



Mais Conhecimento Gente

EDIÇÃO: 19/01

FEVEREIRO

INTERESSES ESPECIAIS:

- Gestão
- Benefícios
- Missão
- Cultura
- Saúde
- Segurança

NESTA EDIÇÃO:

O que é 5S?	1
Seu Benefício mudou	2
ADM Estratégico	2
Ruído	3
Cuidados com o calor	3
Direção Defensiva	4

O QUE É 5S?

5S é um programa de gestão de qualidade empresarial desenvolvido no Japão que visa aperfeiçoar aspectos como organização, limpeza e padronização.

Os princípios utilizados pelo programa 5S para alcançar a melhoria contínua e a qualidade total não são diferentes de alguns princípios fundamentais para o crescimento humano e profissional.

Os resultados obtidos pela aplicação de um programa 5S são impressionantes, desde que toda a equipe participe ativamente de sua implementação. Podemos descrever algumas vantagens:

- Aumento da qualidade do produto ou serviço;
- Aumento da produtividade;
- Fornece a base necessária para implementar outros programas de qualidade;
- Facilita a detecção de erros, objetos fora do lugar e outros problemas que precisam de atenção;
- Prevenção de acidentes;
- Melhoria do ambiente de trabalho;
- Melhoria da qualidade de vida;



POLICARD



Seu benefício Mudou!!!

Buscando melhores serviços, estamos mudando nosso fornecedor de benefícios tipo Alimentação e Refeição. A partir de fevereiro/2019, estaremos trabalhando com a UP Brasil. Dona de marcas como a POLICARD, A UP é uma multinacional francesa, 3ª maior empresa de benefícios do mundo e presente em 19 países.

Durante o processo de contratação, as localidades onde temos atividades foram analisadas com atenção especial, buscando garantir que a rede de atendimento seja ideal para atender às suas necessidades. Novos pontos de venda foram credenciados, através de uma equipe que por um período trabalhou especialmente pensando nos colaboradores da MCG Engenharia. Porém, se mesmo assim você identificar algum estabelecimento de sua preferência que ainda não seja credenciado, durante todo o mês de fevereiro você poderá enviar um e-mail para o RH com as informações do local, como nome e endereço, que estaremos solicitando credenciamento o mais rápido possível. Após esse período, sempre será possível solicitar novos credenciamentos diretamente com a UP Brasil, através dos canais de comunicação do usuário, como site, telefone e aplicativo para celular.

Essa mudança tem o objetivo de nos trazer mais benefícios e breve estaremos trazendo novidades.

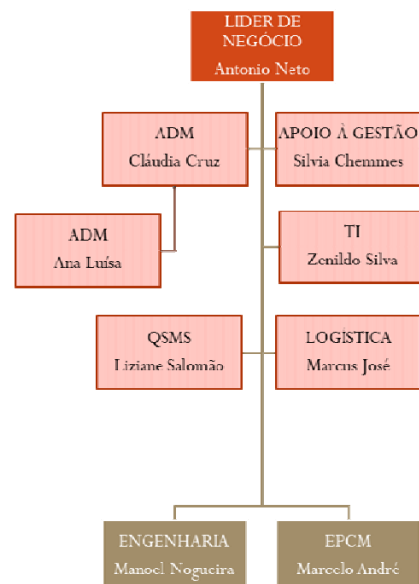
Você deverá estar recebendo seu novo cartão ainda esta semana. Nele constarão todas as informações necessárias para iniciar o uso.

Se ainda houverem créditos no seu cartão antigo, não se preocupe. Eles continuam válidos e podem ser consumidos normalmente ao longo do mês.

Quaisquer dúvidas, entre em contato com o RH.

ADM Estratégico—2019

No ultimo dia 17 de janeiro foi realizada a reunião ADM Estratégico onde foram divulgados os objetivos traçados para 2019. Na oportunidade foi apresentado o organograma da MCG ADM.



Níveis acima de 140dB podem causar a ruptura do tímpano.

140
130
120
110
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
dB

Insuportável

Uma simples exposição pode causar perda auditiva permanente.



Doloroso

Para a maioria das pessoas este é o nível onde há início da dor.



Ensurdecedor

O som/ruído neste nível causa sensação de extremo desconforto.



Muito alto

Exposições prolongadas podem causar perda auditiva.



Alto

Som/ruído normal de uma cidade.



Moderado

Som/ruído de lugar tranquilo.



Muito baixo

Som/ruído levemente audível.



Efeitos do ruído no trabalho.



Problemas na comunicação
(é o primeiro sintoma visível)



Baixa concentração



Desconforto e cansaço



Nervosismo



Baixo rendimento



Acidentes

Efeitos do ruído ao organismo.



Alterações menstruais e
impotência sexual



Insônia



Zumbidos na orelha



Estreitamento dos vasos
sanguíneos e aumento da
pressão sanguínea



Contração dos músculos



Ansiedade e tensão

Cuidados com o calor

Alimentação



- Beber mais água e sumos
- Evitar bebidas alcoólicas, com gás ou com açúcar
- Oferecer água a idosos, crianças e doentes
- Refeições leves e mais frequentes
- Consultar o médico caso faça dietas com pouco sal ou com restrições de líquidos

Corpo



- Roupas leves
- Evitar esforço físico
- Viajar de carro em horas de menor calor
- Animais e pessoas não devem permanecer no carro ao sol
- Passar parte do dia em ambientes com ar condicionado
- Duche de água tépida ou fria nos períodos de maior calor

Em casa



- Manter o ar circulante
- Correr persianas ou portadas
- Menos roupa de cama

Na praia



- Óculos de sol
- Protector solar
- Evitar exposição solar entre as 11h e as 17h
- Idosos e bebés pequenos não devem expor-se ao sol

Linha Saúde 24: 808 24 24 24

Fontes: Direcção-Geral de Saúde, Inst. Meteorologia, Protecção Civil

MANTENHA-SE SEGURO PRATICANDO A DIREÇÃO DEFENSIVA

Além do próprio ambiente de trabalho, os colaboradores enfrentam riscos todos os dias, em casa, no convívio social e, principalmente, no trânsito. Segundo dados apresentados pelo Ministério da Saúde, somente em 2013, 42.266 pessoas foram vítimas fatais das estradas. Saiba que tipo de motorista você é e fique mais atento. Segurança em primeiro lugar!

Você dirige defensivamente se...

- Respeita a regra dos dois segundos de distância do carro a sua frente (se você passar no mesmo ponto que o carro da frente passou antes desse curto período de tempo, está próximo demais);
- Não enfrenta os motoristas agressivos. Não revida, não se altera, não faz sinais, não encara. O revide só pode piorar a situação. Pratique o perdão e a indiferença;
- Usa o cinto de segurança e exige o mesmo dos demais passageiros;
- Mantém o carro em bom estado de conservação, troca os pneus quando o indicador de uso aparece e mantém o estepe calibrado;
- Não usa o celular e, muito menos, digita textos - nem mesmo com viva-voz;
- Antecipa-se ao cenário à sua frente. Atrás de uma bola vem sempre uma criança (é só um exemplo, o tempo todo temos que antecipar cenários de risco);
- Não carrega objetos soltos no interior do veículo, especialmente os pesados;
- Faz questão de ser percebido, especialmente quando muda de faixa ou de direção;
- Tem cuidado especial com as motocicletas e ciclistas;
- Não força situações, preferindo sempre ceder para sua própria segurança;
- Em viagens longas, faz uma pausa a cada duas horas, ou sempre que sente cansaço;
- Evita viajar à noite; com chuva; neblina ou com a estrada sobrecarregada nos feriados.

Escreva aqui mais três regras que você acha importante:

-
-
-



Você faz tudo isso?
Você certamente dirige defensivamente.