



INFORMATIVO

Paineiras



OUTUBRO DE 2012 . Nº 138 / ANO XI



Segurança

SIPAT 2012 intensifica a conscientização dos colaboradores



SIPAT 2012

Realizada de 10 a 14 de setembro, a SIPAT – Semana Interna de Prevenção de Acidentes no Trabalho da Paineiras obteve pleno êxito. Diversas atividades levaram aos colaboradores informações que visam mostrar que segurança é responsabilidade de todos!

Várias palestras foram apresentadas nos postos do interior e da capital, abordando temas como primeiros socorros, DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis, drogas e ergonomia, entre outros. Houve também espaço para falar sobre motivação e da responsabilidade que cada um tem na prevenção de acidentes, dentro e fora dos postos de trabalho. No encerramento da SIPAT, ocorrido na sede da Paineiras, em Poá, os destaques foram uma encenação teatral que falou sobre segurança no trânsito e a posse dos novos membros da CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes. Confira, nesta edição, as fotos e fatos que marcaram este grande evento.

Páginas 4 e 5

Treinamento recicla conhecimentos no Programa de Educação Continuada

Página 2

Conheça como é a parceria com a Prada de Mogi das Cruzes

Página 3

Aprenda a fazer bolinhos de casca de banana para tomar com café

Página 7

Colaboradores reciclam conhecimentos em treinamento de práticas de liderança

A iniciativa foi promovida nos dias 19 e 21 de setembro, no centro de treinamento da Paineiras, em Poá, e envolveu os participantes dos módulos 1 e 2 do Programa de Educação Continuada, realizados em 2010 e 2011.

A capacitação contou com diversas atividades práticas e dinâmicas que permitiram colocar em prática todo o aprendizado adquirido. O evento serviu ainda para estimular a troca de experiências e aprimorar as ações desenvolvidas pelos participantes do programa, que aproveitam e se preparam para a realização do módulo 3, que ocorrerá em 2013. Magnólia Pereira, encarregada do INSS de

Guarulhos, foi uma das participantes do treinamento. “Sinto que, a cada dia, melhoro minhas ações no posto com tudo isso que eu aprendo. Agradeço a Paineiras por essa oportunidade”. Elza Xavier, encarregada em São Paulo, também aprovou a reciclagem. “Esse tipo de atividade ajuda a ampliar nosso conhecimento e incentiva a gente a trabalhar sempre buscando qualidade e união”. Confira, a seguir, as fotos dos treinamentos:

Treinamento do dia 19 de setembro



Treinamento do dia 21 de setembro



Integração

Novos colaboradores, a Paineiras deseja a vocês **boas-vindas e muito sucesso!**



Turma do dia 23/08



Turma do dia 06/09



INFORMATIVO
Paineiras

Coordenação Geral
Luciana Silveira Lúcio

Esta é uma publicação institucional mensal da Paineiras Limpeza e

Serviços Gerais Ltda.
destinada aos colaboradores da
Paineiras e seus familiares.

Av. Dep. Castro de Carvalho, 589
cep 08551-000 Vila Júlia - Poá, SP

Departamento Comercial
Tel.: 11 3538 2145 - Fax: 3538 2110
comercialprivado@paineiras.com.br

Jornalista Responsável
e Fotografia

L.C. Galvão Júnior MTb 25.492
Tel.: 12 9771 3842 - galvaojr@uol.com.br

Projeto Gráfico,
Editoração e Ilustração

Paulo Schmidt
Tel.: 12 9771 8695
ps@pstudio.com.br

Impressão e Tiragem
Resolução Gráfica / 2.500 exemplares

Fale com a gente

informativo@paineiras.com.br
ou dirija-se ao supervisor da sua unidade

www.paineiras.com.br



Equipe Paineiras que atua na Prada de Mogi das Cruzes



Encarregado Osmar, cliente Célio e Jô, do setor operacional da Paineiras

Paineiras atende Centro de Serviços de Mogi das Cruzes da **Prada Distribuição**

Diariamente, uma equipe de colaboradores responde pela limpeza e higienização das áreas administrativa e fabril da Companhia Metalúrgica Prada, empresa de destaque na área de distribuição de aços planos que integra o grupo CSN – Companhia Siderúrgica Nacional.

Além da limpeza dos ambientes ainda é realizada a manutenção das áreas verdes da empresa, que possui 339 colaboradores na unidade de Mogi das Cruzes. Para que as tarefas sejam feitas com eficiência e qualidade, a Paineiras dispõe de uma equipe de colaboradores qualificados e dispostos a atender os clientes de forma atenta e abrangente.

Osmar Pereira de Souza é o encarregado responsável pelo grupo. Segundo ele, o pessoal mantém um grande entrosamento. “Nossa equipe é muito unida. Cada um sabe de suas responsabilidades e não espera qualquer determinação para cumpri-las”, destacou Osmar,

que se diz satisfeito em atuar no posto. “Cada dia aprendo mais na Paineiras”, relatou ele. Um dos clientes que acompanha os trabalhos da Paineiras é Célio Domingos da Silva, técnico de segurança no trabalho da Prada. Ele explica que os serviços prestados têm atendido às expectativas. “Os setores da empresa não se queixam. Vejo que há disciplina e um bom nível de comprometimento da equipe”. O cliente salientou ainda a intensa participação dos colaboradores da Paineiras durante o processo que levou a unidade de Mogi das Cruzes a ser recomendada para a certificação ISO 14001, norma internacionalmente reconhecida destinada a empresas que possuem um efetivo Sistema de Gestão Ambiental.



Na entrada da empresa, uma locomotiva antiga chama a atenção dos visitantes

Saiba mais sobre a Prada

O Centro de Serviços de Mogi das Cruzes está instalado num terreno com 199.200 m², ocupa área coberta de cerca 30.000 m² e possui ramal ferroviário próprio, o que possibilita receber diariamente carregamentos de matéria-prima provenientes da Usina Presidente Vargas, da CSN, em Volta Redonda. Nesta unidade fica instalado o Centro Corporativo da Prada Distribuição – Gerências Gerais Comercial, Industrial e Logística, Gerências de Marketing e Preços, Financeira e Desenvolvimento e Aplicação de Novos Produtos, bem como a Coordenação de Recursos Humanos. A empresa dispõe de um estoque de bobinas e produtos acabados armazenados em área coberta, podendo chegar a 70.000 mil toneladas. Além de Mogi das Cruzes, a Paineiras atende unidades da CSN em Capuava, na cidade de Mauá, e em Arará e Queimados, no Rio de Janeiro. Fonte: www.csn.com.br



Semana de Prevenção de Acidentes no Trabalho **integra** colaboradores

Além da sede de Poá, postos no interior e na capital receberam as atividades da SIPAT, promovidas entre 10 a 14 de setembro. Palestras e outras ações buscaram estimular e ampliar a conscientização dos profissionais da Paineiras, dentro e fora dos locais de trabalho.



Dentre os assuntos abordados durante a semana nos postos destacaram-se “primeiros socorros, minutos que salvam vidas”, “DST – você sabe evitá-las”, “a segurança começa em casa”, “motivando para a segurança”, “drogas, o mal do século” e “ergonomia, com o corpo não se brinca”. A programação também foi intensa na sede da Paineiras, onde aconteceu o encerramento da SIPAT. O evento foi aberto pela palestra “ergonomia, com o corpo não se brinca”, apresentada por Wilson Batista. Ainda de manhã, a palestra “motivação”, ministrada por Luiz Eduardo, do grupo “aprendendo a viver”, mobilizou os colaboradores, que ainda conferiram à tarde a peça teatral “acidente de trajeto & direção defensiva”, apresentada pelos atores do grupo Sipatmania.





Posse da CIPA finaliza atividades da SIPAT Paineiras 2012

O último ato promovido na SIPAT foi a posse dos novos integrantes da CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes, que é composta de representantes indicados pelo empregador e por representantes eleitos pelos colaboradores. A comissão atua na prevenção de acidentes, verificando as condições do ambiente de trabalho e de todos os aspectos que afetam a saúde e a segurança do trabalhador, buscando com que todos trabalhem em conjunto na prevenção de acidentes e na melhoria da qualidade do ambiente de trabalho.





ESPAÇO FAMÍLIA



CIDADES PAINEIRAS

Jundiaí: terra das frutas e do desenvolvimento.

Distante pouco mais de 58 quilômetros da capital paulista, Jundiaí tem cerca de 370 mil habitantes, sendo o 15º município mais populoso do estado. O seu nome é uma referência ao Rio Jundiaí, cuja origem é proveniente da língua tupi, significando "rio dos jundiás ou dos bagres". A região de Jundiaí, até início do século 17, era habitada por povos de

origem indígena que se dedicavam à produção de milho e de mandioca. Hoje, a cidade é um grande polo industrial, com destaque para empresas dos setores de alimentos e bebidas, cerâmica, autopeças e metalurgia, entre outras. A cidade abriga diversas universidades e mantém um comércio forte e atuante. Um dos destaques de Jundiaí é a "Festa da Uva", considerada uma das mais antigas do interior de São Paulo e realizada desde o ano de

1934. Ela ocorre nos anos pares, no mês de janeiro. Nos anos ímpares, acontece a "Festa do Morango".

Postos atendidos pela Paineiras em Jundiaí: Gerência Executiva e Agência da Previdência Social e Agência Ambiental da Cetesb.



O INFORMATIVO PAINEIRAS FOI FEITO PRA VOCÊ E SUA FAMÍLIA. MANDE SUGESTÕES PARA ESTE ESPAÇO, ENCAMINHANDO SUA CONTRIBUIÇÃO POR SEU ENCARREGADO OU SUPERVISOR. PARTICIPE!



HUMOR

Pegadinhas



O que a gente coloca na boca todos os dias, mas nunca come?

Resposta: O talher.

Qual doença ataca pessoas que ouvem muita música?

Resposta: Hérnia de disco.

O que vira a cabeça de qualquer homem?

Resposta: O pescoço.

O que aconteceu com um ferro de passar roupa que caiu no chão?

Resposta: Ficou passando mal...

O que combina com macarrão parafuso?

Resposta: Farinha de Rosca.

O que dá o cruzamento de um carro com um livro?

Resposta: Uma autobiografia.



ÇAÇA-PALAVRAS

O DIA 15 DE OUTUBRO É DEDICADO AOS PROFESSORES. GRAÇAS A ELES, A SOCIEDADE TEM ACESSO ÀQUILO QUE É MAIS IMPORTANTE: A EDUCAÇÃO. CONFIRA, A SEGUIR, ALGUMAS CONTRIBUIÇÕES DADAS POR ESTE PROFISSIONAL:

ENSINO / DESENVOLVIMENTO / PROGRESSO / APRENDIZADO
DISCIPLINA / ATENÇÃO / CARINHO / APOIO / INCENTIVO / FUTURO

P N P S J F G Q E W Q I U J K E C U
D O K P A S B J C O F O A L V O H I
C T T O U G I D C Ç G K P A R I O N
F I A P U Y F A F G R O R S A A Y C
P D E S E N V O L V I M E N T O B E
M B N E T G U V B X O I N F E G V N
F U S B P M D S N H D R D I N F A T
G A I D S D I S C I P L I N A B U I
A K N U M R Z D E A I H Z H T O E V
P R O G R E S S O F D I A D E E R O
O H A G Y D A Y K V H R D K N G J V
I E I F U T U R O A O X O P Ç L E N
O P E R E N C V S I U V J Q ã H Y V
H F O W A M J K C A R I N H O U T N
D E A S D H Ç K O S P L A Z N U Q T



Novembro 2012

Datas dos benefícios
 Pagamento de **Salário**: dia **06**
 Pagamento de **VR**: dia **07**
 Pagamento de **VT**: dia **09**
 Pagamento **VA**: dia **20**

ATENÇÃO

Atestados médicos ou qualquer documento que justifique ausência, entregar no prazo de 48h para o encarregado ou supervisor.



Primavera: é hora de revitalizar a pele

A estação das flores chegou e, com ela, é comum o aparecimento de lesões dermatológicas e sintomas de pele seca e rachada. Tudo isso ocorre porque a maioria das pessoas só se lembra da pele quando ela começa a dar sinais de exaustão. Além disso, a primavera é marcada pela oscilação na temperatura e na umidade do ar. Para evitar transtornos é preciso sempre ficar atenta à hidratação e ao uso do filtro

solar. Para os especialistas, a prevenção ainda é a melhor forma de garantir uma pele saudável por muito mais tempo.

Muitas vezes, a poluição do ar e o sol castigam a pele sem que as pessoas percebam. Há quem também exagera na hora de tomar sol, excedendo no tempo de exposição ou esquecendo o protetor. Não importa se o sol está fraco: mesmo com pequena intensidade, os raios solares são nocivos ao corpo. Outro detalhe que deve ser observado é

a intensidade dos ventos da primavera, que podem fazer com que a pele perca a elasticidade. Nessa época é comum também esfriar de repente, o que pode deixar a pele mais ressecada. Por isso, atenção na primavera. Assim você garantirá uma pele preparada para os desafios do verão.



CULINÁRIA



BOLINHO DE CASCA DE BANANA

A maioria das pessoas, quando comem uma banana, joga a casca fora. Trata-se de um desperdício pois, apesar de parecerem sem valor, as cascas das bananas são ricas em cálcio, fósforo, ferro, vitaminas A, B e B2, potássio, sódio, proteína, glicídios e lipídios. Acompanhe, a seguir, uma receita salgada que reaproveita as cascas:

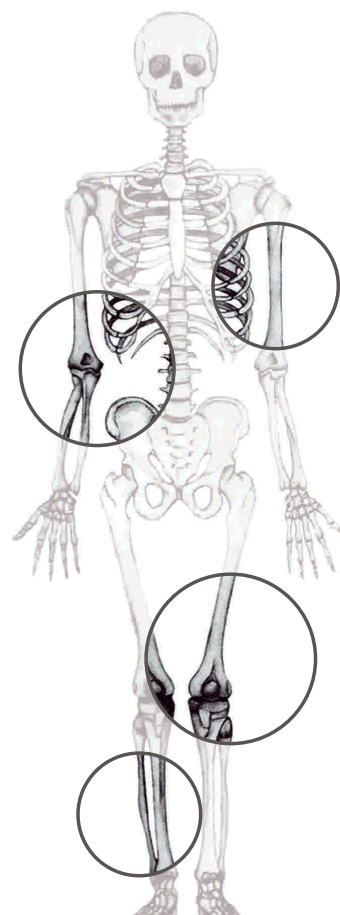
Ingredientes

- 2 xícaras de casca de banana bem picadinha
- 1 ovo inteiro
- 1 xícara de leite
- 1 colher de sobremesa de sal
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Óleo para fritar

Modo de Preparo

Coloque em uma tigela os ingredientes pela ordem, até formar uma massa mole. Leve ao fogo o óleo para aquecer e depois faça os bolinhos com o auxílio de uma colher. Deixe fritar dos dois lados, retire do óleo e coloque sobre um papel absorvente. Sirva os bolinhos quentes, como acompanhamento para o café.

Fique atento à Osteoporose e cuide bem de seus ossos



O Dia Mundial da Osteoporose, celebrado em 20 de outubro, serve de alerta para uma das doenças que mais afetam a população mundial. A osteoporose enfraquece os ossos e atinge cerca de 25% das mulheres na pós-menopausa e por volta de 13% de homens idosos.

Dados da Fundação Internacional de Osteoporose apontam que a doença afeta cerca de dez milhões de pessoas somente no Brasil, ou seja, de cada três pacientes que sofreram fraturas no quadril, um tem o diagnóstico da doença. Infelizmente, apenas uma em cada cinco pessoas recebe algum tipo de tratamento contra esse mal. Na avaliação dos especialistas, além da idade

avanzada, são fatores de risco para a osteoporose o histórico familiar, a dieta pobre em cálcio e vitamina D, o fumo, o álcool, a vida sedentária e a deficiência hormonal. A redução, desde a juventude, na ingestão de alimentos ricos em cálcio indica que o número de pacientes com osteoporose no futuro deve aumentar. O cálcio é uma das principais substâncias que confere resistência aos ossos. As principais fontes de cálcio são os

produtos lácteos, como leite, iogurte, queijos e ricota. Além destes, outros alimentos são ricos neste mineral, como a couve mineira, o brócolis, o feijão branco, o tofu, o gergelim e a sardinha. Recomenda-se que homens e mulheres, após os 50 anos, devem procurar acompanhamento especializado para verificar, por intermédio de exames específicos, o estado geral dos ossos. Lembre-se: prevenir é sempre melhor que remediar!



Você é o fotógrafo!

O Informativo Paineiras quer sua valiosa colaboração. Mande, por e-mail, fotos digitais que você captou com sua máquina fotográfica ou celular. As imagens devem mostrar lugares e cenas que fazem parte da vida. Use sua criatividade e mostre como você vê o mundo!

E-mails para envio das fotos:

luciana@paineiras.com.br

galvaojr@uol.com.br

ps@psestudio.com.br

Atenção: No e-mail, coloque seu nome e o posto onde você trabalha. Identifique também os locais e as cenas existentes nas fotos. As imagens digitais cedidas devem ter boa resolução.



A colaboradora **Larissa Beatriz de Faria Neves** esteve na Argentina e fez, à noite, essa bela foto da ponte La Mujer, que fica na região de Puerto Madero, em Buenos Aires. A imagem mostra um dos pontos turísticos da capital argentina, que se destaca por sua arquitetura diferenciada e moderna.

