LUXAFIT TRANSPORTES

Ed.04

Boletim Informativo

Boletim Trimestral Dezembro/2022

Entretenimento • Legislação • Notícias • Vagas • Cursos • Treinamentos • Instruções Internas

DESTAQUE NA LUXAFIT

No dia 11 de Novembro foi consagrado o **Dia Mundial da Qualidade.**

Com o objetivo de disseminar conhecimento sobre o Sistema de Gestão da Qualidade implementado na Luxafit, foi realizado um **DDQ - Diálogo de Qualidade** no qual foram abordados alguns temas. Foi um dia único, em que discutimos e pensamos em meios para a melhoria contínua dos nossos serviços, a satisfação do cliente, visando a credibilidade da nossa organização.

Dentre os itens de avaliação do treinamento, pode-se observar assuntos que muitos não tinham familiaridade, conforme imagem abaixo:

Dos temas abordados, qual você não tinha familiaridade no assunto?

NÃO CONFORMIDADE	5
CONTROLE DE MUDANÇAS - CM	5
BOAS PRÁTICAS DE DOCUMANTAÇÃO	5
MAPEAMENTO DE PROCESSOS	3
OEA - OPERADOR ECONÔMICO AUTORIZADO	3

ORGANIZAÇÃO E SEGURANÇA

5S: COMO FUNCIONA A METODOLOGIA NO AMBIENTE DE TRABALHO

O 5S é uma metodologia que se propõe a organizar espaços, para que o trabalho possa ser executado de forma eficiente, eficaz e segura. Esse sistema se concentra em manter o local de trabalho sempre limpo, o que facilita as pessoas desempenharem suas funções sem perderem tempo ou correrem algum risco em relação a acidentes de trabalho, por exemplo.

Essas palavras japonesas significam, respectivamente, 5 tipos diferentes de sensos:

1. Utilização (Seiri);
2. Organização (Seiton);
3. Limpeza (Seiso);
4. Saúde e padronização (Seiketsu);
5. Disciplina (Shitsuke).

Cada **S** representa uma parte de um processo de cinco etapas que pode melhorar a função geral de um negócio.

O conceito 5S pode parecer um pouco abstrato a essa altura, mas, na realidade, é uma **ferramenta prática, da qual todos podem participar.**

Como funciona?

1. Senso de utilização – Seiri

É realizada uma categorização dos materiais ou objetos de trabalho para definir o que é "útil" e o que é "inútil". Os materiais úteis serão, então, reorganizados de forma mais inteligente e os inúteis descartados para reduzir a necessidade de estoque e espaço.

2. Senso de organização – Seiton

O seiton é uma continuação do primeiro passo e a ideia da 5s aqui é a de simplificação. O objetivo é definir locais específicos e adequados para cada material, visando conferir agilidade aos processos do dia a dia e gerar economia de tempo.

3. Senso de limpeza – Seiso

Parte da investigação das principais fontes de sujeira (física e visual) para garantir a limpeza primorosa do local de trabalho. Qualquer componente que possa provocar algum desconforto deve ser limpo e/ou eliminado.

4. Senso de saúde e padronização – Seiketsu

Representa a manutenção dos três princípios iniciais. Com um ambiente limpo, a probabilidade dos funcionários tornarem-se mais cuidadosos com a conservação do ambiente empresarial e a manutenção da própria saúde é maior. Nesse passo também são mantidos e melhorados os processos de segurança.

5. Senso de disciplina – Shitsuke

Em execução, esse princípio significa que o sistema está em andamento pleno. A disciplina, que pode ser apontada como chave do 5s, existe quando cada colaborador executa sua função para o aperfeiçoamento do ambiente de trabalho, da saúde pessoal e do desempenho geral, de maneira disciplinada e sem a necessidade de cobranças.

CONSCIENTIZAÇÃO DE VERÃO

DICAS DE COMO SE PROTEGER DO SOL NA ESTRADA

Existem técnicas específicas que devem ser aplicadas por quem trabalha na estrada e tem contato constante com o sol, sendo importante que você as conheça, bem como informe os demais motoristas da sua frota sobre elas.

Use protetor solar

O protetor solar é o principal produto usado para proteger a pele do sol, pois seu objetivo é diminuir o dano que a luz solar causa gradativamente à pele.

Existem diferentes índices de fatores de proteção (chamados de FPS). Independente do tom da sua pele, o indicado é usar um fator acima de 30 FPS.

Proteja os olhos

A visão é um dos principais instrumentos de trabalho dos motoristas, já que eles precisam visualizar bem a estrada, as placas, demais caminhões e outros veículos.

Óculos escuros são ideais para proteger os olhos dos raios solares. Nesse caso, procure por óculos que tenham proteção contra radiação ultravioleta (UV) 400, o que significa que essas lentes bloqueiam ondas de sol com comprimento menor que 400nm/0. Assim, você tem certeza de que o acessório protege contra UVA e UVB.

Evite horários de sol forte

De forma geral, os horários entre 10 e 16 horas têm grande incidência da radiação UVB, que tem comprimentos de onda mais longos (280-315 nm).

Nem sempre é possível alterar o horário de trabalho, e o motorista precisa dirigir nos horários em que o sol está mais forte. No entanto, é recomendável fazer descansos ou paradas para almoço nos horários mais fortes sempre que possível.

Use roupas adequadas

Outra forma de proteger a pele — especialmente para minimizar as chances de câncer de pele — é usar roupas adequadas. Você deve apostar em manguitos: geralmente os antebraços são mais expostos ao sol, mas você pode utilizar mangas longas com proteção UV.

Tenha sempre uma garrafa de água

Tomar água com frequência é crucial para se manter hidratado, já que os caminhoneiros perdem muito líquido por meio do suor durante as viagens. O recomendável é que, em viagens acima de 2 horas, os condutores carreguem garrafas de água e bebam um gole a cada 10 ou 15 minutos. Outra dica relacionada é dar preferência a alimentos com muita água, como melancia, tomate, abacaxi, brócolis e pepino.

Tenha cuidado com o mormaço

Diferentemente do que muitos acreditam, tempos nublados também podem causar danos à sua pele, o que acontece porque até 80% da radiação ultravioleta atravessa as nuvens e chega até a terra. Ressalta-se que isso pode acontecer até mesmo em tempos de chuva.

Por isso, tome as mesmas precauções que você tomaria se o sol estivesse forte, como uso de óculos de sol, protetor solar, roupas adequadas, entre outros.

ALERTA MOTORISTA

7 DICAS ESSENCIAIS PARA DIRIGIR COM SEGURANÇA EM DIAS DE CHUVA

O período de chuvas já começou em grande parte do Brasil. E é fato que dirigir em dias de chuva é sempre desafiador, mesmo para os motoristas que tem mais experiência. Por isso, separamos 10 dicas preciosas para ajudar os motoristas a dirigir com mais segurança na chuva e terem menos risco de prejuízo.

1 – Mantenha distância do veículo da frente

Com a pista molhada e escorregadia, a distância de frenagem do carro aumenta e facilita as colisões, principalmente em casos de freadas bruscas. Uma distância considerada segura é cerca de 10 metros, equivalente a dois carros mais ou menos.

2 – Cuidado com a aquaplanagem

O fenômeno que chamamos de aquaplanagem é quando o carro perde o contato direto com o asfalto e acaba derrapando ao passar por cima de uma lâmina d'agua. Para evitar que isso aconteça o motorista deve sempre **manter os freios em dia e os pneus em bom estado.** Caso perceba que o carro perdeu o contato com a pista, mantenha a calma, fique com as duas mãos no volante, tire o pé do acelerador, não pise no freio e não vire a direção.

3 – Pare o veículo se a chuva estiver muito forte

Quando a chuva está muito forte, a visibilidade acaba ficando tão prejudicada que nem o limpador de para-brisas consegue dar conta de limpar tanta água. Nesse momento, é aconselhado que o motorista pare o veículo no acostamento ou em um local seguro e aguarde a chuva passar ou ficar mais fraca. E, caso pare no acostamento, ligue o pisca-alerta para que os outros veículos vejam você.

4 – Ligue o farol baixo

Em dias de chuva, os faróis ligados melhoram a visualização dos outros veículos, sobretudo se houver neblina. Não é indicado o uso do farol alto, pois ele reflete diretamente nas gotas de chuva, atrapalhando não só a sua visão, mas também a dos outros motoristas.

5 – Guie-se pelas linhas e tachões no solo

Quando a estrada não tem boa iluminação, a chuva prejudica ainda mais a visibilidade do motorista, por isso, uma dica para não perder o traçado da pista é usar como referência os tachões refletivos que fazem a separação das faixas. Especialmente no período da noite, quando a pista molhada reflete a luz dos veículos.

6 – Evite ultrapassagens

Em dias de chuva, a pista molhada deixa qualquer manobra mais arriscada. Por isso, antes de qualquer movimento, é importante avaliar se a ultrapassagem é realmente necessária e se é possível fazer a ultrapassagem do veículo da frente com total segurança. No trânsito, a paciência é o melhor copiloto.

7 – Dirija sempre com as duas mãos no volante

Mantenha as duas mãos no volante principalmente quando estiver chovendo, momento em que a atenção do motorista precisa ser redobrada. Isso vale para rodovias, ruas e avenidas das cidades.

Lembre-se, quando se trata de direção, precisamos ter todo o cuidado e atenção.

TREINAMENTO DE RECICLAGEM

EQUIPES INTERNAS DE BRIGADA DE INCÊNDIO

Conheça nossa equipe interna de Brigada de Incêndio, na qual tivemos neste mês de Novembro o **Treinamento de Reciclagem.**

Qual sua importância

Qualquer empresa que possui 20 funcionários, ou mais, precisa ter uma brigada de incêndio — uma organização interna, composta pelos próprios colaboradores e que é treinada para agir em situações de princípio de incêndio.

A ideia é que essa equipe esteja apta a **combater as chamas e a organizar a saída segura de todas as pessoas do ambiente em perigo,** além de ter condições para proceder diante de outras eventualidades que envolvam a segurança do local de trabalho.

O que é uma brigada de incêndio

De caráter obrigatório por parte das empresas — privadas ou públicas — que têm funcionários regidos pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), as Normas Regulamentadoras (NR) são um conjunto de requisitos e procedimentos voltados à segurança e medicina do trabalho. E é a Norma Regulamentadora nº 23, conhecida como NR-23, que determina o que é uma brigada de incêndio.

Segundo ela, uma brigada de incêndio deve ser formada por um grupo de pessoas que atuam voluntariamente, passando a maior parte do seu tempo no mesmo local — no caso, uma empresa.

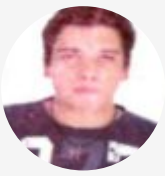
Para isso, devem ser devidamente treinadas e capacitadas para prestar o auxílio necessário aos colegas em casos de emergência, como situações de incêndio.

E esse treinamento é obtido de maneira prática e teórica, por meio de uma formação específica que envolve noções básicas de combate a incêndios, salvamento e primeiros socorros.

CONHEÇA NOSSA BRIGADA

CAMPINAS

Orlando Ferreira



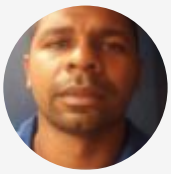
Adalto Júnior

José Erivan

GUARULHOS

Gabriel Oliveira

Anderson Estevan



Joselito Pereira Santos

SANTOS

Marcos Antonio

Rafael Cardoso

ALERTA MOTORISTA

CONFIRA A RELAÇÃO DE POSTOS AUTORIZADOS PARA ABASTECIMENTO

CIDADE	POSTO
CAMPINAS/SP	RODOCAMP
GUARULHOS/SP	ASAS DE CUMBICA
SANTOS/SP	SANTO ANTÔNIO
ABARÉ/SP	BINZUGÃO III
EMBU DAS ARTES/SP	POSTO 22
ATIBAIA/SP	CENTRO DE SERVIÇOS FRANGO ASSADO NORTE
SÃO JOSÉ DOS PINHAIS/SP	POSTO TULIO CONTORNO
CAJATI/PR	AUTO POSTO REAL CAJATI LTDA
PARANAGUA/PR	POSTO 44 PARANAGUÁ
IJUI/PR	POSTO 44
ITATIAIA/RJ	POSTO IRMÃOS SMIDERLE
RESENDE/RJ	REDE GRAAL EMBAIXADOR
ARARAQUARA/SP	AUTO POSTO PAU SECO
UBERABA/MG	POSTO CAXUXA II
SERRA/RJ	POSTO SERRAMAR
UBERLÂNDIA/MG	DECIO UBERLANDIA
PONTA GROSSA/PR	POSTO CONTORNOV
SÃO MATEUS DO SUL/PR	POSTO PELANDO SÃO MATEUS
APARECIDA DE GOIANIA/GO	AUTO POSTO APARECIDÃO
SÃO CARLOS/SP	AUTO POSTO APARECIDÃO
GUARUVA/SC	POSTO Z6 LTDA

Observações:

- Caso tenha algum posto que não esteja na lista, ligar para gestor imediato para homologação do posto.
- Sempre que for realizar uma rota, verificar se tem posto autorizado.
- Atentar-se a postos de pernoite, caso não esteja na lista, favor solicitar homologação.

Respeite o Limite de Velocidade Permitido

3/4 • Toco • Truck e Cavalo Mecânico

Fiorino, Daily, Sprinter, Express

ACONTECEU NA LUXAFIT

SETEMBRO AMARELO

• Campanha Setembro Amarelo prevenção de Suicídio.

• Cinema Consciente: Arremessando Alto.

• Campanha *Deixe seu recado!* Mude o dia de alguém, com recadinhos motivacionais para mudar o dia de alguém.

OUTUBRO ROSA

Campanha Outubro Rosa palestra preventiva e conscientização! Realizada pela Dra. Fabiana Ginel. Juntos(as) por esta causa! Prevenção é o caminho! Cuide-se.

NOVEMBRO AZUL

Campanha Novembro Azul, *Cuidar da saúde é sempre o melhor caminho!* Palestra sobre cuidados com a saúde do homem com Dra. Fabiana Ginel.

COPA DO MUNDO

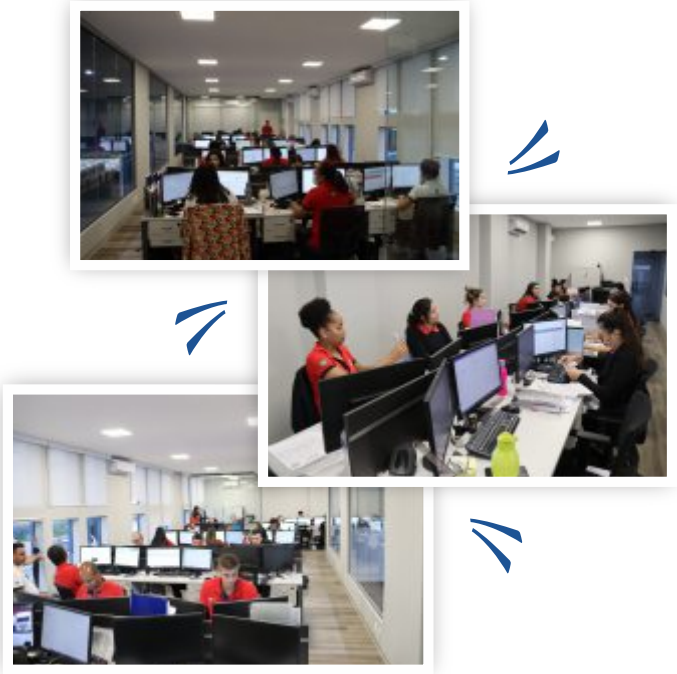
O clima de Copa do Mundo tomou conta da Luxafit Transportes. Estamos torcendo com muita alegria e vibração. Vem Hexa!

ACONTECEU NA LUXAFIT

NOVO AMBIENTE DE TRABALHO

Ebaa!!! Estamos de **Ambiente Administrativo** novo, que nossa nova jornada seja de muito sucesso e que possamos iniciar 2023 com tudo.

- *Não fale alto*
- *Organize seu espaço de trabalho, não deixe itens espalhados pelo ambiente*
- *Cordialidade sempre*
- *Seja prestativo e conecte-se com os demais*
- *Respeite as áreas de uso comum e os espaços que precisam ser reservados*
- *Seja pontual*



TREINAMENTO DO SEST SENAT

SEST SENAT — Serviço Social do Transporte / Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte

CAPACITAÇÃO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL COM PROFESSORES COM EXPERIÊNCIA DE MERCADO

Nada melhor do que capacitar-se! Então aproveite os cursos rápidos oferecidos pelo Sest Senat.

Os cursos oferecidos envolvem 8 temáticas principais:

- **Saúde**
- **Gestão de Negócios**
- **Segurança**
- **Logística**
- **Tecnologia**
- **Transporte**
- **Desenvolvimento Educacional e Social**
- **Meio ambiente**

C U R S O S

MOPP • COLETIVO • ESCOLAR • EMERGÊNCIA • CARGAS INDIVISÍVEIS

Acesse o QR Code para ver as orientações de inscrição dos cursos acima.