

MEXA-SE!



Os funcionários do Riachuelo estão fazendo ginástica antes do trabalho, para começar o dia com muita disposição e menos tensão.

*Texto: Liana John
Ilustração: Gilmar de Godoy*

Um, dois, três, quatro, mão na cintura! flexão! endireita a coluna! correndo agora, um, dois, três, quatro! Essas são as ordens que escapam pelas janelas da loja quatro do Supermercado Riachuelo (Joinville-SC), logo às sete da manhã. Parece estranho? Para quem passa desavisado talvez, mas os funcionários, lá dentro, estão gostando da idéia e vêm aderindo à ginástica matinal com muito entusiasmo.

A experiência teve início em novembro, com 36 funcionários, e segundo o diretor administrativo da empresa,

Samuel Schubert, vem apresentando excelentes resultados. Os funcionários se reúnem às sete da manhã, num pequeno espaço dentro da loja, e fazem relaxamento e alguns jogos recreativos, às segundas, quartas e sextas-feiras.

Às terças e quintas, a ginástica dá lugar a outras atividades recreativas, que vão desde palestras com médicos e dentistas sobre saúde, até concursos de piadas e rodas de samba. Todas as atividades terminam às 7:25 horas, quando, então, começa o trabalho.

Conforme Samuel Schubert, o objetivo dessas atividades é a integra-

ção da equipe de funcionários, além da geração de um clima mais descontraído. "Geralmente, ao se deslocar da casa para o trabalho, o funcionário acumula uma série de tensões, por problemas com condução, chuva, etc. E esse período de relaxamento faz com que ele esqueça estes problemas e inicie seu trabalho mais disposto e com maior satisfação", diz.

A cada dia mais adesões

"Ao meu ver, a ginástica faz um bem danado", confirma a operadora de caixa, Nadia Aparecida Nazário, de ▶

17 anos. "O ônibus que eu venho pro trabalho sempre vem cheio e assim a gente fica mais descontraída de cabeça e também ajuda a emagrecer."

Nilton de Amorim, 29 anos, chefe do departamento de check-out, participa ativamente da experiência desde o começo. Segundo ele, a maioria dos funcionários que aderiram à ginástica são jovens, mas também tem alguns de mais idade e muito bem dispostos. Um deles é Joaquim Prefeito Aguiar, de 61 anos, o confeitiro da loja.

Joaquim diz que sempre praticou esporte, jogava bola nos fins de semana, e mantinha a forma com "uma fiscazinha de vez em quando". "Agora com essa ginástica aqui na loja estou me sentindo muito bem", comenta ele. "Foi uma grande coisa pra nós, porque o trabalho que fazemos exige que se movimente as pernas, mas o resto do corpo fica parado."

Atualmente já participam da experiência 80 funcionários, de duas lojas da rede. As outras lojas deverão ser integradas de maneira gradual, de trinta em trinta dias. Quem estão coordenando o projeto é o professor de educação física Carlos Luiz Weber. Ele pretende formar monitores entre o pessoal das lojas, para que, posteriormente, esses ministrem as sessões em outras lojas.

"No futuro, comenta o professor, essas aulas poderão ser ministradas até pelo sistema de som das lojas, com fitas gravadas."

Weber destacou que, como a turma é bastante heterogênea (a idade dos participantes varia muito), as aulas devem ser bastante dosadas. É preciso despertar o interesse de todos e, ao mesmo tempo, não dar exercícios cansativos, porque eles ainda têm um dia de trabalho pela frente e participam das aulas com a roupa de serviço.

Apesar da moderação na ginástica, todos os funcionários passaram

A complementação da ginástica com atividades como rodas de samba, concursos de piadas e palestras, interessa ainda mais o funcionário, que se sente valorizado.

por um exame médico prévio, para evitar quaisquer problemas de saúde.

A chefia também entra na dança

Desde que passem no exame médico, todos os funcionários podem participar das sessões de ginástica. Porém, não há nenhuma obrigatoriedade: a participação é completamente espontânea. "Daí o valor da iniciativa e o fato de que todos se sentem bem", ressalta Samuel Schubert.

Sempre que possível, o gerente geral da loja e o supervisor das lojas devem participar da atividade, para maior integração do pessoal. "Até mesmo os coordenadores de treinamento e de assistência do pessoal e os diretores devem estar presentes", continua. Ele próprio, Samuel Schubert, costuma integrar as equipes, sempre que sua agenda permite.

O diretor administrativo do Riachuelo acrescenta que há muito tempo a empresa estava pretendendo usar um sistema de descontração antes do trabalho. E esta experiência, observa, "é inédita aqui em Santa Catarina e somente poucas empresas no Brasil — as de origem japonesa — utilizam esse expediente."

As sessões de ginástica e atividades recreativas vêm complementar a implantação do sistema CCQ — Círculos de Controle de Qualidade — que já conta com 15 grupos em pleno funcionamento em toda a rede.

Para quem não se lembra, o CCQ é um programa de treinamento de mão-de-obra, criado no Japão, que consiste na delegação de decisões e participação dos funcionários subalternos nas soluções de problemas. (Veja matéria sobre o assunto em nossa edição de março de 1983).

No Riachuelo, "o sistema original (CCQ) sofreu algumas adaptações, que se basearam em observações de dezenas de locais e empresas, tirando um pouco do melhor de cada um e criando alguns detalhes próprios", afirma Samuel Schubert. E ele complementa: "com essa nova atividade, o sistema é um absoluto sucesso de integração, criação de novos líderes, incremento do interesse do funcionário, etc."

Teatro, canto e palestras

A complementação da ginástica com atividades diversas torna tudo ainda mais interessante para o funcionário, que se sente valorizado. "Existem planos para a formação de turmas de teatro, cantos e outros, conta Samuel Schubert, mas isso só deverá ser feito quando a experiência estiver implantada em todas as lojas."

Enquanto isso, as terças e quintas são preenchidas com recreações variadas, que procuram abranger os interesses de todos, dos mais velhos aos mais jovens. O chefe do departamento operacional da loja quatro, Luiz Reipert, de 25 anos, diz que o que mais o atrai é o "teatro, as pessoas que vêm de fora para tocar pra gente e as sessões de slides, onde eles mostram lugares que não conhecemos."

"Já o nosso confeitiro, Joaquim Aguiar, prefere as palestras sobre religião e saúde. Tem muitas coisas que a gente está por fora e, ouvindo, fica mais orientado. Acho que essa experiência foi uma das melhores coisas que eles trouxeram aqui pra nós." ■