

## Na estrada com você!

Jornal Romestur

Janeiro de 2023  
Edição 13

**"Atitude é uma pequena coisa que faz uma grande diferença"**

**Clarisse Lispector**

Atitude não é fazer algo grandioso. Ela está nos mínimos detalhes, nas coisas do nosso dia a dia das quais fazemos de forma repetida e rotineira. Essas sim fazem uma grande diferença em nossos resultados! É sobre não desistir de ter uma alimentação melhor somente porque a rotina apertou. É sobre decidir se dedicar no trabalho em uma tarefa que estava postergando. É sobre ter paciência e garra para vencer as dificuldades do dia a dia e seguir em frente. Tenha certeza de que as suas pequenas atitudes de hoje tornarão o seu amanhã muito melhor. Qual atitude você pode ter hoje, que te ajudará a seguir firme e forte para se tornar uma pessoa cada vez melhor?

### Confira nesta edição:

Minha história com a Romestur.....	Pág. 02
Janeiro Branco.....	Pág. 02
Aconteceu na Romestur .....	Pág. 03
Bem Vindos! .....	Pág. 03
Os perigos do excesso de velocidade...	Pág. 04
Campanha solidária .....	Pág. 04
Indicações de Podcasts .....	Pág. 05
Aniversariantes .....	Pág. 05

# 2023



## Minha história com a Romestur

"Meu nome é Angélica Silva do Carmo Vieira, tenho 29 anos, sou casada com Dione e estou cursando Bacharelado em Administração, minha história na Romestur se iniciou através de um convite do Osmar em julho de 2021. Iniciei trabalhando no almoxarifado fazendo sempre meu trabalho com muito amor e dedicação, tive a oportunidade de assumir o setor de financeiro da empresa, onde passei por um período de grandes desafios. Foi um mix de sentimentos, felicidade e insegurança e com muita determinação consegui vencer todos os obstáculos e superei as adversidades. Tenho satisfação em vestir a camisa da empresa! Agradeço ao Osmar pela oportunidade e pela confiança depositada em mim! São laços familiares que através da

oportunidade e confiabilidade serei sempre testemunha do sucesso da Romestur! Agradeço a todos os colegas de trabalho pois é um enorme prazer fazer parte da família Romestur. Desejo muito sucesso e prosperidade a Romestur, tenho certeza que a Romestur é hoje a concretização dos sonhos do Osmar e de todos que fazem parte desta empresa!"



Angélica Silva



O Janeiro Branco é um movimento dedicado à construção de uma cultura de Saúde Mental. O mês foi escolhido por inspirar as pessoas a fazerem reflexões acerca das suas vidas, das suas relações e dos objetivos que desejam alcançar no ano que se inicia. Mas fato é que muitas vezes vivemos correndo contra o tempo, sem se quer parar e refletir se estamos nos sentindo bem de verdade, se estamos felizes, se de fato nossas práticas do dia a dia estão nos fazendo bem ou mal. Te convidamos a fazer uma reflexão de como está sua qualidade de vida hoje, sua relação com o trabalho, com a sua família e amigos e principalmente, com você. Pare um instante e reflita. Você tem tido tempo para se cuidar? De pensar sobre e melhorar sua qualidade de vida? Não deixe para depois. É hora de estabelecer ações para cuidar da pessoa mais importante que existe: você!

*¿ que você pode fazer pela sua saúde mental hoje?*

## Aconteceu na Romestur

Visando promover a conscientização quanto a prevenção e proteção contra o Vírus HIV/AIDS e outras infecções sexualmente transmissíveis, aconteceu na Romestur a Campanha “Dezembro Vermelho”. Dentre as ações foi realizado DDS – Diálogo Diário de Segurança com distribuição de Folders e preservativos, disponibilizado pela Secretaria Municipal de Saúde de Ouro Branco. Falar sobre este assunto pode ser desafiador, mas necessário, pois acreditamos que a melhor forma de prevenção é através do conhecimento e conscientização.



### AIDS

▶ Assim se pega

Compartilhar seringas

Aleitamento por mulheres com HIV

**SEXO** → sem camisinha

Durante a gravidez ou parto (da mãe infectada para o filho). Cuidados com a realização de exames pré-natal podem reduzir o risco de adquirir a doença.

Instrumentos não esterilizados (aparelhos de manicure, ferramentas médicas, odontológicas e tatuagens).

### AIDS

▶ Assim não pega

Usando camisinha

Abraço e aperto de mãos

Pelo ar

Doação de sangue

Picadas de insetos

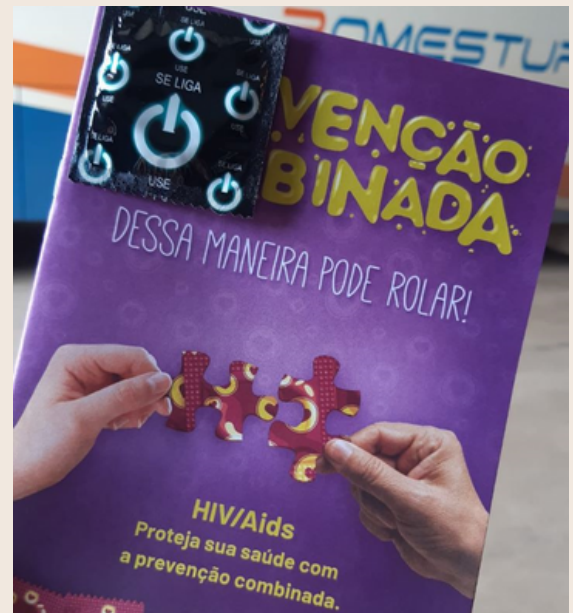
Copos, talheres e pratos

Piscinas

Banheiro, sabonete e toalha

Assentos de ônibus ou batente de banheiro

Suor, saliva, lágrimas, tosse ou espirro



**Sejam Bem Vindos!**

- Getúlio Soares de Almeida- Motorista Intermunicipal
- Reginaldo de Souza - Motorista Intermunicipal



## Os perigos do excesso de velocidade

Dirigir é uma prática que exige muita responsabilidade, atenção e consciência. O excesso de velocidade é um grande perigo no trânsito. Infelizmente hoje ele é uma das principais causas de mortes em rodovia em todo Brasil. Seja dentro ou fora das áreas contratadas, todos os colaboradores da Romestur devem cumprir rigorosamente as regras do Código de Trânsito Brasileiro e também observar as regras previstas nas áreas de atuação de cada um dos nossos clientes. Portanto, ao trafegar em qualquer localidade, observe e respeite a velocidade máxima permitida.

Os limites de velocidade são estabelecidos de acordo com o fluxo e o tipo de veículos que circulam na via, além das características da localidade e do movimento de pedestres. O excesso de velocidade aumenta o tempo necessário para a frenagem, eleva a probabilidade do motorista perder o controle do veículo e diminui a capacidade dele se antecipar a possíveis perigos, por isso aumenta muito o risco e a gravidade dos acidentes.

**Ultrapassar o limite de velocidade, além de gerar infração grave, pode colocar a sua vida e a vida de muitas pessoas em risco. Seja responsável e cuidadoso no trânsito!**



### ATENÇÃO!

Prorrogada a Campanha de doação de fraldas geriátricas em prol do Lar Comunitário para Idosos Frederico Ozanam!

Até o final do mês de Fevereiro você pode deixar a sua doação no escritório da Romestur. Participe desta ação solidária!

ROMESTUR

#### CAMPANHA NATAL SOLIDÁRIO

VAMOS JUNTOS AJUDAR O LAR COMUNITÁRIO PARA IDOSOS FREDERICO OZANAM!

##### ITEM DE DOAÇÃO:

FRALDAS GERIÁTRICAS

##### LOCAL DE ENTREGA:

ESCRITÓRIO ROMESTUR  
AV. ANTÔNIO FRANCISCO  
LISBOA, 210, OURO BRANCO - MG

APOIE ESTA CAUSA. FAÇA PARTE DESTA CORRENTE DO BEM.

## Indicações de Podcasts

Os podcasts estão se tornando cada vez mais populares e já são uma grande tendência entre quem busca informações sobre temas diversos. Como uma versão moderna e inovadora dos programas de rádio, os podcasts além de estarem cheios de informações sobre os mais diferentes assuntos, são também formas práticas de conseguir ter acesso aos conteúdos de áudio, dando a possibilidade de acessar a qualquer hora e em qualquer lugar. Separamos uma lista de 4 podcasts com temas variados para você aprender e se divertir:



### RAPADURA CAST

É o podcast mais popular e mais antigo do Brasil! Com o intuito de abordar diferentes temas relacionados ao cinema e também a cultura. Se você é um amante de filmes e séries vale a pena a escuta!



### OS SÓCIOS PODCAST

Um casal que são sócios desde o matrimônio aos negócios. Toda quinta tem um novo episódio com um convidado especial falando sobre empreendedorismo, dinheiro e desenvolvimento pessoal.



### PRIMO CAST

O PrimoCast é o podcast oficial do Thiago Nigro, mais conhecido como Primo Rico, um dos maiores canais sobre investimentos, finanças e empreendedorismo do mundo.



### JOTA JOTA PODCAST

Apresentado pelo autor best-seller e Mestre em Ciências do Esporte, Joel Jota promove conversas sobre diversos assuntos relacionados a auto e alta performance, contextualizando as situações do dia a dia.



*parabéns*

01/01- Getúlio Soares de Almeida  
03/01- Angélica Silva do Carmo Vieira  
05/01- Kleiton Cássio Bragança Silva  
25/01- Diego Silva Dias Martins  
28/01- Gilmar Aquino Guimarães  
29/01- Pedro Henrique dos Santos Lage

**Romestur: Há mais de 10 anos transportando pessoas e conduzindo sonhos!**

#### Endereço:

Avenida Antônio Francisco Lisboa, 210 -  
Centro - Ouro Branco - MG- CEP: 36.490-161  
Tel.: (31)9 8903-1222 - 3742-2719  
romestur@romestur.com.br



#### Expediente do Jornal:

GEAR Comunicação  
Gestão e Estratégia Alinhadas para Resultados  
em Serviços de Comunicação e Propaganda  
Ltda. Cons. Lafaiete - MG. Tel.: (31) 9 8813-0299