



Nossa Gente
Cetesb de Santos conta com serviços de limpeza e higienização

03



Mídia
Paineiras leva informação sobre o Novo Coronavírus às emissoras de Televisão

05



Saúde
Dengue e Sarampo: saiba como se prevenir e combater essas doenças

06

Todo mundo na luta contra o Novo Coronavírus!



Você certamente tem visto muita notícia sobre a nova doença que se espalhou pelo mundo. Aliás, o termo “novo” que vem à frente da palavra Coronavírus não é usado por acaso. Ele se refere a descoberta na China, em dezembro do ano passado, da forma recente do vírus que tem causado a atual doença que atinge milhares de pessoas e que chegou ao Brasil. Chamado também pelos especialistas de COVID-19, o Novo Coronavírus causa doença respiratória e o quadro do paciente infectado pode variar, em grande parte das situações, de leve a moderado, como o de uma gripe. Entretanto, alguns casos podem ser mais graves, com risco de morte, principalmente em pessoas que já tem outras doenças. Ciente de seu compromisso com a informação e de seu dever em orientar seus leitores, o iP preparou uma matéria especial, com uma série de informações úteis para você se engajar na luta contra o Novo Coronavírus. 04, 05



ACIDENTES NO TRABALHO

A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO

“Prevenir é melhor que remediar”. Esse sábio ensinamento resume a importância de se manter, nos locais de trabalho, atos e condições que garantam a segurança de todos, sempre. Mais do que uma obrigação e dever do trabalhador a prevenção é uma necessidade que necessita ser observada de forma constante. Quem age de forma preventiva evita acidentes de qualquer natureza, principalmente os mais graves.

Existem, porém, aqueles que acreditam que tudo isso é uma bobagem e que o importante mesmo é “fazer o serviço” e ir embora para casa. A autoconfiança é também outra maneira errada de pensar a agir no trabalho. A ideia de que “comigo nada acontece” gera, na maioria das vezes, a sensação de que o trabalhador é imune a acidentes porque isso “só acontece com quem não tem experiência”. Na verdade, é fundamental que cada pessoa esteja ciente de que a prevenção deve ser constante em cada tarefa e que os menores descuidos acarretam os maiores problemas. Saber disso é o primeiro rumo à segurança.

A Paineiras entende que a conscientização e a capacitação dos trabalhadores são as melhores ferramentas para prevenir acidentes e, por isso, intensifica medidas que garantem a segurança e à saúde dos colaboradores. Além de disponibilizar EPI e EPC – Equipamentos de Proteção Individual e Coletiva, a empresa oferece aos trabalhadores treinamentos e instruções operacionais que priorizam a segurança em cada tarefa.

Ciente de que o engajamento de todos os colaboradores é que faz a diferença, a Paineiras ainda incentiva as atividades da CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e promove anualmente a SIPAT – Semana Interna de Prevenção de Acidentes no Trabalho. Nos treinamentos ou serviços prestados, a prevenção é estimulada mediante o acompanhamento técnico dos colaboradores.

E você, o que está esperando? Faça como a Paineiras e priorize sempre a segurança. Afinal, não custa repetir: é sempre melhor prevenir do que remediar!

 **INTEGRAÇÃO****FEVEREIRO/2020**

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

**GRUPO Paineiras**

Coordenação Geral
Cristiane Vasconcelos
Eliane Lima
Maria Aparecida Shiraishi

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
PS Estúdio
Tel.: 12 9 9771 8695
ps@psestudio.com.br

Impressão e Tiragem
Resolução Gráfica / 2.700 exemplares

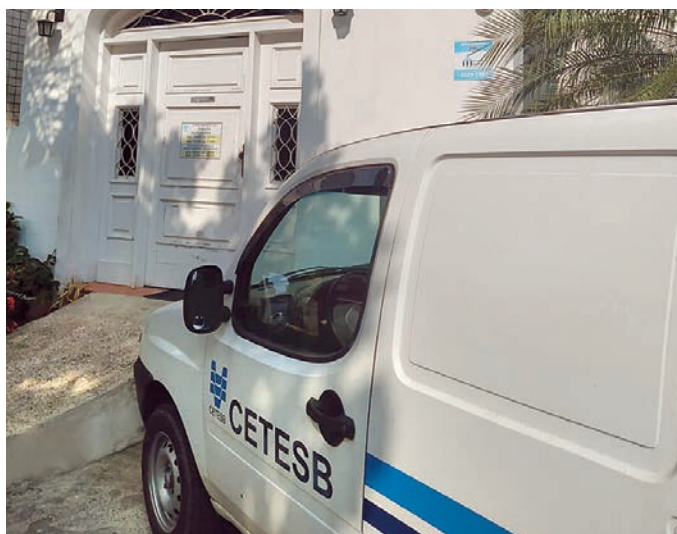
Fale com a gente
informativo@paineiras.com.br
ou dirija-se ao supervisor da sua unidade

www.paineiras.com.br

SANTOS, SP

Paineiras marca presença em Agência Ambiental da Cetesb

Além da cidade onde está situada a unidade, ainda são atendidos os municípios de Guarujá, São Vicente, Praia Grande, Mongaguá, Itanhaém e Peruíbe. No total atuam 22 servidores no setor, onde são oferecidos os mais diversos serviços, com destaque para o atendimento ao público que é realizado em uma área especial do prédio em que está instalada a agência, que dispõe, em dois pavimentos, de salas administrativas, sala de reunião, arquivo, cozinha e copa. Para manter tudo limpo e em ordem, a Paineiras conta com uma profissional especializada que busca, diariamente, oferecer o melhor serviço.



Conheça a Agência Ambiental da Cetesb de Santos

O atendimento ao público é apenas um dos serviços oferecidos no posto, que responde ainda por ações de licenciamento ambiental, fiscalização e emissão de documentos. A agência cuida também do monitoramento de atividades que geram poluição e prejudicam o meio ambiente e a sociedade. A agência ambiental da Cetesb de Santos fica na Rua Delfim Moreira, 56, bairro Embaré, atendendo de segunda à sexta-feira no horário comercial. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone (13) 3227 7767.



O que diz nossa cliente

Os serviços da Paineiras são avaliados por Marcia Maria Vieira de Melo, técnica administrativa da Agência Ambiental. Para ela, a colaboradora presta um atendimento exemplar. “Severina trabalha muito bem e com qualidade. Não precisamos cobrar; ela sabe o que tem que fazer e como fazer”, disse Marcia, que destacou a cordialidade da profissional. “Temos um bom relacionamento. Severina é muito querida por todos”. A cliente falou também da Paineiras. “A gente é atendido em todas as solicitações. Das vezes que tivemos algum tipo de problema ele foi resolvido com a maior brevidade possível. Temos uma parceria que deu certo”. Sebastião Antonio Freitas Bastos, encarregado administrativo da agência, avaliou os serviços prestados pela profissional de limpeza e higienização. “Severina está há bastante tempo com a gente. Ela representa bem a Paineiras e faz um serviço de qualidade. A supervisora também dá uma assistência legal para gente, em qualquer necessidade”, finalizou o cliente.

“ Palavra da nossa gente ”

Os serviços de limpeza são feitos por Severina Maria Conrado de Menezes, que em outubro completará 17 anos na Paineiras. “Nossa empresa é muito boa e sou feliz trabalhando na Paineiras e na Cetesb, onde conheci pessoas maravilhosas”, disse Severina, que recebeu apoio dos amigos quando teve a casa atingida por um temporal, no ano passado. “Perdi tudo nas enchentes, mas recebi a maior força de todos. Sou muito grata”. A profissional também falou sobre a carreira na Paineiras. “É difícil trabalhar tanto tempo numa empresa e sinto muito orgulho disso. Eu procuro fazer tudo certinho e espero chegar aos 60 anos trabalhando na Paineiras para, depois, aposentar”, completou Severina, que fará 57 anos de idade em breve.

Novo Coronavírus: prevenção e cuidados essenciais

Chamado pelos especialistas de COVID-19, foi identificado pela primeira vez em 1937, mas apenas em 1965 ganhou o nome de Coronavírus por sua imagem parecer, no microscópio, com uma coroa. O termo “novo” antes da palavra Coronavírus faz referência a descoberta na China, em dezembro de 2019, da forma mais recente do vírus. Durante a vida, a maioria das pessoas se infecta com os vários tipos de Coronavírus. Porém, a nova forma da doença se espalha rapidamente, causando doenças respiratórias parecidas a de uma gripe, quando o quadro do paciente infectado varia de leve a moderado. Alguns casos podem ser mais graves, por exemplo, em pessoas que tem outras doenças, principalmente idosos. Nesta condição, o risco de morte torna-se elevado. Não há medicamentos que previnam a doença, mas existem formas simples para se proteger, como a adoção de hábitos de higiene e de limpeza que também são essenciais na luta contra outras doenças contagiosas.

Fique atento aos **sintomas**

- Febre
- Tosse
- Dificuldade para respirar

Além disso, podem ocorrer outros sintomas, como cansaço, dores, coriza e congestão nasal, dor de garganta e diarreia.



Como é transmitido o Novo Coronavírus



O contágio ocorre pelo contato próximo à pessoa doente, principalmente quando ela expela gotículas pela tosse – com ou sem catarro – ou espirro. Por isso é importante evitar contato físico com a pessoa infectada, mantendo pelo menos um metro de distância. Evite também contato com superfícies contaminadas, tocando em seguida a boca, nariz e olhos.

Como se prevenir

Lave as mãos com frequência com água e sabão. Se não tiver água use principalmente álcool gel 70%, sempre:

- Após tossir ou espirrar.
- Depois de cuidar de pessoas doentes.
- Após ir ao banheiro.
- Antes e depois de comer.

Ao tossir e espirrar:

- Cubra a boca e o nariz. Use os braços ou lenço descartável. Evite usar as mãos e, se usar, lembre-se de lavá-las bem com água e sabão.
- Use sempre lenço de papel, mas jogue-o fora imediatamente após o uso e lave as mãos. Evite lenços de pano.

Recomendações gerais

- Evite ficar em contato próximo a pessoas com febre e tosse.
- Evite apertos de mão, beijos ou abraços. Se isso ocorrer, não leve às mãos ao nariz, boca e olhos. Lave as mãos ou use álcool gel 70% em seguida!
- Procure o serviço de saúde mais próximo se tiver sintomas como febre, tosse e dificuldade de respirar. Para os casos graves, a rede estadual de saúde preparou hospitais de referência na capital, interior e litoral.

CUIDADO COM AS

Fake News

O único mal que se espalha mais rápido do que o Novo Coronavírus são as notícias falsas, também conhecidas por Fake News. Portanto, **não espalhe, pelas redes sociais e aplicativos, mensagens que não vem de fontes oficiais.** Não compartilhe também receitas milagrosas que prometem proteção ou até o fim da doença. O Novo Coronavírus não tem cura e não há nenhum remédio ou vacina para tal fim. A maioria das pessoas se recupera sozinha depois que são tratadas pelos serviços de saúde.

Mais informações acesse:
www.saopaulo.sp.gov.br/coronavirus



Confira a matéria feita pela Rit TV na página da Paineiras no Facebook.

facebook.com/paineirasgrupo

Paineiras: engajada na luta pela conscientização

Reconhecida no Brasil pela excelência na prestação de serviços de higienização e limpeza, a Paineiras tem sido chamada pelos veículos de comunicação para levar ao público informações de qualidade tão essenciais à luta contra o Novo Coronavírus. Foi o que ocorreu dia 10 de março no programa Viva Melhor, transmitido pela Rede Vida de Televisão. Na ocasião, Nathalia Tiemi Ueno, diretora executiva do grupo Paineiras e vice-presidente administrativa e financeira da Associação Brasileira do Mercado de Limpeza Profissional – Abralimp, foi convidada a falar, entre outros assuntos, sobre o papel das empresas do setor e a importância da realização de serviços profissionais no combate ao Novo Coronavírus. O mesmo tema também foi abordado no final de fevereiro numa reportagem apresentada no Jornal das 18, da Rit TV. A matéria, que mostrou como as empresas de limpeza estão se preparando para apoiar a sociedade contra o Novo Coronavírus, foi produzida em um setor atendido pela Paineiras. Entre as entrevistas, as imagens mostram profissionais da Paineiras realizando com eficiência os serviços profissionais que, em qualquer época ou situação, ajudam a promover a saúde e o bem-estar das pessoas.



ENTRETENIMENTO

PALAVRAS CRUZADAS

Ajude a acabar com o mosquito da Dengue!

O Brasil enfrenta um problema de saúde pública que, assim como o Novo Coronavírus, pode ser evitado se medidas simples forem tomadas. Isso porque o responsável por tanta dor é um mosquito, o *Aedes Aegypti*, causador da Dengue, Chikungunya e Zika. Para se reproduzir, o mosquito precisa de água parada e o período do ano com maior transmissão são os meses mais chuvosos. De acordo com o Ministério da Saúde, o Brasil teve 1,5 milhão de casos de dengue em 2019 e, até a primeira quinzena de março, o estado de São Paulo registrava 61 mil notificações. Trata-se de um problema grave que começa a ser resolvido com informação e conscientização. Por isso, encontre

no passatempo palavras relacionadas aos criadouros do mosquito da dengue e lembre-se de acabar com eles na sua casa. Boa diversão!

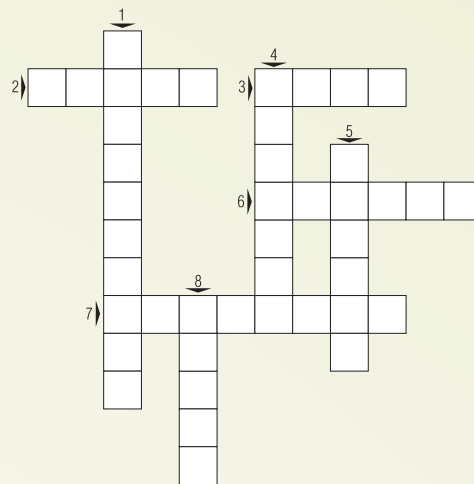


Horizontal

- 2- Usados nos carros, mas podem acumular água quando descartados
- 3- Deve ser descartado de forma correta, em sacos e longe do chão
- 6- Ficam embaixo dos vasos de plantas e devem ser cobertos com areia
- 7- De refrigerante ou cerveja, devem ficar de cabeça para baixo quando vazias

Vertical

- 1- É tudo que pode ser reaproveitado e que, se descartado de forma errada, vira criadouro de dengue.
- 4- Tenho que manter sempre para garantir saúde e bem estar de todos
- 5- Ficam nos telhados e acumulam água e folhas
- 8- Servem para escoar água e precisam ser limpos sempre



Respostas: Horizontal: 2- Pneus / 3- Lixo / 6- Pneus / 7- Carrafas
Vertical: 1- Reciclagem / 4- Limpar / 5- Galhas / 8- Ralos

VOCÊ SABIA...

... que 7 de abril é o Dia Mundial da Saúde? A data foi criada em 1946 pela Organização Mundial de Saúde, que aprovou um conceito que visava ampliar a visão sobre o que seria ser saudável. Na época ficou definido que “a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”. Isso significa que, apesar de existirem doenças como a provocada pelo Novo Coronavírus, a saúde também pode sofrer se outros fatores não forem observados. No Brasil, conforme a lei 8.080 de 1990, a saúde é um direito fundamental do ser humano e cabe ao Estado prover condições indispensáveis ao seu pleno exercício. A lei diz também que, para ter saúde, alguns fatores são determinantes, dentre eles: alimentação saudável, moradia digna, saneamento básico, meio ambiente preservado, trabalho, renda, educação, atividade física, transporte, lazer e acesso a bens e serviços essenciais. Ter saúde é, portanto, desfrutar de qualidade de vida. Pense nisso!



Cuidado com o Sarampo!

Trata-se de uma doença altamente contagiosa, transmitida pela fala, tosse ou espirro da pessoa contaminada. Os principais sintomas são mal-estar geral, febre, manchas vermelhas que aparecem no rosto e descem por todo o corpo, tosse, coriza e conjuntivite. Há vacina para prevenção da doença, fornecida pelo Ministério da Saúde e disponível gratuitamente em postos de saúde de todo o país. Segundo o Ministério da Saúde, em 2019 foram registrados 18,2 mil casos de sarampo em 526 municípios. No ano passado, em São Paulo, Segundo a Agência Brasil, foram registradas 14

mortes. O maior número de casos – 16 mil – também foi registrado em São Paulo. Vale lembrar que a doença era erradicada, ou seja, o mal estava controlado, mas o país voltou a registrar casos de Sarampo no ano passado. A melhor prevenção que garante que a pessoa fique bloqueada de não se infectar é a vacina. Como o sarampo é transmitido pelas vias respiratórias, medidas de higiene como lavar as mãos ou usar álcool em gel e evitar locais públicos e fechados onde circula muita gente são fundamentais no combate à doença. Confira sua carteirinha de vacinação e previna-se!



JOGO DOS 7 ERROS

O artesanato é uma das mais belas expressões da cultura e uma de suas formas que mais chama a atenção são as esculturas. Exemplo disso podem ser vistos nos pavões de argila feitos pelas figureiras da cidade de Taubaté, no Estado de São Paulo. As imagens mostram essa beleza, mas fique atento: a foto da direita tem 7 erros. Encontre-os!



CAÇA-PALAVRAS

A Páscoa, comemorada neste ano no dia 12 de abril, marca uma das principais datas religiosas do mundo: a ressurreição de Jesus Cristo, ocorrida de acordo com as escrituras três dias após sua morte na cruz. O diagrama tem palavras relacionadas às mensagens deixadas por Cristo na Terra que continuam necessárias nos dias atuais. Encontre-as:

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

~~AMOR~~ / FRATERNIDADE / SOLIDARIEDADE / DOAÇÃO / ESPERANÇA / FÉ / IGUALDADE / SALVAÇÃO

IP CULINÁRIA



O caqui é uma fruta típica do outono, sendo uma rica fonte de fibras e vitaminas. Muito saboroso e benéfico à saúde, o caqui é bom para o sistema digestivo e traz benefícios ao sistema imunológico, retarda o envelhecimento e faz bem ao coração. O que muitos não sabem é que o caqui pode virar uma deliciosa sobremesa, como mostra a receita a seguir:

Mousse de caqui

Ingredientes

- 6 caquis maduros
- 2 xícaras (de chá) de leite
- Meia lata de leite condensado
- Meia lata de creme de leite sem soro
- 1 envelope de gelatina em pó sem sabor

Para a calda

- 2 caquis maduros
- 1 copo de água
- 2 colheres de sopa de açúcar

Modo de Preparo

Lave os caquis, descasque-os e retire as sementes. Coloque as frutas no liquidificador e bata junto com o leite, o leite condensado, o creme de leite e a gelatina em pó, que deve ser dissolvida antes, conforme as instruções da embalagem. Depois coloque a mousse em uma forma grande ou, se preferir, faça pequenas porções em forminhas individuais. Leve tudo à geladeira até ficar firme. Agora é a hora da calda: Bata os caquis, a água e o açúcar no liquidificador. Despeje a mistura numa panela, leve ao fogo baixo e deixe cozinhar por cerca de dez minutos, mexendo sem parar até que a mistura seja levemente engrossada. Deixe esfriar e sirva sobre a mousse.

ATENÇÃO

Informação sobre acidente de trabalho

Em caso de acidente ou mal-estar avise seu Supervisor ou ligue para 0800 722 3288

CONVÊNIOS PAINEIRAS

Todos estes convênios abaixo, mantidos com a Paineiras, estão à sua disposição. Usufrua destes benefícios para uma melhor qualidade de vida.

Parque Aquático Magic City

Suzano, SP

Informações: (11) 4746 5800
ou no site www.magiccity.com.br

Academias Smart Fit

Para todos os detalhes acesse
www.smartfit.com.br

Farmácias Drogasil

Para mais detalhes fale com
seu supervisor ou encarregado.

Faculdade UMC e Faculdade Braz Cubas

Mogi das Cruzes, SP

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

SESC

Mais informações no site
www.secsp.org.br

Parque Aquático Thermas dos Laranjais

Olímpia, SP

Mais informações no site
www.termas.com.br ou ligue
no horário comercial para
(17) 3281 8015

Porto Seguro Odontológico

Entre em contato com seu Supervisor
para saber mais sobre o convenio



AGORA VOCÊ
PODE IMPRIMIR
O HOLERITE

Você já instalou o aplicativo Portal Paineiras App em seu celular?



Com ele você verifica se suas informações cadastrais estão atualizadas, como endereço, telefone, exames períodos, entre outros, evitando assim problemas futuros com FGTS e aposentadoria. O app ainda dá acesso ao seu holerite e muito mais. Para ter o aplicativo é muito fácil: acesse o PlayStore (Android) em seu celular, busque por **Portal Paineiras App**, baixe e instale. Para usuários IOS (iPhone) acesse o site: portal.paineiras.com.br

O aplicativo funciona também de qualquer computador ou celular, pelo endereço portal.paineiras.com.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 preciso que o colaborador entre em contato com a Sodexo para fazer uma nova solicitação.



Telefones Úteis

SPTrans – 156

Cartão BOM – 0800-7711800

Sodexo – 3003-5083 (Capital e Região)
0800 728 5083 (Outras Cidades)

Benefício Social Familiar
0800 773 3738



Datas dos Benefícios

Pagamento de Salário – 06/05

Pagamento de VR – 06/05

Pagamento do VT – 08/05

Pagamento do VA – 20/05

MAIO
2020



O informativo Paineiras pode ficar ainda mais com a sua cara.

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 ou 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!