

# COMERCIÁRIOS

## BEM REPRESENTADOS

A força do comércio em nossas cidades está diretamente ligada ao trabalho e dedicação dos comerciários. Por isso, em Mogi das Cruzes, Suzano, Guararema, Salesópolis e Biritiba Mirim, a categoria conta com líderes comprometidos, que lutam diariamente pela valorização, defesa de direitos e melhores condições para todos os trabalhadores do setor. Unidos, eles representam a voz dos comerciários e fortalecem a presença sindical na região.



**SINCOMERCIÁRIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO

MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESÓPOLIS - BIRITIBA MIRIM

JAIR MAFRA - PRESIDENTE



ANO 14 - 1ª EDIÇÃO - 2025



**ENCANTANDO**  
SEUS CLIENTES



**MOGI DAS CRUZES - SP**

Segunda a Sexta-Feira - 8h30 às 17h30  
R. Profº Leonor de Oliveira Melo, 94  
Jd. Santista  
4724-9724 e 4724-8810

**SUZANO - SP**

Segunda a Sexta-Feira - 8h30 às 17h00  
Rua Sara Cooper, 484  
Jardim Santa Helena  
4748-3331 e 4748-7135

**BIRITIBA MIRIM - SP**

4721-3458



1196856-2134 [doutoroctopus.com.br](http://doutoroctopus.com.br)

Índice:

CURSOS ON-LINE PÁGINA 23

KIT ESCOLAR PÁGINA 11

CURSO PRESENCIAL PÁGINA 22

ORTODÔNTICO PÁGINA 05 - 06

JURÍDICO PÁGINA 20

SECRETARIA PÁGINA 21

CINTEC PÁGINA 03

KIT MATERNIDADE PÁGINA 07

REDE DE CONVÊNIO PÁGINA 08

DENTISTA PÁGINA 04

PARQUE AQUÁTICO PÁGINAS 33

PRAIA GRANDE PÁGINAS 09

COMPLEXO ECO PÁGINAS 34 - 35

ENCANTANDO PÁGINAS 14 - 15 - 16 - 17 - 18 - 19

LABORAL PÁGINAS 24 - 25 - 26 - 27 - 28 - 29 - 30 - 31



Luiz Carlos MOTTA  
Presidente  
Fecomerciários

Jair Mafra  
Presidente  
Sincomerciários

Nesta nova edição do Manual Sincomerciários, intitulada "Encantando seus Clientes, com Informações e Benefícios", acreditamos que a linguagem simples e direta adotada será fundamental para ajudar os trabalhadores do comércio a compreenderem a importância de colocar o cliente no centro de suas ações. Nosso objetivo é estimular uma verdadeira mudança de atitude, valorizando aquele que é a razão de existir de qualquer negócio: o cliente.

Como presidente do Sincomerciários de Mogi das Cruzes, tenho a convicção de que este manual será de grande utilidade para os comerciários de nossa região. Ele reúne informações práticas, acessíveis e aplicáveis no dia a dia, capazes de fortalecer o atendimento e elevar a qualidade dos serviços prestados.

Com o incentivo do presidente da Fecomerciários, Luiz Carlos MOTTA, lançar esta edição representa uma oportunidade única de estimular a busca por conhecimento e excelência no atendimento. Isso permitirá não apenas o crescimento profissional de cada trabalhador, mas também contribuirá para o desenvolvimento coletivo do setor.

Estamos certos de que investir na capacitação contínua é o caminho para garantir qualidade no atendimento, satisfação dos clientes e, consequentemente, o fortalecimento do comércio. Preparando-se cada vez mais, cada trabalhador poderá construir o seu próprio caminho rumo ao sucesso profissional.

Jair Mafra  
Presidente do Sincomerciários

FILIADO ÀS:



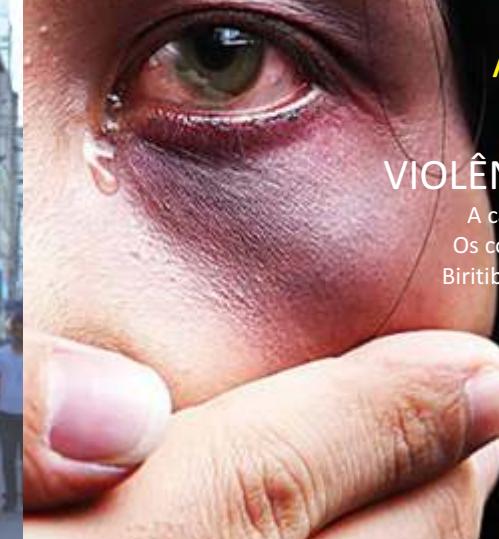
FECCOMERCIÁRIOS  
Federación dos Comerciários do Estado de São Paulo



UGT  
UNIÃO GERAL DOS TRABALHADORES



CNTC



## A VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

55,3% das mortes violentas de mulheres são cometidas no ambiente doméstico, 33,2%, por parceiros ou ex-parceiros

## VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER É CRIME!

A cada 5 minutos, 2 mulheres são vítimas da violência no Brasil.  
Os comerciários e práticos de farmácia: Mogi das Cruzes, Suzano, Biritiba Mirim, Salesópolis e Guararema agora se unem para dizer:

# NÃO É NÃO

Disque Denúncia 181

Central de Atendimento à Mulher 180

DELEGACIA DE POLÍCIA: 4726-5917

DE DEFESA DA MULHER: 4726-3528

## REFLEXÃO!

Primeiro levaram os negros

**Mas não me importei com isso**

Eu não era negro

Em seguida levaram alguns operários

**Mas não me importei com isso**

Eu também não era operário

Depois prenderam os miseráveis

**Mas não me importei com isso**

Porque eu não sou miserável

Depois agarraram uns desempregados

**Mas como tenho meu emprego**

Também não me importei

Agora estão me levando

Mas já é tarde.

**Como eu não me importei com ninguém, ninguém se importa comigo.**

Mensagem: Bertold Brecht  
Dramaturgo e Poeta alemão  
(Augsburg 1898 - Berlim 1956)

## ANALFABETO POLÍTICO

O pior analfabeto é o analfabeto político.

Ele não ouve, não fala, nem participa dos acontecimentos políticos.

Ele não sabe que o custo de vida, o preço do feijão, do peixe, da farinha, do aluguel, do sapato e do remédio dependem das decisões políticas.

O analfabeto político é tão burro que se orgulha e estufa o peito dizendo que odeia política.

Não sabe o imbecil que, da sua ignorância política nasce a prostituta, o menor abandonado, o assaltante e o pior de todos os bandidos, que é o político vigarista, pilantra, o corrupto e o lacaio das empresas nacionais e multinacionais.

Mensagem: Bertold Brecht  
Dramaturgo e Poeta alemão  
(Augsburg 1898 - Berlim 1956)

## Centro de Educação Infantil

### "Cidade Mágica"

A "nossa creche", intitulada Centro de Educação Infantil "Cidade Mágica", que atualmente possui três unidades, é o resultado da parceria por tempo indeterminado entre o Sindicato dos Empregados no Comércio, o Sindicato do Comércio Varejista de Mogi das Cruzes e a Prefeitura Municipal de Mogi das Cruzes e tem como objetivo promover atividades que atendam principalmente os filhos dos empregados do comércio e da comunidade, através de uma diretoria independente.



# PROFISSÃO REGULAMENTADA

Os comerciários do Alto Tietê reconhecem e enaltecem o trabalho da Fecomerciários – Federação dos Empregados no Comércio do Estado de São Paulo, presidida pelo companheiro Luiz Carlos **MOTTA**, pelo empenho, junto ao Movimento Sindical Brasileiro, na luta pela regulamentação da categoria profissional dos empregados no comércio.

Em 15 de março de 2013, foi sancionada a Lei nº 12.790, que regulamenta oficialmente a profissão de Comerciário.

## COMERCIÁRIO É PROFISSÃO!

### DIA DO COMERCIÁRIO – 30 DE OUTUBRO

Em comemoração ao Dia do Comerciário (30 de outubro), será concedida ao comerciário contribuinte, que esteja no quadro de trabalho da empresa nessa data, uma indenização correspondente a 1 (um) ou 2 (dois) dias de sua remuneração mensal auferida em outubro, paga juntamente com o salário do referido mês, conforme a seguinte proporção:

- ★ Até 90 dias de contrato: não há direito ao benefício;
- ★ De 91 a 180 dias de contrato: direito a 1 (um) dia de remuneração;
- ★ Acima de 181 dias de contrato: direito a 2 (dois) dias de remuneração.

#### OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

- A empresa poderá converter a gratificação em descanso, respeitando a proporcionalidade, desde que informe o empregado até 31/10, com prazo de utilização até 31/05.
- O benefício é garantido também aos empregados em férias, às empregadas em licença-maternidade e aos trabalhadores afastados por acidente de trabalho até 6 (seis) meses antes da data comemorativa.

A instituição dessa data, pela Lei nº 12.790/2013, representa uma conquista histórica da categoria comerciária, reforçando a luta por melhores condições de trabalho e valorização da profissão.

### SEMPRE EXISTIRÁ CAPITAL E TRABALHO

O reconhecimento da categoria está consolidado no ordenamento jurídico brasileiro:

#### Constituição Federal/88 – Capítulo II – Dos Direitos Sociais

*"Art. 8º, III – Ao sindicato cabe a defesa dos direitos e interesses coletivos ou individuais da categoria, inclusive em questões judiciais ou administrativas."*

#### O SINDICATO É NOSSO! PARTICIPE!

Telefone, nossos agentes irão até você!

**4721-3458 - 4724-9724**



A Câmara Intersindical de Conciliação (CINTEC) representa o sindicalismo moderno e de futuro, estabelecendo um novo modelo de relacionamento entre empregado e empregador, fundamentado no espírito de cooperação. A utilização da CINTEC vem crescendo de forma significativa, uma vez que todos os acordos firmados em sua Câmara de Conciliação possuem força de lei. Somente nos casos em que não há entendimento entre as partes é que o processo é encaminhado para a Justiça do Trabalho.

#### INFORMAÇÕES:

##### SINCOMERCIÁRIOS - Mogi das Cruzes e Região

Rua Prof. Leonor de Oliveira Melo, 94 - VI. Santista  
Mogi das Cruzes/SP - Tel.: 11 4724-9724  
secmogi@secmogi.com.br

##### SINCOMÉRCIO - Mogi das Cruzes e Região

Rua Coronel Souza Franco, 74 - Centro  
Mogi das Cruzes/SP - Tel.: 11 4799-7788  
sincomercio@sincomercio.com.br



- CLÍNICO GERAL
- CIRURGIAS
- RESTAURAÇÕES
- TRATAMENTO DE CANAL

- CLAREAMENTO
- LENTES DE CONTATO DENTAL

- PREENCHEDORES
- BOTOX

- PRÓTESES
- IMPLANTES
- PLACAS DE BRUXISMO
- INVISALING
- APARELHOS ESTÉTICOS
- APARELHOS FIXOS E MÓVEIS

- ESTÉTICA CORPORAL
- NUTRIÇÃO



Atendimento  
Segunda a Sábado



11 4240-3051



@espacosp\_odontologia

Rua Ipiranga, 855.  
Próximo ao Hospital Ipiranga



SANITÁRIOS



RAMPA



ELEVADOR



# CONVENÇÃO COLETIVA DE TRABALHO (CCT)

## O que é?

Documento negociado entre o Sindicato Laboral e o Sindicato Patronal, garantindo melhorias e equilíbrio para toda a categoria.

## Por que é importante?

Evita desarmonia entre empresas e trabalhadores.

Define benefícios de forma conjunta e equilibrada.

Resolve divergências na interpretação de leis ou normas trabalhistas.

## Como o Sincomerciários atua?

Negocia com responsabilidade, visão e habilidade.

Defende concessões justas e mútuas.

Mantém o diálogo aberto e transparente.

Garante direitos e conquistas da categoria.



## Data-base da CCT do Sincomerciários:

1º de setembro a 31 de agosto (validade de 12 meses).

Jair Mafra  
Sincomerciários - Presidente



Valterli Martinez  
Sincomercio - Presidente



## ATENÇÃO COMERCIÁRIOS!

O Sincomerciários informa a todos os trabalhadores de nossa base territorial — que compreende os municípios de Mogi das Cruzes, Suzano, Guararema, Biritiba Mirim e Salesópolis — que não há custo adicional para se associar ao Sindicato.

### Como se associar

Basta comparecer a uma de nossas sedes sociais (Mogi das Cruzes, Suzano ou Biritiba Mirim) munido dos seguintes documentos:

- Carteira profissional (comprovando vínculo no comércio);
- Comprovante de salário atual (holerite);
- RG, CPF e PIS;
- 1 foto 3x4 (impressa ou digital).

Ao se inscrever, você receberá sua credencial de associado, que garante acesso a todos os benefícios oferecidos pelo Sindicato — além dos direitos previstos na Convenção Coletiva de Trabalho (CCT), que abrangem também os não associados.

### Serviço Odontológico Gratuito

O associado contribuinte comum, com afiliação superior a 6 meses, tem direito ao atendimento odontológico básico gratuito para si e seus dependentes, mediante agendamento prévio.

### Importante

O associado que deixar de exercer atividade na empresa onde trabalhava no momento da afiliação perderá sua condição de associado.

Caso consiga novo emprego no comércio, farmácias ou concessionárias, será necessário requerer nova afiliação.

**ASSOCIE-SE, FORTALEÇA O SINCOMERCIÁRIOS E GARANTA SEUS DIREITOS!**



Telefone, nossos agentes irão até você!

**4721-3458 - 4724-9724**

# TRATAMENTO ORTODÔNTICO

CONVÊNIO COM PREÇO ESPECIAL PARA APARELHO

Com a proposta de oferecer um diferencial real aos associados, o Sindicato conta com instalações modernas e bem equipadas, distribuídas em dois consultórios em Mogi das Cruzes e dois em Suzano. Nossa equipe clínica é formada por especialistas e clínicos gerais, contratados diretamente pela entidade, garantindo um atendimento de alta qualidade aliado ao uso dos melhores materiais disponíveis no mercado. O serviço odontológico básico é oferecido gratuitamente aos associados e seus dependentes legais, desde que o associado seja contribuinte comum e tenha, no mínimo, 06 (seis) meses de filiação. O atendimento é realizado mediante agendamento prévio.

APARELHO INVISÍVEL



SAIBA MAIS  
[@espacosp\\_odontologia](https://www.instagram.com/espacosp_odontologia)



### ASSOCIADOS E AGREGADOS

O tratamento ortodôntico é a especialidade da Odontologia voltada ao diagnóstico, prevenção e correção das irregularidades dentais e faciais, promovendo harmonia e equilíbrio entre dentes, lábios e ossos maxilares. Devido à grande demanda, a Diretoria do Sincomerciários não mediu esforços e firmou, por prazo indeterminado, um convênio especial — Bônus Comerciário, destinado aos associados e seus agregados.

# NOVO BÔNUS Comerciário



Já é utilizado para beneficiar associados com intuito de subsidiar despesas com determinados convênios e parcerias.

**INFORMAÇÕES: 4721-3458 - 4724-9724**

**SINCOMERCIÁRIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESÓPOLIS - BIRITIBA MIRIM  
JAIR MAFRA - PRESIDENTE





Espaço SP Odontologia, investimos em tecnologia de ponta para oferecer diagnósticos precisos e tratamentos de excelência. Dispomos de raio-x panorâmico digital, scanner intraoral e impressões 3D, recursos que permitem maior segurança, agilidade e conforto em cada etapa do atendimento.

Aqui, cada detalhe é pensado para oferecer a você o que há de melhor na odontologia moderna.

Espaço



## O papel do Sincomerciários

O Sindicato é uma das principais trincheiras de luta dos trabalhadores contra os avanços do neoliberalismo, que busca enfraquecer ou até extinguir a legislação trabalhista, colocando em risco direitos fundamentais como férias, 13º salário, horas extras, descanso semanal remunerado, entre outros.

Em diversos países do chamado "primeiro mundo", onde a legislação trabalhista é praticamente inexistente, os trabalhadores vivem sem garantias mínimas: não há 13º salário, nem descanso semanal remunerado. As férias, quando existem, chegam a no máximo sete dias, revelando um cenário de precarização extrema.

No Brasil, os direitos trabalhistas que hoje usufruímos foram conquistados com muita luta, mobilização e sacrifício, frutos da ação política e da força do sindicalismo. É justamente por isso que não podemos abrir mão dessas conquistas.

Participar e contribuir com o Sincomerciários é essencial para preservar essas vitórias históricas e fortalecer a luta por novos direitos. O futuro do sindicalismo brasileiro – e a manutenção da dignidade dos trabalhadores – depende da consciência, união e engajamento de cada um de nós.



Um dos maiores inimigos dos trabalhadores não é o patrão, mas sim a desinformação. Por isso, mantenha-se informado e proteja seus direitos.

Acesse: [www.sincomerciarios.com.br](http://www.sincomerciarios.com.br)

### NOVO ECOBLUE HOTEL

Inaugurado em 14 de dezembro de 2024, o Novo EcoBlue Hotel é a quarta maravilha dos Comerciários, ao lado do Acqua Park, do Hotel (chalés) e do Espaço Eco.

Obra iniciada em setembro/2022 em área de 24 alqueires

- ★ 16.500 m<sup>2</sup> de área construída
- ★ 172 quartos em 7 andares, com vista para a represa e área verde
- ★ 78 quartos de casal
- ★ 71 triplos
- ★ 17 duplos
- ★ 6 suítes

### ÁREAS DE CONVIVÊNCIA:

- ★ Lobby
- ★ Bar
- ★ Sala de Jogos
- ★ Academia
- ★ Buffet e restaurante
- ★ Sala de almoço privativo
- ★ Sala de reuniões



VEJA ESTRUTURA COMPLETA

### Estrutura:

**Espaço Flamboyant:** até 1.650 pessoas em pé, 800 em formato auditório ou 400 em jantares/almoços. Pode ser dividido em 4 salas independentes.

### Espaço Manacá:

- ★ Sala com palco para 350 pessoas
- ★ Outra sala para 150 pessoas
- ★ Duas salas para 100 pessoas

**Sala de Treinamento:** 210 m<sup>2</sup> para até 150 pessoas em auditório

**Sala de Reuniões:** 110 m<sup>2</sup>, até 34 pessoas em formato "U"



# Complexo Eco

Eco Blue Acqua Park • EcoBlue Hotel • Espaço Eco

A Fecomerciários transformou o Centro de Lazer dos Comerciários de Avaré no Complexo Eco, um espaço único que reúne o Eco Blue Acqua Park, o EcoBlue Hotel e o Espaço Eco.

Localizado às margens da Represa de Jurumirim, o Complexo oferece experiências de lazer, descanso e eventos profissionais em meio à natureza.

## ECOBLUE HOTEL

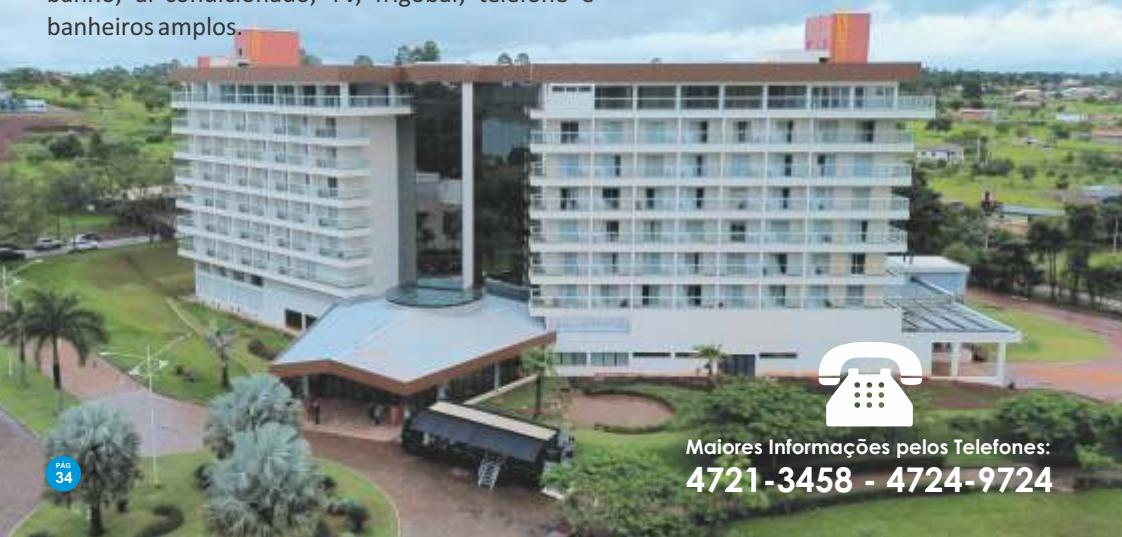
Refúgio perfeito para as melhores férias da sua vida. Um verdadeiro destino paradisíaco, o EcoBlue Hotel oferece conforto, bem-estar e qualidade em um espaço de 10 alqueires, com:

- ★ Sala de estar com sofás e TV
- ★ Piscina aquecida com borda infinita, bar e vista panorâmica
- ★ Academia de ginástica
- ★ Playground e brinquedoteca
- ★ Sala da mamãe
- ★ Sauna e ofurô
- ★ Restaurante
- ★ Estacionamento

## ACOMODAÇÕES ACONCHEGANTES

- ★ 4 acomodações VIPs
- ★ 26 bangalôs
- ★ 11 apartamentos
- ★ 6 internos na sede

Todas com vista para a represa, roupas de cama e banho, ar-condicionado, TV, frigobar, telefone e banheiros amplos.



Maiores Informações pelos Telefones:  
**4721-3458 - 4724-9724**



## KIT MATERNIDADE

A Diretoria do Sincomerciários está presenteando as comerciárias associadas grávidas, assim como as esposas grávidas dos comerciários associados, com um Kit Maternidade especial.

O kit é composto por uma bolsa exclusiva e personalizada Sincomerciários (na cor bege), acompanhada de um porta-mamadeira térmico e um trocador prático.



Para solicitar o benefício, basta que a associada titular ou o associado titular compareça ao Sindicato durante o período de gestação. A entrega será realizada mediante pré-agendamento.

**Observações:** O benefício é válido para apenas um kit por criança, independentemente de pai e mãe serem associados. Em caso de gêmeos, serão entregues duas bolsas.

**SINCOMERCIARIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESOPOLIS - BIRIBI MIRIM  
JAIR MAFRA - PRESIDENTE

**BENEFÍCIOS SIN COMERCIARIOS**  
para MAFRA - Presidente



O Sindicato firmou convênios em diversos ramos de atividades e serviços, oferecendo descontos especiais para os associados.

As vantagens vão desde atendimentos médicos até reduções nas mensalidades de universidades da região.

#### Regras para utilização:

Para usufruir dos convênios, o associado deverá apresentar a carteira social do Sindicato ao prestador do serviço conveniado.

Os dependentes devem apresentar a carteira social do titular.

A responsabilidade pelo pagamento dos serviços utilizados é exclusivamente do associado, ficando o Sindicato isento de qualquer débito ou pendência financeira junto aos prestadores.

Alguns parceiros



Para saber os endereços e tels. dos conveniados acesse:  
[secmogi.com.br/convenio-secmogi/convenio-medico.html](http://secmogi.com.br/convenio-secmogi/convenio-medico.html)

# Parque Aquático

Centro de Lazer em Avaré

O Centro de Lazer em Avaré apresenta um amplo e moderno Parque Aquático, repleto de opções para toda a família se divertir com conforto e segurança.

#### Estrutura das piscinas

- ★ Piscina com tobogãs: diversão garantida com ponte de acesso e bar molhado;
  - ★ Piscina com rio lento: perfeita para relaxar, com acesso à área infantil;
  - ★ Piscina para biribol: ideal para praticar esporte e se refrescar;
  - ★ Piscinas infantis: com escorregadores e brinquedos aquáticos;
  - ★ Piscina de ondas com praia: sensação de estar no litoral, com bar molhado integrado;
- Parte das piscinas conta ainda com água aquecida, para aproveitar em todas as épocas do ano.

#### Conforto e comodidade

- ★ Restaurante climatizado;
- ★ Vestiários e armários individuais;
- ★ Banheiros com acessibilidade;
- ★ Sete quiosques espalhados pelo parque;
- ★ Amplo estacionamento gratuito.



Acessibilidade total em todas as instalações, garantindo lazer e inclusão para todos. Um espaço completo de lazer, diversão e descanso para você e sua família!



Maiores Informações pelos Telefones:  
**4721-3458 - 4724-9724**



VEJA ESTRUTURA COMPLETA



**SHOW DE PRÊMIOS**  
BENEFÍCIOS  
**SIN**  
COMERCIARIOS

Jair Mafra  
Presidente  
Sincomerários

Ana Paula  
Diretora  
Sincomerários

Everaldo Alves  
Diretor  
Sincomerários

Luiz Carlos MOTTA  
Presidente  
Fecomerciários

Para participação nos sorteios: Os participantes no "Show de Prêmios" do Sindicato dos Empregados no Comércio serão somente os comerciários da empresa previamente indicada. A participação se dará através do preenchimento completo do cupom de participação específico que será distribuído na empresa e do depósito do cupom preenchido na urna do Sindicato. A premiação do cupom sorteado acontecerá se forem preenchidos todos os seguintes requisitos:

- O ganhador tem que comprovar estar vinculado a empresa onde o sorteio está sendo realizado e deve estar em dia com as contribuições do Sindicato, apresentando os três últimos holerites.
- O ganhador deve ter preenchido todos os campos do cupom de participação, sendo desclassificados aqueles que cupons que estiverem ilegíveis ou que não for possível identificar o contemplado.
- O ganhador deverá assinar recibo de entrega do prêmio. Ao participar do sorteio, o participante autoriza, de forma

irrevogável e gratuita, o uso de sua imagem, nome, voz, vídeos, depoimentos e demais registros para fins institucionais, promocionais ou de prestação de contas do Sindicato, sendo que a recusa expressa em permitir a divulgação acarretará na automática perda do direito à premiação, sem qualquer compensação. São expressamente impedidos de participar, direta ou indiretamente, do sorteio os Diretores, empregados ou prestadores de serviço do Sindicato. Qualquer participante que agir com fraude ou má-fé em qualquer momento do processo será sumariamente desclassificado. A ausência de cumprimento de qualquer requisito, ainda que identificada após a seleção do contemplado ou a conferência final e entrega do prêmio, acarretará na anulação da premiação, sem direito a indenização ou substituição, devendo proceder com a devolução do prêmio, se já tiver recebido, ou indenizar a preço de um novo caso já tenha utilizado o prêmio. Regulamento aprovado pela Diretoria e referendado em Assembleia.

# O seu Lugar NO LITORAL

**O** Centro de Lazer dos Comerciários em Praia Grande foi totalmente reformado. É bonito por fora e completo por dentro. Sua localização é privilegiada! Fica de frente para o mar e foi planejado para atender toda a família.

**ATRAÇÕES**

Duas piscinas grandes (uma climatizada), uma infantil e uma praiana com brinquedos aquáticos

**ACOMODAÇÕES**

169 MODERNOS E CONFORTÁVEIS APARTAMENTOS  
Todos equipados com TV, frigobar e ar-condicionado

**REFEIÇÕES**

Café da manhã, almoço e jantar já estão inclusos na reserva. São cardápios diversificados e saudáveis

**RECEPÇÃO**

Atendimento moderno e de alta qualidade, com cadastro fácil, rápido e muito prático. Pensado para que você possa aproveitar cada minuto.

VEJA ESTRUTURA COMPLETA

**FECOMERCIÁRIOS**  
Federación dos Comerciários do Estado de São Paulo  
LUIZ CARLOS MOTTA - PRESIDENTE

**BENEFÍCIOS SIN COMERCIARIOS**  
JAIR MAFRA - PRESIDENTE

Maiores Informações pelos Telefones:  
**4721-3458 - 4724-9724**

**RESERVAS NO**

**SINCOMERCIARIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESOPOLIS - BIRITIBA MIRIM

JAIR MAFRA - PRESIDENTE



SINCOMERCIÁRIOS 1990



SINCOMERCIÁRIOS 1996



SINCOMERCIÁRIOS 2000



## O PAPEL DO SINCOMERCIÁRIOS

Ao longo dos anos, o Sincomerciários tem cumprido com eficiência seu papel na defesa das bandeiras históricas dos trabalhadores das regiões de Mogi das Cruzes, Suzano, Guararema, Salesópolis e Biritiba Mirim.

Entre suas principais conquistas estão a assinatura de Convenções Coletivas, garantindo avanços econômicos e sociais, e acordos trabalhistas que fortalecem o orçamento da família comerciária, como o pagamento da PLR (Participação nos Lucros e Resultados).

Além da luta sindical e trabalhista, o Sincomerciários dispõe de uma ampla infraestrutura para atender a categoria, com sedes em Mogi das Cruzes (central), Suzano e Biritiba Mirim.

"Hoje, a mesa de negociações tem mais importância que o microfone ou o caminhão de som. O sindicalismo moderno precisa ser tecnicamente preparado, justo e responsável, capaz de construir reais possibilidades para o futuro.

As lutas violentas do passado perdem espaço não apenas por sua ineeficácia nas atuais conjunturas, mas porque a própria sociedade rejeita esses métodos, assim como rejeita o patrão explorador e puramente capitalista.

O mundo se renova, e o sindicalismo deve acompanhar esse movimento para preservar direitos, ampliar conquistas e garantir respeito nas negociações."

Jair Mafra – Presidente do Sincomerciários



## Alongamento de Posterior de Coxa

Segure a parte de trás da coxa, acima do joelho, e puxe a perna dobrada em direção ao peito até sentir o alongamento. Mantenha por 10-30 segundos. Repita com a outra perna.



## Alongamento de Coluna (Torção Sentada)

Sente-se com a perna esquerda dobrada sobre a direita.

Pressione a perna direita com as mãos e gire o tronco olhando por cima do ombro direito até sentir o alongamento.

Mantenha por 10-15 segundos. Repita do outro lado.

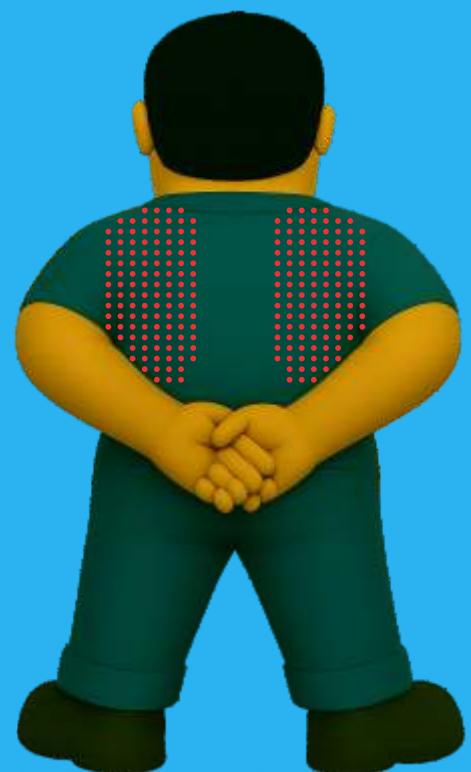
## Alongamento de Tríceps

Segure o cotovelo direito com a mão esquerda e puxe levemente para trás da cabeça até sentir o alongamento. Mantenha por 10-15 segundos. Repita com o outro braço.



## Alongamento de Ombros (Peito Aberto)

Entrelace os dedos atrás das costas, endireite os braços e leve os cotovelos para dentro, abrindo o peito. Mantenha por 5-15 segundos e repita 2 vezes.



Reconhecendo a relevância social e o valor pedagógico do incentivo à educação, a Diretoria do Sincomerciários, em parceria com Luiz Carlos MOTTA, Presidente da Fecomerciários e Deputado Federal, reafirma o compromisso de manter a distribuição programada do Kit Escolar Básico no início do ano letivo.

DISTRIBUIÇÃO POR TEMPO DETERMINADO,  
COM REGRAS ESPECÍFICAS PREESTABELECIDAS.

**SINCOMERCIARIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESÓPOLIS - BIRITIBA MIRIM

JAIR MAFRA - PRESIDENTE



### KIT ESCOLAR BÁSICO

- 3 - Caneta esferográfica azul
- 1 - Caneta esferográfica vermelha
- 5 - Lápis preto nº 02 (ecológico)
- 2 - Borracha branca
- 1 - Apontador
- 1 - Régua 30cm
- 1 - Tesoura escolar (sem ponta)
- 1 - Caixa de Lápis cor (12 unidades)
- 1 - Caderno desenho (cartografia espiral 40 fls grande)
- 3 - Caderno (tipo universitário capa dura espiral 80 fls)
- 1 - Pacote de Papel sulfite A4 (com 100 fls branco)
- 1 - Pasta (55mm)

Os itens ao lado poderão ser alterados sem aviso prévio.



## SEDE DO SINCOMERCIÁRIOS EM SUZANO



Sempre comprometido em oferecer o melhor atendimento aos associados, comerciários, seus familiares e dependentes, o Sincomerciários disponibiliza em sua unidade de Suzano uma estrutura totalmente reformada, moderna e funcional, com diversos serviços voltados ao bem-estar da categoria.



### SERVIÇOS DISPONÍVEIS:

- ✿ Secretaria Geral
- ✿ Agentes Homologadores
- ✿ Atendimento Odontológico
- ✿ Departamento Jurídico
- ✿ Centro de Lazer Diversificado
- ✿ Locadora de Filmes
- ✿ Convênios em diversas áreas



4748-3331 - 4748-7135

Rua Sara Cooper, 484 – Jardim Santa Helena (próximo ao Suzano Shopping)



### Atendimento em Bititiba Mirim



Atendimento  
Sextas-Feiras  
Das 8h30 às 17h00



11 4721-3458

Rodovia Alfredo Rolim de Moura, 190  
Sala 1 (ao lado das Lojas CEM)

**SINCOMERCIARIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESOPOLIS - BITITIBA MIRIM  
JAIR MAFRA - PRESIDENTE

## Alongamento dos Braços à Frente

Entrelace os dedos e estenda os braços à frente.  
Vire as palmas das mãos para você.  
Mantenha a posição por 10-20 segundos.  
Repita 2 vezes.



## Alongamento dos Braços

Entrelace os dedos, estenda os braços à frente com as palmas voltadas para você.  
Mantenha por 10-20 segundos e repita 2 vezes.

# AÇÃO SINDICAL



## Alongamento da lombar

Fique em pé com joelhos levemente flexionados.

Apoie as mãos na lombar (dedos voltados para baixo).

Empurre suavemente para trás até sentir alongamento.

Segure 10-12s e repita 2x.

Ideal após longos períodos sentado.



## Alongamento de Panturrilha

Apoie o antebraço em um suporte firme e incline-se levemente.

Deixe uma perna à frente flexionada e a outra atrás, esticada.

Leve o quadril para frente até sentir o alongamento na panturrilha da perna esticada.

Mantenha o calcanhar no chão e os dedos do pé voltados para frente.

Segure 10-30s. Repita com a outra perna.



# Encantando seus Clientes

Por Jota O Comerciário - Versão modernizada

Sou Jota O Comerciário e estou aqui para apresentar esta nova edição do Manual "Encantando seus Clientes". Agora, com imagens reformuladas por inteligência artificial, o conteúdo ficou mais moderno e atrativo. Minha missão é lembrar você de que o cliente deve estar sempre no centro de tudo, e que cada atendimento é uma chance de encantar e superar expectativas.

## Atenda com Positividade!

Cumprimente com "Bom dia" ou "Boa tarde" + um sorriso sincero.

Faça uma leve reverência com a cabeça: respeito gera confiança.

Transmita segurança no olhar e na postura.

Mostre sempre o benefício que o cliente terá ao ouvir você.



Lembre-se: um gesto simples  
pode abrir muitas portas!

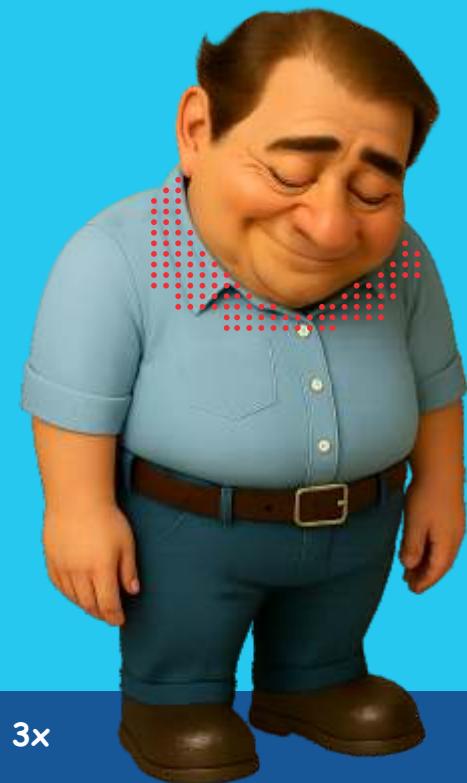
## Alongamento da parte traseira do pescoço

Incline a cabeça suavemente para frente.

Segure 5-10s.

Repita 2-3 vezes.

Alongue apenas até sentir conforto, nunca até a dor.

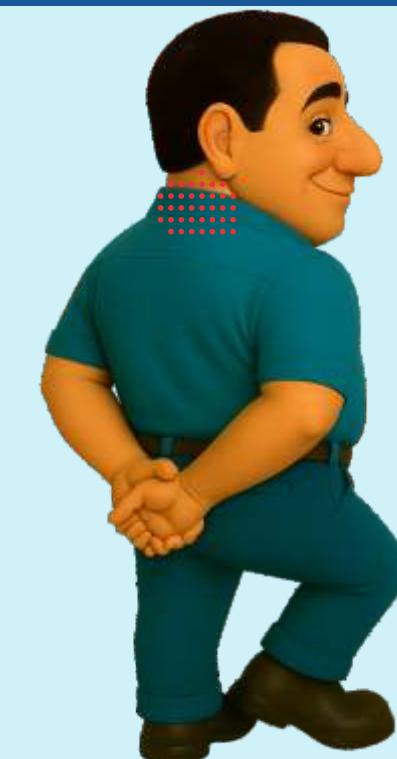


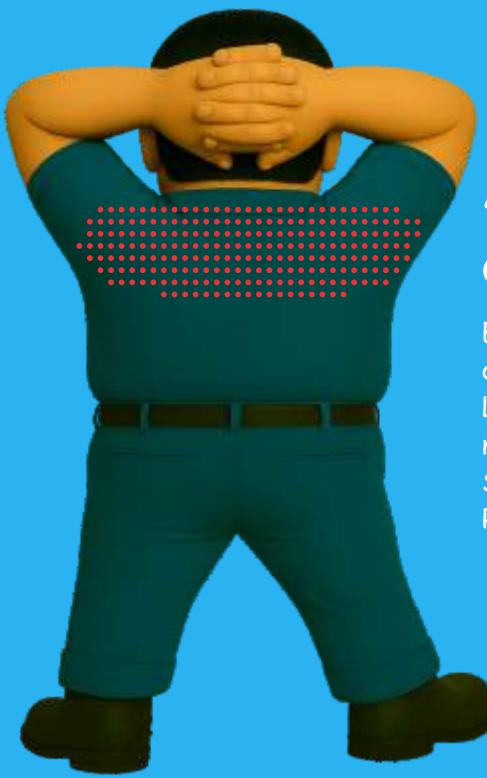
Repita os 2 processos 3x

## Alongamento do Pescoço (parte traseira)

Incline a cabeça para frente, alongando a parte de trás do pescoço.

Mantenha por 5 a 10 segundos e repita 2 a 3 vezes.  
Alongue apenas se sentir conforto, nunca até o ponto de dor.





## Alongamento de ombros e costas

Entrelace os dedos atrás da cabeça, mantendo os cotovelos alinhados.

Leve os ombros para frente até sentir tensão nas costas e ombros.

Segure 8-10s e relaxe.

Repita algumas vezes.



## Alongamento lateral do pescoço

Mantenha a cabeça reta em posição confortável.

Incline devagar para a esquerda, alongando o lado direito do pescoço.

Segure 5-10s e volte.

Repita para o lado direito.

Faça 2-3 vezes cada lado.



## Atualize-se Sempre!

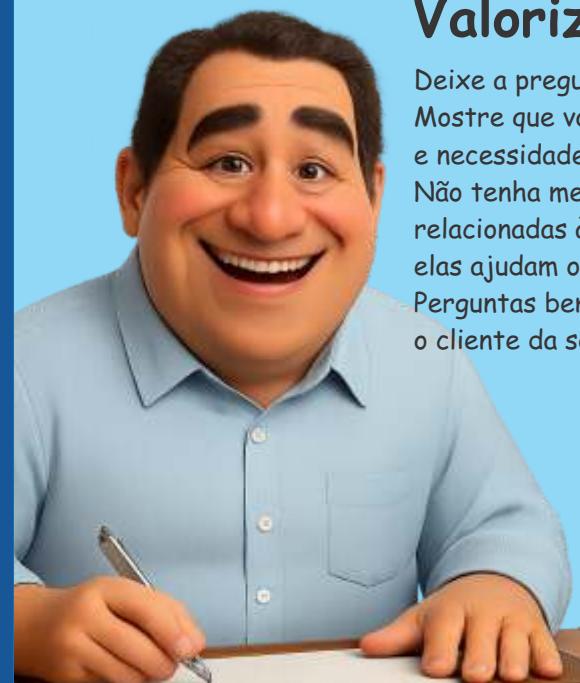
Busque aprimorar seus conhecimentos continuamente.

Estar bem informado é essencial para esclarecer dúvidas dos clientes.

Demonstre segurança e preparo em cada atendimento.

Oferecer ajuda é sempre a melhor escolha!

Lembre-se:  
Quem aprende mais  
atende melhor!



## Valorize o Cliente

Deixe a preguiça de lado: seja sensível e intuitivo. Mostre que você valoriza e comprehende os sentimentos e necessidades do cliente.

Não tenha medo de fazer perguntas — quando relacionadas à compra, elas ajudam o cliente.

Perguntas bem feitas orientam a conversa e aproximam o cliente da solução ideal.

Faça perguntas que estimulem o cliente a falar bastante. Assim, você descobre o que ele realmente precisa!

## Confiança que Encanta

A confiança do cliente nasce da sua honestidade.  
Seja simpático: cada cliente é um amigo em potencial.  
Linguagem clara gera credibilidade.  
Encantar é simples: trate o cliente com respeito e atenção.  
Lealdade é o caminho para conquistar confiança.



## Demonstre Interesse

Um dos primeiros fatores para um bom atendimento é demonstrar interesse real pelo cliente. Colocar-se no lugar dele e praticar empatia facilita a comunicação e fortalece o relacionamento.

Faça perguntas fechadas ou diretas para obter informações específicas.

Exemplo:

"Onde vai colocar a TV?"

"Deseja com controle remoto?"

Faça perguntas abertas para que o cliente fale sobre suas verdadeiras necessidades.

Exemplo: "Que característica está procurando?"

Não interrompa o cliente enquanto ele fala.

Espere concluir o raciocínio e só então apresente seus argumentos.

Assim, ele se sentirá valorizado e satisfeito.

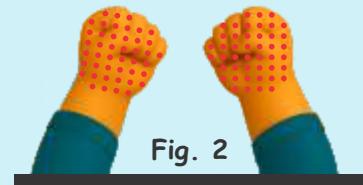
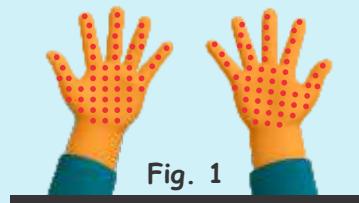


## Alongamento dos dedos

Estique e endireite os dedos até sentir leve tensão.  
(Fig. 1) Segure 10s.

Relaxe e dobre os dedos nas juntas.  
(Fig. 2) Segure 10s.

Repita o alongamento da Fig. 1.



## Alongamento facial

Levante as sobrancelhas, abra bem os olhos e a boca.  
Coloque a língua para fora e mantenha por 5-10s.  
Se ouvir estalos ao abrir a boca, consulte um dentista antes de realizar o exercício.



## Ombros encolhidos

Eleve os ombros em direção às orelhas até sentir leve tensão.

Segure por 3-5s e relaxe para baixo.  
Repita 2-3 vezes.

Indicado para aliviar tensão em ombros e pescoço.

# Dicas de Ginástica Laboral

Por Jota O Comerciário - Versão modernizada

Muitas pessoas ainda não conseguem incluir atividades físicas na rotina diária. A ginástica laboral foi criada justamente para isso: trazer saúde e bem-estar para dentro do ambiente de trabalho.

Ela ajuda a:

- Prevenir doenças ocupacionais e lesões por esforço repetitivo.
- Reduzir o estresse.
- Melhorar a postura e a consciência corporal.
- Aumentar a disposição durante o expediente.

Orientações importantes:

Aqueça-se antes de começar os alongamentos.  
Nunca prenda a respiração durante os exercícios.  
Faça os movimentos de forma gradual.  
Não ultrapasse o ponto de dor ou desconforto.  
Relaxe os músculos durante a execução.  
Mantenha as posições pelo tempo indicado.

A prática diária, mesmo que rápida,  
faz toda a diferença na saúde  
e na produtividade.

Atenção durante os exercícios!

As áreas pontilhadas indicam os locais  
onde você provavelmente sentirá o alongamento.  
Essa sensação deve ser de leve tensão,  
nunca de dor.

Respeite sempre os limites do seu corpo.



# Atenda com Autoconfiança

Demonstre sempre autoconfiança, sensibilidade, respeito, interesse e segurança. Não permita que o medo o domine. Quando você transmite segurança, o cliente sente confiança em você.

Só assim é possível oferecer um atendimento realmente diferenciado!



# Construa Relações Cordiais

Estabeleça uma relação cordial com seus clientes para que eles se sintam envolvidos ativamente no processo de compra. Mostre-se feliz e realizado com o que faz. Acredite no seu trabalho — essa confiança é transmitida naturalmente e conquista o cliente.

Quando você demonstra entusiasmo e respeito, o cliente percebe valor não só no produto, mas também em quem o atende.

# Cuide da Sua Imagem Profissional

Antes de se aproximar do cliente, preocupe-se com a aparência, a apresentação e a postura profissional. A higiene e a boa apresentação pessoal refletem diretamente na sua autoestima e na forma como você é percebido socialmente.



## Respeito e Igualdade no Atendimento

Ao se aproximar do cliente, abandone qualquer preconceito. Trate todas as pessoas com a mesma consideração e respeito. Lembre-se: todo indivíduo é um cliente em potencial, independente de raça, classe social, crença religiosa ou convicção filosófica ou política.

Pense nisso! A diversidade é uma riqueza que fortalece suas relações profissionais.

# CURSOS ON-LINE DE CAPACITAÇÃO PARA A FAMÍLIA COMERCIÁRIA

O Sincomerciários, sempre investindo no desenvolvimento dos trabalhadores, oferece cursos on-line de capacitação voltados para toda a família comerciária.

Para usufruir deste benefício, o comerciário contribuinte deve solicitar o código de desconto (Bônus Comerciário), que pode ser entregue diretamente por um de nossos agentes. Essa iniciativa é realizada em parceria com a plataforma E-DUCAR, graças ao apoio da Fecomerciários – Federação dos Comerciários do Estado de São Paulo e do Sindicato dos Empregados no Comércio.

APRENDA NO SEU RITMO, EM QUALQUER LUGAR,  
E AMPLIE SUAS OPORTUNIDADES!



MOGI DAS CRUZES  
4724-9724

SUZANO  
4748-7135

BIRITIBA MIRIM  
4724-8810



VEJA TODOS OS CURSOS

Acesse [www.e-educar.info](http://www.e-educar.info)

através do seu computador ou dispositivo móvel

1

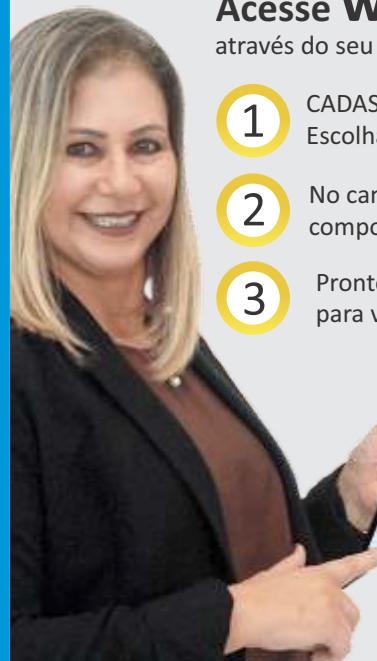
CADASTRO: crie seu perfil na tela inicial clicando em CADASTRE-SE. Escolha o curso desejado e clique em MATRICULE-SE.

2

No campo CUPOM DE DESCONTO, digite o código exclusivo composto de letras e números que consta no seu bônus comerciário.

3

Pronto, o Sincomerciários paga o curso para você ou seus dependentes. PARABÉNS!!!



Poderão usufruir deste benefício o comerciário e seus familiares que estiverem em dia com suas obrigações legais, normas coletivas e normas internas estabelecidas por nossa entidade. Os cursos disponibilizados são periodicamente atualizados, garantindo conteúdos atuais e de qualidade.

Para mais informações, acesse: [www.e-educar.info](http://www.e-educar.info)

**SINCOMERCIARIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESÓPOLIS - BIRITIBA MIRIM  
JAIR MAFRA - PRESIDENTE

**FECOMERCIARIOS**  
Federación dos Comerciários do Estado de São Paulo  
LUIZ CARLOS HOTT - PRESIDENTE

**e-educar**



# INVISTA NO SEU FUTURO COM O SINCOMERCIÁRIOS!

Participe dos Cursos Profissionalizantes Gratuitos e conquiste a sua qualificação com certificado reconhecido.

- ✓ Diversas áreas de conhecimento
- ✓ Aulas presenciais no Salão Social do Sindicato
- ✓ Ambiente moderno e estruturado para o aprendizado

GARANTA JÁ A SUA VAGA E PREPARE-SE PARA  
NOVAS OPORTUNIDADES NO MERCADO DE TRABALHO!



INSCRIÇÕES ABERTAS

VAGAS LIMITADAS

4724-8810

secmogi@secmogi.com.br

**SINCOMERCIÁRIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO

MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESÓPOLIS - BIRITIBA MIRIM

JAIR MAFRA - PRESIDENTE



FECOMERCIÁRIOS  
Federación dos Comerciários do Estado de São Paulo  
LUIZ CARLOS MOTTA - PRESIDENTE



## Fortaleça sua Autoestima no Atendimento

Valorize-se: goste mais de você mesmo e não permita que a rejeição afete sua autoestima.

Não leve para o lado pessoal: uma negativa do cliente não significa rejeição a você, mas apenas uma decisão momentânea. Aprenda com o "não": cada negativa traz lições importantes.

Se o cliente nunca dissesse "não", não haveria vendedor, apenas tirador de pedidos. Mantenha-se no mesmo nível do cliente: não se sinta inferior ou menosprezado.

Seu negócio é tão legítimo quanto o dele. Reconheça o valor da relação: o cliente precisa tanto de você e da sua empresa, quanto você precisa dele.

Seja resiliente: se o cliente tentar humilhá-lo, lembre-se: a sua postura profissional coloca em posição de superioridade moral.

Acredite em si mesmo!  
A confiança é a chave para transformar desafios em oportunidades.



No momento de se defrontar com o cliente vale a pena lembrar:



O sorriso cativa;



A paciência é uma virtude;



O entusiasmo contagia;



A segurança transmite confiança;



O respeito conquista;



O otimismo vence obstáculos.

# LÍDERES SINDICALISTAS TREINADOS

A negociação é a principal função do Sindicato, pois dela resultam direitos e deveres para empregadores e empregados. Dessa forma, não existe ação sindical gratuita: assim como qualquer entidade, os sindicatos necessitam de recursos financeiros para manter suas atividades e defender os direitos dos trabalhadores.

Alessandra Elisabete Bene Selma



Regina Eufrásio Analú Evandro

## AÇÃO SINDICAL

Contamos com uma equipe formada por nove líderes sindicalistas treinados, que atuam diretamente junto à base comerciária, acompanhando de perto as demandas da categoria.



**SINCOMERCIARIOS**  
SINDICATO DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO  
MOGI DAS CRUZES - SUZANO - GUARAREMA - SALESOPOLIS - BIRITIBA MIRIM  
JAIR MAFRA - PRESIDENTE

MOGI DAS CRUZES 4724-9724 SUZANO 4748-7135 BIRITIBA MIRIM 4724-8810

TODA A EQUIPE ESTÁ SUBORDINADA À PRESIDÊNCIA DO SINDICATO, SOB A LIDERANÇA DE JAIR MAFRA.



## JURÍDICO SECRETARIA

Contamos com advogados especialistas em Direito do Trabalho, preparados para orientar e defender os interesses da categoria. Além disso, mantemos parcerias com profissionais de outras áreas jurídicas, entre elas: Previdenciária, Civil, Familiar e Penal.

O Advogado de Sindicato possui uma prerrogativa relevante, conferida pela lei e pela natureza de sua função. Ainda que não seja servidor público, exerce seu ofício com verdadeiro espírito cívico, colocando seus conhecimentos a serviço da categoria. Por esse motivo, é reconhecido como o verdadeiro Defensor Público Trabalhista dos Comerciários.

Na maioria das situações, a relação entre empresa e funcionária tem início por meio de um contrato de experiência. Contudo, o fato de ser um contrato temporário não isenta nenhuma das partes de seus direitos e deveres.

O Sincomerciários está à disposição dos trabalhadores do comércio para oferecer:  
Associação e atendimento especializado;  
Encaminhamento para orientação jurídica e trabalhista;  
Homologações;  
Cálculos de verbas rescisórias e horas extras;  
Esclarecimento de dúvidas e informações em geral.

Atendimento presencial

Mogi das Cruzes: segunda a sexta-feira, das 08h30 às 17h30;  
Suzano: segunda a sexta-feira, das 08h30 às 17h00;  
Biritiba: às sextas-feiras.

