



ESTE JORNAL É DESENVOLVIDO PARA
NOSSOS COLABORADORES E CLIENTES.

Capacitação contínua fortalece a excelência do Grupo Paineiras

Para encarar e vencer os desafios do mundo, cada pessoa necessita utilizar os conhecimentos que adquiriu durante a vida. Entretanto, no campo profissional, somente isso não basta! É fundamental passar por capacitações constantes que permitem ter acesso a saberes que, no cotidiano, farão toda a diferença. É por isso que o Grupo Paineiras oferece treinamentos e cursos de formação contínua a seus colaboradores. Afinal, nossa empresa não se preocupa somente com o bem-estar das pessoas, mas também com o aperfeiçoamento profissional e pessoal de suas equipes de trabalho. Confira, nesta edição, matérias especiais que falam de dois treinamentos recentes que são exemplos de todo este empenho. **PÁGINA 3**



Encarregadas da região de Campinas recebem capacitação



Treinamento ocorre em maternidade do Mato Grosso do Sul



Atenção ao diabetes e a resistência à insulina

Ao investir na formação de suas equipes, o Grupo Paineiras fortalece o engajamento, amplia oportunidades de crescimento interno e contribui para a valorização dos profissionais que fazem parte da organização.

Rodolfo Maia

Analista de Treinamento



A importância do treinamento

Investir no desenvolvimento de cada colaborador e colaboradora é uma maneira de garantir equipes mais preparadas e aptas a atuar em diferentes ambientes de trabalho. Entendemos que, quando as pessoas evoluem, os resultados se concretizam e, neste sentido, o treinamento é uma ação que faz a diferença na vida das pessoas e das empresas. Além dos benefícios operacionais, a capacitação contínua impacta positivamente o desenvolvimento profissional dos trabalhadores. Ao investir na formação de suas equipes, o Grupo Paineiras fortalece o engajamento, amplia oportunidades de crescimento interno e contribui para a valorização dos profissionais que fazem parte da organização. Para nossa empresa, o aprendizado contínuo é um dos pilares para a construção de uma cultura organizacional baseada na responsabilidade, no comprometimento e na inovação. Portanto, os treinamentos não são apenas uma etapa de preparação, mas um processo permanente de aperfeiçoamento que acompanha a trajetória do colaborador e da colaboradora em nossa empresa. Ao investir na difusão do conhecimento e no desenvolvimento de suas equipes, o Grupo Paineiras reafirma seu compromisso com a excelência dos serviços prestados e com a formação de profissionais que, a cada dia, tornam-se mais preparados para atender às demandas de um mundo em constante transformação.



Treinamentos mobilizam colaboradores do Grupo Paineiras há 40 anos

A qualificação profissional é um dos principais diferenciais de empresas comprometidas com a excelência operacional. No Grupo Paineiras, cada treinamento oferecido aos colaboradores representa um investimento estratégico que faz diferença na qualidade e eficiência dos serviços, beneficiando também a segurança das equipes e garantindo a satisfação dos clientes. Devido a forte atuação em diversos segmentos, nossa empresa estimula a permanente capacitação de seus profissionais, buscando desenvolver competências técnicas e comportamentais que são essenciais para o desempenho de cada atividade diária. Nossos programas de treinamento abrangem procedimentos operacionais, utilização correta de equipamentos e produtos, assim como temas relacionados à segurança no trabalho, atendimento ao público, sustentabilidade e desenvolvimento humano. Uma diversidade de assuntos é tratada em cada capacitação a fim de atualizar de forma constante os nossos profissionais, que ainda acompanham as inovações do setor e se tornam preparados para atuar de acordo com as melhores práticas do mercado. Esse processo padroniza atividades, aumenta a eficiência operacional e fortalece a qualidade presente em todas as áreas do Grupo Paineiras. O resultado dessa estratégia garante a excelência de nossos serviços, a confiança dos clientes e a construção de relações profissionais sólidas e duradouras.

Profissionais que atendem a Universidade Anhanguera recebem treinamento

O evento foi promovido na unidade Taquaral de Campinas no dia 20 de junho e atendeu encarregadas que atuam naquela cidade e em outras da região, como Sorocaba, Americana, Jundiaí, Leme e Piracicaba. Na ocasião, o treinamento abordou estratégias para uma liderança positiva e inspiradora e apresentou ainda reflexões sobre grandes líderes da história, além de exemplos práticos que fortalecem a atuação diária nos postos de trabalho. A atividade permitiu ainda a integração das encarregadas, assim como a troca de experiências.



Do ensino fundamental à universidade: Grupo Paineiras é destaque na conservação de espaços escolares

Nossa empresa oferece soluções planejadas para atender às necessidades específicas das instituições de ensino superior, desenvolvendo procedimentos específicos à conservação das salas de aula, bibliotecas, laboratórios, quadras esportivas, áreas administrativas, refeitórios, sanitários e espaços de convivência, entre outros ambientes. O Grupo Paineiras entende que a qualidade dos espaços escolares influencia diretamente o bem-estar, a saúde e o desempenho de alunos, professores e colaboradores. Por isso, nossos serviços especializados de limpeza e higienização são feitos por equipes treinadas e supervisionadas constantemente, tornando-se adequados às mais diversas atividades educacionais.



Equipe do Grupo Paineiras no Mato Grosso do Sul recebe capacitação

A ação, especializada em higienização hospitalar e biossegurança, atendeu os profissionais que atuam na Maternidade Cândido Mariano, Campo Grande, capital do estado. Na ocasião, foram abordados temas como o controle de infecções e a classificação de áreas críticas, semicríticas e não críticas, as técnicas avançadas de desinfecção de superfícies, o uso de EPIs (Equipamentos de Proteção Individual) e os processos assépticos, ou seja, que eliminam microrganismos. Confira o depoimento de colaboradoras que participaram da capacitação:



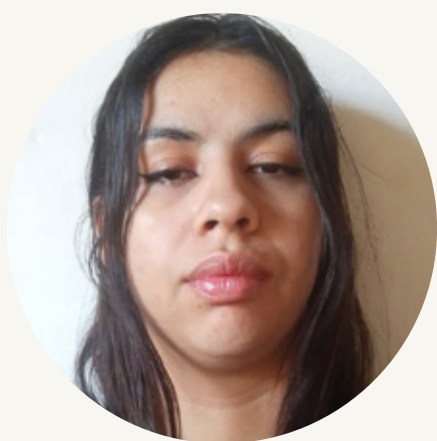
O treinamento foi super proveitoso. Iniciativas como essas são importantes porque elas falam sobre a empresa, como devemos nos comportar, usar os EPIs e os produtos para limpeza, entre outros assuntos. O Grupo Paineiras está sempre dando essas capacitações para nossos colaboradores e isso é muito importante. Desejo que venham mais e mais treinamentos, porque eles nos ajudam a crescer profissionalmente e ter mais entendimento sobre nossa área.



Rosely Valiente



Minha avaliação é muito positiva. O treinamento foi organizado, esclareceu dúvidas e trouxe orientações importantes para o nosso trabalho no dia a dia. Os treinamentos são importantes porque ajudam a aprimorar os conhecimentos, melhorar a qualidade dos serviços prestados e garantir um atendimento mais seguro e eficiente. Acredito que empresas que investem em treinamentos demonstram preocupação com o desenvolvimento dos colaboradores e com a qualidade do serviço oferecido aos clientes. Para mim e para a equipe, o treinamento é fundamental, pois nos mantém atualizados, aumenta a confiança para realizar as atividades e fortalece o trabalho em equipe, contribuindo para um atendimento cada vez melhor.



Kamilly Ferreira

Faça parte de uma empresa que investe em seus colaboradores há 40 anos.

Acesse



Cliente destaca que treinar pessoas é investir em qualidade e cuidado

Em atividade há 88 anos, a Maternidade Cândido Mariano oferece atendimento especializado em ginecologia e obstetrícia, com Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTI). Acompanhe o depoimento de Andressa Menezes, coordenadora de Hotelaria Hospitalar da Maternidade Cândido Mariano, sobre o treinamento oferecido às colaboradoras de nossa empresa:

“

Tive a oportunidade de participar do treinamento promovido pelo Grupo Paineiras e fiz questão de estar presente para atualizar conhecimentos e acompanhar de perto o desenvolvimento da nossa equipe. Além dos conteúdos técnicos, também conversei com os colaboradores sobre a importância do profissional de higienização hospitalar, reforçando o quanto este trabalho é essencial à segurança dos pacientes, acompanhantes e de toda a equipe.

Os treinamentos oferecidos pelo Grupo Paineiras demonstram o compromisso da empresa com a qualificação contínua de seus colaboradores. Investir em capacitação reflete diretamente na qualidade dos serviços, fortalece a segurança dos processos e valoriza os profissionais, que passam a atuar cada vez mais preparados e confiantes. Ter uma empresa que é parceira e incentiva o aprendizado fortalece também a cultura da Maternidade, baseada na excelência, no cuidado e na melhoria contínua. O treinamento foi encerrado com um momento especial: um coffee break em comemoração aos três meses sem ocorrências negativas relacionadas à higienização, sendo que esse resultado continuou evoluindo. Superamos 120 dias dessa importante conquista, fruto do empenho, dedicação e compromisso de toda a equipe. Parabéns a todos!



Andressa Menezes

Coordenadora de Hotelaria Hospitalar
da Maternidade Cândido Mariano

Saiba mais sobre a Maternidade Cândido Mariano
de Campo Grande, capital do Mato Grosso do Sul

Acesse



Saiba mais sobre o diabetes e a desmistificação dos carboidratos

Diabetes é o excesso de açúcar no sangue. Mas será que é correto afirmar que a causa é o carboidrato presente nos alimentos e que o organismo os transforma em glicose, ou seja, açúcar? Na verdade, essa é uma das maiores simplificações enganosas sobre essa doença metabólica. De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD), o diabetes atinge um a cada 11 brasileiros, mas precisamos entender primeiro a produção de energia do corpo para podermos compreender o diabetes. Quando comemos carboidratos (açúcares), o corpo digere e libera glicose na corrente sanguínea. Como é a principal fonte de energia das nossas células, ela precisa entrar e chegar nas mitocôndrias para gerar energia. Mas a glicose não consegue entrar sozinha nas células e, então, o pâncreas libera um hormônio chamado insulina, que é como uma “chave” que encaixa, perfeitamente, na “fechadura” das células. Então a insulina abre a porta e a glicose entra para gerar energia. Desta forma, há um pico de insulina no sangue que vai diminuindo conforme a glicose entra e, assim, o corpo consegue a energia que precisa para fazer todas as funções necessárias.



Diabetes e a resistência à insulina

Quando o mecanismo que transforma açúcar em energia falha, a insulina tem dificuldade em abrir a membrana da célula para que a glicose entre, causando então o acúmulo na corrente sanguínea. Essa condição de glicose alta e constante no sangue é chamada de diabetes que, neste caso, são do tipo 1 (DM1), que é uma doença autoimune em que o próprio sistema imunológico do corpo destrói, dentro do pâncreas, as células que produzem a insulina. Então, sem a “chave” para abrir as células, a glicose não consegue entrar, permitindo o acúmulo de açúcar na corrente sanguínea. Essa condição não acontece devido ao consumo de açúcar; ela pode surgir em qualquer fase da vida. Há também o diabetes tipo 2 (DM2), que representa 90% dos casos da doença. Neste caso, o pâncreas produz a insulina, mas não consegue abrir a “porta” das células para a glicose entrar. É como se trocassem a fechadura da porta, dificultando a abertura. A principal causa do “bloqueio” se chama “resistência à insulina”.



Diabetes e o cuidado com a alimentação

A resistência à insulina é provocada, principalmente, por inflamações causadas pelo aumento de bactérias intestinais ruins, devido a dietas pobres em fibras, mas ricas em gorduras saturadas e excesso calórico de alimentos processados somadas ao sedentarismo. Um estilo de vida baseado no consumo deste tipo de alimentação leva ao acúmulo de gordura abdominal e corporal, aumento da pressão arterial e do LDL, conhecido por “colesterol ruim”. O problema não é o carboidrato e, sim, o padrão repetido que gera inflamação crônica no corpo. Neste caso, o pâncreas trabalha dobrado para colocar a glicose dentro da célula e pode ficar anos assim, sem que os exames detectem, até que ele entre em exaustão. Estima-se que um a cada três adultos brasileiros estão sob essas condições sem que saibam do diagnóstico futuro. Então fiquemos atentos aos nossos hábitos e ao terrorismo que existe na internet sobre cortar frutas, arroz e macarrão, pois isto não é garantia de cura milagrosa. A causa mais comum do diabetes tipo 2 é a resistência à insulina!



Convênios com o Grupo Paineiras

Aproveite estes benefícios para uma melhor qualidade de vida.

SESC

Mais informações no site www.sescsp.org.br

Porto Seguro Odontológico

Entre em contato com seu supervisor para saber mais sobre o convênio.

Faculdades UMC e Faculdade Braz Cubas *Mogi das Cruzes, SP*

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

Drogaria São Paulo

Para utilizar o benefício é preciso enviar ao RH seu e-mail pessoal, acessar o site www.fidelize.com.br e validar seu e-mail e senha

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: (17) 3281 8015 (horário comercial) ou no site www.termas.com.br



Informações importantes

Vale Transporte

Trata-se de um benefício que a empresa paga ao trabalhador para uso exclusivo do deslocamento de casa para o trabalho e vice-versa. Por isso, atenção:

1. Caso o colaborador opte pelo VT serão descontados 6% do seu salário.
2. A declaração falsa de endereço ou o uso indevido do VT constituem falta grave.
3. É proibida a acumulação do benefício do VT.

Use corretamente este direito!

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 empresa VR para fazer uma nova solicitação. A emissão da segunda via do cartão será cobrada.



Datas dos Benefícios

Setembro 2026

Pagamento de Salário — 04/09

Pagamento de VR — 04/09

Pagamento de VT — 18/09

Pagamento de VA — 15/09



Telefones úteis

SPTTrans — 156

VR — 4004-4938

Benefício Social Familiar — 0800 580 3816

Baixe no celular o Portal Paineiras App

Com ele você verifica e atualiza suas informações cadastrais como endereço, telefone, exames periódicos, entre outros, evitando

problemas futuros com o FGTS e aposentadoria. O app dá acesso ao holerite e muito mais e, para baixar é fácil: nos celulares com Android busque na PlayStore pelo Portal Paineiras App e instale. Para iPhones acesse **portal.paineiras.com.br**.



Acesse também o Portal Paineiras App pelo computador:

[Clique aqui](#)



Faça parte do Grupo Paineiras!

Nossa empresa acredita, incentiva e investe em novos talentos e está de portas abertas para quem deseja evoluir. Saiba como fazer parte do Grupo Paineiras:

Acesse aqui



Torne nosso jornal cada vez melhor!

O que você acha do iP? Quais assuntos você gostaria de ler? O que podemos melhorar? Sua opinião, sugestões e críticas são importantes! Por isso, envie mensagens no WhatsApp (12) 9.9771-3842, no e-mail informativo@paineiras.com.br ou mande suas contribuições para seu supervisor. O iP não é só feito para você, mas também por você!

Expediente

O informativo Paineiras (IP) é uma publicação institucional mensal do Grupo Paineiras destinada aos seus colaboradores e clientes.

Comercial: Tel.: 11 3538-2145
depto-privado@paineiras.com.br

Coordenação Geral

Eliane Lima
Wilma Jardim
Voz Ativa Comunicação

Jornalista Responsável

L. C. Galvão Júnior Mtb 25.492
Tel.: 12 99771-3842

Arte e diagramação

contato@vozativacomunicacao.com.br

Av. Dep. Castro de Carvalho, 589 - Vila Júlia
CEP 08551-000 - Poá/SP



GRUPO
Paineiras

www.paineiras.com.br