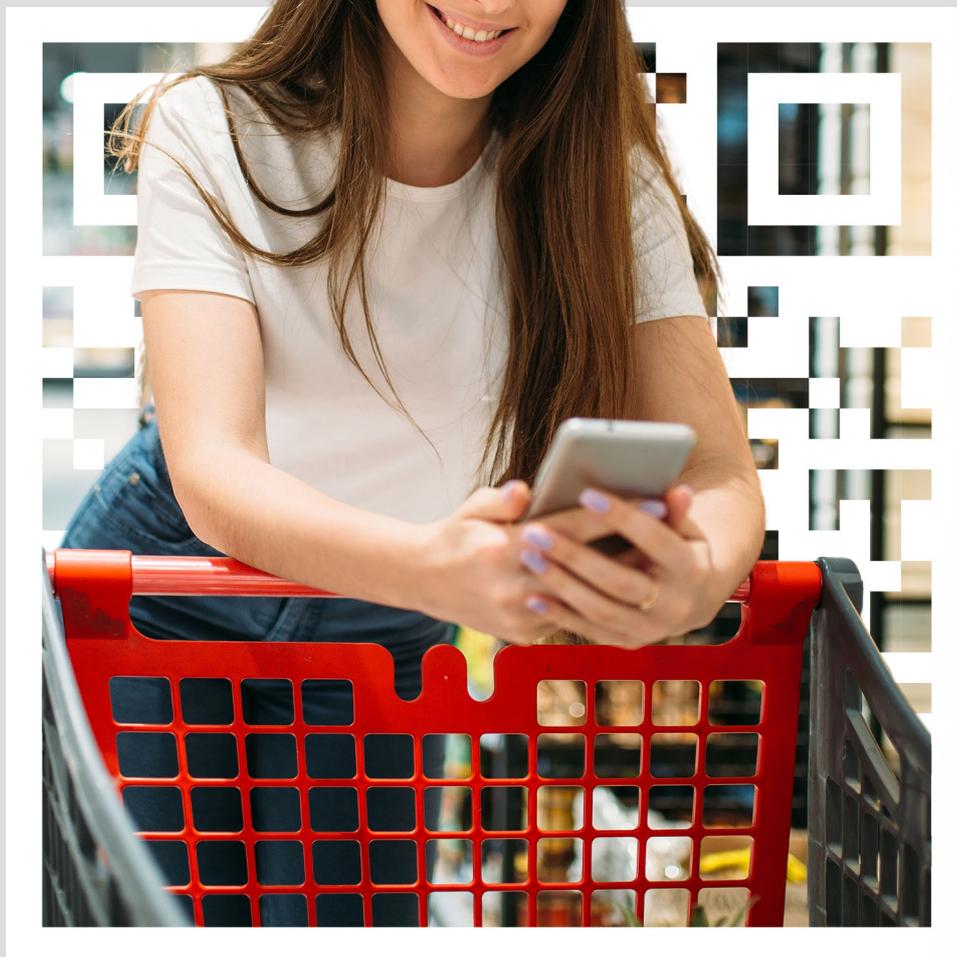


#SOMOSSV

19ª edição mar/abr 2021



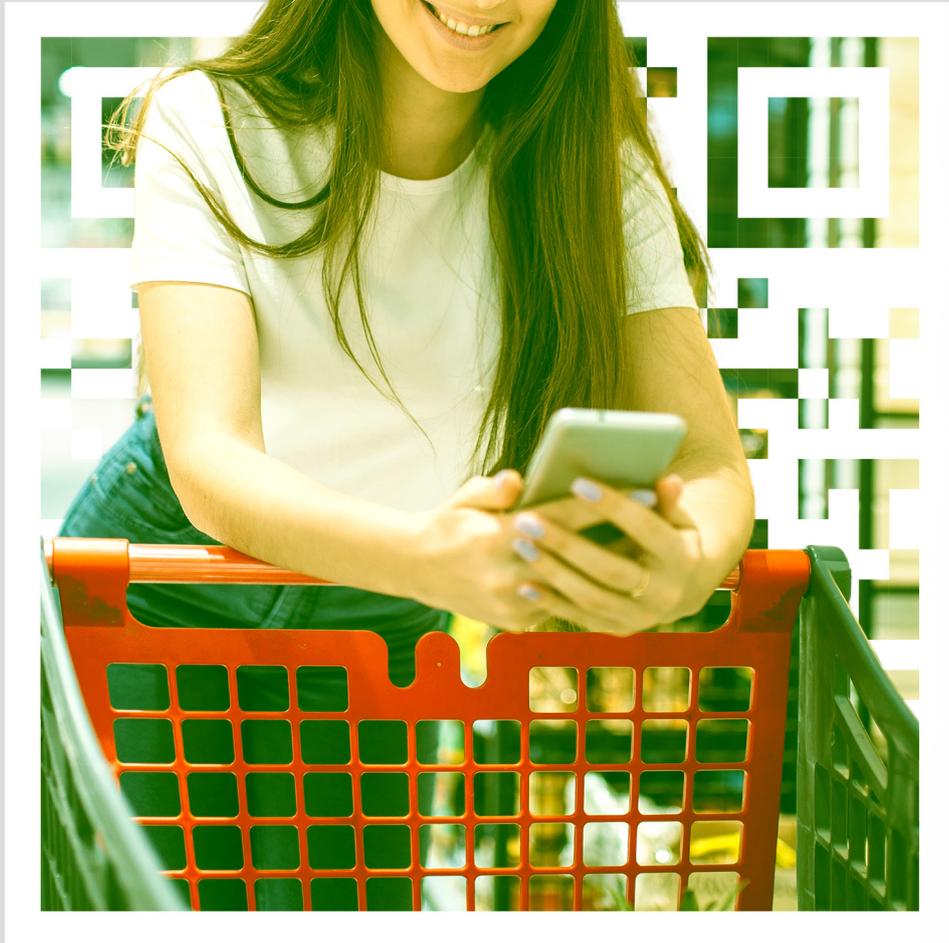
LGPD | Seus dados estão seguros conosco! P. 10

- Agente #SuperEssencial - Mais uma grande ação de prevenção à COVID-19 P. 03
- O que Rolou - Confira os principais acontecimentos da Rede P. 06



#SOMOSSV

19ª edição mar/abr 2021



LGPD | Seus dados estão seguros conosco! P. 10

- Agente #SuperEssencial - Mais uma grande ação de prevenção à COVID-19 P. 03
- O que Rolou - Confira os principais acontecimentos da Rede P. 06



Responsabilidade é essencial!

Neste primeiro trimestre de 2021, a segunda onda da pandemia da COVID-19 provou que nosso trabalho e dedicação no seguimento de protocolos de higienização é mais que uma atitude responsável, é compromisso. A Rede São Vicente está determinada em garantir e ser referência na segurança de nossos clientes, colaboradores e parceiros nessa fase crítica. Ao longo da leitura desta edição, você conhecerá mais de nossas ações para promoção da saúde.

E não posso deixar de falar de Barueri. Uma cidade promissora, dentro da maior metrópole da América Latina, em São Paulo. A nova filial nessa cidade será um marco em nossa história e abrirá portas para a expansão da nossa marca em conjunto com grandes mudanças operacionais e comerciais.

Quero evidenciar nosso novo benefício corporativo, o Gympass, que chegou para oferecer mais qualidade de vida e saúde para nossos colaboradores, um benefício com

inúmeras vantagens e que pode se adequar aos diferentes perfis e rotinas.

E seguindo com o foco no cliente, estruturamos nosso programa de NPS para que a opinião e experiência de compra seja nosso guia estratégico da empresa. Inauguramos em tempo recorde o e-commerce do Arena Atacado Piracicaba e realizamos mudanças nos processos para otimização dos Autoatendimentos.

Aproveite essa edição e, caso tenha alguma sugestão de pauta entre em contato com comunicacao.interna@svicente.com.br para avaliarmos!

Abraços!

Marcos Cavicchioli
DIRETOR-PRESIDENTE



Expediente - Responsável: Gerente de Gestão e Pessoas: Luciana Bueno. Coordenação e Redação: Camila Santos. Suporte e Redação: Caíke Taccelli e Isabela Braz. Agência: House of Hagens. Tiragem: 3.300 exemplares. Endereço: Av. Ampélio Gazzetta, 2789, Nova Odessa/SP. Tel/Fax: (19) 3466-8940. Contato: comunicacao.interna@svicente.com.br.

Nós somos #SuperEssencial

Mais uma grande ação de prevenção à COVID-19



Reginaldo Ferreira - Gerente da Loja 02 em Americana

"Muito importante a presença da Agente #SuperEssencial em nossa loja, além do apoio em fiscalizar e orientar, reforçamos a imagem positiva de segurança e comprometimento com o controle da pandemia".



Jefferson Lima - Gerente da Loja 17 em Sumaré

"O trabalho do Agente está ajudando muito na comunicação com os clientes e colaboradores referente as boas práticas da COVID-19".

Em conjunto com o posicionamento da APAS (Associação Paulista de Supermercados), que vem evidenciando a essencialidade dos Supermercadistas nessa fase emergencial da pandemia, nossa Rede instituiu o time, "Agente #SuperEssencial". Foram horas de reuniões, treinamento entre tantos esforços com o objetivo de consolidar o posicionamento das Lojas São Vicente e Arena Atacado como **referências em segurança e prevenção contra a COVID-19**.

Nossos **protocolos de higienização foram intensificados e todas as nossas lojas agora possuem o Agente #SuperEssencial**, uma equipe de profissionais da área de saúde e segurança, que juntamente com as lideranças das lojas, atuarão enfatizando nosso compromisso com a prevenção e orientando nossos clientes em todos os protocolos.

Mais de 20 profissionais contratados com a função de promover a saúde em tempo integral de trabalho, além de integrantes do nosso time que vestiram literalmente os coletes para que a Rede São Vicente e Arena Atacado, sejam lugares seguros!

Um por
TODOS
e todos contra a
COVID-19
DÊ VALOR À VIDA, PREVINA-SE

Entrega do Carro OKM ao Colaborador Willian Oliveira **VEM QUE O PRÊMIO TAMBÉM É SEU**

No dia 21 de janeiro, foi realizado o sorteio da campanha "Vem que o prêmio é seu", em que foram sorteados 46 vales-compras e 1 carro Fiat Mobi OKM, no qual concorreram todos os colaboradores que foram ouro durante o ano todo.

O ganhador do carro, o prêmio mais desejado, foi o Jovem Aprendiz - Willian de Oliveira, do nosso Centro de Distribuição em Nova Odessa. Ele atua na empresa há pouco mais de 1 ano, e com apenas 18 anos e a carteira de habilitação em andamento, ele conquistou com sua dedicação e um pouquinho de sorte o sonho de muitas pessoas, o de ter o seu primeiro carro.

Os sorteios internos, realizados anualmente, são uma ação de reconhecimento do empenho dos colaboradores de todas as nossas filiais, valorizando sua contribuição.



"Quando entrei na rede, não imaginei que ia ganhar um carro, e eu estou no começo da carreira ainda, fico muito feliz. Obrigado, São Vicente", **comentou Willian.**



Chegamos em mais uma cidade!

Além dos investimentos em tecnologia, a equipe de Obras e Expansão está trabalhando a todo vapor na construção da nova Loja dos Supermercados São Vicente na cidade de Barueri. Será nossa primeira loja na cidade e são muitas expectativas para atender esse novo público.

Barueri faz parte da Região Metropolitana de São Paulo, em apenas 26 km de distância da Praça da Sé, marco zero da capital paulista. O município é formado pela sede e pelos distritos de Aldeia, Jardim Belval e Jardim Silveira. Sua população é estimada em 274 mil habitantes sendo a 29ª cidade mais populosa do Estado.

Nossa nova loja fica situada no bairro Boa Vista, está previsto a inauguração no início do segundo semestre deste ano. O Gerente de Obras e Expansão, Vinícius Folegato afirma, “assim como em todo projeto, existem seus desafios e dificuldades, os quais acabaram sendo acentuados pelo agravamento da pandemia. Porém, nosso time está empenhado em garantir a entrega de mais uma loja, com o padrão de qualidade SV. O supermercado São Vicente de Barueri contará com diversas novidades e um layout pensado para propor uma excelente experiência de compra.”

Além da equipe de Obras, o setor de Aquisição de Talentos também está suando a camisa para preparar os novos colaboradores que farão parte da família SV. Desde janeiro a equipe está realizando os processos seletivos e nossas vagas foram até destaque em mídias regionais. Todo

esse trabalho contou com o apoio da Prefeitura, através do PAT (Posto de Atendimento ao Trabalhador) de Barueri.

Em todo processo que antecede a inauguração, a demanda é intensa, mas em Barueri também enfrentamos a adaptação com a cultura e agitação de uma grande metrópole. Vamos concluir nossas vagas até o mês de junho, assim, o novo time entrará para a fase de treinamentos, se preparando para a grande inauguração! Diz, Charline Silva – Supervisora de Aquisição de Talentos.

Estamos ampliando nossa atuação no Estado de São Paulo e vamos levar toda a qualidade de atendimento e produtos para essa nova cidade.

Barueri: seja bem-vinda à família São Vicente!



Modernidade e Otimização na Frente de Caixa

O uso da tecnologia para promover agilidade e praticidade nos supermercados só tem a avançar. Você sabia que a atuação de Caixas de Autoatendimento nas lojas, são responsáveis por uma redução de até 30% no tempo de espera em filas?

Em um estudo com mais de 2 mil brasileiros, realizado pela APAS (Associação Paulista de Supermercados) em 2019, mostrou que 39% dos consumidores consideram muito importante a presença do autoatendimento nos supermercados, e nos próximos anos o interesse só deve aumentar.

Todas essas informações, reforçam as ações tomadas durante o mês de março pelos setores Operacional, Tecnologia da Informação, Gestão de Pessoas, Marketing e Obras e Expansão para ampliar a experiência do cliente.

O sistema utilizado nos caixas de autoatendimento, recebeu ajustes para facilitar seu uso, como: navegação simplificada com letras maiores para facilitar a leitura, maior quantidade de itens por compra, passou de 15 para 20 produtos. Mas, a grande mudança foi nos processos internos que fazem o autoatendimento acontecer! Também, foram definidos equipes fixas para apoiar os clientes nos caixas, cada equipe realizou o treinamento em sua filial e o objetivo é um só, proporcionar uma atenção especial ao nosso cliente.



“Com a implementação das melhorias, conseguimos apresentar um produto totalmente remodelado, de fácil utilização, trazendo uma experiência única de compra! Claro que os desafios não param por aqui, a aplicação dos processos estabelecidos e a melhoria contínua devem ocorrer constantemente para que possamos garantir a satisfação dos nossos clientes”.

Diz Diego Stefanini – Gerente de Tecnologia da Informação.

“As mudanças no sistema do autoatendimento, deixaram o trabalho muito mais prático para os operadores que supervisionam os caixas. Como a liberação no cancelamento de itens e vasilhame, ficou mais e rápido apoiar os clientes”.

Diz Rejanes Cavicchioli – Supervisora de Frente de Caixa.

A Loja 10 da cidade de Cosmópolis, recebeu novos equipamentos de frente de caixa! No dia 20 de março, iniciaram o uso dos Caixas de Autoatendimento, facilitando as compras menores do dia a dia, proporcionando maior autonomia e agilidade. Segundo o Gerente da Loja - Ítalo Marinho, os clientes gostaram da novidade. “Todos os clientes elogiaram a mudança, principalmente a agilidade e facilidade em interagir no pagamento das compras, onde o ganho de produtividade é maior e o tempo de espera na fila é menor! Nossa equipe está preparada para as inovações!”

Parabéns a todos os envolvidos nesse projeto! Que a tecnologia seja sempre nossa aliada para proporcionar o jeito SV de atender.

Fonte: <https://portalapas.org.br/consumidor-dos-supermercados-ja-chegou-na-era-omni-channel-revela-pesquisa-da-apas/>

Arena Atacado de Piracicaba agora também tem e-commerce!

Projeto foi implantado em tempo recorde na empresa: apenas 3 dias entre a concepção e a inauguração.

É com grande orgulho que anunciamos no dia 26/03 que o Arena Atacado de Piracicaba inaugurou sua loja online. Atendendo às novas medidas restritivas da cidade, este projeto foi fruto de um grande esforço conjunto de áreas, alinhando: estratégia, tecnologia e operação.

Entre o recebimento da notícia de medidas mais severas contra a COVID-19 em Piracicaba – que restringia a abertura das lojas físicas de comércio varejistas –, a concepção do projeto e a inauguração na plataforma da loja online, foram apenas 3 dias. O projeto foi muito comemorado internamente pois reflete a postura madura da empresa em relação à pandemia: prontidão à serviço da população.



O e-commerce pode ser acessado pelo link: www.arenaatacado.com.br/online



Diego Faria, Gerente da loja Arena Atacado de Piracicaba, também conta um pouco sobre como foi a implantação da loja online lá pela loja:

"Fomos pegos de surpresa com a notícia de que os supermercados iriam fechar. O projeto do e-commerce começou a rodar em 3 dias com a ajuda de todos os departamentos da empresa, e assim começaram nossas vendas online no Atacado Arena. O cliente de atacado loja física quer um bom atendimento, mas prevalece o custo benefício. O cliente do e-commerce busca qualidade na seleção dos produtos e um ótimo atendimento. Separar o pedido 100 % com que ele solicitou é fundamental para sua satisfação. Nossa equipe está bem engajada para ser um sucesso este novo projeto."



Thiago Santos, nosso Gerente de Projetos & Inovação, explica como foram os dias trabalhando no projeto para colocá-lo nas ruas em tão pouco tempo:

"Tempos difíceis, demandam iniciativas efetivas e desafiadoras. E não foi diferente quando recebemos a missão de montar uma plataforma de vendas online no Atacado Arena de Piracicaba, em menos de uma semana. Desde que recebemos a informação do decreto de fechamento da loja por alguns dias, não houve dúvidas de que tínhamos que encontrar uma forma de atender o consumidor neste momento. Na prática foram 4 dias de trabalho intenso e muita colaboração interna e com parceiros estratégicos, para que conseguíssemos subir uma plataforma de e-commerce, segura, prática e efetiva, assim como capacitar as equipes, organizar a logística de entregas e comunicar os clientes. Ao fim dessa missão pudemos entregar um projeto consistente, que fortalece a marca e a nossa confiança na competência e engajamento das equipes envolvidas."



Eduardo Santiago, Gerente de Inteligência Comercial e responsável pelo E-commerce inspira com sua visão sobre o projeto:

"Era terça-feira pela manhã, no dia anterior o prefeito havia decretado o fechamento dos supermercados para o próximo sábado, deixando apenas a possibilidade do delivery. O que fazer para não deixar nossos clientes sem abastecimento? A resposta da equipe foi: "Vamos colocar o Arena Online" e foi isso que fizemos em 3 dias. Foi fantástico ver o que podemos fazer em equipe, todos sem exceção não mediram esforços para concluir este objetivo. Toda a complexidade sistêmica, treinamentos, logística, integrações de produtos e preços, plano de mídia, infraestrutura e financeira foi superada pela vontade em entregar o objetivo, vencemos!"

SEMANA DA MULHER SÃO VICENTE E ARENA ATACADO



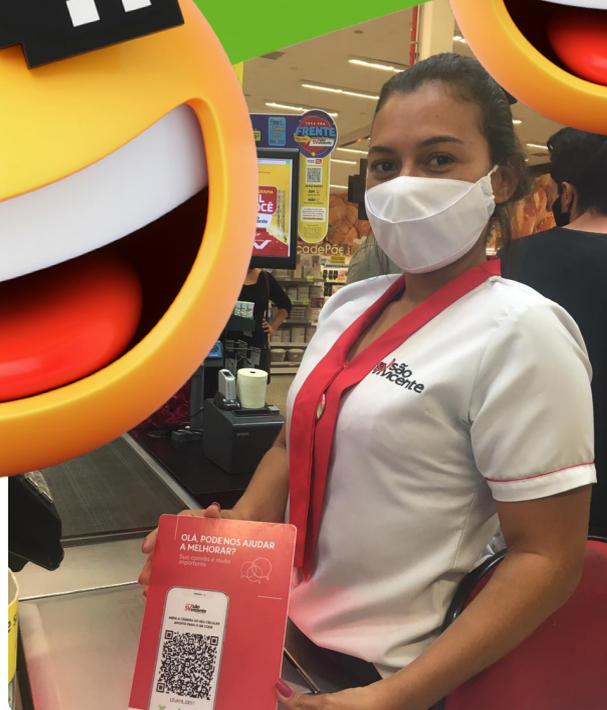
No dia 08 de março, celebramos o Dia Internacional da Mulher. Neste ano, o tema da celebração foi a “voz feminina”, pois, é a partir da comunicação que podemos contribuir para tornar a sociedade melhor, e quando uma mulher tem a iniciativa de expressar seus sentimentos e dificuldades, ela encoraja outras ao seu redor.

Para conscientizar e parabenizar todas as nossas colaboradoras, preparamos a “Semana da Mulher”, iniciada na segunda-feira com a entrega dos mimos em todas as filiais. Divulgamos também, conteúdos nas Redes Sociais, nomeada como “Use sua Voz”, em que contamos histórias inspiradoras de nossas colaboradoras ao decorrer da semana, mostrando os diversos desafios e superações que mulheres enfrentam na vida pessoal e no mercado de trabalho.

E para finalizar a pauta, lançamos três vídeos com o tema “Violência Contra a Mulher” – uma parceria firmada com a especialista em saúde pública Léa Amabile – que abordou assuntos fundamentais para mulheres de todas as idades, entre os assuntos, ensinou como identificar os tipos de violência contra a mulher, quais são serviços disponíveis de atendimento à mulher e como as mulheres podem criar redes de apoio. Uma semana enriquecedora, de empatia e carinho!



Para assistir os vídeos, capture com seu smartphone o QR Code



Pesquisa de Satisfação do Cliente e o Método NPS

A pesquisa com a metodologia NPS - Net Promoter Score - revolucionou o estudo de satisfação do cliente. Criada por Fred Reichheld em 2003 e divulgada através de um artigo na revista da Universidade Harvard, a pesquisa tem o objetivo de medir o grau de lealdade dos clientes com as informações coletadas, que fornecem reflexos da experiência de compra. Um indicador-chave muito utilizado no mundo todo, em virtude da sua simplicidade, confiabilidade e flexibilidade.

Em nossa Rede, a aplicação da pesquisa é realizada de forma espontânea e digital, o Operador de Caixa aborda o cliente e apresenta um Qr Code que ao capturar a imagem direciona ao questionário no próprio smartphone.

Com os dados extraídos da pesquisa, nossos principais objetivos da aplicação, são:

- 1º** - Conhecer a percepção do cliente e usar sua opinião como direcionamento nas estratégias da empresa.
- 2º** - Oferecer melhorias nas estruturas e serviços. Pois, através da pesquisa é possível identificar o que cada loja deve focar para ampliar a satisfação do cliente em sua região.
- 3º** - Oferecer campanhas e promoções mais assertivas e que se encaixam ao perfil de público da empresa.

Com essa visão de constante procura por melhorias operacionais, o projeto passou por uma atualização de protocolo no último mês de março. A NPS não é novidade na Rede, mas está em constante atualização. Quem fala mais sobre o projeto é o Gerente de Marketing - Daniel Azzola:



"A Experiência do cliente é nosso guia, com a pesquisa, conseguimos um direcionador para obter melhorias acompanhando as tendências de mercados e as aspirações dos nossos clientes. O objetivo é conduzir a empresa na tomada de decisões centradas no cliente."

SV CAPACITA VOCÊ - CURSO FORMAÇÃO DE AÇOGUEIROS

Buscando sempre levar oportunidades de desenvolvimento e crescimento para a comunidade, o Projeto "SV Capacita Você" abriu vagas para o Curso de Formação de Açougueiros. O curso, que é gratuito e aberto a toda a população de Americana e suas cidades vizinhas, como Santa Bárbara d'Oeste e Nova Odessa, manteve as vagas abertas de 05 a 21 de março, através do endereço carreira.svicente.com.br, e teve 92 inscrições.

Com 80h/aula divididas em 20 dias de atividades, o curso exigiu apenas dois pré-requisitos para se qualificar a uma vaga eletiva na formação:

- Ensino médio completo
- Disponibilidade de horário



Além, é claro, de muita dedicação à profissão de um dos setores mais importantes dos nossos supermercados, representando aproximadamente 15% do faturamento das lojas.

A capacitação profissional tem previsão de início para ** de Abril na Loja 1, no bairro São Vito em Americana e há possibilidade de contratação após conclusão.

Nas redes sociais, o anúncio da vaga teve mais de 100 mil impressões e movimentou muitos comentários positivos:



Cesar Fabiano

Fiz o curso também e foi de grande aprendizado e já empregado do curso ,esse curso te abre portas ,vale com certeza .



Lourdes Marcal

PARABÉNS São Vicente pela iniciativa,por esse projeto!!!minha sublinha, se inscreveu, Ana Byatriz de Oliveira, ela sempre quis esse curso!!!



Luiz Goulart

Parabéns Grupo Cavichioli, sao empresas como vcs que merecem o respeito, mesmo durante a pandemia momento difícil ajudando de alguma forma os seus clientes e cidadão da cidade.

Parabéns



Souza Douglas

Hoje sou o profissional que sou, na área de açougue, graças à esse curso que foi em 2016 , curso muito bom grato ao SV, onde pude trabalhar por 2 anos e depois fui atuar na mesma área em outra empresa, uma profissão nobre e cada vez mais, escassa vale muito a pena se forma. 😊😊😊

SÃO VICENTE RENOVA SUA CASA TAMBÉM

No dia 25 de março, iniciamos o primeiro sorteio da campanha "Renova Sua Casa Também" para os colaboradores que foram bronze nessa primeira etapa do ano.

No primeiro sorteio, 22 sortudos – 1 de cada filial – contemplados como bronze por sua presença em Fevereiro, foram premiados com um vale-compras no valor de 300 reais.

Os colaboradores ainda terão mais duas oportunidades para testarem a sua sorte durante as premiações deste primeiro ciclo.

No decorrer dos meses de Abril e Maio, serão sorteados, para os colaboradores que serão prata no mês de Março, 22 vales-compras no valor de 400 reais.

E para aqueles que chegarem ao sorteio final contemplados como ouro, o prêmio disputado será de 22 vales-compras no valor de 550 reais junto com a chance de concorrer ao prêmio mais cobiçado, constituído por 1 kit casa renovada recheado de eletrodomésticos novinhos!

As campanhas do programa Presença Premiada, são um incentivo para que nossos colaboradores mantenham sua presença em dia, ganhando além de um benefício trimestral, a chance de concorrer a muitos prêmios por sua dedicação em nossa Rede São Vicente.



Seus dados estão seguros conosco!

Conheça a Lei Geral de Proteção de Dados e sua importância no Brasil.

Já parou para pensar, por onde percorrem todos os seus dados, em cadastros que você realizou na vida? Se não, atenção, seus dados pessoais são muito valiosos! A partir deles as empresas podem conhecer além do seu CPF, seus interesses, hábitos, locais que frequenta entre outros. Tudo para oferecer produtos e serviços cada vez mais segmentados.

Mas até que ponto, esse colhimento de informações é seguro para você?

Bem, com a polarização da Internet e de negócios digitais, o uso de dados aumentou desenfreadamente e sem nenhum tipo de restrição, abrindo brechas para diferentes tipos de golpes e atuações sem o consentimento dos

titulares dos dados pessoais. Em todo o mundo, as autoridades enxergaram a necessidade de criar regulamentações para a proteção dos dados de usuários na rede. E assim, no Brasil, surgiu a Lei Geral de Proteção de Dados, com sua famosa sigla LGPD, que entrou em vigor em agosto de 2020.

A LGPD:

O principal objetivo da lei é proteger os dados pessoais, dando mais transparência ao titular dos dados e detalhando obrigações para as empresas que os tratam. Para isso, a lei traz princípios importantes, entre eles a transparência, segurança e adequação das empresas com o uso de dados pessoais.

SV cuida dos seus dados!



Na Rede São Vicente e Arena Atacado, desde 2020, estamos trabalhando diariamente para seguir as normas da nova lei e manter seus dados seguros! Aqui, ela faz parte dos nossos valores pois, acreditamos na Integridade e Responsabilidade no uso dos dados que nos são fornecidos.

Na Sede Administrativa, desenvolvemos um curso totalmente online, através da plataforma Engage, para deixar todos os colaboradores que fazem o tratamento de dados pessoais, atentos sobre a nova lei.

Em nossos sites – Svicente.com.br e Arenaatacado.com.br temos disponível as política de privacidade de dados pessoais. O documento foi desenvolvido cuidadosamente para que todos entendam nossas políticas de uso e práticas dos dados. Conhecer a Lei é nosso dever como titular e também como colaborador, integrante de uma empresa que preza a segurança e transparência para nossos clientes, parceiros e funcionários.



Bruno Moreira, nosso Encarregado de Tratamento de Dados, afirma, “a Rede São Vicente tem encarado a nova lei com muita seriedade e promovendo todos os ajustes necessários. Criamos uma nova área focada em Privacidade de Dados, atuando juntamente com o setor jurídico, facilitando o contato com clientes, colaboradores, parceiros e órgãos públicos.

Também estamos investindo nas melhores ferramentas disponíveis e adotando as melhores práticas no mercado para garantir a integridade e transparência nos dados coletados e tratados aqui.”

Para deixar na ponta da língua, vamos aprender os principais conceitos da lei.



1º Dúvidas de Clientes sobre nossa política de dados:

Em casos de dúvidas de nossos clientes sobre o uso dos dados pessoais, peça para entrar em contato com nosso Encarregado pelo Tratamento de Dados Pessoais (DPO) usando o E-mail: privacidade.dados@svicente.com.br



2ª Dados pessoais:

entre os exemplos de dados pessoais podemos citar o nome, RG, CPF, e-mail, telefone fixo e celular, endereço residencial, etc. Não são considerados dados pessoais aqueles relativos a uma pessoa jurídica, como CNPJ, razão social, endereço comercial, entre outros.



3º Dados pessoais sensíveis:

dados sobre origem racial ou étnica, convicção religiosa, opinião política, filiação a sindicato ou a organização de caráter religioso, filosófico ou político, dado referente à saúde ou à vida sexual, dado genético ou biométrico.



4º Tratamento:

toda ação realizada com dados pessoais, como as que se referem a coleta, produção, recepção, classificação, processamento, arquivamento, armazenamento, eliminação, avaliação ou controle da informação, modificação, comunicação, transferência, difusão ou extração.



5º Controlador:

pessoa natural ou jurídica, que toma as decisões referentes ao tratamento de dados pessoais.



6º Processador:

pessoa natural ou jurídica, que realiza o tratamento de dados pessoais em nome da decisão do controlador.



7º Encarregado:

é o indicado pelo controlador, responsável pela comunicação entre os titulares que terão seus dados processados, controlador e órgãos de regulamentação.



8º Consentimento:

manifestação livre, pela qual o titular concorda com o tratamento de seus dados pessoais para uma finalidade determinada pela empresa.

Agora que você já conhece a LGPD, não vai continuar aceitando todos os cookies em sites, viu!





Qualidade de Vida

Gympass

Em negociação desde o começo do ano, o benefício que estava na mira da nossa rede desde então, deu seus primeiros passos de forma oficial na segunda quinzena de fevereiro. Até os primeiros 15 dias de março, já tínhamos cerca de 160 adesões ao programa.

Gympass é um benefício corporativo de bem-estar e qualidade de vida em 360°. Com a missão de acabar com o sedentarismo no mundo, a plataforma prega que: esteja onde estiver, como e quando quiser, as pessoas merecem a chance de praticar exercício físico. Tão simples quanto uma assinatura na Netflix ou no Spotify, o benefício funciona como um passaporte para uma infinidade de acessos a academias, estúdios e ginásios por todo o país e funciona no modelo de autogestão, onde o próprio colaborador opta pela sua adesão, baixa o app em seu smartphone e se cadastra na plataforma, fazendo por lá todo o gerenciamento do seu plano como: gestão financeira, inclusão de dependentes, cancelamentos. E o melhor, tudo incluso em apenas uma mensalidade, com planos que começam em R\$ 29,90.

Pioneira entre os supermercadistas da região, a Rede São Vicente é uma das primeiras empresas do setor a oferecer o benefício aos seus colaboradores.



Juliano Ballarotti, VP da Gympass nos contou seu objetivo com a plataforma:

“Nossa missão é tornar o bem-estar universal, envolvente e acessível. O Gympass é um aliado da Rede São Vicente para que ofereçam aos seus colaboradores, em uma só plataforma, as melhores opções para um benefício corporativo de bem-estar holístico e flexível. Queremos estimular todas as formas de atividades físicas, mentais e emocionais por meio de uma jornada bastante personalizada. Cada pessoa pode encontrar e fazer aquilo que precisa para se sentir bem e feliz em casa, no trabalho e com a família.

Os colaboradores têm, agora, soluções digitais para continuar cuidando da saúde onde quer que estejam: de aulas virtuais e sessões com personal trainers aos mais diversos aplicativos de terapia, meditação, yoga e nutrição, por exemplo”.

Assim que o cenário pandêmico se estabilizar e as restrições diminuïrem, acreditamos num comportamento híbrido, em que as pessoas poderão adaptar sua rotina de bem-estar incorporando atividades presenciais e online.

Nosso colaborador tem o poder de escolha no Gympass, que o ajudará a encontrar o equilíbrio que tanto precisa entre vida pessoal e profissional, com uma experiência cada vez mais personalizada, tornando sua jornada de bem-estar completa.



Fortaleça seu Sistema Imunológico com a prática do Exercício Físico Regular

Matheus Guido, 22 anos, Gestor da Academia Body Fit, Profissional de Educação Física graduado pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Especialista em Hipertrofia, Alongamentos e Correção Postural

Nunca se falou tanto em imunidade como atualmente. Com a pandemia do Coronavírus, a preocupação das pessoas em melhorar a performance do seu sistema imune aumentou significativamente. Mas será que existem formas de torna-lo mais resistente?

De acordo com a revista científica *Frontiers in Immunology* em um estudo de 2018, a atividade física regular pode postergar o envelhecimento do sistema imune. Outro estudo publicado na revista científica *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, pesquisadores relataram que treinos aeróbicos contribuem de forma pontual para fortalecer a imunidade em geral e o sistema respiratório.

Para reforçar essa afirmação, uma pesquisa realizada pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), concluiu que a hospitalização por COVID-19 é 34% menor entre pessoas que praticam atividade física. De acordo com resultados da pesquisa, o grupo que já praticava pelo menos 75 minutos de atividade física por semana, tiveram menores complicações pela doença.

Podemos concluir que sim, é possível deixar o sistema imunológico mais forte através da prática de exercícios físicos. Mas para que se atinja esse objetivo, é preciso ter constância!

O primeiro passo é escolher dentre as diversas atividades que existem, algo que se identifique e sinta prazer. Essa escolha é importante para que você consiga pôr em prática em sua rotina. Recomenda-se realizar exame clínico antes de empreender exercícios intensos, pois, sem orientação podem provocar lesões e dores.

Mesmo dentro de casa é possível fazer 30 minutos diários de alguma atividade física, utilizando materiais simples, como corda, cadeira ou, até mesmo, o próprio corpo. Algumas opções de atividades são: correr, nadar, pedalar, pular corda, alongamentos, danças, movimentos contínuos ou que envolvam força.

É importante destacar que a efetividade na prática de exercícios físicos oferecem benefícios para todo o corpo, desde o sistema cardiovascular, imunológico e a nossa saúde mental.

COLABORADOR NOTA 10

Quem não gosta de ser elogiado pelo trabalho bem feito, não é? Ouvir palavras de reconhecimento e gratidão fazem-nos sentir satisfeitos pelo trabalho que realizamos para colaborar com a construção da nossa Rede.

Através do nosso site, muitos clientes utilizam do espaço para nos trazer feedbacks de alguns colaboradores, elogiando seu desempenho e bom atendimento, sempre que possível, nos enviando um pouco de carinho em suas palavras.

NOTA
10



Luan Luís Dos Santos

“Agradeço muito pela atenção e cuidado que o operador Luan da loja 1 teve comigo durante o atendimento no totem. Sei que muitas vezes lidar com o atendimento ao público pode ser algo difícil, mas ele consegue fazer isso com educação e agilidade! Meus parabéns para esse funcionário, agradeço por poder contar com a sua ajuda e com a sua habilidade.”

**Rosemeyre Ferreira dos Santos,
Americana**

“Fui até a unidade de Itu para comprar uma carne e no freezer das carnes fui abordado por um funcionário. Perguntei a ele se tinha alguma peça um pouco menor de filé mignon e o mesmo foi muito prestativo, foi procurar se tinha a peça com o peso desejado e ainda ofereceu para limpar a peça para mim. Sinceramente, nunca fui atendido por um profissional de açougue dessa forma como fui pelo Luciano, tive que perguntar o nome dele e parabenizá-lo pelo excelente atendimento. Parabéns!!!”

Fernando Velloso, Itu

NOTA
10



Luciano Rodrigo Dias

EU INDICO #FIQUEEMCASA



Eu indico: O livro “Antifrágil: Coisas que se Beneficiam com o Caos”.

Daniel Henrique da Silva - Subgerente da loja 14

O livro do autor Nassim Nicholas Taleb, é muito interessante! Traz consigo lições para aplicarmos na vida tanto pessoal quanto profissional. É sobre como podemos tirar “proveito” em meio as adversidades da vida e evoluir diante delas. Ou seja, quando algo ruim acontece conosco ou quando nos vemos no meio da desordem, medo ou caos, o primeiro instinto é sair deste cenário, porém uma pessoa antifrágil consegue entrar em situações negativas, desafiadoras e aprender com os erros tornando-se uma pessoa cada vez melhor e mais preparada. O livro é um “pouquinho” grande, mas vale a pena a leitura.



Eu indico: A série Ponto Cego (Blindspot) – Disponível na Netflix

Lays Silva De Oliveira – Depósito da Loja 11

Para os amantes das séries de ação, aventura e investigações policiais, a série Ponto Cego é daquelas de maratona no sofá. Ela conta a história de uma misteriosa mulher que é encontrada na Times Square, sem quaisquer lembranças de quem ela seja e de como chegou ali. As únicas pistas que ela possui são as tatuagens que cobrem todo o seu corpo. Então, um agente do FBI passa a ajudá-la enquanto buscam a verdade sobre si mesma. Prende muito a nossa atenção e desperta o interesse pra continuar assistindo até o final.



Eu indico: Treino em casa de Defesa Pessoal

Diego Moreira – Tecnologia da Informação do ADM

No Kung Fu há várias vertentes de estilos e técnicas de lutas, porém a que mais me chamou a atenção foi a Defesa Pessoal. Devido às atuais restrições, podemos aprender inicialmente com os cursos gratuitos disponibilizados no Learncafe. Curso fundamental de 25 horas ou um curso específico para mulheres de 3 horas. “Concentração, foco e equilíbrio. A prática é um ato de fé e de resistência que permite aperfeiçoar o corpo, a moral, o caráter e a disciplina mental”.

