



SINDICATO DOS ADMINISTRADORES DO ESTADO DO PARANÁ
R. EMILIANO PERNETA, 297, 12º ANDAR, SALA 122 - CEP 80010-050
CURITIBA/PR - ANO 17 - Nº66 - JAN/FEV/MAR DE 2012

PARA USO DO CORREIO

Mudou-se Falecido
 Desconhecido Ausente
 Recusado Não Procurado
 Endereço Insuficiente Informações Escritas Pelo Porteiro ou Síndico
 Não Existe nº Indicado

Retornado ao Serviço Postal em: / / Responsável

Contribuição Sindical

Imprima a guia no site, faça o recolhimento e economize um dia de seu salário

www.sinaep.org.br

Todos aqueles que pertencem a uma determinada categoria profissional, ou se enquadram como profissionais liberais, são obrigados a recolher a **Contribuição Sindical** para o sindicato de sua categoria profissional, de acordo com os artigos 578, 579 e 580 da CLT. O desconto é em folha e representa o valor de um dia de trabalho, ou seja, 1/30 (hum trinta avos) do salário mensal.

Administradores, sendo profissionais liberais, de acordo com o artigo 585 da CLT podem optar por quitar a **Contribuição Sindical** diretamente ao sindicato de sua categoria, neste caso o SINAEP, desde que exerçam efetivamente a profissão.

Recolhimento

O recolhimento pode ser feito até **29 de fevereiro**, nas agências da Caixa ou lotéricas, e a conta é muito simples. Se o valor correspondente a um dia de trabalho for superior a **R\$ 120,00**, vale a pena recolher a Contribuição Sindical, por meio de guia emitida no site do SINAEP www.sinaep.org.br. A guia quitada deve ser encaminhada à empresa empregadora.

De acordo com a CLT, todos os Administradores empregados, desempenhando a função, mesmo não sendo sindicalizados, terão descontados em seu pagamento do mês de março o valor correspondente a 1 (hum) dia de trabalho, em comprimento às Leis Trabalhistas que garantem a proteção sindical a todo o trabalhador brasileiro.

Compare

1 dia de salário é **maior** ou **menor** que R\$ 120,00?

Ao recolher a **Contribuição Sindical**, o Administrador não será descontado em 1 (um) dia de trabalho e, assim, é possível economizar.

Obtendo a guia

Para obter a guia, entre no site do Sindicato dos Administradores do Paraná, clique em "Obter Guia" e depois imprima.

Para mais informações o Administrador pode ligar para (41) 3222-1716 ou encaminhar um e-mail para sinaep@sinaep.org.br.

Quitou a Contribuição Confederativa 2011?

Se você quitou a Contribuição Confederativa 2011, solicite a sua Contribuição Sindical 2012 quitada pelo site do SINAEP.

CONQUISTE UM EMPREGO

Saiba quais são as principais perguntas feitas em uma entrevista de emprego. Queremos ajudar você a conquistar a tão sonhada vaga.

Pg 3



FILE-SE AO SINAEP

Para associar-se ao SINAEP o Administrador precisa preencher a ficha cadastral que fica disponível no site www.sinaep.org.br e encaminhá-la ao sindicato junto com foto 3x4 e uma cópia do CPF, RG, diploma ou carteira do CRA.



A pós a Assembléia ter aceitado a proposta da empresa, no mês de novembro do ano passado foi assinado o ACT 2011/2012. Participaram das negociações com a empresa os diretores do SINAEP Adm. Luiz André Muniz de Rezende e o Adm. Idgar Dias de Souza Junior.

ACT Itaipu

Binacional

AGE Copel

No mês de outubro, os Administradores copelianos, em Assembléia Geral Extraordinária, realizada na sede do SINAEP, aceitaram a proposta apresentada pela Copel e o ACT 2011/2012 foi assinado. Participaram ativamente das negociações os diretores do sindicato Adm. Rita de Cássia Laporte e o Adm. Paulo Ney P. Carneiro.

Sanepar

Em 14 de dezembro de 2011, no espaço Pirapó, realizou-se a AGE e foi definida a Pauta de Reivindicação para o ACT 2012/2013, protocolada na empresa.



Medicina do Trabalho

Aumente a produtividade de sua empresa: Serviços Especializados de Segurança e Medicina do Trabalho de acordo com as NRs

- PCMSO**- Programa de Controle de Saúde Ocupacional (NR7);
- Exames Clínicos**- Admissional, Periódico, Demissional, Retorno ao Trabalho, Mudança de Função;
- PPRA**- Programa de Prevenção de Risco Ambiental;
- ASO**- Atestado de Saúde Ocupacional;
- LTCAT**- Laudo técnico das Condições do Ambiente de Trabalho;
- PPP**- Perfil Profissiográfico Previdenciário;
- Outros Serviços**- CIPA (NR5), SIPAT, Palestras e Cursos.



SEDNA

Gestão em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho

Emiliano Pernetá, 10 - 11º andar - conj. 1103 - Curitiba-PR
fone/fax [41] 3233-0105 || e-mail sedna@sedna.com.br



Uma entrevista de emprego nunca é previsível. Não exatamente pelo método, pois nisso todas são iguais, mas pela intenção de quem avalia o candidato. É bem provável que uma empresa mais formal prefira um alguém metódico, estudioso, esforçado e disposto a sacrificar sua vida pessoal em nome do crescimento. Agora, se o teste for realizado na *Google*, barba comprida, roupas folgadas, conhecimento e muito entusiasmo serão determinantes.

O SINAEP foi beber na fonte da Revista Opet & Mercado para separar algumas das principais perguntas de uma entrevista de emprego. A intenção é ajudar você a se preparar. Mas lembre-se: nem tudo é regra.

Como se dar bem na entrevista

O que levou você a nos enviar seu currículo?

Se você está desempregado, não vá dizer que foi apenas por isso. Diga que teve ótimas referências de amigos. Se for empresa de porte, diga que você a acompanha pela internet, jornais e revistas. E que a percepção geral é de uma empresa empreendedora, que valoriza o seu quadro de colaboradores. Se a empresa não for tudo isso, tente achar algum ponto positivo; afinal, toda organização tem virtudes e deficiências.

Fale sobre você?

Não "enrole". Fale objetivamente sobre seus valores, habilidades profissionais e capacidade para trabalhar em grupo.

Quais seus objetivos?

Seja direto. Se ainda não há definição de cargos, diga onde você quer trabalhar. Se a função está definida, fale da importância de contribuir com o grupo do qual fará parte. Aborde o assunto profissionalmente, colocando a importância de construir gradativamente uma carreira no novo emprego. Fuja da abordagem muito pessoal, de assuntos que não contribuirão para a sua imagem.

E o que não gostaria de encontrar?

Esta é "dureza", armadilha. Aponte situações que não constroem a empresa. Diga que não gosta de ambientes sem desafios, de empresas com pouca disposição para crescer, enfrentar a concorrência e liderar o mercado em que atua, etc..

Tipo de pessoa que prefere trabalhar?

Não critique algum tipo específico. Diga que o relacionamento é construído com confiança, transparência e cooperação. Se as pessoas forem bem humoradas, ótimo. Se não, você tem capacidade de adaptação, respeitando o perfil de cada colega.

Por que saiu do emprego anterior?

Esta merece cuidados especiais. Não vá dizer que não sabe, "não me falaram" ou que "foi sem motivo". Se foi por reformulação organizacional, isto será encarado com naturalidade pelo entrevistador. Se o motivo

Os segredos de um bom candidato

Ter uma imagem compatível com a cultura da empresa contribui para o êxito

estiver ligado ao comportamento pessoal e desempenho profissional, fale o que de fato ocorreu, sem detalhar muito. Mas procure mostrar que você aprendeu a lição e hoje é um profissional mais centrado, maduro, etc..

O que mais o desagradava no emprego anterior?

Nova armadilha! jamais critique, não fale mal das empresas e empregos anteriores. Toda empresa tem qualidades, não é difícil encontrar motivos para algum elogio. Se foi demitido, é comum isto ter ocorrido por reformulação organizacional, redução de pessoal, etc.. Se pediu demissão, diga que está buscando novos desafios.

Seus pontos fracos?

Mais armadilha! Você não pode negar, então relacione "fraquezas" que podem ser relevadas, tais como: um pouco de impaciência e perfeccionismo, é muito autocrítico, etc..

Trabalharia além do horário normal?

Ninguém contrata quem não atenda a este requisito.

Sempre haverá situações que exigirão esta condição. Profissionais precisam estar sempre disponíveis.

Em que ambiente de trabalho você se sente mais confortável?

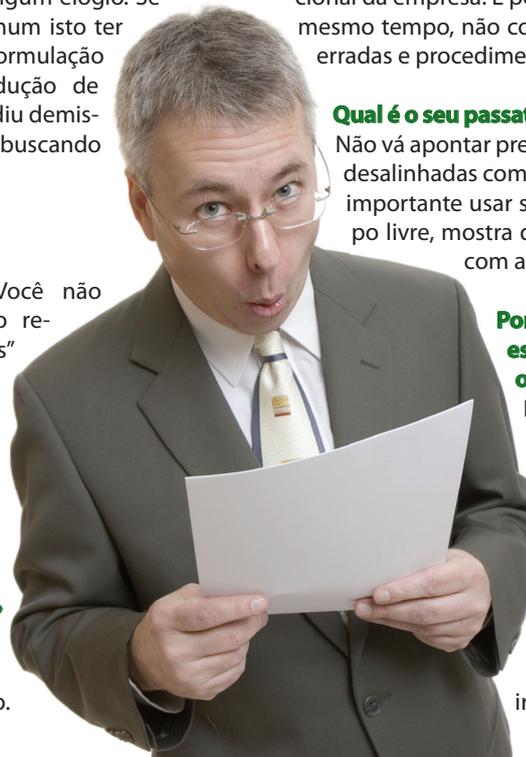
Não há ambiente ideal para quem não sabe conviver e trabalhar em grupo. Quem faz o ambiente é a gente mesmo, respeitando as diferenças de cada um, sabendo ouvir e trabalhando alinhado com a cultura organizacional da empresa. É possível agir assim e, ao mesmo tempo, não compactuar com coisas erradas e procedimentos inadequados.

Qual é o seu passatempo preferido?

Não vá apontar preferências que estejam desalinhadas com o perfil da empresa. É importante usar saudavelmente o tempo livre, mostra que você está de bem com a vida.

Por que devemos escolher você e não os outros candidatos?

Pergunta complicada. Querem ver se você sabe "se vender". mostre, sem arrogância e prepotência, que sua garra, habilidades, qualidades e experiências, agregarão valor ao trabalho que irá desenvolver.



EXPEDIENTE



Jornal do Sinaep

Folhetim Informativo do Sindicato dos Administradores do Estado do Paraná

Rua Emiliano Pernet, 297, 12º andar, sala 122 • CEP 80010-050 • Centro - Curitiba/PR • Fone (41) 3222-1716 • Fax (41) 3224-7004 • Site www.sinaep.org.br • Presidente Aloisio Merlin • Vice-Presidente André Luiz da R. Barbalho • Diretor Administrativo Moisés A. Bortolotto • Diretor Administrativo Suplente Rita de Cássia Laporte • Diretor Financeiro Felipe José Vidigal dos Santos • Diretor Financeiro Suplente Luiz A. A. Fernandes • Diretor de Políticas Setoriais de Administração Nilton Hubler • Diretor de Políticas Setoriais de Administração Suplente Thiago Nieweglowiski • Diretor de Relações Trabalhistas e Institucionais Luiz André M. de Rezende • Diretor de Relações Trabalhistas e Institucionais Suplente Idgar Dias de S. Jr. • Diretor de Comunicação Social Jorge Kirsten • Diretor de Comunicação Social Suplente Edgard Montanarin • Conselho Fiscal Efetivos Paulo Ney P. Carneiro - Afonso Marangoni - Wilson Arthur Mey • Suplentes Luiz Mauro Lebelem - Aristeu S. Rozanski - Egberto Zulian • Jornalista Responsável Alex Calderari-MTB 6344/PR • Diagramação Alex Calderari • Imagens 123rf.com • Fotolito e Impressão Ingra Indústria Gráfica • 16.800 exemplares • Os artigos assinados não representam, necessariamente, a opinião da diretoria do SINAEP.



Publicamos resolução para que você possa se orientar melhor no trabalho

Portaria nº 373, de 25 de fevereiro de 2011

Dispõe sobre a possibilidade de adoção pelos empregadores de sistemas alternativos de controle de jornada de trabalho

O MINISTRO DE ESTADO DO TRABALHO E EMPREGO, no uso das atribuições que lhe conferem o inciso II do parágrafo único do art. 87 da Constituição Federal e os arts. 74, §2º, e 913 da Consolidação das Leis do Trabalho, aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943; resolve:

Art. 1º Os empregadores poderão adotar sistemas alternativos de controle da jornada de trabalho, desde que autorizados por Convenção ou Acordo Coletivo de Trabalho.

§ 1º O uso da faculdade prevista no caput implica a presunção de cumprimento integral pelo empregado da jornada de trabalho contratual, convencionada ou acordada vigente no estabelecimento.

§ 2º Deverá ser disponibilizada ao empregado, até o momento do pagamento da remuneração referente ao período em que está sendo aferida a frequência, a informação sobre qualquer ocorrência que ocasione alteração de sua remuneração em virtude da adoção de sistema alternativo.

Art. 2º Os empregadores poderão adotar sistemas alternativos eletrônicos de controle de jornada de trabalho, mediante autorização em Acordo Coletivo de Trabalho.

Art. 3º Os sistemas alternativos eletrônicos não devem admitir:

I - restrições à marcação do ponto;

II - marcação automática do ponto;

III - exigência de autorização prévia para marcação de sobrejornada; e

IV - a alteração ou eliminação dos dados registrados pelo empregado.

§ 1º Para fins de fiscalização, os sistemas alternativos eletrônicos deverão:

I - estar disponíveis no local de trabalho;

II - permitir a identificação de empregador e empregado; e

III - possibilitar, através da central de dados, a extração eletrônica e impressa do registro fiel das marcações realizadas pelo empregado.

Art. 3º Fica constituído Grupo de Trabalho com a finalidade de elaborar estudos com vistas à revisão e ao aperfeiçoamento do Sistema de Registro Eletrônico de Ponto - SREP.

Art. 4º Em virtude do disposto nesta Portaria, o início da utilização obrigatória do Registrador Eletrônico de Ponto - REP, previsto no art. 31 da Portaria nº 1510, de 21 de agosto de 2009, será no dia 1º de setembro de 2011.

Art. 5º Revoga-se a portaria nº 1.120, de 08 de novembro de 1995.

Art. 6º Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO - Replicado

Dicas para evitar lesões

A Lesão do Esforço Repetitivo é um acidente. Não é obra da fatalidade, mas o resultado de práticas e hábitos que agridem o corpo humano. Saiba como evitar.

- A cada 25 minutos de trabalho de digitação faça uma pausa de cinco minutos;
- A cada hora de digitação, saia de sua cadeira e movimente-se;
- Beba água regularmente ao longo do dia;
- Tenha postura adequada: ombros relaxados, mantenha os pulsos retos, apóie-se no encosto da cadeira;
- Mantenha as plantas dos pés totalmente apoiadas no chão;
- Mantenha um ângulo reto entre suas costas e o assento de sua cadeira;
- Sua cadeira deve ser do tipo ajustável para a sua altura em relação à mesa de trabalho, e seu encosto deve prover suporte integral para as suas costas;
- Não utilize apoio de pulso durante a digitação, pois, se assim o fizer, estará correndo o risco de provocar compressão nos nervos de seu pulso (túnel do carpo);
- Você deverá estar a uma distância mínima de 50 e máxima de 70 centímetros do monitor. Ou, de maneira prática, a uma distância equivalente ao comprimento de seu braço.



Convênio de Psicologia

O SINAEP firmou parceria para oferecer consultas de Psicologia aos Administradores associados. **Informe-se!**

Amanda de Vasconcelos
Psicóloga Clínica - CRP 08/7673-8
Telefone: (41) 3338-0379 / 9184-7360



MagiceCorretora de
Seguros
Soluções em Seguros e Benefícios

**A SUA SEGURANÇA
E A DE SUA FAMÍLIA
SÃO NOSSOS MAIORES BENS.**

A PARTIR DE
R\$ 35,00
MENSAS



A Magicel Corretora de Seguros tem uma proposta especialmente para você ter uma vida mais tranquila e segura. Conheça o que a **Magice** e o **HSBC** oferecem para você:

- **Morte Natural** (*titular e o cônjuge*).
- **Morte Acidental** (*titular e o cônjuge*).
- **Invalidez total ou parcial por acidente** (*titular e o cônjuge*).
- **Invalidez funcional por doença** (*titular*).
- **Cônjuge** (*quando contratado*).
50% para todas as garantias do titular.
- **Indenização filhos** - *assistência funeral na falta de filhos até 14 anos. Entre 14 e 21 anos indenização por morte*
- **Auxílio Educação aos beneficiários** indicados na proposta.

"A indenização do seguro é nominal, paga integralmente sem a dedução de qualquer imposto, não entra em inventário, não responde por dívidas deixadas pelo segurado".

Somente uma empresa sólida e inovadora oferece a você e a sua família um seguro de vida completo, além dos seguintes benefícios, sem custos adicionais:

Magice Vip Club: Clube de benefícios e descontos nas áreas médicas, odontológicas, lazer e muito mais!

Espaço Mulher: Um espaço voltado exclusivamente para o público feminino.

Médico de plantão: Aconselhamento médico 24hrs por dia e sem custo adicional.

Assistência Domiciliar: (Para residência de alvenaria): Assistência sem burocracia para atendimentos de emergência com diversos profissionais e serviços.

Assistência a Pessoa em Viagem: (titular e cônjuge): Serviços especializado no atendimento ao segurado em viagem.

Assistência Alimentação: Na falta do segurado titular, a família recebe em casa durante seis meses, cestas básicas de R\$200,00 cada.

Assistência Funeral: Desde o traslado até o sepultamento, inclusive cremação e em todo Brasil e Exterior.

**ENTRE EM CONTATO AGORA MESMO PARA AGENDARMOS
ATENDIMENTO PERSONALIZADO**

E-mail sinaep@sinaep.org.br - Telefone [41] 3222-1716



Plano de Saúde Unimed

Saiba como aderir e conheça as perguntas mais frequentes sobre o plano de saúde

O Administrador associado SINAEP pode usufruir dos menores valores do Plano de Saúde Unimed, oferecidos por meio do convênio entre o Sindicato dos Administradores do Paraná e a Federação Unimed Paraná.

No site do sindicato (www.sinaep.org.br) encontra-se o regulamento, contrato e tabela de valores.

Modalidades do plano

Ambulatorial/Hospitalar/Obstetrícia: co-participação de 30%, apenas em consultas e exames realizados fora do internamento. (Com participação máxima do usuário de R\$50,00 por procedimento).

Adesão ao plano

- 1) Leia com atenção todas as condições do plano proposto;
- 2) Para aderir você deverá entrar no site www.sinaep.org.br, preencher o plano de adesão, imprimir, assinar e rubricar todas as páginas;
- 3) Se você já é associado ao SINAEP, basta informar o seu número de inscrição; se não souber ligue para (041) 3222-1716 e solicite a informação;
- 4) Se você ainda não é associado, acesse o site www.sinaep.org.br, preencha a ficha-cadastro, imprima, assine e recolha o valor da anuidade.

Obs.: A anuidade está disponível no mesmo site, basta você preencher a guia, imprimir e efetuar o pagamento em qualquer casa lotérica ou agência da Caixa Econômica Federal;

- 5) Anexe toda a documentação:
 - a) Plano de adesão preenchido e assinado;
 - b) Ficha de cadastro do SINAEP preenchida e assinada.

Envie tudo para o SINDICATO DOS ADMINISTRADORES DO PARANÁ - Rua Emiliano Pernetta, 297, 12º andar, conjunto 122 - CEP 80010-050 - Centro - Curitiba/PR.

Sua inscrição é feita pelo SINAEP e a Unimed remeterá diretamente para você a sua carteirinha (só após receber a carteirinha você poderá utilizar o seu plano de saúde).

Dúvidas: ligue para o SINAEP no telefone (041) 3222-1716 ou diretamente para o telefone da UNIMED 0800-414554 ou envie e-mail para sinaep@sinaep.org.br. Também é possível acessar www.sinaep.org.br ou o site da Unimed www.unimed.com.br.

Qual o tipo de contratação e segmentação (cobertura) do plano?

Plano Coletivo por Adesão Participativo com segmentação Ambulatorial, Hospitalar e Obstetrícia, seguindo as coberturas da Lei 9.656/98 e o Rol de Procedimentos Médicos da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS).

Qual a abrangência de cobertura do plano?

Atendimento nacional nos serviços da rede credenciada.

O que é plano participativo (co-participação)?

A co-participação é o sistema onde o beneficiário participa (divide custos), mediante a utilização do plano em atendimentos ambulatoriais como consultas e exames. Este valor corresponde a 30% (trinta por cento) do valor da tabela praticada pela Unimed, sendo estabelecido limite máximo de co-

participação em R\$50,00 (cinquenta reais) por procedimento.

Como esclarecer dúvidas que possam surgir após a adesão do plano?

A Unimed Paraná possui um Serviço de Atendimento ao Cliente (SAC), com funcionamento 24 horas, todos os dias da semana por meio do telefone 0800-414554.

Além do SAC, a Unimed possui um Portal na Internet que conta com os seguintes serviços: Guia médico; Dicas de Saúde; Fale com a Unimed; Consulte sua Unimed e Agência de Notícias Unimed e Responsabilidade Social.

O endereço do Portal Unimed é

www.unimed.com.br/parana

Para mais informações sobre o Plano de Saúde você também pode acessar o site www.sinaep.org.br ou entrar em contato com o sindicato pelo telefone (41) 3222-1716.

Tabela de valores pela sua idade, dos dependentes e número de pessoas

Faixa Etária	Família 2 pessoas		Família 3 pessoas		Família acima de 4 pessoas	
	Enferm.	Apto.	Enferm.	Apto.	Enferm.	Apto.
00-18	71,02	94,11	62,51	82,79	54,01	71,47
19-23	81,08	107,30	71,32	94,34	61,55	81,36
24-28	100,41	132,61	88,21	116,48	76,04	100,34
29-33	109,46	144,52	96,14	126,89	82,83	109,27
34-38	118,29	156,08	103,85	137,01	89,44	117,94
39-43	135,47	178,66	118,91	156,78	102,34	134,88
44-48	143,71	189,52	126,11	166,28	108,52	143,03
49-53	175,89	231,54	154,28	203,05	132,65	174,54
54-58	244,49	321,04	214,30	281,34	184,11	241,66
> 59	293,99	385,39	257,61	337,67	221,23	289,93

