



"Sesc Verão 2012" na Praça da Matriz

O Sincomércio São Roque em parceria com o SESC, realizou o Projeto "Sesc Verão" – Esporte para todos, em São Roque no dia 05 de fevereiro de 2012, na Praça da Matriz.

O evento foi gratuito e trouxe diversas atividades esportivas para todas as idades, alinhando diversão ao nível de habilidade e possibilidade de cada um. Desde o início, às 10h30, com queima de fogos, 5600 pes-

soas passaram pelo local, que contou também com a participação do atleta Vicente Lenilson, atleta da Seleção Brasileira de Atletismo, num bate-papo sobre sua carreira, medalhas e vitórias.



Omatilde



Quer ter mais calma, tranquilidade e paz?

Profº Luiz Marins

Você já reparou como vivemos nervosos, intranquilos? Você já reparou como o trânsito está a cada dia mais agressivo? Você já percebeu como as pessoas andam irritadas umas com as outras? Você já percebeu como as pessoas estão impacientes? Vejo pessoas esbaforidas nos aeroportos. Vejo motoristas que não dão passagem a ninguém. Todo mundo parece que está correndo para "tirar o pai da forca" como se dizia antigamente. Por quê? Existe alguma coisa que possamos fazer para melhorar esse clima de ansiedade e guerra em que vivemos?

Pode parecer uma grande bobagem o que eu vou dizer, mas acredito que se as pessoas acordassem um pouco mais cedo, saíssem para o trabalho um pouco antes, se reeducassem a fazer as coisas com mais tempo e antecedência, tudo melhoraria. Vejo que as pessoas vivem apressadas porque vivem atrasadas. Muito do estresse que as pessoas dizem ter, se deve a uma falta de planejamento do tempo. Trata-se na verdade de um autoengano. As pessoas querem dormir até um pouco mais tarde, mas em seguida saem como loucas pelas ruas que-

rendo tirar o atraso do tempo que ficaram um pouco mais na cama.

Há pessoas que ficam "enrolando" para sair de casa e quando saem estão com meia-hora de atraso, com os nervos à flor da pele. Conheço ainda pessoas que acham "chic" chegar atrasado, mas vivem irritadas com o próprio atraso. Qual o sentido disso tudo?

Você conhece pessoas que deixam tudo para a última hora? E você viu como elas ficam nervosas, irritadas, mal humoradas, xingando o mundo, se achando vítimas da realidade? Por que não fizeram antes?



Às vezes tenho a impressão de que sentem um prazer mórbido em sofrer deixando tudo para o último minuto!

Experimente acordar mais cedo; sair mais cedo; não deixar tudo para a última hora, acabar com o vício de viver atrasado e você irá sentir que seu humor será melhor; você ficará mais calmo, menos agressivo, mais tranqüilo e principalmente mais humano, mais "gente". Pense nisso. Sucesso!

ASSOCIADO, CONHEÇA AS VANTAGENS DA PARCERIA



**E SEJA TAMBÉM
UM SÓCIO
CONVENIADO**

*Liberação de Jóia | *Sócio Familiar (Mensal R\$70,00 + R\$9,00 p/ dependente a partir de 14 anos)
*Sócio Individual (Mensal R\$54,00) | *Extensivo a Funcionários

LIGUE: 11 4784-9022 c/ Luiz Fernando

Talão ou plástico?

Conheça as principais vantagens e desvantagens do uso do cheque e do cartão de crédito nas compras do dia a dia

CHEQUES

VANTAGENS

- Não há intermediários na transação, como a operadora do cartão.
- Isento de taxas de administração.
- O cheque é isento de Imposto sobre Operações Financeiras (IOF).
- É possível negociar a data de pagamento diretamente com o vendedor.
- Facilita o controle dos gastos por ser um meio de pagamento à vista, mas que pode ser usado para compras a prazo também.
- Em caso de atraso no pagamento, permite acordo com o credor, que pode isentar o devedor dos juros.
- Não tem limite de crédito.
- Não exige adequação da data de pagamento ao vencimento de uma fatura.
- Por segurança, exige documento de identidade para ser emitido pelos bancos.

DESVANTAGENS

- A conferência da assinatura é lenta e a compensação, demorada.
- É mais complicado de transportar.
- É mais vulnerável a fraudes e a falsificações.
- Não há garantia de que o prazo (no caso de pré-datado) será respeitado pelo credor.
- Exige controle do usuário para evitar cheque sem fundo. Em caso de falta de fundo, o emitente pode ser processado e até preso.
- Em caso de falta de fundo, o banco pode acionar o crédito do cheque especial, que cobra juros altos.
- Não pode ser usado em viagens ao exterior e sua emissão em outros estados do país é burocrática.
- Em caso de perda ou roubo, é preciso fazer boletim de ocorrência.
- Os bancos cobram 52 reais para sustar um cheque.

CARTÃO DE CRÉDITO

VANTAGENS

- É mais fácil de transportar e de utilizar.
- Pode ser usado sem documentos de identificação.
- Pode ser usados por dependentes e terceiros em transações no comércio eletrônico.
- Pode ser usado para saques em dinheiro.
- Pagamento mais ágil.
- É mais seguro.
- Pode ser usado em viagens ao exterior e em outros estados do país sem inconvenientes.
- O cartão de crédito permite vários dependentes de um único titular.
- O usuário tem prazo maior para efetuar o pagamento.
- Ajuda no controle orçamentário se bem administrado e bem utilizado pelo usuário.

DESVANTAGENS

- Tem limite de crédito.
- Exige adequação da data de pagamento ao vencimento de uma fatura.
- Em caso de furto ou roubo, pode ser usado para compras eletrônicas sem autorização do titular.
- Há custos adicionais para saques em dinheiro.
- É cobrada taxa de administração.
- Tem data de expiração.
- O IOF incide sobre as transações do cartão.
- A autorização para uso do cartão depende de aprovação de crédito pela administradora ou banco.
- Em caso de atrasos no pagamento ou pagamento mínimo da fatura são cobrados juros altos.
- Pode ser usado sem documento de identificação.

Dicas para desenvolver o bom humor

- Bom humor é leveza. Deixe a vida mais suave, cuide mais de você, da sua saúde. Tenha lucidez para resolver os problemas.
- Desenvolva a doçura nas rela-

- ções. Deixe seu lado mais meigo e criativo agir em seu favor.
- Foque sua atenção nos resultados positivos. A tendência do ser humano é valorizar as experiências ruins.

- Portanto, não siga esse caminho.
- Aprenda a rir de si mesmo e a se perdoar ainda que a vida não esteja sendo aquela maravilha.
- Seja menos severo com você e

- com os que estão ao seu redor. Todos têm limitações.
- Não confunda bom humor com sarcasmo ou ironia. o bom humor é leve e a ironia fere.



O kit básico do bom vendedor

O que uma pessoa precisa ser, ter e fazer para começar a trabalhar com venda direta



Ser sociável. Ser do tipo "popular" é um bom começo. Se você é tímido, não gosta de conversar ou não se interessa por conhecer gente nova, a venda direta não é a sua praia.

Filiar-se a uma empresa conhecida. Não tente comprar produtos por conta própria para oferecê-los de porta em porta: você vai perder dinheiro. Uma marca conhecida é essencial para conquistar clientes. Além disso, as empresas da área oferecem treinamento.

Gostar de ouvir os outros. Não adianta ser bem-falante e comunicativo,

mas autocentrado. Quem não tiver interesse genuíno no cliente, será vendedor "mala", do tipo que quer empurrar produtos a qualquer preço.

Aceitar a rejeição. Por alto, 70% das pessoas abordadas por um vendedor vão recusar suas primeiras sugestões. Aqueles que desanimam ou se irritam com resistência não têm jeito para a coisa.

Ter iniciativa. O vendedor de sucesso não fica esperando que os clientes o procurem: telefona para eles sempre que novos produtos são lançados.

Ser persistente. Não imagine que o negócio de vendas diretas vá substituir seu emprego já nos primeiros meses. É preciso um trabalho lento e constante para construir uma boa rede de clientes.

Ser bom planejador. Lembre-se de que você vai estar por conta própria, sem chefe para cobrar-lhe o trabalho. É preciso que saiba estabelecer metas - e que se dedique a cumpri-las. Por exemplo: dobrar as vendas em um ano.

CLUBE DE DESCONTO ACIA

ACADEMIAS

MILLENIUM ACADEMY

20% de desconto na mensalidade para associados e funcionários
Av. Santa Rita, 45 - São Roque
Centro Comercial Cidade - Tel. 4784-1760

FISIOMED FISIOTERAPIA

20% desc. na avaliação do PMS - Programa de Musculação Supervisionada - 10% desc. nas mensalidades até o vencimento - 10% desc. nas sessões de fisioterapia, RPG, pilates e estética (drenagem e massagem)
Av. Bandeirantes, 224 - São Roque
Tel. 4712-9424

IMPRESSÃO

MI BALÕES DECORATIVOS

(impressões em balões) - 10% de desconto para associados. Estrada São Roque / Araçariguama, 144 - Tel. 4712-7235

PETS / VET.

DOGS WASH

20% de desconto nos serviços de ofurô
Associados e funcionários

Tel. 4784-3488 - Rua Prof. Joaquim de Oliveira, 116 - São Roque

S.O.S. ANIMAL

10% de desconto em produtos anti-pulga, anti-carrapato, vermífugos e produtos de higiene - Associados e funcionários
Rua Sotero de Souza, 425
Tel. 4712-6129 - São Roque

CLUBE

GRÊMIO UNIÃO SANROQUENSE

Isonção do valor do título para associados
R. José Bonifácio de Andrada e Silva, 452
São Roque - Tel. 4712-2088

INGLÊS

NOVIDADE FISK SÃO ROQUE

MAY I HELP YOU? Curso rápido e prático de conversação em inglês (para quem trabalha em hotelaria, turismo e outros)
20% de desconto (associados e funcionários)
Av. Antonino Dias Bastos, 160 - Centro - São Roque - Tel. 4784-6844

FIRST IDIOMAS

Cursos de inglês para associados e

funcionários - 50% de desconto
Rua José Brenha Ribeiro, 24
Centro - São Roque - Tel. 4784-2200

CURSOS

PREPARA CURSOS PROFISSIONALIZANTES

Associados e funcionários. Cursos Profissionalizantes. 20% de desc.
Rua Rui Barbosa, 225 - Sobreloja
São Roque - Tel. 4712-7984

DENTISTAS

DR. RIOVALDO CASTELANI DRA. ANA CAROLINA D. CASTELANI

10% de desconto - exceto prótese e implantes - Associados e funcionários
Av. Tiradentes, 491
São Roque - Tel. 4712-3601

DR. CELSO DOS SANTOS ABREU

10% de desconto - exceto próteses - Associados e funcionários
Rua Cap. José Vicente de Moraes, 37
São Roque - Tel. 4784-1340

DRA. JULIE L. D. M. RABELO NEVES

20% de desconto nos tratamentos odontológicos - Associados e funcionários
R. José Bonifácio de A. Silva, 501
São Roque - Tel. 4712-4053

DR. GUSTAVO CARVALHO ROSA

10% de desconto nos implantes odontológicos - Associados e funcionários
Rua Dr. Stevaux, 25
Centro - São Roque - Tel. 4712-6904

CLÍNICA DENTÁRIA RODOVIÁRIA

15% de desconto em tratamentos e implantes (exceto ortodontia e prótese) - Associados e funcionários
Tel. 4784-5013 - Av. Aracaí, 26
Sala 8 - São Roque (ao lado da Rodoviária)

INFORMÁTICA

CTI - Informática e Inglês

Isonção de Matrícula - 15% de desconto nas mensalidades para informática e idiomas
Associados, funcionários e dependentes
Rua Rui Barbosa, 519 - Centro
Tel. 4712-9720