



O DIQUE

Edição: XVI - junho de 2016

Informativo da BNRJ



INAUGURAÇÃO DAS INSTALAÇÕES DA GERÊNCIA DE OBRAS CIVIS

A Gerência de Obras Civis foi criada em 2011 pelo então Chefe do Departamento de Apoio CF (EN) Mauro Nicoloso Bonotto, visando desvincular as obras de infraestrutura da Seção de Prefeitura. A Gerência possui o objetivo de acompanhar, fiscalizar e gerenciar às obras civis realizadas na Base Naval do Rio de Janeiro (BNRJ), bem como, desenvolver estudos e projetos para manutenção das instalações, seja na área predial ou portuária.

Em julho de 2016, essa Gerência, foi agraciada pelo Comandante da BNRJ, com novas instalações, visando o incremento da produtividade em suas tarefas, considerando a melhor distribuição do pessoal nas incumbências. O trabalho incessante desse "tentáculo" da BNRJ, promove, a contínua tarefa de monitorar, manter e reparar todas as construções ao seu alcance.



MODERNIZAÇÃO DO SISTEMA DE FONOCLAMA DA BNRJ



Em junho de 2016 a Base Naval do Rio de Janeiro (BNRJ) finalizou a modernização do seu sistema de fonoclama. Com a Central de Operação localizada na Sala de Estado, o atual sistema é pioneiro na Marinha do Brasil, sendo sua transmissão feita através de rádio frequência (*wireless*). Desta forma foi possível dispensar a utilização de cabos entre as unidades. Além disso, visando proporcionar um alto grau de disponibilidade, o atual sistema tem ao seu dispor um *No-break* de 1,2 Kva para manter uma autonomia em caso de perda de alimentação principal, e possui também entrada multimídia e chamada remota através de PABX.

ENTREGA DE DISTINTIVO DE COMPORTAMENTO

No último dia 6 de julho de 2016, o Comandante da Base Naval do Rio de Janeiro (BNRJ) agraciou 27 Cabos da BNRJ com o Distintivo de Comportamento. Representado por uma estrela dourada de cinco pontas, fazem jus ao uso do distintivo os Cabos, Marinheiros e Soldados que completaram 5 anos de efetivo serviço na Marinha do Brasil, sem terem sofrido qualquer punição.



NOVAS MODALIDADES DE TREINAMENTO FÍSICO MILITAR



A partir do mês de julho, a Base Naval do Rio de Janeiro (BNRJ) iniciou novas modalidades de Treinamento Físico Militar (TFM), incluindo atividades tais como o *PowerFit* e *Combat Trainig*. O objetivo é manter as melhores condições físicas e operativas dos militares, bem como o incentivar a prevenção de doenças, por meio da prática do TFM.

O *PowerFit* utiliza um programa único de treinamento baseado em movimentos naturais, funcionais e sempre variados, garantindo um treino completo, diferenciado, desafiador e altamente eficiente. Os benefícios desta modalidade envolvem toda uma melhoria na resistência cardiovascular e muscular, além de expressivos resultados na força, flexibilidade, precisão, potência, agilidade, equilíbrio, coordenação e velocidade. Já o *Combat Trainig* promove uma combinação diferenciada entre ginástica e artes marciais.

ANIVERSARIANTE DO TRIMESTRE

No dia 13 de julho foi realizado, no refeitório de SO e SG, a confraternização dos aniversariantes do trimestre referente aos meses de abril, maio e junho. Tal evento contribui para valorização do pessoal e melhoria do ambiente de trabalho, visando à integração da tripulação da Base Naval do Rio de Janeiro.

Na ocasião, o aniversariante SO-AM Flávio Nunes foi o militar escolhido para puxar o parabéns na tão honrada cerimônia.

Desejamos a todos aniversariantes bons ventos e mares tranquilos!



DIA DA LIDERANÇA

No dia 2 de junho foi realizada uma palestra alusiva ao "Dia da Liderança". Proferida pelo Capitão de Mar e Guerra (RM1-FN) Sérgio Marquês Soares de forma empolgante e contextualizada. O palestrante abordou aspectos fundamentais para o exercício de uma boa liderança, contribuindo de forma significativa para o incremento dos atributos morais e sociais necessários para a vida e a conduta dos militares da Base Naval do Rio de Janeiro.



AMAZÔNIA AZUL

MARINHA DO BRASIL
PROTEGENDO NOSSAS RIQUEZAS, CUIDANDO DA NOSSA GENTE



"A Base da Nossa Esquadra"

Coordenador
CMG ALEXANDRE TITO DOS SANTOS XAVIER

Supervisão
3º SG-ET MANASSÉS DE LUCENA MORAES

Diagramação
3º SG-DA DANIEL TEODOLINO BARBOSA TORRES
CB-EO THIAGO OLIVEIRA NASCIMENTO

Fotografia Oficial
CB-EO ANDRÉ RICARDO VIANA
CB-ML LUMENA COSTA GOMES