



#### Capacitações

Colaboradores participam de treinamentos especializados

02



#### Culinária

O calor chegou: refresque-se com uma sobremesa gelada de manga!

07



#### Tecnologia

Aprenda a instalar agora o aplicativo Portal Paineiras

07

# SIPAT 2017

## reafirma que saúde e segurança estão em primeiro lugar!

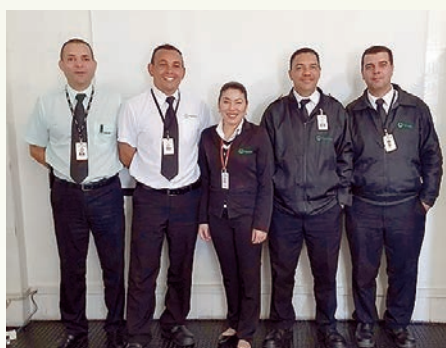


Foi com esse propósito que a Paineiras promoveu, entre 28 de agosto e 1º de setembro sua Semana Interna de Prevenção de Acidentes no Trabalho – SIPAT. Palestras mobilizaram colaboradores no interior e na capital, sempre com o objetivo de ampliar a conscientização de todos sobre a importância da saúde e da segurança dentro e fora dos postos. Nesta edição especial você confere as imagens que marcaram a SIPAT 2017, finalizada com pleno êxito na sede da Paineiras, em Poá.

3, 4 e 5

# Capacitação para porteiros e recepcionista é feita na sede do cliente

O treinamento foi ministrado por Sergio Neri, supervisor de portaria, aos profissionais dessa área que atendem a Innovapack, em Itaquaquecetuba. A atividade promovida dia 26 de agosto tratou da importância do trabalho em equipe para o bom andamento das ações diárias e dos procedimentos do cliente sobre carga e descarga, já que os colaboradores fazem o primeiro atendimento na portaria e na recepção.



## Ações beneficiam agentes de atendimento que atuam na Prefeitura de São Paulo

O setor de treinamento da Paineiras abordou os avanços dessa profissão, a importância que ela tem no sucesso dos contratos de forma geral e as técnicas de atendimento e de utilização do marketing pessoal para o sucesso profissional.



Boas-vindas e muito sucesso para os novos colaboradores da Paineiras!



03 DE AGOSTO



10 DE AGOSTO



17 DE AGOSTO



24 DE AGOSTO



25 DE AGOSTO



**Coordenação Geral**  
Cristiane Vasconcelos  
Eliane Lima  
Mária Aparecida Shiraiishi

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](http://www.paineiras.com.br)

# Colaboradores do interior e da capital participam ativamente da SIPAT 2017

A **Semana Interna de Prevenção de Acidentes no Trabalho da Paineiras** ocorreu entre os dias 28 de agosto a 1º de setembro e mobilizou um expressivo número de participantes, que acompanharam palestras e outras atividades que valorizaram a preservação da saúde e segurança. Qualidade de Vida e combate ao estresse, prevenção de acidentes domésticos, como organizar sua geladeira, além de dicas sobre emagrecimento saudável e de como manter a “cabeça boa” e deixar a mente saudável foram temas abordados nesses encontros, sempre tratados com profundidade e seriedade, mas também com muita descontração e interatividade.



## Siurb Olido



## Centro Cultural Tiradentes



## DRE Penha



## Sede da Superintendencia Regional de São Paulo



## Teatro Leopoldo Froes



## Prefeitura Regional de São Matheus



# SIPAT 2017

## Prefeitura Regional de São Matheus



## Fundhas Sede – São José dos Campos



## Atividades são encerradas na sede da Paineiras

O último dia da Semana Interna de Prevenção de Acidentes no Trabalho reservou uma série de atividades que integraram os participantes com a mesma animação e interesse registrados nos postos de trabalho. Atividades físicas lideradas pelo professor Douglas animaram os colaboradores no encerramento da SIPAT, realizado na sede de Poá. Depois, uma palestra com a equipe da Rede Cidadã apresentou detalhes do programa “Trabalho Novo”, do qual a Paineiras é participante. Em seguida, nutricionistas que atuam na empresa apresentaram a palestra “emagrecimento saudável”. À tarde, após uma nova roda de atividades físicas, os colaboradores participaram da palestra show “qualidade de vida + estresse”.

## Sede da Paineiras em Poá, SP



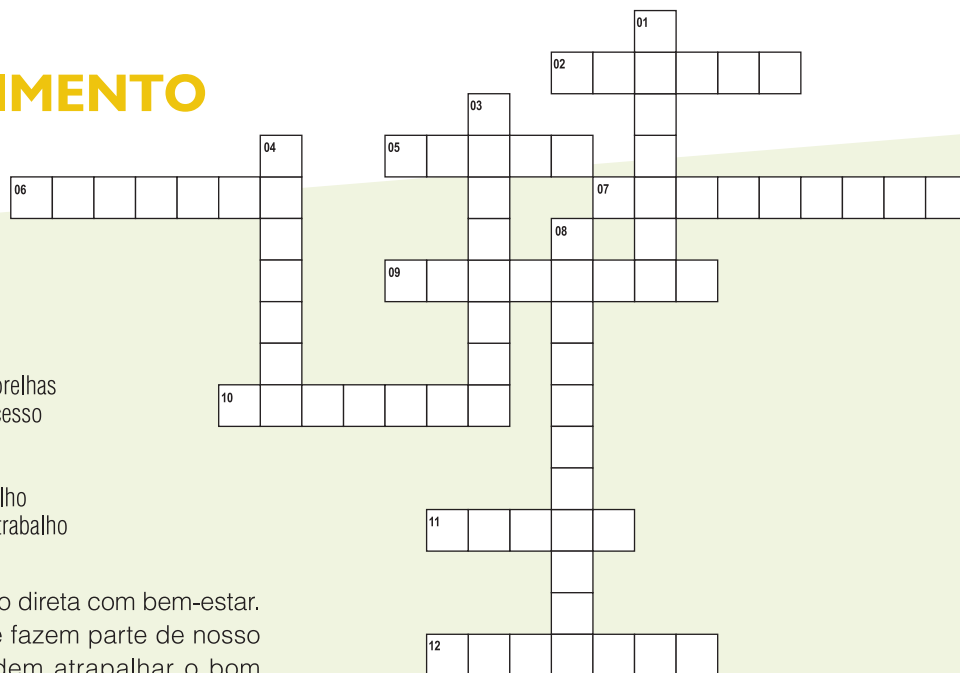
## Exposições e posse da CIPA marcam último dia da SIPAT

Além de participarem das palestras e das atividades físicas, os colaboradores presentes no encerramento da SIPAT na sede de Poá conferiram exposições de produtos de beleza, perfumaria, chocolates e óculos. Durante o evento, sessões de massagens foram sorteadas, assim como uma série de brindes. Porém, o destaque da SIPAT foi a posse dos novos integrantes da CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes – gestão 2017/2018. O grupo é formado por colaboradores eleitos pelo voto dos colegas e por representantes indicados pela Paineiras. A CIPA é essencial, pois atua na prevenção de acidentes, conscientizando a todos sobre a importância da saúde e segurança dentro e fora do trabalho.



# ENTRETEMIMENTO

## PALAVRAS CRUZADAS



### Horizontal

- 02. Minha identificação de trabalho
- 05. Essencial para a higiene e saúde
- 06. Quando são discretos e pequenos embelezam as orelhas
- 07. Ressalta a beleza do rosto quando não uso em excesso
- 09. Combate os males causados pelo Sol
- 10. Quando é suave libera um cheiro agradável
- 11. Minhas mãos são mais seguras com elas no trabalho
- 12. Quando tem fios longos, mantenho-os presos no trabalho

Saúde e segurança no trabalho tem relação direta com bem-estar. Há, neste sentido, uma série de itens que fazem parte de nosso cotidiano que, quando esquecidos, podem atrapalhar o bom andamento das atividades profissionais diárias. Encontre, no diagrama, palavras relacionadas ao bem-estar no ambiente de trabalho. Boa diversão!

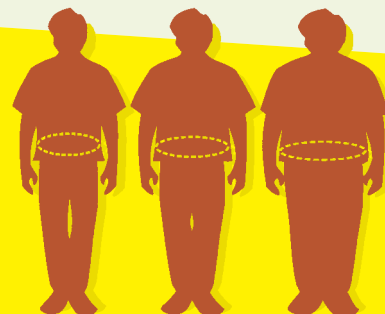
### Vertical

- 01. Protege meus pés nas tarefas diárias
- 03. Com ele trabalho todo dia
- 04. No trabalho uso nas unhas com cores discretas
- 08. Utilizo sempre nas axilas



## VOCÊ SABIA...

...que 11 de Outubro é **Dia Nacional de Prevenção da Obesidade**? A data chama a atenção da sociedade para essa doença, que pode ser fator de risco para outros males, como o diabetes e as doenças cardiovasculares. Trata-se de um problema mundial que deve ser inicialmente tratado com a conscientização das pessoas. De acordo com a Organização Mundial da Saúde – OMS, quase cerca de 2 bilhões e meio de adultos estavam com sobrepeso e mais de 700 milhões eram obesos em 2015. No Brasil, o excesso de peso atinge hoje 40% da população. Manter uma alimentação saudável, fazer atividades físicas, eliminar vícios como o cigarro e a bebida são algumas ações que ajudam a combater esse mal. Entre nesta luta!



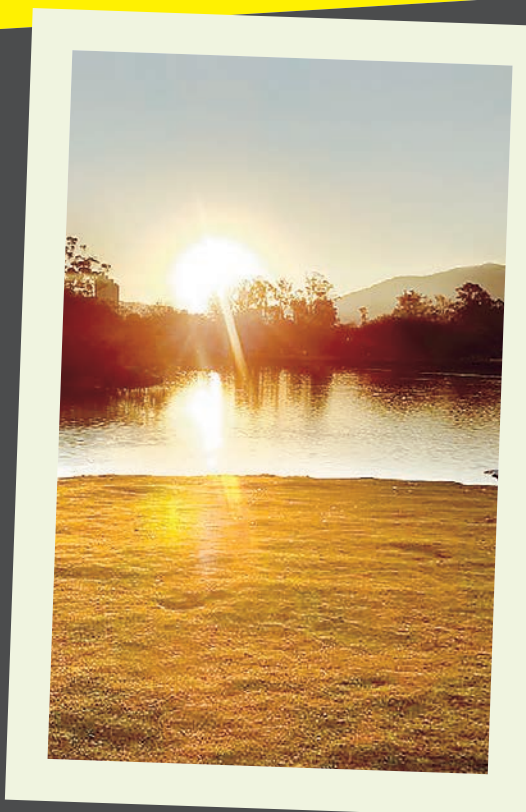
## VOCÊ É O FOTÓGRAFO!

Este espaço foi criado para mostrar lugares, cenas e flagrantes que fazem parte de seu cotidiano. Precisamos de sua ajuda! Envie fotos digitais que você captou com sua máquina fotográfica ou celular.

### PARTICIPE!

Envie suas fotos para [galvaojr@uol.com.br](mailto:galvaojr@uol.com.br) e [informativo@paineiras.com.br](mailto:informativo@paineiras.com.br)

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



A colaboradora Suzana da Silva Costa, cozinheira escolar da creche Neuza Gomes Pereira, em Poá, nos enviou essa foto tirada no Parque Centenário, em Mogi das Cruzes. O local, que na década de 1970 servia para extração de areia tornou-se um ponto de lazer e de natureza, como revela a imagem feita por nossa colaboradora do belo parque que chama a atenção dos visitantes. Faça como Suzana e participe deste espaço. Mostre como você vê o mundo pela fotografia!

# Colaboradores dispõem de **aplicativo Portal Paineiras** para smartphones



Disponível apenas para sistema android.

Os colaboradores têm agora uma inovadora ferramenta para obter informações pessoais junto a Paineiras. Trata-se do **Portal Paineiras App**, que pode ser facilmente instalado diretamente em seu smartphone. Por essa ferramenta é possível verificar se suas informações estão atualizadas, como endereço, telefone, exames periódicos e muito mais. O aplicativo ainda dá informações relevantes, como um descritivo completo do seu holerite.

Para baixar é muito fácil: basta acessar o **PlayStore** em seu celular, baixar e instalar.

O link para instalação do aplicativo também está disponível na página da Paineiras no Facebook: [www.facebook.com/paineiras.servicos](http://www.facebook.com/paineiras.servicos).



**Atenção:** o aplicativo pode ser baixado nos links citados somente para sistemas Android. Para o sistema IOS basta acessar [www.paineiras.com.br](http://www.paineiras.com.br)



## Academias Smart Fit

Para informações acesse [www.smartfit.com.br](http://www.smartfit.com.br)

## Amil Dental

Entre em contato com seu supervisor para obter informações sobre o convênio odontológico. Acesse também [www.amildental.com.br](http://www.amildental.com.br)

## Farmácias Drogasil

Para mais detalhes fale com seu supervisor ou encarregado.

## Faculdade UMC

Mogi das Cruzes, SP

Para obter mais informações sobre desconto nas mensalidades dos cursos superiores entre em contato com o RH da Paineiras.

## Parque Aquático Termas dos Laranjais

Olímpia, SP

Mais informações no site [www.termas.com.br](http://www.termas.com.br) ou ligue durante o horário comercial para (17) 3281 8015.

## Pink Academia Feminina

Poá, SP

Informações podem ser obtidas pelo telefone (11) 4634 4543

## SESC – Serviço Social do Comércio

Mais informações no site [www.sescsp.org.br](http://www.sescsp.org.br)

## Mudança de local para retirada do Bilhete Único

O colaborador deve retirar o cartão **Bilhete Único** diretamente em um posto habilitado pela SPTrans. Se você perdeu o cartão entre em contato com a Paineiras para pegar o número deste bilhete e ligue para 156, na SPTrans, ou então vá até uma loja credenciada para cancelar o Bilhete Único. Depois do cancelamento, assim que retirar o novo cartão, informe a Paineiras o novo número dele para pagamento da próxima recarga do Vale Transporte.

## Perda dos Vales Alimentação, Refeição ou Senha

Em qualquer uma dessas situações é necessário que o colaborador entre em contato com a Sodexo para fazer uma nova solicitação.



## Telefones Úteis

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



## Datas dos Benefícios

Pagamento de **Salário** – 06/11  
Pagamento de **VR** – 06/11  
Pagamento do **VT** – 09/11  
Pagamento do **VA** – 20/11

Novembro 2017

# Caminhada Viva+ é um sucesso!



O evento aconteceu no Parque Ecológico do Tietê, em São Paulo, no dia 23 de setembro. Colaboradores, familiares e amigos aproveitaram o belo dia de sol junto à natureza para praticar atividades físicas e se divertir. A participação de todos foi muito intensa e revelou o engajamento das pessoas em prol da saúde e do bem-estar. A caminhada foi um sucesso, como é possível conferir nas fotos que ilustram esta página! Fique atento porque a Paineiras está preparando novidades que farão você se mexer. Não fique de fora e participe das próximas iniciativas do programa Viva+. Afinal, a saúde está em primeiro lugar!



## Ajude a fazer o nosso iP

O que você acha do nosso jornal? Quais assuntos você gostaria de ler nele? O que podemos fazer para melhorar o conteúdo? Precisamos muito de sua opinião, sugestões e críticas. Envie uma mensagem para [galvaojr@uol.com.br](mailto:galvaojr@uol.com.br) ou [informativo@paineiras.com.br](mailto:informativo@paineiras.com.br) e, se desejar, mande contribuições por intermédio de seu supervisor. O Informativo Paineiras não é só feito para você, mas também por você!