

MODULAR

EM REVISTA



Vida Saudável:
Dicas de energia
e saúde para o
seu dia a dia

Páginas 4,5 e 6

Uso de EPI'S:
Empresa, gestor e
colaborador, qual
o seu papel?

Páginas 18,19,20 e 21

**TECNOLOGIA QUE
FAZ A DIFERENÇA**

**Por que a NUVEM
vem ganhando
mais espaço nas
empresas?**

Página central

EXPEDIENTE

Diretoria Modular Cargas
Renê Mesquita - Diretor Presidente
Inês Mesquita - Diretora Administrativa
Rice Davidson Fagundes - Diretor de Operações

Colaboradores dessa Edição

Celso Fugini
Graziela Martins
Glória Abreu
Jackson Castro
José Carlos Dias
Juliana Mesquita
Katiúscia Curtis
Leandro Gomes
Lisiane La Rosa
Marcos Machado
Maurício Lang
Nagib Abraão
Renata Martini
Renato Melo
Renê Melo
Rogério Rosa
Tais Cunha

Coordenação da Revista
Daiane Lourenço

Sugestões e opiniões enviar para:
marketing@modular.com.br

Tiragem
2000 unidades

Contatos
(51) 3462.3500
marketing@modular.com.br

Visite
www.modular.com.br
@ /modularcargas

Projeto Gráfico e Diagramação
TD8 Design e Comunicação
(51) 3337.6743



SUMÁRIO

	3	EDITORIAL PALAVRA DO DIRETOR PRESIDENTE
	4	VIDA SAUDÁVEL ENERGIA E SAÚDE NO SEU DIA A DIA
	7	RECONHECIMENTO
	8	COMPORTAMENTO COACHING - DESENVOLVIMENTO DE PESSOAS
	10	TRANSPORTANDO PELO BRASIL A MODULAR PRESENTE EM TODO ESTADO DE MINAS.
	11	GENTE QUE FAZ CONHEÇA AS PESSOAS QUE FAZEM PARTE DO NOSSO TIME
	12	TECNOLOGIA A NUVEM - POR QUE ELA VEM GANHANDO MAIS ESPAÇO NAS EMPRESAS?
	16	RESPONSABILIDADE SOCIAL EMPRESA SOCIALMENTE RESPONSÁVEL: INVESTIR EM PROJETOS QUE FAZEM A DIFERENÇA
	18	QUALIDADE USO DE EPI'S: EMPRESA, GESTOR E COLABORADOR, QUAL O SEU PAPEL?
	21	MODULAR NEWS
	22	ENTRETENIMENTO
	23	GLOSSÁRIO



PALAVRA DO DIRETOR PRESIDENTE
OTIMISMO COM O CENÁRIO POLÍTICO/ECONÔMICO DO BRASIL!

No ano de 2020 a MODULAR CARGAS completará 45 anos de fundação. É com grande orgulho, alegria, respeito e humildade que agradecemos a todos que fazem da história da Modular uma trajetória de realizações e sucesso.

Em 1991 com doze funcionários, duas filiais e dois veículos, ultrapassando barreiras, crises políticas, corrupção e recessões, fomos além. A grande capacidade de superação, gestão e qualidade, acreditando e confiando nas OPORTUNIDADES fez com que a MODULAR CARGAS chegasse a 2019 com aproximadamente oitocentos funcionários, quinze filiais e operações diárias nos estados do SUL, SUDESTE e NORDESTE.

O clima de confiança no Brasil foi restabelecido por um novo cenário político/econômico e estamos com grande expectativa de mudanças e busca de justiça e crescimento do país.

Acreditamos que as reformas, especialmente a da Previdência Social e a Reforma Tributária são de profunda importância para a construção de um futuro próspero, sendo um grande passo para tornar o BRASIL uma grande potência.

A MODULAR, acompanhando as perspectivas otimistas de progresso e preparada para crescer 20% ao ano, segue com investimentos em tecnologia, inovação, gestão de processos e pessoas, treinamento, qualidade e segurança, frota e terminais.

Com o desejo de satisfazer as necessidades de nossos clientes e colaboradores, a MODULAR CARGAS projeta um futuro com saúde, crescimento e prosperidade. Nosso maior objetivo é trabalhar fielmente focado em nosso lema: O sucesso é trabalhar com determinação, coragem, perseverança, simplicidade e sabedoria, sabendo ousar, criar e VENCER!



Renê Mesquita
Diretor Presidente



Energia e saúde no seu dia a dia:

Muitas vezes, a rotina no trabalho e na vida de cada um é responsável pelo descuido que temos com a nossa saúde. Viver mais e melhor são preocupações presentes no nosso dia a dia e esta seção estará sempre recheada de dicas de especialistas em quesitos indispensáveis para o bem-estar e para uma vida saudável.

Acompanhe as dicas da nutricionista Katiuscia Curtis

Katiuscia Curtis, nutricionista funcional e especialista em psicologia transpessoal há 11 anos, afirma: *“Cultivar a saúde é simples, as doenças que são complicadas. Assim, nada melhor que iniciar esse processo cuidando de si e da sua relação com a nutrição versus energia para o dia.”* Nesta sequência, ela nos dá dicas para ter a rotina preenchida com mais energia e disposição.

RITO DA MANHÃ

Ao acordar, a escolha mais importante que podemos oferecer ao organismo é a respiração consciente, alguns minutos respirando profundamente, podendo ser feito deitado. Comece a preencher o espaço torácico, através da inspiração e expiração somente pelas narinas. *O oxigênio é combustível das nossas mitocôndrias (elas que produzem energia, principalmente para o fígado, o coração e o cérebro, ou seja, renovar, sentir e pensar).*

NO TRABALHO

É super recomendado incluir, durante o dia de trabalho, um minuto de respiração durante intervalos (sugiro quatro momentos no decorrer da rotina). E o café da manhã, para o organismo funcionar adequadamente, precisa de líquidos: água, água com limão, sucos funcionais que envolvem plantas, suco verde, **smoothies**, ou bebidas quentes à base de leites vegetais (coco, amêndoas, aveia) são muito indicados. Evite embutidos como presuntos, patês e queijos processados, esses produtos alimentícios intoxicam as células e roubam energia. Vale lembrar que não acordamos sempre iguais. Tem dias que sentimos fome; outros, nem tanto. Por isso, seja intuitivo dentro da lista dos melhores alimentos para seu café da manhã: apenas um **shot** ou **smoothie**, ou **smoothie** mais pãozinho. Segue um exemplo para um dia de apetite:

CAFÉ DA MANHÃ

Suco verde (1 maçã, 2 folhas de chicória suave, 1 fatia de gengibre, 1/2 copo copo de água - liquidificar e administrar), pão integral* com pastinha de castanhas ou manteiga, 1 xícara de café orgânico.



*Outra sugestão é substituir o pão por abacate ou ovos; quinua em flocos, semente de chia são ótimos alimentos para integrar o cardápio matinal.

Lembre-se de se manter sempre hidratado, mas sem exageros, pois é muito comum na hora do almoço confundir sede com fome. Administre a água aos poucos, para que possam chegar profundamente nas células e cumprir o papel de manter a vitalidade.

ALMOÇO, PRESTE ATENÇÃO ÀS QUANTIDADES

A quantidade de alimento que você ingere tem um papel importante na manutenção da sua saúde, tão importante quanto a qualidade do alimento. De forma geral, coma o suficiente para satisfazer seu sistema, sem ficar com uma sensação de peso. Recomendo comer devagar, mastigar bem, preencher metade do estômago com comida, um quarto com líquido e deixar outro quarto vazio para ajudar a digestão. Uma forma simples de determinar a quantidade de comida a ser ingerida em cada refeição é juntar as duas mãos em forma de cálice e avaliar as quantidades de alimentos que caberiam nas duas mãos cheias.

Obs.: Vale ressaltar que se você pratica trabalho físico pesado, o seu corpo precisará de maior quantidade de alimento.



Reunir no seu prato os seguintes 6 elementos *Podem ser 5 elementos, para planos vegetarianos e veganos:

Salada e legumes <i>Crus - prato variado - consumo à vontade</i>	Carnes (OPCIONAL) - 1 porção PEQUENA - <i>Intercale o consumo, cada dia um tipo e uma a duas vezes na semana sem carne.</i>	LEGUMES CRUS <i>ou no vapor ou assados</i>	FONTE DE CEREAIS <i>ou Raízes - *um tipo</i>	FONTE DE LEGUMINOSA <i>*um tipo</i>
1 folha suave e 1 folha amarga, Folhas verdes todas, brotos de linhaça, pepino, tomate, rabanete,salsa, manjerição, repolho, palmito, tomate, espinafre, couve-flor, mostarda, etc, brócolis,cogumelos shiitake, shimeji , paris.	Peixe ou Frango - ou Carne bovina magra - ou ovos.	Todos os vegetais, exemplos: Chuchu, nabo, pimentão, cenoura, quiabo, vagem, alcachofra, beterraba, abobora moranga, Abobrinha italiana.	Arroz integral, Batata doce, Batata Baroa, Aipim, Inhame, Quinoa, Painço, Amaranto.	Feijão, Lentilha, Grão de bico, Ervilhas.

*Este quadro é apenas um exemplo geral para consumo alimentar. Existem planos individuais que podem ser bem diferenciados, consulte seu nutricionista.

A TARDE, PRECISA DE LANCHE?

Normalmente as mulheres sentem mais a necessidade de lanche durante a tarde do que os homens, então a escolha dependerá de cada organismo. Incluir o lanche da tarde afim de reduzir o apetite voraz noturno pode ser muito positivo. Alimentos com fonte de gordura auxiliam a saúde do campo mental (cérebro), o que beneficia a concentração, criatividade e energia.

LANCHINHOS INDICADOS:

- Porção de sementes oleaginosas (20 a 30g)- acompanhada com fruta;
- Porção de abacate com uma boa granola;
- Porção de fruta com aveia.

ATENÇÃO: CUIDADO COM AS BEBIDAS ALCOÓLICAS NO VESPERTINO

O ritual de beber, mesmo que uma pequena dose alcoólica todos os dias, pode ser um dos motivos de reduzir sua vitalidade e energia para o dia. O fígado gasta muito de suas fichas de saúde para metabolizar o álcool. Prefira consumir água saborizada, chás, água com limão. Reserve o consumo de drinks alcoólicos ou cervejas para momentos especiais.

PARA O JANTAR

Esse momento é quando o fogo digestivo está fraco, por isso, ingerir comidas leves será fundamental, inclusive para que o organismo consiga exercer as sábias funções noturnas: renovar as células, desintoxicar, revitalizar os órgãos e qualificar o sono. Para o jantar, as boas opções são vegetais, sopas, raízes, ovos, carnes brancas (vermelha só em raros momentos, pois exigem muito da digestão), sardinhas.

Lembre-se que a saúde individual baseia-se em um conjunto de escolhas que fazemos nas refeições. Isso é construído com naturalidade e informação.

*“O mais importante para a riqueza nutricional humana é a **biodiversidade** da refeição, pois a plena nutrição está presente em todos os alimentos do reino da natureza”.* Finaliza Katiuscia.

* Conheça mais sobre o Espaço Katiuscia Curtis através do site: <http://espacokatiusciacurtis.com.br/> ou pelo e-mail: katiuscia.curtis@gmail.com



“Muito obrigado pela ajuda, mais um excelente trabalho, a Taurus agradece.”

 - V.N • Comprador Taurus

“Gostaria de agradecer-los pelo suporte e as exceções concedidas para nos atender a tempo na urgência do pedido”

 - R.Z.A • Comprador Duratex

Sobre o *CCOM

“Notamos forte mudança no atendimento, resolução a problemas, comunicação rápida, acompanhamento e rastreamento. Nesses aspectos operacionais, a Modular demonstrou melhora significativa. Tanto que o resultado disso, são as poucas vezes que precisamos nos envolver, ou seja, estão trabalhando proativamente com pouca ou sem intervenção da John Deere.”

 - R. B • SM Material Analyst John Deere Brasil - CQ

*CCOM - Centro de Controle Operacional Modular - Matéria da Edição DEZ/2018

“A Modular está demonstrando todo um trabalho de eficácia, acompanhamento e qualidade na entrega dos meus pedidos.”

 - C.S.L.M • Diretoria Comercial Petronas Lubrificantes Brasil S/A

“Gostaria de parabenizá-los pelo avanço que venho notado no processo de envio de comprovantes. Isso mostra que as nossas visitas estão surtindo efeito e que todos da Modular estão empenhados em nos atender da melhor forma possível.”

 - R.B • Logística Filial Yamaha Motor da Amazônia LTDA.

AGRADECEMOS PELA PARCERIA E CONFIANÇA EM NOSSO TRABALHO
MODULAR, A GENTE SABE O QUE FAZ.





O investimento no processo de coaching tem crescido no Brasil e os efeitos positivos dessa ferramenta de desenvolvimento pessoal contribuem para carreiras e pessoas de sucesso. Glória Abreu, Master Coach Sênior, é fundadora do Canal Coaching, administradora de empresas com mais de 10 anos de experiência na área comercial e no desenvolvimento de pessoas. Entre dezenas de clientes corporativos, estão empresas multinacionais e nacionais, tais como Vivo, Coca-Cola, Emplavi, Lopes Royal, Brasil Telecom e Project Management Institute (PMI).

- GLÓRIA, QUAL A RAZÃO DAS EMPRESAS INVESTIREM EM COACHING? E QUAIS OS PRINCIPAIS BENEFÍCIOS DESTE INVESTIMENTO?

Com as constantes mudanças no ambiente de negócios, as empresas se veem, por vezes, em cenários complexos onde a adaptação e a inovação se fazem emergenciais e inevitáveis. Essas mudanças promovem instabilidade tanto na cultura como no clima e comportamento da organização, impactando diretamente seus colaboradores. O **Coaching** surge como metodologia para apoiar o desenvolvimento tanto individual quanto coletivo na alavancagem do desempenho e adaptação às mudanças. Traz benefícios individuais como ampliação do engajamento, da autoconsciência,

da autorresponsabilização, capacidade de ação estratégica e visão sistêmica. E, organizacionalmente, promove alinhamento de cultura e clima, ampliação da integração, e desempenho das equipes, suporte às mudanças sistêmicas, ao desafio que é a implantação de novas estratégias além do direcionamento do processo interno de desenvolvimento em busca do sucesso.

- INDIVIDUALMENTE, POR QUE AS PESSOAS PROCURAM UM COACH? O OBJETIVO É O MESMO DAS EMPRESAS?

O **Coaching** se apresenta de diversas formas no mercado atual e basicamente trabalha a ampliação da performance tanto do indivíduo quanto das organizações, porém a atuação do profissional **coach** muda de acordo com as necessidades de seu cliente. A metodologia é adaptável e, em uma contratação particular, existe a oportunidade de estabelecer uma parceria com um **coach** especializado na sua necessidade. Como o **Life Coaching**, por exemplo, normalmente contratado por clientes que desejam alinhar e realizar objetivos ligados à vida pessoal. O mesmo pode acontecer sobre a carreira onde o interessado pode contratar um **coach** para um alinhamento dos passos do seu sucesso profissional, ou até mesmo no **Coaching Executivo**, onde executivos definem estratégias e ações de ampliação do seu desempenho.

- PERCEBE-SE QUE O INVESTIMENTO NESTA ÁREA TEM CRESCIDO BASTANTE. COMO FUNCIONA A MENSURAÇÃO DE RESULTADOS?

Ao contrário do que muitos pensam o **Coaching**, apesar de ainda não ser considerado ciência, é amplamente apoiado em um conjunto de ciências do desenvolvimento humano. Possui suporte na psicologia, filosofia, administração de empresas entre outras. Trata-se de um mix das melhores práticas dessas áreas direcionadas para a ampliação da maturidade, autorresponsabilidade, estratégia e capacidade de ação tanto do indivíduo como de grupos e equipes, chegando a atingir organizações inteiras. Cada prática possui seu conjunto de técnicas e ferramentas, portanto a mensuração muda de acordo com o projeto desenhado pelo **Coach**. A análise pode acontecer a partir de avaliações **qualitativas** e subjetivas até cálculos de retorno financeiro para as organizações. Cada tipo de análise exigirá um conjunto de ações junto ao cliente. Eu registro **cases** em meu currículo em que o retorno sobre o investimento chega a sete vezes o valor investido pela organização, por exemplo.

- SUCESSO E FRACASSO. ESSAS PALAVRAS TÊM ALGUMA RELAÇÃO COM O PROCESSO DE COACHING NA VIDA DAS PESSOAS QUE PROCURAM ESTA FERRAMENTA?

O natural do ser humano é a busca pelo sucesso, o alcance do mesmo se dá a partir de suas ações. Tanto empresas quanto indivíduos podem enfrentar o que chamamos de “fracasso” ou “sucesso” depende principalmente do cenário no qual está inserido. Um cliente, organização ou particular, pode buscar o **Coaching** para ampliação do sucesso já alcançado ou também para o ajuste de sua rota de atuação em casos de sensação de fracasso ou pouco aproveitamento do potencial. Como o **Coaching** é uma metodologia

principalmente voltada para ampliação de performance sua mediação acontece através do apoio necessário a cada cliente e de acordo com sua realidade.

- VOCÊ QUE JÁ ATUA HÁ ALGUNS ANOS NO UNIVERSO DO COACHING, COMO PERCEBE O FUTURO DESTA PROFISSÃO?

Existe uma fala do Jack Welch, ex-CEO da GE, onde ele afirma que no futuro todos serão coaches e quem não possuir essas habilidades estará à margem do mercado. A formação em **Coaching** desenvolve um conjunto de competências fundamentais à boa performance profissional, como comunicação eficaz, mediação, relacionamento interpessoal além das técnicas que estão ligadas diretamente à atuação de um **Coach**. Reconheço duas tendências nesse mercado, a crescente

necessidade dos profissionais em buscar essas competências para ampliação de suas capacidades na sua profissão e a de candidatos que visam se especializar para atuar profissionalmente nessa área. Fora do país o **Coaching** já se encontra consolidado e num país com dimensões continentais como o nosso, onde mais de 90% das empresas são familiares e surgiram do modelo “fundo de quintal”, o volume de trabalho e necessidade são enormes. Convém observar também o cenário econômico atual que é de recuperação e exige das empresas profissionalização, ajuste de custos, estrutura e modernização. Sem dúvida ter internamente o suporte de **Coaches** que mediem e apoiem a estruturação das ações necessárias

para as novas estratégias e mudanças é fundamental. No mercado de **Coaching** brasileiro trabalhamos para a consolidação de boas práticas já que o mercado aqui ainda é jovem e está em processo de amadurecimento. Nos próximos anos espera-se crescimento contínuo desse mercado e a estabilização da metodologia como ferramenta fundamental para o sucesso de empresas e indivíduos.





A Modular presente em todo estado de Minas.

FILIAL BELO HORIZONTE-MG

RUA JOSE MARIA DE LACERDA, 1900 / MODULO 1

CIDADE INDUSTRIAL - CONTAGEM / MG

CEP: 32210120 • Fone: 31- 3364-5213

Atuando em todo o estado de Minas Gerais, a Filial BHZ está localizada em Contagem, estrategicamente entre a capital Belo Horizonte e a cidade de Betim, grandes e importantes polos industriais. Segundo o site do governo do estado, Minas Gerais abrange a maior malha rodoviária do Brasil com 16% e é considerado o segundo estado mais populoso, possuindo estimativa de mais de 20 milhões de habitantes e ainda, a terceira maior economia do país. A filial da Modular Cargas em Minas Gerais completa 14 anos da sua fundação, sendo sinônimo de aperfeiçoamento e crescimento constante.

Rogério Rosa, administrador e gerente da unidade de BH tem 34 anos de experiência em transporte. Ele destaca: *"O principal objetivo da Unidade de BH é fortalecer cada vez mais a atuação da Modular no mercado mineiro como uma transportadora de confiança nos serviços prestados. Trabalhamos constantemente na ampliação da base de clientes e do atendimento e o nosso novo foco também inclui as novas áreas do interior de Minas, sempre com sustentabilidade e rentabilidade."*

E para encerrar, não poderíamos deixar de citar a fama da culinária mineira e deixar uma receita de uns dos mais conhecidos quitutes do estado de Minas: o famoso Pão de Queijo Mineiro.



Confira uma receita deliciosa de Pão de queijo Mineiro

Ingredientes:

- 500g de polvilho azedo
- 1 copo (americano) de água Morna
- 1 copo (americano) de leite fresco
- 1 copo (americano) de óleo
- 2 ovos caipiras
- 200g de queijo Canastra ralado grosso.
- sal a gosto (sugestão: 1 colher de chá de sal)

Modo de preparo:

- em uma panelinha coloque para ferver o leite, o óleo e o sal. Quando levantar fervura desligue.
- numa bacia escale o polvilho, jogando o líquido aos poucos e misturando com uma colher de pau até conseguir sovar (amassar) com as mãos.
- faça um furo no meio e acrescente os ovos e o queijo Canastra ralado grosso. Não precisa amassar muito, deixe os pedacinhos do queijo aparente.
- modele com cuidado as bolinhas usando uma colher de sopa como medida.
- não é necessário untar a assadeira.
- leve ao forno pré-aquecido a 180° por aproximadamente 35 minutos. Para saber o ponto, observe quando estiverem douradinhos.

Uai sô! E não esqueça do "cafezim fresquim".



*O significado das palavras destacadas em negrito você confere na página 23, no Glossário.

Homenagem Especial

Nesta edição, nosso destaque e homenagem é para nosso Gerente de Contas da Matriz RS e responsável pelo atendimento da Brasken S/A (entre outras grandes contas), Celso Roberto Figini. Ele está completando 14 anos de dedicação, contribuindo para o constante crescimento da Modular Cargas.



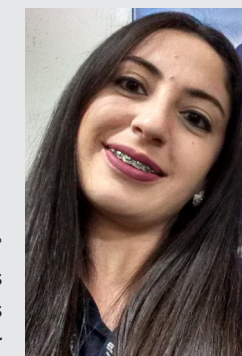
"Quero destacar aqui o meu agradecimento à Modular por representar inspiração e parceria durante todo este tempo. Tenho um grande prazer em fazer parte da história da organização, realizando com muito vigor e dedicação o meu trabalho nesta estável e contínua parceria." **Celso Roberto Figini, 14 anos Gerente de Contas da Matriz RS.**

TRANSPORTANDO PELO BRASIL EQUIPE FILIAL MINAS



Conheça as pessoas que fazem parte do nosso time

Nome: Graziela Martins
Filial 29 CMP - Campinas/SP
Cargo: Auxiliar Administrativo
comercialcmp@modular.com.br
Tempo de trabalho: 1 ano e 10 meses



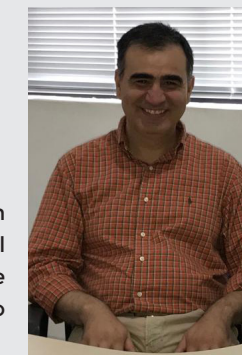
"A Modular representa minha 2ª família, onde acordo todos os dias em busca de conquistar meus objetivos profissionais. A Modular representa a minha vontade de querer fazer sempre o melhor, chegar para trabalhar sempre com um sorriso no rosto e tratar nossos clientes com cordialidade, carinho e respeito."

Nome: Lisiane Larrosa
Matriz - Canoas/RS
Cargo: Assistente de Cobrança
lisiane.larrosa@modular.com.br
Tempo de trabalho: 2 anos e 3 meses



"A palavra que define a Modular para mim é oportunidade. Além de proporcionar a viabilização de minhas necessidades e projetos pessoais, ela me proporciona a oportunidade de estar em constante aprendizado e aperfeiçoamento nas relações com clientes e colegas. Sou muito grata por trabalhar na Modular!"

Nome: Nagib Abrão Junior
Filial 06 CTB - Curitiba/PR
Cargo: Coordenador de Filial
nagib.junior@modular.com.br
Tempo de trabalho: 8 meses



"A Modular significa para mim um novo e grande desafio profissional tendo em vista a grandeza que essa empresa significa em nosso país."





A Nuvem

Por que ela vem ganhando mais espaço nas empresas?

O uso da tecnologia de armazenamento na nuvem desempenha um papel essencial no mundo digital e nas empresas contemporâneas que nos últimos anos tem migrado para este recurso. Notoriamente, a nuvem vem ganhando mais respeito e consolidação entre as empresas dos mais diversos segmentos de mercado.

MAS AFINAL, O QUE SIGNIFICA ESTAR NA NUVEM?

A diferença é que na nuvem *o arquivo* ficará gravado há quilômetros de distância e você poderá acessá-lo em qualquer lugar. Utilizando termos mais técnicos: a nuvem ou computação na nuvem é a utilização da capacidade de processamento, memória e armazenamento de servidores hospedados em **data centers** que são acessados pela internet.

Para as empresas, o principal benefício da computação em nuvem - ou cloud computing, permite que todas as informações da empresa estejam armazenadas em servidores virtuais que são acessados remotamente de qualquer lugar através da internet em um ambiente seguro de alta disponibilidade.

Tradicionalmente, os arquivos são salvos no seu HD ou na rede de dados de acesso da empresa. Já na nuvem, os arquivos da empresa ficam armazenados em diversos HDs espalhados pelo mundo, disponíveis na internet e você pode acessá-los em qualquer lugar. A conveniência e flexibilidade de se ter acesso aos arquivos de qualquer lugar tem tornado este recurso cada vez mais popular.

TODAS AS EMPRESAS UTILIZAM A NUVEM?

Ainda não são todas, mas muitas empresas já migraram para este modelo de armazenagem na web. Para Renê Melo, gerente de TI da empresa Modular Cargas, que atua no ramo há 22 anos, o destaque fica para os diversos segmentos da empresa: *“É interessante identificar que temos empresas de todos os tamanhos abandonando o modelo anterior de servidores e **data center** local para a nuvem, por diversas razões”*. Abaixo, Melo detalha as principais razões.

5 Principais Razões pela qual as empresas estão utilizando a NUVEM:

- 1 - A diminuição de riscos com a eliminação de falhas com esquemas de alta disponibilidade;
- 2 - Aumento da segurança, uma vez que mecanismos de atualização, **backup** e contingência são prioridades para as empresas que fornecem esses serviços;
- 3 - Facilidade para escalar mais processamento e memória a qualquer momento;
- 4 - A capacidade de armazenamento é limitada, bastando alocar mais espaço a sua conta quando necessário;
- 5 - Baixo custo de investimento, pois ao invés de investir em toda a infraestrutura de um **data center** necessário para operacionalizar o negócio, a empresa contrata apenas os serviços de computação necessários.

ARMAZENAMENTO E BACKUP: Qual a diferença?

*“Armazenamento são todos os arquivos e dados “guardados” e “manipulados” diretamente na nuvem. Podem ser documentos, planilhas, bancos de dados, etc., acessados por ferramentas clientes ou **sistemas ERPs**, mas nunca saem da nuvem. Já o **backup** é uma cópia de segurança, sendo uma versão da informação que é duplicada para um outro espaço para ser armazenada, que por sua vez também pode estar na mesma nuvem ou em outra nuvem o que aumenta a segurança.”* Contribui Melo.

TECNOLOGIA E MODULAR CARGAS: Andando juntas

Primeiros passos em direção a nuvem

Em 2018, a Modular iniciou o processo com a migração dos e-mails corporativos. Se deixou de usar um servidor interno e foi realizada a migração de todos os e-mails para o G Suite do Google. Já para o primeiro semestre de 2019 está sendo concluído o projeto de realizar todos os backups dos dados que estão nos servidores locais para a nuvem. Desta forma a Modular terá uma cópia e segurança de todos os dados da empresa na nuvem Google, embora já tivesse uma replicação do banco de dados em um **servidor remoto** em um **data center** e outra cidade, que será mantido. Ainda não se sabe quando, mas Melo afirma “sabemos que em um futuro próximo levaremos todos os nossos sistemas para a nuvem”



O TREINAMENTO E OS BENEFÍCIOS

O treinamento dos Google Guides, assim chamados, ocorreu em julho de 2018. Alguns representantes de setores administrativos e operacionais da Modular participaram a fim de multiplicar o conhecimento para os colegas e serem apoiadores no processo de migração.

Para a Renata Martini, analista de RH da Modular, que realiza o recrutamento e seleção de novos colaboradores, a migração para o Google contribuiu muito para os processos de seleção de todas as filiais e demais atividades que envolvem o RH. “Através da agenda do gmail com a opção ‘criar evento’, é possível convidar um ou mais participantes informando os e-mails. Entrando no evento é permitido compartilhar vídeos, power point e todo o material de acesso com os participantes. Além disso, o hangouts possibilita a vídeo chamada para entrevistas e treinamentos online. O sistema facilita e contribui muito para os nossos processos, principalmente para recrutamento e seleção a distância de cargos estratégicos e para treinamentos online.”

Benefícios
MODULAR + CLIENTES

- *Melhoria na eficácia de entrega das mensagens aos clientes e usuários;*
- *Eliminados em quase 100% os problemas de recebimentos de SPAM;*
- *Aumento de 1GB para 30GB de histórico e armazenamento por usuário;*
- *Disponibilidade no Drive do Google para armazenamento na Nuvem;*
- *Processo de Recrutamento e Seleção realizada pela equipe da matriz através de videoconferência nas filiais do Sul, Sudeste e Nordeste, possibilitando maior assertividade nas contratações;*
- *O Uso do Hangouts - chat interno mais fácil;*
- *Compartilhamento de arquivos entre os usuários, permitindo acesso e edição quando necessário em tempo real;*

MAIS INVESTIMENTO
EM TECNOLOGIA - NOVA FROTA

A preocupação em atender os clientes cada vez melhor, com parcerias duradouras e sustentáveis é um dos principais propósitos presentes na missão da empresa Modular Cargas. Pensando nisso e visando apostar em alta tecnologia e compatibilidade com a crescente demanda do mercado, a Modular investiu em diversos modelos de veículos para sua frota, desde cavalos á carretas bitrem.

Os modelos Axor, Accello e Atego da Mercedes Benz foram alguns dos investimentos na linha de frota da Modular, pensando em tecnologia, conforto, economia e segurança. Todos os modelos possuem a tecnologia BlueTec 5 que apresenta menor índice de emissão de poluentes, maior durabilidade do motor e melhor desempenho, além de apresentar uma solução robusta e eficiente para atender a nova legislação.



Investimentos em frota 2019
Créditos da imagem: Renato Mello



José Carlos Dias, Motorista da Modular Cargas.
Créditos da Imagem: Renato Mello

José Carlos Dias, motorista da Modular com experiência de mais de 20 anos com veículos pesados, concorda com o conforto e segurança dos novos veículos: *“O sistema de freios e direção tem muita estabilidade e segurança. A visibilidade também é mais ampla. Dirigir estes novos modelos é muito confortável, principalmente o banco do motorista. Aumenta a vontade de trabalhar, pois o caminhão é mais confortável que o meu carro.”*

Os investimentos em frota iniciaram em 2018, após a avaliação da diretoria junto ao novo cenário que se formava mediante o evento da greve dos caminhoneiros, que ocorreu no final do primeiro semestre. Os desafios sempre foram encarados como oportunidades pela empresa e não poderia ser diferente para este novo ano. Investimentos e melhorias representam a intenção da Modular em crescimento nas operações em 2019, que já iniciaram e estão otimistas na sua ampliação.



Empresa Socialmente Responsável: Investir em projetos que fazem a diferença

Envolvendo os benefícios da coletividade, as instituições reconhecem, cada vez mais, a necessidade de estarem comprometidas e conscientes da sua responsabilidade na sociedade como um todo. Para tanto, ao contribuir para o desenvolvimento sustentável, para a saúde e para o bem-estar da sociedade, as empresas demonstram a visão do futuro que elas esperam e almejam. A implementação e desenvolvimento de ações internas e externas de forma voluntária, com compromisso social, caracteriza uma organização comprometida com o resultado das suas ações para a comunidade. Adotar uma postura socialmente responsável demonstra maturidade, visão de crescimento e comportamento ético.

COMPROMETIMENTO COM A SOCIEDADE

Presente na visão de qualidade da Modular Cargas, a responsabilidade social faz parte do planejamento e desenvolvimento da empresa desde sempre. Além da preocupação com o bem-estar, com a saúde e com o crescimento dos seus colaboradores, a Modular se empenha em fortalecer laços com a comunidade por meio de incentivos e participação em diversos projetos.

"No meio em que estamos inseridos, gerar efeitos positivos na sociedade é um excelente objetivo e é o que se espera de um empresário. E é essa a razão pela qual trabalhamos e buscamos sempre melhorarmos. Internamente penso que é uma forma de despertarmos para construirmos um mundo mais humano, onde não olhamos somente para nós mesmos."

Inês Mesquita
Diretora Administrativa



CONHEÇA ALGUNS DOS PROJETOS QUE A MODULAR PARTICIPA:



APRENDIZAGEM

Projeto Pescar

"Não dê o peixe, ensine a Pescar".

A Modular Cargas atua também como mantenedora no Projeto Pescar no RS localizado no Porto Seco em Porto Alegre. O programa é pioneiro de sócio aprendizagem no Brasil, voltado para o desenvolvimento de jovens da comunidade entre 16 e 19 anos, com o intuito de qualificá-los para o futuro. Além da formação pessoal e profissional gratuita para os adolescentes, o Programa Jovem Aprendiz Pescar possibilita a contratação do jovem na Rede Pescar e nas Organizações patrocinadoras.

Quer conhecer mais sobre o projeto?
Acesse: <https://site.projetopecar.org.br/>



LOGÍSTICA DE ALIMENTOS PARA COMUNIDADE CARENTE

Banco de Alimentos de Canoas e Bancos Sociais de Porto Alegre - RS.

"Uma ação empresarial pela cidadania".

Sempre buscando incentivar projetos favoráveis à sociedade, uma das formas de apoio que a Modular dedica nesse contexto, é a parceria com o Banco de Alimentos no combate à fome, levando mais saúde e segurança às pessoas que necessitam. A Modular Cargas é mantenedora e responsável por toda a operação logística na cidade de Canoas, tanto na coleta dos alimentos doados quanto na distribuição para famílias carentes. Já em Porto Alegre, a atuação é de **TRC** (quando solicitada pelo projeto) e engloba além do Banco de Alimentos, toda a rede dos Bancos Sociais, como o Banco de Livros. A contribuição da Modular para os Bancos Sociais também é feita via SETCERGS.

Quer conhecer mais sobre o projeto?
Acesse: <http://www.bancodealimentosrs.org.br> e <https://www.fiergs.org.br/pt-br/responsabilidade-social-e-cidadania/bancos-sociais>



ALEGRIA NOS HOSPITAIS

ONG Voluntário é Assim

"Ser voluntário é doar alegria e receber gratidão. É multiplicar sorrisos com amor."

A Modular Cargas é parceira e apoiadora da ONG Voluntário é Assim

- Buscadores de Sorrisos, que está há sete anos levando bem-estar e diversão nos hospitais da cidade de Canoas, RS. Usando a figura do doutor palhaço, os integrantes da ONG buscam tornar o ambiente hospitalar mais humanizado.

Fundado em 2012 pela Diretora Administrativa da Modular Cargas **Inês Mesquita**, o projeto conta hoje com mais de 60 voluntários envolvidos, que atendem em média 780 pacientes por mês. *"É imensamente gratificante levar carinho para as pessoas que tanto necessitam de atenção. Despertar por alguns minutos um sorriso terapêutico e poder contribuir para minimizar o sofrimento das pessoas, sem sombra de dúvidas, faz com que ganhemos muito mais."*

Quer conhecer mais sobre o projeto?
<https://www.facebook.com/ONG-Voluntário-é-Assim-Buscadores-de-Sorrisos-155106254689728/>



ESPORTE E INCLUSÃO

Projeto Paradesporto da Fundação La Salle - RS

"Em Canoas, o Esporte Rendimento é para todos"

O projeto realizado pela Fundação La Salle em Canoas no Rio Grande do Sul, cidade onde está localizada a matriz da Modular Cargas, disponibiliza no município infraestrutura e espaços de qualidade para o desenvolvimento do desporto paraolímpico e treinamentos em 4 categorias: Goalball, Futebol 5 para cegos, Atletismo e Natação para pessoas com deficiência. **Maurício Lang**, Coordenador de Esportes fala do sentido de sua participação: *"O Projeto nos surpreende a cada momento, com o poder de superação dos alunos e o quanto o esporte pode contribuir na autonomia deles. Assim, cada conquista ou evolução de um aluno nos enche de orgulho. Notar a valorização e a melhora da auto estima vai nos fortalecendo para buscar novos desafios."* Visando incentivar a participação das equipes paraolímpicas da região metropolitana, a Modular contribui para a viabilização e oportunidade de acesso da comunidade canoense nesse projeto.

EPI

Equipamento de Proteção Individual
Empresa, gestor e colaborador: você está fazendo o seu papel?



Preservar a saúde e a vida são um dos principais objetivos dos seres humanos. Nesse sentido e ampliando para o âmbito profissional, muitas pessoas estão expostas a riscos no seu ambiente de trabalho e portanto, a utilização de equipamentos de proteção nesses casos é fundamental. A NR6 é a norma regulamentadora do Ministério do Trabalho, criada em 1978, que garante a obrigatoriedade do fornecimento de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) por parte das empresas para seus colaboradores, além da utilização correta dos mesmos. Os EPI's são indicados e exigidos de acordo com o tipo de risco a que o funcionário está exposto.

Para Leandro Gomes, Técnico de Segurança do Trabalho, Gestor Ambiental, Mestre em Engenharia Civil e Empresário Sócio da Safe - Soluções em Saúde, Segurança do Trabalho e Meio Ambiente, que atua no mercado há 15 anos, os gestores têm papel fundamental nesse processo: *"O mais importante, enquanto gestor, é desenvolver no colaborador a compreensão sobre o risco que ele estará exposto ao não utilizar o determinado EPI. É tornar a teoria sinônimo de cultura e consciência"*. O especialista divide as responsabilidades quanto ao uso de EPIs e afirma que o sucesso depende da conscientização de todos os envolvidos no processo: as empresas, os gestores e os colaboradores, no modo geral.

é papel do COLABORADOR



- a) usar, utilizando-o apenas para a finalidade a que se destina;
- b) responsabilizar-se pela guarda e conservação;
- c) comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para uso;
- d) cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado.

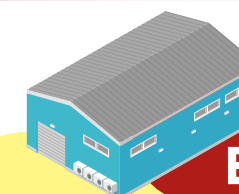
Ao colaborador também cabe compreender a importância da utilização correta do EPI para sua saúde e bem-estar, pois a utilização correta faz com que a exposição aos riscos seja minimizada por vezes em sua totalidade, evitando, assim, a possibilidade de acidentes de trabalho.



ATENÇÃO: O colaborador precisa:

- a) Higienizar os equipamentos de acordo com a orientação para a sua conservação;
- b) Cuidar e manter em local adequado, evitando o seu desgaste e depreciação;
- c) Comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para o uso.

é papel da EMPRESA



- a) adquirir o adequado para o risco de cada atividade;
- b) exigir seu uso;
- c) fornecer ao trabalhador somente o aprovado pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho;
- d) orientar e treinar o trabalhador sobre o uso adequado, guarda e conservação do equipamento;
- e) substituir imediatamente, quando danificado ou extraviado;
- f) responsabilizar-se pela higienização e manutenção periódica;
- g) comunicar ao MTE qualquer irregularidade observada;
- h) registrar o seu fornecimento ao trabalhador.

é papel do GESTOR



- a) Conhecer a importância do seu uso, benefícios e consequências para conscientizar e exigir o uso do colaborador;
- b) Ser intermediador do setor de segurança de trabalho e do colaborador, quando necessário.
- c) Orientar sobre os princípios, sobre a Norma Regulamentadora e suas exigências legais.



SE LIGA!

Agora que você já sabe o que são EPIs e o quanto importantes são para evitar acidentes, não deixe de utilizá-los e cumprir as exigências das normas de saúde e segurança do trabalho. Os EPIs são aliados do trabalhador, que trabalha em segurança, e para o empregador, que evita problemas com absenteísmo e acidentes de trabalho – sem falar que seu desuso pode acarretar em penalizações legais.

A Modular Cargas e sua atuação na segurança dos seus colaboradores

INTEGRAÇÃO DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Ao iniciar na Modular, todo o colaborador participa do sistema integração. Nesse processo está incluído o treinamento sobre segurança do trabalho e o principal objetivo destina-se a conscientizar os colaboradores sobre todas as atividades profissionais que possam causar algum tipo de risco físico para eles, e o uso correto, como armazenar e conservar os equipamentos de proteção Individual (EPI) utilizados na empresa e em nossos clientes.

Após a integração, os treinamentos sequentes são realizados conforme necessidade de reciclagem e o projeto da Modular para 2019 é manter treinamentos trimestrais nas filiais. Para Marcos Machado, Gerente de RH e Qualidade, a preocupação da empresa é a constante atualização e atenção especial ao

colaborador no início: *"Quando o colaborador ou terceirizado é novo na empresa, estando no início de um novo trabalho, acreditamos ser o melhor momento de aprendizado, onde ele está com a mente aberta para receber e absorver o treinamento. Desenvolvemos um material completo, preocupados com o bem estar do funcionário e sua segurança, desde o início da integração."*

O USO DE EPIS NA LOGÍSTICA INTERNA E DE CADA CLIENTE

A equipe operacional da Modular trabalha diariamente visando uma atuação integrada com a equipe da qualidade, a qual é responsável pelo setor de segurança do trabalho. Essa atuação é desafiadora e exige um alto nível de comprometimento. As equipes logísticas que atuam internamente ou diretamente com os clientes, operam atentos a cada exigência. Na atuação direta, nas coletas ou entregas no cliente, os colaboradores são capacitados para utilizarem os EPIs adequados às particularidades do **checklist** de acordo com a exigência de cada um. Além da conscientização do risco quanto a não utilização dos EPIs para a sua saúde, os colaboradores da Modular estão comprometidos com a sua segurança e das empresas a qual eles prestam serviço e representam.



MODULARNEWS



PRÊMIO TRANSPORTADOR GERDAU - EDIÇÃO 2018

■ A solenidade de reconhecimento do prêmio ocorreu no dia 24 de janeiro de 2019, na Usina da Gerdau Cosigua - RJ. Na ocasião, foram premiados os destaques no Transporte Rodoviário de Cargas em 2018 e divulgado o Futuro da Gerdau para 2019. Ainda, houve um jantar de confraternização entre os representantes das organizações presentes.



MARCAS DE QUEM DECIDE 2019-JC

■ O evento Marcas de Quem Decide ocorreu no dia 12 de março de 2019, no Teatro do Sesi - Fiergs, em Porto Alegre/RS. Organizado pelo Jornal do Comércio e a Qualidata, visou conectar principais lideranças do mercado e revelar o resultado da pesquisa das marcas que têm a preferência e a lembrança dos empresários e gestores de negócios gaúchos. Este ano, a Modular Cargas se destacou entre as cinco marcas preferidas dos empresários. O reconhecimento demonstra a agilidade, comprometimento, alta performance de qualidade, investimento em tecnologia, estrutura e gestão de profissionais.



PROGRAMA PARCEIROS GRUPO BRINOX

■ O grupo Brinox de Caxias do Sul no RS possui um programa que avalia, no segmento logístico, a qualidade, a eficiência, os extravios/avarias e as coletas de cargas dos seus fornecedores neste segmento. A divulgação do ranking das melhores empresas de transporte que atendem o grupo saiu em dezembro de 2018 e a Modular Cargas conquistou o 2º lugar nesta categoria, sendo destaque de atendimento logístico.





CAÇA-PALAVRAS

Existem **9 EPI's** no jogo **ao lado**



Ligue os pontos relacionados ao SIPAT:

- L.E.R.

Proteção para visão

Proteção para cabelo

Proteção para audição

Proteção para membros inferiores

C.I.P.A.

Proteção respiratória

Proteção para cabeça (Crânio)

E.P.I.

Proteção para os membros superiores
- Protetor auricular

Calçados e perneiras

Lesões por esforços repetitivos

Óculos e lentes de segurança

Boné, capuz, gorro e rede

Equipamento de Proteção Individual

Capacete

Luvas e/ou mangas de proteção

Comissão Interna de Prevenção de Acidentes

Aparelhos purificadores, máscaras

Encontre 7 diferenças nas figura ABAIXO



SOLUÇÕES:
 • CAÇA-PALAVRAS: protetor respiratório, óculos, cinto abdominal, cabo guia, luvas, botas, trava quedas, capacete, creme de proteção.
 • 7 DIFERENÇAS: Cabo de aço, manivela do trava-quedas, esquadria da janela, sapato, cinto, tinta na lata, cabelo.

Glossário

Conheça alguns termos usados nesta edição



COACH

Pessoa cujo trabalho consiste em ajudar uma ou várias pessoas a desenvolver suas habilidades (profissionais ou pessoais).

QUALITATIVO

Que se refere a qualidade, a natureza dos objetos e não a sua quantidade.

COACHING

Processo de treinamento que auxilia alguém a praticar um esporte, a fazer melhor um trabalho ou a aperfeiçoar uma habilidade: grandes empresas utilizam sessões de coaching para melhorar o desempenho de seus funcionários.

CEO

Pessoa que ocupa o mais elevado cargo de direção dentro de uma empresa, sendo responsável por todo o seu gerenciamento e organização financeira ou comercial; quem lidera ou chefia uma companhia.

CASE

Na tradução case, significa caso, é a história de um acontecimento empresarial. Pode ser a criação de uma empresa, produto ou serviço, ou outros acontecimentos relacionados ao ambiente corporativo, que pode servir como aprendizagem para outros profissionais.

MINISTÉRIO DO TRABALHO

Órgão administrativo do governo federal, responsável em regulamentar e fiscalizar todos os aspectos referentes as relações de trabalho no Brasil.

CHECKLIST

Checklist é uma palavra em inglês que significa "lista de verificações". Esta palavra é a junção de check (verificar) e list (lista). Uma checklist é um instrumento de controle, composto por um conjunto de condutas, nomes, itens ou tarefas que devem ser lembradas e/ou seguidas.

MITOCÔNDRIAS

As mitocôndrias são organelas presentes no interior das células animais, mais especificamente no citoplasma.

SHOT

Bebida servida em pouca quantidade num copo pequeno.

SMOOTHIES

É uma bebida saudável, saborosa e muito refrescante. Feito com sucos, frutas, sorvetes, iogurtes e outros ingredientes naturais, é uma ótima fonte de energia, pois contém pouquíssima gordura e é rico em vitaminas e minerais.

OLEAGINOSAS

Que contém ou fornece óleos e gordura como fonte de energia.

BIODIVERSIDADE

É a grande variedade de formas de vida (animais e vegetais) que são encontradas nos mais diferentes ambientes.

DATA CENTER

Data Center, ou Centro de Processamento de Dados, é um ambiente projetado para concentrar servidores, equipamentos de processamento e armazenamento de dados e sistemas de ativos de rede como switches, roteadores e outros.

GB

Gigabyte (símbolo GB) é uma unidade de medida de informação, segundo o Sistema Internacional de Unidades.

SERVIDOR REMOTO

É uma tecnologia que permite que haja uma conexão entre computadores ou outros artigos eletrônicos, sem a necessidade de uma ligação física entre os aparelhos.

SISTEMA ERP'S

São softwares que integram todos os dados e processos de uma organização em um único sistema.

BACKUP

É um termo inglês que tem o significado de cópia de segurança. É frequentemente utilizado em informática para indicar a existência de cópia de um ou mais arquivos guardados em diferentes dispositivos de armazenamento.



A GENTE SABE O QUE FAZI!

Estar entre as marcas preferidas dos **empresários gaúchos** é um reconhecimento que demonstra **agilidade, comprometimento, alta performance de qualidade, investimento em tecnologia, estrutura e gestão de profissionais.**



Moldando Soluções Sustentáveis



Matriz | Canoas/RS: (51) 3462.3500



/ModularCargas

www.modular.com.br

