



Capacitação
Encarregados e supervisores participam de treinamento

04



Nossa Gente
Grupo Sabará conta com serviços de copa e limpeza

05



Entretenimento
Confira o novo quadro **Canto da Leitura**

06

Estudar é a melhor maneira de começar bem 2018!

Mais um ano começou e você já parou para pensar no que vai fazer para que os próximos dias sejam realmente diferentes? Para mudar de verdade é preciso estudar! Se você parou faz tempo, a hora é agora. Se quer obter conhecimentos em outras áreas, o momento chegou. Vai esperar o que? Mais um ano passar? Dedicar-se aos estudos é a melhor forma de avançar, tanto no campo pessoal como profissional. A busca pelo saber qualifica e prepara as pessoas para os desafios da sociedade. O iP sabe da importância desse assunto e preparou uma matéria especial, com uma excelente dica para voltar a estudar – de graça! 02



Paineiras: empresa solidária e inclusiva

Uma das características de nossa empresa é a preocupação com as pessoas. Trata-se de uma peculiaridade que também faz parte da rotina dos colaboradores, que se envolvem em causas sociais relevantes. Confira exemplos deste engajamento nesta edição e a participação da Paineiras no prêmio **Melhores Empresas Para Trabalhadores com Deficiência**. 03

Promover o **trabalho em equipe**

É hora de mudar! Comece 2018 estudando!

Muita gente aproveita o início do ano para fazer diversas promessas e uma delas é evoluir profissionalmente. Porém, não basta prometer. É preciso agir! E a melhor forma para progredir é investindo no estudo. Afinal, sem conhecimento não há desenvolvimento. Aliás, o melhor momento para começar um novo projeto de vida é agora!

Estudar faz toda diferença: possibilita saber mais sobre a vida, a sociedade, o mundo e as pessoas. Nunca é tarde para aprender e existem inúmeras oportunidades para aqueles que querem vencer por intermédio da educação. Basta ter vontade e determinação. Contudo, é fundamental estar ciente que estudar exige comprometimento e seriedade.

Começar um novo curso ou retomar estudos parados há

anos podem parecer desafios difíceis de serem encarados. É preciso saber que essa tarefa não é mesmo simples, mas não é algo impossível de vencer. A maior dificuldade, como em quase tudo na vida, é começar. Quando a pessoa se envolve passa a conhecer tanta coisa nova que o estudo se torna algo prazeroso.



Aproveite: oportunidade para estudar de graça!

Há quem diga que estudar é caro ou inacessível. Na verdade, essa alegação é quase sempre desculpa de quem ainda não acredita na força da educação. Existem, em sua cidade, oportunidades de aprendizado gratuito em diversas áreas. Basta fazer uma rápida pesquisa na internet ou nas secretarias de educação das prefeituras para encontrar.

Em São Paulo, por exemplo, o Sindicato das Empresas de Asseio e Conservação no Estado de São Paulo – SEAC/SP, em parceria com o Sindicato dos Trabalhadores em Empresas de Prestação de Serviços de Asseio e Conservação e Limpeza Urbana de São Paulo – SIEMACO e o METRÔ desenvolve um programa gratuito de Educação Continuada para adultos. A iniciativa corresponde a realização dos cursos de Alfabetização, Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II e Ensino Médio.

O programa, que atende trabalhadores do setor de asseio

e conservação, oferece aulas e o material didático gratuitamente em cinco endereços: no SIEMACO, na Alameda Eduardo Prado, 658, Santa Cecília; e nas estações do Metrô Jabaquara, Capão Redondo, Consolação e Itaquera. As aulas têm 2h30 minutos de duração e são ministradas de segunda a quinta, com turmas de manhã, tarde e noite. Ao final dos cursos, os alunos são certificados pela rede oficial de ensino para que possam prosseguir seus estudos. Mais informações podem ser obtidas pelos telefones: 11 38872926 (SEAC/SP) ou 11 3821 6444 (SIEMACO). Acesse também o site abaixo.

www.siemaco.com.br/page/4093-Convenio-SEAC

E então? Está esperando o que para começar um 2018 realmente diferente? Vamos estudar!



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

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

Colaboradores dão exemplo de amor ao próximo

O final de 2017 foi marcado, na Paineiras, por significativos gestos de solidariedade. Mostra disso foi dada por colaboradores, que arrecadaram 68 camisetas, 5 pacotes de fraldas, 7 pacotes de leite e ainda contribuíram com recursos para compra de 22 fardos de fraldas descartáveis, totalizando 5.984 fraldas. O material atendeu a entidade ACDEM – Associação da Casa dos Deficientes de Ermelino Matarazzo, em São Paulo. A instituição, que fica na Vila Paranaguá, atua na área de

habilitação e reabilitação terapêutica e educacional da deficiência mental leve a moderada de crianças, adolescentes e adultos. Outra prova de união em prol de quem precisa partiu de colaboradores que trabalham na FUNDHAS - Fundação Hélio Augusto de Souza, em São José dos Campos. No dia 3 de dezembro, os voluntários atuaram de forma solidária em ações comunitárias que beneficiaram pessoas em situação de rua daquela cidade.



Material doado para a Associação da Casa dos Deficientes de Ermelino Matarazzo

Iniciativas solidárias sensibilizam voluntários

A doação feita pelos colaboradores tornou-se realidade após parceria com o “Projeto Provai”, que atende abrigos e casas de refugiados em São Paulo. Clea Martins de Souza Amorim, representante do projeto, parabenizou a ação dos colegas. “Vejo esse trabalho como bom sinal de solidariedade. Em nosso projeto somos voluntários e não temos recursos. A Paineiras foi a primeira empresa que surgiu para nos ajudar”, destacou Clea. Sylvania Correa, técnica de enfermagem da Paineiras, foi uma das participantes da iniciativa em benefício da entidade ACDEM. “Foi

emocionante ver as crianças recebendo os presentes. Elas nos agradeceram com beijos, abraços e muito carinho”, disse Sylvania, que ressaltou o valor da prática de ações que ajudam o próximo. “Muitas vezes não damos importância para uma simples camiseta, mas ela pode ser um presente valioso para quem precisa”, completou a colaboradora. Fábio de Carvalho, supervisor da Paineiras em São José dos Campos, fez parte do grupo de colaboradores que atendeu pessoas em situação de rua. “É muito gratificante esse trabalho, porque é um dia que



Equipe solidária de São José dos Campos (esq. p/ dir.): Fábio, Eliane, Verônica, Gilvaneide, Rita, Yolanda e Daniele.

doamos para ajudar o próximo. É um dia de felicidade, tanto para eles quanto para nós”, completou.



Paineiras: engajada em ações a favor da cidadania

A Paineiras participou, no dia 7 de dezembro, da cerimônia de premiação “Melhores Empresas Para Trabalhadores com Deficiência”, promovida pela Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência de São Paulo. O prêmio é voltado à defesa dos direitos e promoção da inclusão social e cidadania das Pessoas Com Deficiência – PcD, visando garantir melhorias na qualidade de vida dessas pessoas e assegurar que as oportunidades sejam ampliadas e a diversidade respeitada. A Paineiras participou do evento com muita honra e orgulho por ter, em seu quadro funcional, mais de 100 colaboradores PcD, ultrapassando os números da “Lei de Cotas” e investindo intensivamente em treinamentos voltados à inclusão.

Nathalia Tiemi Ueno, Eliane Lima e Cristiane Vasconcelos, da Paineiras; Dra. Linamara Rizzo Battistella, Secretária de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência; e Andréia Schwarz, do iSocial.

Lideranças fazem atualização das técnicas de limpeza profissional



29 de Novembro



30 de Novembro



01 de Dezembro

As ações aconteceram nos dias 29 e 30 de novembro e nos dias 1, 4, 5 e 6 de dezembro do ano passado. Os treinamentos contaram com a participação efetiva dos supervisores e dos encarregados de Poá, Itaquaquecetuba, Mogi

das Cruzes, e das regiões sul, leste, oeste, norte e central de São Paulo, além do Interior de São Paulo. As capacitações foram marcadas pela realização de diversas ações teóricas, como ênfase nos conhecimentos básicos de produtos

químicos e de equipamentos. Atividades práticas com apresentação oral dos procedimentos foram ainda desenvolvidos pelos próprios participantes. Os treinamentos foram ministrados por Rodolfo Maia.



04 de Dezembro



05 de Dezembro



06 de Dezembro



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



09/11



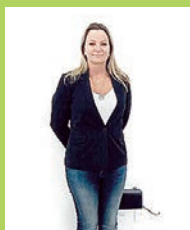
16/11



20/11



23/11



24/11



30/11

Equipe atende Grupo Sabará com qualidade nas áreas de Limpeza e Copa



Diariamente, as profissionais da Paineiras não medem esforços em oferecer ao cliente sempre o melhor serviço, com muita atenção, qualidade e rapidez. As colaboradoras cuidam, na Rua Emília Marengo, 682, na Vila Regente Feijó, em São Paulo, de quatro andares onde estão instaladas as salas administrativas e da diretoria do Grupo Sabará, que é especializado no desenvolvimento de tecnologias, soluções e matérias-primas de alta performance voltadas aos mercados de tratamento de águas, cosméticos, nutrição e saúde animal e às indústrias de alimentos e bebidas. Tanto nos serviços de Copa quando no de Limpeza e Higienização, as profissionais empenham-se de maneira contínua, visando atender às expectativas daqueles que usufruem de seus serviços.

“ Palavra da nossa gente ”

“Comecei na Paineiras como auxiliar de limpeza e faz um ano que trabalho como copeira. Amei a oportunidade de atuar nessa área. Tem sido uma experiência muito boa. É também uma outra responsabilidade, pois tenho contato maior com as pessoas. Minha preocupação é servir sempre bem e estar à disposição quando precisam”.

Ana Paula Santos Anastácio

Copeira • 4 anos e 6 meses de Paineiras

“Eu gosto de trabalhar aqui. As pessoas são atenciosas com a gente e nos incentivam. Todos nos tratam bem. Trabalhamos em equipe, todas juntas e unidas, graças a Deus. Nossa meta é sempre fazer o melhor para o cliente. Estou contente de estar na Paineiras”.

Sebastiana Belchior

Auxiliar de limpeza • 5 anos de Paineiras

“Muito legal trabalhar aqui. O pessoal é atencioso e elogia nosso trabalho. Fazemos de tudo para deixar cada canto em ordem. Aqui, uma colega colabora com a outra. Se tem um serviço para fazer e a colega pode ajudar, ela ajuda. Buscamos prestar um serviço com qualidade e rapidez”.

Josefa Macedo dos Santos Barros

Auxiliar de limpeza • 2 anos de Paineiras

O que diz nossa cliente



Supervisora Denize e cliente Gabriela Carrion

Gabriela Carrion Ferrer da Silva, auxiliar administrativo do Grupo Sabará, acompanha todos os dias os serviços prestados pela equipe da Paineiras. De acordo com a cliente, as atividades são realizadas com muita eficiência e dedicação. “As profissionais são atenciosas e cumprem aquilo que elas têm a fazer com disposição. Elas são educadas e não nos dão trabalho. Ao contrário, elas dão alegria. O pessoal gosta bastante delas”, relatou Gabriela, que ressaltou outras virtudes das profissionais. “Tem certas atividades que a gente não precisa pedir que elas fazem naturalmente. Elas são comprometidas e preocupadas com o trabalho”, completou a cliente, que ainda ressaltou o cuidado do grupo com questões relacionadas à segurança, por exemplo. “Elas usam corretamente os equipamentos. Quando fazem a limpeza dos banheiros usam as placas de sinalização. Elas estão preocupadas com o bem-estar de todos”, finalizou.



ENTRETENIMENTO

PALAVRAS CRUZADAS

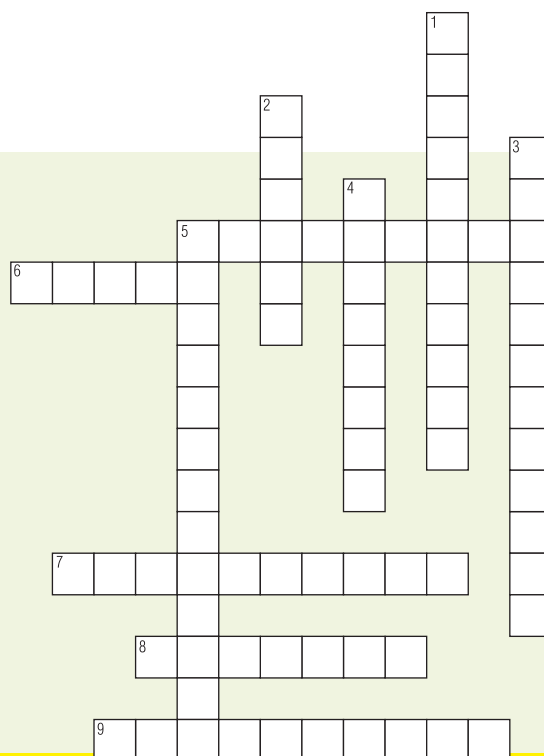
O novo ano é sinônimo de renovação. Muitos aproveitam esse espírito para fazer promessas de mudança de postura no lar, no trabalho ou na convivência com amigos. Porém, para que as mudanças ocorram é preciso rever as ações praticadas no ano que se passou. Encontre, no diagrama, palavras que tem relação com a renovação proposta pelo Ano Novo e aproveite para coloca-las em prática. Boa diversão!

Vertical

1. Quando é saudável ajuda a me manter em forma. **2.** Conto com eles no trabalho e no lazer
3. Demonstração de harmonia e de amizade. **4.** Conjunto de atividade profissionais que realizo nos postos. **5.** Ato de cooperação entre as pessoas

Horizontal

5. Essencial quando faço trabalhos em casa e nos postos. **6.** Iniciativa que reúne esforços
7. Ação que envolve a aceitação das diferenças. **8.** Pessoas que fazer parte do meu lar e da minha vida. **9.** Movimenta o corpo e melhora a mente



VOCÊ SABIA...

... que 18 de Janeiro é o **Dia Internacional do Riso**? A data chama a atenção para a importância dessa expressão decorrente da contração dos músculos da face. O riso é um comportamento saudável: queima calorias, melhora a qualidade de sono, combate rugas, ajuda na circulação sanguínea, respiração, digestão e fortalece o sistema imunológico, dentre outros benefícios. Rir na companhia dos amigos, em casa com a família, vendo um filme, lendo um livro ou vendo uma situação engraçada ajuda a reduzir o estresse e torna a vida mais leve. Por isso, sorria!



CANTINHO DA LEITURA



A partir desta edição, o iP dará dicas de livros para você e toda sua família. Nossa primeira sugestão é "Bruno e João", da Editora Jujuba. O livro do escritor e ilustrador Jean-Claude R. Alphen tem como um dos temas centrais o bullying, tipo de violência física, psicológica ou emocional que tem aumentado principalmente por causa do uso da internet. A obra, que tem ilustrações e texto suaves, conta a emocionante história de Bruno e João e aborda as relações de carinho, cuidado e superação decorrentes da amizade deles. Mais informações acesse:

leiturinha.com.br/blog/um-livro-infantil-para-falar-sobre-bullying-com-as-criancas

VOCÊ É O FOTÓGRAFO!

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

PARTICIPE!

Envie suas fotos para galvaojr@uol.com.br e 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.



Cristiane Vasconcelos, coordenadora de Recursos Humanos da Paineiras enviou essa foto tirada de uma das praias da Vila de Trindade, bairro da cidade de Paraty, no estado do Rio de Janeiro. A imagem mostra a beleza natural do lugar, muito frequentado por turistas o ano todo, mas principalmente no verão. Faça como Cristiane e participe deste espaço. Mostre como você vê o mundo pela fotografia!

JOGO DOS 7 ERROS

A prática de exercícios físicos é fundamental para manter a saúde em dia. Correr em um parque, como mostram as fotos, ou então fazer uma caminhada em passo acelerado são alternativas para evitar o sedentarismo. Mas lembre-se: procure um médico para uma avaliação, caso você não tenha esse hábito. Agora aproveite e encontre, na da foto do lado direito, 7 erros!



CAÇA-PALAVRAS

Ler é um hábito que se adquire no dia a dia. Os benefícios para quem lê são inúmeros e foi por causa disso que, na página do lado, passamos a divulgar dicas de livros que podem ser encontrados em qualquer livraria, a preços em conta. Encontre, no diagrama, palavras que revelam os benefícios da leitura:

~~APRENDIZADO~~ / CONHECIMENTO
CULTURA / SABER / INFORMAÇÃO
ENTRETENIMENTO / EVOLUÇÃO

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



Fruta muito comum e de baixo preço nas feiras e supermercados nesta época do ano, o abacaxi é uma delícia puro. Porém, quando ganha outros ingredientes, a fruta pode se transformar numa sobremesa deliciosa. Confira, a seguir, uma sugestão que vai refrescar o calor e agradar os mais exigentes:

Abacaxi cremoso com gelatina

Ingredientes

1 abacaxi inteiro
1 pacote de pó para pudim sabor baunilha
400 gramas de creme de leite
Meio pacote de gelatina de abacaxi

Modo de preparo

Coloque o creme de leite na geladeira e corte as fatias de abacaxi em pequenos pedaços, reservando em seguida. Pegue duas fatias pequenas do abacaxi, bata no liquidificador e faça uma calda com açúcar. Adicione, em uma panela, o pó para pudim na calda aos poucos, sem fogo. Após dissolver todo o pó na calda acrescente os pedaços de abacaxi e cozinhe tudo em fogo brando até que a calda adquira uma consistência mais densa. Despeje o conteúdo em um refratário e leve à geladeira por pouco mais de 1 hora, tempo suficiente para que o caldo com o abacaxi picado se solidifique. Dissolva o meio pacote de gelatina de abacaxi em 100 ml de água fervente, espere a água ferver e apague o fogo. Acrescente o creme de leite frio e mexa até homogeneizar. Por fim, despeje o creme sobre o abacaxi em calda e deixe em geladeira por cerca de 6 horas. Depois é só servir!



Baixe agora o aplicativo da Paineiras em seu celular!

Se você é colaborador da Paineiras e ainda não tem o nosso aplicativo em seu smartphone, não perca tempo! Com ele você verifica se suas informações cadastrais estão atualizadas, como endereço, telefone, exames periódicos, entre outros, evitando assim problemas futuros com FGTS e aposentadoria. O app ainda dá acesso ao seu holerite e muito mais. Para baixar o aplicativo é muito fácil: basta acessar o **PlayStore** (Android) ou a **AppleStore** (IOS) em seu celular, buscar por **Portal Paineiras App**, baixar e instalar.



O aplicativo funciona também pelo endereço **portal.paineiras.com.br** de qualquer computador ou celular.

Novo convênio oferece mais uma opção de lazer para o verão



A Paineiras acaba de fechar mais um convênio e o novo parceiro é o **Parque Aquático Magic City**. Trata-se de um amplo espaço de lazer em meio a Mata Atlântica situado a 60 quilômetros da capital paulista, com acesso pelo km 58,5 da Rodovia Índio Tibiriçá, na cidade de Suzano. O local reúne diversas atrações para todas as idades. O convênio possibilitará 10% de desconto sobre os ingressos, 10% de desconto sobre a hospedagem e 25% de desconto no ingresso anual para compras no local e no cartão de crédito, débito ou dinheiro. Mais informações pelo telefone (11) 4746 5800 ou então acesse o site **www.magiccity.com.br**

Convênios Paineiras

Academias Smart Fit

Para informações acesse
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

Farmácias Drogasil e Droga Raia

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 Thermas dos Laranjais

Olímpia, SP

Mais informações no site 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

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** – 06/02
Pagamento de **VR** – 06/02
Pagamento do **VT** – 09/02
Pagamento do **VA** – 20/02

Fevereiro 2018



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? 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!