

Boletim da Multitel



Comunicar é servir, por isso existimos!

Carta da Editora: O Sorriso Multitel

Mais uma vez encontramos-nos aqui, no sorriso Multitel. Vamos rapidamente fazer uma retrospectiva do mês de Março e concomitantemente perspectivar acontecimentos singelos de Abril, nesta nossa edição habitual. O passado mês de Março, foi coroado de muitas comemorações. É assim que, no dia 8 celebramos o dia internacional das mulheres. Nesta edição, aproveito e dedico um pensamento profundo e especial a todas as mulheres Angolanas, pelo seu trabalho de reconhecimento incomensurável, pela bravura heroica, pelo inconfundível toque de charme e sensibilidade que emprestam a sociedade, pela perspicácia sem igual e mormente, por ajudarem, com o seu amor incondicional, a tornar a realidade do dia-a-dia no combustível de um amanhã melhor, rico e potencialmente cheio de alegrias.

De acordo com a história

A ideia de se instituir de um dia internacional para as mulheres, surge na virar do século passado, aquando da Segunda Revolução Industrial e da Primeira Guerra Mundial. O sector industrial recebeu um volume muito alto de mulheres, passando a mão de obra feminina ter um impacto considerável no desenvolvimento da altura. As condições de trabalho para as mulheres, eram frequentemente insalubres e arriscadas, motivo de frequentes protestos por parte dos trabalhadores. Muitas manifestações ocorreram nos anos seguintes,

em várias partes do mundo, destacando-se Nova Iorque, Berlim, Viena (1911) e São Petersburgo (1913). *Fonte: Wikipédia*

Carnaval de Angola

Outra data histórica, sobejamente conhecida por todos nós e considerada como uma das maiores mani-



festações Angolanas, é o Carnaval. Conta já com 32 anos de celebrações desde que foi instituída, realizada depois da independência, no ano de 1978 marcado na história como o ano da Agricultura. Nessa edição o prêmio de primeiro lugar coube ao grupo União Operários do Cabocomeu. Este ano, o vencedor da 33ª edição foi o grupo Sagrada Esperança do município do Rangel com um total de 744 pontos

Fonte: Rádio Nacional

19 de Março, dia dos pais

Os nossos queridos papais estão de parabéns não só neste dia como todos os outros dias do ano. Março é um mês muito emocionante, digo isso porque faz-me reflectir o quanto um pai e uma mãe são importantes na vida dos seus filhos.

A criança é indubitavelmente mais saudável, quando o seu crescimento é devidamente acompanhado pelos pais, quando estes estão presentes e participam activamente na vida dela. Encontramos crianças negativas e com alguns problemas do foro psicológico. Tal comportamento acontece geralmente quando no seu seio familiar não há estabilidade, há maus tratos. A criança abandonada a escola e é potencialmente seduzida a aderir a criminalidade, com tendência a procriar muito cedo. Sente-se negligenciada e atirada ao Deus dará. Queridos pais, se quisermos ter uma geração optimista, bem sucedida e próspera, não podem demitir-se, em momento algum, das responsabilidades primárias de educadores e instrutores. Educar uma criança exige um trabalho muito árduo. Portanto estimados pais e mães vamos arregaçar as mangas das camisas e mãos a obra. Vai valer a Pena.

4 de Abril, dia da Paz

Realmente já podemos notar os benefícios da paz. Um deles é a livre circulação de pessoas e bens materiais pelas estradas de Angola. Adicionando o desenvolvimento visível das infra-estruturas como edifícios, pontes, caminhos de ferros, estradas, universidades, escolas hospitais etc...

Por isso, amigo leitor, com muita paz de espírito e tranquilidade, desejo-lhe uma boa leitura.

Bárbara do Nascimento

Sentar-se por longas horas pode causar Embolia Pulmonar. Previna-se contra esta doença.

A embolia pulmonar ocorre quando um coágulo aloja-se nos pulmões, uma situação potencialmente fatal. Normalmente, o coágulo forma-se nos vasos sanguíneos, nas pernas, na região pélvica, braços e coração. Se o coágulo vem dos braços ou pernas, é descrito como trombose venosa profunda. O coágulo então flutua através da corrente sanguínea para os pulmões, passando pelas veias até que fica preso em uma delas, obstruindo o fluxo sanguíneo, como um cano entu-



vido.

Em voos longos ou no escritório, para aquele que trabalha longas horas sentado, levante-se e caminha ao redor da cabine ou do escritório a cada hora. Além disso, evite cruzar as pernas por longos períodos. Durante viagens de carro, parar e esticar as pernas pelo menos a cada duas horas com uma curta caminhada ajuda a prevenir a formação de coágulos.

Fonte: Yahoo.com

Nesta edição:

Carta da Editora	1
Ginásio Multitel com...	2
Crónica...	3
Reconhecimento	4
Entrevista com...	
Factos...	5
Notícias...	6



Sabia que...

A **constipação** não pode ser a curada.

Apesar de ser uma das doenças mais comuns, não há cura. A constipação é um vírus que causa a tosse e bloqueia acima do nariz. Embora haja medicamentos que aliviam os sintomas, a melhor coisa a fazer é esperar pelas defesas naturais do organismo.

Fonte: saber tudo

Viva melhor com Ginásio Multitel



Nesta rubrica foi escolhida a Sra. Delfina Cani. Afirmou que de momento não pratica nada, mais que dentro em breve vai retomar as actividades físicas.

Na vida o importante é não desistir, sempre decidida e determinada para dar continuidade os objectivos traçados.

Sra. Delfina caní Auxiliar de Tesouraria

Sabia que...

Apesar do tamanho, o pescoço de uma girafa tem apenas sete ossos, o mesmo número de ossos do pescoço de um ser humano. A cabeça da girafa fica a mais de dois metros de distância do coração. Para fazer o sangue subir, o coração precisa ser muito forte. O coração da girafa é 43 vezes maior que o do ser humano.



Lindo animal , Quenia

Entrevista

1-Gosta de treinar? Se sim, segue algum regime alimentar?

Gosto sim, mas de momento dei uma pausa por motivos académicos. Mais dentro dias darei continuidade as minhas actividades físicas. Não sigo nenhum regime alimentar, como de tudo um pouco mas sem exagero.

2- Qual é seu objectivo?

Ter uma mente viva e um corpo saudável longe da preguiça, queimando calorias.

3-Quais são as expectativas que pretendem alcançar?

Ter um peso bem equilibrado, melhorar o meu porte físico, e estar sempre bem-disposta física e mentalmente.

4- Qual é o conselho que deixa para as pessoas que não exercitam?

Aconselho-as a deixarem a preguiça e o preconceito de lado. A preguiça para aquelas pessoas que dizem que exercício físico é uma chatice, e o preconceito para as pessoas magras que pensam que exercício físico é só para quem quer perder peso. Saibam que quem pratica exercício físico tem uma mente aberta e um corpo saudável tem menos risco de contrair certas doenças e diminui o stress. Por isso caros colegas vamos todos visitar o nosso ginásio e praticar exercícios seja qual for o tamanho do nosso corpo e dos problemas, obrigado.

Sabia que...



A maça

Depois de cortada, a maça tem tendência para escurecer, ou oxidar. Para evitar que isto aconteça, depois de cortada, coloque-as metades numa tigela com água fria e algumas gotas de limão.

Fonte: Dicas frescas



Sr. Anselmo Kapangue e os seus colegas no jantar de fim do ano de 2010, Sra. Delfina Cani, Sra. Conceição De Almeida, Sra. Maria Graça e Sr. Venceslau Manuel. O sucesso do Sr. Anselmo já se faz sentir.

Conforme o Sr. Anselmo Kapangue desejou "Boas Festas" a malta do bairro foi muito hilariante, o seu jeito humilde de compor este poema foi divertido para todos nós. O retoque das palavras rimando alguns nomes dos colaboradores da Multitel foi um presente intangível já mais inesquecível na memória dos mesmos.

Foi uma satisfação emocionante por parte dos colegas que eu não pude deixar de mencionar a Crónica "Carta para o meu amigo Simão Tokyo".

O actor desta obra está de parabéns e que continue o bom trabalho, pois para alcançarmos o sucesso apenas precisamos de dedicação e persistência.

No final, o poema terminava assim:

"Mas não sei fazer poema, Vamos só desejar aos nossos amigos aqui do bairro

Boas Festas...que o ANO II seja melhor".

A Multitel proporcionou um jantar de confraternização a todos colaboradores. O jantar foi supimpa-mente muito agradável e nesta senda tomo a liberdade de em nome de todos colegas,

agradecer a Administração da Multitel por ter-nos proporcionado este maravilhoso tempo de qualidade.

Sabia que... A evolução do Telefone



Painel de comando de telefone do vintage

desejássemos. Isto era feito através de uma telefonista que fazia a ligação manual introduzindo um cabo num painel equipado.

Hoje em dia podemos telefonar para onde quisermos em qualquer parte do mundo é feita em fracções de segundos, não precisando a intervenção da "telefonista". Isto acontece porque hoje os telefones já estão ligados uns aos outros através da central de telecomunicações. Actualmente, estas ligações são feitas electronicamente e tudo assenta numa tecnologia altamente desenvolvida. Através de estações terrestres e satélites de telecomunicações e por meios chamados feixes hertzianos, podemos ligar para qualquer ponto no mundo.

Fonte: O grande livro das 555 perquisitas

Sabia que...

No mundo existem vários tipos de ondas!

As ondas

São formadas pelo vento que sopra sobre a superfície da água. Quanto mais forte o vento for, maior são as ondas. Ondas viajam pelo oceano, assim como ondulações viajam pela lagoa.

Breakers

Acontece quando as ondas atingem águas rasas perto da costa, eles diminuem a velocidade e se tornam muito altas. Finalmente, o topo ou crista da onda tomba e cai sobre a terra.

Bow

São ondas grandes que formam-se na parte dianteira ou na proa de um barco que se movem através da água. Durante as ondas de tempestades quebram a proa, e batem em baixo, no convés.

Tsunamis

Foi a causa do desastre no Japão. São ondas criadas por terremotos no fundo do oceano. O tempo em que as ondas atingem a costa, elas podem ter vários metros de altura.



Ondas normais que se forma na costa.

Os Tsunamis são poderosos, podem causar muitos danos. Temos exemplos da Indonésia em 2004 na vila de Banda Aceh que foi destruída, Haiti, Estados Unidos, Índia e agora, bem recentemente o Japão. Morreram milhares de pessoas. Antes deste tsunami, em 1993 o Japão foi abatido com uma onda de acerca 30 metros de altura que é equivale a 10 andares de um prédio normal.

Fonte: Enciclopédia vida nos oceanos.



Sabia que...

Os computadores hoje em dia controlam as nossas vidas. Neles são postos dispositivos de sinais electrónicos. O tráfego na rua, as máquinas do banco que dá dinheiro, mesmo os motores de veículos novos. Os computadores estão em toda parte, e pode lidar com praticamente qualquer tarefa. Além disso, o computador é capaz de controlar os humanos, os cientistas implantaram um chip no cérebro de um homem nos Estados Unidos que se encontrava paralisado e agora já pode pensar.

Fonte: Sabe tudo



Sabia que...

A água é um nutriente extremamente importante, entre 50 e 70 % do corpo adulto é composto de água. O sangue é de 80 % de água e até mesmo os músculos são 70 % de água. A água também refresca o corpo, carrega o calor para a superfície da pele através do suor, e lubrifica as articulações e a pele. Por isso beba água que faz bem.

Fonte: Sabe tudo



Reconhecimento Multitel Entrevista com



Sra. Maria Graça Assistente Administrativa/Área Técnica.

Mais uma vez a Multitel tem honra de reconhecer o esforço indubitável da Sra. Maria Graça.

Para além do seu sorriso contagiante, a nossa colaboradora tem persistência para atingir os objetivos da empresa.

Cooperação para construir uma equipe forte.

Entusiasmo para inspirar o sucesso entre os colaboradores.

Sra. Maria Graça faz a diferença, continua o seu bom trabalho.

Entrevista

1 - Quando é que começou a trabalhar na Multitel?

05 de Março de 2007

2 - Quais foram os desafios que encontrou na Multitel

A experiência que não tinha, que a todo custo tive adaptar-me ao ambiente da empresa no intuito de melhorar a cada dia. Continuar a crescer, isto, trabalhando em equipa.

3 - O que é que mais a surpreendeu desde que começou a trabalhar na Multitel?

Uma pergunta que é feita, a todos os candidatos que pretendem integrar a equipa, que surpreende a qualquer um, que não a esperava na entrevista... :) "Consegue trabalhar sob pressão?" São frases como está, que me ajudaram a superar alguns receios que tinha de início.

A forma de tratamento "tu" e "você". Por descuido e quase sempre, tratei algumas pessoas por "tu", aprendi a diferenciar, quando é que se deve tratar alguém por "tu" e por "você".

4 - Qual é o ambiente de trabalho?

O ambiente de trabalho é salutar, é influenciado pelo comportamento das pessoas e, nas relações interpessoais e supostamente podem ajudar nos resultados da empresa em todos os sentidos

5 - Diga-nos o percurso que teve na Multitel?

A princípio, havia poucos integrantes na Multitel, foi a fase em que se começou a apostar cada vez mais, no seu crescimento "Multitel"; eu não tinha quase experiência nenhuma de trabalho, hoje consigo fazer o que aprendi e continuo a aprender.

6 - Qual é o momento positivo que mais a marcou?

Foi quando comecei a trabalhar e, não sabia ao certo, onde seria o meu espaço de trabalho... de pé e a olhar para sala, a seguir o Eng.º Leonel Augusto olhava para mim e dizia "D. Graça, há muita coisa para fazer", sabe que quando não se procura há sempre alguma coisa para fazer; ficando a olhar para as coisas sem fazer nada, as pessoas deixam de agir como deviam e contagiam a equipa inteira, não quero isto para a minha equipa, sei que é capaz de fazer alguma coisa, força..." Esta

intervenção deu um grande contributo, na minha forma de agir naquele dia e actualmente.

7 - Qual é seu passatempo?

Gosto muito de ir a praia, sair para dançar, viajar por Angola e não só.

8 - Qual é o seu prato preferido?

Gosto de tudo o que é bom, não tenho nenhum prato preferido.

9 - Gostaria de deixar uma mensagem final aos seus colegas?

Gostaria de pedir a todos os colegas que continuem a ser como são, no campo profissional e pessoal, se necessário melhorar cada vez mais, sempre, para melhor.

10 - Qual é o seu sonho?

Aprender com os próprios erros e com os erros dos outros, isto, fará a diferença em todos os campos e a crescer profissionalmente.

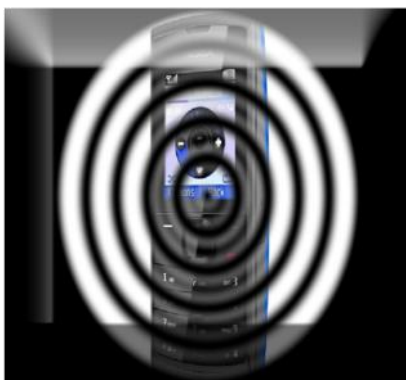
Telefone da Nokia

Já há telemóvel com altifalantes potentes para ouvir musica de acordo com website terra .com.

XI-00 é o novo modelo 'básico' da Nokia para "mercados selecionados"

A Nokia divulgou um novo celular básico que promete uma melhor experiência de som para seus consumidores. Trás um alto-falante turbinado e vem com uma lanterna integrada ao aparelho, item comum em modelos mais remotos da fabricante finlandesa.

Segundo a Nokia, o alto-falante na parte traseira do XI-00 ajuda a partilhar música dentro de casa, podendo ser usado como um Rádio normal mas também tem a função de usar fones de ouvido padrão 3,5 mm e botões dedicados para o controle das músicas.



Telefone nokia

O XI-00 traz ainda uma entrada para cartões de memória padrão microSD (de até 16 GB), rádio FM e uma tecla para acionar a lanterna. A Nokia descreve que a bateria do aparelho, que roda um sistema operacional básico (S30), dura até 61 dias em modo de espera. O celular começa a ser vendido em Abril em "mercados selecionados."

Fonte: Terra.com

Angola vai usar 25,6 milhões de dólares para início da construção do satélite

A construção e lançamento do satélite angolano "Angosat" de fabrico russo vão consumir este ano 10,6 por cento de um total de 241,6 milhões de dólares atribuídos ao Ministério das Telecomunicações e Tecnologia pelo Programa de Investimento Público (PIP).

Em 2012, os russos vão colocar em órbita um satélite para Angola, designado Angosat, conforme ficou acordado aquando da visita a Luanda, em Junho de 2009, do presidente Dmitri Medvedev.



Tecnologia de informação em Angola em passo de desenvolvimento

O Expansão refere que foi aprovada uma verba de 2,3 mil milhões de kwanzas (25,6 milhões de dólares) destinada à construção e ao lançamento do satélite em órbita no âmbito do PIP.

A construção, a colocação em órbita e a operação do satélite estarão a cargo de um consórcio russo liderado pela empresa Rosobon Export.

A instalação do satélite vai permitir disponibilizar serviços de acesso internacional, de suporte e expansão da Internet em banda larga, de transmissão para os operadores de telecomunicações e a disponibilização para suportar serviços de rede de televisão e radiodifusão.

Segundo o Semanário, o Angosat é um projecto financiado por bancos russos, nomeadamente o Banco de Desenvolvimento e Comércio Externo, o Roseximbank e o VPD, orçado em 295 milhões de dólares.

Em 2009, o então ministro angolano das Finanças, Severim de Morais revelou que estudos apontam para que o projecto se tome rentável antes do período de oito anos, relativamente ao reembolso do financiamento.

Fonte: semanário Expansão



Para rir...

Já era a altura

Filho para o pai:

-Não quero ir à escola hoje, pai, e tenho três razões: os meninos não brincam comigo, estou cansado da escola e as professoras gozam-me.

Pai para o filho:

-Três razões por que deves ir: já falaste cinco dias este ano, tens quarenta e três anos e és director da escola.

Fonte: O grande livro das Anekdotes

Frase para reflectir

As pessoas boas dormem muito melhor à noite do que as pessoas más. Claro, durante o dia as pessoas más se divertem muito mais.

Woody Allen

Rua Alfredo Troní
Edifício BPC
14º Andar
Caixa Postal 5937

Tel: 222 398 228
Fax: 222 337 137
barbara.nascimento@
multitel.co.ao