

## COMERCIÁRIOS PODERÃO FREQUENTAR CURSOS GRATUITOS



### CENTRO DE QUALIFICAÇÃO DO COMERCIÁRIO OFERECE CURSOS GRATUITOS

O Centro de Qualificação do Comerciário está com inscrições abertas para cursos, palestras e workshops gratuitos. Prepare-se para conseguir melhores colocações no mercado de trabalho. Confira nesta edição a programação de janeiro e fevereiro e como se informar sobre futuros cursos. Não perca esta oportunidade. É de graça!

*Página 03*



### CENTRAIS PROMETEM UM ANO DE AMPLA MOBILIZAÇÃO EM 2013

As Centrais Sindicais (CUT, Força Sindical, CTB, UGT e Nova Central) decidiram realizar em 2013 uma mobilização nacional por um novo projeto nacional de desenvolvimento orientado por três valores fundamentais: valorização do trabalho, soberania e democracia e realizar no dia 6 de março uma grande manifestação em Brasília.

*Página 04*



### CENTRO DE LAZER DOS COMERCIÁRIOS DE SP É DESTAQUE NO LITORAL

Associado, aproveite o Centro de Lazer dos Comerciários do Estado de SP, localizado na Praia Grande, em frente ao mar. Os apartamentos são equipados com cofres, ar-condicionado, tv, telefone e frigobar. O local oferece ainda: cinema, academia, sauna, piscinas adulto e infantil, salão de jogos, restaurante, lanchonete, internet móvel, salão social, playground, fraldário e recreação infantil.

*Página 05*

## EM 2013, OTIMISMO



Dilma olhe para seu antecessor, Lula, que a elegeu e passe a dialogar com os trabalhadores e seus representantes, os sindicatos e as centrais, ouvindo de nós o que estamos sentindo, pois nós somos o termômetro da economia do país e não os patrões, que pensam em lucros sobre lucros. É claro que os empregadores não podem ser deixados de lado, mas o governo tem de reabrir o espaço para a participação da classe trabalhadora que o ex-presidente Lula nos dava. Isso é um governo democrático e de todos ou não é?

Em alguns momentos, parece até o governo de Fernando Henrique Cardoso, aquele que quase quebrou o Brasil e entregou nosso patrimônio a preço de banana, vendendo por trocados a Telebrás, a Vale do Rio Doce, o Banespa.

Não queremos cargos, não queremos verbas, queremos apenas espaço para manifestar diretamente à presidenta as nossas opiniões sobre a condução que ela está dando ao Brasil, pelo menos é isso que esperávamos quando a apoiamos na eleição de 2010.

Apesar disso, torcemos para que a

Copa do Mundo cada vez mais próxima impulse a economia. Em 2013, é bom lembrar, teremos a Copa das Confederações, que não terá jogos no Estado de São Paulo, mas já trará alguns benefícios.

A Copa do Mundo movimentará muito dinheiro, muito mais pelo marketing e pelas obras de infraestrutura que proporciona do que propriamente pelos jogos de futebol.

Nós, os comerciários, vamos continuar a fazer a nossa parte por um país melhor, por um futuro melhor, procurando nos qualificar cada vez mais. É por esse motivo que, em Guarulhos, inauguramos recentemente um Centro de Qualificação especializado nas necessidades dos comerciários.

Em resumo, otimista, mas fazendo a nossa parte.

Walter dos Santos  
**Presidente**

**N**ão encontro outra palavra para este ano que se inicia que não seja otimismo. Após atravessarmos uma crise que, apesar de não muito bem administrada pelo nosso governo, não nos causou males como os que acontecem aos trabalhadores europeus, torcemos para que as coisas melhorem no cenário externo e também na nossa economia interna. Esperamos, também, que a Presidenta

**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 Guilhermina 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 Marilu Frezza

**Projeto Gráfico/ Diagramação:** Edgard Catão – **Revisão:** Maria Helena Rodrigues – **Jornalista Responsável/ Fotos:** Alexandros Christopoulos - Mtb: SP 26058 - imprensa@comerciariosdeguarulhos.org.br | www.comerciariosdeguarulhos.org.br | twitter: @comerciariosgru

**Impressão:** Hawaii Gráfica e Editora

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

## Comerciário,

Amplie as suas chances de **vencer**  
na carreira.

**Venha** para o



O **CQC** - Centro de Qualificação do Comerciário está com as inscrições abertas para cursos, palestras e *workshops* gratuitos.

Os professores são qualificados e a carga horária reduzida para atender às necessidades de quem trabalha no comércio e deseja conquistar novos horizontes.

## PROGRAMAÇÃO INICIAL

### Workshop organizacional

**Temas:** Liderança e motivação, marketing pessoal e excelência em atendimento.  
Dia 30 de janeiro, das 19h às 22h

### Excelência no atendimento ao cliente

Dias 19 e 26 de fevereiro, das 9h às 12h

### Vagas limitadas!

**Garanta já a sua e destaque-se  
no mercado de trabalho!**

Ligue a partir de 02/01 para **11 4378-8333**

Realização:



Apoio:



## FEDERAÇÃO E RI HAPPY RENOVAM ACORDO DE PLR

A Fecomercários e a Ri Happy, rede líder em vendas de brinquedos no varejo, concluíram nesta quinta (27/12) a renovação do acordo de pagamento da Participação nos Lucros ou Resultados (PLR), que beneficia 1.208 funcionários de 52 lojas no Estado de São Paulo. Pelo que foi acordado entre as partes, a Ri Happy vai distribuir 10% do lucro operacional para cada empregado, o que corresponde a um

salário fixo, vigente em dezembro de 2012, a ser pago em abril de 2013. O acordo já havia sido assinado pelo presidente da Fecomercários, Luiz Carlos Motta, e pela diretoria da Ri Happy, e ontem foi sacramentado por Márcia Oliveira, coordenadora do Departamento de PLR Estadual da Federação, e por Ana Luisa de Lucena Moreira Marreco, advogada da empresa.

## FEDERAÇÃO E RIACHUELO FECHAM ACORDO DE PLR

A Fecomercários, o Sincomercários de São Paulo e a Riachuelo, uma das maiores empresas de moda do País, assinaram nesta sexta (28/12) a renovação do acordo de PLR que beneficia todos os 3.682 funcionários da rede de lojas no Estado de São Paulo. O valor médio de Participação nos Lucros ou Resultados é de 1 salário nominal. O acordo foi assinado pelo presidente da Fecomercários, Luiz Carlos Motta, representando os 67 Sindicatos Filiados do Interior do Estado, pelo presidente do Sincomercários de São Paulo, Ricardo Patah, e pelo gerente de RH da Riachuelo, Edson dos Santos.

Também assinaram a renovação do PLR o presidente

do Sincomercários da Baixada Santista, Arnaldo Azevedo Biloti, a coordenadora do Departamento de PRL Estadual da Federação, Márcia Oliveira, e os diretores do Sincomercários de SP, José Gonzaga, Marcos Afonso e Gino Vaccaro. O consultor sindical da Federação, ex-ministro Antonio Rogério Magri, que participou de todas as etapas da negociação da PLR, também participou da solenidade de assinatura do acordo.



## NOTA OFICIAL

**Centrais prometem um ano de ampla mobilização em 2013**

Reunido em São Paulo, no dia 17 de dezembro, o Fórum das Centrais Sindicais (CUT, Força Sindical, CTB, UGT e Nova Central), após analisar a conjuntura, aprovou a seguinte resolução (ou nota):

1. Trabalhar no sentido de viabilizar em 2013 uma ampla mobilização nacional em torno da agenda da classe trabalhadora por um novo projeto nacional de desenvolvimento orientado por três valores fundamentais: valorização do trabalho, soberania e democracia;
2. Realizar no dia 6 de março uma grande manifestação em Brasília com o objetivo de defender as bandeiras imediatas e históricas do sindicalismo contempladas no projeto nacional das centrais, destacando o fim do fator previdenciário, a reforma agrária (CONTEMPLAR CONTAG) e a redução da jornada de trabalho sem redução de salários;
3. Lutar contra o sucateamento do Ministério do Trabalho e pela revalorização do órgão;
4. Reiterar a crítica à política econômica, apesar de reconhecer os avanços em relação às taxas de juros e spread bancário, tendo em vista a manutenção de uma política fiscal conservadora, ancorada num superávit primário que deprime a taxa de investimentos e impede o atendimento das demandas sociais, no câmbio ainda flutuante e na excessiva liberalidade em relação ao capital estrangeiro, que estimula a desnacionalização da economia e o aumento das remessas de lucros ao exterior;
5. Criticar a falta de disposição do governo e da presidenta Dilma para a negociar a agenda desenvolvimentista da classe trabalhadora, o que ocorre em notório contraste com o tratamento VIP dispensado aos representantes do capital;
6. Cerrar fileiras pela manutenção e ampliação dos direitos e conquistas sociais e combater a retomada de uma agenda regressiva, postulada pelo patronato, que propõe a supressão de direitos trabalhistas a pretexto de reduzir o chamado Custo Brasil;
7. Conclamar todas as categorias a preparar campanhas salariais unificadas, com a participação de todas as entidades representativas dos trabalhadores, e ao conjunto dos movimentos sociais, sociedade civil e forças democráticas e progressistas a participar solidariamente no esforço de mobilização nacional em torno da agenda pelo desenvolvimento com valorização do trabalho, soberania e democracia.



Paulo Pereira da Silva (Paulinho)  
**Presidente da Força Sindical**

Vagner Freitas  
**Presidente da CUT**  
**(Central Única dos Trabalhadores)**

Ricardo Patah  
**Presidente da UGT**  
**(União Geral dos Trabalhadores)**

José Calixto Ramos  
**Presidente da NCST**  
**(Nova Central)**

Wagner Gomes  
**Presidente da CTB**  
**(Central dos Trabalhadores e das Trabalhadoras do Brasil)**

## CENTRO DE LAZER É DESTAQUE NO LITORAL

Como associado, você tem à sua disposição o Centro de Lazer dos Comerciários do Estado de São Paulo, localizado na Praia Grande, de frente para o mar, na Vila Mirim. Os apartamentos são equipados com cofres, ar-condicionado, tv, telefone e frigobar. O local oferece ainda: cinema, academia, sauna, piscinas adulto e infantil, solarium, salão de jogos, restaurante, lanchonete, internet móvel, salão social, onde normalmente são promovidos grandes bailes, *playground*, fraldário e recreação infantil. Aproveite com a sua família para desfrutar dessa infraestrutura, que proporciona uma estada segura, tranquila e confortável para o seu descanso, lazer e entretenimento. Tudo isso cercado de muita segurança com equipe treinada e equipamentos de última geração.



Para reservas,  
ligue para o sindicato

Tel: (11) 2475-6565

## VERÃO NA SEDE CAMPESTRE

A sede campestre e seu complexo de piscinas é a melhor opção de verão para a família comerciária. Além disso, depois daquele mergulho na piscina, o comerciário pode fazer churrasco, jogar futebol, descansar, enquanto as crianças se divertem no playground, com toda a segurança.

### NORMAS DE FUNCIONAMENTO:

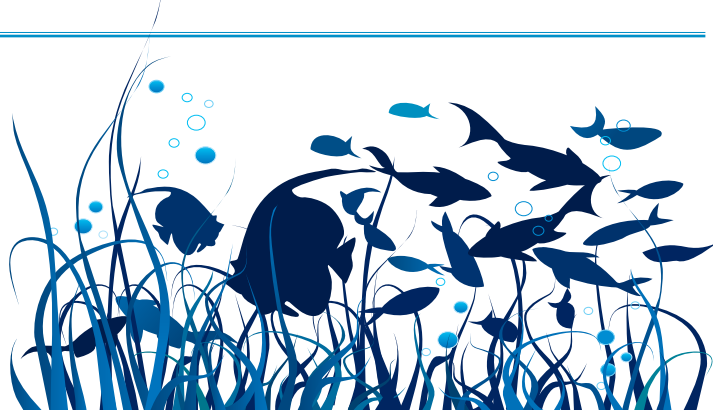
- O número máximo de convidados é de cinco por sócio, com a cobrança de taxa pela utilização de R\$ 15,00 por convidado.
- Crianças visitantes de 6 a 10 anos: R\$ 10,00.
- Na piscina, o acesso só é permitido em trajes de banho.
- Para ingressar na sede é necessário apresentar a carteira de associado do sindicato e a carteirinha dos dependentes.
- Funciona aos finais de semana e feriados, das 9h às 17h.
- É proibido permanecer no local após às 17h.



Estrada municipal de Arujá km 56 | Santa Isabel

## PESQUEIRO

Aproveite e vá com a família!!! Agora com uma tonelada a mais de peixes. Lembramos que o acesso ao pesqueiro ocorre exclusivamente por dentro da sede campestre, após identificação na portaria.



## QUASE UM QUARTO DOS BRASILEIROS SOFRE DE DEPRESSÃO PÓS-FÉRIAS, MOSTRA ESTUDO

Você acaba de voltar das férias e já sente uma falta de energia inexplicável, dores no corpo e um desânimo enorme ao cumprir suas obrigações? É bem provável que você esteja com depressão pós-férias, mal que aflige 23% dos brasileiros, segundo estudo realizado pela Isma-BR (*International Stress Management Association no Brasil*), instituição voltada para a investigação e gerenciamento do estresse. Mas essas sensações devem durar cerca de duas semanas. Se os sintomas persistirem, é preciso procurar um especialista.

O psicólogo Richard Shadick, diretor do Departamento de Psicologia da Universidade Pace (Nova York, EUA) acredita que “um tratamento formal raramente é necessário, bastando colocar em prática algumas estratégias, tais como gerenciar a rotina diária para que ela seja executada sem afobação, organizar-se para ter uma agenda menos intensa nos primeiros dias de retorno, cuidar da própria saúde física, começando por se alimentar melhor, exercitar-se além de dormir melhor”. E, em alguns casos, acrescenta, “relembrar as férias, revendo fotos ou contatando amigos encontrados durante a viagem, pode ajudar”.



Para prevenir, Shadick sugere auto-organização e precisão na escolha das férias: “Se duas semanas de descanso levam à depressão, tire apenas uma semana. E tente não extrapolar nesse período, pois se exigir demais de você mesmo, será mais difícil ter energia para lidar com a transição em seu retorno”.

“Quando o problema for apenas a insatisfação com o trabalho, ações para motivar o desempenho ou trocar de atividade resolve a questão”, conclui a psiquiatra Paola Alves, supervisora da residência médica em psiquiatria do Hospital Nossa Senhora da Luz.

### SAIBA COMO EVITAR A DEPRESSÃO PÓS-FÉRIAS

1. Organize-se para sair de férias, minimizando a pressão do retorno. Isso significa delegar atividades relacionadas a projetos urgentes, respostas a email e assuntos urgentes. Outra boa providência é deixar avisado que o celular estará desligado durante esse período
2. As férias são para descanso do corpo e da mente. Portanto, evite telefonar para o trabalho ou ficar acessando email profissional. O uso do computador deverá ser para lazer e não para trabalho
3. Aproveite a oportunidade do recesso para aprimorar ou introduzir hábitos saudáveis que ajudem a suportar melhor as pressões do dia-a-dia. Passear, dormir, praticar esportes, colocar a vida social em dia são ótimas opções e ainda ajudam a relaxar
4. A alimentação deve ter atenção especial, com a adoção de rotina alimentar que preveja horários apropriados e alimentos nutritivos. Nos dias de retorno, evitar cafeína e álcool. Este último está associado à depressão
5. Não ignore o fato de que o retorno das férias pressupõe a existência de tarefas acumuladas. Por isso, adote uma estratégia para dosar o ritmo das atividades nos primeiros dias. A ideia é ter um comportamento de maratonista: não exagere no começo para ter energia para finalizar a competição
6. Tente manter o ritmo do sono nos primeiros dias, procurando ir para a cama mais cedo, propiciando um sono reparador. Use todas as estratégias para beneficiar-se disso: escureça o quarto, isole-os dos sons externos, durma com roupas confortáveis etc

## COMERCIÁRIOS TÊM DESCONTOS EM COLÉGIOS E FACULDADES

Os comerciários associados ao sindicato têm direito a vários benefícios, entre eles, o desconto em várias instituições de ensino como colégios e faculdades parceiras do sindicato. Alguns descontos são para calouros ou iniciantes. Consulte as condições na página do sindicato [www.comerciantosdeguarulhos.org.br](http://www.comerciantosdeguarulhos.org.br), pelo email [cobrancasocio@comerciantosdeguarulhos.org.br](mailto:cobrancasocio@comerciantosdeguarulhos.org.br) ou pelo telefone (11) 24756565. Confira a relação de colégios e faculdades parceiras:

<p><b>COLÉGIO ENIAC</b> Rua Força Pública, 89 Centro – Guarulhos Tel. 0800-7736422   (11) 2472-5500 <a href="http://www.eniac.com.br">www.eniac.com.br</a></p>	<p><b>COLÉGIO ELITE</b> Rua Domingos Magno, 86 Vila Silveira – Guarulhos Tel. (11) 2409-6623</p>	<p><b>COLÉGIO TORRICELLI</b> Av. Monteiro Lobato, 679 Centro – Guarulhos Tel. (11) 2183 – 8499 <a href="http://www.torricelli.g12.br">www.torricelli.g12.br</a></p>
<p><b>COLÉGIO PROGRESSO</b> Av. Dr. Timóteo Penteado, 4.525 Vila Galvão – Guarulhos Tel. (11) 2452-8844</p>	<p><b>COLÉGIO MAHA-DEI</b> Av. Dr. Timóteo Penteado, 3.150 Vila Galvão – Guarulhos Tel. (11) 2451-6133. <a href="http://www.mahadei.com.br">www.mahadei.com.br</a></p>	<p><b>FACULDADE PROGRESSO</b> <b>NOVO</b> Av. Dr. Timóteo Penteado, 4.525 Vila Galvão – Guarulhos Tel. (11) 2452-8844 <a href="http://www.faculdadeprogresso.edu.br">www.faculdadeprogresso.edu.br</a></p>
<p><b>FAR – FACULDADE DE ARUJÁ</b> Av. João Manoel, 1.200 Bairro do Fontes – Arujá Tel. (11) 4652-2646 / 2647 <a href="http://www.faculdadedearuja.edu.br">www.faculdadedearuja.edu.br</a></p>	<p><b>FACULDADE ANHANGUERA</b> Núcleo Torricelli de Guarulhos Rua do Rosário, 300 – Centro – Guarulhos Tel. (11)2107-1900 <a href="http://www.vestibulares.br/convenio">www.vestibulares.br/convenio</a></p>	<p><b>FACULDADE ENIAC</b> Rua Força Pública, 89 Centro – Guarulhos Tel. 0800-7736422   (11) 2472-5500 <a href="http://www.eniac.com.br">www.eniac.com.br</a></p>
<p><b>FACULDADE ESPA</b> Escola Superior Paulista de Administração Rua João Gonçalves, 471 – Centro – Guarulhos Tel. (11) 2087-7090 <a href="http://www.espa.edu.br">www.espa.edu.br</a></p>	<p><b>FIG - UNIMESP</b> Centro Metropolitano de São Paulo Rua Dr. Sólon Fernandez, 155 – Guarulhos Tel. (11) 3544-0333 <a href="http://www.unifig.edu.br">www.unifig.edu.br</a></p>	<p><b>UNIVERSIDADE DE GUARULHOS – UNG</b> Campus Centro – Guarulhos Campus Dutra – Guarulhos Campus Itaquaquecetuba <a href="http://www.ung.br">www.ung.br</a></p>

## O AGENTE SECRETO AMARO CAMARAJIPE

Marcelo Schmitz





# 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: \_\_\_\_\_

Filho(a): \_\_\_\_\_ Data de nasc: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Filho(a): \_\_\_\_\_ Data de nasc: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

Filho(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