

# BOLETIM BOLETIM BOLETIM BOLETIM BOLETIM BOLETIM BOLETIM BOLETIM BOLETIM

INFORMATIVO DO INSTITUTO RUMO NÁUTICO

MAIO | 2022



## Regata Carlos Alberto de Brito

Iniciamos o mês de abril participando da Regata Carlos Alberto de Brito, no dia 02 de abril, uma das mais tradicionais regatas para a classe Ranger 22, que é válida como primeira etapa do Estadual de Ranger 22.

Depois de uma disputa super acirrada, a equipe do Projeto Graél, comandada pelo professor Amadeu Oliveira, terminou o evento na 5ª colocação! Parabéns a todos!!

Ficamos muito felizes com o empenho da equipe e temos certeza que com os ajustes necessários alcançaremos melhores colocações no futuro.



## Dia Mundial do Esporte pela Paz

No dia 6 de abril foi instaurado o Dia Internacional do Esporte para Desenvolvimento e Paz, com objetivo de valorizar o esporte como uma ferramenta que promove paz.

Aqui no Projeto Graél, sabemos por experiência que a prática esportiva é um instrumento de desenvolvimento pessoal, que molda caráter e potencializam valores de vida, por isso a data é de extrema importância.

Aprendemos, e passamos esse ensino a nossos alunos, que uma das características do esporte é a capacidade de quebrar barreiras, sejam elas linguísticas ou culturais.



## Esporte da Rua

Em comemoração ao Dia Internacional do Esporte para o Desenvolvimento e pela Paz, a REMS - Rede Esporte pela Mudança Social - promoveu uma série de atividades físicas e esportivas gratuitas pelo país através dos projetos parceiros, e, o Projeto Graél participou desse evento.

No dia 09 de abril nossa equipe foi até a praia do Cais, em Jurujuba, onde ofereceu aulas gratuitas de canoagem para quem passasse. Além disso, levamos nosso simulador de velejadas, foi um sucesso completo.

Foram feitas diversas atividades e gincanas com o público local que pode aproveitar o dia para se exercitar conosco.



## Semana dos Povos Originários Indígenas

No dia 19 de abril foi celebrado o "dia do índio", porém no Projeto Graél trabalhamos com os alunos nessa ocasião a "Semana dos povos originários", que tem como objetivo a preservação da memória das civilizações que de fato eram nativas.

Foram feitas conversas reflexivas sobre a colonização e construção do nosso país através dos séculos.

A semana visa produzir conhecimentos, atitudes, posturas e valores que garantam o respeito à história e cultura dos povos indígenas trazendo reflexão crítica que gere respeito a sua condição sócio histórica.



## Semana das Profissões

A Semana das Profissões é uma oportunidade para os alunos conhecerem profissionais que conversam com eles sobre suas experiências para que os mesmos saibam como lidar com os desafios no mercado de trabalho.

No dia 26 de abril recebemos a especialista em carreira Cláudia Almeida que conversou com pais e alunos sobre o autoconhecimento profissional. No bate-papo foi abordada estratégias sobre como minimizar as falhas pessoais antes que elas se tornem grandes problemas, e sobre a potencialização dos nossos pontos fortes, usando eles para conquistar destaque no mercado.

Já no dia 28, tivemos a roda de conversa "Como velejar pelos mares do mercado de trabalho", com a psicóloga Nathalia Miranda, que instruiu os alunos sobre seu futuro profissional.

Foram abordadas as etapas do processo seletivo, como as empresas se comunicam e buscam com o candidato, a manutenção depois de selecionado e muito mais.



## Maior à vista

09 até 13 - **Semana das mães**

De 16 a 20 - **Semana Nacional de Enfrentamento a Violência**

18 - **Dia Nacional de Combate ao Abuso e à Exploração Sexual de Crianças**

SEMPRE QUE POSSÍVEL,  
SIGA AS MEDIDAS DE  
PREVENÇÃO  
RECOMENDADAS PELA  
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE  
SAÚDE (OMS)

1) LAVE SUAS MÃOS  
FREQUENTEMENTE;



2) EVITE TOCAR EM  
SEUS OLHOS, SUA  
BOCA E SEU NARIZ;



3) CUBRA SUA TOSSE  
COM SEU  
ANTEBRAÇO;



4) EVITE LOCAIS  
CHEIOS;



5) FIQUE EM CASA SE ESTIVER SE  
SENTINDO MAL - MESMO EM  
CASO DE FEBRE BAIXA  
OU TOSSE;



6) SE TIVER FEBRE, TOSSE  
PERSISTENTE OU DIFICULDADE EM  
RESPIRAR, BUSQUE AJUDA MÉDICA -  
SE POSSÍVEL, TELEFONE PRIMEIRO;



7) MANTENHA-SE INFORMADO  
POR MEIO DE NOTÍCIAS  
OFICIAIS.



8) QUANDO CHEGAR A SUA  
IDADE, VACINE-SE



Projeto  
Graef



AkzoNobel



BANK OF AMERICA



Aeroflex



BEKAERT DESLEE



CANVAS



SECRETARIA ESPECIAL DO ESPORTE

MINISTÉRIO DA CIDADANIA



**Instituto Rumo Náutico**

Av. Carlos Ermelindo Marins, 494  
Jurujuba - Niterói - RJ, 24370-195  
comunicacao@projetograel.org.br  
www.projetograel.org.br  
(21) 2711-9875



Este e-mail foi enviado para {{ contact.EMAIL }}  
Você recebeu este e-mail porque está registrado com Projeto Grael

[Cancele sua subscrição aqui](#)



© 2019 Projeto Grael