



**Pacto Global**  
Rede Brasil

**PACTO GLOBAL – REDE BRASIL**  
**COP**  
**COMUNICAÇÃO DE PROGRESSO**



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## **CONTEÚDO DESTE DOCUMENTO:**

- 1. COMPROMISSO DA VALTELLINA COM OS DIREITOS HUMANOS**
- 2. OS DIREITOS HUMANOS NA VALTELLINA**
- 3. COMO É TRABALHAR NA VALTELLINA**
- 4. AS ATENÇÕES COM O MEIO AMBIENTE**
- 5. PRÁTICAS ANTICORRUPÇÃO**

Informações referentes ao período de 01/01/2021 a 26/07/2022.



**Pacto Global**  
Rede Brasil

Rio de Janeiro, 26 de julho de 2022.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## 1. COMPROMISSO DA VALTELLINA DO BRASIL

À nossas partes interessadas,

Temos o prazer de confirmar que a

### **VALTELLINA DO BRASIL SERVIÇOS PARA INDÚSTRIA LTDA.**

reafirma o seu apoio aos dez princípios do Pacto Global das Nações Unidas nas áreas de direitos humanos, trabalho, meio ambiente e combate à corrupção.

Na presente comunicação anual sobre os progressos, descrevemos nossas ações para melhorar continuamente a integração do Pacto Global e seus princípios em nossa estratégia de negócios, cultura e operações diárias. Também nos comprometemos a compartilhar essas informações com nossas partes interessadas usando nossos principais canais de comunicação.

Cordialmente,

Filippo Maria Giusto Gamba  
Administrador

Marzia Ostuni  
Country Manager da Valtellina do Brasil



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## 2. OS DIREITOS HUMANOS NA VALTELLINA

A Valtellina do Brasil apoia, respeita e protege os direitos humanos, de todas as partes interessadas do seu dia a dia, respeitando as leis, as regras estabelecidas e fomentando a conscientização dos seus colaboradores e, quando aplicável, da sociedade em geral para a responsabilidade social.

Na Valtellina do Brasil não existe qualquer indício de violação aos direitos humanos em qualquer tipo de relação.

Recentemente, foi oferecido aos líderes um treinamento focado na liderança, nas posturas, no respeito ao ser humano e na valorização das pessoas.

Paralelamente, a Valtellina do Brasil realizou diversas campanhas durante o período da pandemia, conforme a seguir demonstrado:

### 2.1. Campanha Saúde Física & Mental com dicas de cuidados para os colaboradores em tempos de pandemia

Como deixar a **saúde** em dia durante a **quarentena**?

Manter a saúde física e mental durante a quarentena ou isolamento social requer um pouco mais de esforço e determinação, por isso separamos algumas dicas que mostraremos ao longo dos próximos dias para te ajudar nesse período.





**VALTELLINA**  
DO BRASIL



**Saúde Mental**

**Durma bem**

Cuide da qualidade do seu sono e dos seus familiares. Isso vai ajudar a terem mais paciência, tolerância e maior disponibilidade para os relacionamentos interpessoais.



**Saúde Mental**

**Atividade física**

A prática de exercícios físicos ajuda no aumento da imunidade e controle da ansiedade, por isso é importante manter o corpo em movimento mesmo sem sair de casa. Além de ser uma boa oportunidade de lazer com toda a família. Alguns aplicativos e vídeos de profissionais podem ajudar nesse processo.



**Saúde Mental**

**Meditação**

Pratique atividades de concentração como a meditação, por exemplo. Com isso você reduz a impulsividade e melhora a qualidade da respiração trazendo calma e tranquilidade.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL



**Saúde Física**

**Reforce a imunidade**

Dê preferência a alimentos ricos em vitaminas, minerais e fibras como frutas, legumes e verduras. Reforçar a imunidade é muito importante, principalmente nesse período de pandemia.



**Saúde Física**

**Fontes de Proteína**

Arroz e feijão, ovos, derivados do leite, nozes, castanhas e carnes são excelentes fontes de proteína, sendo fundamental na produção dos anticorpos que protegem o nosso corpo das infecções.



**Saúde Física**

**Pegue sol**

A vitamina D está diretamente relacionada à imunidade, por isso, tente pegar sol diariamente por 15 minutos. Você pode fazer isso até com o sol que entra pela janela de casa, expondo braços, pernas e tronco.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## 2.2. Orientações e informações sobre cuidados e prevenção a saúde dos colaboradores e seus familiares

Reiterando o compromisso com a saúde e segurança de seus colaboradores, a Valtellina do Brasil iniciou a campanha interna de conscientização, por meio do envio de uma circular destinada a todos os nossos colaboradores, na qual divulgamos recomendações para evitar a infecção pelo coronavírus.

Além disso, em conformidade com as orientações da Organização Mundial da Saúde e da Secretaria de Saúde do Estado do Rio de Janeiro, intensificamos as medidas de higiene e assepsia dos nossos ambientes de trabalho, passamos a divulgar assiduamente aos nossos colaboradores as medidas de prevenção e combate ao contágio pelo coronavírus, criamos um comitê para deliberar sobre os assuntos relacionados ao Covid-19, preparamos um plano de contingência, assim como adquirimos equipamentos de proteção individual para os colaboradores realizarem suas atividades em segurança.

A seguir, compartilhamos alguns dos comunicados e orientações divulgadas:



**CORONAVIRUS não é apenas sobre o Sistema de Saúde cuidar das pessoas.**

É sobre cada um cuidar da sua **higiene pessoal**;  
É sobre cada um **cuidar do outro**, de quem está próximo.  
Tem algum idoso na sua casa? Não o beije, nem abrace.  
Não permita que ele vá até a rua.

Se você pode evitar o uso do transporte público, evite.  
Deixe-o para aqueles que não têm outra opção.

**Se cuidarmos de nós mesmos e também daqueles que nos cercam, conseguiremos conter a velocidade de propagação do vírus.**

A **Valtellina do Brasil** vem tomando medidas para **cuidar de seus colaboradores**.  
Nós **forneçemos serviços essenciais** para a sociedade e a **operação precisa continuar**.  
Sem energia e telefonia param hospitais, bombeiros e supermercados e a **população precisa de tudo isso principalmente agora**.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## CORONAVÍRUS

O vírus, que causa a doença batizada como covid-19, causa uma espécie de gripe forte e muito resistente.

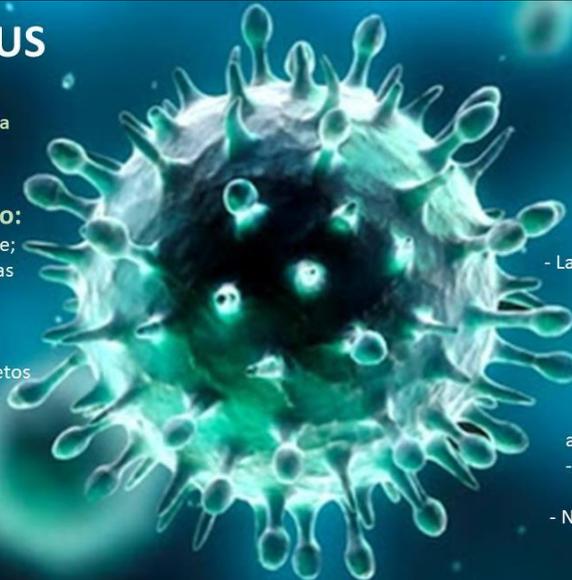
### Formas de Transmissão:

- Saliva, catarro, espirro e tosse;
- Contato corporal com pessoas contaminadas;
- Contato em objetos contaminados como talheres, copos, objetos pessoais e objetos de espaços públicos.

### Sintomas:

- Coriza
- Febre;
- Tosse;
- Falta de ar/ Dificuldade para respirar

Os sintomas podem aparecer de 02 a 14 dias



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

### Recomendações

- Lave as mãos de forma rotineira;
- Evite contato próximo com pessoas com os sintomas da doença;
- Evite contato com objetos ou superfícies contaminadas;
- Evite cumprimentos como abraços, beijos, aperto de mão;
- Evite contato pessoal a menos de 1,5 metro de distância;
- Não compartilhe objetos de uso pessoal como talheres, copos, garrafas, gardanapos, etc.

A Covid-19 apresenta sintomas variados:

### Sintomas leves

Febre acima de 37,8 °C, moleza e cansaço. Alguns pacientes também podem sentir dores no corpo, congestionamento nasal, inflamação na garganta ou diarreia.

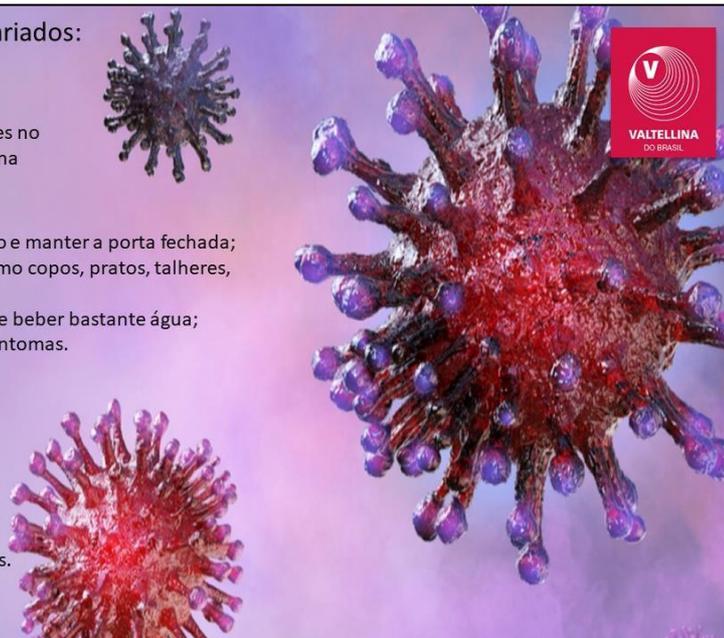
### Nestes casos, o ideal é:

- isolar o indivíduo em um quarto ventilado e manter a porta fechada;
- não compartilhar itens de uso pessoal como copos, pratos, talheres, toalhas, roupas de cama, etc;
- Utilizar anti-térmicos para conter a febre e beber bastante água;
- Monitorar com atenção a evolução dos sintomas.

### Sintomas avançados

Falta de ar e cansaço ao realizar pequenos esforços rotineiros como pegar um objeto que cai no chão ou mesmo em repouso; Febre alta persistente ou que retorna depois de alguns dias; Perda severa do olfato e paladar; Extremidades como dedos e boca arroxeadas.

**Nestes casos, procure imediatamente atendimento médico.**



**VALTELLINA**  
DO BRASIL



**VALTELLINA**  
DO BRASIL



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## Higienização do Veículo

Deve sempre ocorrer pelo motorista responsável por conduzir o veículo da **VALTELLINA DO BRASIL**, antes da utilização do veículo, sendo que somente após a higienização o motorista poderá iniciar a rota.

**1** A higienização deve ser realizada a cada entrada no veículo, podendo ocorrer diversas vezes ao dia e sendo necessário realizar o controle no registro “Higienização Veículos”.

**2** As normas internas de prevenção e higienização deverão ser, obrigatoriamente, cumpridas por **TODOS** colaboradores. Caso sejam descumpridas as referidas normas, serão aplicadas as medidas disciplinares cabíveis.

**3** Cada veículo deve conter um rolo de papel toalha e álcool gel 70, os quais deverão ser retirados no Almojarifado de cada base.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

### 3. AÇÕES EDUCATIVAS QUE ACOMPANHARAM OS MOVIMENTOS DA SOCIEDADE:

A relação educação e movimento social existe a partir das ações práticas de movimentos e grupos sociais, sendo que uma das premissas básicas a respeito dos movimentos sociais são as fontes de inovação e matrizes geradoras de saberes.

A Valtellina do Brasil incentiva a participação social em movimentos e ações coletivas, o que gera aprendizagens e saberes. Há um caráter educativo nas práticas que se desenrolam no ato de participar, tanto para os membros da sociedade civil, como para a sociedade mais geral.

Apresentamos a seguir, na temática dos movimentos sociais, alguns exemplos das ações educativas da Valtellina do Brasil:





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

# NÃO É SÓ UM LAÇO ROSA



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

Compartilhe a importância da prevenção  
ao câncer de mama. Salve vidas.



Assista ao vídeo, cuide-se e cuide das  
mulheres que fazem parte da sua vida.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

Novembro Azul

## Uma ação para fazer mais pela saúde masculina

CONSCIENTIZAR OS HOMENS SOBRE A IMPORTÂNCIA DE CUIDAR BEM DA SAÚDE, PRINCIPALMENTE DA PREVENÇÃO CONTRA DOENÇAS DA PRÓSTATA, É O OBJETIVO DA CAMPANHA NOVEMBRO AZUL.

Inspirada no movimento internacional Movember (junção das palavras em inglês moustache = bigode e november = novembro), a campanha já se faz presente em mais de 20 países.



### Próstata e desenvolvimento do câncer

**Bexiga:** a próstata fica localizada abaixo da bexiga e envolve a parte superior da uretra

**Próstata:** glândula exclusivamente masculina responsável pela produção do líquido que compõe o sêmen

**Tumor:** é resultado do crescimento anômalo das células da região

Vale ressaltar que, em condições normais, a próstata costuma ter o tamanho de uma ameixa, mas, com o avançar da idade, ela tende a crescer.

Esse crescimento pode acarretar um problema conhecido como hiperplasia prostática benigna, que também requer tratamento. Por essa razão, é importante que homens mantenham consultas periódicas, principalmente depois dos 45 anos.



#### Sinais da doença em fases avançadas

- Dificuldade de urinar
- Demora em começar e terminar de urinar
- Sangue na urina
- Diminuição do fluxo da urina
- Necessidade de urinar mais vezes tanto durante o dia quanto durante a noite



O exame de toque retal é rápido e indolor e é complementar ao PSA, pois pode identificar pequenos tumores que, às vezes, não são detectados por esse último exame. Se você tem mais de 40 anos, consulte um médico!

#### Prevenção é o melhor tratamento

Como o câncer de próstata só começa a manifestar sinais em fases avançadas, é muito importante manter consultas periódicas com um urologista e fazer os exames de diagnóstico precoce da doença, como o de toque retal e o PSA (Antígeno Específico da Próstata, em tradução livre para o português).



**VALTELLINA**  
DO BRASIL



É muito importante se preocupar com os cuidados de higiene e proteção quando for na rua. Mas e quando chega em casa, como você faz?  
Vamos ver algumas dicas:

**1**

É recomendado deixar os sapatos do lado de fora e ter aqueles específicos somente pra ir na rua;

**2**

Tire a roupa e coloque-as dentro de um saco plástico caso não seja possível lavar de imediato;

**3**

Tome um banho tendo o cuidado de ensaboar todo o corpo em abundância, lavando inclusive o rosto com água e sabão;

**4**

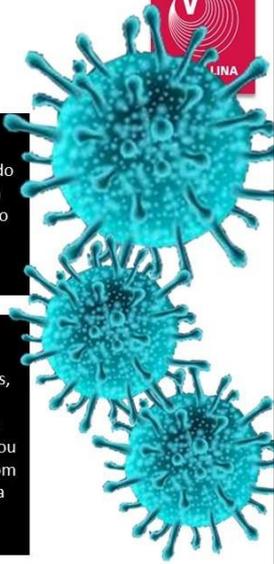
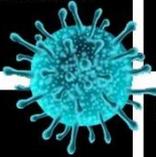
Higienize tudo aquilo que trouxer da rua (carteira, celular, cartões, chaves, bolsas) e a superfície onde colocou tudo quando entrou em casa. Para isso, use álcool gel ou água sanitária dissolvida em água (5 colheres de sopa para cada litro de água) e um borrifador ou pano umedecido com essa solução;

**5**

Higienize também qualquer objeto ou local que você possa ter tocado quando entrou (maçanetas, interruptores, chaves, portas, etc);

**6**

Caso tenha chegado com mercadorias e/ou mantimentos, eles também devem ser higienizados por fora antes de serem guardados em armários ou geladeira. Isso pode ser feito com água e sabão ou com a mesma solução sanitária falada anteriormente.



## Use a tecnologia a seu favor

Interaja com a família e amigos, aproveite também o momento para fazer cursos on line e obter novos conhecimentos. Mas evite o excesso e lembre-se que também é possível fazer atividades fora do celular e computador.

## Saúde Mental





### 3. COMO É TRABALHAR NA VALTELLINA DO BRASIL

A Valtellina do Brasil oferece certificações e treinamentos aos seus colaboradores, em especial àqueles que, por força da sua ocupação, necessitam de certificados e treinamentos especiais, como por exemplo a NR-10, que tem por objetivo garantir a segurança e a saúde dos trabalhadores que interagem nas instalações e serviços com eletricidade.

Cumprir as exigências legais é apenas uma das preocupações que a Valtellina do Brasil tem com seus colaboradores.

Todos eles, sem qualquer distinção, têm direito aos seguintes benefícios:

<b>Benefício</b>	<b>Investimento Anual</b>
Convênio Médico Unimed	4.2MM
Plano Odontológico Metlife	300k
Vale Alimentação / Refeição	6.4MM
Seguro de Vida	48k

### 3.1. Ações de Valorização Realizadas

Este foi um ano atípico! Começamos o ano celebrando convênios, acordos e parcerias para valorizar nosso pessoal.

Firmamos convênio com a Universidade Estácio de Sá, para que os colaboradores tenham desconto na matrícula e nas mensalidades.



Firmamos ainda convênio com a Total Pass, sistema de pagamento de grande rede de Academias.

Este convênio permite que os colaboradores frequentem diversas academias conveniadas, com desconto especial e débito diretamente na folha de pagamento, destacando a Smart Fit, rede com presença em todos os bairros e na

maioria das cidades onde a Valtellina do Brasil está presente.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

Como foi um ano atípico por conta da pandemia, visando a qualidade de vida do colaborador, tivemos ainda algumas ações específicas:

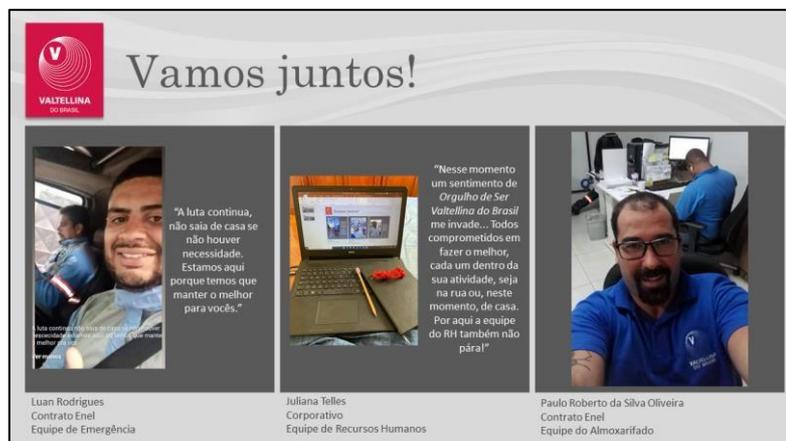
- Entrega das cadeiras na residência dos colaboradores que passaram à modalidade Home Office;



- Distribuição das Máscaras, tão logo se tornaram obrigatórias;



- Campanha Vamos Juntos com depoimentos dos colaboradores incentivando uns aos outros nesses tempos tão difíceis. Algumas das publicações feitas:





**VALTELLINA**  
DO BRASIL



## Vamos juntos!



"Juntos somos mais fortes por vocês todos nessa luta."

Equipe Comercial e Operacional de Angra dos Reis - RJ  
Contrato Enel



"Nós estamos na rua para que os clientes fiquem em casa, nós fazemos a nossa parte, a população tem que fazer a dela. Fiquem em casa. No fim tudo dá certo."

Equipe de Emergência Niterói e Maricá - RJ  
Contrato Enel



"Tão importantes quanto os médicos, estamos aqui por vocês. Fiquem em casa!"

Equipe de Obras - SOT  
Contrato Enel



## Vamos juntos!



"Estamos na rua para que vocês estejam com seus familiares no conforto das suas casas, com seus eletrodomésticos funcionando. Não apaguem essa luz, fiquem em casa por nós!!"

Alex Max  
Contrato Enel  
Equipe de Medição Eletrônica



Rafael Jacinto, Tarcísio Façanha, Daniel Santos, Jadeilson Mansur  
Contrato Enel  
Equipe de Medição Eletrônica'



"Estou atuando na Emergência para o conforto daqueles que estão em quarentena!"

Washington Paulo Santos da Silva  
Contrato Enel  
Equipe de Emergência



VALTELLINA  
DO BRASIL



## Vamos juntos!



"Por muitas vezes sentimos que aquilo que fazemos não é senão uma gota de água no mar. Mas o mar seria menor se lhe faltasse uma gota. Vocês da operação são nossos heróis!"

Vania Braga  
Corporativo  
Equipe Financeiro



"Trabalhar em casa tem sido um desafio, mas não podemos parar. Tenho muito orgulho da Valtellina... olhar para a operação na rua com afinco para que um serviço essencial aconteça, me faz ter mais motivação para enfrentar esses desafios e garantir que tenham todo conforto necessário no que tange o meu trabalho."

Natália Gomes  
Corporativo  
Equipe Departamento Pessoal

- Campanha Novo Normal: a missão da Valtellina foi manter os colaboradores informados, mas otimistas e resilientes com o mundo novo que chegou.

Entramos num  
Novo Padrão de Normalidade, onde  
os comportamentos esperados são  
aqueles que nos mantém vivos.  
Por isso, não relaxe quanto à sua proteção:

Utilize a máscara;  
Cuide da higienização das mãos e de tudo  
aquilo que entra na sua casa;  
Evite aglomerações mesmo que alguns locais  
públicos já estejam liberados.

Lembre-se, consciência coletiva  
ainda é o melhor caminho  
neste momento.



VALTELLINA  
DO BRASIL



○ Ações de Integração Social:

Dia das Mães e Dia dos Pais:





VALTELLINA  
DO BRASIL



Ser mãe é a missão de maior responsabilidade.  
É amar da forma mais completa.  
É dar o melhor de si e não esperar nada em troca!

Este será para muitos um Dia das Mães diferente,  
mas com o mesmo amor infinito e gratidão.  
A **Valtellina do Brasil** deseja a todos, de longe ou de  
perto, ótimos momentos em família!



Deus não tinha como estar em todos os lugares ao mesmo  
tempo, então criou as MÃES.

Este será para muitos um Dia das Mães diferente,  
mas com o mesmo amor infinito e gratidão.  
A **Valtellina do Brasil** deseja a todos, de longe ou de  
perto, ótimos momentos em família!





VALTELLINA  
DO BRASIL



Com você eu aprendi tudo o que sei hoje.  
Parte do teu caminho é meu, mas meu caminho inteiro  
divido com você, sempre baseado em amor e admiração!

Este será para muitos um Dia das Mães diferente,  
mas com o mesmo amor infinito e gratidão.  
A **Valtellina do Brasil** deseja a todos, de longe ou de  
perto, ótimos momentos em família!



### DIA DOS PAIS 2020

*“Um pai é alguém para se orgulhar,  
alguém para se agradecer e,  
especialmente, alguém para se amar.”*



Carlos Henrique  
Técnico de Segurança do Trabalho



Alexander da Silva Martins  
Supervisor



**VALTELLINA**  
DO BRASIL



### 3.2. Segurança do Trabalho



A preocupação com a segurança do trabalho é o respeito à vida, por isso, nossos colaboradores são continuamente treinados para nunca se colocarem em situação de risco.

Todos os EPIs e EPCs são cuidadosamente inspecionados com regularidade e substituídos sempre que necessário.

As ações educativas são realizadas frequentemente, como por exemplo, mas não se limitando a:

- Diálogos de Segurança;
- Blitz em Campo;
- Blitz nos EPIs antes da saída dos veículos para o trabalho;



VALTELLINA  
DO BRASIL

A Valtellina do Brasil é certificada na norma OHSAS 18001 desde 2017, sendo que a previsão para ser certificada em abril de 2021 na nova norma ISO 45001:2018.

O organismo internacional de certificação é o TUV-NORD, antigo BR-TUV, acreditado pelo INMETRO.

Dessas iniciativas, a Valtellina do Brasil obteve, dentre outros, os seguintes resultados e pontos positivos:

- Redução dos desvios comportamentais das atividades de campo após a distribuição do cartão Zero Desvios;
- Comprometimento das equipes operacionais com a segurança no trabalho;
- Colaboradores motivados e ansiosos a espera de uma inspeção de segurança dos Técnicos de Segurança do Trabalho da Valtellina do Brasil;
- Comunicação eficaz e melhor relacionamento das equipes operacionais com os Técnicos de Segurança do Trabalho;
- Técnicos de Segurança trocam equipamentos de proteção (EPI) em campo.

A seguir, apresentamos imagens das Blitz realizadas:

- Em Campo:



# Implantação e monitoramento de ferramentas de análise em prol da segurança do trabalho

The composite image illustrates the implementation and monitoring of safety analysis tools. It features a central process flow diagram with three main steps: **Reforço** (Reinforcement), **Treinamento** (Training), and **Atualização** (Update). To the right, a report titled 'Análise Global de NCS – Polo Niterói' displays two charts: a bar chart for '(NCS e incidências) por hora' and a line graph for 'NCS/hora - Global Emergência'. Below the charts are two text boxes: 'Comentários' (Comments) and 'Análise' (Analysis). The bottom section contains three photographs: a group of workers in a field, a large indoor training session, and a close-up of a mobile device displaying a checklist with red circles highlighting specific items.

## Ação: Implantação do Aplicativo Saída Segura

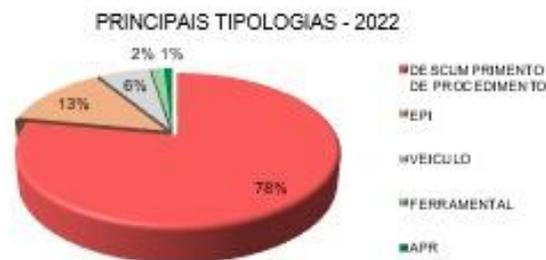
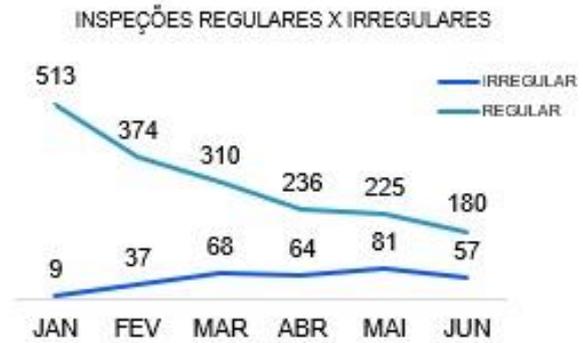
### ATUALIZAÇÃO

The image shows the 'SAÍDA SEGURA DA EQUIPE' (Safe Exit of the Team) project flowchart and an individual checklist card. The flowchart consists of four stages: **PRIMEIRA ETAPA** (First Stage) with a checklist and QR code, **SEGUNDA ETAPA** (Second Stage) for supervisor approval, **TERCEIRA ETAPA** (Third Stage) for approval seal, and **QUARTA ETAPA** (Fourth Stage) for safe exit. To the right, a red card titled 'CHECK-LIST INDIVIDUAL' features a left-pointing arrow, the text 'Código de Troca - Almoarifado' (Exchange Code - Almoarifado), the code '6963828', and instructions to report this code when exchanging any material.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## Avaliação periódica dos indicadores de segurança





VALTELLINA  
DO BRASIL

- Nos veículos e Equipamentos embarcados:



Ação: Reunião (Operação + Segurança do trabalho)





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## AÇÕES



✓ **RECICLAGEM DE PERCEÇÃO DE RISCO**



✓ **INSPEÇÕES E BLITZ DE SEGURANÇA**



✓ **CURSO DE LIDER – SUP/ENC**



✓ **DDS SEMANAIS DE TRÂNSITO**



✓ **RECICLAGEM 5R0**

**MOMENTO ENEL nº 25**

**ENEL BRASIL**

! Distâncias de Segurança

📅 Período: 19 à 25 de junho de 2022



✓ **MOMENTO ENEL SOBRE TRÂNSITO**



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## Reuniões de alinhamento dos temas de segurança



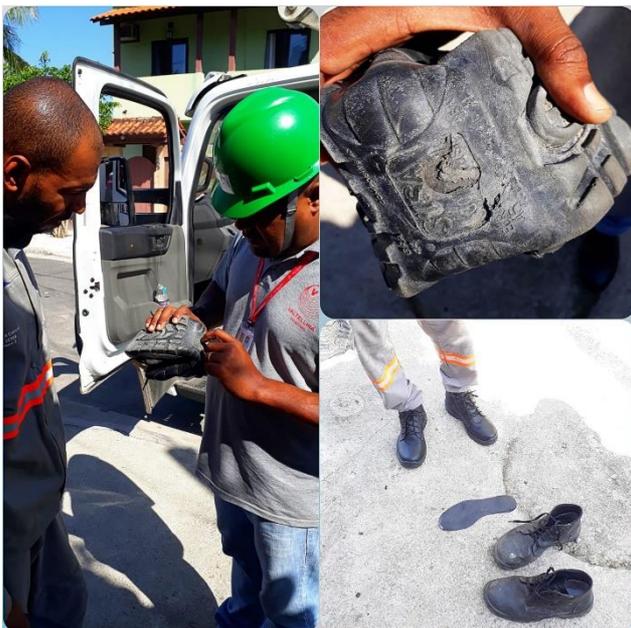


VALTELLINA  
DO BRASIL

## Ação: Reunião Periódica (Indicadores + Segurança)



## Blitz Geral





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

#### 4. As Atenções ao Meio Ambiente



A Valtellina do Brasil é certificada na Norma ISO 14001:2015, desde 2017, pelo antigo BR-TUV, agora TUV-NORD, organismo de certificação alemão acreditado pelo INMETRO.

A Valtellina do Brasil organizou suas iniciativas relativas ao respeito ambiental nos seguintes tópicos:

- a) Gestão de Resíduos
- b) Gestão de água
- c) Campanha de Biodiversidade
- d) Florestas e Fauna ao Redor das Plantas
- e) Medição de Emissão
- f) Campanhas para Mudanças Climáticas
- g) Eventos Ambientais





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

### a) **Gestão de Resíduos**

Os resíduos gerados pelas atividades da Valtellina do Brasil são coletados e destinados por empresas licenciadas pelos órgãos ambientais.

Além disso, os colaboradores são treinados frequentemente:



A Valtellina do Brasil prioriza a destinação ambientalmente correta, motivo pelo qual busca sempre parceiros que possam destinar os resíduos de forma eficaz e com aproveitamento, como por exemplo, reciclando-os quando aplicável.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## **b) Gestão de Água**

Praticar o consumo consciente de água não significa deixar de usar o recurso, mas sim repensar as formas de utilização da água.

Evitar desperdícios, reduzir o consumo sempre que possível, fazer a captação da água da chuva são atitudes que podem ser tomadas para ter um consumo consciente da água.

Frequentemente reunimos nossos colaboradores para conscientizá-los sobre o consumo consciente a água:



## **c) Campanha de Biodiversidade**

A Valtellina do Brasil incentiva os seus colaboradores a migrar para estilos de vidas mais saudáveis e sustentáveis, tal prática tem se tornado cada vez mais indispensável.



VALTELLINA  
DO BRASIL

Além disso, a Valtellina do Brasil conscientiza seus colaboradores sobre a importância de adotarem hábitos de consumo consciente, ressaltando o quanto eles podem fazer a diferença na manutenção da biodiversidade.

Compartilhamos abaixo um exemplo de abordagem do tema:

23/12/2020

VALTELLINA DO BRASIL

DIÁLOGO DE MEIO AMBIENTE – DMA

DIA MUNDIAL DA BIODIVERSIDADE

**O que é a Biodiversidade?**  
Biodiversidade, ou diversidade biológica, pode ser definida como a variabilidade entre os seres vivos de todas as origens, a terrestre, a marinha e outros ecossistemas aquáticos e os complexos ecológicos dos quais fazem parte.

**Importância da Biodiversidade para o mundo:**  
Para que a fauna bem como a flora possam ser estabilizadas, permitindo assim a existência de um fluxo correto de energia na natureza, bem como nas cadeias alimentares.

**Biodiversidade x Ser humano:**  
A biodiversidade é importante, pois mantém o equilíbrio ecológico, e assim ajuda na manutenção do ecossistemas, isso favorece na variedade de recursos naturais disponíveis, para o ser humano e para todos os demais seres vivos.



VALTELLINA DO BRASIL

# Biodiversidade



“...é no meio ambiente que todos vivemos; o desenvolvimento é o que todos fazemos ao tentar melhorar o que nos cabe neste lugar que ocupamos. Os dois são inseparáveis”.  
(Gro Harlem Brundtland - CMMAD, 1988).

#### **d) Florestas e Fauna ao Redor das Plantas**

Considerando que durante as suas atividades alguns colaboradores da Valtellina do Brasil têm acesso as plantas, que conseqüentemente, podem estar rodeadas de florestas e faunas, a Valtellina do Brasil intensifica o conhecimento por meio de treinamentos que tem por objetivo conscientizar os referidos colaboradores sobre as intervenções autorizadas, como lidar com situações com determinadas espécies de vegetação e ainda quais condutas devem ser adotadas quando há presença de fauna no local da execução dos serviços.





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

### e) **Medição de Emissão**

A Valtellina do Brasil realiza um controle rigoroso nos gases emitidos em suas bases e pelos veículos que compõe sua frota.

Regularmente os veículos e imóveis são submetidos a inspeções para assegurar a regularidade dos mesmos, qualidade dor ar e atendimento a legislação aplicável.





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## f) Campanhas para Mudanças Climáticas

A Valtellina do Brasil realiza diversas campanhas de conscientização abordando o tema das mudanças climáticas.



## g) Eventos Ambientais

Habitualmente são realizados eventos ambientais na Valtellina do Brasil, de modo a assegurar que o conhecimento seja disseminado entre os colaboradores. A seguir demonstramos alguns exemplos de eventos e campanhas de divulgação sobre os eventos ambientais:





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

A Camada de Ozônio garante a estabilidade da vida da Terra. Você sabia que o buraco nela pode causar maior incidência solar na Terra? Com pequenas ações podemos contribuir para sua preservação:

- Reduzir a utilização de embalagens e plásticos
- Utilizar bicicleta ou andar a pé
- Não fazer queimadas
- Plantar árvores
- Reciclar

Para termos um meio ambiente sustentável, cada um precisa fazer a sua parte. Vamos Juntos!



**21 de Setembro**  
**Dia Nacional da Árvore**

Faz oxigênio,  
Faz sombra,  
Faz falta...

Seja consciente.  
Não desmate, não faça queimadas.  
O meio ambiente precisa de você,  
faça a sua parte.  
Preserve!





**VALTELLINA**  
DO BRASIL



**15/10 - Dia do Consumo Consciente**  
*Desacelere o desperdício enquanto é tempo!*

**Água**  
Consuma com consciência

**Combustível:**  
Só ligue os veículos ao sair da empresa.

**Energia:**  
acenda a luz e carregue a bateria de seus equipamentos somente quando for necessário.

**Resíduo:**  
faça o descarte de forma correta para que a reciclagem e a logística reversa aconteçam de forma efetiva.

*vamos juntos fazer a nossa parte.*



## 5. Práticas Anticorrupção

Por meio do seu Código de Ética, aprovado em 2017, a Valtellina do Brasil intensifica e reforça o seu compromisso de manter os mais elevados padrões de integridade, ética e governança na condução de seus negócios, os quais devem estar presentes tanto nas relações com as instituições públicas, quanto com as empresas privadas.

O referido Código de Ética trata do relacionamento com clientes, colaboradores, fornecedores e demais partes interessadas.

Dentre os temas abordados pelo Código de Ética estão as práticas anticorrupção, que tem por objetivo assegurar que todos os colaboradores, parceiros e fornecedores da Valtellina do Brasil compreendam as diretrizes da Lei Anticorrupção brasileira para que todos observem as diretrizes para prevenir e combater situações propensas a atos de corrupção, suborno e fraudes.

No capítulo 7 do Código de Ética é abordada política anticorrupção da Valtellina do Brasil, reproduzimos a seguir parte da redação do referido capítulo:

### *“ 7. APLICAÇÃO DOS PRINCÍPIOS ÉTICOS NAS RELAÇÕES EXTERNAS*

*A VALTELLINA não irá promover ou dar continuidade a qualquer relação com quem não resultar comprometido com o respeito das leis e dos regulamentos vigentes, e não se empenhar em observar os princípios éticos sancionados no presente Código.*

*Nas relações com a VALTELLINA, os supramencionados sujeitos são obrigados a observar as leis e os regulamentos vigentes nos Países onde a VALTELLINA atua.*

*A VALTELLINA se empenha em fornecer as informações necessárias sobre os princípios e as obrigações previstas pelo Código, aos terceiros com os quais venham a se instaurar relações de caráter comercial e/ou profissional.*

#### *7.1. Relações com os clientes.*



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

*Desde sempre, a VALTELLINA está comprometida em instaurar com seus clientes relações embasadas em valores como os de correção, imparcialidade, profissionalismo e colaboração. Portanto, a VALTELLINA:*

- *Rejeita qualquer forma de discriminação entre os clientes;*
- *Instaura um diálogo claro e sincero com seu cliente;*
- *Respeita os compromissos e as obrigações de que se fez cargo;*
- *Fornece as informações necessárias para que seu cliente possa tomar decisões conscientes;*
- *Faz tudo o possível para que as obras e os serviços prestados resultem consoantes com o máximo grau de qualidade e eficiência, tendo como seu objetivo principal a satisfação de seus clientes;*
- *Com base em procedimentos corporativos específicos, realiza uma atividade de constante monitoramento a fim de verificar o padrão qualitativo de seu modus operandi e dos consequentes resultados.*

*É proibido ofertar, prometer ou receber qualquer tipo de presente ou benefício que possa ser interpretado como busca de favores, por se tratar de algo não apropriado, sequer de pequeno valor e, portanto, em violação da lei e excedente as normais praxes comerciais ou de mera cortesia.*

*A esse respeito, é proibida qualquer forma de presente ou benefício aos clientes da VALTELLINA, que de alguma forma visem obter o favor ou a preferência, configurando uma clara violação das regras da correta e leal concorrência com os outros operadores do setor.*

*É ainda vetado qualquer tipo de presente ou benefício aos Administradores, aos membros do Conselho Fiscal, aos Revisores, aos Dirigentes, aos Responsáveis, aos Colaboradores e aos Funcionários da VALTELLINA, que possam vir a influenciar a sua imparcialidade nas relações com os clientes da Sociedade.*

*Caso a tais sujeitos sejam oferecidas regalias ou benefícios não apropriados, sequer de pequeno valor, e, sendo assim, em violação da lei e excedentes as normais praxes comerciais ou de cortesia, eles terão de dar comunicação à*



VALTELLINA  
DO BRASIL

*Direção da empresa, a qual proverá a informar o autor das regalias ou dos benefícios sobre a política da VALTELLINA.*

*2.Relações com os Fornecedores. Desde sempre, a VALTELLINA está comprometida em instaurar com seus fornecedores relações embasadas em valores como os de imparcialidade, correção e profissionalismo. As modalidades com que a VALTELLINA seleciona seus fornecedores são objeto de procedimentos ad hoc, redigidos e executados sempre respeitando as normas da lei e dos princípios éticos sancionados no presente Código, e fundamentados em parâmetros exclusivamente qualitativos e não discriminatórios. A escolha do fornecedor se baseia em critérios objetivos, atinentes à qualidade e ao preço dos serviços/produtos oferecidos, e ainda ao prazo de entrega de tais serviços ou bens.*

*É proibido ofertar, prometer ou receber qualquer tipo de presente ou benefício que possa ser interpretado como busca de favores, por se tratar de algo não apropriado, sequer de pequeno valor e, portanto, em violação da lei e excedente as normais praxes comerciais ou de mera cortesia.*

*Em especial, é vetado qualquer tipo de presente ou benefício aos Administradores, aos membros do Conselho Fiscal, aos Revisores, aos Dirigentes, aos Responsáveis, aos Colaboradores e aos Funcionários da VALTELLINA, que possa vir a influenciar a sua imparcialidade nas relações com os fornecedores da Sociedade.*

*Os sujeitos aos quais venham porventura a serem oferecidas regalias ou benefícios não apropriados, sequer de pequeno valor, e, sendo assim, em violação da lei e excedentes as normais praxes comerciais ou de cortesia, tem de dar comunicação à Direção da empresa, a qual proverá a informar o autor das regalias ou dos benefícios sobre a política da VALTELLINA.*

*3.Relações com Administração Pública e entes públicos. É absolutamente proibido oferecer dinheiro ou outras utilidades a Dirigentes, Funcionários ou Prestadores da Administração Pública, assim como a Funcionários da Autoridade Judiciária, ou a seus parentes, sejam eles italianos ou*



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

*de outros países, a não ser que se trate de presentes ou utilidades de uso e de pequeno valor.*

Importante ainda ressaltar que tais regras devem ser integralmente observadas em todas as relações da Valtellina do Brasil, pois são consideradas como parte integrante das obrigações contratuais as quais os colaboradores da Valtellina do Brasil estão vinculados.

A Valtellina do Brasil definiu e elaborou sua política de práticas anticorrupção em consonância com todas as leis e regulamentações aplicáveis contra suborno e corrupção, incluindo, mas sem limitação a: Lei Anticorrupção nº 12.846/13 e seu Decreto nº 8.420/15, Lei contra Práticas de Corrupção Estrangeira dos Estados Unidos (“FCPA”), Convenção das Nações Unidas contra à Corrupção (“UNCAC”) e Pacto Global das Nações Unidas.



**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## ACONTECEU NA VALTELLINA

### **Funcionário da Valtellina recebe o Troféu Capacete de Ouro**

O contemplado do mês na premiação da Enel “Troféu Capacete de Ouro #Acidente Zero” foi o colaborador **José Gilberto Crispim da Silva**. Além do troféu, o funcionário levou para casa um cheque no valor de R\$400,00.

Confira o evento:



Premiado da base de São Gonçalo, José Gilberto Crispim.

A premiação tem por objetivo homenagear o profissional que mais se destacou em segurança e qualidade, assegurando o atendimento e cumprindo os procedimentos em boas práticas nas rotinas operacionais

**Parabéns!**





VALTELLINA  
DO BRASIL

## Maio Amarelo: cuidados no trânsito

O movimento Maio Amarelo propõe chamar a atenção da sociedade para o **alto índice de mortos e feridos no trânsito** em todo o mundo. O objetivo é promover uma **ação coordenada** entre o Poder Público e a sociedade com a intenção de colocar em pauta o tema de **segurança viária** e mobilizar a população, empresas, entidades, associações e federações para discutir o tema, engajar-se em ações e **propagar o conhecimento**.



Atualmente, esses acidentes já representam um custo de US\$ 518 bilhões por ano ou um percentual entre 1% e 3% do PIB (Produto Interno Bruto) de cada país.

O trânsito é um sistema necessariamente coletivo, portanto seus acidentes também são. Previna-se: ao ter cuidado no trânsito, você cuida de você e das pessoas ao seu redor.

### COMO EVITAR ACIDENTES DE TRÂNSITO?

- Não utilize equipamentos que tirem sua atenção no trânsito, como celulares e câmeras;
- Lembre-se sempre dos cinco pontos fundamentais da direção defensiva: conhecimento, atenção, previsão, habilidade e ação;
- Cuide da sua saúde para dirigir: se não estiver se sentindo bem ou estiver muito cansado, não dirija;
- Não utilize substâncias psicoativas antes de dirigir: álcool, tabaco e outras substâncias podem alterar sua percepção da realidade, sua consciência, sua agilidade e seu raciocínio;
- Respeite o espaço entre o carro e o ciclista;
- Atente-se aos pedestres: duas a cada três vítimas de acidentes de trânsito são pedestres. Além disso, lembre-se: além de motorista, você também é pedestre em outros momentos;
- Se for pedestre, busque estar atento ao trânsito, evite mexer no celular, olhe para os lados e atravesse na faixa de pedestres.



ENERGY  
group





VALTELLINA  
DO BRASIL

## 17/05 | Dia Mundial de Combate à Hipertensão Arterial

Fonte: Ministério da Saúde

A hipertensão arterial ou pressão alta, é uma doença que ataca os vasos sanguíneos, coração, cérebro, olhos e pode causar paralisção dos rins. Ocorre quando a medida da pressão se mantém frequentemente acima de 140 por 90 mmHg. Sabe-se que sua incidência é maior na raça negra, aumenta com a idade, é maior entre homens com até 50 anos, entre mulheres acima de 50 anos, em diabéticos.

Essa doença é herdada dos pais em 90% dos casos, mas há vários fatores que influenciam nos níveis de pressão arterial, entre eles:

**Fumo, consumo de bebidas alcoólicas, obesidade, estresse, grande consumo de sal, níveis altos de colesterol e falta de atividade física.**

**A pressão alta não tem cura, mas tem tratamento e pode ser controlada. Procure um médico para mais informações e não se esqueça de adotar um estilo de vida saudável!**

**Cuide-se!**  
**#SaúdeEmAlta**





VALTELLINA  
DO BRASIL



## Cuidado com a Gripe! Vacine-se!

Após a epidemia de Influenza fora de época, que acometeu principalmente cidades como São Paulo e Rio de Janeiro entre o final de 2021 e o início de 2022, ressalta-se ainda mais a importância da imunização contra a gripe, que protege contra as formas graves da infecção.

A campanha de 2022 será realizada entre 4 de abril e 3 de junho em todo o território nacional. A primeira etapa, entre 4 de abril e 5 de maio, terá como prioridade idosos com mais de 60 anos e trabalhadores da área de saúde.

A segunda etapa, a partir de 3 de maio, será aberta para os demais integrantes do público-alvo, que contemplam crianças de 6 meses a 4 anos, 11 meses e 29 dias, gestantes, mulheres que tiveram filhos nos últimos 45 dias, professores, população indígena, entre outros (para ver o público completo, acesse o [Informe Técnico](#) do Ministério da Saúde).

As reações mais comuns após a aplicação da vacina são dor e vermelhidão no local. Algumas pessoas também podem ter febre, mal-estar e um pouco de dor de cabeça, porém esses incômodos costumam passar rapidamente.

A vacina só é contraindicada para crianças com menos de 6 meses de idade e para indivíduos que tiveram alguma reação grave nas doses aplicadas em anos anteriores. Há algum tempo, a vacina não era recomendada a indivíduos que possuem alergia à ovo, porém estudos recentes demonstraram que o risco de alergia é quase nulo, porém é importante que haja um profissional de saúde na unidade para maior segurança.



A vacina contra gripe é importante para evitar casos graves da doença, assim como vivenciamos com a vacina de COVID-19. Tomar a vacina não necessariamente vai impedir que você pegue a doença, porém diminui consideravelmente o risco do quadro evoluir para algo mais grave.

Por mais que se trate de uma doença comum, a gripe é uma doença séria que pode ter consequências permanentes na saúde do indivíduo. A vacinação é um ato coletivo. Ao vacinar-se, você protege a você mesmo e as pessoas ao seu redor.



ENERGY  
group



VALTELLINA  
DO BRASIL

# Saúde do Coração



O coração é o músculo mais importante do corpo e é através dele que o oxigênio e os nutrientes alcançam as células. O bom funcionamento do coração é essencial para uma vida saudável.

Além disso, nosso corpo trabalha em equilíbrio. Quando um órgão é afetado, os outros também sofrem alterações e se sobrecarregam. Cuidar da saúde do coração é cuidar da sua saúde como um todo!

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 80% das mortes por doenças cardíacas poderiam ser evitadas com mudanças de hábitos.

## COMO PODEMOS CUIDAR DA SAÚDE DO NOSSO CORAÇÃO?

- Evite o cigarro: ao deixar de fumar, a pessoa imediatamente reduz pela metade o risco de morrer de doenças cardíacas;
- Mantenha o peso adequado para seu biotipo corporal;
- Pratique exercícios regularmente. Dedique, pelo menos, meia hora de atividade física moderada diariamente;
- Controle a sua pressão arterial;
- Evite estresse e tensões. Cuide da sua saúde mental!
- Reduza o consumo de açúcar;
- Controle o colesterol. Alimentos ricos em ácidos graxos e ômega 3 ajudam nesse controle;

A maioria das pessoas não apresenta qualquer sintoma ou sinal referente às doenças do coração. Sintomas como dor de cabeça, dor na nuca, enjoos, tonturas e falta de ar podem estar associados à hipertensão, por exemplo, mas não são específicos da doença.

Muitas vezes, os sintomas surgem quando as doenças cardíacas já causaram danos ao coração e ao sistema circulatório. Por esse motivo, é importante manter-se alerta e buscar ajuda profissional!



ENERGY  
group



VALTELLINA  
DO BRASIL

# O que é saúde?

O conceito mais conhecido de sobre saúde foi criado pela Organização Mundial de Saúde, em 1948: “o estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”



## Mas você já viu alguém em completo bem-estar?

Apesar de ser importante se manter “sem doenças”, é humanamente impossível alcançar um completo bem-estar em todos os aspectos da nossa vida. Por isso, falar sobre saúde depende da lente que utilizamos para olhar para o tema.

Hoje, entende-se que a saúde é multicausal, ou seja, depende de diferentes fatores na nossa vida.

Somos afetados constantemente pelo nosso ambiente, pelas nossas relações, pelos nossos hábitos, pelos nosso trabalho, pela nossa sociedade e pela resposta que damos a tudo isso.

## A pergunta que devemos nos fazer é:

como respondemos a esse contexto, que é individual e também coletivo, para que nossa saúde seja melhor? O que podemos fazer hoje para tornar nossa saúde um pouco melhor?



## Vamos tentar pensar juntos?

- ↪ Primeiro, é importante definir suas prioridades de saúde: o que mais te incomoda na sua saúde hoje? O que você acha que precisa ser melhorado agora?  
O que mais te incomoda pode ser relacionado à sua alimentação, seu tempo ativo, seus momentos de lazer, o seu sono, sua saúde mental.
- ↪ Após definir seu objetivo, é importante pensar o que te impede de melhorar esse aspecto na sua vida. Vamos supor que o que você quer mudar hoje seja estar mais ativo diariamente, fazer mais exercícios, mas você percebe que você não tem tempo com a rotina diária de trabalho.
- ↪ O próximo passo é criar um plano de ação: como você consegue atingir seu objetivo hoje, de forma rápida e fácil? Para o nosso exemplo da atividade física, uma opção é criar o hábito de subir o prédio pelas escadas diariamente, ao invés de utilizar o elevador.

Muitas vezes nos cobramos de atingir esse pleno bem-estar e acabamos por não conseguir alcançar melhorias diárias no nosso cotidiano. Com a inserção de pequenos hábitos no dia a dia e mantendo a constância em realizá-los, vários impactos poderão ser percebidos, melhorando seu bem-estar diariamente.



**Não deixe o cuidado com a sua saúde para depois!  
Comece hoje com pequenos hábitos saudáveis!**



ENERGY  
group



VALTELLINA  
DO BRASIL

## Informativo sobre a Obrigatoriedade de Utilização de Máscaras

Prezado(a) colaborador(a),

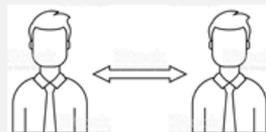
Em alguns Municípios onde a Valtellina do Brasil atua, retirou-se a obrigatoriedade do uso de máscaras. Entretanto, **recomendamos a utilização da máscara para os colaboradores que ainda não concluíram o ciclo vacinal ou para portadores de doenças crônicas, com comorbidades de alto risco, além de idosos.**

Ressaltamos ainda que aqueles que se sentirem mais confortáveis, poderão continuar a utilizar o equipamento de proteção em todas as nossas bases.

Confira abaixo a situação de acordo com a localidade:

Município	Obrigatório	Observação
Rio de Janeiro	Não	
Teresópolis	Não	
Maricá	Não	
Petrópolis	Sim	Liberado o uso apenas em locais abertos
Niterói	Sim	Liberado o uso apenas em locais abertos
São Gonçalo	Não	

Apesar da flexibilização, é importante manter os protocolos sanitários como o uso de álcool gel e evitar aglomerações.



**Cuide-se!**





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## Corrente Solidária em prol das vítimas de Petrópolis



Estamos arrecadando roupas, alimentos, água, produtos de higiene pessoal e cobertas para ajudar nossos colegas de trabalho e as vítimas das fortes chuvas que caíram ontem na cidade de Petrópolis.

Confira os pontos de arrecadação:

**São Gonçalo:** Ygor Bignon

**Teresópolis:** Vanessa Correa, Bianca Carvalho ou Mailane Rocha.

**Petrópolis:** Rosália Bessa.

**Barra:** Procurar o RH.

Entre nessa campanha! Seja solidário!

**#ForçaPetropolis**





VALTELLINA  
DO BRASIL

# Alimentação uma forma de autocuidado

A alimentação, além de ser uma necessidade fisiológica, ou seja, natural e essencial para a manutenção da nossa vida, também sempre teve um papel social importante. A comida e o tipo de alimentação sempre estiveram presentes na nossa história e os alimentos que escolhemos e a forma como os consumimos dizem muito sobre nossa identidade, costumes, cultura e comportamento.

Com o avanço tecnológico da sociedade, a fabricação, produção, conservação e consumo de alimentos mudaram, interferindo diretamente nos hábitos alimentares da população.



Como vivemos em um mundo do trabalho, agitado, corrido e com pouco tempo de qualidade para alimentação e lazer, a indústria criou alternativas: comidas congeladas e ultra processadas, pré-cozidas, fast-food.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, é necessário basear-se em cinco princípios para uma boa alimentação

1. Ir além da ingestão de nutrientes
2. Respeitar o momento atual
3. Considerar o sistema de produção e distribuição dos alimentos
4. Seguir todos os tipos de conhecimentos - teóricos e populares
5. Oferecer autonomia nas escolhas alimentares



Uma alimentação saudável consiste em equilíbrio! Procure construir uma relação mais saudável e positiva com os alimentos que consome e assim você terá mais disposição, energia e qualidade de vida!

Como podemos tentar buscar uma boa alimentação?

- Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação
- Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias
- Limitar o consumo de alimentos processados
- Evitar o consumo de alimentos ultra processados
- Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia
- Fazer compras em locais que ofereçam variedades de alimentos in natura ou minimamente processados
- Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias
- Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece
- Dar preferência, quando fora de casa, à locais que servem refeições feitas na hora
- Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais

Referências:  
Ministério da Saúde. Alimentação Saudável. Disponível em:  
[https://brasil.saude.gov.br/brs/publicacoes/alimentacao\\_saudavel.pdf](https://brasil.saude.gov.br/brs/publicacoes/alimentacao_saudavel.pdf)  
Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. Disponível em:  
[https://brasil.saude.gov.br/brs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://brasil.saude.gov.br/brs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)





VALTELLINA  
DO BRASIL

## EPI's: Óculos de Segurança e Protetor Facial

Saiba mais sobre esses importantes equipamentos de proteção individual

Os **óculos de segurança** para eletricista é um dos equipamentos de proteção individual mais importantes, pois atuam contra impacto de partículas, radiação e contra luminosidade intensa.



Já o **protetor facial**, além de resguardar o trabalhador dos riscos citados acima, apresenta maior área de proteção, quando comparado aos óculos. Também protege o profissional em situações onde há perigo térmico.



A escolha deve considerar a atividade laboral, os riscos aos quais o profissional é submetido e, claro, a qualidade do material de fabricação do equipamento.

### Dicas de como fazer o bom uso dos Óculos de Proteção e Protetor Facial:

- 1) Lave os óculos com cuidado, apenas para retirar manchas e marcas das lentes. O mesmo deve ser feito no protetor facial.
- 2) Utilize água e sabão neutro.
- 3) Seque-os com tecido ou papel macio.
- 4) Evite que os EPI's sofram quedas.
- 5) Armações em acrílico ficam deformadas se expostas ao calor intenso.





VALTELLINA  
DO BRASIL

## EPI: Cinto de Segurança

### Saiba mais sobre esse importante equipamento de proteção individual

O **cinto de segurança** para eletricitista possui a finalidade de proteger o trabalhador em caso de quedas e oferecer condições adequadas de estabilidade para realização das atividades.

Confira abaixo um dos modelos utilizados:



O **cinto de segurança paraquedista** distribui o peso do eletricitista, de modo a evitar sua queda. O cinto com **talabarte**, por sua vez, é um dispositivo que faz a ligação entre o cinto tipo paraquedista e um determinado ponto de ancoragem. Este tipo é usado tanto para proteger contra quedas quanto para posicionamento. Além de liberar as mãos do profissional para que possa realizar as atividades.

### Dicas de como fazer o bom uso do Cinto de Segurança:

- 1) Guarde em locais limpos, secos e onde não bata sol.
- 2) O cinto de segurança tipo paraquedista não pode ser exposto a materiais corrosivos, como ácidos e hidrocarbonetos.
- 3) O equipamento deve ficar fora de contato com objetos cortantes, pois pode ser danificado.





**VALTELLINA**  
DO BRASIL

## ACONTECEU NA VALTELLINA

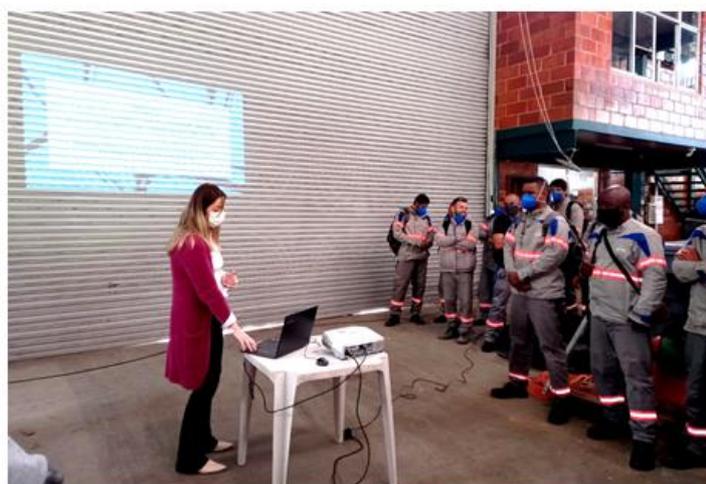
### **Colaboradores participam da palestra “Saúde e Bem – Estar” em todas as bases**

Nessa semana, os funcionários das bases operacionais da Valtellina receberam a palestra “Saúde e Bem - Estar”. O objetivo foi alertar os nossos colaboradores sobre conscientização e prevenção de doenças, qualidade de vida e boa utilização do plano de saúde oferecido pela Companhia.

Confira alguns momentos das palestras:



Funcionários na base de Teresópolis com a profissional de saúde.



Palestra na base de Petrópolis.

