

# MOMENTOSGP

## VIDA LONGA AO GP ACADEMY educação corporativa



**FERNANDA BONO**  
Analista de DHO

O programa de educação corporativa da GP é um projeto que visa o enriquecimento do colaborador em relação a temas do universo pessoal e profissional. No GP Academy, nossos colaboradores terão à sua disposição treinamentos essenciais para o dia a dia, como liderança, inteligência emocional, cursos sobre ferramentas de trabalho e muito mais! - leia mais nas páginas **12** e **13**.

# **NOVOS COLABORADORES**



## **PEDRO SANTOS FERREIRA JR.**

**Setor:** Comercial.

**Signo:** Escorpião.

**Hobby:** Passear.

**Bairro onde mora:** Boneca do Iguaçu — São José dos Pinhais.

**O que mais gosta de fazer:** churrasco, sempre mal passado.



## **ANDRÉ PEREIRA DA SILVA**

**Setor:** Comercial.

**Signo:** Touro.

**Hobby:** tocar violão para o filho, jogar xadrez e encravar a unha no futebol.

**Bairro onde mora:** Santo Antônio — São José dos Pinhais.

**Cor favorita:** branco.



## **CHRISTIAN M. QUERINO**

**Setor:** Comercial.

**Signo:** Capricórnio.

**Hobby:** Assistir séries.

**Bairro onde mora:** Atuba - Colombo.

**Se fosse viajar para algum lugar agora, seria:**

Bariloche — Argentina, porque se é pra passar frio, pelo menos ele passa num lugar lindo onde a vista é bonita.

# PARTIU EVENTOS

Nos dias 17 e 18 de setembro, a **Delinte** esteve presente em **dois grandes eventos** do mercado automobilístico, localizados em Curitiba. Confira abaixo mais detalhes sobre o que rolou nesses eventos:

## **VAGNATION — Encontro de amantes do Grupo Volkswagen**

Reunindo carros de marcas como Audi, Porsche, Lamborghini, Bentley e Seat, a VagNation aconteceu no sábado (17) e no domingo (18), no Bosque São Cristóvão, em Curitiba — PR, e foi um verdadeiro sucesso!

O evento ainda foi além das expectativas: os visitantes puderam desfrutar de feiras gastronômicas, chope artesanal e apresentações musicais. Uma experiência maravilhosa!

Confira o que **Alexandre Shtorache**, Executivo de Vendas Sênior, tem a nos dizer sobre a VagNation:



Clique no **PLAY**.



# PARTIU EVENTOS

## Sigma Day no Hard Rock Café

E não acabou por aí. No domingo, teve mais!

O Sigma Day, festejado no grande Hard Rock Café de Curitiba, comemorava os 27 anos da Sigma Car, primeiríssimo cliente da GP! E é claro que nossa presença não poderia faltar: a Delinte foi patrocinadora oficial do evento!

O Sigma Day ainda contou com uma bela exposição de carros, música de qualidade, um menu especial e muitas outras atrações que transformaram o domingo num excelente encerramento da semana. Inesquecível!

Confira o que **Gerson Algacir**, Executivo de Vendas Sênior, tem a nos dizer sobre o Sigma Day:





E o mês de setembro,  
na GP, foi todo **TINGIDO DA  
COR AMARELA!**



Entramos todos na vibe de conscientização a respeito da saúde mental e da prevenção contra doenças psicológicas, graças ao Setembro Amarelo, que é inteiramente reservado a esse tema.

Em na GP, rolaram muitas ações em respeito a esse período! Entre sessões de relaxamento, novos benefícios e cartilhas informativas, as ações tiveram por objetivo alertar, conscientizar e instruir, sempre com muita delicadeza e cautela, pois esses assuntos são sensíveis e considerados tabus por muitas pessoas.



# AÇÕES



Confira o que nossa Assistente de Employer Branding, **Marina Stupak**, tem a nos dizer sobre o Setembro Amarelo:



# 1

A **primeira ação** do Setembro Amarelo realizada na GP foi uma sessão de relaxamento por meio da técnica de **Mindfulness**, que ocorreu dia 06 de setembro, às 10h, na sala de descanso do 7º andar, guiada por nossa Assistente de Employer Branding, Marina Stupak, que também é psicóloga!

A técnica de **Mindfulness** consiste no exercício da atenção plena, uma prática de concentração total no momento presente. Ao deixar as preocupações no passado, damos lugar à consciência do “agora” e conseguimos perceber nossos sentimentos e sensações do ambiente com mais clareza.



## 2

Os assuntos das **cartilhas** focaram em temas essenciais para o Setembro Amarelo: depressão e a relação fundamental entre a prática de atividade física e saúde mental. Se você ainda não conferiu as cartilhas informativas, enviadas recentemente pelo WhatsApp no grupo de Comunicados oficial da GP, clique aqui para revê-las:

SETEMBRO AMARELO

### CARTILHA INFORMATIVA

*Atividade física e saúde mental*

Nós já sabemos que praticar exercícios físicos é **essencial**. Mas você sabia que praticar atividade física **regularmente** pode te ajudar a **prevenir** ou a **tratar doenças** psicológicas e outros transtornos mentais?

Para entender um pouco mais sobre esse assunto, separamos algumas informações importantes:

Conheça alguns benefícios da atividade física

**No aspecto fisiológico:**

- Produção de substâncias responsáveis pelas sensações de relaxamento
- Aumento do transporte do oxigênio para o cérebro
- Liberação de serotonina, que proporciona prazer e bem-estar
- Liberação de endorfina, também conhecida como "hormônio da felicidade"
- Liberação de dopamina, uma espécie de tranquilizante e analgésico natural
- Redução dos níveis de hormônios relacionados a estresse, como adrenalina, noradrenalina e cortisol
- Crescimento neural, inflamação reduzida e surgimento de padrões de atividade que promovem sentimentos de calma
- Relaxamento dos músculos e alívio na tensão corporal

GP

SETEMBRO AMARELO

### CARTILHA INFORMATIVA

*Depressão*

A depressão é uma doença psicológica crônica que produz alterações no humor, normalmente acompanhadas de baixa autoestima, culpa, tristeza, amargura e diminuição de interesse em atividades que antes eram prazerosas, podendo atingir pessoas de qualquer idade.

Ultimamente tem-se falado muito mais no assunto porque a período que passamos em isolamento, devido à pandemia de coronavírus, atuou como um agravante ou gatilho da depressão, colocando em evidência sentimentos negativos que algumas pessoas nunca haviam experimentado, como solidão, ansiedade, estresse, pânico, tristeza e medo. Hoje, precisamos muito mais fortalecer nossa saúde mental e procurar acompanhamento profissional, então vamos conhecer um pouco mais sobre essa doença.

**Quais são os sinais da depressão?**

- Humor deprimido e persistente;
- Problemas psicomotores;
- Culpa excessiva;
- Distúrbio de sono (dormir muito ou não dormir nada);
- Perda de energia constante;
- Baixa autoestima;
- Dificuldade de concentração;
- Pensamentos suicidas (em casos graves);
- Anedonia (perda de interesse em atividades antes prazerosas)

Em casos mais graves de manifestação da doença, pode-se observar um deslize na cabeça por parte do paciente deprimido e frequentemente suicida, além de ser um forte causador, em alguns casos, de suicídio

GP



**Saiba mais** sobre o cartão **Swile**, novo benefício da GP, entregue como parte da campanha de Setembro Amarelo.

# Novo benefício na **GP**!



E para dar continuidade às ações do Setembro Amarelo, a GP também concedeu aos colaboradores um novo benefício: o cartão Swile, entregue a cada um dos integrantes do #TimeGP com crédito de 50 reais, que possibilita acesso a inúmeras plataformas e serviços de saúde física e mental, como academias, farmácias, clínicas de tratamento psicológico e muito mais!

Confira onde adquirir descontos com o benefício da **Swile**:

## TOTAL **PASS**

**TotalPass** — planos super em conta em academias e preços especiais e acessíveis para colaboradores da GP.

A GP se preocupa com o bem-estar físico e emocional dos colaboradores, por isso, esse benefício merece um destaque especial. Agora, se exercitar fisicamente e cuidar da saúde mental ficou muito mais fácil! Chega de arranjar desculpas para não ir à academia, **#partiu praticar exercícios!**

**E TEM MAIS!**



# Novo benefício na GP!



**Vittude** — plataforma que oferece serviços de saúde mental com sessões e atendimentos a partir de (apenas) R\$ 50,00!



**New Value** — marketplace que proporciona descontos em mais de 1000 parceiros



## Com dúvidas de como usar seu cartão Swile?

O setor de Gente e Gestão preparou um passo a passo para te ajudar!

**CONFIRA O TUTORIAL.**



**#PARTIU  
CUIDAR DA  
SAÚDE!**

# Maiores sucessos do **LINKEDIN!**

Você sabia que o LinkedIn está entre as **10 redes sociais mais usadas no Brasil** em 2022? E que, no mercado de trabalho, é de extrema importância possuir um LinkedIn atualizado, completo e manter-se engajado e conectado?

Por falar nisso, nosso LinkedIn tem crescido muito em termos de engajamento e seguidores! E se você ainda não costuma frequentar essa rede, talvez esteja na hora de começar a criar esse hábito! Estamos sempre convidando os colaboradores a interagirem nos posts, curtirem, comentarem e compartilharem — porque é isso que diferencia o #TimeGP: muita energia!

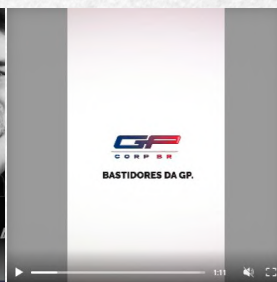
**Confira nesta página os maiores sucessos do LinkedIn da GP do mês de setembro:**



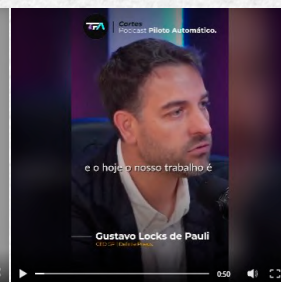
Setembro Amarelo.



GPlayer.



Bastidores GP.



Gustavo no podcast Piloto Automático.

E aí? Você está convidado a acessar (e seguir) o LinkedIn da GP! Interaja conosco — faça parte deste **#JeitoGPDeSer!**

**CONFIRA O NOSSO LINKEDIN.**





# Indica

Confira o que os colaboradores indicaram esse mês:



**NICCOLLI KOSOSKI**

**Setor:** Marketing.

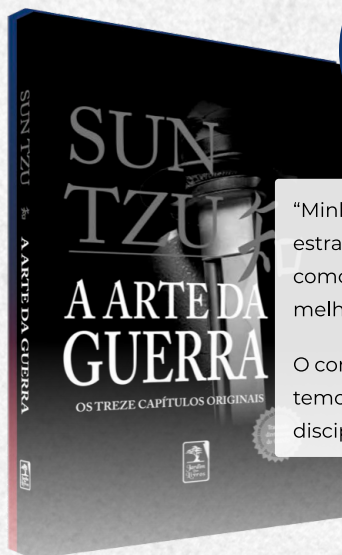
**Indicação:** Espaço gastronômico **Souq**.

"Indico o espaço gastronômico '**Souq**', um ambiente muito legal para ir com a família ou com os amigos. O lugar possui várias opções de comidas e bebidas, além de ser um lugar bem instagramável para quem gosta de tirar várias fotos. O espaço é pet friendly e, nas sextas, sábados e domingos tem shows ao vivo.

Nos dias mais frios, eles acendem uma lareira que fica centralizada na mesa, para deixar o ambiente bem quentinho"

Localizado no bairro Vila Izabel, em Curitiba  
**Saiba mais** em <https://www.souqcuritiba.com.br/>





**WAGNER SOUZA**

**Setor:** GP | DF.

**Indicação:** O livro: Sun Tzu  
— A Arte da Guerra.

“Minha indicação de livro é ‘A Arte da Guerra’, onde, na verdade, a palavra estratégia resume tudo. Eu me identifico bastante com esse livro porque, como sou da área da Logística, tudo tem que ser planejado e executado da melhor forma possível.

O conhecimento adquirido devido às guerras nos mostra, a cada dia, que temos que ter algumas virtudes, como integridade, coragem, gentileza, disciplina e sabedoria”

Disponível para compra na **Amazon**.



**TAYSIS MORAES**

**Setor:** Gente&Gestão.

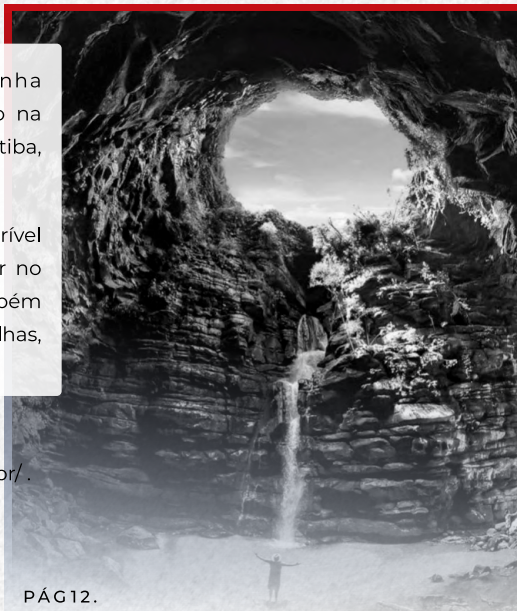
**Indicação:** O destino “Buraco do Padre” em Ponta Grossa.

“Para quem gosta de ecoturismo, minha indicação é o ‘Buraco do Padre’ localizado na região de Ponta Grossa, a 120 km de Curitiba, perfeito para fazer aquele bate e volta.

A paisagem é linda, com uma cachoeira incrível que forma um pequeno lago, mas sugiro ir no verão, porque a água é bem gelada. Você também pode visitar a Fenda da Freira, o mirante, as trilhas, a tirolesa e a churrasqueira.”

Localizado em Ponta Grossa

**Saiba mais** em: <https://buracodopadre.com.br/>.



# O novo **GP ACADEMY** veio para ficar!

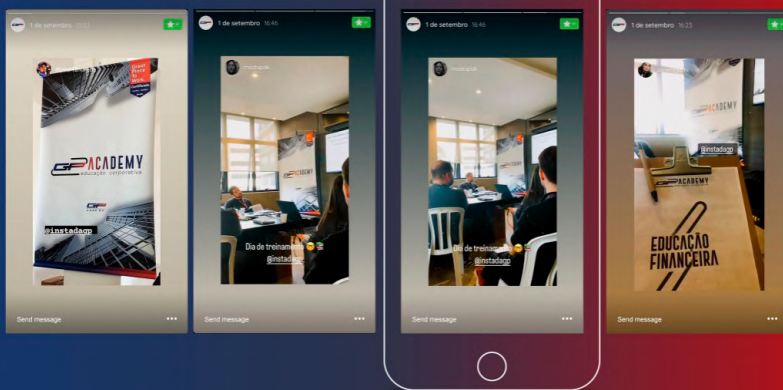


O programa de educação corporativa da GP é um projeto que visa o enriquecimento do colaborador em relação a temas do universo pessoal e profissional. No GP Academy, nossos colaboradores terão à sua disposição treinamentos essenciais para o dia a dia, como liderança, inteligência emocional, cursos sobre ferramentas de trabalho e muito mais!

## E o primeiro treinamento do GP Academy já aconteceu!

Ministrado por Fabiano Pedrassani, CFO da GP, o **Treinamento de Educação Financeira** — 1º Módulo, ocorreu no dia 01 de setembro, e foi dividido em dois horários: de manhã, no Centro de Distribuição em Araucária, e na parte da tarde, na sala de reunião do 7º andar do escritório.

REPERCUSSÃO  
NO **@INSTADAGP**



O novo **GP ACADEMY**  
veio para ficar!



O treinamento contou ainda com mais de **50 participantes** e englobou os temas:

- Conceitos de educação financeira.
- Fundamentos de planejamento financeiro.
- Estudos de caso.
- Identificação de perfil financeiro.
- Desafio de médio prazo.
- Construção de orçamento familiar.

Muito aprendizado e técnicas inovadoras! Temos certeza de que todos saíram do treinamento muito mais conscientes e determinados a cuidar melhor de suas finanças!

Obrigada, Fabiano, por essa aula de Educação Financeira! E que venham os próximos treinamentos!



# PIN | SETEMBRO

Está na hora de celebrar o PIN!

De 1, de 5, de 10, de 15 anos... aqui, todo aniversário de empresa é devidamente celebrado! Vem conferir quem foi que completou seu **primeiro ano de GP** em setembro:



1. Matheus Protásio | Comercial.
2. Luciana Meinberg | Marketing.

E nossa querida Dona Sol também fez aniversário de empresa: **5 anos de GP!** Com direito a um fim de semana num resort com acompanhante, Dona Solange ganhou um troféu em homenagem ao tempo de contribuição e agradeceu todos com um lindo discurso!

Você é peça fundamental nesse time, Dona Sol!

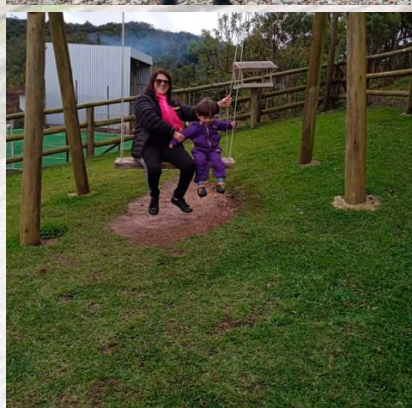


1. Solange do Rocio | Serviços gerais.  
Confira os clicks da Dona Sol curtindo o final de semana no Resort Dona Francisca.



**Parabéns a todos!**

E que venham mais muitos anos de parceria e conquistas para todos nós!



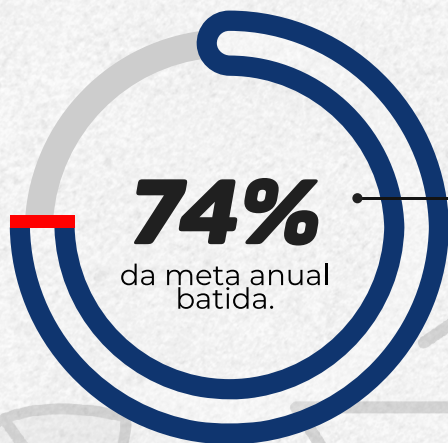
Nossa querida **Dona Sol** curtindo o resort **Dona Francisca Hotel Fazenda**, em Joinville, Santa Catarina, seu prêmio pelo aniversário de 5 anos de GP!

# PANORAMA COMERCIAL

Aqui é a **melhor equipe do Sul do mundo!**  
E onde tem GP, **tem meta sendo batida!**

Perguntamos ao **Cleyton Kamogawa** quais são suas expectativas para o próximo mês, e para outubro, podemos esperar novas estratégias e mais conquistas. Afinal, o ano já está quase no fim!

Ouçã o áudio completo do Cleyton, nosso Gestor de Contas, clicando aqui:



Acompanhe nesta edição  
a **evolução da meta anual**  
do Comercial.

# WE'RE HIRING!

Na GP, temos **08 vagas** abertas para diferentes setores e áreas de formação. Agora, contamos com a plataforma de recrutamento e seleção Abler e o setor de Gente e Gestão está sempre atualizando as vagas lá no site. Você pode conferir aqui:

**Confira a nossa página na Abler.**

Veja abaixo todas as vagas disponíveis no momento. Caso você conheça alguém que se encaixe no perfil da vaga e tenha o fit cultural da GP, não perca a chance de indicar um colega! Veja só:

**1.** Executivo de Vendas

**2.** Recrutador(a)

**3.** Estágio em Contabilidade

**4.** Especialista de Canais Digitais

**5.** Auxiliar de Operações Logísticas II

**6.** Gerente de Marketing e Branding

**7.** Assistente de Canais e Operações

**8.** Banco de Talentos

Aniversariantes de

# OUTUBRO

| <b>Nome</b>                  | <b>Dia</b> |
|------------------------------|------------|
| Vitória Carvalho Martins     | <b>04</b>  |
| Djuliano Thadeu Netzel       | <b>06</b>  |
| Edson Junio Silva Pereira    | <b>06</b>  |
| Diogo Luiz Grebogy           | <b>09</b>  |
| Felipe Pires de Freitas      | <b>14</b>  |
| Amanda Rodrigues da Silva    | <b>14</b>  |
| Marina L. Rodrigues Stupak   | <b>18</b>  |
| Fabiano Pedrassani           | <b>24</b>  |
| Pamela K. B. da Silva Borges | <b>24</b>  |
| Eduardo Felipe Collin        | <b>25</b>  |
| João Vitor Alvares de Castro | <b>26</b>  |
| Solange do Rocio Melo        | <b>26</b>  |
| Mauro Sérgio Vilar           | <b>29</b>  |

