

Publicação dirigida aos colaboradores da Adecoagro

# adeco informa

**Edição  
Especial  
Digital**

janeiro a junho de 2020  
Edições nº 27 e 28



## COMPETÊNCIAS **ADECOAGRO**

novas formas de pensar e agir

Aqui na Adecoagro, levamos muito a sério a forma como gerenciamos os colaboradores e, por isso, estamos sempre em busca de novas metodologias em gestão de pessoas. Um exemplo é o nosso Modelo de Competências, que auxilia a compreender quais conhecimentos, habilidades e atitudes são importantes para ir além e superar os objetivos do negócio.

**Saiba mais sobre as novas competências e sobre a Gestão de Desempenho nesta edição!**

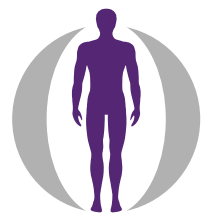
Confira como estão sendo os treinamentos do Programa Capacitar em formato EAD e os depoimentos dos participantes.

A Adecoagro tem tomado todas as medidas para proteger os colaboradores e suas famílias contra o novo coronavírus - Covid-19. Saiba mais sobre as iniciativas.



**+55 16 98123.3587**

biocorporeergonomia@yahoo.com.br



qualidade de vida



## Ergonomia em ação!

No começo deste ano, realizamos a implantação da primeira equipe piloto dos Agentes de Qualidade de Vida em Ivinhema | MS e Monte Alegre | MG. A partir da supervisão de um profissional de Educação Física, eles têm a missão de multiplicar em suas equipes as técnicas da ginástica laboral. De forma gradativa, todos os setores da Adecoagro serão capacitados para aplicar a ginástica laboral com suas equipes. Dando continuidade no fortalecimento do grupo piloto, em junho foi iniciada a requalificação dos Agentes de Qualidade de Vida com as novas técnicas de Ginástica Laboral. O nosso desafio é grande, todos os setores precisam ter a ginástica laboral diariamente.

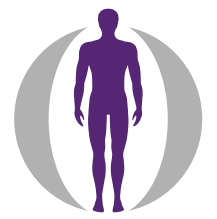


Devido à pandemia, tivemos que fazer várias adaptações na vida pessoal e profissional. Como medida de prevenção, colaboradores da área Administrativa começaram a trabalhar em home office. Por isso, em maio iniciamos a Ginástica Laboral On-line.



As aulas são transmitidas via Skype Business e ministradas pelo nosso consultor da Bio Corpore, Olavo Leal. Além das aulas on-line de Ginástica Laboral, os colaboradores contam com o Plantão Ergonômico, tirando suas dúvidas sobre Ergonomia durante o seu período de home office.





**Adilson Carlos Martins**  
Analista de Planejamento, em UMA

“ O home office foi a solução encontrada por muitas empresas para dar continuidade aos negócios na pandemia, com o objetivo de proteger a saúde dos colaboradores e evitar a disseminação da doença. A preocupação da Adecoagro foi ainda mais longe, levando em consideração os colaboradores que estão nesse regime de trabalho disponibilizando uma equipe para nos orientar quanto à ergonomia, dando dicas quanto ao local que escolhemos para desenvolver as atividades, dicas de postura e exercícios apropriados, pausas durante a rotina de trabalho e também sobre a importância de uma boa alimentação!”

“ O home office vem sendo uma experiência diferente para mim e acredito que em casa acabamos descuidando da nossa postura, por isso é muito importante esse projeto Ginástica Laboral no home office, mais um cuidado que a Adecoagro está tendo conosco, mantendo nossa saúde e segurança no ambiente de trabalho. Com a aula prática foi possível aprender como fazer alongamentos, sobre a postura corporal e a posição da cadeira, monitor, teclado e mouse, tudo isso colaborando com a nossa saúde e bem-estar.”



**Olavo Leal Silvério,**  
Responsável Técnico  
(Empresa Bio Corpore)

“ A comunicação direta entre os colaboradores da Adecoagro e a Bio Corpore Ergonomia se estendeu para além da aula on-line, através do Plantão de Ergonomia: uma ação de suporte e auxílio a dúvidas e orientações pontuais. Outra ação importante diz respeito a realização da Ginástica Laboral, com exercícios físicos preventivos de alongamento e mobilidade articular que, além de auxiliar na redução de possível tensão muscular residual e na prevenção de lesões, também representa um momento de descontração, bem-estar e contribui para a produtividade. Todas essas ações estreitam os nossos laços, apesar do distanciamento social que o momento exige. A Bio Corpore Ergonomia está orgulhosa em fazer parte dessa história. Vamos em frente! ”.

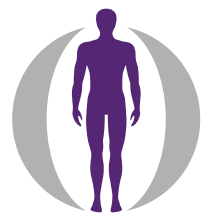


**Daniel Silva**  
Analista de Controle  
Agrícola, em UMA



**+55 16 98123.3587**

biocorporeergonomia@yahoo.com.br



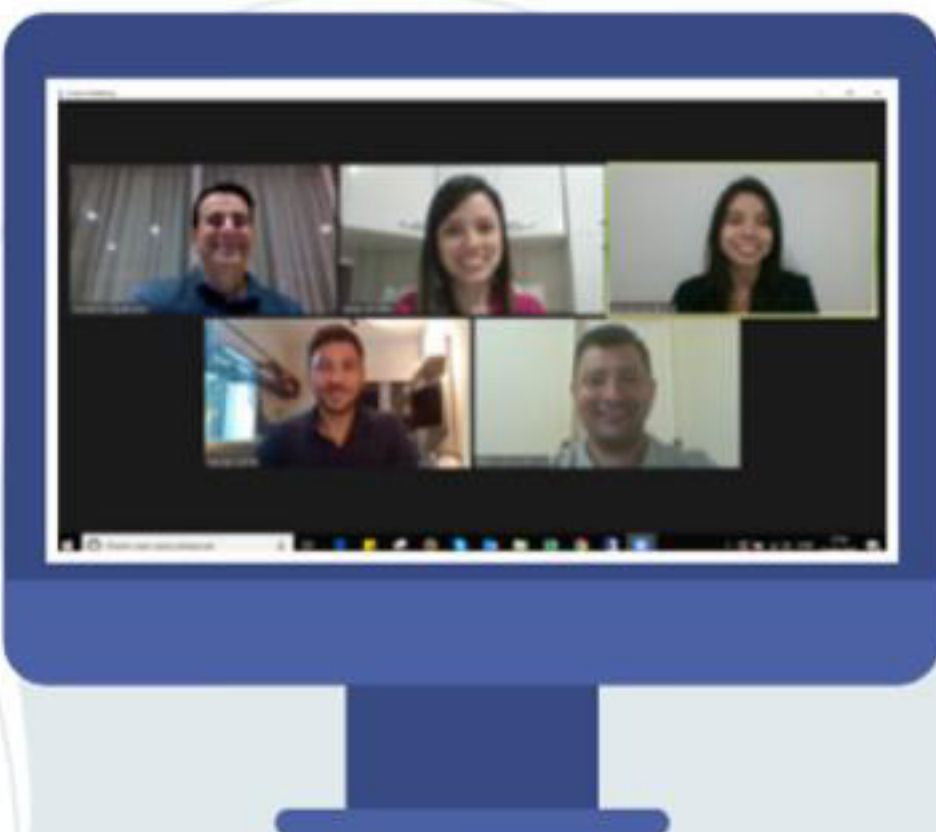
**Ana Paula Ferreira**  
Analista de Compras,  
em AVI

“No aulão com o ergonomista Olavo Leal tivemos dicas importantes de ginástica laboral, correção da postura, período de movimentação e alongamentos. Também procurei orientação da equipe de QVRS sobre como estava sendo minha experiência no home office e como poderia realizar minhas atividades sem muito desconforto. Disponibilizaram uma cadeira que possui especificações ergonômicas e junto retornaram com feedback do ergonomista com dicas importantes que têm sido fundamentais e têm me ajudado bastante no dia a dia.”

“A ergonomia está presente em nosso cotidiano de trabalho, pois trata da relação homem x máquina, e a Adecoagro, através dos aulões ministrados de forma remota para os colaboradores que estão em home office, tem nos dado a oportunidade de praticar o bem-estar no trabalho, mesmo que o ambiente seja distinto do que estávamos acostumados.”



**Ângelo Nascimento**  
Analista de Sistema,  
TI, em AVI

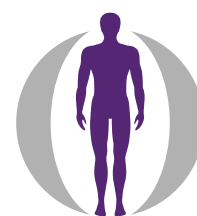


“A aula de ergonomia on-line que tivemos com o professor Olavo foi muito esclarecedora, nos ajudou a pensar melhor a importância de durante o trabalho de Home office e ter uma vida ativa, uma postura correta e que mesmo realizando pequenas ações de ergonomia durante

o dia podemos manter nossa qualidade de vida no trabalho. Gostaríamos de recomendar a todos que tenham alimentação saudável, tomem 15 minutos de sol diários, cuidem da higiene em casa, e se possível, mantenham em seus horários livres uma prática regular de exercícios físicos.”

**Equipe de Contabilidade, em SPO**





A prática diária da ginástica laboral oferece a quebra na rotina do trabalho, reduz o estresse laboral, promove a integração entre os colaboradores, estimula o alongamento e relaxamento dos músculos, evita o sedentarismo, reduz tensões musculares, aumenta a produtividade, promove o bem-estar e previne lesões.



**Anderson Rieth**  
Mecânico Automotivo,  
em ANG

“ Os exercícios da ginástica laboral têm nos ajudado com grandes resultados, proporcionando uma autoestima melhor. Temos visto também um aumento no desempenho das atividades diárias, além de contribuir muito com a nossa saúde e segurança do trabalho evitando acidentes e doenças ocupacionais.”

“ A ginástica laboral logo no início do trabalho auxilia no desenvolvimento da equipe, autoestima e o dia se torna mais produtivo. Contribui positivamente graças aos inúmeros benefícios de promoção à saúde, melhora do humor e momentos de convívio.”



**Alessandro da Silva**  
Mecânico Automotivo,  
em ANG



**Jovenil Paulo**  
Trabalhador Rural,  
em UMA

“ É um programa muito importante para a empresa, principalmente para nós que desenvolvemos uma atividade com muito esforço físico. Vou ser o multiplicador da minha turma. O treinamento foi muito bom, aprendemos a fazer as técnicas da maneira correta, agora é só praticar.”

“ Foi uma aula dinâmica e produtiva, com muitas lições práticas para melhorar o nosso ambiente de trabalho em casa. Além de proporcionar mais qualidade de vida e bem-estar, os cuidados diários trazem muitos benefícios para uma boa condição de trabalho.”



**Paulo Fiordelice**  
Analista Comercial,  
em SPO