NOSSO JEITO

A revista da Expresso São Miguel

Gerenciar a si mesmo

Plano de Desenvolvimento Individual fortalece potenciais de maneira plena e assertiva

Café nosso de todo dia

Logística reversa de cápsulas de café gera consciência sustentável

Saúde laboral

Ações do dia a dia podem afetar a qualidade de vida do trabalhador

RESPEITO À VIDA E ÀS PESSOAS

A REVISTA NOSSO JEITO ESTÁ DISPONÍVEL ONLINE

Acesse e compartilhe a qualquer hora com seus amigos, parceiros de negócios e familiares.

www.expressosaomiguel.com.br

expresso São Miguel

REVISTA NOSSO JEITO
Direção Geral
Éderson Tomasi da Silva
Jornalista
Carol Bonamigo
(MTB 3768 SC)
mcarolbona@gmail.com
Projeto Gráfico
Jucimara Geremia
Impressão
Referência Gráfica
Tiragem: 1.700 exemplares
Periodicidade: trimestral
Sugestões ou críticas
comunicacao@expressosaomiguel.com.br
EXPRESSO SÃO MIGUEL

A Revista Nosso Jeito é distribuída para todas as Unidades de negócio e clientes da Expresso São Miguel.

ÍNDICE

CARTAS 04
EDITORIAL 05
RECONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO 06
GESTÃO E DESENVOLVIMENTO 08
SUSTENTABILIDADE 10
INSTITUCIONAL 12
QUALIDADE DE VIDA 16
RECONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO 18
GESTÃO E DESENVOLVIMENTO 20
DESTAQUE 21
LOCALIDADES ATENDIDAS 25

E SE VOCÊ PUDESSE FAZER A

Diferença

NA VIDA DE ALGUÉM?

AVISE SUA FAMÍLIA SOBRE SEU INTERESSE EM SER DOADOR DE ÓRGÃOS

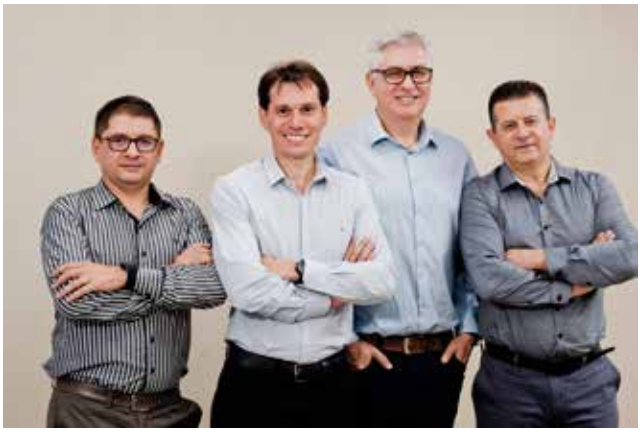
Do Nosso Jeito

Nesta quinta edição da Revista Nosso Jeito, vamos celebrar as nossas diferenças, mostrando o quanto somos iguais. Faz parte da função social de qualquer empresa dar oportunidade de crescimento e dignidade para seus colaboradores. E assim, a Expresso São Miguel orgulha-se em possuir pessoas com deficiência (PCD) em seu quadro de funcionários, e ainda contribuir para eventos como o workshop Viva as Diferenças, promovido pela Fundação Aury Luiz Bodanese, que visa mobilizar a sociedade em prol da inclusão dos PCDs, trazendo informações para a comunidade sobre empreendedorismo, mercado de trabalho, tecnologia assistida, legislação, saúde e muito mais, através de palestras, exposições e vivências.

É de extrema importância valorizar o ser humano, respeitando as suas limitações e enaltecendo as suas virtudes, valorizando a individualidade e a singularidade de cada um.

Além disso, nas próximas páginas falaremos sobre ações de sustentabilidade, promoção de bem-estar e conivência social dentro da empresa, qualidade de vida, desenvolvimento de líderes e muito mais.

Uma boa leitura!



QUEM ENCONTRA UM AMIGO ENCONTRA UM TESOURO

Até mesmo no Antigo Testamento, já se falava sobre a riqueza da verdadeira amizade. No livro de Eclesiástico, o amigo fiel é descrito como "uma poderosa proteção, mais valioso que o ouro ou a prata".

Designado pela Organização das Nações Unidas (ONU), o Dia Internacional da Amizade visa promover a fraternidade entre os povos, países, culturas e indivíduos para inspirar os esforços de paz e construir pontes entre as comunidades, que incluem diferentes culturas e estimulam a compreensão internacional e o respeito pela diversidade.

A iniciativa deste ano, teve o intuito de instigar os funcionários a identificarem em seus colegas os traços de nove características da cultura da empresa: simples, ágil, organizado, comprometido, atitude, seguro, humano, presente e leal.

Cada virtude – representada por imagens, em bottons e adesivos – foi entregue de um colaborador para o outro, para lembrá-lo do senso de pertencimento. "Os traços da cultura da Expresso São Miguel são avaliados desde que a pessoa vem para uma entrevista, e são tão importantes para a empresa que eles estão presentes em nossa avaliação por competências, influenciando em promoções e atribuições de novos cargos e desafios", explica a especialista de comunicação, Jucimara Geremia.

Para ela, dentro do ambiente de trabalho é importante que os colegas identifiquem esses traços uns nos outros, pois assim eles terão mais condições de contribuírem entre si no dia a dia. "Reconhecer o que as pessoas têm de bom reforça a amizade. Criar um ambiente de trabalho harmônico e alinhado com a nossa cultura é o que a Expresso São Miguel busca cada vez mais. Passamos muito tempo do dia no trabalho e é de suma importância que tenhamos um bom relacionamento", opina Jucimara.

A avaliação da ação foi positiva, divertida e efetiva, na qual foi possível conhecer um pouco mais sobre a visão que os colaboradores têm uns sobre os outros. "O autoconhecimento aliados aos traços da Cultura da empresa vem sendo trabalhado de maneira muito efetiva e constante dentro da Expresso São Miguel, pois quando conhecemos a nós mesmos e sabemos o que a empresa espera de nós, podemos ser os agentes de mudanças significativas", conclui.

13/08/2019 02:12:36

PLANEJAR PARA BEM **EXECUTAR**

Desenvolvimento da equipe através da organização pessoal para fortalecer potenciais de maneira plena e assertiva.

Cada indivíduo age e reage de maneira diferente. Para garantir uma equipe bem alinhada em suas metas e ações, é importante identificar o potencial de cada colaborador e trabalhar para que ele desenvolva suas capacidades da melhor maneira a contribuir com o objetivo coletivo.

Visando estimular o foco e a organização das responsabilidades dentro da empresa, a Expresso São Miguel utiliza o Plano de Desenvolvimento Individual (PDI) como uma ferramenta para otimizar a eficiência de seus colaboradores. "O PDI deve ser construído 'a quatro mãos', uma cocriação entre líder e liderado. É através deste plano que são definidas as principais ações de desenvolvimento, como um roteiro, para que os esforços do dia a dia sejam canalizados e alinhados aos objetivos de carreira de cada colaborador", orienta a coordenadora de Desenvolvimento Humano e Organizacional, Fernanda dos Santos.

Para que o PDI seja executado de maneira assertiva, o roteiro deve ser bem pensado e estruturado, respondendo as seguintes questões:

- Qual é o caminho do colaborador dentro da empresa?

- Quais são suas expectativas e as expectativas da empresa? Elas estão convergindo?

- Tendo a clareza do caminho, quais são as competências necessárias para dar conta disso?

- Quais serão as duas ou três ações prioritárias que fazem sentido para chegar ao objetivo proposto?

Organizando objetivos

De acordo com a coordenadora de DHO, é importante lembrar que 'menos é mais'.

Quando se está pensando nessas duas ou três ações, que tanto o líder quanto o liderado devem ter em comum acordo, sempre tendo em vista que 'colocar a mão na massa', ou seja, aplicar o conhecimento adquirido formalmente ou adquirido com a interação com outras pessoas é o que faz a diferença para gerar desenvolvimento", explica Fernanda.

No PDI deve constar, além das ações **(O quê?)**, também o que motiva sua realização (**Por quê?),** como será realizado **(Como?)**, quem será o principal responsável por cada ação ou etapa específica **(Quem?)**, em qual local **(Onde?)** e, não menos importante, quando cada ação será realizada **(Quando?)**. Estas perguntas norteiam a construção de um PDI. O prazo para conclusão das ações não deve ser muito longo, recomenda-se que seja de três meses a um ano.

Para obter sucesso, é preciso manter o foco nas metas estabelecidas e revisitar o Plano traçado. In-dependente da ferramenta ou dos métodos utilizados, um PDI só será efetivo quando colocado em prática, acompanhando o dinamismo do ambiente organizacional.

"Somos uma prestadora de serviços que realiza o seu negócio, todos os dias, através de seus colaboradores. A empresa vem investindo continuamente em seus colaboradores através de ações para seus diversos níveis funcionais e, além disso, convida-os para também protagonizarem o seu próprio desenvolvimento e sustentarem o crescimento da empresa. É através dos seus colaboradores que a Expresso São Miguel faz cada vez mais e melhor", destaca Fernanda.

70%

do que as pessoas aprendem é através de sua própria experiência.

20%

do que as pessoas aprendem é através da interação com outras pessoas.

10%

do que as pessoas aprendem é através de capacitações formais.

"O PDI deve fazer parte do dia a dia das pessoas, se for guardado na gaveta para ser lembrado somente no próximo ano, não terá passado de uma conversa que acaba em si mesma"

Fernanda dos Santos
coordenadora de DHO

CAFÉ NOSSO DE CADA DIA

Consciência sustentável gera ação de logística reversa das cápsulas de café utilizadas na Expresso São Miguel.

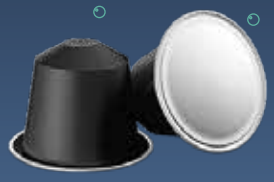
Quem não gosta de um bom cafezinho? Que essa bebida é preferência nacional, isso já é fato, sendo a segunda mais consumida no Brasil (atrás apenas da água). A informação foi comprovada neste ano, por um estudo encomendado pela Jacobs Douve Egberts, detentora das marcas Pilão e L´OR, e realizada pela AOCUBO Pesquisa. Parte da cultura brasileira, uma simples xícara de café carrega consigo a responsabilidade por acalentar interações sociais, que vão desde uma conversa familiar até reuniões de trabalho. Passado, torrado, filtrado, espresso. Seja como for a sua preferência, o líquido amargo é sempre bem-vindo.

De uns tempos para cá, os cafés em cápsula têm ganhado cada vai mais adeptos, e as marcas têm investido em variações de intensidade e sabores. Prático e gostoso, ele representa 1,9% do volume total de café consumido no País, em 2018 – 11 mil toneladas, de acordo com o instituto de pesquisas Euromonitor –, prevendo um crescimento anual de 5% a 7% até 2023.

Mas com o aumento desta demanda gera também uma preocupação: o que fazer com as cápsulas, após o descarte? Não basta apenas jogar no lixo, é preciso separar a borra do café (resíduo orgânico) do pequeno recipiente (reciclável). Mas isso também não é o bastante, pois a maior parte das cápsulas são compostas por uma mistura de plástico e alumínio, o que dificulta sua reciclagem.
Por isso, algumas marcas disponibilizam a logística reversa desses materiais, recebendo as cápsulas descartadas pelos consumidores, que passarão por um processo especial para serem transformadas em um tipo de resina plástica, para servir de matéria prima para outros acessórios.

Pensando em proporcionar café de qualidade para seus colaboradores, a Expresso São Miguel equipou todos os setores da Unidade Matriz com cafeteiras da Dolce Gusto e, com elas, veio a preocupação com a geração dos resíduos. "Para a Expresso São Miguel é muito importante manter o cuidado com o que nos comprometemos a fazer do início ao fim, então montamos uma estratégia de envio das cápsulas usadas para nossa Unidade de Curitiba/PR e, de lá, elas são direcionadas ao Pão de Açúcar, ponto de coleta da Dolce Gusto", explica a especialista de comunicação, Jucimara Geremia.

A iniciativa foi muito bem aceita pela empresa e contou com a colaboração do Gerente da Unidade de Curitiba para dar andamento à demanda. Além disso, para incentivar a consciência ambiental coletiva, os colaboradores foram orientamos sobre a importância de reciclar e higienizar as cápsulas, com a disponibilização de lixeiras específicas para este descarte. "A ideia é implantar as cafeteiras nas demais Unidades próprias e, juntamente, a logística reversa das cápsulas. Um dos valores da empresa é a sustentabilidade, portanto pensamos no que nossas ações irão gerar para o planeta e prezamos em ter um crescimento sustentável, levando tudo isso aos nossos colaboradores. Desde o início das nossas atividades nos preocupamos com o impacto que os nossos serviços geram para o meio ambiente e para a sociedade", reflete Jucimara.



5.000

CÁPSULAS CONSUMIDAS

98%

DAS CÁPSULAS FORAM RECICLADAS

25kg

DE PLÁSTICO RECICLADO

A FORÇA Motriz DA EMPRESA

Conheça como funciona o departamento de Frota da Expresso São Miguel.

Especializada em transporte de cargas fracionadas, a Expresso São Miguel tem o setor de Frota como engrenagem essencial para o seu funcionamento, que vai muito além de cuidar da mecânica e manutenção dos veículos.

O Setor Frota engloba não somente as rotinas administrativas que envolvem a documentação dos veículos, sinistros, abastecimentos, pedágios, como também as de treinamento de motoristas e de manutenções de veículos. "Por isso, é imprescindível contarmos com colaboradores capacitados em fazer o melhor uso dos recursos e, desta maneira, auxiliar na gestão dos custos do setor. Compete-nos administrar todo a estrutura relacionada à frota da empresa, além da gestão dos profissionais e fornecedores envolvidos nas operações com veículos, através da análise, controle e planejamento dos gastos com veículos, controle da manutenção e eficiência da frota", explica o gerente de Frota, Jefferson Rocha Câmara.

Para tanto, o setor se divide em administrativo, manutenção e borracharia. O quadro de Instrutores deve contemplar conhecedores e acompanhar a evolução da tecnologia embarcada nos diversos modelos de veículos para que possam, em seus treinamentos ao quadro de motoristas, orientar sobre o funcionamento, combinando com as boas práticas na condução, alicerçadas pela direção segura e melhoria de desempenho. Na parte da manutenção dos veículos, um corpo de mecânicos, chapeadores e eletricistas capacitados é fundamental para realizar as manutenções preventivas, corretivas e preditivas, buscando disponibilizar os veículos no menor espaço de tempo possível para garantir a constância operacional.

A célula administrativa faz o controle da validade dos documentos dos veículos, pagamentos dos tributos como IPVA, Licenciamento, controle dos processos de multas, processos de sinistros, con-trole de pedágios, organiza e promove treinamentos dos motoristas, além elaborar peticionamentos e fazer a gestão de várias licenças para o transporte. A manutenção fica a cargo da gestão do plano de manutenção dos veículos, realizando as manutenção preventivas, corretivas e preditivas, além do abastecimento dos veículos, enquanto a borracharia é responsável pela gestão dos pneus.

As 17 unidades de negócios próprias da Expresso São Miguel contam com outros 175 colaboradores no setor Frota, distribuídos entre Coordenador de Frota, Supervisores de Frota, Analistas, Mecânicos e Manobristas. Cabe ainda ao Setor Frota das unidades a elaboração das escalas de viagens e controle de jornada dos outros 527 motoristas que também estão sob sua tutela.

Melhorias e novidades

Uma das mudanças já implantadas no decorrer dos últimos anos, foi a adequação da estrutura do setor Frota nas demais unidades de negócio. "À medida do crescimento das unidades, sentimos a necessidade de ampliar o quadro de Analistas de Frota onde, em algumas delas, perfazemos 24 horas do dia, buscando, desta forma, estar presente para atender as demandas de nossos motoristas que estão chegando ou saindo para viagens", explana Jefferson.
A fim de descentralizar os serviços de manutenções, algumas unidades contam com estrutura física e quadro de mecânicos capazes de realizar serviços de menor complexidade, garantindo maior amplitude nos serviços de manutenções preventivas, preditivas e corretivas.
"Estamos em fase de capacitação de colaboradores para uso da Telemetria, uma ferramenta adicional aos rastreadores do veículo. Trata-se de uma solução de monitoramento que visa a gestão de dirigibilidade e é feita por meio da medição de performance do veículo, como: velocidade, frenagem, comportamento em curvas, entre outros. Buscamos com isso criar e adotar parâmetros para os diversos tipos de veículos, permitindo-nos melhorar o controle e planejamento dos gastos com veículos, controle da manutenção e eficiência da frota", afirma o gerente de Frota.

Borracharia e manobra

Chapeação

Frota Administrativo

Mecânica e Elétrica

A EQUIPE:

O setor Frota Corporativo tem como gerente Jefferson Rocha Câmara, o coordenador de Frota Nelso Gnoatto e uma equipe composta por outros dois Supervisores de Frota, um Consultor de Frota, um Encarregado de Borracharia, quatro Encarregados de Frota, cinco Analistas de Frota, três Auxiliares Administrativos, 10 Mecânicos, cinco Chapeadores, um Borracheiro, 12 Motoristas Instrutores, 16 Motoristas manobristas, um Frentista e um Auxiliar de Serviços Gerais.

Equipe que é motivo de orgulho

"O Frota da ESM é pioneiro nas ações de sustentabilidade, desenvolvendo formas e aderindo programas como o despoluir, para a redução do impacto ambiental."

QUALIDADE DE VIDA

Todos os hábitos de vida irão refletir fundamentalmente na sua saúde. Alimentação, sedentarismo, postura e condições de trabalho são alguns dos fatores que afetam diretamente no bem-estar. De acordo com o Ministério da Saúde, as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) são as doenças que mais afetam os trabalhadores brasileiros. O estudo Saúde Brasil 2018, utilizando dados do Sistema de Informação de Agravos de Notificação (Sinan), apontou que, entre os anos de 2007 e 2016, 67.599 casos de LER/DORT foram notificados à pasta, registrando um crescimento de 184% em uma década. Estes dados sinalizam alerta em relação à saúde dos trabalhadores, indicando aumento na exposição a fatores de risco, que podem ocasionar incapacidade funcional.

Pensando nisso, e em cumprimento às normas vigentes, a Expresso São Miguel conta com um Programa de Controle Médico e Saúde Ocupacional (PCMSO), como parte do conjunto de normas de saúde e segurança, com o objetivo de garantir a qualidade de vida no trabalho. Conforme o coordenador do PCMSO, o médico do trabalho Paulo Fett Neto, o Programa visa identificar os potenciais riscos químicos, físicos, biológicos, ergonômicos e de acidentes dentro da empresa para, com base neles, implementar ações para agir de forma preventiva, além de apontar quais exames complementares – além do exame clínico – que precisam ser realizados com os colaboradores, bem como a periodicidade deles. Além disso, o PCMSO também estabelece quais ações devem ser tomadas ao longo do ano, com base na epidemiologia dos agravos ocorridos.

"Fazemos a gestão do que está acontecendo dentro da empresa e como podemos melhorar. Nem todos os transtornos osteomusculares são relacionados ao trabalho. Uso intenso de força, postura inadequada e repetitividade são alguns fatores que podem desencadear algum distúrbio. Mas há outros fatores mais subjetivos como tensão, insatisfação e pressão no trabalho, que também podem influenciar. Às vezes o paciente apresenta cansaço e dores que não são, necessariamente, de origem anatômica, e é nosso trabalho identificar a causa", afirma Dr. Fett Neto.

Prevenção é o melhor remédio

Segundo o Ministério da Saúde, a LER e o DORT são danos decorrentes da utilização excessiva do sistema que movimenta o esqueleto humano e da falta de tempo para recuperação. Caracterizam-se pela ocorrência de vários sintomas, de aparecimento quase sempre em estágio avançado, que ocorrem geralmente nos membros superiores, tais como dor, sensação de peso e fadiga. Algumas das principais, que acometem os trabalhadores, são as lesões no ombro e as inflamações em articulações e nos tecidos que cobrem os tendões. "Pensando na realidade da Expresso São Miguel, colaboradores que trabalham com carga e descarga precisam observar a postura adequada e o paso da carga a ser transportada, respeitando as normas de segurança e ergonomia e fazendo uso dos dispositivos mecânicos existentes. Já quem está no escritório e possui grande parte de sua jornada de trabalho em frente ao computador, não deve ficar em constante contração muscular estática, como por exemplo, evitar que o membro superior fique estendido, tenso, mas sim colocá-lo em posição neutra, relaxada, com o cotovelo próximo ao corpo, fletido em 90º e com o antebraço apoiado sobre superfície lisa. Se passar o dia todo com o membros superior esticado sobre o mouse, por mais que não seja feito aparentemente esforço algum, você vai chegar ao fim do expediente cansado e com dores", orienta o médico.

Além do cuidado ao desempenhar as funções, as pausas são extremamente importantes. "Para quem trabalha em atividades mais dinâmicas, com movimentos constantes, deambulações, realizar pausas e descansar é mais efetivo. E para quem trabalha em atividades de alta concentração e postura estática, é o oposto, ele precisa se movimentar. A cada hora, é necessário se hidratar, levantar e alongar para ativar a circulação", indica.

Uma das medidas adotadas pela empresa foi desenvolver mouse pad e key pad acolchoados e estampados com dicas de ergonomia. Ao mesmo tempo que eles proporcionam relaxamento da musculatura, relembram como fazer alguns alongamentos durante a atividade do trabalho. Algo que já se mostrou preventivo em caso de lesões, mas para ser efetivo deve haver adesão dos colaboradores. "Em treinamentos, buscamos conscientizar as pessoas da importância disso para a sua vida, pois quem irá acabar sofrendo as consequências do trabalho equivocado é o próprio trabalhador. Fornecer as condições de mobiliário e possibilidade de pausas é uma obrigação da empresa, mas fazer uso deles depende do funcionário. Cuidar a postura, fletir os joelhos ao invés do tronco ao pegar objetos próximos ao solo, evitar de girar o tronco enquanto movimenta uma carga, são algumas das maneiras de prevenir queixas álgicas em coluna lombar. Outra é utilizar equipamentos mecânicos que diminuem o esforço muscular, como por exemplo as transpaleteiras. Cada um tem seu limite de força, que irá depender do seu biotipo, condicionamento físico e idade", diz Dr. Fett Neto.

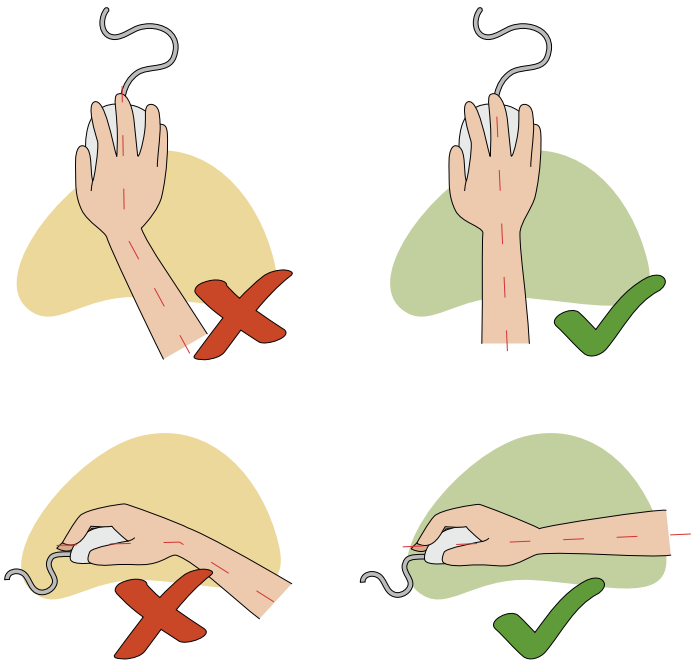
Tratamentos e recuperação

Uma vez que o DORT surge, a primeira questão é fazer um bom diagnóstico e entender a origem do problema para poder tratá-lo. "O tratamento pode ser medicamentoso – com uso de anti-inflamatórios, analgésicos, relaxantes musculares e, em alguns casos, antidepressivos –, mas é imprescindível melhorar os hábitos. Aí entram as práticas de atividades físicas regular, para melhorar resistência e flexibilidade, a fisioterapia, conscientização das práticas de descanso e relaxamento, e também a intervenção sobre o trabalho, quando ele é um dos fatores causadores do distúrbio, adaptando a função àquele indivíduo.

E, em alguns casos mais graves (minoria), é necessário o afastamento para reabilitação", determina o coordenador do PCMSO da Expresso São Miguel.

Vale lembrar que dificilmente um DORT é causado por um evento agudo, mas começa de maneira insidiosa, aos poucos, com uma dor leve que agrava de maneira crônica. Portanto, a indicação é que o colaborador, ao identificar qualquer sintoma ou desconforto que entenda que possa estar relacionado ao seu desempenho laboral, reporte-se ao profissional relacionado à segurança do trabalho da sua unidade, para que sejam buscados recursos preventivos a fim de evitar o tratamento reativo, pois é muito mais danoso tratar algum distúrbio que já está instalado.

FIQUE ATENTO A POSIÇÃO DO SEU MOUSE



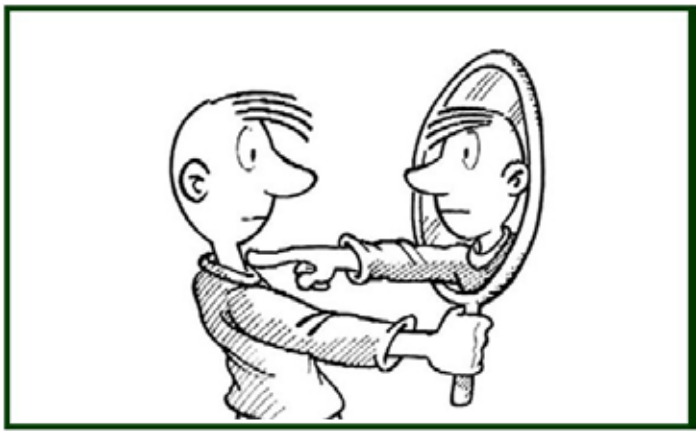
expresso São Miguel

SAVE THE DATE

09/11/19

Feira de Negócios ESM
Local: Matriz Chapecó
Hora: 14h30 às 18h

LIDERANDO
PELA ESSÊNCIA "NOSSO JEITO"



Expresso São Miguel busca instigar em sua equipe o fundamento da liderança pelo exemplo.

Os líderes, cada vez mais, lidam com processos sutis e qualitativos na condução de suas equipes, organizações e de si mesmos. Aspectos para os quais não há preparação na educação formal, independente da idade e criação, a maior parte "daquilo que somos, consiste no potencial não aproveitado".

Assim, a Escola de Negócios da Expresso São Miguel aproveita esse potencial, reúne a partir de suas Competências Essenciais, elementos para desenvolver as lideranças e suas equipes. "Evidenciamos que a relação entre o indivíduo e a organização envolve vínculos afetivos e imaginários, e que as organizações são objeto de transferência espontânea, e também induzida, de afetos, emoções e atitudes (MOGGI, 2017), tal como o processo proporcionado pela empresa com a realização do Eneagrama da Personalidade", afirma a consultora de Desenvolvimento Humano e Organizacional, Cleudete Maria Amorin.

Conforme a consultora de DHO, é a partir da promoção do autoconhecimento que a empresa contribui para os colaboradores se tornarem mais conscientes dos seus sentimentos e aprender a confiar na sua liderança. "Ao fazer este investimento, melhoramos nossos relacionamentos, somos capazes de aperfeiçoar o gerenciamento de nossos projetos e ser um líder melhor com as pessoas.

Liderar pelo exemplo exige respeito aos nossos valores e gestão dos processos com as pessoas, sempre em conformidade com a cultura Nosso Jeito, que entrega admiração por nossa marca, gera respeito entre as equipes de trabalho e faz dos nossos dias, momentos de grandes aprendizados dentro da empresa", reflete.

Cleudete identifica os líderes da Expresso São Miguel como inovadores e criativos, procurando agir sobre a situação em causa, com suas perspectivas e aspirações a curto, médio e longo prazo. Por isso, a Escola de Negócios desenvolve as trilhas de aprendizagem. "Com vistas ao processo de aprendizagem corporativa, construímos atitudes proativas e atraímos fortes sentimentos de identidade e pertencimento, por acreditar que desenvolver os colaboradores é desenvolver a própria empresa, é acreditar que é possível, é materializar o sonho, é fazer bem feito, no aqui e no agora".

Sendo assim, as competências de liderança vão sendo moldadas pelas experiências e conhecimentos adquiridos dentro do negócio, trazendo o mais belo resultado: "A transformação pessoal e o reflexo na vida profissional, porque um negócio também depende da transformação de indivíduos como você, como eu, que acreditamos que juntos somos mais fortes; juntos somos mais São Miguel!", finaliza Cleudete.

DESTAQUE

VIVER AS DIFERENÇAS

Expresso São Miguel apoiou evento que levantou questões voltadas à inclusão social, pessoal e profissional da pessoa com deficiência.

"Achei sensacional! No primeiro dia não estava tão solto, mas no segundo dia joguei até beijinho. Me emocionei muito, fiquei feliz e com a sensação de dever cumprido"

Anderson Lazzare
Unidade Chapecó - SC

Temos muitas oportunidades de crescimento. Gosto de trabalhar aqui e a equipe também é muito unida, temos um vínculo de amizade, com um ambiente saudável para convivência. Nunca tive nenhuma rejeição ou preconceito"

Rodrigo Toldo
Unidade Chapecó - SC

Em vigor há 28 anos, a Lei de Cotas para Deficientes apresenta resultados além do esperado, tanto pelo governo como por entidades que atuam na defesa dos direitos de pessoas com deficiência. Conforme a Agência Brasil, a legislação prevê que empresas com 100 ou mais funcionários tenham entre 2% e 5% de trabalhadores portadores de deficiência. No entanto, segundo dados da Secretaria do Trabalho, do Ministério da Economia, este percentual nunca passou de 1%. Mesmo o Brasil possuindo mais de 45 milhões de Pessoas com Deficiência (PCDs) – o que representa cerca de 24% da população, conforme o último Censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) –, no mercado de trabalho elas são apenas 0,9% do total de carteiras assinadas.

Na avaliação do Instituto Brasileiro dos Direitos da Pessoa com Deficiência (IBDD), o preconceito continua dificultando a aplicação da Lei de Cotas para Deficientes. E, por causa disso, muito pouco mudou desde a sua implantação.

A Expresso São Miguel tem como padrão a contratação de PCDs, por acreditar fazer parte da sua função social dar oportunidade de trabalho e desenvolvimento digno a todas às pessoas, independente de suas condições físicas, sociais e culturais. Há dois anos, o auxiliar administrativo da oficina Rodrigo Toldo faz parte do quadro de funcionários da Expresso. Sua atrofiação dos membros superiores nunca foi empecilho para realizar as suas funções, tanto dentro quanto fora da empresa. "Temos muitas oportunidades de crescimento. Gosto de trabalhar aqui e a equipe também é muito unida, temos um vínculo de amizade, com um ambiente saudável para convivência. Nunca tive nenhuma rejeição ou preconceito", relata Rodrigo.

Para incentivar iniciativas de inclusão dentro de outras empresas, a Expresso São Miguel foi patrocinador da terceira edição do Workshop Viva as Diferenças, promovido pela Fundação Aury Luiz Bodanese e sua mantenedora, a Cooperativa Central Aurora Alimentos.

Durante o evento, que aconteceu no final de agosto, foram apresentados os avanços da tecnologia assistiva e da legislação, práticas realizadas por empresas sobre inclusão no mercado de trabalho, desfile inclusivo, exposição de serviços, palestras, vivências e mais de 30 estandes para visitação.

O workshop, segundo a presidente da Fundação Aury Luiz Bodanese, Isabel Cristina Machado, é desenvolvido por meio do Programa Atitude Agora, que tem como objetivo integrar as pessoas com deficiência e entidades, promovendo o desenvolvimento pessoal, profissional e social. "Temos como missão valorizar o ser humano e contribuir para o exercício da cidadania. O Viva as Diferenças, na sua terceira edição em Chapecó, vem mostrar que somos todos iguais dentro de nossas diferenças, valorizando a individualidade e a singularidade de cada um", disse.

Anderson Lazzare e Rodrigo Toldo nossos modelos no desfile inclusivo

A importância da inclusão

A Expresso São Miguel também participou do evento, juntamente com seus colaboradores do setor de Recursos Humanos, para sensibilizar e conscientizar da importância em desenvolver ao máximo a capacidade dos PCDs, como faz com os demais colaboradores da empresa. "Para nós, da unidade de Porto Alegre/RS, foi fortificante participar desse workshop e emocionante poder conhecer história das pessoas com deficiência que estavam lá. As recordações servem como motivação no nosso cotidiano", afirmaram as analistas de RH Liliane da Silva e Jessica Raupp.

A diretora social da Fundação Aury Luiz Bodanese, Sonara Ramos, salientou que o evento só é possível graças ao apoio das empresas e entidades parceiras e da comunidade que abraçou junto essa causa. "Vivemos as diferenças no dia a dia e é preciso falar sobre inclusão social, profissional e pessoal das pessoas com deficiência. Evoluímos bastante, mas ainda há muito o que nos desenvolvermos, principalmente como seres humanos. Ter um olhar de empatia e amor ao próximo é o primeiro passo".

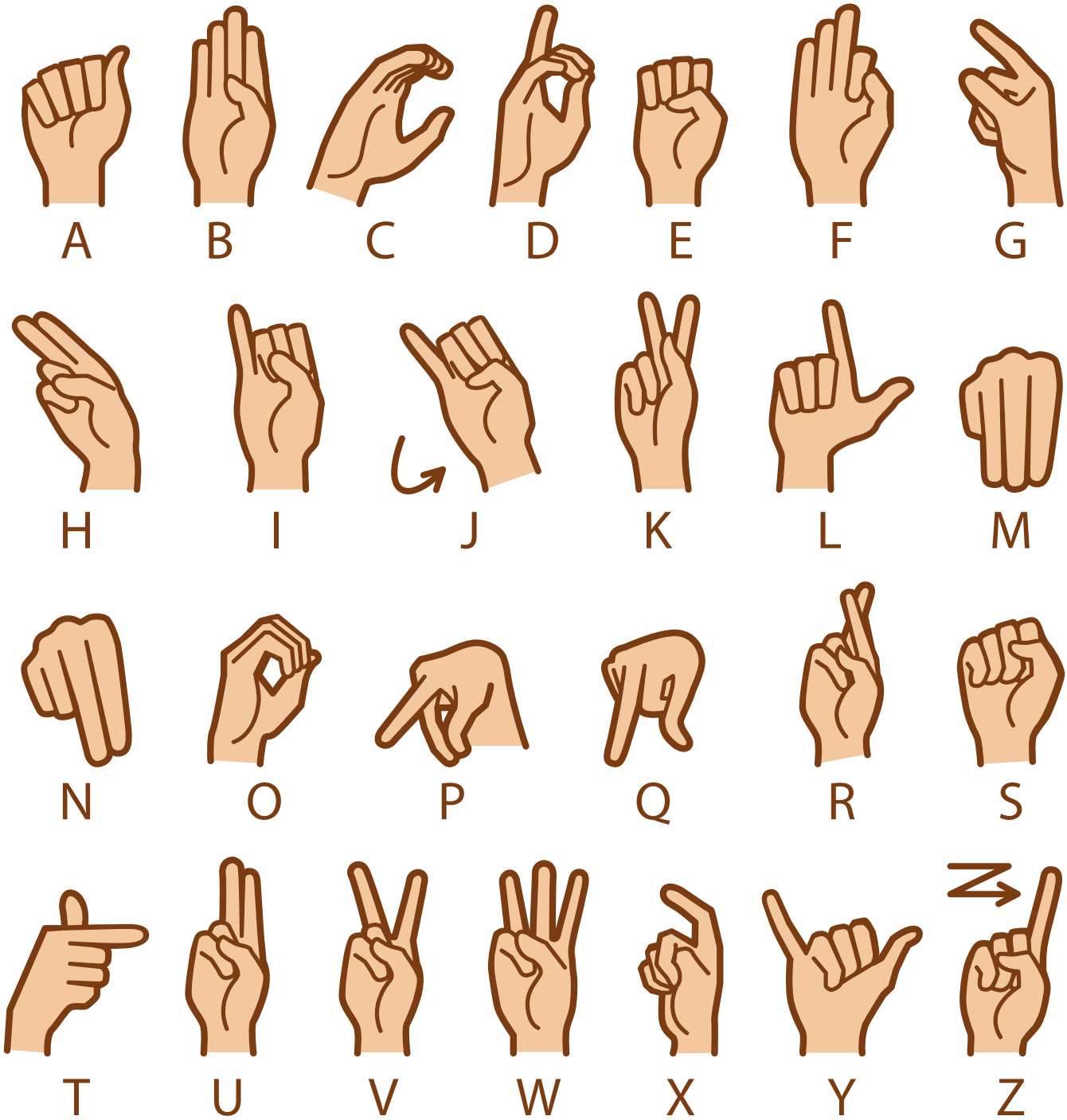
O auxiliar de carga e descarga da unidade Matriz da Expresso São Miguel, Anderson Lazzare, possui deficiência cognitiva e também participou do Viva as Diferenças e afirmou ter se sentido acolhido e contente com a experiência. "Achei sensacional! No primeiro dia não estava tão solto, mas no segundo dia joguei até beijinho. Me emocionei muito, fiquei feliz e com a sensação de dever cumprido", contou.
Para Isabel Machado, a cada edição o evento cresce pela conscientização da importância em promover a causa da inclusão social. "É muito emocionante. Não existem palavras que possam expressar a nossa gratidão e nosso amor por esse trabalho. Mais uma vez chegamos ao fim desse evento com a sensação de dever cumprido e com excelentes expectativas para os próximos anos. A inclusão é a nossa causa", concluiu a presidente da Fundação Aury Luiz Bodanese.

RHs das Unidades da Expresso São Miguel no Evento

Crédito da foto: MB Comunicação

Crédito da foto: MB Comunicação

APRENDA LIBRAS



LOCALIDADES ATENDIDAS

PARANÁ

PR6	ALMIRANTE TAMANDARE
PR3	ALTO PARANA
PR3	ALTONIA
PR1	AMPERE
PR5	APUCARANA
PR5	ARAPONGAS
PR3	ARARUNA
PR6	ARAUCARIA
PR2	ASSIS CHATEAUBRIAND
PR5	ASTORGA
PR1	BELA VISTA DA CAROBA
PR3	BOA ESPERANCA
PR1	BOA VISTA DA APARECIDA
PR5	BOM SUCESSO
PR1	BOM SUCESSO DO SUL
PR2	CAFELANDIA
PR3	CAFEZAL DO SUL
PR5	CALIFORNIA
PR5	CAMBE
PR5	CAMBIRA
PR6	CAMPINA GRANDE DO SUL
PR6	CAMPO LARGO
PR3	CAMPO MOURAO
PR1	CANTAGALO
PR1	CAPANEMA
PR1	CAPITAO LEONIDAS MARQUES
PR4	CARAMBEI
PR2	CASCAVEL
PR4	CASTRO
PR2	CEU AZUL
PR1	CHOPINZINHO
PR3	CIANORTE
PR1	CLEVELANDIA
PR6	COLOMBO
PR6	CONTENDA
PR2	CORBELIA
PR5	CORNELIO PROCOPIO
PR1	CORONEL VIVIDA
PR3	CRUZEIRO DO OESTE
PR6	CURITIBA
PR1	DOIS VIZINHOS
PR3	DOURADINA
PR1	ENEAS MARQUES
PR2	ENTRE RIOS DO OESTE
PR3	ESPERANCA NOVA
PR1	ESPIGAO ALTO DO IGUACU
PR3	FAROL
PR5	FAXINAL
PR6	FAZENDA RIO GRANDE
PR4	FERNANDES PINHEIRO
PR3	FLORAI
PR2	FORMOSA DO OESTE
PR2	FOZ DO IGUACU
PR1	FRANCISCO BELTRAO
PR3	GOIOERE
PR2	GUAIRA
PR4	GUAMIRANGA
PR1	GUARAPUAVA

PR5	IBIPORA
PR4	IMBAU
PR4	IMBITUVA
PR3	IPORA
PR4	IRATI
PR2	ITAIPULANDIA
PR1	ITAPEJARA D'OESTE
PR6	ITAPERUCU
PR3	IVATE
PR5	JANDAIA DO SUL
PR3	JANIOPOLIS
PR3	JAPURA
PR5	JATAIZINHO
PR2	JESUITAS
PR3	JURANDA
PR6	LAPA
PR1	LARANJEIRAS DO SUL
PR5	LONDRINA
PR4	MALLET
PR3	MAMBORE
PR3	MANDAGUACU
PR5	MANDAGUARI
PR6	MANDIRITUBA
PR1	MANGUEIRINHA
PR2	MARECHAL CANDIDO RONDON
PR5	MARIALVA
PR5	MARILANDIA DO SUL
PR3	MARINGA
PR1	MARIOPOLIS
PR2	MARIPA
PR1	MARMELEIRO
PR5	MARUMBI
PR2	MATELANDIA
PR5	MAUA DA SERRA
PR2	MEDIANEIRA
PR2	MERCEDES
PR2	MISSAL
PR3	MOREIRA SALES
PR6	MORRETES
PR2	NOVA AURORA
PR3	NOVA ESPERANCA
PR1	NOVA ESPERANCA DO SUDOESTE
PR1	NOVA LARANJEIRAS
PR1	NOVA PRATA DO IGUACU
PR2	NOVA SANTA ROSA
PR4	ORTIGUEIRA
PR3	PAICANDU
PR1	PALMAS
PR2	PALOTINA
PR3	PARAISO DO NORTE
PR6	PARANAGUA
PR3	PARANAVAI
PR2	PATO BRAGADO

PR1	PATO BRANCO
PR4	PAULA FREITAS
PR4	PAULO FRONTIN
PR3	PEABIRU
PR3	PEROBAL
PR3	PEROLA
PR1	PEROLA DO OESTE
PR6	PINHAIS
PR1	PINHAO
PR4	PIRAI DO SUL
PR6	PIRAQUARA
PR1	PITANGA
PR5	PITANGUEIRAS
PR1	PLANALTO
PR4	PONTA GROSSA
PR1	PORTO BARREIRO
PR4	PRUDENTOPOLIS
PR6	QUATRO BARRAS
PR2	QUATRO PONTES
PR1	QUEDAS DO IGUACU
PR1	REALEZA
PR4	REBOUCAS
PR1	RENASCENCA
PR4	RIO AZUL
PR1	RIO BONITO DO IGUACU
PR6	RIO BRANCO DO SUL
PR5	ROLANDIA
PR5	SABAUDIA
PR1	SALTO DO LONTRA
PR2	SANTA HELENA
PR1	SANTA IZABEL DO OESTE
PR1	SANTA LUCIA
PR2	SANTA TEREZA DO OESTE
PR2	SANTA TEREZINHA DE ITAIPU
PR1	SAO JOAO
PR3	SAO JORGE DO PATROCINIO
PR1	SAO JORGE DOESTE
PR6	SAO JOSE DOS PINHAIS
PR4	SAO MATEUS DO SUL
PR2	SAO MIGUEL DO IGUACU
PR3	SAO TOME
PR3	SARANDI
PR3	TAMBOARA
PR3	TAPEJARA
PR4	TEIXEIRA SOARES
PR4	TELEMACO BORBA
PR3	TERRA BOA
PR2	TERRA ROXA
PR2	TOLEDO
PR3	TUNEIRAS DO OESTE
PR2	TUPASSI
PR1	TURVO
PR2	UBIRATA
PR3	UMUARAMA
PR4	UNIAO DA VITORIA
PR2	VERA CRUZ DO OESTE
PR1	VERE
PR1	VIRMOND
PR1	VITORINO
PR3	XAMBRE

LOCALIDADES ATENDIDAS

SANTA CATARINA

SC1	ABELARDO LUZ
SC3	AGROLANDIA
SC3	AGRONOMICA
SC2	AGUA DOCE
SC1	AGUAS DE CHAPECO
SC1	AGUAS FRIAS
SC5	AGUAS MORNAS
SC1	ANCHIETA
SC3	APIUNA
SC1	ARABUTA
SC4	ARAQUARI
SC6	ARARANGUA
SC6	ARMAZEM
SC2	ARROIO TRINTA
SC3	ASCURRA
SC3	ATALANTA
SC3	AURORA
SC5	BALNEARIO CAMBORIU
SC3	BALNEARIO PICARRAS
SC6	BALNEARIO RINCAO
SC1	BANDEIRANTE
SC3	BARRA VELHA
SC1	BARRACAO
SC1	BELMONTE
SC3	BENEDITO NOVO
SC5	BIGUACU
SC3	BLUMENAU
SC1	BOM JESUS
SC1	BOM JESUS DO OESTE
SC1	BOM JESUS DO SUL
SC5	BOMBINHAS
SC3	BOTUVERA
SC6	BRACO DO NORTE
SC3	BRACO DO TROMBUDO
SC2	BRUNOPOLIS
SC3	BRUSQUE
SC2	CACADOR
SC1	CAIBI
SC5	CAMBORIU
SC4	CAMPO ALEGRE
SC1	CAMPO ERE
SC2	CAMPOS NOVOS
SC5	CANELINHA
SC2	CANOINHAS
SC2	CAPINZAL
SC6	CAPIVARI DE BAIXO
SC2	CATANDUVAS
SC1	CAXAMBU DO SUL
SC1	CHAPECO
SC6	COCAL DO SUL
SC1	CONCORDIA
SC1	CORDILHEIRA ALTA
SC1	CORONEL FREITAS
SC2	CORREIA PINTO
SC4	CORUPA
SC6	CRICIUMA
SC1	CUNHA PORA
SC2	CURITIBANOS
SC1	DESCANSO
SC1	DIONISIO CERQUEIRA
SC6	ERMO
SC2	ERVAL VELHO
SC1	FAXINAL DOS GUEDES
SC1	FLOR DA SERRA DO SUL
SC1	FLOR DO SERTAO
SC5	FLORIANOPOLIS
SC1	FORMOSA DO SUL
SC6	FORQUILHINHA
SC2	FRAIBURGO
SC2	FREI ROGERIO

SC1	GALVAO
SC4	GARUVA
SC3	GASPAR
SC6	GRAO PARA
SC6	GRAVATAL
SC3	GUABIRUBA
SC1	GUARACIABA
SC4	GUARAMIRIM
SC1	GUARUJA DO SUL
SC1	GUATAMBU
SC2	HERVAL DOESTE
SC2	IBIAM
SC2	IBICARE
SC3	IBIRAMA
SC6	ICARA
SC3	ILHOTA
SC6	IMBITUBA
SC3	INDAIAL
SC2	IOMERE
SC1	IPIRA
SC1	IPORA DO OESTE
SC1	IPUACU
SC1	IPUMIRIM
SC1	IRACEMINHA
SC2	IRANI
SC2	IRINEOPOLIS
SC1	ITA
SC4	ITAIOPOLIS
SC3	ITAJAI
SC5	ITAPEMA
SC1	ITAPIRANGA
SC4	ITAPOA
SC3	ITUPORANGA
SC2	JABORA
SC6	JACINTO MACHADO
SC6	JAGUARUNA
SC4	JARAGUA DO SUL
SC1	JARDINOPOLIS
SC2	JOACABA
SC4	JOINVILLE
SC1	JUPIA
SC2	LACERDOPOLIS
SC2	LAGES
SC6	LAGUNA
SC1	LAJEADO GRANDE
SC3	LAURENTINO
SC6	LAURO MULLER
SC2	LEBON REGIS
SC1	LINDOIA DO SUL
SC3	LONTRAS
SC3	LUIZ ALVES
SC2	LUZERNA
SC4	MAFRA
SC6	MARACAJA
SC1	MARAVILHA
SC1	MAREMA
SC4	MASSARANDUBA
SC6	MELEIRO
SC1	MODELO
SC1	MONDAI
SC6	MORRO DA FUMACA
SC3	NAVEGANTES
SC1	NOVA ERECHIM
SC1	NOVA ITABERABA
SC3	NOVA TRENTO
SC6	NOVA VENEZA
SC1	NOVO HORIZONTE
SC6	ORLEANS
SC2	OURO
SC1	OURO VERDE
SC5	PALHOCA
SC1	PALMA SOLA
SC1	PALMITOS
SC4	PAPANDUVA
SC1	PARAISO
SC6	PASSO DE TORRES
SC1	PASSOS MAIA

SC3	PENHA
SC1	PERITIBA
SC4	PIEN
SC1	PINHALZINHO
SC2	PINHEIRO PRETO
SC1	PIRATUBA
SC1	PLANALTO ALEGRE
SC3	POMERODE
SC2	PONTE ALTA
SC2	PONTE ALTA DO NORTE
SC1	PONTE SERRADA
SC5	PORTO BELO
SC2	PORTO UNIAO
SC3	POUSO REDONDO
SC6	PRAIA GRANDE
SC1	PRANCHITA
SC3	PRESIDENTE GETULIO
SC1	PRINCESA
SC1	QUILOMBO
SC2	RIO DAS ANTAS
SC3	RIO DO OESTE
SC3	RIO DO SUL
SC3	RIO DOS CEDROS
SC4	RIO NEGRINHO
SC4	RIO NEGRO
SC1	RIQUEZA
SC3	RODEIO
SC1	ROMELANDIA
SC3	SALETE
SC2	SALTO VELOSO
SC6	SANGAO
SC2	SANTA CECILIA
SC1	SANTA HELENA
SC6	SANTA ROSA DO SUL
SC1	SANTA TEREZINHA DO PROGRESSO
SC5	SANTO AMARO DA IMPERATRIZ
SC1	SANTO ANTONIO DO SUDOESTE
SC4	SAO BENTO DO SUL
SC1	SAO CARLOS
SC2	SAO CRISTOVAO DO SUL
SC1	SAO DOMINGOS
SC4	SAO FRANCISCO DO SUL
SC3	SAO JOAO BATISTA
SC1	SAO JOAO DO OESTE
SC6	SAO JOAO DO SUL
SC5	SAO JOSE
SC1	SAO JOSE DO CEDRO
SC1	SAO LOURENCO DO OESTE
SC6	SAO LUDGERO
SC1	SAO MIGUEL DA BOA VISTA
SC1	SAO MIGUEL DO OESTE
SC1	SAUDADES
SC4	SCHROEDER
SC1	SEARA
SC1	SERRA ALTA
SC6	SIDEROPOLIS
SC6	SOMBRIO
SC3	TAIO
SC2	TANGARA
SC1	TIGRINHOS
SC5	TIJUCAS
SC3	TIMBO
SC2	TRES BARRAS
SC6	TREZE DE MAIO
SC2	TREZE TILIAS
SC3	TROMBUDO CENTRAL
SC6	TUBARAO
SC1	TUNAPOLIS
SC6	TURVO
SC1	UNIAO DO OESTE
SC6	URUSSANGA
SC1	VARGEAO
SC2	VARGEM BONITA
SC2	VIDEIRA
SC1	XANXERE
SC1	XAVANTINA
SC1	XAXIM
SC2	ZORTEA

LOCALIDADES ATENDIDAS

RIO GRANDE DO SUL

RS6	ACEGUA
RS3	AGUA SANTA
RS5	AGUDO
RS4	AJURICABA
RS4	ALECRIM
RS6	ALEGRETE
RS4	ALEGRIA
RS3	ALMIRANTE TAMANDARE DO SUL
RS3	ALPESTRE
RS1	ALTO FELIZ
RS1	ALVORADA
RS3	AMETISTA DO SUL
RS3	ANTA GORDA
RS2	ANTONIO PRADO
RS8	ARARICA
RS3	ARATIBA
RS2	ARROIO DO MEIO
RS8	ARROIO DO SAL
RS5	ARROIO DO TIGRE
RS1	ARROIO DOS RATOS
RS3	ARVOREZINHA
RS4	AUGUSTO PESTANA
RS6	BAGE
RS2	BARAO
RS3	BARAO DE COTEGIPE
RS6	BARRA DO QUARAI
RS1	BARRA DO RIBEIRO
RS3	BARRA FUNDA
RS3	BARRACAO
RS3	BARROS CASSAL
RS2	BENTO GONCALVES
RS4	BOA VISTA DAS MISSOES
RS4	BOA VISTA DO BURICA
RS3	BOM JESUS
RS1	BOM PRINCIPIO
RS4	BOM PROGRESSO
RS2	BOM RETIRO DO SUL
RS4	BOSSOROCA
RS4	BRAGA
RS1	BROCHIER
RS1	BUTIA
RS5	CACAPAVA DO SUL
RS6	CACEQUI
RS5	CACHOEIRA DO SUL
RS1	CACHOEIRINHA
RS3	CACIQUE DOBLE
RS4	CAIBATE
RS4	CAICARA
RS7	CAMAQUA
RS3	CAMARGO
RS2	CAMPESTRE DA SERRA
RS4	CAMPINA DAS MISSOES
RS3	CAMPINAS DO SUL
RS1	CAMPO BOM
RS4	CAMPO NOVO
RS3	CAMPOS BORGES
RS5	CANDELARIA
RS4	CANDIDO GODOI
RS6	CANDIOTA
RS8	CANELA
RS7	CANGUCU
RS1	CANOAS
RS8	CAPAO DA CANOA
RS7	CAPAO DO LEAO
RS1	CAPELA DE SANTANA
RS3	CARAZINHO
RS2	CARLOS BARBOSA
RS3	CASCA
RS3	CASEIROS

RS4	CATUIPE
RS1	CAXIAS DO SUL
RS5	CERRO BRANCO
RS4	CERRO LARGO
RS3	CHAPADA
RS1	CHARQUEADAS
RS4	CHIAPETTA
RS8	CIDREIRA
RS3	CIRIACO
RS2	COLINAS
RS3	COLORADO
RS4	CONDOR
RS3	CONSTANTINA
RS4	CORONEL BARROS
RS4	CORONEL BICACO
RS3	COXILHA
RS4	CRISSIUMAL
RS7	CRISTAL
RS4	CRISTAL DO SUL
RS4	CRUZ ALTA
RS2	CRUZEIRO DO SUL
RS3	DAVID CANABARRO
RS4	DEZESSEIS DE NOVEMBRO
RS1	DOIS IRMAOS
RS3	DOIS LAJEADOS
RS6	DOM PEDRITO
RS5	DONA FRANCISCA
RS4	DOUTOR MAURICIO CARDOSO
RS1	ELDORADO DO SUL
RS2	ENCANTADO
RS4	ENTRE-IJUIS
RS3	EREBANGO
RS3	ERECHIM
RS3	ERNESTINA
RS4	ERVAL SECO
RS4	ESPERANCA DO SUL
RS3	ESPUMOSO
RS3	ESTACAO
RS1	ESTANCIA VELHA
RS1	ESTEIO
RS2	ESTRELA
RS3	FAGUNDES VARELA
RS2	FARROUPILHA
RS5	FAXINAL DO SOTURNO
RS2	FAZENDA VILANOVA
RS1	FELIZ
RS1	FLORES DA CUNHA
RS3	FLORIANO PEIXOTO
RS3	FONTOURA XAVIER
RS2	FORQUETINHA
RS3	FORTALEZA DOS VALOS
RS4	FREDERICO WESTPHALEN
RS2	GARIBALDI
RS3	GAURAMA
RS3	GETULIO VARGAS
RS4	GIRUA
RS1	GLORINHA
RS8	GRAMADO
RS1	GRAVATAI
RS1	GUAIBA
RS3	GUAPORE
RS4	GUARANI DAS MISSOES
RS1	HARMONIA
RS4	HORIZONTINA
RS6	HULHA NEGRA
RS4	HUMAITA
RS3	IBIACA
RS3	IBIRAIARAS
RS3	IBIRAPUITA
RS3	IBIRUBA
RS8	IGREJINHA

RS4	IJUI
RS3	ILOPOLIS
RS8	IMBE
RS2	IMIGRANTE
RS4	INDEPENDENCIA
RS2	IPE
RS3	IPIRANGA DO SUL
RS4	IRAI
RS6	ITAQUI
RS1	IVOTI
RS4	JABOTICABA
RS3	JACUIZINHO
RS3	JACUTINGA
RS6	JAGUARI
RS4	JULIO DE CASTILHOS
RS3	LAGOA DOS TRES CANTOS
RS3	LAGOA VERMELHA
RS2	LAJEADO
RS3	LIBERATO SALZANO
RS1	LINDOLFO COLLOR
RS3	MACHADINHO
RS6	MANOEL VIANA
RS3	MARAU
RS2	MARQUES DE SOUZA
RS3	MATO CASTELHANO
RS4	MATO QUEIMADO
RS3	MAXIMILIANO DE ALMEIDA
RS1	MINAS DO LEAO
RS4	MIRAGUAI
RS2	MONTE BELO DO SUL
RS1	MONTENEGRO
RS3	MORMACO
RS7	MORRO REDONDO
RS1	MORRO REUTER
RS2	MUCUM
RS3	NAO-ME-TOQUE
RS3	NONOAI
RS3	NOVA ALVORADA
RS3	NOVA ARACA
RS3	NOVA BASSANO
RS3	NOVA BOA VISTA
RS4	NOVA CANDELARIA
RS6	NOVA ESPERANCA DO SUL
RS8	NOVA HARTZ
RS1	NOVA PADUA
RS5	NOVA PALMA
RS8	NOVA PETROPOLIS
RS3	NOVA PRATA
RS1	NOVA ROMA DO SUL
RS1	NOVA SANTA RITA
RS3	NOVO BARREIRO
RS5	NOVO CABRAIS
RS1	NOVO HAMBURGO
RS8	OSORIO
RS3	PAIM FILHO
RS3	PALMEIRA DAS MISSOES
RS4	PALMITINHO
RS4	PANAMBI
RS5	PANTANO GRANDE
RS3	PARAI
RS5	PARAISO DO SUL
RS1	PARECI NOVO
RS8	PAROBE
RS5	PASSA SETE
RS3	PASSO FUNDO
RS3	PAULO BENTO
RS7	PELOTAS
RS8	PICADA CAFE
RS4	PINHAL
RS2	PINTO BANDEIRA
RS4	PIRAPO
RS3	PLANALTO

RS1	PORTAO
RS1	PORTO ALEGRE
RS4	PORTO LUCENA
RS4	PORTO XAVIER
RS1	PRESIDENTE LUCENA
RS6	QUARAI
RS3	QUINZE DE NOVEMBRO
RS4	REDENTORA
RS5	RESTINGA SECA
RS7	RIO GRANDE
RS5	RIO PARDO
RS2	ROCA SALES
RS4	RODEIO BONITO
RS8	ROLANTE
RS3	RONDA ALTA
RS3	RONDINHA
RS4	ROQUE GONZALES
RS6	ROSARIO DO SUL
RS4	SALDANHA MARINHO
RS3	SALTO DO JACUI
RS4	SALVADOR DAS MISSOES
RS1	SALVADOR DO SUL
RS3	SANANDUVA
RS4	SANTA BARBARA DO SUL
RS2	SANTA CLARA DO SUL
RS5	SANTA CRUZ DO SUL
RS5	SANTA MARIA
RS4	SANTA ROSA
RS6	SANTANA DO LIVRAMENTO
RS6	SANTIAGO
RS4	SANTO ANGELO
RS8	SANTO ANTONIO DA PATRULHA
RS4	SANTO ANTONIO DAS MISSOES
RS3	SANTO ANTONIO DO PLANALTO
RS4	SANTO AUGUSTO
RS4	SANTO CRISTO
RS6	SAO BORJA
RS6	SAO FRANCISCO DE ASSIS
RS8	SAO FRANCISCO DE PAULA
RS6	SAO GABRIEL
RS1	SAO JERONIMO
RS3	SAO JOAO DA URTIGA
RS5	SAO JOAO DO POLESINE
RS3	SAO JOSE DO HERVAL
RS1	SAO JOSE DO HORTENCIO
RS4	SAO JOSE DO INHACORA
RS3	SAO JOSE DO OURO
RS1	SAO JOSE DO SUL
RS1	SAO LEOPOLDO
RS7	SAO LOURENCO DO SUL
RS4	SAO LUIZ GONZAGA
RS2	SAO MARCOS
RS4	SAO MARTINHO
RS4	SAO MIGUEL DAS MISSOES
RS4	SAO NICOLAU
RS4	SAO PAULO DAS MISSOES
RS1	SAO PEDRO DA SERRA
RS4	SAO PEDRO DO BUTIA
RS5	SAO PEDRO DO SUL
RS1	SAO SEBASTIAO DO CAI
RS5	SAO SEPE
RS3	SAO VALENTIM DO SUL
RS2	SAO VENDELINO
RS6	SAO VICENTE DO SUL
RS1	SAPIRANGA
RS1	SAPUCAIA DO SUL
RS3	SARANDI
RS4	SEBERI
RS4	SEDE NOVA
RS3	SELBACH
RS7	SENTINELA DO SUL
RS3	SERAFINA CORREA

RS3	SERTAO
RS4	SETE DE SETEMBRO
RS5	SOBRADINHO
RS3	SOLEDADE
RS1	TABAI
RS3	TAPEJARA
RS3	TAPERA
RS7	TAPES
RS8	TAQUARA
RS1	TAQUARI
RS4	TAQUARUCU DO SUL
RS4	TENENTE PORTELA
RS8	TERRA DE AREIA
RS2	TEUTONIA
RS3	TIO HUGO
RS4	TIRADENTES DO SUL
RS8	TORRES
RS8	TRAMANDAI
RS8	TRES CACHOEIRAS
RS8	TRES COROAS
RS4	TRES DE MAIO
RS3	TRES PALMEIRAS
RS4	TRES PASSOS
RS3	TRINDADE DO SUL
RS1	TRIUNFO
RS4	TUCUNDUVA
RS4	TUPANCIRETA
RS1	TUPANDI
RS4	TUPARENDI
RS6	URUGUAIANA
RS3	VACARIA
RS1	VALE REAL
RS5	VENANCIO AIRES
RS5	VERA CRUZ
RS3	VERANOPOLIS
RS3	VIADUTOS
RS1	VIAMAO
RS4	VICENTE DUTRA
RS3	VICTOR GRAEFF
RS3	VILA FLORES
RS3	VILA LANGARO
RS3	VILA MARIA
RS4	VISTA ALEGRE
RS4	VISTA GAUCHA
RS4	VITORIA DAS MISSOES
RS2	WESTFALIA
RS8	XANGRI-LA

CIDADES ATENDIDAS EM SÃO PAULO

FREQUÊNCIA DE ATENDIMENTO

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
ASSIS -SP	■	■	■	■	■	■
ALVARES MACHADO-SP	■	■	■	■	■	■
CANITAR-SP	■	■	■	■	■	■
CHAVANTES-SP	■	■	■	■	■	■
CANDIDO MOTA-SP	■	■	■	■	■	■
INDIANA-SP	■	■	■	■	■	■
IBIRAREMA-SP	■	■	■	■	■	■
IPAUSSU-SP	■	■	■	■	■	■
MARACAI-SP	■	■	■	■	■	■
MARTINÓPOLIS-SP	■	■	■	■	■	■
OURINHOS-SP	■	■	■	■	■	■
PIRAPOZINHO-SP	■	■	■	■	■	■
PRESIDENTE PRUDENTE-SP	■	■	■	■	■	■
PALMITAL-SP	■	■	■	■	■	■
PARAGUAÇU PAULISTA-SP	■	■	■	■	■	■
REGENTE FEIJÓ-SP	■	■	■	■	■	■
SALTO GRANDE-SP	■	■	■	■	■	■
SANTA CRUZ DO RIO PARDO-SP	■	■	■	■	■	■
TARUMÃ-SP	■	■	■	■	■	■

expresso São Miguel

PREVENIR

É UMA DAS MELHORES FORMAS DE

LUTAR

CÂNCER EM MULHERES

- Em mulheres, Brasil, 2018

Localização Primária	Casos Novos	%
Mama feminina	59.700	29,5
Cólon e Reto	18.980	9,4
Colo do útero	16.370	8,1
Traqueia, Brônquio e Pulmão	12.530	6,2
Glândula Tireoide	8.040	4,0
Estômago	7.750	3,8
Corpo do útero	6.600	3,3
Ovário	6.150	3,0
Sistema Nervoso Central	5.510	2,7
Leucemias	4.860	2,4
Todas as Neoplasias, exceto pele não melanoma	202.040	**100,0**
Todas as Neoplasias	282.450	

CÂNCER EM HOMENS

- Em homens, Brasil, 2018

Localização Primária	Casos Novos	%
Próstata	68.220	31,7
Traqueia, Brônquio e Pulmão	18.740	8,7
Cólon e Reto	17.380	8,1
Estômago	13.540	6,3
Cavidade Oral	11.200	5,2
Esôfago	8.240	3,8
Bexiga	6.690	3,1
Laringe	6.390	3,0
Leucemias	5.940	2,8
Sistema Nervoso Central	5.810	2,7
Todas as Neoplasias, exceto pele não melanoma	214.970	**100,0**
Todas as Neoplasias	300.140	

expresso São Miguel

ESM SOLIDÁRIA

ARRECADAÇÕES

SOLIDARIEDADE

AMOR

FAZER O BEM

MIPAT 2019

Palestra sobre sustentabilidade em Chapecó - SC

Palestras em Gravataí - SC

RESPONSABILIDADE COM A VIDA

Neste ano fomos premiados com **7 primeiros lugares** das 14 categorias avaliadas do Top do Transporte.

É uma soma de competências que nos fazem **presentes**, gerando **vantagens diferenciadas** para nossos clientes.

expresso São Miguel

TOP do TRANSPORTE 2019

- 1° - AUTOMOTIVA
- 1°- TÊXTIL
- 1° - PLÁSTICO
- 1° - PRODUTOS VETERINÁRIOS
- 1° - CALÇADOS
- 1° - ELETROELETRÔNICA
- 1° - MÓVEIS
- 7° - PREFERÊNCIA NACIONAL

(49) 3361-6666

expressosaomiguel.com.br

Expresso São Miguel

fb.com/expressosaomiguel

expresso São Miguel