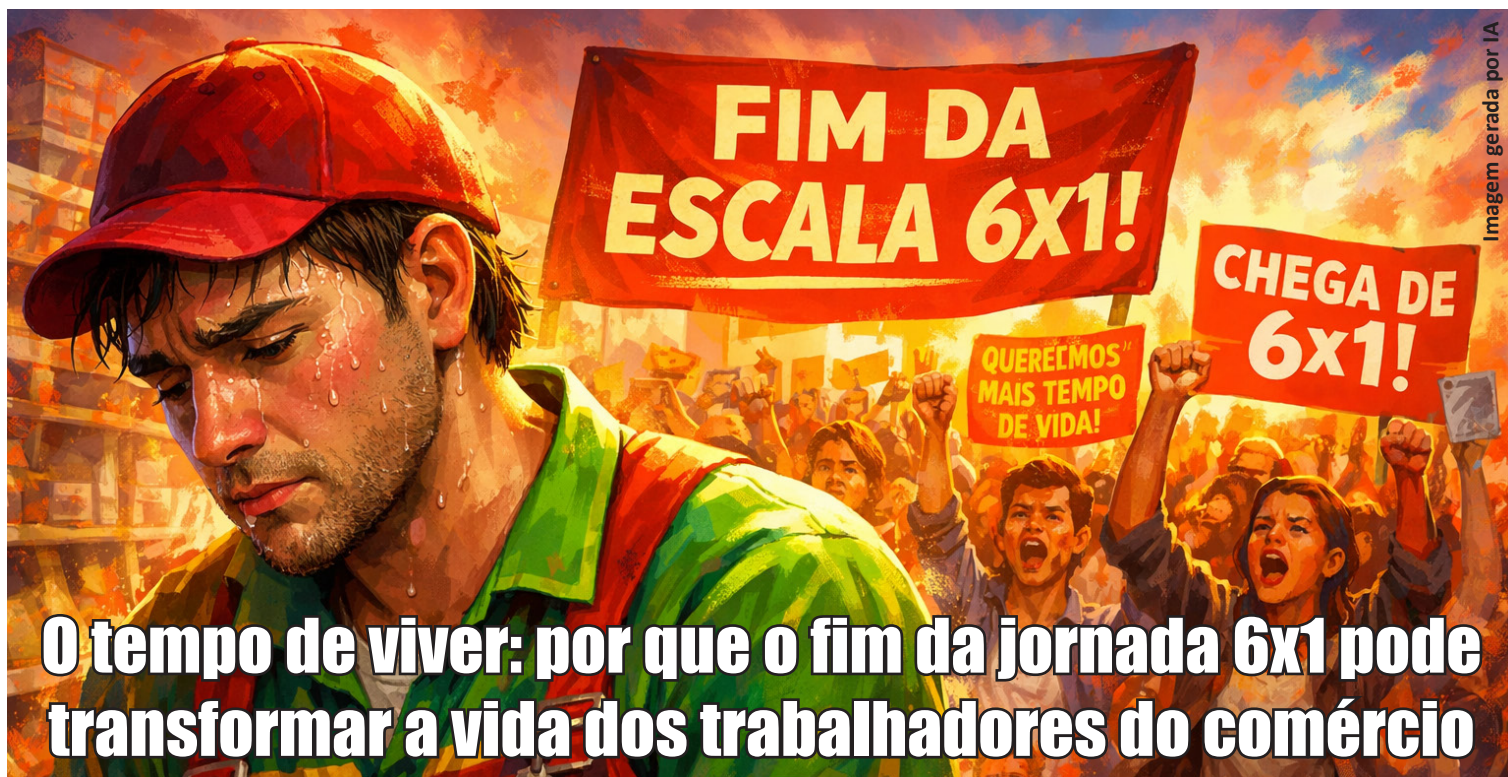




O tempo de viver: por que o fim da jornada 6x1 pode transformar a vida dos trabalhadores do comércio

Durante décadas, milhões de brasileiros aprenderam a viver sob uma rotina exaustiva: seis dias de trabalho para apenas um de descanso. A chamada jornada 6x1, comum no comércio e em setores de serviços, tornou-se

símbolo de um modelo de trabalho que consome tempo, saúde e convivência familiar. Agora, o debate sobre o fim dessa escala ganha força no país e aponta para uma mudança que pode representar um avanço histórico para a sociedade e, sobretudo, para os trabalhadores.

No Congresso Nacional e em diversos debates públicos, cresce a discussão sobre reduzir a jornada semanal e superar a lógica da escala 6x1. A proposta aparece como uma res-

posta às transformações da sociedade e às novas demandas por qualidade de vida. Para especialistas e representantes do mundo do trabalho, a questão central não é apenas trabalhar menos, mas viver melhor.

Trabalhar para viver. Não viver para trabalhar

A rotina imposta pela escala 6x1 limita profundamente a vida fora do trabalho. Em muitos casos, o trabalhador passa a maior parte da semana dedicado a jornadas longas, restando apenas um dia para descanso,

cuidados pessoais, lazer e convivência com familiares.

Estudos indicam que jornadas extensas afetam diretamente a vida social. Uma carga de trabalho elevada reduz o tempo disponível para a família, para o

descanso e para atividades essenciais como estudo e qualificação profissional.

Quando a jornada é reduzida, o efeito costuma ser imediato: trabalhadores conseguem acompanhar mais de perto o crescimento dos

filhos, dividir responsabilidades domésticas e participar de atividades comunitárias. O tempo livre também contribui para relações familiares mais equilibradas e para uma vida social mais saudável.

O BRASIL TÁ PRONTO PRA ACABAR COM A ESCALA 6X1.



Ainda tem dúvidas de **como vai funcionar?**



E ISSO PODE IMPACTAR NA PRODUTIVIDADE?

Sim e para melhor!

Pessoas descansadas cometem **menos erros, menos afastamentos médicos, menos rotatividade**, maior foco no tempo trabalhado e redução de horas improdutivas.



Fim da escala 6x1: sua vida e a de s

MINHA FOLGA VAI SER SEMPRE SÁBADO E DOMINGO?

Não necessariamente. A escala varia conforme o setor e será combinada com empresas e sindicatos. **O país continua funcionando,**



e as pessoas deixam de trabalhar até a exaustão.

FIM DA ESCALA 6X1!

Dignidade para viver, e não viver só para trabalhar.



GOVERNO DO
SECRETARIA-GERAL
BRASIL
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

MERCADOS E SERVIÇOS BÁSICOS FICARÃO FECHADOS SÁBADO E DOMINGO?

NÃO!

Como isso funciona na prática? Com **escalas de revezamento**. Por exemplo:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Equipe A	Trabalha	Trabalha	Trabalha	Trabalha	Trabalha	Descanso	Descanso
Equipe B	Descanso	Descanso	Trabalha	Trabalha	Trabalha	Trabalha	Trabalha

ISSO VAI AUMENTAR O CUSTO DAS EMPRESAS?

O impacto estimado é **inferior a 1%** em grandes setores como indústria e comércio.

Menos do que o custo de afastamentos, erros por exaustão e alta rotatividade.



sua família mudando para melhor

VAI TER REDUÇÃO DE SALÁRIO?

NÃO!

A proposta **não permite** que o salário **caia**.



De 44h para 40h semanais.
Mais tempo de vida. O mesmo salário no fim do mês.

O tempo que nos pertence

O debate sobre o fim da escala de trabalho 6x1 tornou-se uma questão urgente para milhões de trabalhadores brasileiros. Esse modelo, baseado em seis dias de trabalho e apenas um de descanso, limita o convívio familiar, reduz o tempo para lazer e descanso e contribui para o aumento do estresse e do adoecimento mental.

Diante desse cenário, projetos de lei que propõem a redução da jornada de trabalho surgem como uma resposta necessária às mudanças da sociedade e às demandas por mais qualidade de vida. No entanto, a aprovação dessas propostas não depende apenas do debate político — ela exige também a mobilização da população.

Ao longo da história, direitos trabalhistas importantes foram conquistados por meio da pressão popular e da organização da sociedade. Por isso, o fim da escala 6x1 não é apenas uma discussão sobre horas de trabalho, mas sobre dignidade, saúde e o direito de ter tempo para viver.

Se a sociedade deseja essa mudança, será a mobilização coletiva que transformará essa demanda em realidade. Porque direitos não são apenas concedidos: eles são conquistados quando a população decide lutar por eles.

Amauri Mortágua, presidente

É tempo de reconhecer a força das mulheres comerciárias

Março é um mês de reflexão, reconhecimento e valorização da luta das mulheres. É tempo de lembrar a força, a coragem e a dedicação de tantas trabalhadoras que, todos os dias, ajudam a construir uma sociedade melhor.

Entre elas estão as mulheres comerciárias, que desempenham um papel fundamental no comércio e na vida de nossas cidades. São profissionais que atendem, organizam, vendem, orientam clientes e movimentam a economia com responsabilidade e empenho. Porém, para muitas delas, a jornada de trabalho não termina quando fecham as portas das lojas.

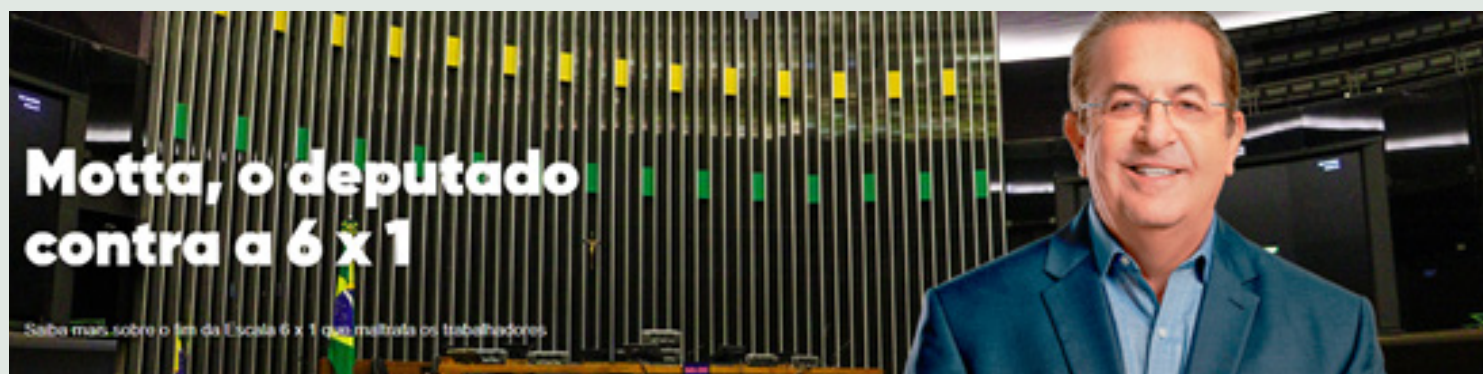
Ao voltar para casa, começa uma segunda jornada, marcada pelos cuidados com a família, com os filhos e com o lar. É uma rotina que exige esforço, amor e resistência, revelando o quanto as mulheres ainda carregam grandes responsabilidades dentro e fora do ambiente de trabalho.

Mesmo diante desses desafios, as mulheres seguem firmes, mostrando todos os dias sua capacidade, sensibilidade e força. Elas são pilares da família, do trabalho e da comunidade.

O Sincomerciários reconhece e valoriza profundamente a importância das mulheres comerciárias. Por isso, segue na luta pela defesa dos direitos, pela valorização profissional e por mais respeito e igualdade para todas.

Neste mês das mulheres, fica nossa homenagem a cada comerciária que, com dedicação e coragem, enfrenta desafios diários e ajuda a transformar a sociedade.

Valorizar as mulheres é reconhecer sua força, sua luta e sua importância em todos os espaços da vida.



Comerciários de São Paulo têm deputado no congresso nacional

Luiz Carlos Motta, diretor deste Sindicato e Presidente da FECOMERCIÁRIOS está nesta luta a favor dos comerciários e dos trabalhadores de todo o Brasil.

Partido PL, deputados e senadores contrários ao fim da jornada 6 x 1

No Congresso Nacional (Senado e Câmara dos Deputados), há movimentação de partidos políticos, principalmente do PL, para impedir o fim da jornada 6 X 1.

São partidos e

parlamentares que vão contra os interesses e a manifestação da esmagadora maioria dos brasileiros; partidos que defendem os interesses de uma elite que quer manter o trabalhador na exaustão do trabalho,

com baixos salários, que querem que o avanço da tecnologia só beneficie o lucro de empresas; querem o capital no século XXI e o trabalho na idade média, nos séculos passados, da escravidão.

Este capital pre-

datório, ganancioso, impera no país, domina partidos políticos e contamina muitos deputados e senadores.

Vamos ter muita luta pela frente para fazer valer a vontade majoritária do povo brasileiro!