

# CARTILHA

BENEFÍCIOS, DIREITOS  
E CONQUISTAS



# **Apresentação**

No dia 10 de março de 2007, trabalhadores de sete regiões uniram forças para fundar o **Sindicato dos Empregados de Cooperativas de Crédito do Estado do Rio Grande do Sul (SECOC RS)**. Desde então, o Sindicato se tornou a voz coletiva dos empregados gaúchos de cooperativas de crédito, federações e confederações, sempre comprometido com o fortalecimento da categoria e a valorização profissional de seus representados.

Com uma história construída de forma participativa e baseada no diálogo, o SECOC RS atua para ampliar conquistas, proteger direitos e garantir que cada trabalhador seja respeitado e reconhecido.

Todos os anos, o Sindicato assume a responsabilidade de negociar com os representantes patronais, levando a pauta de reivindicações elaborada pelos próprios trabalhadores. É desse processo que nascem os Acordos e Convenções Coletivas, instrumentos que asseguram benefícios fundamentais como vale-alimentação/refeição, auxílio-creche e adicional de quebra de caixa — direitos que não estão previstos em lei e só existem graças à luta sindical. Da mesma forma, a reposição salarial frente à inflação também depende dessas negociações, já que não há obrigatoriedade legal.

Além da defesa dos direitos trabalhistas, o SECOC RS oferece assessoria jurídica em diversas áreas, acompanhamento em homologações, atendimento psicológico e promove iniciativas sociais como o Flat Solidário e o Clube de Vantagens, reforçando seu papel de apoio integral aos empregados de cooperativas de crédito.

## **19 ANOS**

de história,  
conquistas e lutas.

**Juntos**, seguimos  
defendendo o **presente** e  
construindo o **futuro**.



O Sindicato dos Empregados de Cooperativas de Crédito do RS (SECOC RS) apresenta esta cartilha como um guia para orientação sobre temas enfrentados no dia a dia dos seus representados.

Desenvolvida com o objetivo de aproximar ainda mais o SECOC RS da categoria, traz orientações e conteúdos sobre saúde mental e segurança no trabalho, benefícios e serviços oferecidos pelo Sindicato, além de informações sobre direitos e avanços conquistados.

Você pode consultar a cartilha sempre que surgir uma dúvida sobre direitos, atendimento sindical, segurança ou saúde laboral. Compartilhe o conteúdo com seus colegas e utilize-o como apoio em situações práticas. Conte sempre com o Sindicato e boa leitura!

## Serviços e benefícios

---



|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| Flat Solidário                            | 07 |
| Clube de Vantagens                        | 08 |
| Homologações                              | 09 |
| Assessoria Jurídica                       | 10 |
| Assistência Psicológica e Canal da Mulher | 11 |

## Saúde Mental e Segurança no Trabalho

---



|                           |    |
|---------------------------|----|
| Assédio e Violência Moral | 13 |
| Assédio Sexual            | 15 |
| Violência Contra Mulher   | 16 |
| Burnout                   | 17 |
| Ludopatia                 | 18 |

## Direitos e conquistas

---



|                         |    |
|-------------------------|----|
| Negociações coletivas   | 20 |
| Conquistas que impactam | 21 |

## Referências

---

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Referências Bibliográficas | 22 |
|----------------------------|----|

# **Serviços e benefícios**



# Flat Solidário

## ***Hospedagem gratuita para tratamento de saúde em Porto Alegre***

O Flat Solidário é um projeto social do SECOC RS que oferece acolhimento e suporte aos associados e seus familiares em momentos de necessidade médica na Capital.



Serviço disponível para associados e familiares de até 2º grau (cônjuges, pais, filhos, avós, netos e irmãos) que estejam em deslocamento para exame, consulta ou tratamentos de saúde em Porto Alegre.



A hospedagem pode ser utilizada por até 7 dias consecutivos e acomoda confortavelmente até 3 pessoas.



Localizado no centro da Capital, próximo ao Complexo Hospitalar Santa Casa, à Rodoviária e de fácil acesso aos principais hospitais da cidade.



Agende sua estadia via WhatsApp exclusivo do Flat Solidário: (51) 99812-0543. Nossa equipe está à disposição para atendê-lo.



(51) 99812-0543



# Clube de Vantagens

## *Benefícios exclusivos e descontos incríveis para associados*

Associados têm acesso a uma plataforma repleta de benefícios que geram economia no seu dia a dia. O Clube de Vantagens oferece descontos exclusivos e cashback em diversos produtos e serviços.



**Descontos  
Exclusivos**

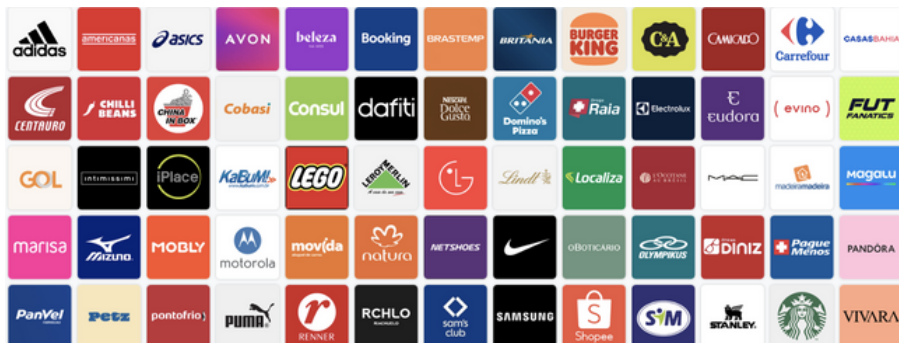


**Cashback  
em Pix**



**Ofertas  
relâmpago**

Mais de **3 MIL** marcas parceiras com descontos exclusivos!



## Como utilizar os benefícios do Clube?

- 1** Baixe o **aplicativo** do SECOC RS.
- 2** Se preferir, use também no **computador**.
- 3** Faça login com seu **CPF e senha** cadastrada.
- 4** Clique no **ícone** do Clube de Vantagens.
- 5** Finalize a compra **diretamente** na loja parceira.
- 6** Utilize sempre o **CPF do titular** cadastrado.



# Homologações

## ***Assistência completa nas rescisões contratuais***

A assistência sindical nas homologações das rescisões trabalhistas é um direito previsto nos Acordos e Convenções Coletivas de Trabalho. O atendimento, realizado online e com agendamento via site do SECOC RS, formaliza o encerramento do contrato de trabalho, validando o pagamento das verbas rescisórias e o cumprimento dos direitos do empregado.



O agendamento é realizado no **Portal de Homologação**, diretamente pelas cooperativas.



É possível **escolher a data e o horário**, da forma mais conveniente para o empregado e o setor de Gestão de Pessoas.



Na data agendada, a homologação é feita em **reunião online**, com o Sindicato, o empregado e a cooperativa.

## **Assessoria Jurídica**

### ***O seu direito à orientação especializada e gratuita***

O Sindicato oferece consultas e orientações jurídicas gratuitas por meio dos Escritórios de Advocacia conveniados à entidade. Em caso de ajuizamento de ações, associados possuem descontos nos honorários.

| <b>Área de Atendimento</b>                                         | <b>Questões relacionadas</b>                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Trabalhista/Acidentário</b>                                     | Reclamatórias trabalhistas com reparação de direitos, como: horas extras, diferenças salariais, indenizações, entre outros. |
| <b>Previdenciário</b>                                              | Aposentadorias, tempo de serviço, benefícios junto ao INSS, Auxílio-Doença e por Acidente de Trabalho, etc.                 |
| <b>Direito do Consumidor, Responsabilidade Civil e Imobiliário</b> | Compra, venda e locações de imóveis, regularização documental, relações de consumo e responsabilidade civil.                |
| <b>Direito de Família e Sucessões</b>                              | Divórcio, dissolução de união estável, partilha de bens, guarda, pensão alimentícia, inventários.                           |
| <b>Direito de Trânsito</b>                                         | Procedimentos de suspensão e/ou cassação da CNH, defesa e recursos em autuações de trânsito, entre outros.                  |
| <b>Assessoria para Mulheres</b>                                    | Defesa dos direitos das mulheres, especialmente em situações de violência doméstica e familiar.                             |

## **Assistência Psicológica**

### *Suporte profissional*

Orientações e encaminhamentos com profissionais conveniados.



## **Canal da Mulher**

### *Um espaço seguro de acolhimento e escuta*

Um canal de atendimento dedicado a criar um ambiente seguro e de apoio para todas as empregadas de cooperativas de crédito.

**Contato via WhatsApp (51) 98098-9575**



Oferece **suporte jurídico e psicológico**, acolhimento, esclarecimento de dúvidas e recebimento de denúncias.

Um **espaço seguro** para tratar de questões sensíveis com confidencialidade.



Espaço para denúncias e orientações em situações de **violência doméstica**.

# **Saúde mental e segurança no trabalho**



# Assédio e Violência Moral

Toda e qualquer **CONDUTA ABUSIVA** manifestada por **comportamentos, palavras, atos, gestos** ou **escritos** que possam trazer danos à personalidade, à dignidade ou à integridade física e psíquica de uma pessoa, colocando em perigo o seu emprego ou degradando o ambiente de trabalho.

## Formas de Assédio



**Vertical descendente**

Praticado pelo **superior** hierárquico da vítima ou vítimas.



**Vertical ascendente**

Praticado pelos **subordinados** contra o superior hierárquico.



**Horizontal**

**Entre colegas** de trabalho de mesma hierarquia.



**Misto**

Combinação de **duas ou mais modalidades** de assédio.





## Assédio e Violência Moral

### Como identificar

- **Críticas** repetitivas, injustas ou exageradas **em público**.
- **Isolamento** ou ignorar a presença.
- Metas **inatingíveis** ou **sobrecarga** de trabalho.
- **Desvio de função** para tarefas inferiores ou degradantes.
- **Piadas** ou **ridicularização** sobre a aparência ou vida pessoal.

### O que fazer se você ou um colega for vítima?



**Registre** datas, horários, locais, nomes dos agressores e testemunhas e o que foi dito ou feito.



**Compartilhe** o ocorrido com colegas de confiança e peça que testemunhem.



**Busque apoio** do Sindicato, do RH, de amigos e familiares.



**O SECOC RS está à disposição na defesa dos seus direitos.**

**DENUNCIE**

## Assédio Sexual

Previsto no Código Penal brasileiro (art. 216-A) e com pena de detenção de um a dois anos, assédio sexual é **CRIME!** Aprenda a identificar, denuncie e conte com o apoio do SECOC RS.



### 1 Sinais de alerta

- Um **ambiente hostil e ofensivo**, com piadas sexuais, exibição de material pornográfico, contato físico não autorizado, comentários sobre o corpo da vítima.
- Uso de poder hierárquico para **ameaçar** com demissão ou prejuízo na carreira caso a vítima não obedeça ao pedido.



### 2 O fazer?

- Deixe claro que você **não** quer, de forma firme e objetiva.
- **Registre** a ocorrência, anotando detalhes como data, hora, local.
- **Grave**, se for possível.
- Busque **ajuda legal e psicológica**: Entre em contato com o Sindicato ou procure diretamente o RH da cooperativa.

# DENUNCIE

SECOC RS

(51) 3225-2337

## **Violência contra mulher**

A violência contra a mulher, para além de agressão física, também se manifesta em qualquer **ato baseado no gênero** que resulte em dano ou sofrimento físico, sexual, psicológico, moral ou patrimonial, na vida privada ou pública.

### **Sinais de VIOLÊNCIA no trabalho**

- **Discriminação** salarial ou nas oportunidades de carreira.
- **Violência psicológica**, através de humilhações, controle, ameaças.
- **Violência moral**, com difamação ou calúnia.
- **Assédio** sexual e moral.

### **O SECOC RS está com você!**

O Sindicato auxilia no acesso a serviços de apoio social e jurídico para garantir seus direitos trabalhistas, em caso de necessidade de afastamento.

**Você não está sozinha, DENUNCIE!**



**(51) 98098-9575**

Canal da Mulher SECOC RS



# Burnout

É um estado de **esgotamento físico e mental** extremo, ligado ao trabalho. A Síndrome é classificada como doença pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e reconhecida como **doença ocupacional** no Brasil.



## **1** Sintomas

**Exaustão**, sentimento de **negatividade** e **indiferença** em relação ao trabalho, sensação de **insuficiência** e **queda na produtividade**. Além destes, também podem se manifestar sintomas físicos como dores de cabeça, insônia, problemas gastrointestinais, pressão alta e dores musculares.

## **2** Como se prevenir?

- Defina **limites**.
- Aprenda a **negar tarefas** que o **sobrecarregam**.
- Faça **pausas** usando seus horários de descanso.
- **Evite responder** e-mails ou mensagens de trabalho **fora do expediente**.
- Caso perceba alguns dos sintomas, **busque ajuda** profissional para diagnóstico e tratamento.

## **3** Onde buscar ajuda gratuitamente

**UBS** - Unidades Básicas de Saúde

**CAPS** - Centros de Atenção Psicossocial

**CVV** - Centro de Valorização da Vida (apoio emocional e de prevenção do suicídio) com **ligações telefônicas** pelo **188**.



# Ludopatia – Transtorno do Jogo

**Vício em jogos de azar**, sejam apostas, cassinos, caça-níqueis ou jogos online. Essa condição, quando se torna persistente, **afeta a vida** pessoal, familiar, social e profissional do indivíduo. É um transtorno reconhecido pela OMS.

## 1 Sinais de alerta

Necessidade de jogar com quantidades de **dinheiro** cada vez maiores, **irritação** ao tentar parar com o jogo, **mentiras** para **esconder a gravidade** do envolvimento, confiar nas apostas para resolver **problemas financeiros**.

## 2 Ao perceber os sinais, o que fazer?

- Quem sofre com esse transtorno tem direitos garantidos por lei, inclusive o direito ao **tratamento pelo Sistema Único de Saúde (SUS)** ou por planos de saúde.
- Você também pode buscar auxílio em **grupos de autoajuda** como o Jogadores Anônimos, que oferece reuniões no formato online.
- **Acione o SECOC RS** para buscar recursos de apoio social e informação.



### Onde buscar ajuda?

- Grupos de Jogadores Anônimos
- Unidades Básicas de Saúde (UBS)
- Centros de Atenção Psicossocial (CAPS)
- SECOC RS

# **Direitos e conquistas**



## **Negociações coletivas**

O SECOC RS atua na **defesa e na ampliação dos direitos** dos trabalhadores do setor cooperativo de crédito. Essa atuação se concretiza, principalmente, por meio da negociação de **Acordos Coletivos de Trabalho (ACTs)** e **Convenções Coletivas de Trabalho (CCTs)**, instrumentos essenciais para assegurar condições dignas de trabalho, valorização profissional e segurança jurídica à categoria.

### **Negociações adequadas à realidade da categoria**

Diferentemente de outros ramos da economia, nem todas as cooperativas de crédito estão representadas por um sindicato patronal. Em razão desta particularidade do sistema cooperativo, o SECOC RS realiza:

Acordos Coletivos individuais firmados diretamente com cooperativas singulares.

Acordos Coletivos com centrais e sistemas cooperativos.

Convenções Coletivas de Trabalho quando há representação patronal constituída.



### **Uma pauta construída de forma democrática**

Todos os anos, o Sindicato promove **assembleias regionais** e **pesquisa online**, nas quais os trabalhadores participam ativamente da construção da pauta de reivindicações. Esse processo assegura que as demandas apresentadas nas mesas de negociação reflitam, de fato, as necessidades e expectativas da categoria.

## Conquistas que impactam

Entre as principais conquistas já asseguradas em diversos acordos e convenções coletivas, destacam-se:



Ampliação das licenças maternidade e paternidade.



Auxílio financeiro para despesas com creche ou babá, reconhecendo a importância do cuidado na primeira infância.



Extensão desse benefício aos empregados que tenham filhos com deficiência, sem limite de idade, promovendo inclusão, equidade e proteção social.



Compromisso com a igualdade salarial entre homens e mulheres, em consonância com a Lei nº 14.611/2023, que reforça o direito à remuneração igual para trabalho de igual valor.



Concessão de um 13º auxílio/cesta alimentação.

O SECOC RS também tem atuado de forma firme para garantir que as **empregadas em licença-maternidade** recebam o pagamento integral do **Programa de Participação nos Resultados** (PPR).

Esse direito já se encontra assegurado em diversos acordos coletivos, representando um avanço importante no reconhecimento da maternidade como um direito social que não pode gerar prejuízos financeiros à trabalhadora.

## Referências Bibliográficas

### 1. Assédio Moral e Sexual

BRASIL. Controladoria-Geral da União (CGU). *Assédio moral e assédio sexual no serviço público*. Disponível em [https://www.gov.br/cgu/pt-br/assuntos/noticias/2024/12/cgu-lanca-versao-atualizada-do-guia-lilas-contras-assedios-e-discriminacao-no-governo/22nov24-vfinal\\_cgu-guia-lilas2024.pdf](https://www.gov.br/cgu/pt-br/assuntos/noticias/2024/12/cgu-lanca-versao-atualizada-do-guia-lilas-contras-assedios-e-discriminacao-no-governo/22nov24-vfinal_cgu-guia-lilas2024.pdf)

BRASIL. Lei nº 10.224, de 15 de maio de 2001. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/leis\\_2001/10224.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/10224.htm)

BENEDETTI, Cristina Gerhardt. *Sindicatos e o combate ao assédio moral e sexual nas relações de trabalho*. MPT/RS.

### 2. Violência contra a Mulher

BRASIL. Ministério das Mulheres. *Painel de Dados – Ligue 180*. Disponível em <https://www.gov.br/mulheres/pt-br/ligue180/painel-de-dados>

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. *Direitos da Mulher Trabalhadora*. 2023. Disponível em <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2023/junho/mte-lanca-cartilha-com-orientacoes-sobre-direitos-da-mulher-trabalhadora/cartilha.direitosdamulhertrabalhadora.mte.pdf>

### 3. Síndrome de Burnout

BRASIL. Ministério da Saúde. *Síndrome de Burnout*. Disponível em <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>

VARELLA, Drauzio. *Síndrome de Burnout*. DrauzioCast. Disponível em <https://youtu.be/TuGbn-9jK1g>

Hospital Israelita Albert Einstein. *Síndrome de Burnout*. Disponível em <https://www.einstein.br/n/glossario-de-saude/sindrome-de-burnout>

### 4. Ludopatia

Organização Mundial da Saúde (OMS). *Transtorno do jogo (Gaming disorder)*. Disponível em <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>

G1. *Ludopatia: entenda o que é a doença de pessoas viciadas em jogos de azar*. 2024. Disponível em <https://g1.globo.com/saude/saude-mental/noticia/2024/07/16/ludopatia-entenda-o-que-e-a-doenc.ghtml>

## Expediente

Publicação do Sindicato dos Empregados de Cooperativas de Crédito do Estado do Rio Grande do Sul – SECOC RS. **Presidente:** Everton Brito. **Site:** [www.secocrs.org.br](http://www.secocrs.org.br) –

**E-mail:** [contato@secocrs.org.br](mailto:contato@secocrs.org.br) – **Telefone:** (51) 3225-2337. **Jornalista Responsável:** Janaína C. Capeletti MTB 9869. **Diagramação e conteúdo:** Ane Gabriele Ramos - Estagiária.

# AGORA FICOU MAIS RÁPIDO E FÁCIL

DE VOCÊ ESTAR  
POR DENTRO  
DOS **SERVIÇOS**,  
**PARCEIROS** E  
**NOTÍCIAS** DO  
**SECOC RS.**



**BAIXE O APP**



Disponível na  
**App Store**



DISPONÍVEL NO  
**Google Play**

**SECOC RS**  
SINCATO DOS EMPREGADOS DE COOPERATIVAS DE CAFEITO DO ESTADO DO RS

**UGT**  
UNião Geral dos  
Trabalhadores

Em caso de dúvidas, entre em contato 51 98035-3943 e [www.secocrs.org.br](http://www.secocrs.org.br)