



Atenção para o PIS
Fique atento para o pagamento do benefício que será feito até o final de agosto

02



Serviços especializados
Profissionais de limpeza e de portaria atuam no Hospital Municipal de Poá

03



Técnicas de limpeza
Treinamento no Centro Cultural Tiradentes mobiliza colaboradores de São Paulo

04



ORGANIZAÇÃO · TÉCNICA · HUMILDADE · UNIÃO

Competência: o grande exemplo dos tetracampeões da Copa

Antes de chegar ao Brasil, o time da Alemanha tinha vencido sua última Copa do Mundo de Futebol há 24 anos. Durante esse tempo, o país dedicou-se a cumprir quatro metas para voltar a ser campeão. Primeiro era preciso ter organização, depois foi fundamental assumir que faltava humildade, mais à frente notou-se a necessidade de observar a técnica e, por último, tornou-se essencial estimular a união. Esses quatro propósitos foram levados a sério, fazendo com que a seleção participasse, nos últimos 12 anos, das últimas três finais seguidas da Copa. A vitória veio no Brasil e a seleção canarinho, que era favorita para vencer o torneio, tombou perante uma Alemanha organizada, humilde, técnica e unida. O placar do jogo o mundo não esquecerá: Alemanha 7, Brasil 1. Na final contra a Argentina, outra favorita, a Alemanha mostrou porque mereceu ser campeã. Os exemplos deixados pelos vencedores também podem e devem ser usados na vida pessoal e profissional. Confira, nesta edição, como ser um grande vencedor, assim como os Alemães.

05

Pagamento do PIS termina no final de agosto

Os trabalhadores cadastrados no PIS têm até o final deste mês para receber o abono salarial. Tem direito ao benefício, no valor de um salário mínimo, os trabalhadores que:

- estão cadastrados no PIS/PASEP há mais de cinco anos;
- tenham recebido, em média, até dois salários mínimos mensais no ano-base de 2013;
- tenham trabalhado pelo menos 30 dias no ano-base de 2013, consecutivos ou não, para empregado contribuinte do PIS/PASEP;
- estejam com o cadastro atualizado na empresa PAINEIRAS e na Caixa Econômica Federal.



Setembro 2014

O pagamento do PIS é realizado pela CAIXA. Fique atento, caso você tenha direito ao benefício.



Datas dos Benefícios

Pagamento de **Salário** – 05/09
Pagamento de **VR** – 05/09
Pagamento do **VT** – 10/09
Pagamento do **VA** – 19/09



Telefones Úteis

SPTrans – 156
Cartão BOM – 0800-7711800
Sodexo – 4003-3167
Benefício Social Familiar – 0800 773 3738



Curta a página oficial da Paineiras no facebook.

facebook.com
/paineiras.servicos

Paineiras prepara a SIPAT 2014

O **SESMT - Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho** e a **CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes** estão organizando a **SIPAT – Semana Interna de Prevenção de Acidentes no Trabalho**. “Tô na faixa – cidadão consciente, trânsito sem acidentes” é o tema deste ano do evento, que dará ênfase à prevenção de acidentes de trajeto, mas também tratará de outros assuntos importantes relacionados à saúde e segurança dos colaboradores. A SIPAT 2014 está programada para acontecer entre 8 a 12 de setembro na sede da Paineiras, em Poá, em postos da capital e na **FUNDHAS – Fundação Hélio Augusto de Souza**, em São José dos Campos. Participe!



Ajude a fazer o novo iP

O que você acha do nosso jornal? Quais assuntos você gostaria de ler nele? O que podemos fazer para melhorar o conteúdo atual? Precisamos muito de sua opinião, sugestões e críticas. Envie uma mensagem para os e-mails galvaojr@uol.com.br ou luciana@paineiras.com.br ou, se desejar, mande contribuições por intermédio de seu supervisor. O Informativo Paineiras não quer ser só feito para você, mas também por você!



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 9 9771 3842 - galvaojr@uol.com.br

Projeto Gráfico, Editoração e Ilustração

Paulo Schmidt
Tel.: 12 9 9771 8695
ps@psestudio.com.br

Impressão e Tiragem
Resolução Gráfica / 2.700 exemplares

Fale com a gente

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

www.paineiras.com.br



Wilma, Alessandra, Claudia, Lucimara e Patrícia (esq. p/ dir.)

Os profissionais respondem pelos serviços especializados de limpeza e higienização hospitalar e de portaria no Hospital Municipal Dr. Guido Guida, em Poá. A Paineiras atende também outras 7 unidades básicas de saúde – UBS, além do centro de fisioterapia e do ambulatório de saúde mental da cidade. Os atendimentos feitos na área da saúde seguem as mais rígidas normas, garantindo eficiência, segurança e rapidez. Para realizar as atividades com todo esse zelo, a Paineiras investe na capacitação e no entrosamento dos colaboradores, que estão prontos a atender às expectativas dos clientes.

“ Palavra da nossa gente ”

“Trabalhamos em equipe e cada turno cumpre suas tarefas com atenção. Acompanhamos atentamente cada atividade para garantir que tudo seja feito conforme o previsto”.

Lucimara Aparecida da Silva

Encarregada da Paineiras no hospital

“Antes de vir para o hospital eu trabalhei nas escolas. Já tinha experiência na área da saúde, mas aplico nesse posto tudo que aprendi nos outros setores por onde passei”.

Patrícia Maria Paz Silva

Líder da Paineiras no hospital

Equipes da Paineiras atendem Hospital Municipal de Poá



Equipe responsável pela limpeza e higienização



Equipe da portaria

O que diz nosso cliente

Claudia Cristina de Deus, secretária de saúde de Poá, demonstrou satisfação com o atendimento oferecido pelos colaboradores. “As equipes são responsáveis e estão atentas ao trabalho. Todos interagem bem, seja nas unidades de saúde quanto no hospital. Bacana ver o comprometimento dos profissionais”. Alessandra Araki Mendes Soares, diretora geral do hospital, também destacou o empenho dos colaboradores. “As equipes estão demonstrando um bom trabalho. Muitas pessoas, quando chegam aqui, elogiam a limpeza”.

Saiba mais sobre o Hospital Dr. Guido Guida

Instalado na Rua Barão de Juparanã, no Jardim Medina, em Poá, o hospital municipal oferece pronto atendimento, clínica médica e pediátrica, leitos de observação e internação, sala de emergência para suporte do SAMU – Serviço de Atendimento Móvel de Urgência, serviços de suporte de radiologia, laboratório de Raio X, serviço de nutrição e dietética, de transporte e remoção de pacientes, serviço social e fisioterapia. Em anexo ao hospital está instalada a secretaria municipal de saúde, que também recebe atendimento da Paineiras.



Hospital Municipal de Poá

Colaboradores aprimoram técnicas de limpeza na teoria e na prática

A Paineiras realizou um treinamento de técnicas de limpeza, nos dias 10 e 11 de julho, no Centro Cultural Tiradentes, em São Paulo. As atividades, apresentadas pela supervisora Maria Candido, permitiram aos colaboradores tirarem dúvidas sobre produtos químicos, equipamentos, fibras, panos, entre outros assuntos. Foram dois dias dinâmicos, pois além da aprendizagem teórica, os colaboradores participaram de dinâmicas e de apresentações de trabalhos. Durante os treinamentos, feitos na prática, os participantes

reciclaram seus conhecimentos sobre limpeza em mobiliários, pisos, banheiros e vidros. A encarregada Marcia Marcelina ficou satisfeita. "Gostei muito e fiquei feliz pelo interesse da equipe e pelas várias experiências compartilhadas. Foi gratificante". A colaboradora Clelia Pereira também elogiou a iniciativa. "Eu achei muito bom e conseguimos lembrar alguns procedimentos". A colaboradora Eva Abdias também disse o que achou da capacitação. "Foi ótimo. Por eu ser nova na Paineiras aprendi sobre os procedimentos da

empresa, como usar corretamente as luvas. Foi agregador". Confira as fotos do treinamento.



Organização X Improviso: a vitória da competência

A Alemanha, seleção que venceu a Copa do Mundo de futebol realizada no Brasil, deixou diversas lições. A equipe, ao contrário da seleção Brasileira, chegou demonstrando organização, humildade, técnica e união antes de tornar-se vencedora. Aliás, essas são as condições de quem deseja vencer, independentemente do ramo em que atua. Ninguém vence só porque é famoso e jogou bem no passado. Competência é sinônimo de organização, enquanto despreparo quase sempre é resultado de improviso – que rima com prejuízo! Acompanhe como seguir os exemplos deixados pela Alemanha e que podem se transformar, em sua vida profissional e pessoal, em vitórias e realizações:



Organização

Desde a última copa vencida pela Alemanha, em 1990, a seleção daquele país não conseguia conquistar nenhum outro título importante. Eles perceberam que, para ganhar outra copa, era preciso se organizar, criando escolinhas de futebol, mantendo os jogadores no país, capacitando os técnicos e estudando os times que eram campeões. Ao contrário do Brasil, que teve pouco mais de 20 dias para juntar os jogadores, a equipe Alemã jogava com a mesma equipe há mais de seis anos. Eles investiram na organização e deixaram o improviso de lado.

Há quem acredite que as pessoas humildes são ingênuas, despreparadas e facilmente manipuladas. A seleção Alemã mostrou que ser humilde é mostrar que, por mais que se saiba algo, há sempre alguma coisa nova a aprender. Os jogadores, durante a copa, fizeram seus treinamentos numa vila no nordeste, próximo aos índios. Eles buscaram contato com o povo para aprender e aprimorar o que sabiam. Evitaram festas e não se comportaram como estrelas".



Humildade



Técnica

Os jogadores alemães não se tornaram campeões do nada. Eles aprimoraram suas técnicas a partir de muito treinamento. A qualificação foi repetida muitas vezes e novos conhecimentos foram somados àqueles que já faziam parte da rotina do time. A Alemanha mostrou que ninguém nasce sabendo e que para realizar qualquer atividade é necessário seguir regras, ter atenção e se atualizar periodicamente.

Os alemães demonstraram desde as primeiras partidas que ninguém ganha sozinho, por melhor que seja. Cada jogador compartilha sua competência, criatividade e esforço com os colegas, fazendo com que o time avançasse unido rumo à vitória. A Alemanha não agiu como o Brasil, que contava com um time desentrosado e que dependia de um grande astro que, no meio do torneio, saiu lesionado. Os alemães mostraram que uma andorinha só não faz verão!



União

Diga não à gambiarra!

Você já deve ter ouvido a palavra “gambiarra”, que significa “solução improvisada”. A Copa do Mundo mostrou que perdedor é quem improvisa, faz remendos de última hora, acha que sabe tudo e que não precisa de regras para realizar suas atividades. O profissional de verdade atua como a Alemanha, que levantou a taça porque investiu na organização. Seja você também um vencedor, dizendo não à gambiarra!

Aprenda a ouvir

Vários ditados populares revelam a importância de ouvir, antes de falar. A sabedoria popular, infelizmente, é desconhecida por muitas pessoas, que ignoram a força das palavras e falam sem pensar. Por melhor que sejam os argumentos, por mais sabedoria que uma pessoa tenha, por maiores que sejam seus conhecimentos, o mais sensato, na maioria das ocasiões, é ouvir quem tem algo a dizer. Em seguida, procure refletir sobre aquilo que foi dito para, depois, falar. Caso a primeira palavra seja sua, dê preferência às falas simples, curtas e de fácil compreensão. Não monopolize o diálogo e deixe o outro falar. Assim se estimula a compreensão e o entendimento entre as pessoas.

“o pior surdo é o quem não quer ouvir”

“boca fechada não entra mosca”

“falar é semear; ouvir é colher”

Cuide bem da pele no inverno

Os dias frios podem causar diversos problemas à pele. E não são apenas as baixas temperaturas responsáveis por esses danos. Tomar banhos muito quentes causa o ressecamento na pele e no cabelo. Enfrentar o vento gelado é também outro desafio. É fundamental, nessas situações, usar hidratante facial e corporal. Não esqueça do filtro solar que, mesmo no inverno, ajuda a barrar os raios nocivos que causam doenças graves, como o câncer de pele. Não esqueça ainda dos alimentos saudáveis, que são grandes aliados para a beleza. Dê preferência a legumes cozidos, frutas e verduras e não deixe de praticar exercícios físicos regularmente. Outro santo remédio é tomar muita água, para manter todo o corpo hidratado. Agindo assim sua pele e sua saúde vão estar sempre em boa forma.

Laranja: fonte de vitaminas e de saúde



Dentre os alimentos que fazem bem ao organismo, a laranja se destaca por cuidar do corpo de maneira integral. A fruta, muito comum nesta época do ano, possui diversas qualidades, sabores e usos. Rica fonte de vitamina C, a laranja tem diversos componentes importantes como potássio, fibras, dentre outros. A fruta combate às infecções, ajuda na boa formação dos ossos e dentes, auxilia a cicatrização de feridas e, segundo recentes pesquisas, serve para proteção contra o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes, certos tipos de câncer e até mal de Alzheimer. A laranja pode ser consumida in natura, em sucos e bebidas, pratos doces e salgados. Apesar de existirem diversas variedades dessa fruta, de maneira geral, todas elas contêm semelhantes riquezas nutricionais. É só escolher a de sua preferência e saborear essa fonte de saúde.



Queremos suas dicas e sugestões!

Você quer que algum assunto específico seja tratado pelas novas colunas do iP? Mande suas sugestões e dicas para luciana@paineiras.com.br ou galvaojr@uol.com.br ou então mande seu material por intermédio de seu supervisor. Faça você também o iP!

PASSATEMPO

iP ADVINHAÇÃO

Qual é o cúmulo...

... da confiança?

Resposta: Jogar palitinho por telefone

... da rebeldia?

Resposta: Fugir de casa quando se mora sozinho

... da sorte (ou do azar)?

Resposta: Ser atropelado por uma ambulância

... da má pontaria?

Resposta: Atirar uma pedra no chão e errar.

... da força?

Resposta: Dobrar a esquina.

... do egoísmo?

Resposta: Não vou contar, só eu que sei!

iP CAÇA-PALAVRAS

O mês de Agosto é dedicado ao folclore, que significa “sabedoria do povo”. A cultura popular brasileira é uma das mais ricas e diversificadas do mundo e, pelo folclore, o povo conta suas tradições e história. Encontre, a seguir, palavras relacionadas a essa manifestação popular:

FESTAS / DANÇAS / COMIDAS TÍPICAS / SACI / CUCA / BOITATÁ
IARA / CURUPIRA / BOTO / MULA SEM CABEÇA /

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

iP CULINÁRIA



Você já viu, na página ao lado, que a laranja é uma fruta que traz muitos benefícios à saúde. Confira, agora, uma receita que aproveita toda a riqueza da laranja:

Bolo de Laranja com calda

Modo de Preparo

Bata no liquidificador 3 ovos, suco de 2 laranjas, 1 xícara de chá de óleo e 2 xícaras de chá de açúcar. Despeje a mistura em uma tigela, acrescentando a farinha de trigo aos poucos e, por último, o fermento. Coloque a massa numa assadeira redonda de buraco no centro, untada e enfarinhada. Leve ao forno médio pré-aquecido por 35 minutos ou até que esteja assado. Agora faça a calda com o suco de laranja e o açúcar ao fogo, dando uma aquecida e despejando no bolo ainda quente.

Ingredientes

Para a massa

3 ovos
Suco de 2 laranjas
1 xícara de chá de óleo
2 xícaras de chá de açúcar
3 xícaras de chá de farinha de trigo
1 colher de sopa de fermento em pó

Para a calda

Suco de 1 laranja
3 colheres de sopa de açúcar



"Colaborador de Campos do Jordão é destaque no Bicicross"



**BIKE
SEGURANÇA
ACIMA
DE TUDO!**

Além de ser usada em competições, como faz o eletricitista Denis, as bicicletas são excelentes opções para o lazer e o transporte nas cidades. Porém, antes de pegar a bike e sair pedalando, é preciso cuidar da segurança. Usar capacete e roupas apropriadas, cuidar da manutenção da bicicleta – principalmente os freios, respeitar as regras de trânsito e ficar atento quando estiver pedalando são algumas dicas para quem vai se aventurar sobre duas rodas.

Lembre-se: a segurança vem em primeiro lugar!

Denis Borges Alves, eletricitista que integra a equipe de manutenção predial da Paineiras em Campos do Jordão, gosta de bicicletas desde a infância. Porém, ele nunca se contentou em andar de bike. "Quando era criança eu gostava de fazer rampa de madeira e de terra para pular com a bicicleta. Adoro esse esporte radical, que dá sensação de liberdade e aventura", destacou Denis, que encarou pela primeira vez uma competição de bicicross quando tinha 13 anos de idade. Hoje, aos 26 anos, o rapaz coleciona medalhas e troféus conquistados em diversas competições. Neste ano, Denis está em quarto lugar no campeonato paulista de bicicross, um dos principais torneios da categoria. "Essa competição é a mais difícil e disputada do Brasil. Vem gente de outros estados para disputar suas oito etapas", frisou o eletricitista, que tem como meta participar, em 2015, da Copa do Brasil de Bicycross.



IP VOCÊ É O FOTÓGRAFO!

Mostre como você vê o mundo! Envie pra gente fotos digitais que você captou com sua máquina fotográfica ou celular. As imagens devem mostrar lugares e cenas que fazem parte da vida. E-mails para envio das fotos: luciana@paineiras.com.br / galvaojr@uol.com.br

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

A Serra da Mantiqueira divide três estados: São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro. No trecho mineiro há centenas de estradas que cortam a região, conhecidas por seus belos cenários, como esse registrado próximo a cidade de Virgínia, que tem pouco mais de 10 mil habitantes.

