



FOLHA SINDICAL

CATEGORIA UNIDA É SINDICATO FORTE



ANO VIII - Nº 103
maio a julho 2026

Publicação do Sindicato dos Empregados em Edifícios de Santos e Cubatão e
Empregados em Empresas de Compra, Venda, Locação e Administração de Imóveis
Residenciais e Comerciais de Santos, São Vicente, Praia Grande e Cubatão.

Sindicato dos Metalúrgicos de São Paulo

Conquista histórica Escala 6x1 é derrubada

Com pressão dos trabalhadores, vencemos a primeira batalha, com o fim da escala 6x1. Mas ainda falta a decisão do Senado. Vamos ficar atentos. Pág. 4



Uma só torcida



**NR-1: faz
bem para
o corpo
e a mente**

Já está em vigor a NR-1, a norma regulamentadora que fiscaliza os riscos psicossociais no trabalho. Nosso sindicato, em parceria com a Comissão Intersectorial de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (CISTT) e a Fundacentro, sediou eventos sobre o tema. Pág. 3



Cursos Senac-Sindedif

Pessoal, fique ligado no aperfeiçoamento profissional. O Sindedif, em parceria com o Senac-Santos, já está com inscrições abertas para os cursos de Informática e Técnicas de Atendimento em Portarias. Mais informações nos fones: 13 32341706 e 13 32347560.



Abril Verde e a segurança no dia a dia

O Sindedif está sempre atento ao ambiente saudável, seja em casa ou no trabalho. Especialistas estiveram no sindicato para dar informação e conscientizar sobre o tema. Foi o Abril Verde, iniciativa do Departamento de Vigilância Sanitária, Secretaria de Saúde de Santos e CISTT em nosso sindicato.

Conquistas que vêm com **luta**

Neste primeiro semestre de 2026 aconteceram muitos fatos importantes para a classe trabalhadora. Dois deles são históricos: a implantação da Norma Regulamentadora nº 1, a NR-1, no finalzinho de maio, e a aprovação do fim da escala 6x1. Nosso sindicato está presente na discussão e na luta para que o Brasil avance nestas questões trabalhistas.

Por isso, participar de órgãos como a CISTT, que discute a saúde do trabalhador e da trabalhadora, e no Conselho Municipal de Saúde é fundamental para que nossa opinião seja levada em conta.

No caso da NR-1, o avanço é porque precisamos de condições básicas para exercer o trabalho. Ou seja, sem gritarias, metas difíceis de cumprir ou preconceitos que afetam a saúde mental. Abordamos isso em todas as discussões das quais participamos, levamos o debate ao nosso programa de rádio, Papo de Trabalhador, e sediamos encontros em nosso sindicato.

Quanto ao fim da escala 6x1, é uma questão de justiça e de bem-estar dos trabalhadores.

A Câmara Federal aprovou, mas ainda falta a decisão do Senado. Se a medida passar, o trabalhador terá um dia a mais para o lazer, ficar com sua família ou até para se dedicar a novos aprendizados.

Essas conquistas vieram de baixo para cima, com a pressão exercida pelos trabalhadores e seus sindicatos. Tivemos que vencer resistências, não apenas de empresários, mas dos que os representam no Congresso Nacional. Por isso que não dá para deixar de lado a política, porque ela influencia nossas vidas. A eleição geral é em outubro. Então, vamos votar em trabalhador para continuar garantindo nossas conquistas.



benefícios, serviços, convênios, benefícios, serviços, convênios

-Advogado: dr. José Bruno Wagner, terças, às 7h30.

Precisa de agendamento;

-Dentistas: para você e seus dependentes, diariamente das 8 às 10h e das 13 às 17h; também temos convênio com protético. Precisa agendar.

- Clínico geral: dr. Maurício: você e seus dependentes, às segundas-feiras, às 8h30. Precisa de agendamento.

-Oculista: ACMY Clínica de Olhos. Precisa retirar guia no sindicato;

-Fisioterapia: Ariane Ataúlo, às terças, das 8 às 12h, e às quintas, das 13 às 17h. Precisa agendar;

-Departamento de Aposentadoria: cuida de todos os processos de aposentadoria, dos auxílios previdenciários, das perícias e das pensões das viúvas - a partir das 15h;

-Departamento de Orientação Trabalhista: cálculos trabalhistas para conferir se recebimentos de salários e horas extras estão corretos;

-Bolsa de Empregos: para ajudar na recolocação do companheiro desempregado;

-Exames médicos: realizados em laboratório, mas é necessário pegar a autorização com o médico do sindicato;

- Convênio Psicologia: psicóloga Maria José Gomes Barbosa, Rua Barão de Paranapiacaba, 233 - sala 1.109, Encruzilhada, Santos. Fone: 13 981712322.;

- Auxílio Funeral: neste plano, o associado pode colocar seus dependentes. O atendimento é em nível nacional;

- Barbearia: de 2ª a 6ª, das 8 h às 11h30. É necessário agendar.

Folha Sindical

Categoria unida é sindicato forte

Publicação do Sindicato dos Empregados em Edifícios e Condomínios de Santos e Cubatão e Empregados em Empresas de Compra, Venda, Locação e Administração de Imóveis Residenciais e Comerciais de Santos, São Vicente, Praia Grande e Cubatão.
Rua Júlio Conceição, 240, Santos/SP
CEP 11015-540 - tel.: 3232-7560

Presidente:
José Maria Félix
Jornalista responsável:
Mário Jorge (MTb. 20.410)
Tiragem: 2.000 exemplares
Impressão: Ases Gráfica
Fotos: Assessoria de Imprensa

Mais sobre o sindicato em nossas páginas na internet:
<http://www.sindedif.com.br>
e-mail: sindedif@iron.com.br
no Instagram: @sindedif

Tempo de **saúde mental** no trabalho

Assédio moral e sexual, estresse, burnout (esgotamento pelo trabalho) e atos como violência no exercício da função terão de ser fiscalizados pelas empresas. Ou seja, os empregadores deverão identificar e acompanhar os riscos psicossociais no ambiente laboral.

O procedimento integra a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) que entrou em vigor no dia 26 de maio passado. As empresas ficam obrigadas a comprovar ações de prevenção por meio de treinamentos de liderança, canais de denúncia seguros e suporte psicológico.

O Sindedif participou ativamente dos debates, seja na Comissão Intersetorial de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora de Santos (CISTT), seja nos diversos eventos realizados com este objetivo, inclusive com oficina preparatória em grupos (fotos).



Alguns dos fatores de riscos psicossociais

Metas inalcançáveis

Trabalho em turnos sem intervalos adequados

Assédio moral, assédio sexual, conflitos com gestores, isolamento

Tarefas repetitivas, falta de autonomia

Incentivo e aposta no **sucesso** da NR-1



“O trabalhador precisa de um ambiente saudável para exercer suas atividades. Sem isso, fica difícil exercer a profissão e dar bons resultados. Nós, do Sindedif, trabalhamos muito para apoiar a implantação da NR-1”.

José Maria Félix
presidente do Sindedif



“A importância da NR-1 é o trabalhador conhecer o seu lugar de fala nesse processo. A implantação vai depender muito da boa vontade das empresas quanto também dos próprios trabalhadores. É uma coisa que precisa ser conjunta”.

Janaína S. Nascimento
chefe do Cerest



“A avaliação dos riscos psicossociais envolve aspectos qualitativos, que só os trabalhadores, com seu conhecimento, e na forma que o trabalho é organizado, vão poder dizer melhor quais os fatores de riscos psicossociais”.

Sandra Beltran
Sindipetro LP



“É fundamental que os trabalhadores e seus representantes estejam preparados para dar a melhor interpretação ao texto da NR-1. Uma interpretação que privilegia a proteção da saúde de fato, e não só o cumprimento de uma norma”.

Daniela S. Tavares
Fundacentro

Fim do 6x1. A vitória é nossa

A classe trabalhadora deu um grande passo para mais uma conquista: o fim da escala 6x1. No final de maio, a Câmara dos Deputados aprovou a Proposta de Emenda à Constituição (PEC) que estabelece a jornada de 40 horas semanais em cinco dias com dois de descanso. Parlamentares ligados às causas sociais impuseram uma derrota aos representantes da extrema direita, contrários à redução da jornada. Agora, é esperar a votação no Senado. O presidente Félix está otimista com a mudança. “Quando tiver a regulamentação, vamos discutir com os sindicatos patronais a adoção da nova jornada. É uma medida positiva que só ocorreu porque os trabalhadores se organizaram e fizeram pressão, promovendo marchas e protestos, como a Conclat 2026, por todo o País”.



Força Sindical



Lula Marques/ Agência Brasil

DICAS ÚTEIS PARA O DIA A DIA NO TRABALHO

- Ajuste a altura da cadeira, mesa e monitor para evitar dores nas costas e nos punhos.
- Hidratação e pausas
- Levante-se a cada hora para esticar o corpo e beba bastante água
- Seja pontual no serviço
- Evite fofocas
- Se não estiver se sentindo bem, não force a barra: sua saúde em primeiro lugar
- Em caso de dúvidas, fale com o síndico

Às quintas-feiras, você tem um compromisso com a informação: Papo de Trabalhador, sempre a partir das 9 horas. Notícias do meio sindical, serviços e muita orientação. Na OMEGA Web



TRABALHADORES DE CONDOMÍNIOS

DINHEIRO RÁPIDO, FÁCIL E SEM BUROCRACIAS!

CRÉDITO DO TRABALHADOR

Cliente Sindicalizado, até 15% de desconto nas parcelas!

Correspondente Bancário Autorizado: Maria Eduarda

SEM CONSULTA SPC E SERASA

SAC (11) 3284-9816

EMPRESTA | 20 ANOS