

HÁ 45 ANOS CONSTRUINDO UMA HISTÓRIA DE SUCESSO ESPECIALIZADO EM TRANSPORTES E SERVIÇOS DE ALTA PERFORMANCE!



A gente sabe o que faz.



PILARES:

OPERAÇÕES DIÁRIAS:
SUL, SUDESTE E NORDESTE.

Segmentos:

- Acabamentos de Construção Civil
- Agronegócio
- Automotivo
- Calçados
- Cosméticos
- Embalagens
- Máquinas e Equipamentos
- Mineradoras (abastecimento)
- Papel e Celulose
- Químico e Petroquímico
- Suprimentos, Compras e MRO
- Têxtil

INBOUND
OUTBOUND
IMPORTAÇÃO E EXPORTAÇÃO (DTA)

Serviços:

- Carga fracionada
- Lotação LTL e FTL
- Inbound
- Outbound
- Importação
- Exportação
- DTA
- Operações Just in Time
- Distribuição nas regiões sul, sudeste e nordeste.
- Cargas expressas / Dedicado
- Aéreo / Operação 24 Horas
- Gestão e Monitoramento / 24 Horas
- Followway (Diligenciamento)



(51) 3462.3500
www.modular.com.br



PUBLICAÇÃO QUADRIMESTRAL
DEZEMBRO/2020 A MARÇO/2021
EDIÇÃO ESPECIAL 45 ANOS



MODULAR

EM REVISTA

45 ANOS
1975-2020



MATÉRIA CENTRAL

Modular Cargas
45 Anos Construindo
uma História
de Sucesso

VIDA E SAÚDE
Ergonomia
no trabalho

Página 4

CLIENTE QUE FAZ
Petronas
Lubrificantes

Página 16

EXPEDIENTE

Diretoria Modular Cargas

Renê Mesquita - Diretor Presidente

Inês Mesquita - Diretora Administrativa

Rice Davidson Fagundes - Diretor de Operações

Coordenação da Revista

Daiane Lourenço

Colaboradores desta Edição:

Adilson Tune de Souza Melo

Douglas Ames

Fernando do Rosário Padilha

Fernando Dupont

Kelly Specht

Leandro Silva

Rafael Lucas

Regis Farias de Araújo

Roberto Luft

Rodrigo Carvalho

Tarciso dos Santos Moraes

Thiago Carbonare Aragão de Barros

Sugestões e opiniões enviar para:

marketing@modular.com.br

Tiragem

2000 unidades

Contatos

(51) 3462.3500

marketing@modular.com.br

Visite

www.modular.com.br

 /modularcargas

Projeto Gráfico e Diagramação

Bits + StrongBrands

www.bitssb.com

SUMÁRIO



3

EDITORIAL

PALAVRA DO DIRETOR PRESIDENTE



4

VIDA E SAÚDE

ERGONOMIA NO TRABALHO



6

ARTIGO

O QUE É BOM PARA O BRASIL?



7

RECONHECIMENTO

DEPOIMENTO DE CLIENTES



8

OPERAÇÃO

HOME OFFICE BRASKEM



9

TRANSPORTANDO PELO BRASIL

A BAHIA DE TODOS OS SANTOS



10

COMPORTAMENTO

ANSIEDADE E DEPRESSÃO - COMO IDENTIFICAR E COMBATER O MAL DO SÉCULO



12

MATÉRIA CENTRAL

MODULAR CARGAS - 45 ANOS CONSTRUINDO UMA HISTÓRIA DE SUCESSO



16

CLIENTE QUE FAZ

A PETRONAS - 12 ANOS DE PARCERIA LOGÍSTICA COM A MODULAR



18

GENTE QUE FAZ

HOMENAGENS AOS COLABORADORES



20

MODULAR NEWS



23

GLOSSÁRIO



MODULAR 45 ANOS!

Dia 17 de Novembro de 2020, vamos completar 45 anos de fundação e daqui a 5 anos completaremos meio século de história.

A MODULAR foi constituída com objeto social para o transporte de Móveis e Mudanças e iniciou suas atividades em Porto Alegre. Em 31 de janeiro de 1991, foi adquirida pelos atuais proprietários e a transformamos em um operadora do Transporte Rodoviário de Cargas (TRC), onde fechamos o departamento de mudanças, repaginamos toda a identidade visual da Modular, fortalecemos e investimos em um marketing institucional mais agressivo e passamos a trabalhar com a indústria x comércio. Na época, nos dedicamos mais ao frete FOB, ou seja, nas operações de transporte INBOUND e assim construímos um produto diferenciado e de alta performance: ABASTECER AS FÁBRICAS E ATENDER OS SERVIÇOS JUST IN TIME.

Posso afirmar e comprovar que somos diferenciados na prestação destes serviços e ainda oferecemos uma proposta de gestão da cadeia de suprimentos através da nossa ferramenta Followway (diligenciamento), que informa, monitora e mede os indicadores de coleta e entrega ao cliente. Com esta expertise nos serviços INBOUND e com o crescimento da Modular, ampliamos os serviços em todos os campos da logística, com operações OUTBOUND, distribuição, armazenagem e todos os serviços necessários aos clientes.

Em 31 de Janeiro de 1991, tínhamos 12 funcionários e 02 unidades de negócios, sendo uma em Canoas, Matriz e Filial, e outra em São Paulo compartilhada com outra pequena transportadora. É gratificante lembrar que ao adquirir a Modular nosso faturamento situava-se em torno de R\$100 mil mensais e após 6 meses, já estávamos faturando R\$1.000.000,00 mensalmente.

Somos movidos por crenças ilimitantes, Deus sabe o quanto acreditamos e buscamos, força, fé, foco e grande respeito por todas as pessoas que fazem a história da Modular ser uma referência e sucesso.

Em 2020 ao completarmos 45 anos de história, com crescimento médio de 15% ano nos últimos 03 anos, 800 funcionários e 30 filiais próprias, operações diárias para os estados do SUL, SUDESTE e NORDESTE, e com plano de investimentos em FROTA nova, ampliação de terminais, desenvolvimento de pessoas e investimentos em tecnologia e aplicativos podemos dizer com muita convicção: Somos uma empresa CAMPEÃ!

Nossa meta planejada para os próximos 02 anos é crescer 20% ao ano, porque cremos que o nosso BRASIL está entrando nos trilhos, buscando realizar as reformas necessárias e trabalhando para integrar e harmonizar o setor produtivo, a classe empresarial e desburocratizar a máquina pública na busca de maior competitividade e produtividade econômica e social.

Assim construímos a história da MODULAR e entendemos que o SUCESSO É TRABALHAR COM DETERMINAÇÃO, CORAGEM, PERSEVERANÇA, SIMPLICIDADE E SABEDORIA, SABENDO OUSAR, CRIAR E VENCER!

Nossa gratidão aos nossos clientes, colaboradores, parceiros, fornecedores e todos aqueles que fazem a história da MODULAR nestes 45 anos. E digo com toda a certeza e convicção: TODOS SOMOS CAMPEÕES!

Abrços,
Renê Mesquita
Diretor Presidente





ERGONOMIA

PREVENÇÃO E RISCOS SEGURANÇA DO TRABALHO

Um dos principais motivos para afastamento de profissionais do ambiente de trabalho são as lesões causadas por ações básicas do dia-a-dia. Horas excessivas em frente ao computador, muitas horas na direção de uma carreta, falta de pausas periódicas ou carregar pesos excessivos, são algumas das atividades que apesar de básicas, podem ter riscos se praticadas de forma incorreta. Pensando em melhorar as condições de trabalho e consequentemente a produtividade, surgiu a Ergonomia. Para entender mais sobre o assunto, conversamos com o fisioterapeuta Douglas Ames, que atua na área de fisioterapia traumato-ortopédica e desportiva há 5 anos, e nos contou mais sobre a história, a importância e os benefícios da ergonomia no ambiente de trabalho, no home-office e atividades do dia-a-dia.

ERGONOMIA NO TRABALHO

O termo ergonomia tem origem grega e é formada pelas palavras ergon(trabalho) e nomos(regras). Muito antes da formalização do termo ergonomia, na pré história, nas atividades por exemplo,

de caça e pesca, se desenvolviam ferramentas mais confortáveis e eficazes. Já era um aspecto importante: adaptar o trabalho ao homem. Utilizada como disciplina na Inglaterra em 1949 e lançado nos EUA em 1959, a ergonomia do trabalho começou a ser difundida rapidamente após a II Guerra Mundial, para melhorar as condições de trabalho e produtividade. A partir de 1957 muitas publicações científicas sobre o assunto se difundiram e no Brasil, a Associação Brasileira de Ergonomia (ABERGO) é fundada em 1983 e está em funcionamento até hoje. A ergonomia no trabalho visa a aplicação e o desenvolvimento de técnicas para melhor adaptar o colaborador ao seu trabalho, visando a melhora do ambiente e o aumento da produtividade. Dependendo do setor, as técnicas e aplicações variam, como por exemplo, um leve ajuste na mesa de um trabalhador, como um atendimento a um motorista que vai fazer uma longa viagem.

SEGURANÇA DO TRABALHO

O setor de segurança do trabalho é responsável pelo Laudo Ergonômico que é necessário para todas as empresas. Este laudo é uma iniciativa ampla das empresas no campo da preservação da saúde e da integridade dos trabalhadores. Neste estudo chegasse às causas e possíveis sugestões de melhorias ergonômicas nos ambientes e funções, diagnosticando e estabelecendo me-

didadas que visem à melhoria dos postos de trabalho, com o objetivo de proporcionar uma efetiva adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, proporcionando o máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente.

O FISIOTERAPEUTA

O fisioterapeuta pode atuar desde uma melhor organização do setor, como em diversas orientações: de indicação de nivelção do computador, de trocar a sua mesa, de verificar se é necessário um suporte para os pés. Orienta também para que as pessoas que passam muito tempo trabalhando, deveriam a cada 2h levantar e fazer em torno de 5 minutos de alongamentos ou ainda, se estiver focado no computador por muitas horas, o ideal é que se desvie o olhar para procurar alguma paisagem e relaxar as vistas. Atua também diretamente com a ginástica laboral e auxílio nos alongamentos, com técnicas para melhorar a postura.

CONSEQUÊNCIAS

Como benefício, a ergonomia visa a otimização do bem-estar do trabalhador e, por conseguinte, aumento da produtividade e eficiência das tarefas realizadas. Quando não praticada, muitas vezes é gerado o acúmulo de tensões musculares e a tendência a posturas incorretas. Os sintomas mais comuns, no entanto, são: dores lombares, dores na cervical, cefaleias tensionais (dores de cabeça causadas por contraturas e tensões nos músculos da região do pescoço), e as LER e DORT (Lesões por esforços repetitivos). É importante ressaltar que as dores lombares são uma das principais causas de afastamento de colaboradores do trabalho.

O HOME OFFICE

Para quem está trabalhando em casa nestes últimos meses o ideal é escolher uma mesa e uma cadeira que estejam no mesmo nível do computador, se possível, um suporte para os pés. A cada 2 horas é importante parar o trabalho e relaxar, com pelo menos 5 minutos de alongamentos. A questão postural é de extrema importância para evitar lesões futuras e a tendência do trabalho em home office é que se trabalhe mais relaxado, o que muitas vezes prejudica a postura. Ao sentar, mantenha os ombros e quadris

alinhados, joelhos discretamente abaixo do quadril, pés apoiados no solo ou em um descanso para pés e descanso de braço na altura do cotovelo.

MOTORISTAS

Para motoristas de longa distância, a instrução é de que são necessárias pausas. Sabemos que às vezes eles tem prazos para a entrega, mas a questão das pausas para eles são extremamente importantes, até porque essas questões dos alongamentos e das mobilizações, fazem o sangue no corpo circular mais, ativa o cérebro, deixando o nosso cérebro mais alerta e vai influenciar em como dirigir, com mais atenção. A questão da ergonomia do veículo que ele dirige, é a mesma coisa. Regular o banco para uma altura correta, que ele consiga ficar na visão do parabrisa, que ele não precise ficar reclinado. O ideal é que ele possa viajar a distância com qualidade e o mínimo de desconforto possível.

CARREGADORES DE CARGA

Esse nicho/público bem específico, precisa ser bem orientado de como eles deverão carregar caixas e todo o material a ser transportado. Salientamos a importância da postura no momento do carregamento, lembrando que isso muitas vezes é o motivo de

dores lombares, que podem ocorrer em decorrência de uma esforço errado. Carregar um material com a postura correta faz com que o índice de lesão e afastamento do trabalho caia em 50%. Quando a gente vai pegar algo do chão, geralmente, é involuntário que se tenda a esticar as pernas e descer o tronco para pegar, isso faz com que a gente coloque muita força na nossa lombar. Logo, se vê uma pré-disposição para travar a lombar e/ou machucar a nossa musculatura. Posturas erradas podem até mesmo acelerar o processo degenerativo e gerar hérnia, por exemplo. Então, a instrução é que ao invés de descer o tronco para pegar a caixa, que ele agache e use a força das pernas para subir, abraçando essa caixa e então transportar ela. Outra dica importante é que ao pegar um peso um pouco maior do que o normal, que se pegue entre duas pessoas. É necessário evitar um esforço absurdo para carregar um peso, pois isso também faz uma sobrecarga importante.





O QUE É BOM PARA O BRASIL?

Nos últimos anos vivemos um período de grandes transformações, tanto nas rotinas pessoais como sociais, através da implementação de inovações tecnológicas que surgem a cada dia e têm se tornado uma parte importante na vida das pessoas. Desde a forma como pedir refeições até a maneira como administrar, investir e trabalhar como o dinheiro, a verdadeira revolução tecnológica que estamos vivendo, trazem profundas mudanças na vida cotidiana de cada um, indiscriminadamente.

Os avanços tecnológicos impulsionam a ciência em todas as suas frentes e aumentam as demandas da sociedade atuando como importante agente transformador da economia e dos negócios. Por isso, estas inovações se traduzem, especialmente, em novas oportunidades e nichos de negócios, muitas vezes, ainda inexplorados.

Nos últimos 20 anos, a partir do advento dos smartphones, do touchscreen, da internet móvel e da massificação destas tecnologias, as ligações telefônicas entre as pessoas (que até então eram a principal finalidade do telefone portátil) passaram a ser secundárias, dando lugar a inúmeras outras atividades. Atualmente nos deparamos com inovações como transferências de valores de forma instantânea (PIX), impressão em 3D, entregas feitas por drones ou carros movidos a eletricidade e guiados por um sistema via satélite. Coisas até então somente imaginadas em filmes de ficção. Nesse mercado que se reinventa e se molda a cada momento e a cada tipo de necessidade, novas profissões surgem enquanto outras deixam de existir. No entanto, uma característica essencial ao profissional que pretende ter destaque nesse novo momento, volta-se justamente à questão humana, especificamente na capacidade de

compartilhar conhecimento, de forma que as atividades de um profissional não se limitem à sua área de atuação específica, mas que ele compreenda a engrenagem da qual ele é parte, exigindo uma integração e uma formação que ultrapasse questões técnicas.

Por outro lado, o Brasil mostra-se carente de investimento na formação de profissionais que atendam estas características. Infelizmente, (até mesmo em virtude do excesso de informação inútil trazida pelo próprio avanço tecnológico), a cada dia surgem muitos profissionais com vasto conhecimento em nada, ou seja, que sabem de qualquer assunto, mas na verdade não conhecem nada.

Outra questão sensível é a dificuldade do Brasil em regulamentar estas inovações de forma eficaz e sem impor obstáculos à própria evolução. Quando se fala em regulamentação, se espera algo que simplesmente traga segurança e parâmetros ao desenvolvimento das inovações. Infelizmente, na prática e na maioria das vezes, a regulamentação se traduz em entraves administrativos ou na imposição de burocracias que acabam por inviabilizar a execução das inovações ou mesmo a implementação de novas tecnologias.

O brasileiro, por natureza, é um sobrevivente. Por isso, é um povo criativo, capaz de superar adversidades e com um talento inigualável, especialmente em produzir inovações. Essa capacidade inovadora, se bem conduzida através de um efetivo investimento na formação de profissionais capazes de atuar neste mercado em constante transformação, certamente serão capazes de levar o Brasil a um lugar de destaque no cenário mundial a médio prazo.

Thiago Carbonare Aragão de Barros
Administrador de Empresas
Diretor Comercial
Grupo ORUS (Oruspay)



No período em que estive a frente do transporte inbound, percebi um atendimento diferenciado do transportador, time realmente engajado em trazer o resultado esperado pelo cliente, dificuldades tivemos, porém sempre buscamos uma alternativa em parceria, na figura da Fernanda, Luciana e Sabrina foi possível realizar boas negociações e principalmente sinergia entre fornecedor, prestador de serviço e cliente final! Modular, uma empresa extremamente comprometida, parceira e com foco na solução!

F. D. da S. - Líder Logística

Entre nessa parceria a 3 meses e divido um sentimento de muita parceria. Me pondo no lugar de cliente que por vezes precisa de um atendimento e um entendimento específico para nossas necessidades, fico muito tranquilo e seguro. Agradeço e reconheço o esforço diário com nossa parceria.

W. F. dos S. - Assistente de Logística



“A Edelmann Brazil parabeniza a Modular Transportes pelos seus 45 anos. Estamos orgulhosos de fazer parte desta história de sucesso e agradecemos pelo apoio e parceria.”

S. N. - Purchaser



É muito bom ter esta oportunidade de comentar sobre os serviços da Modular que colabora com a distribuição da Formiline em vários Estados. Quanto mais se desenvolve o mercado, surgem mais necessidades de aprimoramento e colaboração, estamos sempre na luta para que seus produtos supram as necessidades dos nossos clientes, dessa forma a logística de distribuição é fator primordial para a satisfação de nossos clientes. E a Modular tem apresentado soluções de distribuição principalmente em relação aos prazos de entregas que garantem a satisfação dos clientes com comprometimento no acompanhamento das cargas, da saída na fábrica até a finalização da entrega. Nosso processo de distribuição é dinâmico e abrange grandes distâncias o que geram ocorrências e desvios indesejáveis na distribuição evidentemente, porém, o mais importante são as tratativas para solução das ocorrências e suporte para reverter essas ocorrências. Outro ponto positivo de nossa parceria é a proximidade dos Times da Modular Comercial e de Operação (em especial Glaucia Herrera e Eder Amaral) e Formiline onde o contato é diário permite a antecipação para soluções na distribuição e melhores formas de atendimento do nosso cliente final. Durante esse ano difícil para boa parte dos segmentos da economia em função da pandemia o desafio de distribuição foi e é muito grande e ter ao nosso lado transportadores estruturados é chave para o sucesso dos negócios. Estamos muito satisfeitos com essa parceria tanto que nossos volumes e distribuição vem crescendo principalmente com a visão otimista para futuras demandas previstas para o próximo ano 2021. Aproveito para parabenizar a Modular pelos 45 anos desejando muito sucesso para os próximos anos, seguiremos juntos!

G. C. R. - Logística Distribuição



A Transportadora Modular iniciou suas operações na Paramount no processo de coleta de matéria-prima a mais de 20 anos e devido ao alto desempenho também realiza entrega de Produto Acabado para as unidades de São Paulo e Porto Alegre. Resultado de muito trabalho, dedicação e busca constante na satisfação do cliente. Parabenizo pelos 45 anos.

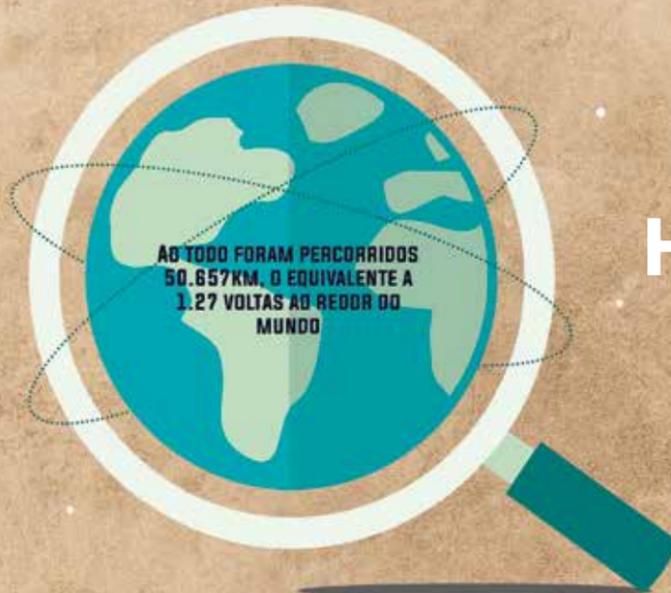
L.A. da L. - Gerente de Logística



Para a Technopack, a Modular, durante todos estes anos tem sido parceira indispensável para os nossos negócios, sempre atendendo com excelência os prazos estipulados e com a melhor negociação comercial do mercado. Nós só temos a agradecer, por termos a Modular como nosso parceiro de negócio, durante todos estes anos!

M. M. - Purchasing and International Business





OPERAÇÃO HOME-OFFICE BRASKEM

1.478KM - COLETANDO OS PRODUTOS NOS FORNECEDORES DA BRASKEM
 9.622KM - TRANSFERINDO OS PRODUTOS PARA AS FILIAIS ENVOLVIDAS
 20.478KM - ENTREGANDO AS CADEIRAS AOS COLABORADORES
 20.557KM - ENTREGANDO OS KITS DE INFORMÁTICA AOS COLABORADORES

FORAM REALIZADAS PELA MODULAR 2.757 ENTREGAS EM 133 MUNICÍPIOS EM 9 ESTADOS + DISTRITO FEDERAL.

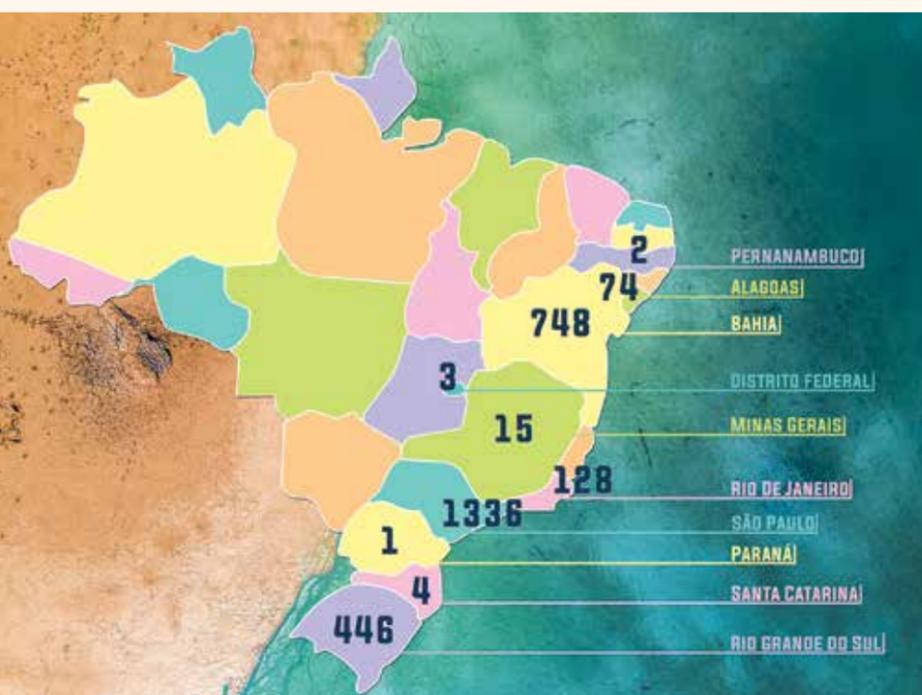
HOME OFFICE / ERGONOMIA

Este ano foi um ano atípico, muitas coisas mudaram. No mundo corporativo, devido ao isolamento, muitos de nós nos afastamos do nosso posto de trabalho, nos reinventamos para uma nova realidade, um novo padrão de trabalho baseado no home-office. Mudanças essas que chegaram de forma brusca e inesperada e poucos profissionais estavam realmente preparados para transformar seu ambiente de descanso em um espaço de trabalho. Tais mudanças afetaram não somente as empresas, mas também seus respectivos colaboradores. Da saúde mental a saúde física, os novos espaços de trabalho necessitavam de organização, ajustes e até uma total reestruturação. Pensando nisso, a Braskem contando com a parceria da Modular, trabalhou para proporcionar a melhor estrutura possível para seus colaboradores em Home Office.

A OPERAÇÃO

Uma operação de entregas de cadeiras e kit de informática, resultando no Kit ergonomia, foi organizada e realizada, iniciando no dia 31 de julho de 2020 e sendo concluída em 28 de agosto de 2020. No total foram 2757 entregas realizadas em 133 municípios em 9 estados e no Distrito Federal. A operação foi planejada de maneira que os colaboradores recebessem os volumes com maior simultaneidade possível, com o objetivo de proporcionar a mesma experiência para todos os colaboradores, do sul ao nordeste. Esta programação foi possível pelo trabalho realizado junto ao time Braskem 24h/dia, possibilitando inclusive a desafios como alterações de locais de entrega e disponibilidade do colaboradores.

Além disso, pontos focais foram definidos em cada unidade da Modular para realizar os agendamentos mediante contatos enviados pela Braskem e considerando o período de entrega (manhã, tarde e final de semana) para minimizar ao máximo a agenda dos colaboradores. Um report diário foi enviado mostrando a evolução das entregas e agendamentos futuros. É importante também ressaltar que 80% das entregas foram realizadas com frota própria. **Detalhe: Até o 5 dia útil após iniciarem as entregas, 97% de todos os colaboradores da Braskem já haviam recebido a sua cadeira.** A Modular agradece aos seus 186 profissionais envolvidos, bem como a todo o time da Braskem e aos fornecedores comprometidos, que não mediram esforços para que este projeto fosse um sucesso.



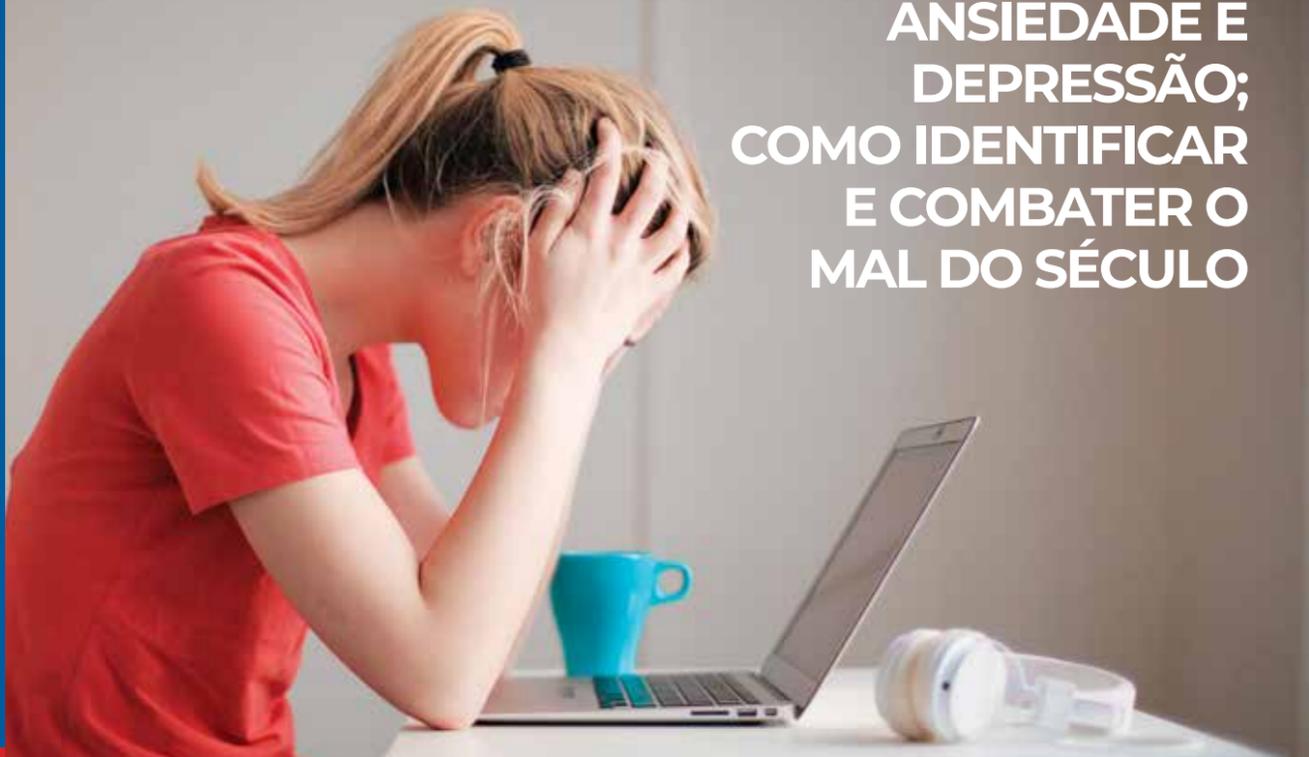
A BAHIA DE TODOS OS SANTOS

Com 564.760.427 km² e mais de 14 milhões de pessoas, a Bahia é hoje o 5º maior estado brasileiro em extensão e o 7º com maior PIB no país. Das baianas ao acarajé, a Bahia inunda o imaginário das pessoas pelo mundo. Quem nunca sonhou em visitar o pelourinho ou provar os pratos bem temperados e apimentados que se conectam de uma forma única com o clima tropical. É conhecida pelas belas praias, pratos típicos e cultura peculiar. Com uma economia bastante diversificada entre agropecuária, indústria, mineração, turismo e serviços, o estado é responsável por 36% do produto interno bruto (PIB) de toda região nordeste, colocando ele na lista dos estados mais ricos do país.

NOSSA FILIAL SIMÕES FILHO

Entre nossas filiais espalhadas pelo Brasil, a unidade de Simões Filho está completando 10 anos de funcionamento. Localizada no coração da Bahia, próximo a Salvador e a baía de todos os santos, nossa filial movimenta grande parte do transporte fracionado que segue e se origina no nordeste brasileiro. Além disso, a cidade é considerada uma bifurcação para todas as cidades da região metropolitana e a unidade foi pensada estrategicamente para atender esta região que movimenta grande parte da economia do estado. Ampliando o atendimento, contamos com as unidades de negócio localizadas em Vitória da Conquista e Feira de Santana, abrangendo 100% de operação no estado da Bahia.





ANSIEDADE E DEPRESSÃO; COMO IDENTIFICAR E COMBATER O MAL DO SÉCULO

O Brasil vem sendo considerado o país mais ansioso e estressado do mundo e também um dos maiores em índices de depressão. Para nos esclarecer dúvidas sobre o assunto, convidamos a psicóloga Kelly Specht de Canoas, RS, que atua há 5 anos na área clínica e educacional. Kelly tem formação pela Universidade La Salle, além de Especialização em Gestão de Pessoas pela Universidade Luterana do Brasil e especialização em Neurociência do Desenvolvimento e Excelência Humana pela Universidade La Salle. Atualmente cursa pós graduação em Psicologia Clínica Junguiana pela Associação Junguiana do Brasil e Famaqui. Atuou como preceptora do curso de Psicologia da Universidade La Salle e atualmente é Supervisora do Serviço Escola de Psicologia junto a La Salle Saúde.

1 - A ANSIEDADE E A DEPRESSÃO ESTÃO ENTRE AS GRANDES DOENÇAS DO SÉCULO. QUAL A DIFERENÇA ENTRE DEPRESSÃO E ANSIEDADE? E QUAL A MAIS COMUM?

Depressão e ansiedade são doenças que costumamos dizer que andam de “mãos dadas”, mas tem sintomas e características bem diferentes. A ansiedade é um fenômeno natural desde que esteja dentro de um limite que não configure sofrimento ou prejuízo. Em maior intensidade, configura grave quadro de sofrimento psíquico. Já a depressão é uma doença que muitas vezes é confundida com tristeza, choro e isolamento

(mesmo que estas situações possam também estar associadas a doença). O levantamento da Organização Mundial de Saúde (OMS) de 2019 refere que o Brasil é o país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo inteiro e o quinto em casos de depressão. Ambas as doenças podem surgir juntas, porém, cada uma tem suas próprias manifestações clínicas e classificações. Por apresentarem esta semelhança, é difícil definir a mais comum entre a população sem diagnóstico correto. Entretanto, somente um especialista poderá definir claramente o quadro, assim como medicar e prescrever condutas adequadas.

2- COMO IDENTIFICAR UMA PESSOA ANSIOSA? QUAIS OS SINTOMAS FÍSICOS E PSICOLÓGICOS? QUAL AS CONSEQUÊNCIAS?

Pessoas que sofrem com ansiedade apresentam preocupação constante, pensamentos catastróficos, falta de controle sobre os pensamentos, medo recorrente, sentimentos de incapacidade, inquietação, sintomas físicos de aceleração (taquicardia, sudorese, etc) e comumente queixam-se da enxurrada de pensamentos acelerados. As consequências, enquanto instaurado um quadro de ansiedade generalizada (TAG), por exemplo, podem ser bastante graves. São comuns prejuízos sociais, sofrimento psíquico, cansaço constante e impaciência, aumento na possibilidade de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, obesidade e diabetes, ganho ou perda de peso e aumento da pressão arterial, dependendo de alguns fatores, tais como a intensidade

3- QUAIS OS SINTOMAS FÍSICOS E PSICOLÓGICOS DE UMA PESSOA COM DEPRESSÃO? QUAIS AS CONSEQUÊNCIAS?

A depressão pode surgir com um evento específico (trauma, luto ou um evento estressor, por exemplo) ou sem nenhum motivo aparente. O indivíduo acometido pela depressão apresenta humor depressivo, como sensação de tristeza, sentimentos de desvalorização e culpa. Pode estar presente o retardo motor, lentificação do pensamento, falta de desejo em realizar tarefas comuns, queixas de atenção e memória, cansaço excessivo e prejuízos no sono, tanto pelo excesso como pela escassez. O desinteresse na vida, perda da libido e perda do desejo em demais atividades prazerosas também costumam ser comuns. As consequências são o humor embotado, prejuízos laborais e acadêmicos, perdas sociais em grande escala e demais prejuízos físicos, como perda de peso, envelhecimento precoce e outras somatizações.

4 - COMO PODEMOS IDENTIFICAR UM CASO PRÓXIMO E AJUDAR, NO CASO DA DEPRESSÃO? E NO CASO DA ANSIEDADE?

Todo comportamento que parece fugir do habitual, mesmo nos pequenos detalhes, merece nossa atenção. Aquele amigo que repentinamente desiste do futebol das quartas, o familiar mais idoso que deixou de realizar uma visita habitual, adolescentes que fugiram de suas redes sociais (ou se excedem) sem motivo aparente parecem estar fora de um funcionamento comum. O baixo rendimento escolar, baixa estima e comportamentos regressivos e com intensidade reduzida ou aumentada são mais comuns nas crianças. O aumento de apetite, distúrbios de sono, tristeza recorrente e intensa, choro compulsivo e isolamento social são mais comuns entre adolescentes e adultos. Entretanto, qualquer um destes comportamentos pode indicar o início de um grave transtorno e requerem imediatamente o encaminhamento aos especialistas. A rede pública oferece atendimentos junto aos Centros de Atenção Psicossocial ou acompanhamentos e encaminhamentos em outras unidades da rede. A rede privada oferece igualmente atendimento psiquiátrico e psicológico. Ainda, o Centro de Valorização da Vida (CVV), uma associação civil sem fins lucrativos, pode auxiliar e esclarecer dúvidas do usuário em diversos canais, tais como chat, e-mail ou ligação (no telefone 188)

5 - ASSIM QUE IDENTIFICADA UMA DESSAS DOENÇAS, COMO É POSSÍVEL COMBATER? HÁ CURA?

O diagnóstico correto, assim como tratamento medicamentoso e psicoterápico são fundamentais para uma melhora consistente. Tanto a depressão

como a ansiedade são doenças recorrentes, que podem surgir em qualquer outro momento da vida do indivíduo. Infelizmente, não há cura nos quadros destas duas doenças crônicas. Um estado ansioso, por exemplo, é temporário; em contrapartida, a ansiedade enquanto doença perdura e traz inúmeros prejuízos ao longo da vida em que o indivíduo apresenta episódios. Assim como um sentimento de tristeza é natural e faz parte das nossas emoções mais primárias, a depressão enquanto doença configura no psiquismo um mecanismo doloroso e constante.

6- HOUVE MUDANÇAS NO PANORAMA GERAL DESTAS DOENÇAS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19?

Ainda não temos estudos finalizados sobre o atual cenário pós advento do covid-19 para apontarmos dados consistentes. Entretanto, para os profissionais das áreas da saúde mental, parece consenso que a população apresentou características semelhantes em termos de fenômeno: aumento de quadros de ansiedade, queixas de improdutividade e falta de atenção nas atividades laborais e acadêmicas, aumento de peso ou mudanças nos hábitos alimentares e de sono, medo constante e perda de hábitos sociais e de afeto. Esse conjunto de perdas configura grave desgaste e desequilíbrio das emoções e comportamentos. Para os especialistas, no pós-covid, já se prevê mudanças comportamentais na população, como um pós-luto (ou uma grande expectativa para a retomada de hábitos presumidamente felizes e saudáveis).

7 - DICAS PARA MANTER A SAÚDE MENTAL EM DIA E PREVENIR ESTAS DOENÇAS.

Não há um padrão que nos garanta uma saúde mental, mas hábitos saudáveis sempre terão caráter preventivo em escala bastante relevante. Realizar exercícios e ter hábitos de sono saudáveis regulam uma série de hormônios importantes para o equilíbrio emocional. Alimentar-se de maneira saudável pode fazer muita diferença para o corpo que processa a vida sempre de maneira tão acelerada. A orientação de ter contato com o sol em pelo menos 10 minutos diários também está associada a regulações de elementos importantes para a saúde mental e física. Os afetos não ficam para trás: família, amigos e amores fomentam um corpo e uma mente capazes de superar as dificuldades de maneira mais leve e fluída. Nossa saúde mental vale muito!



Psicóloga Kelly Specht

SEÇÃO ESPECIAL

45 ANOS DA MODULAR



O MENTOR

Natural de Torres RS e atual diretor presidente da Modular Cargas, Manoel Renê Cardoso de Mesquita é o filho número 10 de uma família de 12 irmãos. Filho de agricultor e costureira e de origem simples, Renê relembra com grande orgulho da sua infância e dos ensinamentos dos seus pais: “Vivi uma vida maravilhosa quando pequeno, mas infelizmente perdi meu pai aos 12 anos de idade. O senhor Francisco Lopes de Mesquita me deixou grandes lições de vida, como fé e coragem”. Ainda relata “Todos os meses, meu pai atravessava de canoa a vela (construída pela família) para ir pescar no outro lado da lagoa Itapeva, nas proximidades de Rondinha. Certo dia, estávamos no meio da lagoa, o tempo fechou e veio uma tempestade com chuva torrencial. Eu com apenas 10 anos não senti medo, pois meu pai tomou o leme da canoa com muita força, fé e coragem e rezava pedindo a Deus para que vencessemos aquele momento de aflição. Eu o ajudava tirando a água da canoa para não transbordar e observava a atitude do meu pai, vejo que aquela ação foi determinante para conseguirmos passar pela tempestade e chegarmos a nossa casa.” Ele ainda enfatiza e se refere a mãe como rainha: “Minha mãe Ormina Cardoso de Mesquita foi nossa guerreira e sempre conduziu com trabalho, coragem e amor a união de nossa família. Aprendi com minha família a ter muita fé, determinação e coragem, um exemplo que acompanha a minha vida e procuro passar a todos que convivem comigo.

Determinado a seguir em busca dos seus sonhos, Renê aos 16 anos foi morar em Porto Alegre para estudar. Passou por dificuldades e na pensão onde morava com os irmãos, chegou a dormir muitas vezes no chão, mas jamais deixou de pensar no futuro.



Renê Mesquita em seu núcleo familiar.

Como sempre gostou de estudar, lutou e conseguiu concluir o curso técnico em contabilidade em uma escola municipal. Aos 17 anos conseguiu seu primeiro emprego no Expresso Cresciumentense como auxiliar de expedição, na época, com salário mínimo de menor. Após, trabalhou na Transportadora Iglesias como auxiliar de faturamento, logo como contador e em seguida como gerente comercial. Uma trajetória de 18 anos passando por todos estes cargos na empresa. Durante este período, ele fez a faculdade de administração de empresas, o que permitiu buscar maturidade técnica e profissional até se tornar empresário e empreendedor a partir de 31 de janeiro de 1991, quando adquiriu a Modular Cargas.



Hoje pai de três filhas, Mesquita idealiza: “Penso que a família é a base de nossas vidas e devemos sempre buscar a harmonia apesar dos conflitos e diferenças. Tenho muito amor pela minha família, minha esposa, minhas filhas, meus netos e enteados, e respeito e consideração por todas as pessoas que vivem e convivem comigo. Minhas crenças são pautadas no respeito incondicional a todos os seres humanos e aprendi que devemos estender a mão para nossos irmãos. Sermos solidários, humildes e ajudar a construir uma sociedade mais justa e mais fraterna.”



Para a sócia, Maria Inês Rufino Mesquita, que faz parte deste projeto desde o início, as pessoas que participaram da ampliação e do crescimento da Modular foram extremamente essenciais para tantas conquistas:

“Nestes 45 anos de Modular percorremos um longo percurso, pleno, de grandes desafios e conquistas que transformou a minha vida e de minha família, além da vida de milhares pessoas que por aqui passaram e contribuíram para chegar onde estamos. Lutamos sempre com garra e determinação. Ao longo do tempo aprendemos o ritmo da caminhada, com passos um pouco mais largos e com grandes profissionais desbravamos, pois sabíamos que estávamos preparados. Ao Renê, nosso diretor, divido um carinho especial, pois incansavelmente nunca deixou de acreditar e dedicar energia, conhecimento e todo o seu talento a essa grande empresa chamada Modular. Aos nossos colaboradores, meu sincero agradecimento. Uma equipe fantástica, unida, forte, gente que sonha e faz sonhar e que diariamente se dedicam para que esta empresa continue trilhando seu caminho de sucesso por muitos e muitos anos. A palavra de resumo é gratidão, por fazer parte desta história, por ter acreditado e por ter vivido este caminho desde o início. Que Deus abençoe a todos que por aqui passaram, por todos que aqui estão e que a Modular continue a prosperar cada vez mais.” Maria Inês Rufino Mesquita - Diretora Administrativa

AQUISIÇÃO DA MODULAR CARGAS

Com 18 anos de experiência em TRC, formação técnica e graduação em Administração de empresas, com muito desejo de vencer os desafios da vida, em 1991 surgiu a oportunidade de ouro dos projetos de vida de Renê. Habitualmente ele lia o jornal Zero Hora, e aquele dia via um anúncio de uma transportadora de Canoas procurando um sócio. Naquele momento ele tomava a decisão e se tornava sócio da Modular Transportes, fundada em 17/11/1975, com 45% de participação. Logo após 4 meses, ele já teria comprado as cotas do antigo sócio, e se tornaria sócio junto a sua esposa, no período, Maria Inês Rufino Mesquita. Hoje apenas sócia, os dois mantiveram um vínculo de sociedade de grande nível, respeito e crescimento em seus negócios. Após assumir a Modular, imediatamente foi reavaliado

os serviços e o marketing da empresa e foi definido que se encerraria o transporte de mudanças, que era um dos serviços da empresa até aquele momento. Seguiram então, com o transporte de cargas fracionadas e completas para a indústria e o comércio.



No início a empresa contava com 12 funcionários, 2 veículos bem usados e duas filiais, sendo a sede em Canoas RS e uma filial compartilhada em São Paulo. Um dos funcionários daquela época, o chamado Nelsinho, é funcionário atual e já estava na empresa mesmo antes do Rene adquirir. Ele é hoje uma referência dentro do grupo Modular.

Já no primeiro ano, o reconhecimento de tanto trabalho e dedicação foi evidente: o faturamento inicial de R\$100.000 passou em 12 meses para R\$1.000.000. Em 1998 a sede própria passou a ser na Av. Santos Ferreira, 3500, em Canoas e é onde funciona até hoje a matriz corporativa e filial Canoas. Ao longo destes anos, novas filiais foram sendo abertas e estruturadas e a Modular se tornou uma empresa multimodal e operadora logística. Durante este período, os negócios foram ampliados e qualificados, com amplos investimentos em tecnologia e capacitação profissional, sendo reconhecida no mercado onde atua, conquistando licenças, certificações e prêmios. O trabalho frutificou e a empresa cresceu, “enfrentamos todos os momentos de transição política e econômica do país sempre com determinação, sabedoria e ajustes necessários para manter a sustentabilidade do nosso negócio”, comenta Renê. Hoje a Modular Cargas completa 45 anos de fundação, possui 30 filiais e atende todo o Sul, Sudeste e Nordeste no transporte de cargas fracionadas e a todo Brasil na modalidade de carga completa, além de outros serviços que serão destacados a seguir.



PANDEMIA COVID 19

Apesar do revés econômico que a pandemia trouxe ao ano de 2020, a Modular enfrentou de frente todos os desafios do período. A empresa manteve todos os seus serviços, rotas de operação do Sul, Sudeste e Nordeste conservando todas as conexões entre as unidades com suas coletas e entregas

diariamente. “Precisamos nos adaptar ao que o momento exigia, além das exigências no atendimento de cada cliente, foi necessário a medição de temperatura de todos os colaboradores, distribuição de kits de higienização com máscaras e álcool gel para os motoristas e ainda a disponibilidade para toda a empresa. Em relação aos clientes, apesar do segmento do varejo ter sido mais afetado, algumas indústrias não pararam, principalmente as ligadas à ramo de produtos de higiene e limpeza, produtos químicos e medicamentos. Algumas pessoas pararam de consumir alguns produtos e começaram a consumir outros, fazendo com que a movimentação não fosse suspensa e permitindo que a Modular ampliasse o atendimento em alguns segmentos que tiveram sua demanda alavancada.” relata Roberto Luft, Gerente Nacional de Vendas.

PROJETO PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO PARA 2021

Com a projeção da retomada da economia prevista para o próximo ano pós pandemia, a Modular continuará com seus investimentos em expansão, frota, capacitação de pessoas e tecnologia. Com a tendência de crescimento que a empresa já planeja e realiza nos últimos anos, Rice Fagundes, diretor de operações da Modular enfatiza: “Estamos enfrentando um ano desafiador em todos os sentidos. Aprendemos que podemos ser melhores do que planejamos, podendo nos adaptar a muitas situações das quais não tínhamos pleno conhecimento. Sobretudo, estamos encerrando o ano com um crescimento superior a 15%, e este crescimento nos mostra o quanto o nosso time está preparado e engajado. Aprendemos que os investimentos feitos ao longo dos últimos anos estavam corretos, que o aumento de nossas estruturas e mão-de-obra estava em um rumo promissor. Para os próximos quatro anos temos um projeto de crescimento bastante agressivo, falando especificamente do biênio 2021/2022 projetamos um crescimento médio de 20% e 25% respectivamente. A nossa consolidação de maior presença e competitividade na região nordeste será prioridade e de extrema importância para o crescimento sustentável de nossa companhia. E nós estamos preparados para isso.”



Rice Fagundes, diretor de operações.

MODULAR CARGAS

Nosso lema: O sucesso é trabalhar com determinação, coragem, simplicidade e sabedoria, sabendo ousar, criar e vencer.

Nosso negócio: Lucrar é transportar bem.

Política de Qualidade:

- Melhorar constantemente a qualidade de nossos serviços;
- Oferecer inovações continuadas;
- Desenvolver relações duradouras com o mercado;
- Unicidade e transparência na gestão do nosso negócio;
- Lucro como fonte de liberdade e responsabilidade social;
- Assegurar saúde, segurança e bem estar aos colaboradores;
- Resguardar o meio ambiente, preservando o seu futuro.

Missão: Promover soluções em transportes e serviços aos seus clientes, com excelência, segurança e sustentabilidade.

Visão: Ser referencial em transportes e serviços, sendo reconhecida pela qualidade no Brasil e mantendo o crescimento e expansão com saúde financeira, sustentabilidade, inovação e responsabilidade social.

Certificações: ISO 9001:2015, SASSMAQ, Anvisa, Polícia Federal, Polícia Civil, Exército CR, Ibama CR e Interestadual, Licença Ambiental (Estaduais), AFE (Cosméticos e Saneantes).

IMERS: O Instituto Modular de Educação e Responsabilidade Social - IMERS, é uma instituição sem fins lucrativos que visa fomentar, através de ações e debates, temas ligados ao que tange a manutenção da vida das pessoas e bens a serem deslocados pelas rodovias do país. O foco do instituto é através da conscientização das pessoas e motoristas, a redução de acidentes na área de transportes e no trânsito como um todo. Com uma visão multidisciplinar, o IMERS, através de apoios públicos ou privados, incentivará

estudos, pesquisas, projetos e programas nas áreas de educação, cidadania, boas práticas ambientais e do desenvolvimento sustentável, para a construção de ações e políticas integradas de prevenção no trânsito.

Projeto Nova Santa Rita: A nova filial da Modular, com inauguração prevista para 2021/2, abrigará toda a operação hoje situada junto a matriz em Canoas RS. Contará com terminal próprio e uma área com mais de 15.000m², ampliando a qualidade e capacidade dos serviços prestados pela Modular.

Matriz Sede Corporativa:

CCM - Centro Corporativo Modular - A matriz e centro corporativo Modular fica localizada na Av. Santos Ferreira, nº 3500, no bairro Estância Velha em Canoas RS.

Serviços:

- Carga fracionada
- Lotação LTL e FTL
- Rodaéreo e Rodoexpresso
- Armazenagem
- Operação DTA
- Importação
- Exportação
- Distribuição nas regiões Sul, Sudeste e Nordeste
- Licença OTM
- Diligenciamento Followway
- Inbound
- Outbound
- Operações just in time
- Gestão e monitoramento 24 horas



Projeto Nova Santa Rita - RS



Número de filiais: 30
Funcionários diretos: 851
Funcionários indiretos: 400
Frota: 391 veículos

Segmentos:

- Mineração
- Químico
- Petroquímico
- Calçados
- Suprimentos, Compras e MRO
- Acabamentos de Construção Civil
- Agronegócio
- Alimentos e Bebidas
- Automotivo
- Confecções e Acessórios de Moda
- Cosméticos
- Embalagens
- Eletrodomésticos
- Informática (sob consulta)
- Máquinas e Equipamentos
- Papel e Celulose
- Têxtil

Modulinho:

Este é o Modulinho, mascote que representa a nossa marca. Você ainda vai ver ele muito aqui na Modular em Revista, em nossas redes sociais e pelas filiais da Modular.



Salmo 23: “O Senhor é meu pastor e nada me faltará.”

A PETRONAS



A PETRONAS Lubrificantes Brasil (PLB) é a divisão de fabricação e comercialização de lubrificantes da PETRONAS Lubricants International, responsável por atender às necessidades dos clientes na América Latina. A PLB tem uma das mais modernas fábricas, localizada em Contagem, Minas Gerais, com capacidade de produção de 220 milhões de litros por ano. Apoiada por uma ampla rede logística e centros de distribuição em Contagem, Curitiba, Recife e São Paulo, a PLB está comprometida em atender as demandas de lubrificantes industriais e automotivos na América Latina. Em relação ao mercado brasileiro, a PETRONAS é a única empresa com investimento crescente em tecnologia, mais do que a média da indústria. Desde 2012 a PLB investiu em torno de R\$ 350 milhões para melhorar a operação, em especial a distribuição. Com estratégia global, a empresa possui produtos aprovados em todas as montadoras que operam no Brasil. São mais de 450 produtos de altíssima tecnologia; mais de 7.000 clientes; 1.000 itens para comercialização. O negócio de lubrificantes acabados, graxas e outros óleos, movimenta mais de R\$ 12 bilhões por ano no Brasil. Os investimentos desde 2012 giraram em torno de R\$350 milhões para melhoria da operação, em especial a distribuição. Ainda falando de investimentos, a estimativa para os próximos 5 anos é que a PLB investirá em torno de USD 72 milhões (2019 a 2023) para crescimento do negócio.

PREMIAÇÕES

Em 2016, a PETRONAS Lubrificantes Brasil foi o primeiro produtor de lubrificantes do mercado brasileiro a receber do Instituto Brasileiro de Metrologia (Inmetro) o

Certificado de Acreditação para Ensaio físico-químicos em fluidos, graxas e óleos lubrificantes. Além disso, tornou-se a primeira unidade mundial de lubrificantes do grupo PETRONAS a conquistar esse certificado. A PETRONAS Lubricants International (PLI) foi destaque no prêmio Marketing Best Especial 30 anos (2017), considerado a mais importante premiação do marketing brasileiro. O evento consagrou as 40 empresas que mais se destacaram pelo conjunto de suas ações e obras. Também em 2017, estudo realizado pela FPT, empresa do grupo CNHi, que aponta os desafios da introdução, na América Latina, de lubrificantes API CJ-4 para máquinas agrícolas levou o primeiro lugar no 11º Prêmio Ambiental da Associação Brasileira de Engenharia Automotiva (AEA).

SUSTENTABILIDADE E RESPONSABILIDADE SOCIAL

A PETRONAS tem um compromisso muito sério com o futuro no que diz respeito à sustentabilidade. Atualmente, 75% dos investimentos em pesquisa e desenvolvimento da empresa estão comprometidos com a redução de emissões de CO2, por meio de soluções que equilibrem máxima eficiência e inovações sustentáveis. Além do desenvolvimento sustentável, a PETRONAS Lubrificantes Brasil participa de vários projetos de responsabilidade social e este ano, criou o programa de Diversidade & Inclusão, com a participação de colaboradores voluntários e formação de cinco grupos de afinidade focados no desenvolvimento de ações para promover um ambiente mais diverso e inclusivo: Elas por Elas (equidade de gênero), Para Todos (LGBTQIA+), Cor&Ação (igualdade racial), Braços Abertos (inclusão de

peças com deficiência) e Voluntariado (responsabilidade social). Atuando no âmbito de voluntariado, em parceria com o Centro de Atendimento e Inclusão Social (CAIS) de Contagem (MG), organização sem fins lucrativos que atua em prol da inclusão de pessoas com deficiência, a PETRONAS promoveu ações voluntárias de doações e reforma de instalações, com participação dos colaboradores. Já no contexto internacional, ao longo do primeiro semestre, a PETRONAS promoveu os encontros Inspiring Women Americas, que contaram com a participação de convidadas especiais para compartilhar trajetórias profissionais, desafios e oportunidades com as colaboradoras da PETRONAS na Argentina, Brasil, Estados Unidos e México.

OPERAÇÃO LOGÍSTICA COM A MODULAR CARGAS - PARCERIA DE SUCESSO

A parceria logística da Modular Cargas com a Petronas já completa 12 anos. Atualmente a Modular atua com toda a operação logística da Petronas no estado do Paraná, recebendo o produto da fábrica, internando, separando, armazenando e distribuindo no modelo fracionado. Estes produtos são vendidos para o estado do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul, tanto para indústrias, distribuidores, quanto para o consumidor final. Outra operação que a empresa realiza hoje é a transferência do produto final da fábrica de Contagem, com destino ao armazém da Modular em Curitiba. A entrega direta do centro de distribuição de Contagem dos lubrificantes industriais e automotivos para os principais distribuidores do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul do mesmo modo é realizado com excelência pela equipe Modular.

RECONHECIMENTO

Para Adilson Tune de Souza Melo, Gerente de Compras da Petronas, essa parceria de longa data só estreita um relacionamento já duradouro: "O relacionamento da Modular com a Petronas Lubrificantes vem desde 2008 quando buscávamos um novo parceiro para serviços de fretes para nos atender na Região Sul do Brasil. Naquele momento passávamos por dificuldades em atender ao nosso cliente e isso afetava em demasiado nossos indicadores de performance. Portanto, trata-se de uma parceria estabelecida há longa data, que foi renovada recentemente, no momento em que a Modular foi a vencedora da concorrência na Região Sul para os serviços de Gestão Logística, agora abrangendo também operação de armazenamento de nossos produtos. Como é de conhecimento, a Petronas do Brasil é uma empresa que vem se destacando no mercado de brasileiro de Lubrificantes com plano de crescimento agressivo através da seleção de novos distribuidores no território brasileiro. Para dar sustentabilidade a este plano negócio prospectamos o mercado, estudamos e elegemos parceiros a altura deste desafio, com fornecedores alinhados e comprometidos com nosso negócio. Os níveis de requerimentos solicitados pela Petronas Lubrificantes para nossos parceiros de Logística encontram-se nos mais altos padrões de exigência de qualidade e segurança. Estamos muito satisfeitos com essa nova etapa de trabalho que recém iniciamos com a Modular que, além de ser uma empresa estruturada em todos os sentidos, traz consigo a experiência acumulada ao longo dos 45 anos de existência. Sucesso!"



Adilson Tune de Souza Melo
Gerente de Compras da Petronas



Está é uma edição especial para a Modular em Revista, diretoria, colaboradores, amigos, clientes e fornecedores, são 45 anos de história a serem contadas. Pensando nisso, convidamos nossos motoristas a registrar o seu dia a dia e mostrar um pouco da rotina que faz a Modular seguir sempre em frente e continuar crescendo pelo Brasil.

Homenagem Especial

Nesta edição, o destaque e a homenagem é para o nosso Gerente Regional Nordeste, Rodrigo Carvalho. Ele está completando 20 anos de dedicação e contribuição para o constante crescimento da Modular Cargas.



“Acho que nunca me senti tão bem como agora, sou uma pessoa forte, realizada e bem mais preparada para qualquer desafio, difícil achar palavras que possam expressar a gratidão que sinto em trabalhar na Modular, são mais de 20 anos de muita dedicação, percorri caminhos difíceis, tive grandes conquistas, o mais importante é o que aprendi. Iniciei na matriz como auxiliar de entrega, fui promovido para auxiliar de expedição e após três anos neste setor

acabei sendo transferido para Fortaleza, foi uma bela experiência e após um ano de trabalho fui novamente transferido para a filial RJ permaneci por 4 anos nesta filial aprendi muito, atualmente estou em Salvador exercendo o cargo de Gerente Operacional Nordeste não poderia deixar de agradecer a diretoria que confiou em meu trabalho e em especial ao Lipe um grande exemplo de profissional, hoje me sinto mais preparado e consciente, sei que tenho muito a aprender, mas também sei que sou capaz. Valorizo cada momento pois a Modular é mais que um local de trabalho, a Modular é parte da minha família e farei de tudo para contribuir com o seu crescimento e atingimento das metas, amo o que eu faço.” **Palavras de Rodrigo Carvalho**



Tarcísio dos Santos Moraes
1 ano e 4 meses de empresa - Belo Horizonte - MG



Rafael Lucas
2 anos de empresa - Filial Recife - PE



Regis Farias de Araújo
2 anos de empresa - Tijucas do Sul - PR



Fernando do Rosário Padilha
1 ano e 5 meses de empresa - Joinville - SC



Leandro Silva
11 meses de empresa - Guarulhos - SP



Tarcísio dos Santos Moraes
1 Ano e 4 meses de empresa - Contagem - MG

A gente sabe o que faz!





MODULARNEWS

#AÇÕES COVID19

Pensando no bem-estar e saúdes dos colaboradores e comunidade, a Modular Cargas trabalhou durante os últimos meses incessantemente com atividades de conscientização e apoio às pessoas mais afetadas pela pandemia. Entre as atividades desenvolvidas, podemos destacar:



CORRENTE DO BEM

A Modular Cargas, junto a outras transportadoras, se uniu ao Banco de Alimentos para ajudar entidades carentes da região de Canoas/RS. A ação arrecadou e distribuiu cestas básicas durante o começo da quarentena, entre Abril e Maio, para mais de 190 instituições necessitadas. Ação para motoristas: Organizada pela Modular, a ação teve o objetivo de combater a disseminação do vírus, utilizando a informação como meio de prevenção e orientações sobre como devemos agir em eventuais casos de contaminação. Segundo o Gerente de Frota, Everson Fernandes, “é importante assegurar aos motoristas o necessário para que os mesmos possam efetuar sua higienização. A Modular Cargas está seguindo em todas as suas unidades as orientações do Ministério da Saúde para evitar o avanço do Covid-19 e continuaremos nossas operações normalmente”, ressaltou o gestor na época da ação. Transporte de equipamentos médicos: Ainda em março, no começo da pandemia, a Modular participou do transporte de equipamentos do Hospital

Parque Belém, desativado em 2017, para serem utilizados no combate ao coronavírus. Entre os equipamentos foram transportados respiradores, desfibriladores, camas, bombas de infusão, entre outros. A ação serviu para aparelhar as unidades e evitar a sobrecarga na área da saúde. Arrecadação de Alimentos: A Campanha Transforme Alimentos em Esperança promovida pelo Banco de Alimentos em parceria com a Prefeitura de Canoas/RS, teve como objetivo arrecadar alimentos para às famílias em estado de vulnerabilidade durante a pandemia e Instituições cadastradas no Banco de Alimentos de Canoas/RS. Na ação, foram arrecadados mais de 2.280kg de alimentos que foram transportados pela Modular Cargas até o destino de distribuição.

BRASKEM VIABILIZA DOAÇÃO DE 40 MIL MÁSCARAS

Em maio, a Braskem em parceria com a Alpargatas, indústria produtora de calçados, através do Instituto Alpargatas, e à Fitesa, doaram 40 mil máscaras de uso hospitalar. Novamente a Modular marcou presença e disponibilizou o transporte e entrega da doação para as cidades de Maceió e Alagoas.

RECONHECIMENTO YPF

A YPF Lubrificantes através do Índice de Qualidade de Fornecedores, realizado durante o ano de 2019, reconheceu a Modular Cargas como fornecedor no TOP 7 do setor de serviços do Programa IQF. O reconhecimento reforça a qualidade e comprometimento da Modular com os serviços prestados. A Modular é parceira logística YPF desde 2010 e completa este ano 10 anos de parceria. A certificação foi recebida neste ano de 2020.



FILHO DE MOTORISTA PRESENTEIA A MODULAR COM DESENHO

No início deste ano, a Modular Cargas recebeu a homenagem de João Pedro Cardoso de 11 anos, filho do colaborador Hilário Rodrigo (motorista) em forma de ilustração. O desenho fez sucesso entre os colaboradores e demonstra o carinho do João ao trabalho do pai. Apaixonado pela profissão do pai desde cedo, ele nos enviou este lindo desenho para enfeitar a nossa Matriz. Agradecemos imensamente ao João Pedro pela criatividade, e ao pai Hilário por incentivar seu filho nesta inspiração.



PALESTRA ITZ

O Presidente do Instituto Tânia Zambon (@michaellopesdavila), realizou na sede da Modular Canoas entre os dias 22 e 24 de janeiro de 2020, o Workshop “Como Aumentar o Faturamento na Era da Tecnologia e Inovação”. O evento teve como finalidade expandir conhecimentos e gerar network entre empreendedores da região. Durante os três dias, a Modular recebeu mais de 450 pessoas que mergulharam num conteúdo intenso com técnicas valiosas que as maiores empresas do mundo utilizam para obter sucesso nos seus negócios. Ainda, durante o evento foram arrecadados mais de 300kg de alimentos que foram entregues pela Modular Cargas a uma instituição carente. Agradecemos imensamente a parceria da @taniazambonoficial! Juntos Somos Mais fortes!



DIA DAS CRIANÇAS MODULAR

Inspirados pela criatividade do jovem João, no dia das crianças, a Modular promoveu um concurso artístico para crianças de 4 a 14 anos. O tema retratado nos desenhos foi “Meus pais na Modular”. Os 3 melhores de cada categoria receberam premiações que irão incentivar a desenvolver ainda mais a criatividade dos jovens artistas.



MOTORISTA BOM DE BRAÇO



Com o intuito de contribuir para um trânsito mais seguro, preservando não só a vida dos nossos motoristas, mas também da comunidade, a campanha teve por objetivo valorizar e homenagear nossos grandes heróis da estrada. Todos os motoristas que fazem parte do time da Modular Cargas passaram por uma avaliação. A premiação considerou os motoristas durante o ano de 2019, analisando requisitos como respeito a velocidade de trânsito (não possuindo multas neste período), cumprimento das normas e processos da Modular, entre outros.



#OUTUBROROSA

Durante o mês de Outubro a Modular promoveu, na Matriz e Filiais, ações de conscientização sobre o Outubro Rosa. As ações tiveram como objetivo informar sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama. Entre as ações tivemos a distribuição de fitas rosas, adesivagem de carretas e o compartilhamento de dicas e informativos sobre o assunto.



Além disso, a Modular disponibilizou a venda de produtos da Liga Feminina de Combate ao Câncer - Canoas/RS. O resultado das vendas, ajudará a manter a assistência com medicamentos a mulheres portadoras da doença.

#BANCODEALIMENTOS 23/10

No último sábado, 17/10, a Modular em parceria com o Banco de Alimentos de Canoas, rodou as ruas de Canoas arrecadando alimentos não perecíveis, produtos de higiene e limpeza. Ao todo foram arrecadados mais de 1,5 toneladas que serão doadas às organizações e instituições carentes da cidade. A Modular agradece o convite e a oportunidade de fazer parte de mais uma maravilhosa ação beneficente.



Glossário

Conheça alguns termos usados nesta edição

HOME-OFFICE:

Termo usado para escritório em casa ou trabalhar de casa.

LAUDO ERGONÔMICO:

Documento que apresenta os riscos Ergonômicos do ambiente de trabalho, seja ele local, pessoa ou objeto.

PSICOFISIOLÓGICAS:

Estudo das relações entre fenômenos psíquicos e fisiológicos.

ADVENTO:

aparecimento, chegada

TOUCHSCREEN:

Tela sensível ao toque, comum em celulares, iPads e outros.

PIX:

meio de pagamento eletrônico do Brasil lançado oficialmente no dia 5 de outubro de 2020.

SINERGIA:

Ação ou esforço simultâneos; cooperação, coesão; trabalho ou operação associados.

PECULIAR:

Próprio, característico, específico, típico, especial, ímpar, único, singular.

PSIQUISMO:

Conjunto de características psicológicas de um indivíduo,

MULTIMODAL:

O transporte multimodalidade é a articulação entre vários modos de transporte

ISO 9001:2015:

Grupo de normas técnicas que estabelecem um modelo de gestão da qualidade para organizações em geral, qualquer que seja o seu tipo ou dimensão.

SASSMAQ:

O Sistema de avaliação de saúde, segurança, meio ambiente e qualidade é um método de avaliação criado e exigido pela Associação Brasileira de Indústrias Químicas, e implementado pelos elementos que compõem uma determinada cadeia logística.

ANVISA:

Agência Nacional de Vigilância Sanitária

FOMENTAR:

Cercar de cuidados para criar ou fazer crescer; estimular.

