

# Informativos

Informativo mensal • Ano 23 • Janeiro • 2026

## CUIDAR DE VOCÊ FAZ PARTE DO NOSSO JEITO DE SER



**A** Paulispell inicia o ano reforçando seu compromisso com quem faz a nossa história acontecer todos os dias. Acreditamos que um ambiente de trabalho saudável começa pelo cuidado com as pessoas, promovendo bem-estar, segurança e qualidade de vida dentro e fora da empresa.

Pensando nisso, apresentamos os Benefícios Paulispell 2026, um pacote completo de apoio, valorização e reconhecimento. Entre os principais avanços está o plano médico 100% pago pela empresa para o colaborador, garantindo mais tranquilidade e acesso à saúde. O plano dos dependentes, quando houver, permanece sob responsabilidade do colaborador.

Outro destaque é o novo Cartão Pluxee, que reúne uma série de soluções voltadas ao dia a dia. Por meio dele, o colaborador tem acesso ao Wellhub (antigo Gympass), que incentiva hábitos saudáveis com atividades físicas e cuidados com a saúde. O cartão também oferece assistência jurídica, com orientações para situações

cotidianas, além de assistência financeira, que auxilia na organização das finanças, identificação de endividamentos e educação financeira.

Os benefícios se estendem ainda à assistência social, com apoio em momentos delicados como óbitos, hospitalizações e separações, e à assistência nutricional, que oferece orientação profissional para dietas, suplementação e planos alimentares personalizados, respeitando as necessidades individuais.

O aplicativo Pluxee complementa esse pacote com vantagens exclusivas, como descontos de até 35% em farmácias, até 89% em universidades, condições especiais em lojas parceiras e o Crédito Natal, concedido conforme a movimentação do cartão ao longo do ano.

Mais do que benefícios, esse conjunto de iniciativas reflete o cuidado da Paulispell com cada colaborador, reforçando a certeza de que, quando você cresce, a Paulispell cresce junto.

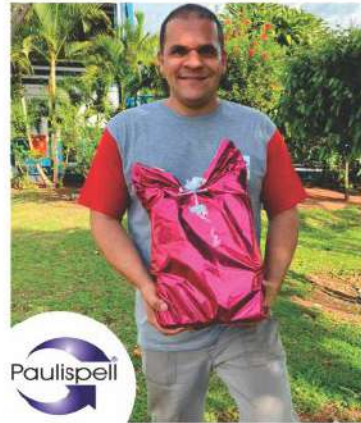


## MELHORIA CONTÍNUA

A melhoria contínua é parte essencial da cultura da Paulispell e se fortalece com a participação dos colaboradores. Recentemente, duas sugestões foram implantadas, trazendo ganhos práticos para a operação.

Natan, do setor de Manutenção, contribuiu com a implantação de rádio comunicadores, melhorando a comunicação entre áreas e aumentando a agilidade e a segurança operacional. Já Alan, da Onduladeira, propôs melhorias no sistema de acionamento dos portabobinas, elevando a confiabilidade, a segurança e a eficiência do processo.

Essas iniciativas mostram que boas ideias geram resultados e reforçam o compromisso da Paulispell com a melhoria contínua.



## TREINAMENTOS

A Paulispell segue investindo na capacitação e na segurança de seus colaboradores por meio de treinamentos contínuos. Neste período, foram realizados os treinamentos de Operador de Empilhadeira, Espaço Confinado e Trabalho em Altura, preparando as equipes para atuar com mais segurança, responsabilidade e atenção aos procedimentos. As formações reforçam a importância da prevenção de riscos, do cumprimento das normas de segurança e da adoção de boas práticas no dia a dia, contribuindo para um ambiente de trabalho mais seguro e eficiente.



## SEGURANÇA DO TRABALHO

A Paulispell segue avançando nas ações voltadas à segurança do trabalho, com melhorias que reforçam a proteção e o bem-estar dos colaboradores. Neste mês, foram realizadas importantes adequações na área da Caldeira, com foco na prevenção de riscos e na melhoria das condições operacionais. Entre as ações executadas, destaca-se o isolamento térmico na passagem traseira do equipamento, reduzindo o risco de contato com superfícies aquecidas. Também foi realizada a fixação de plataforma e guarda-corpo no acionamento de válvulas, proporcionando mais estabilidade, segurança e conforto durante as atividades. Essas melhorias reforçam o compromisso da Paulispell com um ambiente de trabalho cada vez mais seguro e alinhado às boas práticas de prevenção de acidentes.





# PARABÉNS

## aos aniversariantes de *Fevereira*



**01**  
**Alison Biazoto Ribeiro**  
Administração



**04**  
**Higo Ibiapino**  
Manutenção



**05**  
**Alessandro da Silva**  
Máquina de Papel



**06**  
**Bruno de Carvalho**  
Máquina de Papel



**06**  
**Luciano de Souza**  
Máquina de Papel



**08**  
**William Vianna**  
Expedição



**11**  
**Jhonatas Oliveira**  
Máquina de Papel



**12**  
**Jonas Pereira**  
Limpeza/ Organização/  
Apoio Geral



**15**  
**Marcos Ribeiro**  
Máquina de Papel



**17**  
**Vitor Valim**  
Máquina de Papel



**19**  
**Luiz de Freitas**  
Manutenção



**19**  
**Marciano de Oliveira**  
Onduladeira



**20**  
**Paulo Sergio Lira**  
Expedição



**21**  
**Yuri de Araujo**  
Manutenção



**24**  
**Marcelo Brandt**  
Máquina de Papel



**25**  
**Gabriel Neto**  
Comercial



**28**  
**Jefferson Marrichi**  
Hidro



## ANIVERSARIANTES DO MÊS

Parabéns aos aniversariantes do mês! Que esta nova etapa venha com energia renovada, crescimento e muitas conquistas. Seguimos juntos, construindo uma Paulispell mais forte com cada um de vocês.



## ANIVERSARIANTES DE ADMISSÃO



**30 ANOS**

PAULO SERGIO S. LIRA



**5 ANOS**

SAMUEL GANDOLPHE FERREIRA



**1 ANO**

Diego da Silva Lima



## BEM-VINDO

**Amiel Vicente Candido**  
Onduladeira

**Rodrigo do Nascimento**  
Máquina de Papel

**Sérgio Valentim de Souza**  
Máquina de Papel

# A IMPORTÂNCIA DA IMUNIDADE

## Como fortalecer a sua imunidade

Nos últimos tempos, enfrentamos uma série de ameaças à saúde que nos lembram da importância de manter nosso sistema imunológico forte e resiliente. Nunca foi tão crucial entender como fortalecer a imunidade e implementar práticas que nos ajudem a proteger nossa saúde de maneira natural e eficaz.

Dicas simples que podem ser facilmente incorporadas ao seu dia a dia para fortalecer o sistema imunológico.

### ALIMENTAÇÃO: A DEFESA NATURAL DO CORPO

Uma das maneiras mais eficientes de fortalecer a imunidade é por meio de uma alimentação saudável e balanceada. Assim, alimentos ricos em vitaminas e minerais são essenciais para o bom funcionamento do sistema imunológico.

Frutas cítricas, como laranja e limão, são excelentes fontes de vitamina C, conhecida por aumentar a produção de glóbulos brancos. Bem como vegetais verdes escuros, como espinafre e couve, são repletos de antioxidantes e vitaminas que ajudam a combater os radicais livres no corpo.

Além disso, alimentos como alho e gengibre têm propriedades anti-inflamatórias e antibacterianas, que podem prevenir infecções e fortalecer a resposta imunológica.

### ATIVIDADE FÍSICA REGULAR: A CHAVE PARA A IMUNIDADE

Manter uma rotina de exercícios físicos é outra forma comprovada de fortalecer a imunidade. A atividade física regular ajuda a melhorar a circulação sanguínea, permitindo que as células imunológicas se

movimentem mais eficientemente pelo corpo.

Exercícios aeróbicos, como caminhada, corrida e ciclismo, são particularmente benéficos para a saúde cardiovascular e, conseqüentemente, para a imunidade. A prática regular de atividades físicas ajuda a reduzir os níveis de estresse, que podem comprometer a função imunológica.

### SONO DE QUALIDADE: A REGENERAÇÃO DAS CÉLULAS IMUNOLÓGICAS

Outro fator crucial para um sistema imunológico forte é garantir um sono de qualidade. Durante o sono, o corpo trabalha na regeneração de células imunológicas e na produção de citocinas, proteínas que ajudam a combater infecções e inflamações.

Então, para melhorar a qualidade do sono, é importante manter uma rotina de horários regulares para dormir e acordar, criar um ambiente propício ao descanso (escuro e silencioso) e evitar o uso de eletrônicos antes de dormir.

Uma alimentação saudável, a prática regular de atividade física e um sono de qualidade são pilares fundamentais para manter o sistema imunológico robusto e eficiente. Implementar essas dicas no seu dia a dia não só ajudará a proteger a sua saúde, mas também a melhorar a qualidade de vida de maneira geral.

Lembre-se: a prevenção é sempre o melhor remédio, e fortalecer a imunidade é um passo essencial nessa jornada.

 VISITA

No dia 12 de janeiro recebemos a visita dos representantes da Paulispell, para a realização da reunião anual com o gerente comercial.

O encontro teve como objetivo o alinhamento das estratégias comerciais, definição de diretrizes e fortalecimento da parceria, consolidando os pilares que irão sustentar os resultados do próximo ciclo.

