

# Boletim da Multitel



Comunicar é servir, por isso existimos!

Na vertente Técnica, Eng.º Jorge Serra, apresentou as previsões para 2012, bem como, os projetos estruturantes: novas soluções com a rede de clientes e a implementação do MPLS.



## Carta da Editora: O Sorriso Multitel

### Nova sede da Multitel

Aló comunidade Multitel, cá estamos de novo na 9ª edição do Boletim, para desanuviarmos o stress da cidade por alguns minutos.



Já dentro das novas Instalações, conseguimos passar o período da ansiedade para concretização do facto. Está consumado! Instalações novas



e espaçosa para albergar a nova sede da Multitel. Um dos objectivos da empresa para 2012 foi cumprido. Estamos todos de parabéns!

Este acontecimento vem promover a qualidade dos serviços para os clientes, aumentando a eficiência nas realizações das tarefas bem como a motivação no seio dos colaboradores.

A Direção Geral apela a toda comunidade a preservação do nosso local de trabalho, afinal é onde passamos a maior parte do tempo.



A mudança para a nova Sede, a expansão para a província de Benguela em Junho próximo e as remodelações na Maianga ficarão gravadas na memórias de todos nós.

Na Maianga ficarão a equipa que fazem interface direito com os clientes por forma a garantir articulação eficiente entre, respondendo ao cliente final com maior rapidez e sobre tudo maior qualidade. Isto é, a Multitel em crescimento consolidado

### Reunião de Direção 2012

No passado dia 16 de Março do corrente ano foi realizada a Reunião de Direção 2012 com objetivo de apresentar os resultados de 2011 e as previsões para 2012. O Director Geral iniciou apresentação, explicando a constituição das filiais da Multitel.



Abordou os resultados de 2011 e objetivos para o corrente ano.

No que tange a engenharia, o Eng. Garcia Martins interveio, abordando as questões dos projetos, dando ênfase a implementação do MPLS como garantia da qualidade dos serviços da Multitel. Frisou também a importância do aumento da conectividade internacional e o projeto de fibra óptica para garantir a redundância.



Para área Comercial o Eng.º Leonel Augusto, mencionou o recrutamento dos novos colaboradores para equipa, a palavra de ordem foi: "**Vender mais, reter e facturar**". Também citou a previsão de novos produtos para diversificação dos serviços.

Boa leitura  
Bárbara do Nascimento

Nesta edição:	
Carta da Editora:	1
Reconhecimento	2
Saúde Preventiva	3
Saiba Mais factos	4
Notícias de Tele comunicações	5

## O reconhecimento Multitel vai para Sra. Josefina Kiffen, Assistente de Direção e Responsável pelo Recursos Humanos



A Direção Geral da Multitel, tem a honra de anunciar que o reconhecimento para a 9ª edição vai para Dona Josefina, assim chamamos todos nós, trabalha na Multitel desde a sua fundação, uma Senhora que tem um papel muito dinâmico no desenvolvimento da empresa. A Direção Geral agradece pela sua cooperação. Realmente tem provando o que significa ser uma "jogadora de equipa".

### 1-Quando é que começou a trabalhar na Multitel?

Comecei a trabalhar na Multitel desde a sua fundação.

### 2-Quais foram os desafios que encontrou na Multitel?

O maior desafio que encontrei foi quando iniciei as minhas funções na Multitel que tive praticamente de fazer tudo, pois era Secretária, Administrativa, Recursos Humanos, Tesoureira, etc.. porque éramos poucos trabalhadores e fui obrigada a ter uma visão global de tudo.

### 3-O que é que mais o surpreendeu deste começo a trabalhar na Multitel?

Uma das grandes mudanças foi a saída dos nossos escritórios do BPC para as novas instalações, que são um grande marco e perfeitamente representativas da nova imagem que a Empresa pretende mostrar, pois se coadunam com o rumo da alta eficiência que empresa está a levar como um dos melhores operadores de telecomunicações e garantindo para já uma importante quota neste segmento do mercado.

### 4-Qual é o ambiente de trabalho?

O ambiente de trabalho é ótimo. Podemos considerar que somos uma equipa/ família, pois é no local de trabalho onde passamos a maior parte do nosso tempo e acabamos sempre por criar um elo grande de amizade com os colegas.

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

O Percurso que tive foi um percurso longo, altamente instrutivo, repleto de desafios e essencialmente compensador, sempre que se verificaram mudanças positivas na empresa. Entrei e estou aqui a apoiar sempre a Direção da Empresa para uma gestão mais eficiente e para atingir os objectivos estrategicamente definidos.

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

O constante evoluir da Empresa que levou a melhorar os sistemas de avaliação e pelo qual no ano passado e por mérito do meu trabalho ter-me sido atribuído o prémio de melhor trabalhadora da Multitel. O aumento constante dos trabalhadores e a expansão para a Província de Benguela.

### 7- Qual é seu passatempo?

O meu passatempo é ler e estar com a família.

### 8-Qual é o seu prato preferido?

Funje com qualquer tipo de acompanhamento e muita sobremesa (doces)...

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

Gostaria de dizer aos meus colegas que: o profissional de qualidade é aquele que sabe enfrentar desafios e faz deles uma experiência a mais na sua carreira, porque sem isso não poderemos obter o amadurecimento nem desfrutar de uma vida profissional próspera.

### 10-Qual é o seu sonho?

Pessoalmente pretendo continuar a progredir, ultrapassando todos os desafios e barreiras que se me apresentarem. Trabalhar sempre com afinco e dedicação, com a consciência do dever cumprido.

### Conheça as Propriedades da Banana em alguma doenças

**Depressão:** De acordo com recente pesquisa realizada pela MIND, entre pessoas que sofrem de depressão, muitas se sentiram melhor após ter comido uma banana. Isto



porque a banana contém triptofano, um tipo de proteína que o corpo converte em serotonina, reconhecida por relaxar, melhorar o seu humor e, geralmente, faz-nos sentir mais felizes.

**TPM ( Tensão Pre-Menstrual):** Comer uma banana faz com que a vitamina B6 regule os níveis de glicose no sangue, que podem afetar seu humor.

**Anemia:** A banana inclui muito ferro, estimula a produção de hemoglobina no sangue e ajuda nos casos de anemia.

**Pressão Arterial:** Este fruto tropical é muito rico em potássio, mas reduzido em sódio, tornando-a perfeita para combater a pressão alta. Tanto é assim, que nos EUA Food and Drug Administration, permitem que as indústrias de banana, oficialmente a informar habilidade da fruta para reduzir o risco de pressão alta e infarte.

## Lembrar a Postura Correta

Quer esteja a trabalhar ou a jogar, é importante evitar posturas incômodas e posicionar o corpo confortavelmente. Este cuidado pode não só melhorar a produtividade geral. Lembre-se de que mudar de posição durante a execução das tarefas extensas também pode ajudar a evitar o desconforto e a fadiga.

Adapte o ambiente e o equipamento informático de modo a promover uma posição confortável e descontraída. No entanto, as sugestões que se seguem podem ajudar a obter um ambiente mais confortável:

A figura 1 ajuda a compreender como apoiar as costas e promover posições confortáveis das pernas.



Figura 1

De modo a minimizar o esforço de alcance e promover posturas cómodas dos ombros e braços vide figura 2.



Figura 2



Figura 3

Para promover posições correctas dos pulsos e dos dedos e minimizar a necessidade de dobrar e torcer o pescoço observe figura 3.

Concluindo, saber sobre formas de trabalhar mais confortáveis, produtivas e sobre o seu estado de saúde em geral é importante para o ajudar a aproveitar melhor a sua experiência com o computador.

## 10 recomendações para potenciar uma economia de baixo impacto ambiental com as Tecnologias de Informação e Comunicação

Um relatório divulgado no mês de Abril do corrente ano, define 10 recomendações para potenciar os efeitos das Tecnologias da Informação e Comunicação bem como da banda larga na generalização de uma economia de baixas emissões de carbono. Os destinatários das recomendações, constantes de um estudo elaborado pela Comissão da Banda Larga para o Desenvolvimento Digital, são os políticos e líderes mundiais. Estas antecipam a conferência das Nações Unidas para o Desenvolvimento Sustentável agendada para Junho.



Um ambiente regulatório estável e bem definido, aposta na convergência ou na inovação e na disseminação da banda larga, é conselho deixado aos governos. No mesmo leque integram-se outras sugestões, como a disponibilização de incentivos à adoção de soluções e comportamentos, que valorizem as baixas emissões de carbono ou a definição de métricas que permitam medir o impacto da tecnologia na redução das mesmas.

O grupo também sublinha que para maximizar o potencial das TIC no combate às alterações climáticas e na minimização de impactos ambientais negativos, é necessária uma ação concertada dos diversos atores.

A Comissão responsável pelo estudo é uma iniciativa da União Internacional das Telecomunicações e da UNESCO em resposta ao desafio do presidente da ONU, Ban Ki-Moon, que pede coordenação de esforços para atingir os objetivos do milénio.

Os objetivos do milénio definem que até 2015 todos os países devem ter um plano nacional para a banda larga e praticar preços que tornem estes serviços acessíveis à generalidade da população. Na mesma altura 40% dos lares nos países em vias de desenvolvimento devem já ter acesso à banda larga. No mundo a penetração de Internet deve atingir os 60%.

## Saiba mais sobre as propriedades benéficas do Grão-de-bico

O Grão-de-bico é um alimento mais rico do que feijão, em muitos aspectos.

Entre 20% e 30% sua constituição é pura proteína possui muitas fibras, zinco, potássio, ferro, cálcio e magnésio. Se for consumido todos os dias faz ganhar massa muscular, aumenta o bom humor, reduz o nível do mau colesterol e regula os intestinos.



Fonte: Viva Melhor

## Criação de infra-estruturas em Angola é o plano estratégico do Governo.

De acordo com Angola Press, José Carvalho da Rocha, Ministro das Telecomunicações e Tecnologias de Informação, afirmou no mês passado, em Luanda, que o Governo de Angola tem como plano estratégico a criação de infra-estruturas de suporte às telecomunicações.

O Senhor Ministro fez este anúncio quando dissertava no workshop sobre "As Tecnologias da Informação e Comunicação, organizado pela 6ª Comissão de Educação, Ciência, Tecnologia, Cultura, Juventude, Desporto, Assuntos Religiosos e Comunicação Social da Assembleia Nacional.



O objetivo deste plano estratégico, sobre as infra-estruturas existentes no país, é ligar as fronteiras nacionais ao backbone africano.

"Este plano consiste em criar infra-estruturas, como a Angosat, Infrasant e Angola Cables, constituindo um desafio, pois permitirá criar uma rede de fibra óptica de Angola para ligar as 18 províncias do país", reforçou.

Referiu-se também à sociedade da informação e exclusão digital, dentro da evolução dos meios tecnológicos disponíveis. Afirmou estar longe de poderem ser partilhados por todos, citando ainda que, o analfabetismo digital constitui, na sociedade da informação, um meio de exclusão social.

Quanto à regulamentação da lei sobre as TIC, disse que a rede pode ser usada pelos cidadãos para que possam aceder a um conjunto de serviços governamentais, no âmbito da governação electrónica.

Disse igualmente que, no âmbito da reforma da legislação das TIC existe um livro branco para estimular o desenvolvimento da sociedade da informação em Angola. O desenvolvimento socioeconómico contribui para o crescimento económico e para a criação de emprego através da abertura de Parcerias Público-Privadas (PPP), em prol da promoção

do factor indutivo das TIC, coordenação e articulação entre os diversos atores responsáveis pelo desenvolvimento e regulação do setor.

José da Rocha afirmou igualmente que, existem alguns projetos no domínio das tecnologias de informação, como o projeto Ngola Digital, para que os cidadãos possam ter uma formação no âmbito das TIC. O projeto Centro Solar de Catete e de Malanje e Montagem de Computadores, por parte de estudantes do ITEL, na Cidade Universitária. Realçou o facto de as TIC permitirem a interactividade entre as pessoas, uma vez que é muito usada pelo facto de o tratamento de informação articular cada vez mais com os processos de transmissão ou comunicação dessa informação de um local para o outro a pequenas ou a grandes distâncias.

Fonte: Angola Press

## Saiba qual é o navegador mais popular do planeta

O navegador do Google, o Chrome, tornou-se o "browser" mais popular do planeta - pelo menos por um único dia. De acordo com o *Tech Crunch*, o site de estatísticas digitais *StatCounter* mostrou que, pela primeira vez, o Chrome ultrapassou a Internet Explorer da Microsoft, como o navegador mais usado no planeta.

A façanha do gigante das buscas aconteceu no dia 18 de Março e segundo o *StatCounter*, Países como o Brasil, Rússia e Índia contaram positivamente para o feito. Em outros mercados, no entanto, como o Alemão, o Chinês e o Americano, o Chrome aparece atrás do IE ou do Firefox.



Os dados também mostram que, na verdade, a competição realmente acontece entre o Chrome e o Firefox. Sempre que um cai, o outro aumenta em relação ao uso. Além disso, o Chrome é mais usado em finais de semana - talvez evidenciando o facto de que, nos ambientes corporativos, o Internet Explorer ainda seja o mais usado.

Fonte: Terra.com



## Para rir

### Referências

-Acho que é muito pequena ainda para ficar a tomar conta do nosso filho — diz uma mãe a uma candidata a baby-sitter.

- É uma vantagem, minha senhora. Se eu deixar cair o bebé, a queda é de pouca altura.

Fonte: Anónimo

## Frase para reflectir

"Quando você visualiza, você materializa o que você tem na mente, você tem no corpo"

Dinis Waitley

Largo das Ingombotas  
Edifício da Peugeot,  
1º andar  
Luanda-Angola

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