

INFORMATIVO | RH GRUPO SERVOPA

# AQUEREL



**Saúde e  
bem-estar**

---

**Dia da mulher**

---

**Novos  
benefícios**

# Saúde e bem-estar em primeiro lugar!

---

Desde cedo aprendemos que devemos cuidar da nossa saúde, mas poucas vezes refletimos sobre a importância desse cuidado. Muito mais que prevenir doenças ou obter uma aparência esteticamente atraente, cuidar da saúde é essencial para manter o corpo capaz de executar suas funções vitais sem dificuldades. O funcionamento do nosso organismo é composto por uma grande cadeia de ações e reações, portanto, ao manter hábitos ruins e prejudiciais, o corpo responde da mesma maneira. Por outro lado, o oposto também vale: ao tratarmos bem nosso corpo, ele nos recompensa com bem-estar físico e mental. Quem cuida do corpo se sente melhor, mais proativo, bem-humorado e disposto, tudo no corpo funciona melhor com uma rotina ativa e saudável.

Exercícios físicos, boa alimentação, hidratação e descanso proporcionam muito mais que resultados estéticos. Combinando esses hábitos, nos tornamos mais produtivos, sorrimos mais, respiramos melhor e até raciocinamos mais rápido.

VEJA A SEGUIR ALGUMAS DICAS PARA AJUDAR NA TAREFA DE CONSEGUIR UM CORPO E UMA MENTE SADIOS:

- Pratique exercícios físicos regularmente.
- Alimente-se bem, reduzindo sempre alimentos industrializados, ricos em sal, açúcares e gorduras.
- Beba muita água.
- Evite o fumo e bebidas alcoólicas em excesso.
- Proteja a pele da exposição excessiva ao sol. Utilize sempre filtro solar.
- Priorize as boas noites de sono.
- Faça um check-up regularmente.
- Cuide da sua saúde mental e nunca sinta vergonha de procurar ajuda psicológica.



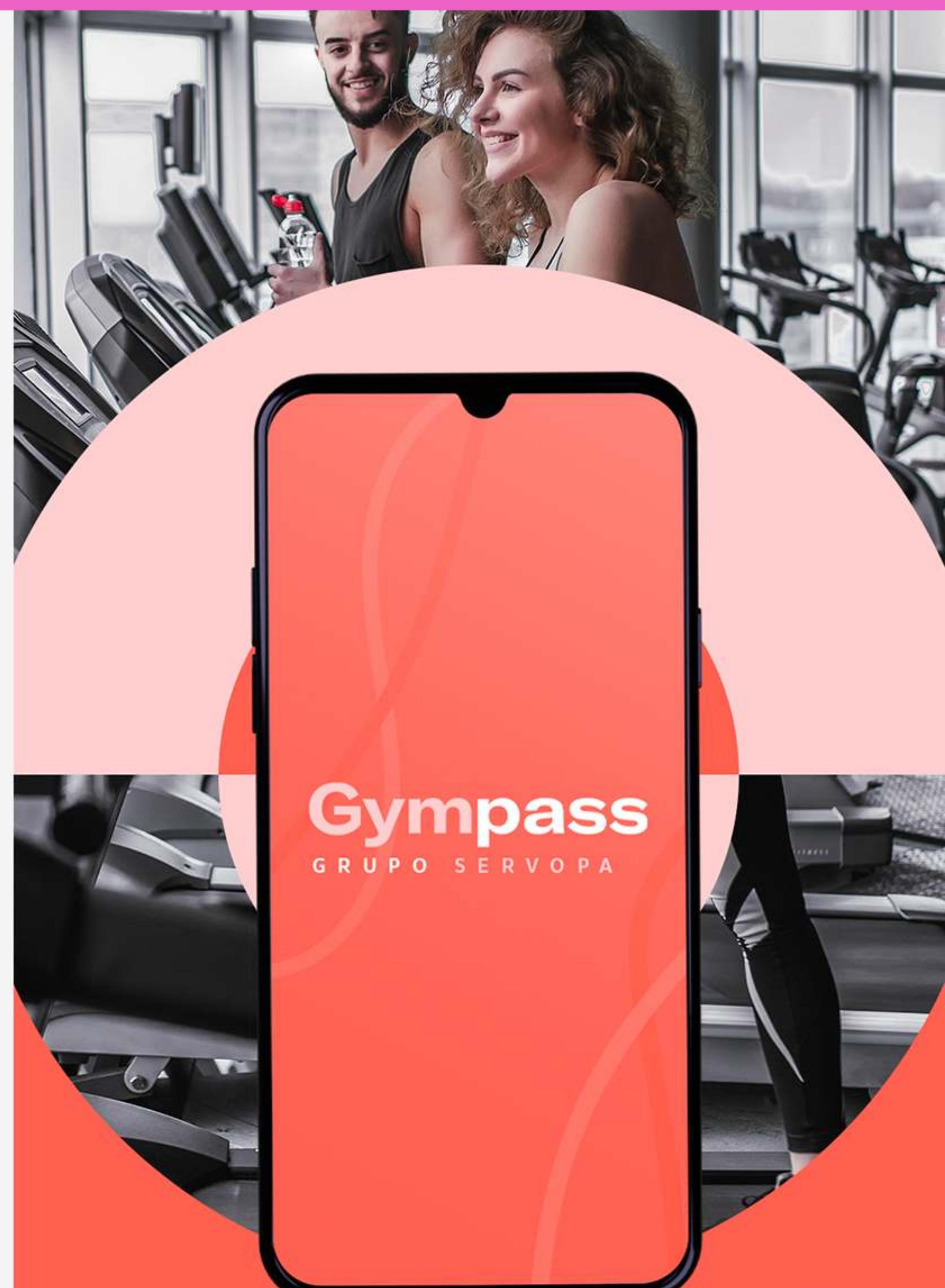
- Não utilize medicamentos sem prescrição médica.
- Controle seu estresse.
- Procure sempre organizar um tempo na sua agenda para as atividades que mais gosta, como passear no parque ou assistir a um filme no cinema.
- Evite comparar sua vida social com a de outras pessoas.
- Não se preocupe com o padrão de beleza imposto pela sociedade, pois cada pessoa é única e apresenta uma beleza diferente.
- Mantenha boas relações sociais.
- Evite fazer muitas coisas ao mesmo tempo.
- Controle suas finanças.
- Seja grato por tudo o que conquistou.

**FIQUE POR DENTRO !**

## Novos benefícios

Sempre acompanhando as tendências de saúde e bem-estar, o Grupo Servopa vem promovendo cada vez mais, novos hábitos que estimulem a qualidade de vida de seus colaboradores.

Na primeira semana de fevereiro houve o lançamento do novo benefício Gympass e, ao contrário do que muitos pensam, não se trata apenas de um passe para acesso as academias, confira abaixo outras vantagens de acordo com cada plano e as instruções de como se cadastrar:



# O que é o Gympass?

Gympass  
GRUPO SERVOPA

Somos um aplicativo completo de saúde e bem-estar

## Acessível

Você pode experimentar uma academia nova todos os dias pagando apenas **uma única mensalidade, sem taxas ou fidelidade.**

## Flexível

Encontre uma atividade para amar! Aqui você encontra Natação, Lutas, Dança, Crossfit, Tênis entre outras **700 atividades.**

## Bem-estar

Aplicativos de bem-estar para você alcançar sua saúde integral, temos soluções de **Terapia, Meditação, Nutrição, Consultoria Financeira e muito mais!**

## COMO FUNCIONA ?

1

O benefício ficará disponível após os 90 dias de experiência

2

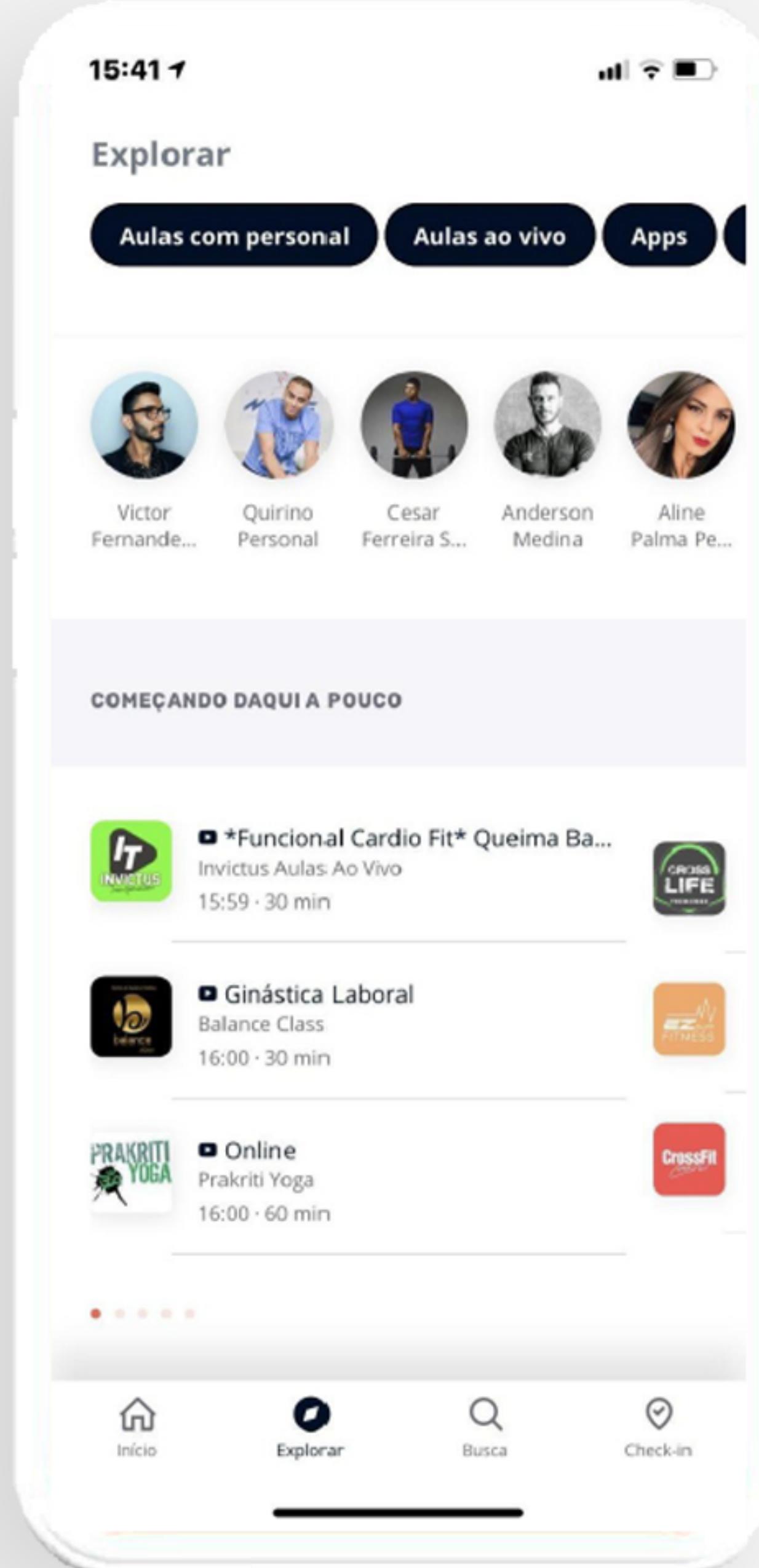
Você instala seu aplicativo Gympass e acessa com seu CPF ou e-mail corporativo.

3

Você escolhe entre os planos disponíveis e paga direto pelo app no cartão de crédito, com direito a 7 dias GRÁTIS (exclusivo para novos clientes GYMPASS)\*

4

Acesse qualquer academia ou estúdio disponível no seu plano.

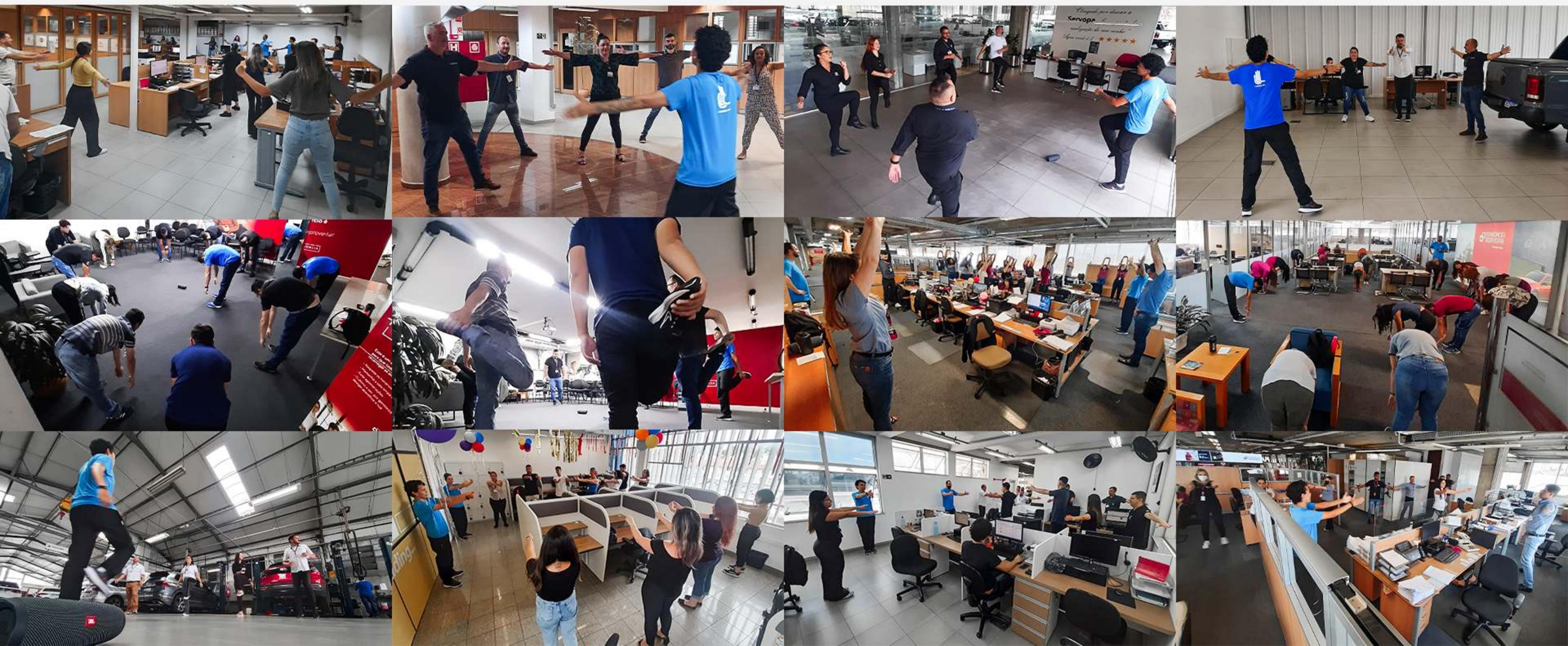
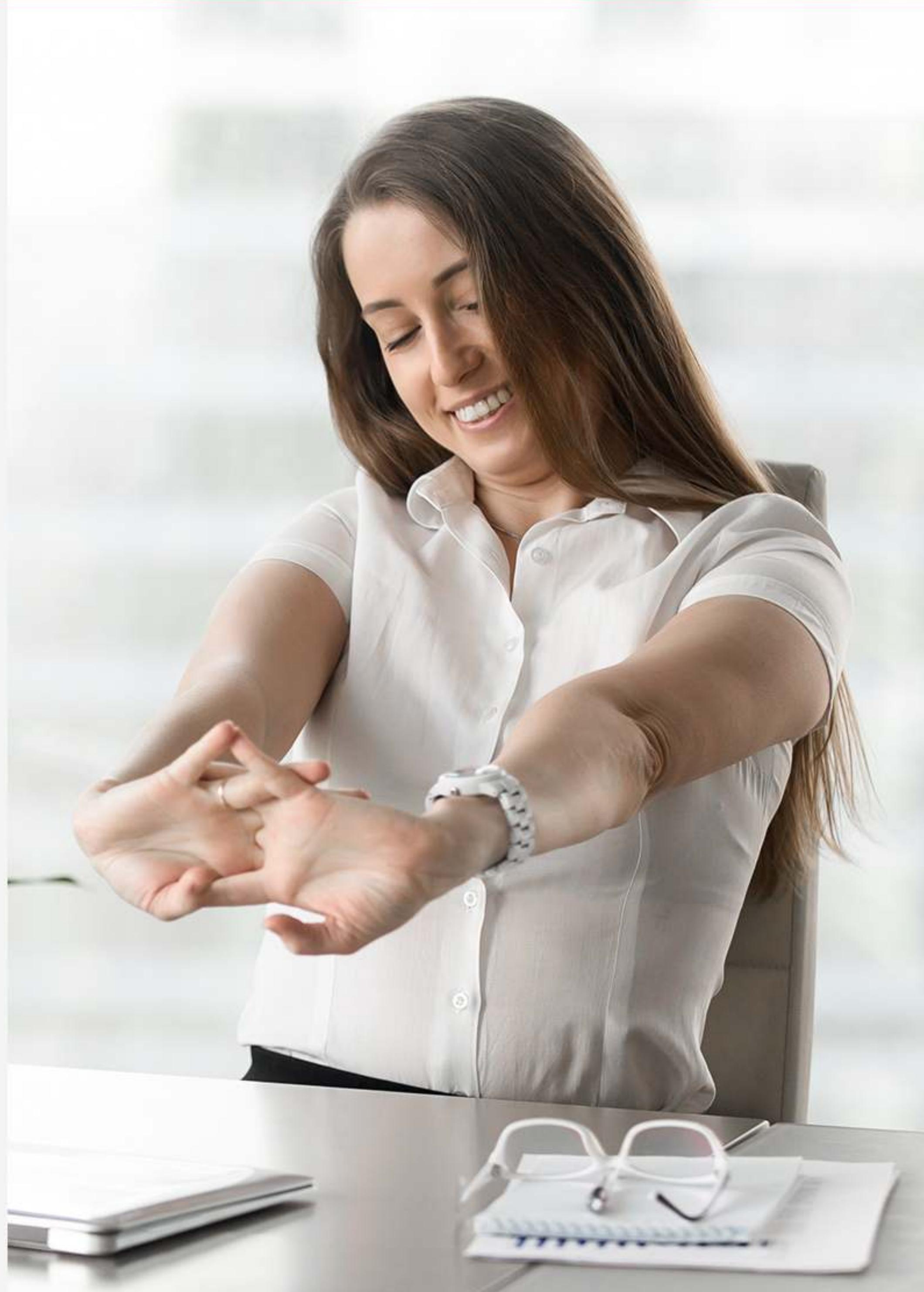


\*Clientes que já tiveram uma conta GYMPASS anteriormente, mesmo em outras empresas, não têm direito aos 7 dias de gratuidade.

# Ginástica Laboral

Outro benefício oferecido ainda no final de fevereiro foi o Programa de Ginástica Laboral. Inicialmente o lançamento foi para Curitiba e Região Metropolitana como um projeto experimental, mas o objetivo é que em breve seja possível expandir também para as lojas de outras cidades e estados.

A ginástica laboral tem o propósito de preparar o corpo do trabalhador para as funções diárias, contribuir positivamente com a saúde do coração, minimizar as consequências do sedentarismo, ajuda a prevenir diversos problemas cardiovasculares e também é fundamental para evitar lesões e doenças ocupacionais, além da prevenção da LER/DORT. Essas patologias são resultantes de esforços repetitivos e causam muita dor, dificuldade de movimentos, além de dormência, inchaço, fadiga, formigamento e desconforto. A LER (Lesão por Esforço Repetitivo) atinge os membros superiores e a DORT (Distúrbio Osteomuscular Relacionado ao Trabalho) é um sinônimo da LER. O surgimento de ambas está sendo bastante reduzido em empresas que inseriram a ginástica laboral como parte do dia dos colaboradores e o Grupo Servopa é uma delas.





# Mural de eventos

O primeiro trimestre foi marcado por eventos, confira os destaques no mural abaixo:



**Servopa**

08/02 - Reinauguração Servopa Paranaguá

Audi Center Cascavel Cascavel SERVOPA

06/02 a 10/02 - Show Rural Coopavel - BYD, Audi Center Cascavel & Volvo Cascavel



**HARLEY — DAVIDSON**

11/02 - Freedom Fest - The One, Red Wheel e Ribeirão H-D®



HMB | SEVEC

15/02 Exposição Hyundai Shopping Jockey Plaza



**THE ONE**  
**HARLEY — DAVIDSON.**

25/02 - Café do rolê The One H-D®

**Servopa**

09/03 - Lançamento Virtus  
Servopa - todas as unidades





THE ONE  
HARLEY - DAVIDSON®

15/03 - Boteco das Ladies The One H-D®

 HYUNDAI HMB | SEVEC

18/03 - HB20 day



 CITROËN LYON

18/03 - Acelera Citroën



Lyon

18/03 - Lion Days



 CONSÓRCIO  
SERVOPA

25/03 - Convenção Consórcio Servopa

THE ONE  
HARLEY - DAVIDSON®

25/03 - Girl On The Road + Open House The One H-D®





# Dia delas

O mês de março é marcado por uma data muito importante, o Dia Internacional da Mulher, e todos os anos o RH prepara uma surpresa especial para as colaboradoras do Grupo. Esse ano, todas foram presenteadas com um lindo porta-bolsa personalizado. Nas lojas de Curitiba e São José dos Pinhais houve ainda uma ação em parceria com a marca de produtos de beleza e estética Mary Kay, o "Dia delas", com uma aula de autocuidado e maquiagem, onde as participantes que se inscreveram tiveram a oportunidade de ficar ainda mais belas.

O Grupo Servopa sente-se privilegiado em trabalhar com mulheres que não precisam de salto alto para serem grandes. São profissionais determinadas, competentes, exemplares e inspiradoras, que merecem todos os elogios, todo o respeito e acima de tudo, igualdade!

**PARABÉNS ÀS MULHERES INCANSÁVEIS, CORAJOSAS E FORTES QUE MOLDAM NOSSO MUNDO**



# Uma mulher de sucesso

---

## Celina Hara

GERENTE DE TI



Celina Hara iniciou sua jornada no Grupo Servopa em 1987 quando ainda cursava Tecnologia da Informação na Universidade Federal do Paraná. Sua vinda ao Grupo Servopa, que na época era formada apenas pelas empresas Servopa Matriz, Consórcio e Locadora de veículos Aptá, foi para auxiliar na implantação do primeiro sistema on-line em uma revenda "- O Grupo Servopa sempre foi incentivador da tecnologia, e ser a pioneira na utilização de terminais de atendimento diretamente pelos usuários finais era algo totalmente inovador na época."

Sempre atuou na área de informática, inicialmente como programadora, depois como analista de sistemas, supervisora do departamento de TI, até chegar ao cargo de gerente de TI. Fez parte do desenvolvimento do Grupo e pode contribuir com o conhecimento em tecnologia apoiando esta evolução como algo muito gratificante e desafiador, já que a tecnologia de 30 anos atrás não se compara à de hoje. Acompanhar a revolução da tecnologia e trazer algo que possa agregar ao negócio faz com que a busca constante de aprendizado, pesquisas e estudos seja constante em sua profissão, "- Sou muito grata ao Grupo Servopa, por ter me proporcionado esta carreira que amo muito. Nasci para trabalhar com tecnologia".

A área de tecnologia é preferencialmente masculina e ainda há poucas representantes mulheres no cargo de gestão, contudo, o profissionalismo, o respeito com os liderados fazem parte de seu dia a dia no setor, "- Sempre acreditei que a colaboração, o engajamento da equipe vem do exemplo e

com esta dinâmica de trabalho tenho uma equipe que me apoia e me ajuda em todos momentos".

Fã número 1 do esporte e praticante ativa desde a infância, aproveita as horas vagas para jogar vôlei, futebol de salão e tênis, além de participar de competições como uma grande motivação na busca por melhores resultados em todas as áreas de sua vida. "- Acredito que nesta profissão estressante, o esporte ajuda a aliviar a carga de preocupações e estresse que vivenciamos diariamente."

Seu maior desafio como mulher foi conciliar o trabalho com a rotina familiar. Quando suas filhas ainda eram pequenas, o dilema entre ser mãe e profissional era constante, mas soube se organizar, compartilhando e dividindo responsabilidades para dissipar as preocupações e se dedicar melhor a carreira profissional, graças ao apoio da família. "- A compreensão e o companheirismo são essenciais para que possamos nos dedicar profissionalmente. Agradeço muito meu marido e minhas duas filhas que sempre me apoiaram nesta jornada".

Para Celina o segredo do sucesso é estar feliz em tudo o que se faz e na realização pessoal, contribuindo, ajudando e ensinando o próximo. Como mulher, mãe, esposa e uma grande gestora de sucesso, deixa um recado para todas as outras mulheres que desejam alcançar seus objetivos "- Estudem, nunca parem de aprender, estejam sempre abertas a aceitar o novo, não se acomodem. Não se deixem abater nas dificuldades, cuidem da saúde, tenham boas amizades e dediquem-se a família. Sejam felizes!"

# Apresentação do setor TI

T.I. | Servopa grupo

O Grupo Servopa já nasceu com DNA voltado à informatização, desde a entrada do Diretor e Presidente Sr. Hans Voswinckel a empresa buscou novas tecnologias e sempre trabalhou no aprimoramento de equipamentos e sistemas para controles e segurança, hoje o Grupo é referência para outros grupos e montadoras de veículos, sendo piloto em vários projetos de sucesso formando opinião em todo o Brasil.

Antes o que era considerado apenas suporte tornou-se essencial nos dias atuais. O setor de Tecnologia da Informação é realidade na empresa. O setor tem evoluído a cada dia participando das decisões operacionais e estratégicas, tornando possível uma gestão mais assertiva, encontrando soluções inovadoras para atender as necessidades do Grupo. Além disso possibilita o monitoramento de dados, melhoria no acesso às informações necessárias e acompanhamento da produtividade.

OS BENEFÍCIOS SÃO MUITOS:



**Visão estratégica:** por meio da tecnologia é possível desenvolver processos informacionais, otimizar tempo, melhorar o desempenho visando tornar a empresa competitiva no mercado.

**Redução de custos:** permite otimização do processo e consequentemente traz redução significativa de custos com estas melhorias.

**Produtividade e eficiência:** uma coisa está interligada a outra, processos monitorados e automatizados, com a redução de custos é possível economizar tempo e direcionar um processo, aumentando a produtividade.

**Integração:** a T.I. consegue promover a integração de vários setores e consequentemente a troca de informações, viabilizando o processo de diversas frentes melhorando a comunicação entre as áreas.

**Maior lucro:** todos os benefícios alcançados culminam em algo que toda empresa deseja, ou seja, lucratividade, possibilidade de visão estratégica para tomada de decisão, redução de custos operacionais e melhora na produtividade em processos.

*Estes são alguns dos benefícios que o Setor de Tecnologia da Informação proporciona a todos.*

Em constante evolução acompanhando o mercado tecnológico, o setor mantém ativo o DNA da informatização, na busca do que há de melhor no mercado para atender aos processos e demandas da empresa, inovando e não somente pensando no Grupo, mas priorizando também os colaboradores e auxiliando no dia a dia.





# Você já ouviu falar no Instituto Jogue Limpo?

O Instituto Jogue Limpo é uma associação de empresas fabricantes ou importadoras de óleo lubrificante. Esta entidade é responsável por realizar a logística reversa das embalagens plásticas usadas de óleo lubrificante, sem custo nenhum para o gerador. Todas as unidades do Grupo Servopa estão inscritas no Programa de Logística Reversa do Instituto Jogue Limpo. Para ter uma ideia, só em 2022, o Grupo Servopa destinou mais de 8 toneladas de embalagens de óleo lubrificantes usadas. Isto é resíduo que será convertido em novas embalagens para retornar ao mercado. O Grupo Servopa parabeniza todos os colaboradores que levam a sério este processo e contribuem para a correta separação e destinação das embalagens.

**O meio ambiente agradece!**

**Gostou dessa edição? Tem alguma sugestão ou ideia?  
Compartilhe conosco através do email: [rh@servopa.com.br](mailto:rh@servopa.com.br)**



## Trabalhe conosco!

Somos movidos pela satisfação dos nossos clientes e, para isso precisamos de pessoas talentosas e com vontade de estar sempre em Movimento. Fique de olho nas vagas divulgadas através do Trabalhe Conosco no site: [www.gruposervopa.com.br](http://www.gruposervopa.com.br)