

Roche Rio *em Revista*

Roche

Divisão Industrial Farmacêutica Rio de Janeiro - Ano 2018 - Edição 8 - maio a agosto (quadrimestral)



ELES FAZEM ACONTECER

*Confira o que pensam 4 funcionários que são
inspiração de atitude e foco em melhoria contínua*

E mais:

Roche. Eu Cuido.

*Movimento convoca funcionários a cuidar
da empresa como se fosse a sua casa*

Objetivos do ano

*Entenda como você pode contribuir
com algumas das principais metas do Site*

Roche

É com muito entusiasmo que escrevo o editorial da nossa primeira revista de 2018. Após cerca de cinco meses à frente da Roche Rio, já me sinto totalmente integrada ao time e cada vez mais confiante de que estamos no caminho certo para continuar fortalecendo a nossa posição de excelência operacional, com a consciência de todas as responsabilidades que esse título envolve.

O caminho certo a que me refiro tem como pilar central a jornada Lean, com todas as suas frentes de trabalho que estão transformando dia a dia a nossa forma de operar, a partir de dois princípios centrais: otimizar nossos processos e eliminar de vez os desperdícios, de recursos e de tempo também. Não tenho dúvida de que é esse o segredo para tornar a planta mais competitiva, diante do mercado farmacêutico instável, volátil e desafiador.

Em todo o mundo, é esta diretriz que mobiliza cada uma das afiliadas da Roche. É por isso que um dos destaques desta edição são as novas práticas globais de gestão de pessoas, que têm um objetivo essencial: simplificarmos as rotinas para ganharmos tempo para o que realmente importa.

Ainda nesta revista, vamos explicar em mais detalhes alguns objetivos do ano, porque é substancialmente importante que todos tenham plena compreensão do que buscamos e porque buscamos. Afinal, como vocês sabem, os objetivos passam por cada área e por cada pessoa que trabalha nessa fábrica.

Por isso, convido o time da planta a assumir o protagonismo. Esta fábrica é feita por vocês, então, sintam-se confiantes em assumir a responsabilidade e fazer acontecer. Se cada funcionário cuidar da Roche como se fosse a sua casa, isto é, procurando preservar nossos ativos e propor melhorias, seremos muito mais fortes e competitivos

É isso que espero de cada um, porque sei que este é um time que abraça a superação e tem paixão por ir além. Um excelente lugar para se trabalhar a gente constrói junto, todo dia. **Boa leitura!**

Tatiana Rosa

Diretora da Divisão Industrial Farmacêutica

Conheça as novas práticas de gestão de pessoas da Roche

Sistema Workday vai trazer mais simplicidade e autonomia para o desenvolvimento dos funcionários

Check Ins frequentes

Os momentos de conversa entre funcionários e gestores estão no centro das novas práticas. É preciso realizar Check Ins frequentes e de qualidade para construir e revisar os Planos de Desenvolvimento de forma mais assertiva.

Visibilidade e Integração

O Workday oferece uma seção similar ao LinkedIn, onde os funcionários podem montar seu currículo online e manter-se conectados com todo o grupo, facilitando a busca de talentos na hora de preencher uma vaga.

Fim do Talent Review

O processo dá lugar a um formato mais flexível. Será nas People Discussions, que podem acontecer em qualquer momento oportuno, que os líderes deverão refletir e tomar decisões sobre oportunidades em que as pessoas possam aprender e contribuir com todo seu potencial para alcançarem seus objetivos de carreira.

Avaliações de desempenho mais justas

As avaliações foram simplificadas em 3 categorias, com novas diretrizes de bônus: Contribuição Excepcional (+125%) / Contribuição Valiosa (100%) / Necessário contribuir mais (0-75%).

Desenvolvimento conjunto

Gestores e funcionários devem estabelecer uma parceria para escolherem juntos o percurso de desenvolvimento e as ações concretas para chegar lá.

Melhoria contínua compartilhada

O Workday oferece uma ferramenta por onde os funcionários que querem evoluir continuamente podem receber a contribuição de outros colegas.

Metas flexíveis

Em seus Check Ins frequentes, gestores e funcionários poderão revisar as metas quando as condições do negócio mudam.

“As novas práticas respondem a mensagens claras que identificamos nas duas últimas rodadas da GEOS. Nossas pessoas querem mais simplicidade, flexibilidade e autonomia para continuar a aprender, crescer e inovar. As novas práticas são uma evolução que simplifica as rotinas para ganharmos tempo para o que mais importa”, explica Caroline Rocha, Coordenadora de Desenvolvimento.

“É importante conscientizar nosso time de que o Workday é apenas a ferramenta. Nossa atitude e nossas decisões no dia a dia diante das práticas de pessoas vão ser o real diferencial do quanto esse sistema pode ser útil para cada um de nós.”

Caroline Rocha
Coordenadora de Desenvolvimento

Roche

ROCHE RIO EM REVISTA

Veículo de comunicação dos funcionários de: Produtos Roche Químicos e Farmacêuticos S/A – Divisão Industrial Farmacêutica

Edição 08 – PAC BS

PUBLICAÇÃO

Coordenação: Diretoria Industrial Farmacêutica / Gerência de Suporte ao Negócio
Projeto Gráfico e Diagramação: Diagramma Comunicação

FALE COM A COMUNICAÇÃO!

Sugestões, ideias ou pautas para a nossa revista? Envie para comunicacao_corporativa_rj_br@roche.com

Nós queremos ouvir você.

Roche. Eu Cuido.

Novo movimento convoca funcionários a cuidar da empresa como se fosse a sua casa

Contribuir para tornar a Roche mais competitiva no mercado farmacêutico. Esta é a diretriz do ano no Rio de Janeiro – e em todo o mundo. Com o Lean, já aprendemos que todo processo pode ser melhorado e simplificado e que eliminar os desperdícios, de tempo e de recursos, é prioridade.

Mas você leva esses conceitos também para as atividades básicas do seu dia? Em outras palavras, no que depende somente de você, a Roche está sendo bem cuidada? Para sensibilizar o nosso time e fazer pensar sobre o papel de cada um, estamos lançando o movimento “Roche. Eu Cuido”.

O que significa?

Basicamente, é pensar a empresa como se fosse a sua casa.

- Você deixaria uma banana apodrecer no seu armário?
- Veria uma lâmpada quebrada na sua sala e não tomaria nenhuma providência?
- Deixaria o controle remoto da TV em qualquer lugar?
- E o ar condicionado do seu quarto? Você deixa ligado mesmo quando não está lá?

Estas e outras perguntas são exemplos de atitudes que não podemos admitir também na nossa empresa. Por isso, o movimento “Roche, Eu Cuido” convida você a assumir o protagonismo e agir como dono. Preservar os ativos e economizar os recursos da empresa é contribuir para uma Roche mais forte para todos.

Um excelente lugar para se trabalhar a gente constrói junto, todo dia. Assuma a responsabilidade e faça acontecer!

Viu uma observação insegura? Faça um registro de observação de segurança! Viu alguma demanda que necessita reparo? Abra uma OT para a Engenharia (ramal 2325).



Dicas rápidas para você exercer o seu papel de cidadão na Roche:



ABAIXO O DESPÉRCIO

- Economize água.
- Desligue a luz e o ar condicionado ao deixar um ambiente.
- Coloque no prato somente a quantidade de comida que você vai comer.
- Priorize o secador de mãos em vez do papel-toalha.
- Imprima somente o necessário e em preto e branco, como primeira opção.



PRESERVAÇÃO DO PATRIMÔNIO

- Evite expor o seu computador de trabalho a riscos de contaminação por vírus.
- Não deixe cair resíduo ou líquido sobre o teclado.
- Não esqueça o computador ligado até o dia seguinte.
- Siga todas as recomendações para a preservação dos nossos equipamentos.



HIGIENE E CONVIVÊNCIA SAUDÁVEL

- Lave a louça que usar na copa.
- Não deixe nenhum alimento na geladeira e em sua mesa de trabalho após o expediente.
- Não jogue papel-toalha no vaso sanitário.
- Mantenha sua mesa e local de trabalho limpos.

Nova fase na Jornada Lean da Roche Rio

A Divisão Industrial Farmacêutica do Rio de Janeiro vive uma nova etapa na sua jornada de implementação do LPS (Lean Production System). Desde janeiro de 2018, a Diretora do Site, Tatiana Rosa, vem reforçando a mensagem de Superação apoiada na mentalidade Lean, que tem foco em redução de desperdícios e produtividade.

Na última semana de abril, uma avaliação do nível de maturidade do programa, a partir das atividades já realizadas no Site, marcou uma nova etapa da jornada Lean no Rio de Janeiro, que, além do apoio do time de liderança sênior do Site, passa a contar com a mentoria de **Gerry Cahill, Head da fábrica de Clarecastle**, na Irlanda, que deixou uma mensagem de apoio à equipe:

“As ferramentas do Lean existem para nos suportar, mas nada melhor do que você para avaliar como esse conjunto de ferramentas pode, de fato, ajudar no seu dia a dia, nas suas tarefas. Eu me coloco disponível pra suportar o Rio nesta jornada e tenho alta confiança de que irão conseguir atingir os objetivos do LPS para o ano de 2018.”

Ana Maria de Resende, OE Lead, acredita no desenvolvimento do programa e vê de forma positiva a oportunidade de troca de aprendizado com alguém que já implantou o programa com sucesso. Ela lembra que fazer acontecer é algo que está nas mãos do time do Rio:

“O engajamento é a chave do sucesso. Nosso objetivo é ter 80% da fábrica praticando as ferramentas do Lean, então, estamos falando de trabalho coletivo. Iniciativas isoladas não vão nos levar aonde precisamos ir. Por isso, é tão importante que cada funcionário se envolva nas iniciativas, critique os processos e identifique oportunidades para facilitar a nossa operação. Basicamente, precisamos de participação, de pessoas que assumam o protagonismo no Site, para rodar o Lean de forma mais rápida, homogênea e com qualidade, lembrando de uma importante lição aprendida: simples é melhor.”

Foco em expandir a implementação e entregar valor

Da caminhada que já se desenvolveu até aqui, o líder global do Lean, Troels Kyster, destacou como principais pontos positivos o cascadeamento dos objetivos em todos os níveis e a forma consistente e estruturada como o Site implementou os quadros SQDEC.

De agora em diante, as próximas ações do Lean terão foco nos pilares bases da metodologia, conforme destacado abaixo:



Equipe da Produção acompanha o status dos objetivos no quadro SQDEC, que é considerado um dos ganhos mais fortes da jornada Lean até agora



Personagens do Protagonismo na Roche Rio

A matéria de capa desta edição traz exemplos de colaboradores que são inspiração do que a Roche Rio espera do time neste momento. Em comum, eles têm o foco em melhoria contínua, atitude de fazer acontecer e sabem que, para contribuir com a competitividade do Site, precisam olhar o todo e não somente a sua atividade individual. Através do formulário do Programa Simplifique, eles trouxeram ideias que já são realidade em nosso Site e, nesta reportagem, contam o que pensam sobre a importância de assumir o protagonismo. Confira!



Vanessa Montenegro

Supervisora do Laboratório de Microbiologia - Controle de Qualidade

▪ **IDEIA IMPLANTADA:** Revisão do processo de Monitoramento Ambiental de Áreas e Água no Controle da Qualidade, focando na qualidade do suporte e não na quantidade. A adequação gerou economia de mais de R\$250 mil/ano.

“Sinto-me extremamente realizada em perceber que fiz parte de um processo de mudança que partiu de nós e que contribui para que a empresa permaneça viva e fornecendo medicamentos de qualidade para os pacientes. Acredito muito no protagonismo do funcionário para construir uma Roche mais forte e competitiva. Afinal, ninguém melhor do que nós para saber como podemos melhorar a nossa rotina de trabalho, tornando nossos processos mais sólidos, ágeis e com um custo mais baixo. Para mim, uma das coisas mais incríveis a respeito de protagonismo é que é uma atitude, e ela depende de cada um de nós como colaboradores individuais, não tendo relação com a posição ou função que exercemos.”



▪ **COM QUAL COMPORTAMENTO DE PT MAIS SE IDENTIFICA: Melhoria Contínua.**

“Sempre temos algo para melhorar. Mesmo aquele ponto que acabou de ser aprimorado, ainda apresenta oportunidades. Desafiar o *status quo*, identificando e eliminando desperdícios, torna a nossa rotina de trabalho mais leve, permitindo que o foco seja direcionado para as prioridades e atividades que agregam valor.”



▪ **IDEIA IMPLANTADA:** Aplicação da metodologia 5S em uma sala de material de limpeza da Produção, proporcionando menores possibilidades de erro no processo de limpeza e melhoria das condições para as pessoas que trabalham na sala.

▪ **COM QUAL COMPORTAMENTO DE PT MAIS SE IDENTIFICA: Melhoria Contínua.**

“Nos faz tentar pensar sempre fora da caixa e não nos acomodar com a situação atual. É ter em mente que, em qualquer processo, há espaço para melhoria, mesmo que, às vezes, seja difícil enxergar.”

Karolina Oliveira

Assistente de Produção da Fabricação de Sólidos

“É gratificante ver que o seu trabalho contribuiu, de forma positiva, para a empresa e para as pessoas. É recompensador entrar na sala de material de limpeza hoje e ver tudo organizado, mantendo-se dentro dos padrões que foram pensados, e ajudando que as pessoas estejam mais engajadas no trabalho. Cada um de nós é responsável e tem potencial para ser protagonista de uma Roche ainda mais forte no mercado. Tenho consciência de que todo esforço e empenho que colocamos em nosso trabalho, seja em pequenas ou grandes tarefas, tem um impacto no negócio e na vida das pessoas.”

Marconi Lindo

Técnico de Manutenção II



▪ **IDEIA IMPLANTADA:** Criação de ferramentas de ajustes, que trouxeram mais eficácia, rapidez e diminuíram a perda de tempo na Produção.

“Eu não poderia imaginar que uma ideia simples, que é do meu dia a dia, seria tão inovadora para romper um paradigma e solucionar um problema antigo de padronização. Sinto-me realizado em ter contribuído. Em toda a história da Roche, nunca estivemos tão dedicados a colaborar para fortalecer a empresa e este legado levarei para sempre comigo. O mundo está sendo tomado por medicamentos genéricos e nós estamos cada vez mais sufocados para abaixar os custos de fabricação. É nisso que eu penso todo dia que chego na Roche.”

▪ **COM QUAL COMPORTAMENTO DE PT MAIS SE IDENTIFICA: Assuma a responsabilidade.**

“Tenho consciência de que sou uma engrenagem da Roche. Vejo como ela tem a grandeza de proporcionar momentos de vida para milhares de pacientes que dependem do nosso produto, que é feito com seriedade e competência.”

Daniel Santos

Operador Logístico I



“Me sinto feliz e orgulhoso, pois é muito gratificante perceber que a sua ideia está sendo vista e posta em prática. Afinal, a ideia é para todos e quem ganha com isso é a organização. Para mim, o protagonismo é ter um acurado conhecimento das atividades que são executadas, para saber onde estão os problemas e como solucioná-los, e, principalmente, ter confiança de tomar decisões dentro da sua atividade e ser comprometido com a entrega de resultados ímpares dentro da organização. Quando os colaboradores estão alinhados com os objetivos estratégicos da companhia e determinados a alcançá-los, os resultados são fantásticos.”

▪ **COM QUAL COMPORTAMENTO DE PT MAIS SE IDENTIFICA: Vá, veja em primeira mão e entenda.**

“Para mim, a compreensão é a chave. Não se trata apenas de entender o trabalho do colega, mas também entender o que o outro sente, suas emoções e o momento de cada um, pois somos todos, acima de tudo, seres humanos.”

▪ **IDEIA IMPLANTADA:** Substituição do processo manual de cálculo dos pesos brutos dos pallets preparados para exportação por processo eletrônico, com a criação de uma Calculadora de Pesos Brutos no software Excel, proporcionando ganho de tempo na entrega do pedido.



Você compreende os Objetivos do ano da Roche Rio?

Na Roche, temos uma certeza: não se constrói um resultado relevante sozinho. Para que possamos contar mais uma história vitoriosa em 2018, é importante o engajamento de cada funcionário rumo ao cumprimento dos objetivos estratégicos da planta. Por isso, nesta matéria, vamos explicar um pouco mais sobre algumas das metas chaves do Site em cada pilar e como você pode contribuir.

SEGURANÇA

OBJETIVOS:

- Obter um RAR $\leq 0,045$ no final de 2018
- Obter 450 registros de observações de segurança

As observações de segurança são relatos que os funcionários devem fazer apontando possíveis situações de risco, sejam em processos ou comportamentos. É importante entender que estes registros não devem se restringir às atividades diretamente relacionadas ao seu trabalho, mas também podem envolver os locais por onde passa ou as atividades do colega de outra área. Em suma: trata-se de estar atento ao ambiente de trabalho como um todo, investir na prevenção e fortalecer a cultura do cuidado ativo, isto é, cuidar de si mesmo e do próximo também. Além disso, este indicador contribui na melhoria do RAR – outro importante objetivo do Site que mensura a estatística de acidentes, ou seja, quanto mais observações de segurança, menor será o nosso RAR.

QUALIDADE

OBJETIVO:

Reduzir Desvios e Discrepâncias

Trata-se de buscar o zero defeito em todos os processos para entregar um produto com máxima qualidade para

os pacientes. O lema é RIGHT FIRST TIME, ou seja, fazer CERTO DA PRIMEIRA VEZ. E o segredo para isso é não esperar o problema acontecer e buscar a melhoria contínua o tempo todo. Cada funcionário pode contribuir levantando a mão e sinalizando ao seu gestor, durante a caminhada GEMBA, quando identifica que determinado processo pode ser feito de forma melhor ou mais simples – para acolher sugestões de melhoria, existe também o Programa Simplifique. Ter um time que age como dono e assume o protagonismo para prevenir erros é o que diferencia uma fábrica com excelência operacional. Mas quando algum desvio ou discrepância acontecer, o importante é investigar a sua origem e entender o problema para, então, resolvê-lo e evitar que aconteça novamente.

ENTREGA

OBJETIVO:

Reduzir o OLT (Order Lead Time)

Se queremos ter um Site competitivo, precisamos ter um Order Lead Time competitivo, isto é, precisamos garantir que o nosso paciente tenha o produto que precisa no menor tempo possível. Reduzir o tempo entre a demanda do cliente e a entrega do produto exige de cada funcionário muita eficiência e agilidade em todos os processos dos quais faz parte. Além de atender o cliente mais rápido, a redução do OLT reduz também os níveis de estoque, contribuindo para a economia de custos do almoxarifado.

ENGAJAMENTO

OBJETIVO:

Agir para melhoria do engajamento nas categorias Liderança Sênior, Tomada de Decisão e Colaboração

A Roche está trabalhando no Plano de Ação GEOS para melhorar o ambiente de trabalho com foco nas categorias Liderança Sênior, Tomada de Decisão e Colaboração, conforme feedback da última Pesquisa GEOS. Este trabalho está sendo conduzido por grupos multidisciplinares formados por líderes e colaboradores, e algumas iniciativas já estão sendo implementadas. Junto a isso, está sendo realizado o PULSE CHECK, com o objetivo de fazer uma rápida avaliação das melhorias conquistadas.

CUSTO

OBJETIVO:

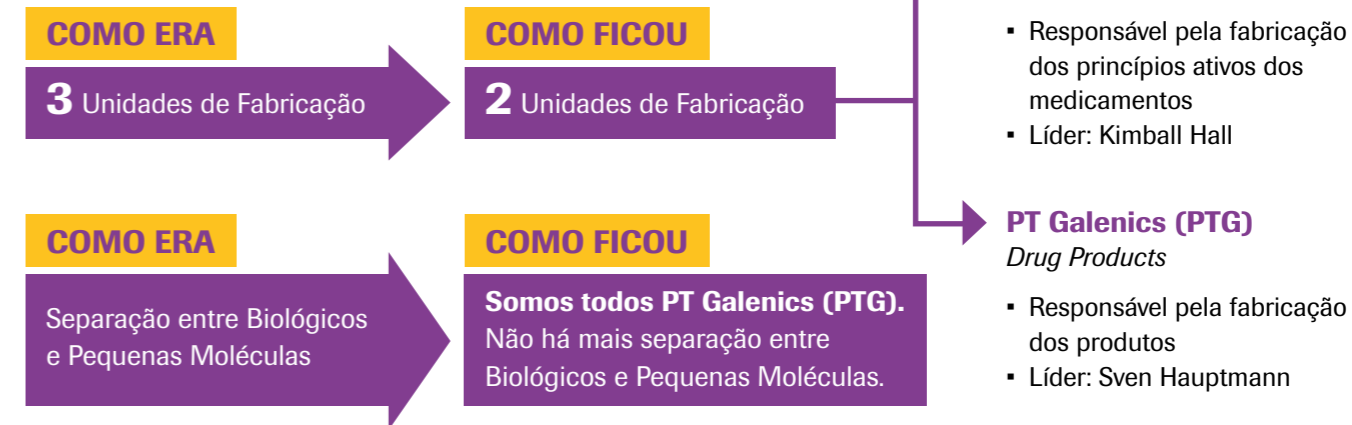
Reduzir desperdícios e otimizar os recursos

A palavra de ordem é reduzir, ser mais eficiente em tudo que fazemos e buscar identificar em cada processo do dia a dia uma oportunidade de economizar e diminuir desperdícios. Este é um trabalho que deve ser abraçado e desenvolvido por todos os setores do Site e cada funcionário pode contribuir questionando-se todos os dias: “Onde eu posso reduzir desperdício? Como ter menores perdas?”. Nosso nível de qualidade é inegociável, ou seja, o desafio é fazer tão bem quanto gastando menos e tendo menor desperdício. Sejam criativos, curiosos, olhem fora da caixa e desafiem seus próprios padrões. O caminho é esse!

ENTENDA MELHOR

Confira as principais mudanças na estrutura de Pharma Technical

Dentro da jornada de transformação da Roche para ser mais eficiente e competitiva diante dos desafios do setor farmacêutico, foram anunciadas algumas mudanças na estrutura organizacional de PT. Confira a seguir.



OS SITES DE PT GALENICS:



Por que o nome PT Galenics?

Galenics é uma homenagem ao médico grego Claudius Galeno. De grande reputação e prestígio na Antiguidade (ele viveu de 130 a 200 d.C.), Galeno foi o fundador da fisiologia experimental e contribuiu amplamente na história da medicina e farmácia.

SUPERANÇA atitude

objetivos

Trabalhar para tornar a Roche Rio cada vez mais forte é a melhor resposta para o momento de incerteza

Desde a realização do Town Hall, que comunicou os Objetivos de 2018, e em cada movimento feito na planta, uma mensagem fica cada vez mais clara para todos: Superança é o lema do ano na Roche Rio.

Em sua visita ao site, no final de fevereiro, o Sr. Sven Hauptmann, Head Global das Unidades que fabricam Produtos Biológicos e de Pequenas Moléculas, deixou uma reflexão simples e inspiradora: “Não temos como prever o futuro. Mas o agora está em nossas mãos. O que você vai fazer com os desafios que estão a sua frente?”.



Viver e trabalhar com Superança é o que alimenta a expectativa certa de conquistas futuras. Quem se supera, fortalece a fé em si e descobre que é possível conquistar todas as metas, sonhos e objetivos que traçar. No trabalho e na vida pessoal, meu lema é fazer o difícil agora, que o impossível a gente faz depois!

Glaicon Gomes e Silva
Supervisor Manutenção



1 A Roche vive um momento de grandes transformações no mundo todo, e transformar-se não é, necessariamente, ruim. **Mudar é característica de quem tem coragem** e está atento ao que precisa ser feito.



2 A Roche tem um desafio muito grande pela frente: **retomar a liderança mundial do mercado farmacêutico**. Para dar a sua contribuição, as fábricas no mundo todo têm o compromisso de trabalhar fortemente na Excelência Operacional. Ser mais eficiente para ser mais competitivo, isto é, entregar produtos de qualidade com o menor custo de fabricação no melhor prazo para o paciente.



3 Nosso posicionamento mundial é mais atual do que nunca: **DOING NOW WHAT PATIENTS NEED NEXT**. É preciso focar no agora, porque é hoje que está sendo preparado o futuro. Está nas mãos de cada um agir como dono do negócio, olhar à volta e ter atenção à eliminação de cada obstáculo para tornar a Roche Rio uma fábrica desejada e uma equipe admirada pela excelência.

Conhecendo as incertezas, convidamos você a refletir sobre o que pode fazer para tornar a Roche Rio cada vez mais forte. Faça acontecer!

Saúde mental:

Cuidado com a mente é tão importante quanto o do corpo

Para construir um excelente lugar para se trabalhar, a Roche entende que é preciso ir além de garantir um ambiente seguro e saudável. Por isso, em todo o mundo, há uma diretriz global para que as afiliadas desenvolvam programas voltados para a redução dos riscos à saúde mental dos funcionários. “Ainda é um tabu no mundo corporativo e, mesmo dentro do grupo, a Roche Rio é pioneira, pois além de seguir esta orientação integralmente, desenvolvemos iniciativas e métodos próprios”, afirma o Dr. Sérgio Leichner, Coordenador de Saúde Ocupacional da unidade.

CONFIRA AS INICIATIVAS DA ROCHE RIO:

Live Well *Find your balance*

Conexão Viva Programa de Apoio Pessoal

Programa Mental Health

A partir de grupos considerados de risco, conduz análises das causas potenciais geradoras de dificuldades emocionais, sugere medidas para suavizar a rotina e acompanha os resultados. Em 2018, o foco está nos grupos participantes de projetos de Engenharia.

Programa Live Well

Oferece sessões de massagem rápida, para alívio imediato das tensões e cansaço do dia a dia.

Programa Conexão Viva

Oferece assistência social, psicológica, jurídica e financeira para o funcionário e sua família em problemas não relacionados ao trabalho. Além da linha telefônica, os funcionários podem recorrer à Assistente Social, que fica alocada na planta duas vezes por semana.

8 DICAS VALIOSAS

PARA MANTER A SAÚDE MENTAL EM DIA

- 1 Trabalhe naquilo que goste.
- 2 Tenha uma atividade prazerosa fora do trabalho.
- 3 Faça exercícios regulares.
- 4 Alimente-se corretamente.
- 5 Cultive o bom humor.
- 6 Procure ajuda quando sentir que precisa.
- 7 Não espere atingir o seu limite para agir em seu favor.
- 8 Tenha coragem para mudar.

Projeto Mental Health traz prêmio Responsible Care 2017 para a Roche Rio

O pioneirismo do projeto desenvolvido na planta chamou atenção do grupo e fez com que a planta do Rio fosse uma das seis premiadas no reconhecimento global Responsible Care 2017. “Sempre desenvolvi programas voltados para combater os efeitos causados pela exposição aos riscos psicossociais no trabalho. No Mental Health, pela primeira vez, estamos trabalhando nas causas, tentando entender e criar mecanismos que reduzam estes riscos a ponto de não causarem doenças”, destaca o Dr. Sérgio.

Você sabia?

- Ansiedade e depressão afetam mais de 350 milhões de pessoas no mundo.
- Entre 2012 e 2016, foram registrados 17 mil casos entre auxílio-doença e aposentadoria por invalidez, relacionados a doenças mentais no Brasil.

Tem dica de passeio no Rio de Janeiro!

Aventure-se no Parque da Catacumba

O Espaço do Colaborador desta edição traz uma sugestão de passeio para quem quer explorar o que o Rio de Janeiro tem de mais bonito: a sua beleza natural. A dica é de Thaís Teixeira, Analista GMP – Compliance, que encontrou no Parque da Catacumba uma excelente alternativa de programa ao ar livre, para quem quer sair da rotina de passear em shoppings e restaurantes e ter mais conexão com a natureza. De quebra, ela descobriu por lá gosto e aptidão por atividades radicais que a tiram da zona de conforto e já ganharam lugar no coração como um dos hobbies preferidos.

Confira o relato de Thaís:

“Ao chegar ao parque, fiquei encantada com a fauna e flora do local. Muitos cantos de pássaros, flores e borboletas coloridas. Os micos roubavam a cena pulando de galho em galho de árvores gigantes. E por toda a parte, um ambiente muito familiar com piqueniques e festas de aniversário infantis. Iniciei o meu passeio fazendo um trecho da trilha que leva ao Pico do Urubu. Em seguida, fui praticar arvorismo alto, um circuito de 120 metros de extensão e 7 metros de altura, feito pelo topo das árvores, que desafiou minha coragem e autocontrole. Já mais confiante, fechei o dia de aventuras na tirolesa, onde tive a sensação de estar sobrevoando a mata e pude avistar a Lagoa Rodrigo de Freitas de um jeito único. Foi um passeio incrível, desafiador e revigorante. Recomendo!”

ONDE FICA

Parque da Catacumba - Av. Epitácio Pessoa, 3.000 - Lagoa

ENTRADA: Grátis

Obs.: A entrada no Parque é gratuita, assim como o acesso à trilha e o muro de escalada infantil. Outras atividades, como arvorismo, escalada adulta, rapel e tirolesa, são pagas.

RECOMENDAÇÕES

Usar roupas leves, calçar tênis, levar protetor solar, repelente para insetos e dinheiro extra para comidas e bebidas (o parque não aceita cartões).

Mais informações:

<http://lagoaaventuras.com.br/parque-da-catacumba>



AGENDA DO SITE

Fique ligado na agenda de datas importantes, eventos e campanhas do site dos próximos 3 meses e até a próxima edição da revista!

JUNHO

- Auditoria AIFA (04 a 08/06)
- Dia do Meio Ambiente (05/06)
- Roche Day Farma Brasil (19/06)
- Plantão da Frente de Reconhecimento (21/06)
- Auditoria ISO 14.001 (25 a 30/06)
- Children's Walk (28 e 29/06)
- Semana de Compliance (data a confirmar)

JULHO

- Papo em Dia com o Time de Liderança Sênior (04/07)
- Férias Coletivas (09 a 18/07)
- 2º Town Hall (30/07)

AGOSTO

- Semana do Compliance
- Semana da Qualidade (27 a 31/08)

*Copa do Mundo (13/06 a 15/07)