



PNEU RODANDO



Boletim Semanal nº 04 - 25/02/2022



LÚPUS

FIBROMIALGIA

MAL DE ALZHEIMER

FEVEREIRO ROXO: CAMPANHA CONSCIENTIZA SOBRE O TRATAMENTO PRECOCE DE DOENÇAS CRÔNICAS E SEM CURA. *Pags 6 e 7*



PROMOÇÃO

Em comemoração ao Dia do Trabalhador, celebrado em 1º de maio, o Sintropas vai presentear três trabalhadores associados com um smartphone. Para concorrer ao prêmio basta ter o aplicativo do Sintropas instalado no celular e ter utilizado o app pelo menos uma VEZ. *Saiba mais na página 03.*

CARTEIRINHA

Quem quiser continuar utilizando o convênio do Sintropas com a farmácia deve solicitar nova carteirinha da Fleming. *Pag 2*



AVISO

Veja como vão ficar os atendimentos no Sintropas e nas clínicas de saúde nos dias de Carnaval. *Pag 9*

TRABALHADORES DEVEM SOLICITAR CARTEIRINHA DA FLEMING PARA SUBSTITUIR DOCUMENTO DA NISSEI



Foto: Divulgação

Todos os trabalhadores do transporte de empresas abrangidas pelo Sintropas, que têm a carteirinha da Nissei, devem se dirigir até a sede do sindicato para solicitar a da Rede de Farmácias Fleming. O pedido da nova carteirinha também pode ser feito diretamente pelo app Sintropas. Quem ainda não tem o documento, pode fazer o requerimento da mesma forma.

Após a solicitação, a retirada da carteirinha deve ser feita exclusivamente na sede no sindicato em Ponta Grossa ou na subsede em Castro, já que o responsável deve assinar um Termo de Adesão.

A carteirinha é obrigatória para o beneficiário realizar a compra. O

documento deve ser apresentado junto ao estabelecimento.

Mudança

A mudança da carteirinha da Nissei para a Fleming é necessária devido ao cancelamento do convênio entre Nissei e Sintropas por problemas internos, que estavam inviabilizando o bom andamento da parceria.

Convênio

Através do convênio, o beneficiário pode fazer a aquisição dos produtos vendidos no estabelecimento, e os valores poderão ser descontados em folha de pagamento direto para até 60 dias. Além desse prazo, associados ganharão descontos de 15 a

20% nos medicamentos.

A Fleming

A rede de Farmácias Fleming conta atualmente com 23 lojas, sendo 17 em Ponta Grossa, uma em Carambeí, duas em Castro, uma em Irati, uma Imbituva e uma em Telêmaco Borba. Todas as unidades oferecem uma variedade de medicamentos, além de produtos de perfumaria e higiene pessoal, com preços e descontos especiais.

As lojas ainda oferecem serviços especializados aos diabéticos e alérgicos e possuem um dos maiores e mais modernos laboratórios de manipulação do Paraná.

VOCÊ AINDA NÃO É ASSOCIADO AO SINTROPAS? JUNTE-SE A NÓS E USUFRUA DE TODOS OS BENEFÍCIOS!

SAIBA MAIS

QUER **GANHAR** UM SMARTPHONE?



O SINTROPAS VAI SORTEAR 3 CELULARES

EM COMEMORAÇÃO AO DIA DO TRABALHADOR!

SORTEIO: 02 DE MAIO

QUER SABER COMO GANHAR?

Para participar do sorteio você precisa ter o aplicativo do Sintropas instalado em seu celular e ter utilizado o app pelo menos uma vez!

SE VOCÊ AINDA NÃO TEM O APP SINTROPAS, VEJA COMO INSTALÁ-LO:

1

Entre na loja virtual Play Store ou Apple Store, no seu celular, escreva "Sintropas" no campo de pesquisa (imagem abaixo) e clique em "instalar". Em seguida, basta clicar em abrir para ter acesso às funcionalidades do aplicativo.



2

Ao abrir o aplicativo, o associado deve ir na opção "Cadastrar", onde ele será redirecionado para outra tela (imagem abaixo). Basta preencher os dados e, por último, clicar em "Registrar".



3

O acesso ao aplicativo pode ser liberado na sede do Sintropas em Ponta Grossa (Rua Balduino Taques, 480, 3º andar do edifício Itapoã), na subsele em Castro (Avenida Presidente Kennedy, 417 - Sala C) ou diretamente na Unidade Móvel do Sintropas, quando o ônibus estiver na cidade do associado.



CDT VAI POSSIBILITAR VENDA DE VEÍCULO POR MEIO DIGITAL

Com o novo sistema, não haverá mais necessidade de fazer contrato no papel e reconhecer firma



Foto: Divulgação

A partir de março, a venda de um veículo poderá ser feita 100% de forma virtual, através da Carteira Digital de Trânsito (CDT). Com isso, aquelas idas ao Cartório, contrato em papel e reconhecimento de firma não serão mais necessários.

A nova funcionalidade na CDT será válida para a compra e venda de veículos entre pessoas físicas, e para veículos com documentação emitida a partir do dia 4 de janeiro de 2021.

Como vai funcionar?

Para utilizar esta nova funcio-

nalidade da Carteira Digital de Trânsito, vendedores e compradores devem ter o aplicativo da CDT e a assinatura digital do gov.br. Tendo isso, o proprietário do veículo, que tiver a documentação digital, deverá acessar o app, informar o CPF do comprador e assinar digitalmente. O comprador receberá a notificação e repetirá o processo.

A autorização irá diretamente para o sistema do Governo Federal. Depois desse processo, basta levar o veículo para a vis-

toria no departamento de trânsito e efetivar a transferência. “É mais uma alternativa de simplificação que a Senatran está oferecendo, dentro do escopo de transformação digital, sem custo para o cidadão que tiver a CDT. Quem fizer a transação online estará livre da taxa de reconhecimento de firma”, afirma o secretário Nacional de Trânsito, Frederico Carneiro.

Com informações do Ministério da Infraestrutura

VAGAS DE EMPREGO

VAGAS DA AGÊNCIA DO TRABALHADOR DE PONTA GROSSA. SAIBA MAIS

VAGAS DA AGÊNCIA EMPLOYER RH PONTA GROSSA. SAIBA MAIS

VAGAS DA AGÊNCIA JOB GUIDE. SAIBA MAIS

VAGAS DA FUTURE RH SERVIÇOS & TREINAMENTOS. SAIBA MAIS



QUER FICAR POR DENTRO DOS NOSSOS SORTEIOS E PROMOÇÕES?

RECEBA INFORMAÇÕES DE
TUDO QUE ACONTECE EM
NOSSA ENTIDADE SINDICAL,
ADICIONANDO NOSSO
TELEFONE E MANDANDO UM OI
PARA O NÚMERO (42) 8829-4391.



CLIQUE AQUI



FEVEREIRO ROXO: UM ALERTA SOBRE LÚPUS, FIBROMIALGIA E MAL DE ALZHEIMER

Campanha conscientiza sobre o tratamento precoce de doenças crônicas e sem cura



Foto: Divulgação

Este mês foi marcado pela Campanha Fevereiro Roxo, que tem como objetivo alertar as pessoas sobre Mal de Alzheimer, Lúpus e Fibromialgia. Apesar de serem doenças distintas, ambas têm em comum o fato de serem de origem desconhecidas e não possuírem cura, por isso o diagnóstico precoce vai fazer toda a diferença no tratamento.

“Todas essas doenças não têm cura até o presente momento. Estamos avançando muito quando falamos do Alzheimer. Novas técnicas de pesquisas estão sendo desenvolvidas e com avanços importantes na tecnologia, inclusive. Quanto a Fibromialgia, existem exames que fazemos para excluir outras doenças e esse é um diagnóstico derradeiro.

Para o Lúpus, tem exames de sangue que podemos solicitar para confirmar um exame físico bem detalhado. Esta doença pode afetar diversos órgãos e ser bem complicada de tratar em forma tardia. Apesar de não terem cura, as doenças citadas possuem tratamentos que ajudam na qualidade de vida dos seus portadores”, explicou o Clínico Geral, André Cassino Klein.

MAS AFINAL, O QUE SÃO ESSAS DOENÇAS?

LÚPUS - O Lúpus é uma doença autoimune que acontece quando o sistema imunológico começa a atacar a estrutura saudável do organismo, causando inflamações nos rins, pulmões, pele e articulações. Segundo o Ministério da Saúde, o Lúpus Sistêmico (Les), que é essa que ataca todo o organismo da pessoa, é a forma mais séria da doença e também a mais comum afetando aproximadamente 70% dos pacientes com Lúpus. A doença afeta mais mulheres, entre 20 e 45 anos.

FIBROMIALGIA - A Fibromialgia é uma doença reumatológica que ataca especificamente as articulações, causando dores por todo o corpo, principalmente nos músculos e tendões. A síndrome também provoca cansaço excessivo, alterações no sono, ansiedade e depressão. A Fibromialgia costuma aparecer em quem sofre de estresse crônico ou passou por situações graves de trauma físico, psicológico ou mesmo uma infecção. A doença acomete mais as mulheres entre 30 e 50 anos.

MAL DE ALZHEIMER- O Alzheimer é uma doença neurodegenerativa que provoca o declínio das funções cognitivas. A doença é a forma mais comum de demência e, para melhor ser compreendida, é quando o cérebro já não consegue mais funcionar corretamente, interferindo no comportamento e personalidade da pessoa, causando consequências como a perda de memória. A maior parte das pessoas com demência possui mais de 60 anos de idade.

COMO SABER SE TENHO LÚPUS, FIBROMIALGIA OU ALZHEIMER?

Como na maioria das doenças, a confirmação normalmente acontece através de exames. No entanto, sempre é bom ficar atento aos sintomas que podem ser indicativos dos referidos problemas de saúde, principalmente no caso da Fibromialgia, que tem diagnóstico clínico. "Fazer um acompanhamento de perto com seu médico, fazer exames periódicos e não sonegar informações ao profissional é primordial para o descobrimento de tais doenças. No caso do Alzheimer, podemos começar com esquecimento de coisas simples, como nomes de objetos e locais em que foram guardados alguns itens. Em estágios mais avançados, eles englobam fatos recentes e começamos a

recordar somente de memórias antigas, esquecendo nomes de familiares, por exemplo. Por fim não conseguimos mais saber o porquê de tomar banho, pentear o cabelo, se alimentar etc.

Na Fibromialgia temos dores em determinadas partes do corpo, principalmente nas articulações. Dores estas que os analgésicos comuns não curam.

O Lúpus pode ser identificado por meio de um exame físico realizado pelo médico, que nota certas características na face do paciente, lesões pelo corpo, irritabilidade da pele com exposição ao sol, feridas na boca. As alterações também podem ser observadas em exames de raio-x e de laboratórios", explicou o médico.

No caso específico do Mal de Alzheimer, quando o esquecimento pode ser um sinal da doença, já que hoje em dia as pessoas reclamam bastante que estão cada vez mais esquecidas?

Quando o esquecimento for frequente. Estando estressados, então é normal termos algum esquecimento. Coisas simples como compromissos ou alguma tarefa diária. O problema preocupa quando coisas mais simples começam a ser esquecidas. Exemplo: A mãe quer o controle remoto para colocar no canal da novela preferida e diz ao filho: filho alcança o... Ah. Aquele negócio de mudar o canal!

No caso dessas doenças, que não têm cura, como o diagnóstico precoce vai contribuir para o tratamento?

Como em toda doença, o diagnóstico rápido é a melhor chance que o paciente tem para retardar a evolução. Por isso, interagir com o médico é muito importante.

Essas doenças se desenvolvem em algum perfil mais específico, ou em pessoas que tenham predisposição a outras doenças etc? Existe alguma observação em relação a isso?

É bastante genérico assegurar que uma ou outra doença predispõe ao aparecimento das três citadas. Um estilo de vida saudável, sem vícios e exercícios físicos é preventivo para todas as doenças. Claro que a genética ou hereditariedade tem um papel importante. Por isso seguir uma rotina de bem-estar é fundamental para prevenir e também tratar todas elas.



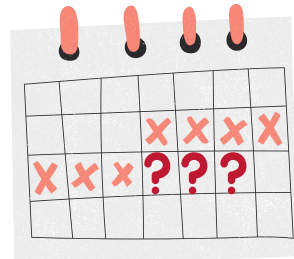
“ APESAR DE NÃO TEREM CURA, AS DOENÇAS CITADAS POSSUEM TRATAMENTOS QUE AJUDAM NA QUALIDADE DE VIDA DOS SEUS PORTADORES ”

RECOMENDAÇÃO

- Fazer exames de rotina;
- Manter uma alimentação saudável;
- Praticar exercícios aeróbicos;
- Não fumar;
- Fazer exercícios que estimulem a cognição, como palavras-cruzadas;
- Cuidar da saúde emocional.
- Fazer atividades agradáveis.

DIREITO A FÉRIAS

ENTENDA COMO OCORRE A DIVISÃO DAS FÉRIAS DO TRABALHADOR



O Sintropas tem publicado toda semana matérias sobre as férias do trabalhador com intuito de esclarecer questões relacionadas ao tema, que é de suma importância para o trabalhador. Nesta edição, explicaremos como ocorre a divisão das férias.

Confira a 4ª matéria:

Um fato muito importante que temos que ter conhecimento é que as férias são concedidas pelo empregador, ou seja, é ele que irá escolher a data das férias do empregado, dentro é claro do período concessivo.

Mas agora há uma exceção, as férias podem ser dívidas em até três períodos, mas para fazer esta divisão, o empregado e o empregador devem estar de comum acordo, não podendo simplesmente o empregador determinar a divisão das férias do empregado.

Como dito acima, as férias podem ser divididas em até três períodos, sendo que um deles não pode ser inferior a 14 dias. Já os outros dois períodos não

podem ser inferiores a cinco dias cada.

Para entendermos melhor então vamos recapitular. A regra das férias é que sejam concedidos 30 dias consecutivos. A exceção é que pode ser dividido, mas deve ser em comum acordo entre empregado e empregador.

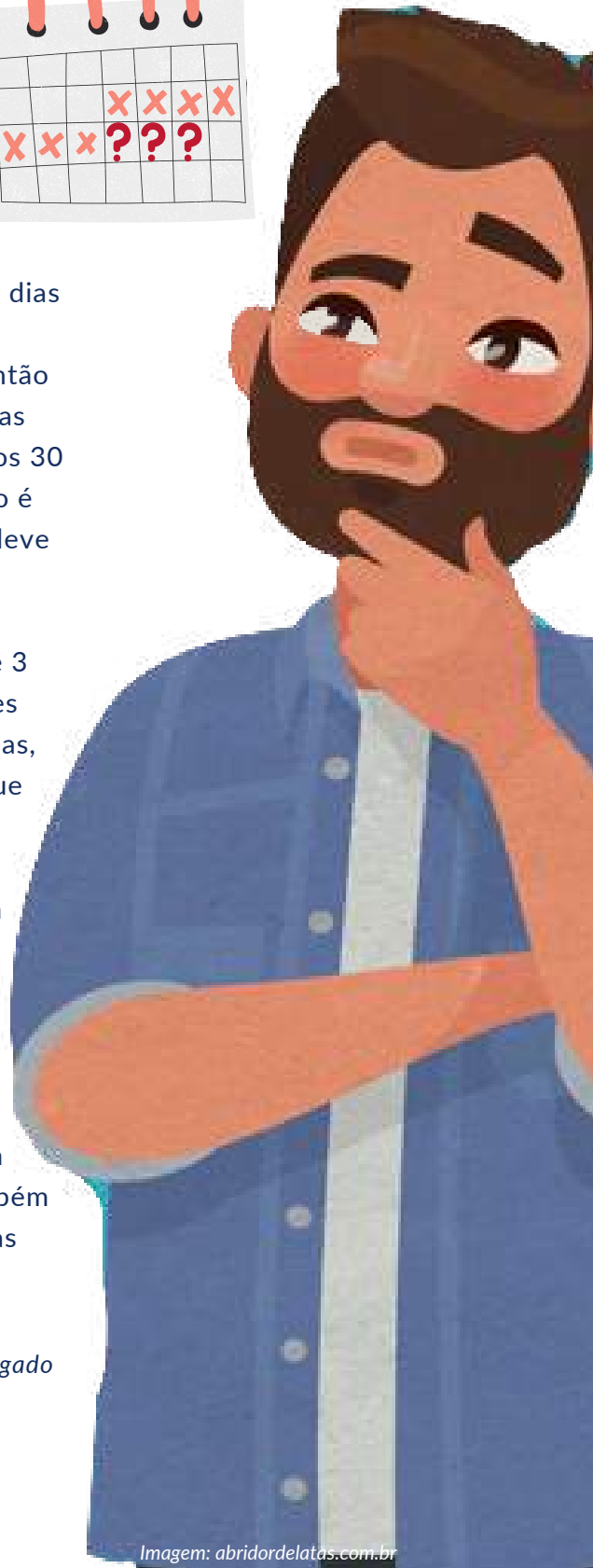
Esta divisão pode ser em até 3 períodos, sendo que um deles não pode ser inferior a 14 dias, ou seja, o empregado tem que ter ao menos um período de férias de no mínimo 14 dias. Os outros 2 períodos podem ter no mínimo 5 dias cada um.

Como esta opção de divisão das férias é feita em comum acordo entre empresa e empregado, as partes devem estar de comum acordo também quanto aos períodos e os dias pelos quais o empregado irá usufruir das férias.

Frederico Silva Hoffmann - advogado

Mais informações

 (42) 8829-4391





AVISO RECESSO

Devido ao feriado de Carnaval, que acontece entre os dias 28 de fevereiro e 02 de março, o Sintropas permanecerá fechado nesses dias e retomará com o atendimento normal na quinta-feira (03).

O SISTEMA DE SAÚDE DA ENTIDADE SINDICAL SERÁ REALIZADO PELO REGIME DE PLANTÃO, CONFORME OCORRE NOS FINAIS DE SEMANA.

ACESSO SAÚDE CASTRO: segunda e quarta-feira, das 08h às 18h. No dia 01 a clínica não abre.

CLINICASTRO: a clínica estará fechada dia 01.

-HOSPITAL VICENTINO SÃO CAMILO - Atendimento de urgência e emergência.

Lembrando que o APP Sintropas não funciona em modo automático, dependendo dos colaboradores do Sintropas para liberação das solicitações feitas aos mesmos.

ESCOLINHA DE MOTORISTA DO SINTROPAS

O Sintropas está com as inscrições abertas para a "Escolinha do Motorista". A iniciativa foi criada para trabalhadores, que buscam novas experiências profissionais, e para motoristas com CNH nas categorias D ou E, que não possuem experiência no transporte de passageiros.

As aulas são 100% práticas e são ministradas pelo vice-presidente do Sintropas, Joel Portela de Souza, e pelo Diretor de Comunicação Rosildo Hilgemberg. Ambos são motoristas com anos de experiência na área.

Requisitos para se matricular

- Ser maior de 18 anos;
- CNH nas categorias D ou E;
- Ser associado do Sintropas, no mínimo há 6 meses;
- Não associados também podem participar.

A Escolinha

- A duração do curso depende do desempenho de cada aluno;
- Cada aluno será avaliado conforme as regras de condução de transporte coletivo de passageiros;
- Os módulos de avaliação serão definidos de acordo com a experiência individual do aluno;
- Todos os participantes deverão ter desempenho máximo nos seguintes quesitos: condução econômica, direção segura, frenagem, direção defensiva em dias de sol ou chuva, dia ou noite, direção na faixa urbana e também em rodovias e, principalmente, educação no trânsito;
- Ao término, todos receberão certificado de conclusão.

Como se matricular?

Para realizar matrícula para a "Escolinha do Motorista do Sintropas", é necessário se dirigir até a sede do sindicato (Rua Balduino Taques, 480. Edifício Itapoã, 3º andar), de segunda a sexta-feira, das 08h às 12h, das 13h30 às 17h30.

Mais informações

(42) 3223-1023.



VAMOS PARA O LITORAL DO PARANÁ?



ATENÇÃO: AGENDE SUA VIAGEM SEMPRE ATÉ SEXTA-FEIRA, ÀS 12H

TODOS OS DOMINGOS TEM VIAGEM

É o Sintropas pensando no bem-estar dos associados!

Mais informações: (42) 3223-1023



PARCERIA

Matrículas abertas



**DUAS UNIDADES PARA
MELHOR ATENDÊ-LOS**



**PERÍODO INTEGRAL E
PARCIAL**



**BERÇARIO E EDUCAÇÃO
INFANTIL**



**DESCONTO EXCLUSIVO PARA
ASSOCIADOS SINTROPAS**



**(42) 3025-2951
(42) 3027-5533**



CEIANJOAZUL



@CEI_ANJOAZUL

EXPEDIENTE

INFORMATIVO SINTROPAS

Semanal

SEDE

Rua Balduino Taques, 480
3º andar - Ed Itapoã - Centro
(42) 3223-1023

SUBSEDE

Avenida Presidente Kennedy, 417
Centro - Sala C Castro/PR
(42) 3232-1475

www.sintropas.com.br



@sintropas-pg

COORDENAÇÃO

Luiz Carlos de Oliveira - Luizão

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Carla Ticiane da Cruz - MTB 10157/PR

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Carla Ticiane da Cruz