

#SOMOSSV

15ª edição JAN/FEV 2020



Conheça os detalhes do Programa que já é sucesso nas lojas São Vicente p. 10

QUAL O SEU PROPÓSITO?

Confira a dica do consultor Ricardo Guimarães p. 12

ANIVERSÁRIO DO GRUPO SV EM MOVIMENTO

1 ano transformando a vida dos colaboradores p. 15



SV *são vicente*





Marcos Cavicchioli
DIRETOR-PRESIDENTE

Relacionamento com o Cliente em foco

Chegamos à edição 15 da #SomosSV e, neste início de 2020, temos inovações importantes sendo implementadas na Rede. A primeira delas é o Programa Fácil Pra Você, que traz o fortalecimento das iniciativas de CRM na bandeira São Vicente. A tecnologia chega às nossas lojas para melhorarmos ainda mais nosso atendimento e potencializarmos as ações com nossos clientes.

E não posso deixar de falar de Sorocaba. Uma cidade promissora, com uma economia pujante, repleta de atrações turísticas e que agora faz parte das cidades onde mantemos nossas unidades.

Comemorações à parte, quero enaltecer o aniversário de um ano do grupo SV Em Movimento. Essa equipe determinada, que acredita na atividade física como um bem para a mente e o corpo, tem potencial para crescer ainda mais. E crescimento me lembra também investimento em equipe com os projetos Operador e Assistente Nota 10 e também os colaboradores que estão alçando novos cargos.

Aproveite esta edição e, caso tenha alguma sugestão de pauta, entre em contato com a **comunicação interna@svicente.com.br** para avaliarmos!

Abraços!



Renova Sua Casa Também está de volta na Rede SV

Uma das promoções mais populares está de volta à Rede, a campanha promocional exclusiva para nossos colaboradores SV **Renova Sua Casa Também**. Nessa edição, teremos 49 ganhadores, que serão sorteados durante o trimestre.

Participando dos ciclos do Presença Premiada, você concorre:

44 vales-compras de até R\$500 (sendo dois por filial); 3 kits Casa Renovada; 1 caixa de som JBL; 1 smartphone.

O primeiro sorteio está agendado para o dia 19 de março e três sortudos serão contemplados pela promoção. Já em abril, no dia 23, serão mais 23 colaboradores sorteados com vales-compras de R\$300 e o Kit Renova. E, no final da campanha, dia 21 de maio, teremos mais sorteios por lojas, onde 23 colaboradores serão premiados.

Então, seja presente e participe! Confira o regulamento da campanha com o seu gerente ou nos murais da sua unidade.

Boa sorte!

Projetos reconhecem Operador e Assistentes Nota 10 da Rede SV

Reconhecer e incentivar o colaborador sempre foram premissas da Rede São Vicente. Avaliar o trabalho de todos e identificar como essas atitudes fazem a diferença na vida dos nossos clientes são fundamentais para melhorarmos cada vez mais nosso desempenho.

Com isso, iniciamos recentemente os projetos Operador Nota 10 e Assistente Nota 10. O objetivo dos projetos é parabenizar os nossos colaboradores por suas atitudes e produtividade no ambiente de trabalho.

O projeto Operador Nota 10 está em vigor desde setembro de 2019 e já presenteou mais de 400 operadores de caixa por seu mérito e produtividade no ambiente de trabalho. Após o sucesso do projeto-piloto nas lojas 01 e 13, as avaliações ocorrem mensalmente e avaliam por pontuação o atendimento, postura e comportamento durante o período de trabalho dos operadores de caixa através da plataforma digital Clicq Paripassu.

As premiações ocorrem todos os meses e, em cada loja, os cinco operadores de caixa mais bem avaliados recebem 1 vale-folga para o 1º e 2º lugar. Os operadores em 3º, 4º e 5º lugar ganham um vale-compras no valor de R\$100 no cartão Sorovale Branco.

Já o Assistente Nota 10, pontua nossos colaboradores por sua postura, comportamento e atendimento ao cliente e equipe durante o período de trabalho. O assistente de atendimento mais bem avaliado por loja, recebe um vale-compras no valor de R\$200.

Para Renilda Alcantâra, Assistente Nota 10 por duas vezes na loja 02, esse projeto a incentiva muito.

“Eu fiquei muito feliz ao ver que meu trabalho tem grande valor para a empresa. Eu gosto muito do que faço e me empenho para entregar sempre o melhor. Agradeço muito à Rede SV pela oportunidade e espero contribuir muito ainda”, relata.

Erivaldo da Silva, Operador da loja 7, ressalta esse projeto valoriza e engaja o colaborador a querer crescer cada vez mais.

“Me sinto orgulhoso por atingir o meu objetivo e também o da empresa. É muito bom ser reconhecido por apresentar um diferencial e pretendo seguir todas as normas para conquistar mais prêmios e também crescer profissionalmente”.

Supervisora de Frente de Caixa, Rejjanes Cavicchiolli, diz que o projeto é fundamental para manter todos focados em trazer bons resultados à Rede SV.

“É muito importante para termos um engajamento maior da equipe, e ter o reconhecimento extra no cumprimento de processos e procedimentos para a excelência no atendimento. Valorizar o trabalho de cada colaborador é uma forma digna e fiel de mostrar que estamos sempre observando a evolução de todos”, finaliza.



Uma cidade de belezas, arquiteturas e oportunidades

Localizada a 100km da capital, a cidade de Sorocaba é a quarta mais populosa do Interior Paulista, segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas). Com mais de 671 mil habitantes, o município tem um PIB de R\$32 bilhões, o décimo nono maior do país, e sua região metropolitana possui 26 cidades.

Sorocaba também é conhecida por estar sempre em evolução em questões de turismo. Para quem deseja ter contato com a natureza, o Parque Zoológico Municipal Quinzinho de Barros é uma opção por ser um dos mais completos da América Latina, sendo o segundo em número de espécies no Brasil. É uma ótima opção para quem deseja um entretenimento ao ar livre com as crianças.



Ainda falando de natureza, o Jardim Botânico Irmãos Vilas Boas é um ótimo local para quem deseja aprender mais sobre biodiversidade. Instalado em uma área de mais de 70 mil m², o Jardim Botânico conta com salão multiuso, herbário, auditório, um orquidário e o belíssimo Palacete de Cristal, que abriga coleções botânicas e sedia eventos e exposições. Outros parques sorocabanos de destaque são: Parque Natural Municipal Chico Mendes, Parque Natural Municipal da Água Vermelha João Cândio Pereira, o Kasato Maru, o Parque das Águas e a Pista Caminhada Campolim.

Em relação à arquitetura, destacam-se a Catedral Metropolitana de Sorocaba e a Fazenda Ipanema. Ela fica localizada na estrada de Sorocaba a Iperó e é um antigo sítio histórico-cultural com ruínas de mais de 200 anos.

Lá você encontra maquinário da época, trilhas e até cactos que crescem no alto de árvores. O Palácio dos Tropeiros, também conhecido como prédio dos cavaleiros, é a sede da prefeitura de Sorocaba, e o Palacete Scarpa sedia a Secretaria de Cultura. São construções que valem o registro e compartilhamento nas redes sociais.

A economia da cidade representa um crescimento de 3% ao ano do PIB, segundo a Fundação Sistema Estadual de Análise de Dados (Seade). As principais bases de sua economia são os setores de indústria, comércio e serviços, com mais 22 mil empresas instaladas. O comércio tem um grande potencial de crescimento e atrai novas oportunidades, incluindo para nós, da Rede São Vicente.

Veja na próxima matéria essa incrível novidade!



Chegamos em Sorocaba!

Sim, dia 3 de março inauguramos nossa nova filial 14! E a Rede São Vicente já movimentou muita coisa na cidade.

Desde novembro de 2019, nossa equipe de Recrutamento e Seleção está realizando os processos seletivos. Nossas vagas foram até destaque em canais de televisão regionais.

Todo esse trabalho contou com o apoio da Prefeitura, através do PAT (Posto de Atendimento ao Trabalhador) de Sorocaba. “Foram mais de 4500 pessoas contatadas, e entrevistadas, e pelo menos, 70 viagens para Sorocaba.

A contratação de pessoas é um momento crucial na abertura de uma nova loja e todos precisam ser treinados em nossos processos e adaptados em nossa cultura”, afirmou Luciana, Gestora de RH.

As expectativas para a nova loja estão altas, o projeto arquitetônico é maravilhoso e os trabalhos estão a todo vapor, segundo Maurício Cavicchiolli, Diretor Operacional. “Estamos ampliando nossa atuação e queremos levar toda a qualidade de atendimento e diversificação de produtos para Sorocaba. Tenho certeza que será um sucesso”, afirma o executivo.

Sorocaba: seja bem-vinda à família São Vicente!



14ª edição do Programa Presença Premiada está com prêmios 20% maiores

Em fevereiro iniciamos mais um ciclo do Programa Presença Premiada. Esta é a 14ª edição e temos novidades para o ano de 2020. Com prêmios 20% maiores, os critérios de participação do Programa mudaram. Confira as novas diretrizes:

Como participo do Presença Premiada?

O Programa passa a valer a partir da aprovação do colaborador no período de experiência de 90 dias.

Para ser elegível à premiação, o colaborador não deve apresentar atestados de ausência (dia ou horas) ou se ausentar injustificadamente do posto de trabalho, exceto em caso de utilização do Banco de Horas, acordado com sua liderança, previamente.

E em relação aos prêmios? Quais serão?

Os profissionais que não apresentarem atestados dentro dos ciclos do Presença Premiada, 30, 60 e 90 dias receberão os seguintes prêmios:

Bronze - R\$60 (30 dias)

Prata - R\$145 (60 dias)

Ouro - R\$215 (90 dias)

E não para por aí: além das campanhas de endomarketing correlacionadas com as campanhas dos clientes, quem estiver classificado na categoria Ouro em todos os trimestres do ano vai concorrer a um carro OKM em janeiro 2021.

CICLO 1 - 2020

Administrador André Luis Pereira
Atendente Karine Bortolotto

PRESENÇA PREMIADA

PRÊMIOS >>>>>
20% MAIORES!

PRIMEIRO TRIMESTRE (DE FEVEREIRO A ABRIL)

80% TRABALHO

SEU PONTO EM DIA VALE MUITO!

OURO - R\$215,00

PRATA - R\$145,00

BRONZE - R\$60,00

+

SENDO OURO EM TODOS OS TRIMESTRES, CONCORRA A UM CARRO OKM EM 2021.

O VALOR DO PRÊMIO SERÁ CREDITADO NO CARTÃO SOROVALE BRANCO.

*PROGRAMA VÁLIDO PARA COLABORADORES ATIVOS, JÁ APROVADOS NA EXPERIÊNCIA E QUE NÃO ESTEJAM CUMPRINDO AVISO PRÉVIO. SÃO CONSIDERADAS TODAS AS AUSÊNCIAS DE TRABALHO, ARONADAS OU NÃO, COM OU SEM QUALQUER ATESTADO MÉDICO (INCLUSIVE HORAS).

arena atacado **SV** são vicente

Não fique fora dessa. O seu ponto em dia vale muito!

Campanhas internas batem recorde de participação e trazem novidades para 2020

No dia 23 de janeiro, a Rede SV fechou com o último sorteio da promoção Vem Que o Prêmio Também é Seu, campanha interna na qual sorteamos para nossos colaboradores uma SmartTV por loja e o carro 0Km entre todas as lojas.

Ao longo do ano de 2019, presenteamos 99 colaboradores com as campanhas Renova Minha Casa Também, Colecione Momentos pelo Beto Carrero, Você de Camarote na Festa do Peão e nossa última campanha Vem Que o Prêmio Também é Seu.

Priscila Maria de Camargo, da loja 04, foi uma das contempladas em nossos sorteios. Ela ganhou o kit Renova Minha Casa Também em 2019 e disse que só tem a agradecer.

Eu fiquei muito contente. Sempre participamos, mas nunca acreditamos que a nossa vez vai chegar. E, quando meu nome saiu, eu fiquei extasiada. Isso me fez também engajar nossos clientes a participarem das promoções da Rede SV, dizendo que eu já fui sorteada. E eu vejo que eles começam a acreditar mais quando alguém da empresa mostra que é tudo muito real”.

Nosso colaborador Bruno Gabriel da Silva, da loja 22, foi o grande sortido vencedor do carro 0km em 2019.

Na hora eu não acreditei. E quando caiu minha ficha, eu comecei a celebrar com as pessoas ao meu redor que também não acreditavam. Foi um momento único de felicidade e muita gratidão”.

Já o colaborador Alan Ferreira de Sá, da loja 17, ganhou 1 par de camarotes para curtir na Festa do Peão de Americana.

Quando soube que ganhei a promoção fiquei muito feliz. Foi uma experiência nova, não conhecia ainda a Festa do Peão de Americana, levei minha namorada e nos divertimos muito no camarote São Vicente. Com certeza, essa noite ficará marcada. As campanhas internas engajam muito o nosso dia a dia de trabalho, você passa a admirar mais a empresa por nos dar oportunidades únicas”.

Essas são iniciativas que fomentam o engajamento e motivação das equipes para continuarem participando do nosso Programa Presença Premiada. Agradecemos a cada um que fez a diferença em 2019 e seguiremos em 2020 com novidades para todos.



CD de Portas Abertas amplia conhecimento dos colaboradores da Rede

Trocar experiências e ter empatia em relação ao trabalho dos nossos colegas são princípios da Rede SV. Com isso, foi iniciado o CD de Portas Abertas, projeto em que são compartilhados os processos e operações do Centro de Distribuição da nossa rede com os colaboradores de outras unidades.

Essa atitude estimula o conhecimento dos procedimentos e interfaces entre áreas e gera mais sinergia e novas ideias. A proposta para a realização do Programa Portas Abertas é uma das ações do plano de atendimento observado na Pesquisa de Clima realizada em nossa rede.

Foram disponibilizadas datas para que nossos colaboradores, encarregados de lojas e administrativos conheçam o funcionamento e processos do Centro de Distribuição. A visita foi guiada por Rafael Scarpin, Gerente de Abastecimento, e por Alex Rodrigues, Encarregado Operacional.

E o projeto já gerou impressões positivas dos nossos colaboradores. “Ter a real noção do fluxo que a mercadoria deve percorrer, desde a compra até ao consumidor final, foi uma experiência esclarecedora que o CD de Portas Abertas nos proporcionou”, contou Ricardo Salazar, Analista de Banco de Dados.



Resultados da campanha Redução de Perdas surpreendem encarregados de FLV

No dia 12 de fevereiro, os encarregados de FLV participaram do Programa Portas Abertas em nosso Centro de Distribuição e conheceram o resultado da campanha de Redução de Perdas promovida no último trimestre. Os resultados foram muito positivos pois, além de atuar na melhoria dos indicadores, muitas lojas se destacaram no aspecto vendas e qualidade da exposição.

Para as lojas que atingiram as metas, os encarregados receberam uma premiação em vale-compras e o ganhador geral, nosso colaborador José Abadio Martins, encarregado de FLV da loja 06, foi premiado com uma viagem mais acompanhante.

“Ganhar a viagem graças ao nosso trabalho foi sensacional. Minha estratégia foi acompanhar todos os dias os resultados e realizar os pedidos com mais consciência, avaliando de perto as quebras e demandas”, afirma José.



Para Carlos Alberto Canassa, encarregado de FLV na loja 05, esse tipo de visita é fundamental para melhorar os trabalhos da equipe.

“A campanha incentivou muito, conseguimos reduzir quebra, aumentar as vendas, a mercadoria rodou mais. Graças a dosagem dos pedidos e atenção sobre a demanda de produtos”, finaliza.



Gentileza + Profissionalismo

Não é novidade que nossa Rede está sempre atuando para manter o bom atendimento em nossas lojas. Mas alguns colaboradores se destacam por realizar esse trabalho com grande empatia por nossos clientes.

Esse foi o caso da dupla de açougueiros, Armelindo José Jardim e Jesualdo Melo Deodato em nossa loja 02. Simples gestos fazem, sim, a diferença no dia de alguém. Vejam o depoimento do cliente que passou pela nossa loja no Jardim Brasil em Americana.

Gostaria de agradecer aos funcionários do açougue, os senhores Jardim e Ceará, pelo bom atendimento na loja do Jardim Brasil em Americana. Parabéns pelo profissionalismo e educação que exercem”.



É isso aí, Armelindo e Jesualdo, que vocês continuem sempre motivados, realizando o melhor atendimento para nossos clientes e servindo de inspiração aos nossos colegas de trabalho.

Onde você lê a #Somos SV?

Estamos chegando à nossa 15ª edição da #SomosSV e queremos saber: quais as matérias que você mais gosta? Estamos curiosos também para saber onde você costuma ler a sua #SomosSV?

Conta pra gente! Queremos compartilhar com todos esse momento de descontração dos nossos colaboradores. Mandem suas fotos para o WhatsApp (19) 99779-7101 que vamos colocar na próxima edição.

Contamos com vocês!

CRM: Gerenciamento do Relacionamento com o cliente

Agora é Fácil Para Você

Projeto desenvolvido pelas áreas de Inovação e Marketing da Rede SV com o objetivo de personalizar o relacionamento com nossos clientes

Imagine a cena: você está entrando em uma das unidades da Rede SV, realiza sua compra e, no final da sua experiência, já no PDV, a Operadora de Caixa te convida a participar do Programa Fácil Pra Você, cadastra o seu CPF e o número do seu celular e, imediatamente, você tem ofertas especiais e o desconto nos produtos ofertados aparece no seu cupom fiscal!

Hoje, para que tudo isso seja real e pareça fácil, há um ano, as áreas de Inovação e Marketing estão trabalhando incansavelmente na estruturação do Programa de CRM da Rede São Vicente.

Daniel Azzola, gerente de Marketing da Rede, comenta que a sigla CRM vem do inglês *Customer Relationship Management* e, traduzida, significa "gerenciamento do relacionamento com o cliente. O desenvolvimento deste tema se consolida com estratégia de relacionamento com os diversos públicos, processos estruturados de mapeamento de clientes, contratação de softwares especializados, entre outras frentes". O varejo em geral e, especialmente o supermercadista, tem investido fortemente nesta área, que pode representar um diferencial competitivo extremamente relevante para os próximos anos.



Thiago Santos, Coordenador de Inovação da Rede, relata que esse gerenciamento do relacionamento está rodeado de grandes desafios.

Com a estruturação da área de CRM, vamos conseguir mapear os hábitos do consumidor e descobrir como oferecer os melhores produtos e quais as melhores decisões para tornar a experiência do público ainda mais agradável em nossas unidades".



A partir dessa coleta de dados dos nossos clientes, os algoritmos do sistema começam a cruzar as informações de ofertas com o perfil de compra de cada um e poderá, em breve, personalizar ofertas para grupos de clientes, sendo muito mais assertivo com o nosso público. O planejamento culminou na criação do Programa Fácil Pra Você, que foi testado inicialmente em nossas lojas de Itu e Salto e rapidamente estendido para toda a rede.

O Programa Fácil Pra Você ainda está na etapa inicial e terá novidades e melhorias em breve.



Vamos, dessa forma, ampliar nosso relacionamento, passar a conhecer mais o nosso consumidor e também avaliar como melhorar nosso atendimento e também a nossa variedade de produtos. Em breve, e eu digo, já está em testes, vamos conseguir criar ofertas específicas para cada pessoa que entrar em nossas lojas. O futuro chegou e a Rede SV está inserida nele”, finaliza.

Para esclarecer ainda mais os benefícios que a área vai trazer para a Rede SV, entrevistamos **Raquel Pacheco**, Coordenadora de CRM, que trouxe 5 pontos relevantes que irão proporcionar uma mudança em nossa forma de relacionamento:



1 **Conhecer o perfil geodemográfico e o comportamento de compras de nossos clientes.**

2 **Ampliar o engajamento com a base de dados de clientes, através do contato realizado no momento certo, do produto ou benefício relevante, no melhor canal e abordagem para o cliente.**

3 **Potencializar o aumento de frequência e de ticket médio dos clientes, pela identificação de oportunidades com base no comportamento de compras e seu potencial, seja baseado em seu próprio histórico de compras ou de clientes com perfil semelhante aos mesmos.**

4 **Melhorar a alocação de ofertas, priorizando clientes com maior resposta a uma determinada estratégia ou com alto potencial de incremento de gastos.**

5 **Estruturar campanhas mensuráveis e com aprendizado contínuo.**

Qual é o seu PROPÓSITO?



Essa é uma boa pergunta! Afinal, cada um de nós tem objetivos pessoais e profissionais, porém muitas vezes não paramos para pensar com calma e clareza em qual sentido queremos dar para nossa existência.

Para falar sobre esse tema, convidamos o consultor **Ricardo Guimarães**, da empresa Thymus, que vai nos ensinar o que é um propósito de vida e como podemos defini-lo.

Convidamos você a ler essa entrevista e buscar entender o seu propósito na vida e em seu trabalho na Rede São Vicente.

Acompanhe!

O que é propósito?

RG: Propósito é uma razão ou uma intenção que te leva a fazer algo de uma determinada maneira. Por exemplo, “Eu estudo para passar de ano”. Propósito: passar de ano.

O propósito pode ter vários níveis. Vamos continuar com o mesmo exemplo.

“Eu estudo para passar de ano para ser médico”.

E mais: “Eu estudo para passar de ano para ser médico para tratar da saúde das pessoas”.

E mais ainda: “Eu estudo para passar de ano para ser médico para tratar da saúde das pessoas enriquecendo a medicina com tratamentos mais eficazes”.

Quanto mais claro e mais alto for o propósito, mais motivação a pessoa terá, mais inspiração ela terá para inovar, mais tolerância com os desafios a enfrentar, e suas escolhas serão mais acertadas e audaciosas.

Uma empresa com propósito é mais ágil e eficiente?

RG: Quando a empresa sabe qual é o seu propósito e compartilha com seus colaboradores, parceiros e clientes, todos podem contribuir mais com sugestões e críticas para inovar e aperfeiçoar o negócio. Os funcionários que conhecem o propósito têm mais autonomia para tomar decisões o que acelera os processos e diminui a burocracia e o número de reuniões.

O que é um propósito bom?

RG: Propósito bom é inspirador e pragmático ao mesmo tempo. Como o propósito da Apple que diz: “Fabricar máquinas cada vez mais fáceis de usar”.

É simples, concreto, desafiador e inspirador. Como o da Google: “Organizar as informações do mundo e torná-las acessíveis e úteis a todos”. Ou o da Thymus, minha empresa: “Ajudar empresas e executivos a usufruir de uma realidade cada vez mais ágil, complexa e rica de possibilidades”.

Como definir o propósito de uma pessoa ou uma empresa?

RG: O processo é muito parecido. O propósito não é criado, ele é revelado. Ele já existe de forma oculta e precisa ser conscientizado. Por isso que se diz que é um processo de autoconhecimento a partir do contexto em que se atua.

Em geral, o fundador-empreendedor tem clareza do propósito porque ele vê um problema na sociedade e se sente capaz de criar uma solução pela qual as pessoas pagarão. Repare que são dois aspectos: o problema da sociedade e a capacidade do empreendedor de criar a solução. Juntando os dois temos um propósito com o pé no chão, inspirador e pragmático.

Na época que o Steve Jobs criou a Apple, o mercado só tinha máquinas complicadas cheias de botões que ninguém sabia usar. Ele propôs fazer máquinas simples e bonitas cada vez mais fáceis de usar.

Empresas e pessoas sem propósito têm futuro?

RG: Depende da área em que se atua. Se é um setor calmo e conservador, de capital intensivo, sem muita concorrência, pouco inovador, em que pessoas não são relevantes para o negócio, basta ser competente, disciplinado e sério para ter sucesso. Caso contrário, o futuro está em risco. Mas não entendo porque alguém não gostaria de trabalhar com propósito. Afinal, isso é uma evolução, porque dá mais satisfação para as pessoas e mais resultado para os negócios.

Com propósito se vai mais longe, mais rápido e com mais satisfação.



Colaboradores que estão alçando novos voos



Willian Rodrigues da Silva
Loja 2

Encarregado de Hortifrúti

Repositor Hortifrúti



Pedro Henrique Araujo P. de Oliveira
Loja 2

Encarregado de Mercearia

Repositor



Julio Cesar Nicola
Loja 3

Gerente

Subgerente



Caroline Figueredo Gomes
Loja 3

Encarregado de Frios

Balconista de Frios



Felipe Alexandre Tiengo
Loja 3

Encarregado da Padaria

Padeiro



Edna de Melo Moura
Loja 4

Assistente de Atendimento

Operadora de Caixa



Jeniffer R. F. dos Santos
Loja 5

Assistente de Atendimento

Operadora de Caixa



Kedson G. Bonifacio
Loja 5

Assistente de Atendimento

Operador de Caixa



Vitor Rodrigues Ceresini
Loja 9

Anal. de Controle de Perdas

Repositor



Núbia Valéria da Silva C. de Almeida
Loja 11

Líder de Frente de Caixa

Assistente de Atendimento



Genilson da Silva
Loja 12

Encarregado de Açougues

Açougueiro



José Washington
Loja 12

Gerente

Subgerente



Mike Douglas dos Santos
Loja 12

Encarregado de Depósito

Conferente



Aldo Pereira Costa
Loja 16

Encarregado de Depósito

Conferente



Sirlene de Almeida Trogillio
Loja 20

Líder de Frente de Caixa

Assistente de Atendimento



Fabiano Ribeiro Costa
Loja 20

Assistente de Atendimento

Repositor



Afinal, o que é e como age o Coronavírus?

Os noticiários e a internet não param de falar do Coronavírus ou Covid-19, mas afinal o que é? Para entender melhor sobre a doença, conversamos com a **Dra. Camila Mobilon Pessoa**, Médica Infectologista da rede São Lucas Saúde.

Camila explica que os coronavírus (CoV) compõem uma grande família de vírus, conhecidos na década de 1960, e receberam esse nome devido às espículas na sua superfície, que lembram uma coroa (do latim *corona*). Acredita-se que a fonte primária do vírus seja animal, e a epidemia que ocorre na China provavelmente iniciou em um mercado de frutos do mar e animais selvagens vivos em Wuhan.

Quais são os sintomas?

Os sintomas apresentados pela pessoa infectada incluem febre, tosse e dificuldade respiratória. Porém, as pessoas com infecção podem não ter sintoma ou apresentar um quadro semelhante ao de um resfriado comum, até pneumonia e insuficiência respiratória. Há relatos em publicações médicas de pacientes sem febre, apenas apresentando sintomas respiratórios, que foram diagnosticados com o novo Coronavírus.



Como é realizado o diagnóstico?

O diagnóstico inclui exames laboratoriais realizados por biologia molecular que identificam o material genético do vírus em secreções respiratórias, colhidas por aspiração combinada (nasal/oral) ou também amostra de secreção respiratória inferior.

Até o momento não há um medicamento específico. Indica-se repouso e ingestão de líquidos, além de medidas para aliviar os sintomas, como analgésicos e antitérmicos. Nos casos de maior gravidade com pneumonia e insuficiência respiratória, suplemento

de oxigênio e mesmo ventilação mecânica podem ser necessários.

“Alguns antivirais estão sendo testados, mas ainda não há recomendação de uso destas medicações na rotina de tratamento desses pacientes. Como a doença é nova, não há vacina, vários estudos estão sendo realizados para o desenvolvimento da mesma. Medidas de controle incluem: lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou higienizá-las com álcool gel 70%, cobrir a boca e o nariz ao tossir e espirrar. Quero deixar aqui registrado: não há motivo para desespero, porém é bom ficarmos atentos”, finaliza Camila.

Há três possibilidades para a definição de um caso suspeito do novo Coronavírus, conforme estabelecido pelo Ministério da Saúde do Brasil:

Situação 1: Febre e pelo menos um sinal ou sintoma respiratório (tosse, dificuldade para respirar, batimento das asas nasais, entre outros), histórico de viagem para área com transmissão local, de acordo com a OMS, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas.

Situação 2: Febre e pelo menos um sinal ou sintoma respiratório (tosse, dificuldade para respirar, batimento das asas nasais, entre outros), e histórico de contato próximo de caso suspeito para o Coronavírus nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas.

Situação 3: Febre ou pelo menos um sinal ou sintoma respiratório (tosse, dificuldade para respirar, batimento das asas nasais, entre outros) e contato próximo de caso confirmado de Coronavírus em laboratório, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas.

Dra. Camila Mobilon Pessoa | CRM : 130789 | Médica Infectologista

FONTES: Ministério da Saúde do Brasil / ANVISA / Organização Mundial da Saúde (OMS) / Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC).

SV Em Movimento completa um ano transformando a vida de colaboradores

Em fevereiro, celebramos a qualidade de vida em dose dupla: o Dia do Esportista, no dia 19, uma data em homenagem àqueles que dedicam seu tempo em manter uma rotina saudável com a prática de esportes e, também celebramos um ano da nossa iniciativa em incentivar os colaboradores na prática de atividades físicas, o grupo SV Em Movimento.

Tudo começou quando dois colaboradores, um da área Comercial e um de Operações, procuraram a área de Gestão de Pessoas com a ideia: "Hoje o São Vicente patrocina várias etapas de corridas rua durante o ano e se tivéssemos o nosso grupo de corrida?". A sugestão se transformou em um projeto aprovado pela Diretoria que teve seu lançamento em fevereiro de 2019 e segue, firme e forte, ampliando o número de participantes, mês a mês.

Atualmente a equipe conta com 40 integrantes de diversas unidades e localidades. Temos colaboradores de Itu, Indaiatuba, Americana, Santa Bárbara, Nova Odessa, Hortolândia e Sumaré. A Corrida de Rua é um esporte democrático e pode ser realizado em qualquer espaço e local, no grupo SV Em Movimento, os colaboradores podem optar por participar dos treinos presenciais ou acompanhar as diretrizes dos professores pelo aplicativo Treinus.

Segundo a treinadora do grupo, Adia Gazzetta, praticar alguma atividade física traz benefícios que vão melhorar a saúde, a convivência das pessoas e fatores que influenciam até na vida profissional.

O esporte na vida das pessoas, no nosso caso a corrida, traz vários benefícios tanto físicos como psicológicos. No aspecto físico, melhora a resistência cardiorrespiratória, reduz a pressão arterial, melhora absorção do oxigênio e, além disso, o aumento da massa muscular e diminuição da gordura corporal. No aspecto psicológico, a corrida ajuda muito em fatores relacionados à depressão. Com a diminuição do peso corporal, a pessoa eleva sua autoestima e se sente mais confiante. Esses fatores vão influenciar a melhora de seu desempenho tanto na vida pessoal como profissional", explica a profissional.

Esses benefícios são percebidos por Juvanil Souza, gerente da loja 13 e corredor há vários anos. Ele comenta:

Além dos inúmeros benefícios à saúde, encontrei uma forma de aliviar o stress do dia a dia. Ao participar do grupo me tornei mais disciplinado e o fato de termos pessoas experientes no grupo me inspira a superar meus resultados".

Para Durval Silva, Coordenador de Operações do CD do São Vicente, o SV em Movimento se transformou em incentivo e faz parte da sua vida.

Pratico corrida de rua há um tempo mas depois da criação do grupo eu percebi uma coisa: era mais que uma equipe de corrida, nos tornamos uma grande família. Sempre um incentivando e aplaudindo o outro. Uma energia contagiante que eu utilizo de combustível para quando vou competir. Um presente maravilhoso que a Rede SV colocou na minha vida", declara.

Cris Campos, Engenheira de Segurança do Trabalho da Rede SV, faz parte dele desde o início e acompanhou a evolução do SV em Movimento. Ela relata que ficou um tempo afastada por conta de uma cirurgia, mas, assim que conseguiu, voltou rapidamente.

Foi uma ótima forma da Rede SV em oferecer aos colaboradores mais qualidade de vida. Eu fiz novas amizades e esse projeto é muito legal para fazer integração entre as pessoas, pois conhecemos diversos profissionais de outros setores. Ter o acompanhamento de um profissional também nos ajuda e incentiva muito. O grupo mudou minha vida pois eu faço algo que eu gosto e estou sempre em evolução", finaliza.

O Grupo SV Em Movimento está sempre aberto para novos integrantes. Para participar, encaminhe um e-mail para comunicação.interna@svicente.com.br e transforme sua rotina, priorizando a qualidade de vida no seu dia a dia.





Eu indico **FUTEBOL**

Suelen Fonseca | Frente de Caixa na loja 12

Futebol é coisa de mulher, sim”.

Essa paixão marcou um golaço na vida da colaboradora Suelen Fonseca, que fala aqui da sua indicação para o esporte que ela tanto ama. Veja:

“Eu indico o futebol. Além de ser uma paixão nacional, esse esporte faz muito bem para nosso condicionamento físico e mental. Ele aumenta nossa coordenação motora por trabalhar vários sistemas juntos, além da técnica de pensar em seus movimentos.

E, se você é mulher e também gosta desse esporte, vai sem medo do que possam pensar. Nós mulheres também somos ótimas, está aí nossa grande jogadora brasileira Marta para comprovar.

Quando estamos em campo, não importa o suor ou correr atrás da bola, a missão é que seu time vença. Por isso, é um esporte fácil de se tornar um hábito, estamos sempre entre amigas. Esses são os grandes diferenciais do futebol, desenvolver nosso espírito de equipe, estimular a proatividade e a empatia. E mais um recado, lugar de mulher é onde ela quiser”.



Eu indico **MUAY THAY**

Thiago Silva | Marketing

Sawadee Krap”.

O nosso título é uma saudação tradicional do Muay Thai, arte marcial que vem lá da Tailândia e conquistou o coração dos brasileiros. E um deles é o Thiago Silva, Marketing, que pratica o esporte há dois anos e deixa aqui um depoimento e indicação para quem quer conhecer mais sobre a técnica.

“Dedicação, esforço, respeito, concentração, superação, persistência, dor... são algumas das palavras que mais se encaixam pra mim dentro do Muay Thai.

O Muay Thai entrou na minha vida há quase dois anos, quando, desejando desafiar o corpo em outros esportes, fui e me matriculei em uma academia. Na época não tinha a menor ideia de onde estava me metendo, meu objetivo era perder peso devido aos treinos intensos. Hoje isso mudou um pouco, apesar da preocupação constante com o corpo, estou me dedicando mais na parte técnica da arte marcial. Atualmente estou no 4º Khan (verde), considerado nível iniciante, mas a ideia é subir cada vez mais de graduação e, quem sabe, disputar alguma luta.

Então, deixo aqui minha indicação e saudação do Muay Thai: Sawadee Krap”.



Eu indico **TREINO FUNCIONAL**

Monica Nunes | RH na loja 11

A possibilidade de combinar diferentes habilidades, como agilidade, força e equilíbrio, cria uma infinidade de variações e acaba com a monotonia”. Foi isso que tornou nossa colaboradora Monica Silva adepta dos treinos funcionais. O interesse foi tanto que ela está cursando faculdade de Educação Física.

“Eu sempre gostei de praticar exercícios físicos e por este motivo quis me aprimorar, realizando estudos e entendendo melhor o funcionamento do nosso corpo. Os treinos funcionais são dinâmicos e o objetivo vai de acordo com as necessidades e o potencial de movimento de cada atleta ou aluno. Os benefícios dos treinos funcionais são muitos: desenvolve resistência, agilidade, força e a correção de má postura. As aulas geralmente funcionam por circuitos utilizando o próprio peso do corpo ou materiais de apoio, como



bolas, cordas, elásticos, halteres

O grande diferencial é que apenas 30 minutos de exercícios por dia já são suficientes para resultar em um corpo saudável, queimando gordura e acelerando metabolismo”.