



Nossa Gente

Entre na luta contra o Câncer de Mama e de Próstata

02



Capacitação

Equipes fazem treinamento de Técnicas de Limpeza

03



Cidadania

Ação solidária marca o Dia das Crianças em Caraguatatuba

06

CRIAÇÃO DO GRUPO PAINEIRAS EM 2018 MARCA O INÍCIO DE MAIS UMA TRAJETÓRIA DE SUCESSO!

O ano está chegando ao fim, marcado por muitas vitórias que consolidam nossa empresa como referência nos segmentos em que atua. Contudo, dentre todas as conquistas de 2018, a maior delas foi, sem dúvida, a criação do Grupo Paineiras. Aliás, este é um acontecimento histórico! Mérito de todos que fazem parte da Paineiras!

Foi sua colaboração diária que nos transformou em um grupo ainda mais forte, com mais serviços e oportunidades. Confira, nesta edição, um especial que mostra um pouco mais sobre o Grupo Paineiras que persegue firme novos rumos e caminhos, em busca do sucesso!

04, 05

Ter **hábitos saudáveis**

OUTUBRO ROSA, NOVEMBRO AZUL

Todos na luta contra o câncer de Mama e o de Próstata



Duas importantes campanhas em prol da saúde acontecem todos os finais do ano: o outubro rosa, dedicado ao combate ao câncer de mama; e o novembro azul, voltado à conscientização sobre o câncer de próstata. A cor rosa, símbolo do universo feminino, é usada para chamar a atenção das mulheres. O mesmo vale para o azul, que simboliza os homens. Em comum, as duas campanhas enfatizam a importância de mulheres e homens buscarem a prevenção para esses dois tipos da doença. Afinal, quanto mais cedo acontecer o diagnóstico médico, maiores são as chances de cura.

O câncer de mama é, entre os demais tipos, o que mais atinge mulheres em

todo o mundo, seja em países em desenvolvimento ou desenvolvidos. A estimativa é que mais de um milhão e meio de novos casos da doença sejam detectados no mundo por ano, o que representa cerca de 20% de todos os tipos de câncer diagnosticados nas mulheres. Já entre os homens, o câncer de próstata também é o mais comum. Só no Brasil estima-se que, entre 2018 e 2019, serão registrados mais de 68 mil casos novos dessa doença.

A visita anual ao urologista, no caso dos homens acima de 40 anos, é fundamental. Esse especialista pedirá exames de sangue, como o PSA, para verificar problemas na próstata e também, quando necessário, fará o

exame de toque. Os homens que tem preconceito ou se sentem constrangidos quanto a esse procedimento precisam saber que o exame é rápido, indolor e pode identificar qualquer anomalia na próstata com facilidade. No caso das mulheres que também estão com idade acima de 40 anos é essencial procurar um ginecologista, que pedirá exames específicos, como a mamografia. Além disso, toda mulher, independente da idade, deve fazer o autoexame diariamente, na frente do espelho, para verificar nódulos ou caroços nos seios.

Lembre-se: a saúde está nas suas mãos. Informe-se e procure seu médico, sempre!

Lei dos 60 dias: um direito para os pacientes com câncer

Você sabia que os pacientes diagnosticados com tumores malignos de câncer têm direito de iniciar tratamento imediato em unidades do Sistema Único de Saúde - SUS - em até 60 dias a partir da data em que receberem o diagnóstico médico, ou em menos tempo, se o

profissional de saúde atestar urgência? Esse direito está previsto na lei federal nº 12732/12, em vigor desde o dia 23 de maio de 2013. Caso não seja atendido conforme prevê a lei, o paciente deve procurar os seguintes órgãos para reivindicar seu direito: Defensoria Pública,

Ministério Público, assistência judiciária gratuita da OAB - Ordem dos Advogados do Brasil e as Faculdades de Direito conveniadas com a OAB, órgãos do Poder Judiciário Estadual ou Federal ou o Sistema dos Juizados Especiais. Saúde: um direito de todos!



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

TÉCNICAS DE LIMPEZA

Colaboradores da capital participam de capacitações

As atividades aconteceram em São Paulo no mês de setembro em duas datas, beneficiando duas turmas de colaboradores no dia 19, na biblioteca Prestes Maia, em Santo Amaro; e uma turma no dia 29, na CETESB sede, em Pinheiros. Neste treinamento foi realizado um bate-papo a respeito da importância da função de auxiliar de limpeza e ajudante geral, mas o foco principal priorizou os procedimentos corretos da limpeza, envolvendo o que é a limpeza e higienização, planejamento estratégico e tipos de superfície. Além do conteúdo teórico estudado, os colaboradores aplicaram na prática os conhecimentos adquiridos na capacitação. Confira as fotos:



INTEGRAÇÃO

SETEMBRO

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



Conheça a força do Grupo Paineiras



Há mais de 32 anos, a Paineiras criou sua história baseada em transparência, honestidade, cuidado e determinação. Neste período, crescemos, expandimos regiões, ofertamos novos serviços e conquistamos clientes e colaboradores. Implantamos padrões internacionais de qualidade a partir das normas ISO e criamos o PAEC – Programa de Atendimento de Excelência ao Cliente. Investimos pesado em treinamento e reciclagem. Analisamos o mercado e então decidimos: é hora de crescer! E crescemos! Em 2018 nasceu o Grupo Paineiras, com novo visual, porém com todas as características que nos trouxeram até aqui. Temos agora duas empresas: **Paineiras Soluções Profissionais** e **Paineiras Segurança**. Iniciamos os serviços de vigilância armada e desarmada em todo estado de São Paulo. Já conquistamos clientes e iremos conquistar muitos mais, pois temos você, nossa maior



motivação. Agradecemos o carinho e empenho de todos. Temos certeza de que, juntos, cresceremos muito mais.

Nós somos criadores de soluções! Juntos somos únicos, juntos somos gigantes!

Wilma Ueno, Nathalia Ueno e Sérgio Ueno



IDEIAS PRÁTICAS
SOLUÇÕES COMPLETAS





Paineiras Soluções Profissionais



- # Limpeza técnica
- # Limpeza hospitalar
- # Manutenção predial
- # Portaria e recepção
- # Jardim e controle integrado de pragas
- # Copeiragem e garçonaria

Paineiras Segurança



- # Vigilância patrimonial armada
- # Vigilância patrimonial desarmada
- # Monitoramento eletrônico
- # Segurança pessoal

#PaixãoEmCuidar

Sua colaboração diária nos transformou e hoje somos um Grupo, com mais serviços e oportunidades.

Você sabe o que é um grupo empresarial?

Trata-se de um conjunto de empresas que, embora tendo personalidade jurídica distinta, ou seja, possuem diferentes CNPJ – Cadastro Nacional da Pessoa Jurídica, estão ligadas por uma direção, controle ou adminis-

tração comum, gerando responsabilidade solidária, para os efeitos da relação de emprego e de cada uma das empresas que o integram. De forma geral, a união de diversas organizações em um grupo

tem um único objetivo: conquistar mais agilidade e eficiência na prestação de serviços, priorizando sempre a qualidade, confiabilidade e eficiência na entrega de produtos e serviços. Fonte: www.jusbrasil.com.br

Ação solidária de colaborador beneficia crianças

Zaqueo Pacheco de Azevedo, que atua no controle de pragas do setor de áreas verdes da Paineiras, realiza há 14 anos uma ação solidária que mobiliza amigos e familiares. Em 12 de outubro, dia das crianças, ele promove uma animada festa para meninos e meninas de até 14 anos. Além de refrigerantes, salgados e doces, os pequenos ganham brinquedos arrecadados pelo colaborador, que neste ano recebeu também apoio da Paineiras. Em 2018, Zaqueo fez a festa para mais de 150 crianças na rua onde mora, no bairro Jardim Ikeda, em Suzano. “Não



tive uma infância feliz e, por isso, resolvi na vida adulta que as crianças tivessem alegria no dia delas”, salientou

Zaqueo, que agradeceu o apoio de todos que o ajudaram nessa empreitada.

Profissionais de limpeza fazem a diferença no Dia das Crianças

As crianças que frequentam os postos de saúde atendidos pelas profissionais de limpeza da Paineiras em Caragatatuba, no Litoral Norte, receberam uma deliciosa surpresa no dia 11 de outubro. Dois grupos de colaboradoras



Cristina e Merinalva

distribuíram doces e guloseimas na Unidade Básica de Saúde – UBS – do bairro Porto Novo e no Centro de Especialidades Médicas e Odontológicas. Neste último posto, as colaboradoras se fantasiaram para distribuir os doces,



Graciola, Marcia, Gislene, Sueli e Maria Inez

fazendo a alegria dos pequenos. Todos os quitutes foram arrecadados pelas próprias colaboradoras, numa ação solidária que marcou o Dia das Crianças. Parabéns a todas pela iniciativa!



Encarregadas das escolas de São Matheus e Ipiranga participaram de reuniões

A iniciativa foi do supervisor Manoel Lopes da Silva, que todos os meses reúne as encarregadas no dia do fechamento de folha para que elas possam interagir e trocar experiências. “A intenção é conversar, além de checar os documentos em conjunto. Batemos um papo amigo e elas trocam informações dos setores uma com a outra”, disse Manoel, que aproveita as reuniões para passar todos os comunicados da empresa referentes a documentos, alterações de contratos, da folha de ponto e de outros assuntos.

JOGO DOS 7 ERROS

Estamos na primavera – época ideal para fazer um belo arranjo com flores, como mostram as fotos que você confere nesta página. Porém, atenção: uma das imagens tem 7 erros. Encontre-os!



CAÇA-PALAVRAS

A segurança, assim como a qualidade, é outra característica marcante na Paineiras. Cada atividade profissional segue as normas de segurança e os profissionais da empresa estão sempre com EPIs – Equipamentos de Proteção Individual. Encontre no diagrama palavras que tem relação com segurança, dentro e fora do trabalho:

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

UNIFORME / TREINAMENTO / ~~LUVAS~~ / AVENTAL / ATENÇÃO / CUIDADO / CONSCIENTIZAÇÃO / ORIENTAÇÃO

iP CULINÁRIA



A cebola é uma excelente opção para quem busca baixa caloria e nutrientes que fazem bem ao organismo. Afinal, esse vegetal ajuda a equilibrar os níveis de açúcar no sangue, mantém os ossos fortes e protege de inflamações, entre vários outros benefícios. Confira, a seguir, uma sugestão que serve como tira-gosto:

Patezinho de cebolas caramelizadas

Ingredientes

2 cebolas roxas médias
1 colher de sopa de azeite
100 gramas de ricota
1 colher de sopa de requeijão
Meio limão espremido
Noz moscada ralada
Sal e pimenta do reino

Modo de preparo

Descasque e corte as cebolas em rodela finas. Pegue uma frigideira grande e aqueça, juntando em seguida o azeite e as cebolas. Em fogo baixo, misture bem as cebolas até elas caramelizarem, temperando tudo com uma pitada de sal. Durante cerca de 15 minutos, mexa de vez em quando, até as cebolas ficarem douradas. Pique, numa tábua, dois terços da cebola caramelizada, que deve ser colocada depois numa tigela, junto com o suco de limão e o creme de ricota. Não esqueça de temperar com sal, noz-moscada ralada e pimenta do reino a vontade. Arrume o restante da cebola caramelizada que foi separada (um terço) por cima da pasta, que deve ser mantida em um pote bem fechado, na geladeira, por até uma semana. Sirva o patê com torradas, bolachas salgadas ou então use sua imaginação. Bom proveito!



Convênios Paineiras

Todos estes convênios, 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

Parque Aquático Thermas dos Laranjais

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

Pink Academia Feminina

Poá, SP
Informações: (11) 4634 4543

Amil Dental

Entre em contato com seu
supervisor para ter
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.

TK Libras

São Paulo, SP (Carrão)
R. Coronel Sousa Reis, 196
Informações: (11) 2831 5064

Academias Smart Fit

Para informações acesse
www.smartfit.com.br

Faculdade UMC e Faculdade Braz Cubas

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

SESC

Mais informações no site
www.sescsp.org.br

Clube Thermas do Vale

São José dos Campos, SP
Informações: (12) 2136 8888
ou entre em contato com
o RH da Paineiras.

Escolas de Inglês Wizard e Yázigi

<http://sistemas.pearson.com.br/PortalParcerias/CentralCadastro.aspx?E=paineiras>

Você já baixou e instalou o aplicativo Portal Paineiras App 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 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) ou a AppleStore (IOS) em seu celular, busque por Portal Paineiras App, baixe e instale.

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

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

NOVO

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

Benefício Social Familiar
0800 773 3738



Datas dos Benefícios

Pagamento de Salário – 05/12
Pagamento de VR – 05/12
Pagamento do VT – 07/12
Pagamento do VA – 20/12
13º Salário – 20/12

Dezembro
2018



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!