notar que o sonho de empreender está ao alcance de todos nós. Como qualquer sonho, esse também exige planejamento e dedicação para que seja concretizado com sucesso.

Agora que você aprendeu os princípios básicos do empreendedorismo, que tal fazer como os membros da família Bonfim e investir nos seus sonhos?

REFERÊNCIAS

<<http://www.portaldoempreendedor.gov.br>>.

<<http://www.mte.gov.br/ecosolidaria/sies.asp>>.

<<http://www.pastoraldacrianca.org.br>>.

<<http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/cog/v14n1/v14n1a05.pdf>>.

<<http://www.sobreadministracao.com/intraempreendedorismo-guia-completo>>.

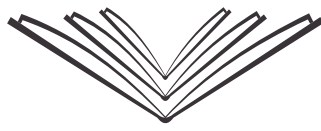
<<http://www.hsm.com.br/editorias/inovacao/intraempreendedorismo-voce-ja-fez-algo-diferente-hoje>>.

<<http://www.captaprojetos.com.br/artigos/ResenhaFDsite.pdf>>.

DORNELAS, J. C. A. **Empreendedorismo**. Transformando ideias em negócios. Rio de Janeiro: Elsevier, 2008. 3ª edição revista e atualizada.

ROSA, C. A. **Como elaborar um plano de negócio**. Rio de Janeiro: Sebrae, 2007.

DOLABELA, F. **Oficina do empreendedor**. Rio de Janeiro: Sextante, 2008.



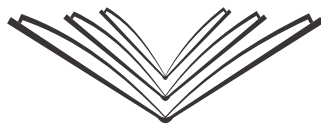
Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



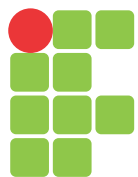
A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and cover most of the page area.





Anotações

[illegible]



**INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ**



PDE | PRONATEC

PROGRAMA NACIONAL DE ACESSO AO
ENSINO TÉCNICO E EMPREGO

FORMAÇÃO INICIAL E CONTINUADA

PLANO DE AÇÃO PROFISSIONAL





Os textos que compõem estes cursos, não podem ser reproduzidos sem autorização dos editores
© Copyright by 2012 - Editora IFPR

IFPR - INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ

Reitor

Irineu Mario Colombo

Pró-Reitor de Extensão, Pesquisa e Inovação

Silvestre Labiak Junior

Organização

Jeyza da Piedade de Campos Pinheiro

Marcos José Barros

Revisão Ortográfica

Rodrigo Sobrinho

Projeto Gráfico e Diagramação

Leonardo Bettinelli



**INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ**

Nome

Endereço

Telefone

Email

Anotações



Caro (a) estudante,

O Plano de Ação Individual – PAI será elaborado por você durante sua qualificação profissional nos cursos FIC (Formação Inicial e Continuada) do PRONATEC – IFPR. O destino desta viagem é apresentado por meio de um roteiro que o ajudará a lembrar e a organizar informações sobre suas experiências de trabalho e de seus familiares e a planejar a continuidade de seus estudos, incluindo sua formação escolar e seus planos profissionais.

O PAI é um instrumento que integra os conteúdos dos cursos FIC, devendo ser alimentado com suas ideias, pesquisas, experiências de trabalho e escolhas pessoais, com o objetivo de orientar e organizar sua trajetória acadêmica.

No decorrer do curso você desenvolverá atividades coletivas e individuais com a orientação do professor em sala de aula, e fará o registro destas informações, resultados de pesquisas e reflexões do seu cotidiano de forma sistematizada nas fichas que compõem o Plano. Toda a equipe pedagógica e administrativa contribuirá com você, orientando-o e ajudando-o a sistematizar estes dados. O preenchimento deste instrumento por você, será um referencial na sua formação e na construção do seu conhecimento, no processo de ensino-aprendizagem.

Bom estudo!



**INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ**

Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Sumário

Ficha 1: Iniciando minha viagem pelo Curso de Formação Inicial e continuada – FIC (IFPR/PRONATEC)	10
Ficha 2: Quem sou?	11
Ficha 3: O que eu já sei?	12
Ficha 4: Minha trajetória profissional.....	13
Ficha 5: O que ficou desta etapa do curso?.....	14
Ficha 6: Resgate histórico da vida profissional da minha família.....	15
Ficha 7: Comparando as gerações.	16
Ficha 8: Refletindo sobre minhas escolhas profissionais.....	17
Ficha 9: Pesquisando sobre outras ocupações do Eixo Tecnológico do curso que estou matriculado no IFPR/PRONATEC.	18
Ficha 10: Pesquisando as oportunidades de trabalho no cenário profissional.	19
Ficha 11: O que ficou desta etapa do curso?.....	20
Ficha 12: Vamos aprender mais sobre associação de classe.	21
Ficha 13: O que ficou desta etapa do curso?.....	22
Ficha 14: O que eu quero? (hoje eu penso que...).....	23
Ficha 15: O que ficou desta etapa do curso?.....	24
Ficha 16: Planejando minha qualificação profissional.....	25
Ficha 17: O que ficou desta etapa do curso?.....	26
Ficha 18: Momento de avaliar como foi o curso ofertado pelo IFPR/PRONATEC.....	27
Referências bibliográficas	28

Anotações

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Ficha 1: Iniciando minha viagem pelo Curso de Formação Inicial e Continuada – FIC (IFPR/PRONATEC).

No quadro abaixo liste o curso de Formação Inicial e Continuada – FIC, em que você está matriculado no IFPR e as possíveis áreas de atuação. Solicite ajuda ao seu (ua) professor (a) para o preenchimento:

Curso	Programa que oferta	Eixo tecnológico	Demandante	Áreas de atuação

O que você espera deste curso FIC? Utilize o espaço abaixo para descrever suas expectativas através de um texto breve.

Ficha 2: Quem sou?

1 – Meu perfil

Nome:

Quem eu sou? (você poderá escrever ou desenhar se preferir. Por exemplo: o que você gosta de fazer, o que gosta de comer, como você se diverte?)

2 – Documentação (Preencha as informações abaixo e, com a ajuda do (a) Professor (a), descubra a importância destes documentos para sua vida, enquanto cidadão)

Identidade/Registro Geral _____

CPF _____

Carteira de trabalho _____

PIS/PASEPI/NIT _____

Título de Eleitor _____

Outros _____



3 – Endereço

Rua/número: _____

Bairro/complemento: _____

Cidade / UF: _____

Ficha 3: O que eu já sei?

1 – Escolaridade

Ensino Fundamental séries iniciais : _____ () incompleto () completo

Ensino Fundamental séries finais _____ () incompleto () completo

Ensino Médio: _____ () incompleto () completo

Graduação: _____ () incompleto () completo

Especialização _____ () incompleto () completo

Cursos que já fiz (cite no máximo cinco) _____ () incompleto () completo

2 – Cursos que já fiz (cite no máximo cinco)

Curso	Instituição	Data do Terminio do curso	Carga horária

Ficha 4: Minha trajetória profissional.

Nome da ocupação	Período em que trabalhou	Vínculo de trabalho	Carga horária diária	Remuneração	Como você avalia essas experiências de trabalho
Exemplo: Massagista	01/01/2012 a 31/12/2012	Sem carteira	8 horas	864,50	Aprendi muitas coisas nas rotinas administrativas da empresa
1.					
2.					
3.					

Ficha 6: Resgate histórico da vida profissional da minha família.

Parentesco	Onde nasceu	Ocupação	Onde reside	Ocupação atual	Função exercida
Exemplo: Pai	Campo largo - PR	Servente de obras	Campo Largo	Pedreiro	Mestre de obra

Neste fichamento é importante você fazer um resgate histórico da sua família identificando em que trabalharam ou trabalham, as pessoas da sua família, comparando a situação inicial e a atual de cada indivíduo, outro ponto, que pode vir a ser analisado são as pessoas com a mesma faixa de idade.



Ficha 7: Comparando as gerações.

Ocupação		Tipo de vínculo de trabalho com o empregador: carteira assinada, contrato determinado, pagamento por tarefa, outros...
Mãe	1. Ocupação inicial:	
	2.. Ocupação atual:	
Pai	1. Ocupação inicial:	
	2.. Ocupação atual:	
Minhas experiências	1. Ocupação inicial:	
	2.. Ocupação atual:	

Você preferir poderá identificar outras pessoas com a mesma faixa etária, conforme o preenchimento da ficha 6.

Ficha 8: Refletindo sobre minhas escolhas profissionais.

Ocupação profissional que você já exerceu	Por quê?
1.	
2.	
3.	
Ocupação profissional que você gostaria de exercer	Por quê?
1.	
2.	
3.	
Ocupação profissional que você não gostaria de exercer	Por quê?
1.	
2.	
3.	

Independente do Eixo Tecnológico e do curso FIC que está cursando, liste 3 ocupações profissionais que você gostaria de exercer e outras 3 ocupações que não gostaria de exercer.



Ficha 9: Pesquisando sobre outras ocupações do Eixo Tecnológico do curso que estou matriculado no IFPR / PRONATEC.

Eixo Tecnológico: _____

Curso: _____ Ano letivo: _____

Cursos:	Perfil do profissional (características pessoais, o que faz, onde trabalha, materiais que utiliza)
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Solicite ao professor que ele consulte o Guia de cursos PRONATEC no site: <<http://www.ifpr.edu.br/pronatec/consultas>>. Você encontrará as características gerais dos cursos, os setores onde será possível exercer seu conhecimentos, bem como, recursos, materiais necessários, requisitos e outros....E com a ajuda do professor e orientação, você poderá realizar entrevistas com profissionais da área, e até visitas técnicas conforme planejamento do professor do curso.

Ficha 10: Pesquisando as oportunidades de trabalho no cenário profissional.

Curso / Ocupação	Onde procurar: empresas, agências de emprego, sindicato e outros	Endereço (Comercial/Eletrônico/Telefone)	Possibilidades De Empregabilidade (Quantas vagas disponíveis)	Remuneração	Tipo de contrato (Registro em carteira , contrato temporário)
Exemplo: Massagista	1) Empresa: Clínica de Massoterapia J&J	Av. Vereador Toaldo Túlio, nº 47, sala 05 Centro - Campo Largo - PR < http://massoterapiacuritiba.com.br/contato.html >.	1	540,00	Carteira assinada
	2) Posto do Sine	Rua Tijucas do Sul, 1 - Bairro: Corcovado Campo Largo - PR - CEP: 81900080 Regional: centro	0	-	-
	3) Agências de RH Empregos RH	Rua Saldanha Marinho, 4833 Centro – Campo Largo/PR 80410-151	2	860,00	Sem registro em carteira
	4) Classificados Jornais	< http://www.gazetadopovo.com.br >.	0	-	-

Com a orientação do professor e ajuda dos colegas visite empresas, estabelecimentos comerciais, agências de emprego públicas e privadas, bem como, outros locais onde você possa procurar trabalho e deixar seu currículo.

Ficha 12: Vamos aprender mais sobre associação de classe.

Sindicato: o que é, o que faz?

Ocupação / Curso	Nome do Sindicato	Endereço
1.		
2.		
3.		
4.		

Com a orientação do professor em sala de aula, pesquise qual (is) o (s) sindicato (s) que representa (m) a (s) ocupação (ões) que você está cursando pelo IFPR / PRONATEC.

Ficha 14: O que eu quero? Hoje eu penso que...(você poderá escrever, desenhar ou colar gravuras).

Eu quero continuar meus estudos?

Eu quero trabalhar?

Eu quero ser?



Ficha 15: O que ficou desta etapa do curso?

QUAIS CONHECIMENTOS IMPORTANTES QUE VOCÊ ACHA RELEVANTE DESTACAR AQUI NESTA ETAPA DO CURSO O QUE VOCÊ REALMENTE APRENDEU ATÉ AGORA?

[illegible]

Ficha 16: Planejando minha qualificação profissional.

Ocupação	Instituição	Duração do curso	Horários ofertados	Custo do curso (É gratuito? Se não , quanto vai custar?)
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

Com orientação do professor pesquise sobre instituições públicas ou privadas na sua região que oferecem cursos de qualificação em sua ocupação (ões) ou na (s) área (s) de seu interesse.

Ficha 18: Momento de avaliar como foi o curso ofertado pelo IFPR / PRONATEC.

O que você trouxe de bom? O que ficou de bom pra você? E o que podemos melhorar?



Referências bibliográficas

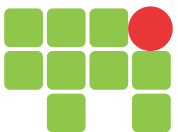
Guia de Estudo: **Unidades Formativas I e II Brasília**: Programa Nacional de Inclusão de Jovens – Projovem Urbano, 2012.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia**: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

_____. **Pedagogia da tolerância**. São Paulo: Editora UNESP, 2004.

PAIN, S. **Diagnóstico e tratamento dos problemas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.

WEISS, M. L. L. **Psicopedagogia clínica**: uma visão diagnóstica dos problemas de aprendizagem escolar. 8ª ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2001.



INSTITUTO FEDERAL
PARANÁ



PDE | PRONATEC
PROGRAMA NACIONAL DE ACESSO AO
ENSINO TÉCNICO E EMPREGO



FORMAÇÃO INICIAL E CONTINUADA