

SAÚDE

Previna-se do *cof cof* neste inverno. Evite a indesejável tosse com muita água e boa alimentação.

Página 6



VARIEDADES

Participe da 1ª Caminhada da Thermic em comemoração ao aniversário de Pederneiras.

Página 8

Publicação bimestral Thermic – ANO 3 – Nº 12 – Maio de 2012



Entre Nós

*Cada
vez
melhor*

Máscara automática otimiza o processo de solda e garante mais proteção ao colaborador
Páginas 4 e 5

EDITORIAL**Você é importante para nós****Caro colaborador,**

O bem-estar de todos os profissionais que fazem parte da família Thermic sempre foi prioridade na Empresa. Entendemos que a integridade e a segurança do trabalhador precisam ser garantidas sempre. E a Thermic não tem medido esforços para isso. Há mais ou menos um ano, começamos a substituir as máscaras de proteção à solda, trocando a tradicional basculante pela de escurecimento automático. O novo equipamento, além de otimizar o processo de solda, oferece mais proteção a você, colaborador. A máscara automática evita a irritação dos olhos e até mesmo queimaduras provocadas pela luminosidade da solda. Hoje, 20 profissionais já utilizam o aparelho. Até o fim do ano, todos os soldadores estarão com o novo EPI.

Ainda pensando em seu bem-estar, caro colaborador, como você já sabe oferecemos um plano de saúde da Unimed, estendido a todos os funcionários. Os benefícios do convênio vão de emergências a cirurgias, e já foram muito úteis para o companheiro Júlio Cesar Gali, gestor de usinagem. Sua filha precisou ser internada e o plano médico oferecido pela Thermic foi fundamental para que o atendimento fosse rápido e eficaz.

Nesta edição você também poderá conferir uma matéria sobre como evitar e tratar a indesejada tosse, muito comum nesta época do ano, de temperaturas mais baixas. Trazemos ainda um assunto muito importante na área de finanças pessoais: a previdência privada. Especialistas alertam que devemos começar a poupar o quanto antes para garantir uma aposentadoria tranquila. Pense nisso!

E por fim, na matéria de Variedades, da página 8, você vai encontrar todos os detalhes da caminhada que a Thermic vai realizar dia 3 de junho em comemoração ao aniversário de Pederneiras. Marque na agenda, faça sua inscrição e venha com a gente. ■

Virgílio Cesar Franceschi
José Herminio Canella
Abílio Celso Salve

Presente de Páscoa

A Thermic distribuiu em abril ovos de Páscoa para cerca de 180 crianças do projeto Pequena Obra da Divina Providência, em Pederneiras. O programa atende meninos e meninas em situação de risco social com atividades educativas. Os colaboradores da Empresa também foram presenteados com ovos de chocolate. ■



Crianças e colaboradores foram presenteados pela Thermic

**THERMIC****Salve, Franceschi e Canella Ltda.**

Avenida Bernardino Flora Furlan, 2555

Pederneiras/SP – Cep 17280-000

Telefone: (14) 3283-8283

Site: www.thermic.ind.br**Coordenação geral e projeto editorial:** Lettera Comunicação Estratégica
Telefones: (14) 3226-1925 / (14) 9671-3747 - Email: contato@letteracomunicacao.com.br**Editora-chefe:** Anáí Nabuco – MTB: 23.214 Telefone: (14) 9778-2900**Repórter:** Henrique Costa**Edição e coordenação de reportagem:** Lucien Luiz**Projeto gráfico /DTP :** More Arquitetura de Informação Jo Acs e Mozart Acse Marcia A. Rindeika - Site: more-ai.com.br – Telefone: (11) 2099-1135/1168Email: more-ai@more-ai.com.br -**Infografias:** Luiz Arthuso - **Fotografia:** Henrique Costa**Tiragem:** 500 exemplares

INVESTIMENTO

Saúde **garantida**

Plano de assistência médica atende 100% dos colaboradores da Thermic



Depender do sistema público de saúde não é fácil. Longas filas, horas de espera e um atendimento que muitas vezes deixa a desejar. Pensando na saúde do colaborador, a Thermic oferece um plano da Unimed, o qual é garantido a todos os funcionários da casa. Assim que admitido, o colaborador já pode utilizar os benefícios do convênio, que vão de consultas de emergência a cirurgias.

A Empresa paga 70% do valor do convênio, que disponibiliza três consultas anuais, 11 exames simples, um exame especializado, dez sessões de fisioterapia, tratamento ambulatorial ilimitado e a cobertura integral de internações clínicas e cirúrgicas.

“Caso o colaborador apresente outro plano de saúde, fica a critério dele optar por permanecer com o antigo ou aderir ao da Thermic”, explica a assistente social da Empresa, Susana Ugucione.

Para Júlio Cesar Gali, gestor de usinagem na Thermic,

**Thermic
paga 70%
do valor do
convênio**

o plano de saúde foi fundamental para toda a família. “Minha filha precisou ser internada por conta de uma estomatite. Não fosse o plano da Empresa, não teria condições de garantir um atendimento tão eficiente e ágil para ela. Sem falar da segurança que nos dá”, destaca o colaborador.

Outro benefício disponível é que a Thermic facilita o pagamento das despesas com tratamento de saúde e exames que o convênio médico não cobre. ■

ANIVERSARIANTES

MAIO - UNIDADE I

- 3/5 PAULO CÉSAR REGO
- 5/5 JAIR DIAS DE OLIVEIRA
- 7/5 CARLA ROSA BENTO
- 16/5 ENDRIGO NIVALDO MOSSO
- 17/5 SEBASTIÃO RIBEIRO DA SILVA
- 18/5 JOSÉLIO PIRES SOUZA
- 19/5 EVERSON SOARES
- 19/5 LUÍS FERNANDO DA S.MASSOCA
- 22/5 ALESSANDRO DOS SANTOS
- 24/5 WAGNER FERNANDO TRAVAIN
- 28/5 THIAGO GODOI
- 29/5 TIAGO ADILIO FERNANDES BORGES
- 30/5 ADRIANO DA ROCHA SANTANA

UNIDADE II

- 3/5 CLEMILTON ENÉAS FELIPE
- 3/5 TAFFAREL RODRIGO DE O. BOTURA
- 4/5 OZIEL CARVALHO DOS SANTOS
- 7/5 ALISON ACÁCIO AFONSO FERREIRA

- 10/5 DANILO DÊNIS DE OLIVEIRA
- 10/5 JOEDSON DANTAS DOS SANTOS
- 18/5 RODRIGO APARECIDO LONGO
- 26/5 PAULO SÉRGIO COUTINHO
- 30/5 EMERSON PEGATIM
- 30/5 IVAN STRAMANTINOLI ROSSI
- 31/5 LAÉRCIO SAMPAIO NASCIMENTO

JUNHO - UNIDADE I

- 8/6 EVANDRO CORREA NASCIMENTO
- 10/6 ALEXANDRE DA SILVA
- 11/6 WILLIAM PEREIRA DA SILVA
- 13/6 CARLOS HENRIQUE MINA
- 19/6 MARCELO GONÇALVES DA SILVA
- 23/6 ADALBERTO LUIZ MORAES PINTO
- 23/6 JÚLIO CÉSAR GALI
- 24/6 JOCIEL DA SILVA DOS SANTOS
- 27/6 PATRÍCIA DE SOUZA
- 28/6 RAFAEL DE ÂNGELO

UNIDADE II

- 2/6 HAMILTON PEREIRA DE OLIVEIRA
- 4/6 ROBERTO APARECIDO BOLANI
- 5/6 FABIANO PEREIRA
- 6/6 JUCIMAR RODRIGO DE SOUZA
- 6/6 MANOEL FERNANDES GOMES
- 8/6 ADRIANO DONIZETE RIBEIRO
- 11/6 DALTON GABRIEL DE SOUZA PRADO
- 13/6 LUCAS RAFAEL A. DA SILVA
- 14/6 LUCAS RIBEIRO CASTILHO
- 16/6 BRUNO MACIANO BARBOSA
- 16/6 GILMAR PEREIRA GOMES
- 19/6 PABLO HENRIQUE QUARTAROLI
- 21/6 DHIONATA FAXINA GOMES
- 22/6 ELIANA DE CÁSSIA DA SILVA
- 25/6 ÊNIO CASANOVA
- 25/6 GILBERTO JOSÉ DA SILVA
- 27/6 TIAGO JÚNIOR DE OLIVEIRA
- 28/6 LUIZ CARLOS TOLEDO C. JÚNIOR

TECNOLOGIA DE PONTA

Segurança garantida

Máscara automática otimiza o processo de solda e oferece mais proteção ao colaborador

A Thermic começou há um ano a substituição das máscaras de proteção à solda. No lugar do tradicional equipamento basculante, uma máscara de escurecimento automático foi testada, aprovada e vem sendo aos poucos implantada. Atualmente, 20 colaboradores já utilizam o novo aparelho. A previsão é de que até o início da próxima safra, em novembro deste ano, todos os soldadores já estejam usando o EPI.

A máscara automática possui um visor sensível à luz, que protege, principalmente, a visão. "O colaborador ajusta a tonalidade de escurecimento, conforme a intensidade da solda que está usando. Assim que ele inicia o processo a máscara ativa a proteção automaticamente", explica João Paulo Bianco, técnico de segurança da Thermic.

A previsão é de que até novembro todos os soldadores já estejam usando o EPI

A luminosidade da solda causa irritação aos olhos e até mesmo queimaduras, caso o uso do equipamento de segurança não seja feito de maneira correta. Em cada engrenagem, dois soldadores trabalham simultaneamente e um pode receber a luminosidade do outro. "A máscara automática evita que o colaborador levante-a para visualizar o trabalho e receba a luminosidade da solda do colega ao lado. Isso garante a proteção dos olhos e evita o arde-solda", explica Paulo Santiago, gestor de soldagem.

A máscara é leve e não atrapalha o uso de outros EPI's, como óculos de proteção e máscara de respiração, por exemplo. "O diferencial deste equipamento é que ele otimiza o processo. O fato de não termos que levantar a máscara para enxergar a solda faz com que o nosso trabalho flua com mais facilidade e qualidade", diz o soldador Marcos Roberto Delfino. ■

• A proteção da máscara ativa automaticamente ao captar a iluminação da solda

• O colaborador pode regular a máscara conforme a intensidade da luz e a tonalidade desejada

Desde a implantação das máscaras automáticas, as queixas com o arde-solda diminuíram mais de 50%

• O colaborador não recebe o reflexo da solda do colega que trabalha ao lado

• O colaborador não precisa retirar a máscara para enxergar o trabalho

PROTEJA-SE

COF COF COF

Frutas, verduras e muita água são importantes aliadas no combate à tosse, especialmente neste período de inverno

Basta baixar um pouco a temperatura e o clima ficar mais seco para a tosse aparecer. Se você nunca escapa desse incômodo no inverno, saiba que é possível se prevenir ou, pelo menos, diminuir os estragos causados por ela nesta época do ano. Comece já a ingerir mais água durante o dia. Quem bebe bastante líquido mantém as vias aéreas hidratadas e diminui a irritação dos tecidos.

Evitar lugares fechados, sem ventilação, sobretudo com outras pessoas,

também é importante para combater o irritante "cof cof". Alimentar-se bem, não deixando de lado frutas e verduras, é outra medida imprescindível, já que elas fortalecem o sistema imunológico e dificultam as infecções, causadoras da tosse.

"A tosse pode ocasionar coceira na garganta e rouquidão, além de secreção. Ter uma alimentação saudável, beber muita água, evitar chocolate e cigarro ajudam muito na recuperação", explica a médica Lislei de Oliveira. ■

Não deixe de procurar o médico se os sintomas persistirem por muito tempo



**EPI
CUIDE BEM DELE**


Indispensável no dia a dia de trabalho, os equipamentos de proteção individual estão entre os itens de segurança das empresas. Tão importante quanto a utilização dos EPIs, são os cuidados e a higienização deles. É dever de cada colaborador zelar pelas boas condições e pelo uso correto desses equipamentos.

A limpeza pode ser feita com lavagem simples dos óculos, luvas, capacetes e respiradores semifaciais, utilizando água e sabão neutro. Os sapatos também devem ser lavados, entretanto, coloque-os para secar na sombra. O sol enrijece o couro e danifica o equipamento. Os filtros dos respiradores, bem como as máscaras filtrantes e as luvas de malha não devem ser lavados com água.

As luvas também merecem atenção especial. Lave-as sempre depois do uso. Essa medida evita que o produto manuseado aja sobre o material. Luvas furadas não servem para proteção do colaborador, por isso é importante guardá-las em local livre de materiais perfurantes e cortantes. E lembre-se: luvas de borracha, usadas no manuseio de produtos químicos, não oferecem proteção contra choques elétricos.

Os equipamentos de proteção individual podem atrapalhar e causar desconforto, caso não estejam no tamanho ideal. Atenção: os EPIs são de uso individual e nunca devem ser emprestados. ■

POUPAR

Futuro garantido

Previdência privada não pesa no bolso e auxilia aposentadoria tranquila

Planejar a vida financeira e estar pronto para momentos difíceis são atitudes que garantem maior estabilidade e conforto lá na frente. A previdência privada é uma forma de investimento para complementar a renda pessoal ou familiar na aposentadoria. Contratar um plano de previdência consiste em investir parte do salário durante um período. Ao final deste tempo, o investidor passa a receber o dinheiro aplicado.

“É importante poupar uma parcela da renda atual, pois é uma forma de manter o padrão de vida ao longo dos anos, mesmo depois da aposentadoria”, explica o economista Wilson Tarantin. Os planos tradicionais de previdência privada oferecem rentabilidade mínima de 6%, o que gera, na hora de receber o dinheiro, um acréscimo no valor total.

Outra função importante da previdência privada é a de criar uma reserva que pode ser usada pelos familiares, ou outros beneficiários, no caso de alguma emergência, como problemas de saúde, por exemplo. “Prevenir e planejar o futuro poupando uma pequena parcela do salário durante alguns anos é a forma mais segura para complementarmos a renda recebida da previdência social quando estivermos aposentados”, aconselha Tarantin.

Mas, quanto devo reservar? Segundo o economista, quem ganha cerca de dois salários mínimos, por exemplo, deve poupar entre R\$ 50,00 e R\$ 70,00, o equivalente a 5% da receita mensal. Portanto, se você ainda não começou a planejar seu futuro, já é hora de começar a pensar nisso. ■



Comece a previdência privada o mais cedo possível



Procure uma agência bancária para saber qual o melhor plano



Tente aumentar o valor investido no decorrer dos anos



Com rendimento de dois salários mínimos, poupe entre R\$ 50,00 e R\$ 70,00



PÉ NO ASFALTO

**1ª CAMINHADA THERMIC
VIVER BEM**

Participe com a gente!

Thermic promove caminhada para combater sedentarismo e comemorar aniversário de Pederneiras

Pode preparar o tênis! A Thermic convida você e sua família para participar da 1ª Caminhada Viver Bem, uma iniciativa que tem o objetivo de conscientizar as pessoas a sair do sedentarismo e, de quebra, comemorar o aniversário de Pederneiras, celebrado em 22 de maio.

O evento será realizado no dia 3 de junho, um domingo, a partir das 9h. As inscrições são gratuitas e podem ser feitas no departamento de Esportes e Lazer de Pederneiras, na Academia Movimento, Doceria Ponto Certo, Posto Birello ou até meia hora antes do início da caminhada. Os colaboradores da Thermic podem se inscrever no departamento de RH da Unidade II da Em-

presa. Pedese a doação de um quilo de alimento não perecível. O montante arrecadado será destinado ao Fundo Social de Solidariedade de Pederneiras. "Queremos marcar os 121 anos da cidade com um evento focado na saúde, que trará benefícios a todos os participantes. Este será o presente da Empresa para a população", destaca Daniel Canella, gestor de Pessoas da Thermic.

A caminhada terá um percurso de quatro quilômetros, com saída, a partir das 9h, do Parque Ecológico, e chegada em frente à Unidade II da Thermic, onde será oferecido um café da manhã aos participantes. ■

CULINÁRIA

Caldo de mandioca

O inverno se aproxima e as temperaturas começam a cair. Nada melhor que um caldo ou uma sopa para aquecer o corpo de forma saudável e gostosa. O caldo de mandioca é simples, fácil e rápido de fazer. Rende dez porções e fica pronto em apenas 20 minutos.

Ingredientes

- 1 quilo de mandioca picada
- 1 calabresa
- 4 cebolas grandes
- 2 tabletes de caldo de carne
- 1 colher (de café) de sal com alho



Modo de preparo

• Frite em uma panela, a calabresa e a cebola. Use a quantidade de uma colher de óleo. Adicione dois litros de água, a mandioca e o caldo de carne dissolvido. Quando a mandioca estiver cozida apague o fogo e bata tudo no liquidificador. Na sequência, volte tudo para uma panela grande e leve ao fogo. Dê o ponto conforme o gosto, se preferir um caldo mais grosso ou mais ralo. Use cheiro verde à vontade. Bom apetite! ■