



O COMERCIÁRIO

Guarulhos, Arujá, Ferraz de Vasconcelos, Itaquaquecetuba, Poá, Santa Isabel



INFORMATIVO DO SINDICATO DOS COMERCIÁRIOS DE GUARULHOS

Dezembro de 2010 – Ano 13 – Edição 165

www.comerciosdeguarulhos.org.br

Feliz Natal



...e um próspero 2011

"O Natal é um tempo de benevolência, perdão, generosidade e alegria. A única época que conheço, no calendário do ano, em que homens e mulheres parecem, de comum acordo, abrir livremente seus corações."

(Charles Dickens)

ATENÇÃO

A SEDE CAMPESTRE NÃO FUNCIONARÁ NOS DIAS 25/12/2010, 26/12/2010, 01/01/2011 E 02/01/2011. A PARTIR DO DIA 08/01/11, O FUNCIONAMENTO SERÁ RETOMADO NORMALMENTE

SEREMOS OS MESMOS EM 2011



O tempo voa! E o final do ano é uma época maravilhosa para refletirmos, fazermos uma retrospectiva e um último balanço. Nessa hora, permanecem sentimentos de nostalgia, recordamos os grandes e imprescindíveis momentos, nossas vontades que ao longo deste ano marcaram cada dia com as nossas posturas e atitudes de formas especiais e importantes. O engraçado é que parece que tudo permanecerá igual... Seremos os mesmos no próximo ano. Teremos os mesmos amigos. Alguns,

o mesmo emprego. O mesmo parceiro. As mesmas dívidas (emocionais e/ou financeiras). Ainda seremos fruto das escolhas que fizemos durante a vida. Permaneceremos as mesmas pessoas que fomos este ano... Tudo aquilo que fazemos fica gravado e marcado...

*É fato, é determinante!
No preparo, angústia, ansiedade.
Mas também desafio, motivação.
Na execução, mais do que partilhar, compartilhar.
A conta é outra: dividir significa somar.
Somos o todo.*

A confiança, o apoio e a vontade de brigar pelos direitos da categoria são os grandes motivadores de nosso trabalho diário à frente do sindicato. A união que modifica, ultrapassa, conquista e alcança a força de cada um, o desejo de todos nós. Sentimos que o nosso empenho valeu muito à pena e é com grande convicção e emoção que dizemos: a união faz toda a força! Crescer é o nosso destino.

*Que 2011 seja um ano para executar-
mos o que ainda não tivemos força de
vontade, coragem ou fé...*

Prosperidade com força e saúde para continuarmos a nossa luta. O Sindicato dos Comerciários de Guarulhos deseja um Feliz Natal e um Ano Novo renovado, como uma página de papel em branco, esperando pelo que iremos escrever. E, para terminar, não podemos deixar de agradecer a todos os trabalhadores que com grande devoção tornaram todas estas palavras em ações.

Walter dos Santos
Presidente



As homologações no sindicato são feitas das 9h às 17h30 e devem ser marcadas com 2 dias de antecedência.

Guarulhos, Arujá e Santa Isabel
Ligue: (11) 2475-6565

Itaquá, Poá e Ferraz
Ligue: (11) 4642-0792

O Departamento Jurídico está à sua disposição,
de segunda à sexta-feira, das 9h às 17h.



BOLETIM INFORMATIVO DO SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO DE GUARULHOS

Base Editorial: Guarulhos - Arujá - Ferraz de Vasconcelos - Itaquaquecetuba - Poá - Santa Isabel

Guarulhos: Rua Morvan Figueiredo, 65 - 7º andar, Centro - Cep 07090-010 - tel.: (11) 2475-6565

Itaquá: Rua Gulhermina Maria Conceição, 81 - Centro - tel.: (11) 4642-0792 (atende Itaquá, Poá, Ferraz de Vasconcelos, Arujá e Santa Isabel)

Diretoria Efetiva: Walter dos Santos - presidente; Luciano Paula Leite; Raimundo dos Santos; Arlene Joana Damaceno Silva; Cláudio Miguel dos Santos; Paulo Sergio

Falcão de Oliveira; José de Almeida Araújo; Benedito Gianini de Souza; Ivoneide Moreira Lemos; Luiz Ferreira Neto; Norma Suely Paes Pinto e Marliu Frezza

Projeto Gráfico/ Diagramação: Edgard Catão - Jornalista Responsável Fotos: Alexandros Christopoulos - Mtb: SP 26058 - imprensa@comerciariosdeguarulhos.org.br

Impressão: Hawaii Gráfica e Editora

Os artigos assinados e publicados nesse informativo expressam exclusivamente a opinião de seus autores

TST PROÍBE USO DE CÂMERAS DE VIGILÂNCIA EM VESTIÁRIOS

O Tribunal Superior do Trabalho proibiu o uso de câmeras para monitorar os vestiários de trabalhadores. A decisão foi em recurso ordinário interposto em dissídio coletivo pelo Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas e de Material Elétrico de Caxias do Sul.

O Sindicato pretendia, com o recurso, proibir o monitoramento dos trabalhadores, não só nos vestiários, mas também nos "refeitórios, locais de trabalho e de descanso ou quaisquer outros que por algum modo causem constrangimento, intimidação, humilhação e discriminação aos trabalhadores."

O ministro Walmir Oliveira da Costa, relator na SDC do TST, destacou que a o artigo 5º, inciso X, da Constituição da República assegura o direito à intimidade, à vida privada, à honra e à imagem. Assim, "a instalação desses aparatos em vestiários certamente exporá a intimidade do empregado, devendo ser coibida, como objetiva a reivindicação".

Com informações da Assessoria de Imprensa do TST.

RODC - 310100-61.2007.5.04.0000



EMPRESA NÃO PODE FORÇAR VENDA DE FÉRIAS

Alexandros Christopoulos

Forçado a vender um terço de suas férias, um ex-empregado da HSBC Seguros Brasil S.A. conseguiu reaver os valores relativos aos dez dias de todos os períodos nos quais não gozou do descanso remunerado. Apesar de sempre ter usufruído de suas férias, o trabalhador alegou que elas eram concedidas em regime de abono pecuniário: 20 dias de descanso e dez dias de trabalho. A única exceção, informa,

aconteceu quando ele casou, de 2002 para 2003. Depois de exaustivo e difícil processo de negociação, conseguiu, mesmo contra a vontade do patrão, férias superiores a vinte dias.

O Tribunal Superior do Trabalho manteve decisão nesse sentido



dada pelo Tribunal Regional do Trabalho da 9ª Região (PR), que condenou a empresa a pagar os dez dias referentes a três férias, compreendidas entre 2000 e 2004. Para o TRT, a conversão de um terço do período de férias precisa decorrer da vontade do trabalhador, como fixa o artigo 143 da Consolidação das Leis do Trabalho. "Ausente a prova de que a conversão de 1/3 do período das férias em abono pecuniário decorreu de livre

e espontânea vontade do empregado, reputo veraz a assertiva de que isto ocorreu por imposição da empresa", diz a decisão.

RR - 1746800-23.2006.5.09.0008

SINDICATO CONSEGUE REAJUSTES ACIMA DA INFLAÇÃO

Além dos 8% de reajuste obtidos para os comerciários que trabalham no comércio varejista de Guarulhos, o sindicato conseguiu outros bons percentuais para o restante dos trabalhadores que são representados pelo nosso sindicato. Confira as circula-

res e os reajustes em www.comerciaridosguarulhos.org.br. Caso você não tenha acesso à internet, ligue para o sindicato e tire as suas dúvidas pelo telefone 2475-6565.



NOVAS REGRAS VÃO MUDAR ROTINA DOS TRABALHADORES

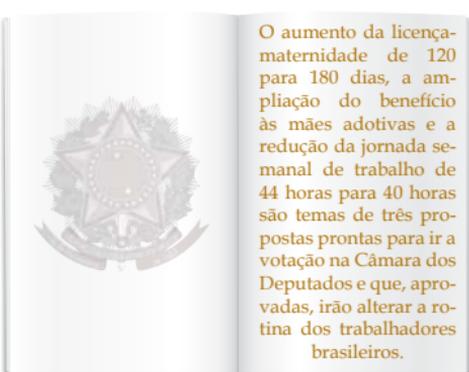


Deputado Paulinho, da Força Sindical: "mudanças são prioridade"

A Proposta de Emenda Constitucional (PEC) 515/10, de autoria da senadora Rosalba Ciarlini (DEM-RN), torna obrigatório o aumento do período de licença-maternidade de 120 para 180 dias. Já aprovada no Senado, a PEC amplia o alcance da Lei 11.770/08, de autoria da senadora Patrícia Saboya (PDT-CE). Em vigor desde o início de 2009, a lei faculta às empresas privadas a concessão da licença de seis meses, em troca de deduções no Imposto de Renda. Se aprovada, na prática a PEC põe fim ao benefício fiscal vigente. A autora justifica o projeto afirmando que o período é essencial para amamentação do recém-nascido e acrescenta que o aumento da licença-maternidade é uma reinvidicação da Sociedade Brasileira de Pediatria.

A PEC 349/09, de autoria do deputado Ricardo Berzoini (PT-SP), propõe que os empregados do sexo masculino cujas esposas estejam grávidas ganhem estabilidade desde a data da comunicação da gravidez até o fim da licença-maternidade da mulher. A PEC também sugere a extensão do benefício da licença-maternidade às mães adotivas. Aprovada, terá de passar pelo crivo do Senado. De acordo com o autor, a mudança é importante principalmente para proteger funcionários que sejam responsáveis únicos pela renda familiar. "Demissão, nestes casos, traria muitos problemas para a família", diz.

Já a PEC 231/95 sugere a redução da jornada de trabalho das



O aumento da licença-maternidade de 120 para 180 dias, a ampliação do benefício às mães adotivas e a redução da jornada semanal de trabalho de 44 horas para 40 horas são temas de três propostas prontas para ir a votação na Câmara dos Deputados e que, aprovadas, irão alterar a rotina dos trabalhadores brasileiros.

atuais 44 horas semanais para 40 horas por semana, sem corte nos salários, além do aumento do adicional de hora-extra dos atuais 50% para 70%. Para entrar em vigor, a proposta também necessita do aval do Senado. Os defensores da medida alegam que a redução de jornada levaria à criação de dois milhões de novos postos de trabalho no País.

Segundo Paulo Pereira da Silva, o Paulinho, presidente da Força Sindical e deputado federal reeleito (PDT-SP), os assuntos são prioridade para o governo e devem ser votados ainda em 2010 ou no início de 2011. "Esperamos aprová-los o quanto antes", diz.



Comerciantes esperam também a regulamentação da profissão

VERÃO NA SEDE CAMPESTRE



Dúvidas e informações:



11 4656-1783

SEDE CAMPESTRE

O verão começa no dia **21 de dezembro**. É hora dos comerciários aproveitarem a Sede Campestre. Venha passar um dia diferente e agradável com sua família e seus amigos. A Sede tem uma grande área verde, amplo estacionamento, piscina infantil e duas para adultos com tobo-água. Vários quiosques com churrasqueira estão espalhados em locais tranquilos. Mas não é só. Também há o campo de futebol gramado, a quadra de futebol society recentemente inaugurada, salão de jogos, videogê, playground, lanchonete e muito mais.

O acesso é fácil, pela Estrada municipal de Arujá – Santa Isabel, Km 56, no bairro Cafundó.

**A SEDE CAMPESTRE NÃO FUNCIONARÁ NOS DIAS
25/12/2010, 26/12/2010, 01/01/2011 E 02/01/2011.
A PARTIR DO DIA 08/01/11, O FUNCIONAMENTO SERÁ
RETOMADO NORMALMENTE.**



A piscina da sede campestre

Normas de funcionamento da Sede Campestre

Com o objetivo de proporcionar qualidade de vida a todos os integrantes da categoria e preservar o patrimônio dos comerciários, foram estabelecidas algumas regras de utilização para a sede campestre:

- O número máximo de convidados é de cinco por sócio, com a cobrança de taxa pela utilização de R\$ 15,00 por convidado.
- Crianças visitantes de 6 a 10 anos: R\$ 10,00.

- Na piscina, o acesso só é permitido em trajes de banho.
- Para ingressar na sede é necessário apresentar a carteira de associado do sindicato e a carteirinha dos dependentes.
- Funciona aos finais de semana e feriados, das 9h às 17h, tel: 4656-1783.
- É proibido permanecer no local após às 17h.

PESQUEIRO

Além de toda essa estrutura, ao lado da sede fica o pesqueiro, mais uma opção de lazer para quem gosta de pescar, ou apenas procura um pouco de tranquilidade junto à natureza.



Regras de funcionamento do Pesqueiro

- O acesso ao pesqueiro ocorre exclusivamente por dentro da sede campestre, após identificação na portaria.
- Para proporcionar a tranquilidade necessária para a prática da pescaria aos frequentadores do local, não é permitida a presença de crianças e de convidados.

Dietas milagrosas

Quantas vezes já ouvimos de uma amiga ou vizinha dicas de dietas que prometem a perda de muitos quilos em pouco tempo? Os nomes são os mais variados: dieta da Lua, da USP (que da USP não tem nada), do doutor Atkins, do amor, do signo, de Beverly Hills, do abacaxi, do grupo sanguíneo, entre inúmeras outras que aparecem por aí. Se souber de qualquer tipo de dieta que promete milagres, desconfie! Geralmente, elas não têm todos os nutrientes necessários para manter a saúde. *Mas quais são esses nutrientes?*

Conheça-os abaixo e descubra qual sua função no nosso organismo.

- carboidratos: são a principal fonte de energia.
- proteínas: colaboram no crescimento dos tecidos, formação de anticorpos, coagulação do sangue e transporte de oxigênio.
- lipídios: além de também serem fonte de energia, protegem o organismo do frio ou de choques térmicos e saciam a fome por mais tempo.
- vitaminas: participam do processo de crescimento, desenvolvimento e reprodução, são responsáveis pelo bom funcionamento da visão, auxiliam na defesa contra infecções, ajudam a proteger a pele, entre outros benefícios.
- sais minerais: regulam os processos vitais.

As fontes desses nutrientes são:

- carboidratos: pães, massas, biscoitos, batata, arroz, farinhas, frutas e verduras;
- proteínas: carne bovina e suína, frango, peixe, ovos, leite, queijos, requeijão, soja, etc.;
- lipídios: alimentos gordurosos em geral, como manteiga, margarina, óleos, bacon, creme de leite e leite de coco;
- vitaminas e sais minerais: verduras, vegetais, legumes e frutas.

Para emagrecer com saúde, você precisa ter uma alimentação balanceada, ou seja, ter todos esses nutrientes nas suas principais refeições. No café da manhã, por exemplo, tome leite e coma frutas, pão ou biscoitos, queijos magros ou requeijão. No almoço, sirva-se de saladas cruas e cozidas, o famoso arroz e feijão, que ainda é uma grande pedida, um tipo de carne (bovina, suína, frango ou peixe) e, de sobremesa, uma fruta. No jantar, você pode repetir o cardápio do almoço. Entre essas refeições, coma uma fruta, um iogurte ou mesmo uma barra de cereais e tome um suco natural para fazer aquele famoso lanchinho. É bom evitar frituras, doces e açúcar branco.



Lembre-se que se você decidir adotar uma dieta, procure um nutricionista para que ele verifique a dieta adequada às suas necessidades. E que, além de ter uma alimentação equilibrada, para emagrecer é necessário praticar alguma atividade física - até uma simples caminhada diária ajuda. Essa é a fórmula do sucesso.

Dentista Gratuito

O atendimento odontológico oferecido na sede do Sindicato, para associados há mais de 6 meses, é **totalmente gratuito**. As consultas devem ser marcadas pelo telefone:

 11 2475-6565

Verifique, também, condições especiais para tratamentos com próteses e jaquetas. Você também pode utilizar os dentistas conveniados do Sindicato, que oferecem descontos aos associados. Confira a relação no nosso site: (www.comerciariosdeguarulhos.org.br)



Convênios Odontológicos

Drª Sílvia Martins Cassiano
20% de desconto mediante a apresentação da carteira do Sindicato, exceto para tratamento endodôntico e protéticos. Rua Silvestre Vasconcelos Calmon, 200 - Sala 809 - Vila Moreira - Guarulhos - São Paulo

Clinic Center Assistência Odontológica
Rua Ipê, 54 - Centro e Av. Rio Real, 247 - Jd Pres Dutra - Guarulhos - São Paulo
Segunda à sexta das 09h às 20h / Sábados das 09h às 13h
Tel: 2468-4077 c/ Dr Fábio

Drª Isaura M. Mesquita Cury (ortodontia)
Rua Morvan Figueiredo, 65
3º andar - Cjs 32/34
Centro - Guarulhos
Tel: 2440-3467

PH - Clínica Integrada de Tratamento Odontológico
Amplio atendimento odontológico
Rua XV de novembro, 85
1º ao 6º andares
Segunda à sexta das 08h às 20h / Sábados das 08h às 17h
Tel. 2468-0410



Papai Noel existe?

Pense e responda, quem nunca acreditou em Papai Noel? Um velhinho com roupas vermelhas, barba branca, cinto e botas pretas que passa de casa em casa para deixar presentes às famílias. A lenda do papai noel ganha mais força no Natal. Será que ele existe? Bem, isso depende de cada um, porque dentro do nosso coração existe a magia, a solidariedade, a caridade, a confraternização, a bondade, a pureza, a compaixão... mas diz a história que o bom velhinho foi inspirado na figura de um bispo que de fato existiu.

São Nicolau nasceu no século III, em Patras, na Grécia. Quando seus pais morreram, ele doou todos os seus bens e optou pela vida religiosa, aos 19 anos.

Na cidade em que ele nasceu viviam três irmãs que não podiam se casar por não ter dinheiro para o dote. O pai das meninas resolveu, então, vendê-las. Quando a primeira ia ser vendida, Nicolau jogou através da janela uma bolsa cheia de moedas de ouro, que foi cair numa mela, posta para secar na chaminé. A mesma coisa aconteceu quando chegou a vez da segunda. O pai, para descobrir o que estava acontecendo, permaneceu espiando a noite toda. Ele então reconheceu Nicolau e pregou sua generosidade a todo o mundo.

A fama de generoso do bom velhinho, que foi considerado santo pela Igreja Católica, transcendeu sua região, e as pessoas começaram a atribuir a ele todo tipo de milagres e lendas. No século 13, a comemoração do dia de São Nicolau passou da primavera para o dia 6 de dezembro, e sua figura foi relacionada com as crianças, a quem

deixava presentes vestido de bispo e montado em burro. Depois, a Igreja Católica propôs que a comemoração passasse para o dia 25 de dezembro, tal como fazia o Menino Jesus.

No século 17, a tradição foi levada para os Estados Unidos, onde ele foi chamado de Santa Claus e foi transformado em um personagem bonachão e bondoso, que montava renas e jogava presentes pelas chaminés. E é assim que as crianças e adultos sonham, nos dias de hoje, com o Papai Noel, um velhinho bondoso cheio de presentes.

Uma lenda cercada de mistério e magia



RABANADA ASSADA

Ingredientes:

- pãezinhos amanhados
- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de leite
- 3 ovos
- açúcar para polvilhar
- canela em pó
- margarina para untar



Modo de Preparo:

Corte os pãezinhos em rodela de 1 dedo mais ou menos, passe mar-

garina nelas, mas só na parte que vai ficar pra cima. Unte com margarina uma assadeira retangular ou redonda, na lateral da assadeira não precisa untar, arrume os pãezinhos um ao lado do outro. No liquidificador, bata o leite condensado, o leite e os ovos. Jogue essa mistura por cima dos pãezinhos. Asse até o creme ficar firme. Misture o açúcar com a canela e polvilhe a rabanada ainda quente.

Para quem gosta de rabanada, mas raramente come porque essa sobremesa (para quem tem gastrite) dá azia por ser frita. Essa é uma opção de receita de sucesso!

- Mas por que você chama seu chefe de Papai Noel, afinal? - indaga um amigo ao outro. - É porque ele só sabe me encher o saco.





SINDICALIZE - SE!

Guarulhos: Rua Morvan de Figueiredo, 65 - 7º and. - Centro - CEP: 07090-010 - Tel: 2475-6565
 Itaquaquecetuba: Rua Guilhermina Maria Conceição, 81 - Centro - CEP: 08570-640 - Tel: 4642-0792

PROPOSTA DE ADMISSÃO AO QUADRO SOCIAL

MATRÍCULA NO SINDICATO Nº _____ MATRÍCULA NA EMPRESA Nº _____

Nome: _____

Nome do Pai: _____

Nome da Mãe: _____

Data de nasc: ____/____/____ Estado civil: _____ Sexo () M () F

Natural da cidade de: _____ Estado: _____

Endereço: _____ nº _____ apto: _____

Município: _____ Bairro: _____ CEP: _____ Tel: _____

Carteira de Trabalho: _____ Série: _____ RG: _____

CPF: _____ (campo obrigatório) Email: _____

DADOS DA EMPRESA

Empregador: _____ CNPJ: _____

Ramo de atividade: _____

Endereço: _____ nº _____

Bairro: _____ Telefone: _____

Cargo ou função: _____

Data de admissão no emprego ____/____/____ Tempo na categoria: _____

DEPENDENTES

Cônjuge/companheiro(a): _____ Data de nasc: ____/____/____ Sexo: _____

Filho(a): _____ Data de nasc: ____/____/____ Sexo: _____

() Autorizo o desconto em folha de pagamento, de acordo com o disposto no art. 545 da CLT.

() Boleto para residência

Guarulhos ____/____/____ _____ Aprovado pela diretoria em reunião de: ____/____/____

Associado

Atenção: é necessário apresentar a carteira de trabalho, comprovante de residência, certidão de nascimento e casamento para comprovação dos dependentes, CPF, RG e três fotos 3x4