

LER É CONHECER UM EXTRAORDINÁRIO MUNDO NOVO

Uma pesquisa feita pelo IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística revelou que as pessoas ocupam só 6 minutos do dia com leituras. Em contrapartida, os dados mostram que o brasileiro fica 2 horas e meia do dia na frente da televisão. Faltam leitores no país.

Assim como todo hábito, a leitura exige repetição constante. Porém, ler também pede atenção e requer reflexão, ao contrário da televisão, que apresenta em imagens e sons conteúdos muitas vezes resumidos de assuntos que poderiam ser mais aprofundados. Quando uma pessoa lê estimula a mente e passa a ter uma percepção mais crítica da sociedade.

As crianças que leem e que tem contato com a literatura desde cedo são beneficiadas em diversos sentidos: aprendem melhor, pronunciam e escrevem corretamente as palavras e se comunicam de maneira eficaz. Aliás, essas vantagens aumentam se a leitura for incentivada e acompanhada pelos pais. Já os adultos, quando leem, adquirem opiniões mais consistentes sobre diversos assuntos.

Nunca é tarde para ler. Mesmo quem tem pouca escolaridade, mas que possui vontade de aprender evolui de forma expressiva quando passa a dedicar um tempo maior à leitura. Quem está acostumado à leitura se torna muito mais preparado para os estudos, para o trabalho e para a vida. A hora para começar a ler é agora. Basta você querer!

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 /
galvaiojr@uol.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 Cliente **Nanci Gojima**, da Cetesb de Mogi das Cruzes, nos enviou uma foto que revela a beleza das flores da cerejeira "sakura". A espécie está plantada na casa da mãe da cliente. A cerejeira é uma árvore típica da Ásia, sendo que algumas são frutíferas, enquanto outras são produtoras de madeira nobre. A imagem captada por Nanci mostra o florescer dessa árvore.

INFORMATIVO Paineiras



FEVEREIRO/14
Nº 1524
ANO XIII

RESPEITO AOS IDOSOS: ATITUDE NECESSÁRIA NO PRESENTE E NO FUTURO

O Brasil, que já foi um país de jovens, caminha para ter no futuro um expressivo número de idosos. A evolução da sociedade tem garantido o aumento na expectativa de vida das pessoas. Contudo, é preciso mudar a forma como os idosos são tratados na atualidade.

Há quem entenda que as pessoas da chamada "terceira idade" não estão mais aptas a contribuir para a sociedade. Ignora-se, com essa compreensão preconceituosa, o real valor dos idosos, que são fontes de sabedoria e de conhecimento acumulados durante

anos de vida. Apesar da importância que têm para a sociedade, muitos idosos são vítimas da violência, dos maus tratos, da falta de respeito e da discriminação. Grande parte desses atos desumanos vem de jovens que, no futuro, também serão idosos. Para mudar essa realidade é preciso conscientizar as pessoas,

mostrando a elas as potencialidades e os direitos dos idosos, que merecem ter uma vida verdadeiramente digna. Veja, nesta edição, uma matéria que mostra porque valorizar os idosos é promover a cidadania.

PÁGINA 4

Colaboradores fazem treinamento de
limpeza em altura

PÁGINA 3

Paineiras atua na Secretaria Municipal de
Educação de Campos do Jordão

PÁGINA 5

Fique atento à campanha de vacinação
contra o HPV

PÁGINA 7

FIQUE ATENTO À LIMPEZA EM LOCAIS ELEVADOS

Ao realizar esse tipo de atividade é essencial priorizar a segurança para evitar quedas que podem ser graves ou até mortais. Não importa se o lugar é aberto, como a fachada de um prédio, ou fechado, como o interior de uma sala: A prevenção não deve ser esquecida.

Quando são feitas operações em altura, todas as precauções devem ser redobradas. É fundamental seguir as normas de segurança, usar ferramentas e instrumentos de trabalho em bom estado e nunca se esquecer dos EPIs – Equipamentos de proteção Individual. Confira, a seguir, algumas dicas que devem ser seguidas sempre, seja no trabalho ou em casa:

- 1- Quando limpar áreas os objetos que estão acima de seu ombro evite empoleirar-se em máquinas ou estantes, nem utilize cadeiras, mesas, banquetas ou caixas. Para essa atividade use uma escada. Porém, assegure-se se ela está apoiada firmemente antes de subir.
- 2- Sempre que possível peça que um colega o ajude a apoiar a escada ou fornecer materiais e equipamentos que serão usados na limpeza.
- 3- Verifique a solidez e a estabilidade da escada, principalmente das travessas e dos degraus, que devem estar em perfeito estado.
- 4- Utilize calçados antiderrapantes e cuide para que a escada esteja limpa, com seus degraus livres de gordura e de outras sujidades.
- 5- As subidas e as descidas devem ser feitas sempre de frente à escada, agarrando-se a ela com as duas mãos.
- 6- Busque posicionar a escada em um local adequado e mantenha-se distante de canos, fios ou cabos elétricos.
- 7- Quando estiver na escada, realize a limpeza mantendo-se sempre apoiado com os dois pés no degrau. Se limpar uma área ou objeto que esteja distante evite inclinar-se para os lados. Para isso, busque reposicionar a escada de forma a aproximar-se do local a ser limpo.
- 8- Use o cinto de segurança quando a limpeza ultrapassar alturas elevadas.
- 9- Andaimos, cavaletes e cadeiras suspensas, dentre outros equipamentos empregados na limpeza em altura, devem ser usados apenas por profissionais treinados.



LEMBRE-SE

SEJA NO ALTO, SEJA NO CHÃO, DA SEGURANÇA NUNCA SE ABRE A MÃO!



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

Coordenação Geral
Luciana Silveira Lúcio

Departamento Comercial
Tel.: 11-3538.2100 Fax: 3538.2110
comercial@paineiras.com.br

Jornalista Responsável e Fotografia
L.C. Galvão Júnior - MTB 25.492
Tel.: 12 9771.3842 - galvaojr@uol.com.br

Impressão e Tiragem
Resolução Gráfica / 2.700 exemplares

Projeto Gráfico e Editoração
ADD+ Agência - 11 4725. 2188
atendimento@addagencia.com

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

NOTÍCIAS DO RH

DATAS DOS BENEFÍCIOS
Março/2014

06. Pagamento de Salário
07. Pagamento de VR
10. Pagamento de VT
20. Pagamento de VA
Telefones Úteis: SPTrans 156, Cartão Bom 0800-7711800 - Sodexo 4003-3167

Vales: O VA passa para R\$ 81,33, o VR será de R\$ 9,10 e a PLR será de R\$ 205,00, sendo dividida em duas parcelas de R\$ 102,50 (a serem pagas em Julho e Janeiro). O cartão de Vale Alimentação será substituído.

Cartão SPTrans: Em caso de perda o colaborador deverá ligar no telefone 156 para bloqueá-lo. Depois que chegar a 2ª via do cartão é preciso entrar em contato com a empresa para informar o novo número do cartão.

Dissídio: O percentual é de 8,61% e o valor do salário base foi para R\$ 820,00.

Atualize seus dados: A Paineiras está revisando todos os dados cadastrais de seus colaboradores, sendo de extrema importância manter sua atualização cadastral em dia, como nome, endereço e demais documentos pessoais. Informe também sobre casamento, nascimento de filhos e outros.

AJUDE-NOS A FAZER O INFORMATIVO PAINEIRAS!

O que você acha do nosso jornal? Quais assuntos você gostaria de ler nele? Quais novos quadros ou seções deveriam ser criados? O que podemos fazer para melhorar o conteúdo atual? Precisamos muito de sua opinião, sugestões e críticas. Então participe e 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!

CUIDADOS FEMININOS

VACINA CONTRA O HPV ESTARÁ DISPONÍVEL NA REDE PÚBLICA

Em março, cerca de 4 milhões de doses da vacina contra o papilomavírus humano (HPV) serão distribuídas gratuitamente pelo SUS – Sistema Único de Saúde. O medicamento previne o câncer de colo de útero e será aplicado gratuitamente em meninas de 11 a 13 anos. A partir do ano que vem também serão atendidas meninas de 9 e 10 anos de idade. A vacina que será distribuída é a quadrivalente, ou seja, previne contra quatro tipos de HPV, sendo que dois deles respondem por 70% dos casos de câncer de colo de útero, que é o segundo tipo de tumor que mais atinge as mulheres, atrás apenas do câncer de mama.

Para estar imunizada contra o HPV cada menina deve receber três doses da vacina. Após a primeira, a segunda deverá ser feita em seis meses e, a terceira, em cinco anos. A vacina, que deve ser aplicada com autorização dos pais ou responsáveis, tem eficácia comprovada para mulheres que ainda não começaram a vida sexual e que, portanto, não tiveram contato com o vírus. O HPV é uma DST – Doença Sexualmente Transmissível – considerada de difícil cura e que se manifesta

através de sintomas como verrugas que surgem na região íntima após o contato sexual com uma pessoa infectada. O tratamento é feito com o uso de remédios e cirurgias. Fique atenta às campanhas de vacinação que o Ministério da Saúde deve promover em breve e não deixe de imunizar suas filhas.



CULINÁRIA

COUVE-FLOR COM FRANGO

Confira a seguir a receita de Roseli de Amaro, merendeira da Paineiras que trabalha na creche Mariana Gramani Leporaci, em Poá. Este e outros pratos podem ser encontrados no livro “Sabores da Educação”, editado após concurso promovido pela Secretaria da Educação e pelo Departamento de Alimentação Escolar da Prefeitura de Poá.

Ingredientes

- 1 maço de couve-flor
- 3 xícaras de chá de leite
- 3 colheres de sopa de farinha de trigo
- 2 colheres de sopa de margarina
- Meio quilo de peito de frango em tiras
- 2 cebolas médias
- 1 colher de sopa de óleo
- 3 colheres de sopa de queijo ralado
- Sal e orégano a gosto



Modo de preparo

Numa frigideira, torra a farinha de trigo com margarina e reserve. Em seguida, pique a couve-flor com os talos e cozinhe “al dente”. Refogue o frango em tiras com a cebola, o sal e o orégano. Acrescente o leite à farinha de trigo torrada para fazer um molho branco e deixe engrossar. Em um refratário, misture a couve-flor, o frango e o molho branco. Polvilhe queijo ralado e leve ao forno preaquecido até gratinar. Serve cinco porções que podem ser acompanhadas por arroz branco.



PAULÍNIA: POTENCIAL QUE VAI DO PETRÓLEO AO CINEMA

Integrante da região metropolitana de Campinas, Paulínia fica cerca de 120 quilômetros da capital do estado. A cidade, que tem pouco mais de 84 mil habitantes, serve de elo entre a grande São Paulo e cidades como Cosmópolis, Artur Nogueira e Conchal. Paulínia foi emancipada do município de Campinas em 1964 e seu nome é uma homenagem a José Paulino Nogueira, conhecido fazendeiro da região de Campinas que emprestou seu nome à estação ferroviária existente naquela localidade,

conhecida também por sediar um dos maiores polos petroquímicos da América Latina, a Refinaria de Paulínia (Replan). A cidade, que tem universidades e um forte comércio, se destaca pelo intenso crescimento populacional, sendo a maior da Região Metropolitana de Campinas. Dentre seus atrativos turísticos destacam-se o minipantanal, o parque ecológico e o Jardim Botânico Adelelmo Piva Júnior, que ainda mantém espécies animais e vegetais preservados em seu habitat natural. Outra área que também cresce é o polo cinematográfico de Paulínia, que todos os anos promove um movimentado festival de cinema que ganhou projeção nacional.

POSTOS ATENDIDOS PELA PAINEIRAS EM PAULÍNIA: Agência Ambiental da Cetesb

PIADAS

Três cervejas

Toda sexta, às 8 da noite, um homem vai a um bar e pede 3 cervejas. O ritual sempre se repete: ele toma uma, a outra, a terceira, paga a conta, levanta e volta para casa. Um dia, intrigado com aquilo, o garçom pergunta ao homem:

- Desculpe minha curiosidade, mas porque o senhor toma 3 cervejas toda sexta, no mesmo horário?

E então o homem responde:

- Eu tenho 2 irmãos e cada um de nós mora longe. Assim, toda sexta, às 8 da noite, cada um de nós entra num bar e pede 3 cervejas. Tomamos uma cerveja em homenagem a cada um de nós.

Passado muito tempo, numa sexta, o homem entra no bar e o garçom pergunta:

- Três cervejas, como sempre? Mas o homem responde:

- Não. Apenas duas!

O garçom se assusta e imagina que um dos irmãos de seu cliente morreu. Meio sem jeito, ele traz duas cervejas e pergunta para o homem:

- Desculpe-me amigo, mas o senhor sempre pede 3 cervejas. Aconteceu alguma coisa com algum irmão seu? Daí o homem responde:

- Não, estão todos bem. Eu é que eu parei de beber!

Matemática

Durante a aula, o professor de matemática levanta uma folha de papel em uma das mãos e pergunta para Joãozinho:

- Se eu dividir essa folha de papel em quatro pedaços, Joãozinho, com quantas partes eu fico? O menino responde:

- Fica com quatro quartos, professor!

- Surpreso, o professor faz outra pergunta:

- E se eu dividir em oito pedaços?

Nova resposta:

- Com oito oitavos, professor!

- Daí o professor resolve complicar a equação:

- E se eu dividir em cem pedaços, o que eu tenho?

Com um sorriso no rosto, Joãozinho então resolve o problema:

- O senhor terá papel picado, professor!



CAÇA PALAVRAS

As aulas retornaram e, com elas, são retomadas as tarefas escolares, as provas e os estudos. Encontre no diagrama abaixo palavras relacionadas a esse importante período do ano:

**Aprendizado / Ensino / Educação / Dedicção /
Envolvimento / Estudo / Amigos / Professores /
Alunos / Escola /**

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

COLABORADORES APRIMORAM NA PRÁTICA AS TÉCNICAS DE LIMPEZA EM ALTURA

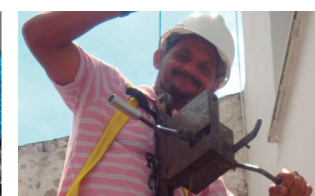
As ações, promovidas no dia 24 de janeiro na sede da Paineiras, em Poá, foram coordenadas por técnicos do SESMT - Serviço Especializado em Segurança e Medicina do Trabalho da Paineiras e contaram com apoio do setor de treinamento.



Colaboradores aprovam o treinamento



Trabalho em equipe



Trabalho requer atenção e segurança

As atividades atualizaram os profissionais que prestam esse trabalho e beneficiaram colaboradores que desejam ingressar na área. Dentre eles, quem apresentar aproveitamento satisfatório após avaliação deve participar da segunda fase do treinamento a ser realizado no Hospital São Luiz, em São Paulo, ainda neste primeiro semestre. Os participantes conferiram como montar e usar andaimes e cadeiras suspensas, dentre vários outros equipamentos, e trataram também de ações de segurança e do uso dos EPIs - Equipamentos de Proteção Individual. Os colaboradores ainda estudaram assuntos como as condições de risco e a importância da atenção nas tarefas.

Cristiane Nascimento dos Santos, que atua na Biblioteca Afonso Schmid, em São Paulo, fez o treinamento pela primeira vez. "Fiquei feliz por terem me dado a oportunidade. Acho importante conhecer esse tipo de limpeza técnica que, para mim, é um desafio". Já Alice Gomes dos Santos, que trabalha em altura há 5 anos, aprimorou seus conhecimentos. "Precisamos nos atualizar constantemente, pois sempre há algo novo a aprender. Gosto do meu trabalho e o encaro com tranquilidade".

Willian Caldeira Silva tem 7 anos de experiência na área, mas acredita ser importante manter-se atualizado. "É bom rever as técnicas e aprimorar ainda mais a segurança e melhorar a qualidade do serviço". Para Fernando José da Silva, que faz a atividade há 4 anos e 8 meses, vale a pena aprimorar as técnicas. "Cada dia realizamos nosso trabalho em um lugar diferente. Estar atualizado é essencial para todos nós".

PRÓXIMAS CAPACITAÇÕES PROMETEM MOBILIZAR COLABORADORES

O setor de treinamento programa uma série de atividades que acontecerão durante este ano. As primeiras ocorrem em fevereiro e atendem os integrantes do módulo 1 do Programa de Educação Continuada que, durante duas semanas, participarão de um treinamento intensivo. No decorrer do primeiro semestre também serão feitas capacitações para os colaboradores da área de manutenção, que estudarão as normas regulamentadoras NR 10 - segurança em instalações e serviços em eletricidade, NR 33 - segurança e saúde nos trabalhos em espaços confinados e NR 35 - trabalho em altura. As reuniões com os supervisores e o treinamento para copeiras são outras ações que acontecerão em 2014. Fique atento e participe!

INTEGRAÇÃO

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



26/12



02/01



09/01



16/01



DEFESA DOS IDOSOS: UM ATO DE CIDADANIA

Em 2030, o Brasil se tornará um país de idosos. Segundo o IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, daqui a 16 anos, o grupo de pessoas com 60 anos ou mais será maior do que o grupo de crianças com até 14 anos. Muitos jovens de hoje são os idosos de amanhã.

O Brasil registrou, de 1994 a 2010, um crescimento na expectativa de vida que passou de 68 anos para 73 anos. Esta conquista é resultado de vários fatores, como a melhoria nas condições de vida, o avanço da medicina e a maior participação das pessoas idosas na sociedade. O aumento dessa população revela também que é preciso oferecer a todos um presente digno e um futuro mais promissor.

Infelizmente, ainda existem pessoas que veem o idoso como alguém ultrapassado e que não tem mais condições de contribuir para o desenvolvimento social. Tornou-se comum ver a falta de apoio a esses indivíduos que, durante anos, ajudaram a construir o país. Muitos idosos são vítimas da violência, de maus tratos, da falta de respeito e da discriminação. Muitas dessas ações partem, quase sempre, de jovens que esquecem que, um dia, serão idosos. Conscientizar as pessoas

sobre a necessidade da mudança na atitude para com os idosos, aproveitar suas potencialidades, respeitar seus direitos e lutar por sua dignidade são iniciativas que ajudam a mudar essa realidade. Os idosos não devem ser vistos como uma categoria à parte, mas como cidadãos que, iguais a todos, são merecedores de respeito e de carinho.

AFINAL, QUANDO É O DIA DO IDOSO?

A data, comemorada no dia 27 de setembro e 1º de outubro, é também lembrada no dia 27 de fevereiro. Nesta última, no ano de 1982, o então presidente João Batista Figueiredo divulgou um decreto que instituía o “Ano Nacional do Idoso”. Naquela ocasião foi criada uma comissão para apresentar sugestões sobre a questão dos idosos no Brasil. Mais tarde a Comissão de Educação do Senado estabeleceu 27 de setembro como o “Dia Nacional do Idoso”. Vale lembrar que também há o 1º de outubro, considerado o “Dia Internacional do Idoso” ou “Dia Internacional da 3ª Idade”. Apesar da existência de tantas datas comemorativas, muita gente ignora a importância dos homens e mulheres que integram a chamada “terceira idade”. Essas pessoas devem ser respeitadas e reverenciadas todos os dias e a sabedoria e conhecimentos que elas adquiriram no decorrer da vida deve ser usados para o avanço da sociedade.

O IDOSO E O VELHO

- Idoso é quem tem privilégio de viver uma longa vida. Velho é quem perdeu a jovialidade.
- Você é idoso quando sonha e velho quando apenas dorme.
- Você é idoso quando ainda quer aprender e velho quando acha que sabe tudo.
- Você é idoso quando tem planos e velho quando só tem saudade.
- Para o idoso a vida se renova a cada dia que começa. Para o velho a vida se acaba a cada noite que termina.

(Autor desconhecido)



Paineiras cuida da manutenção na Secretaria Municipal de Educação de Campos do Jordão



Prédio da Secretaria de Educação de Campos do Jordão

O trabalho realizado pelo grupo, formado por especialistas em instalações elétricas e hidráulicas, construção civil, pintura e serralheria, tem gerado diversos benefícios.

Desde outubro de 2013, os profissionais estão disponíveis para atender as escolas municipais, os núcleos de educação fundamental, o núcleo de educação especial e a sede da Secretaria Municipal de Educação de Campos do Jordão. Para Júnior Amaral da Costa, encarregado da equipe de manutenção da Paineiras, a intenção é oferecer serviços de qualidade. “Nossa

preocupação é suprir todas as solicitações do cliente. Buscamos ser prestativos e atentos ao trabalho”. Os clientes têm demonstrado satisfação com os resultados apresentados. “O comportamento dos colaboradores é diferenciado. Eles são atenciosos, usam uniformes e EPis – Equipamentos de Proteção Individual. Temos trabalhado em parceria”, disse Bianca da Silva Paulo, engenheira civil que acompanha as tarefas

executadas pelos colaboradores. “Ainda há muito a ser feito, mas estamos contentes com os serviços já prestados”, enfatizou Hilda Sirin, Secretária Adjunta de Educação. “A equipe apresenta uma postura diferenciada e respeitosa no relacionamento com alunos, professores e funcionários”, completou Marta Esteves, Secretária de Educação de Campos do Jordão.

TREINAMENTO APRIMORA ATENDIMENTO AO CLIENTE

A constante capacitação dos profissionais é uma ação sempre intensificada pela Paineiras, que busca atender aos anseios e necessidades de seus clientes nos mínimos detalhes. Exemplo dessa determinação foi o treinamento oferecido à equipe que atua em Campos do Jordão. A atividade foi realizada no final do ano passado por profissionais da Secretaria de Educação e da Paineiras e um dos assuntos tratados foi a prestação de serviços para o sistema educacional e a compreensão da manutenção geral em escolas. Outros assuntos também abordados foram o uso de EPis e a importância da boa convivência nos ambientes escolares. Marcia Ribeiro Cabral Fagundes, psicopedagoga da Secretaria da Educação, foi uma das profissionais responsáveis pela capacitação. “Havia a necessidade de inserir os colaboradores nas unidades escolares de uma forma integrada. Tratamos de situações que eles iriam viver e da importância em se estabelecer uma relação amigável e profissional”, destacou a cliente.



Secretária de Educação Marta, Engenheira Bianca, técnico Carlos e secretária adjunta Hilda



Equipe de Manutenção da Paineiras que atua em Campos do Jordão



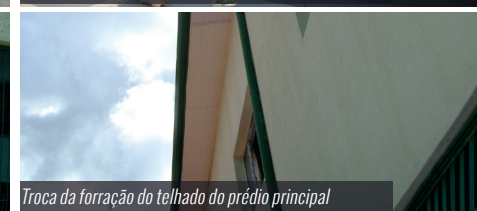
Novo telhado instalado na Secretaria de Educação



Colocação de rampas de acesso e nova instalação para a água das chuvas



Serviços de pintura e serralheria no acesso à secretaria



Troca da forração do telhado do prédio principal