

TÁ NA MESA

Mala Direta
Básica

9912339819/2014 DR-ES
SINDBARES

Correios

Junho/2026

| www.sindbares.com.br

Pág. 03

Abrasel lança cartilha gratuita para
empresários não correrem riscos
com a NR-1

Pág. 09

Concurso dá prêmio para
restaurantes a quilo e ajuda a
atrair mais clientes

**Associados agora têm inteligência artificial
24 horas por dia para tirar dúvidas e ajudar
no crescimento dos negócios**

Pág. 06

Fala, presidente!



O debate sobre a redução da jornada de trabalho no Brasil voltou ao centro da agenda econômica e política. A proposta de acabar com a escala 6x1, abraçada como vitrine eleitoral pelo governo federal, reacende uma discussão legítima sobre qualidade de vida, mas que precisa ser enfrentada com responsabilidade econômica.

A redução da jornada, embora socialmente atraente, gera custos adicionais para as empresas. Não se trata de resistência ao avanço das relações de trabalho, mas de reconhecer um dado central da economia brasileira. Em um país que convive há décadas com baixa produtividade e perda de competitividade, qualquer aumento estrutural de custos tende a ser absorvido pela cadeia econômica e, ao final, repassado ao consumidor. Ignorar essa relação de causa e efeito é fechar os olhos para a dinâmica real do mercado.

Esse impacto, no entanto, não se restringe ao setor empresarial. A redução da carga horária, sem ajustes estruturais, também pressiona as contas públicas e reverbera em áreas essenciais como educação, saúde e segurança. Escolas, hospitais, forças policiais e demais serviços públicos, que igualmente dependem de força de trabalho intensiva, teriam seus custos ampliados, exigindo mais contratações ou aumento de despesas. Em última instância, isso também recai sobre a sociedade, seja por meio de impostos, seja pela limitação da capacidade de investimento do Estado.

No setor de bares e restaurantes, esse impacto é ainda mais sensível. Trata-se de um segmento intensivo em mão de obra, com margens apertadas, alta carga tributária e forte dependência do consumo das famílias. Qualquer alteração que aumente o custo do trabalho, sem uma contrapartida de ganho real de produtividade, pressiona diretamente os preços finais, do cafezinho ao prato principal.

É importante deixar claro que o setor não é contrário à modernização das relações de trabalho nem ao bem-estar dos trabalhadores. Pelo contrário. Bares e restaurantes empregam milhões de brasileiros, muitos deles em seu primeiro emprego formal. Mas discutir redução de jornada sem enfrentar gargalos estruturais, como produtividade, qualificação profissional, custo do crédito e ambiente tributário, é inverter a ordem dos fatores.

Hoje, o Brasil já opera, na prática, com uma jornada média de cerca de 38 horas semanais. Avançar para um novo modelo exige planejamento, transição e, sobretudo, condições econômicas que sustentem essa mudança. Caso contrário, o efeito colateral é previsível. Aumento de preços, retração do consumo e, em alguns casos, fechamento de postos de

Expediente

Presidente

Rodrigo Vervloet

Vice-presidente

Julio Cesar Barreiro Randow

Tesoureiro

Marcelo Fontana Uliana

Editor

Lucas Rezende (Registro profissional: 3718/ES)

Redação

Brendha Zamprognio

Lucas Rezende

Miranda Perozini

(LR Comunicação)

Diagramação

Heloísa Novais Viana

(Agência Diversidade)

Fotos

Cloves Louzada

Endereço

Impacto Empresarial – Av. Nossa Sra. da Penha, 2796 – 1506-1508 – Santa Luíza, Vitória – ES, 29046-402

Contato

E-mail: sindbares@sindbares.com.br
Instagram: [@sindbares.abrasil](https://www.instagram.com/sindbares.abrasil)

Telefone de contato

(27) 98128-9175



trabalho, exatamente o oposto do que se pretende alcançar.

No Espírito Santo, onde bares e restaurantes desempenham papel relevante na economia, no turismo e na geração de renda, o debate precisa ser ainda mais cuidadoso. O setor já enfrenta desafios como juros elevados, dificuldade de acesso a crédito e instabilidade no consumo. Acrescentar novos custos, sem um ambiente favorável ao crescimento, é comprometer a sobrevivência de milhares de pequenos e médios negócios.

A discussão sobre a jornada de trabalho é legítima, mas precisa vir acompanhada de medidas que tornem essa transição viável para os setores produtivos. Nesse contexto, preocupa a ausência de iniciativas do governo para compartilhar esse esforço, como a ampliação da desoneração da folha de pagamento e a revisão de encargos sobre o trabalho formal. Sem essa corresponsabilidade, o custo da mudança tende a recair sobre empresas e consumidores.

É nesse contexto que o Sindbares/Abrasel ES mantém sua atuação, com foco em oferecer suporte direto aos associados e responder às demandas reais do setor.

Nesta edição, a revista apresenta iniciativas que ampliam esse acompanhamento no dia a dia dos negócios.

Os associados passam a contar com uma inteligência artificial disponível 24 horas para esclarecer dúvidas e apoiar a gestão. Também estão disponíveis duas novas consultorias gratuitas, voltadas ao aprimoramento técnico e à tomada de decisão. Além disso, mostramos como concursos nacionais voltados aos restaurantes a quilo contribuem para aumentar a visibilidade e atrair clientes.

A proposta desta edição é clara: informar, orientar e fortalecer quem está à frente dos negócios.

Rodrigo Vervloet
Presidente Sindbares/Abrasel

NR-01 ESTÁ VALENDO!

Abrasel lança cartilha gratuita para empresários não correrem riscos

A atualização da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-01), que estabelece diretrizes gerais de segurança e saúde no trabalho, já começa a impactar diretamente a rotina de bares e restaurantes em todo o país. A principal mudança é a inclusão dos riscos psicossociais — como estresse, sobrecarga e conflitos no ambiente profissional — no conjunto de fatores que devem ser obrigatoriamente monitorados pelas empresas.

Na prática, a nova exigência amplia o escopo do Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), que passa a contemplar não apenas aspectos físicos e operacionais, mas também condições relacionadas à saúde mental dos colaboradores. Em um setor conhecido pelo ritmo intenso e pela pressão do dia a dia, a mudança exige atenção redobrada dos empresários.

Para apoiar essa adaptação, a Associação Brasileira de Bares e Restaurantes (Abrasel) disponibilizou uma cartilha gratuita com orientações voltadas à realidade do segmento. O material traduz as exigências legais em medidas práticas, acessíveis principalmente a pequenos e médios negócios, com foco na implementação gradual.

“O setor de bares e restaurantes é dinâmico, intenso e depende diretamente das pessoas. Incluir a saúde mental na gestão de riscos é um avanço importante e precisa ser encarado com responsabilidade. Mais do que atender à legislação, é uma oportunidade de melhorar o ambiente de trabalho, reduzir conflitos e ter equipes mais engajadas e produtivas”, destaca o presidente do Sindbares/Abrasel-ES, Rodrigo Vervloet.





Entre as recomendações apresentadas estão ações de organização do ambiente de trabalho, fortalecimento da comunicação interna e criação de estratégias para prevenir situações de desgaste emocional nas equipes. A proposta é estruturar processos que contribuam para um ambiente mais equilibrado e sustentável.

Além do cumprimento legal, a adequação à NR-01 tende a gerar impactos positivos na operação. Ambientes mais saudáveis favorecem a produtividade, reduzem o turnover e fortalecem a imagem do negócio junto a colaboradores e clientes.

Por outro lado, a falta de adequação pode trazer consequências relevantes. Empresas que não incluam os riscos psicossociais no PGR estão sujeitas a autuações, multas e até interdições em situações mais graves. Também aumenta a exposição a passivos trabalhistas, como ações judiciais relacionadas a assédio ou adoecimento emocional, além de impactos diretos no desempenho do negócio.

A cartilha da Abrasel funciona como um ponto de partida para empresários que precisam se preparar para as novas exigências, que passam a ser fiscalizadas com possibilidade de sanções em caso de descumprimento.



NOVA NORMA REGULAMENTADORA NR-01

abrasel



Escaneie o código
para acessar a
cartilha



Cinco dicas para bares e restaurantes evitarem problemas com a nova NR-1

(por Patricia Pena da Motta Leal, sócia do Motta Leal & Advogados Associados)

COMECE PELO QUE ACONTECE NA PRÁTICA DA OPERAÇÃO

O primeiro passo é olhar para a rotina real do estabelecimento. Jornadas intensas, pressão em horários de pico, falhas de comunicação, conflitos entre equipes e liderança despreparada são situações que merecem atenção. O importante é identificar os pontos de risco de forma concreta, sem transformar a adequação em algo distante da realidade do negócio.



REVISE ESCALA, PAUSAS E DIVISÃO DE TAREFAS

A rotina do setor exige atenção com escala, pausas e distribuição de atividades. Quando esses pontos são acompanhados de forma estruturada, o ambiente de trabalho tende a ficar mais organizado, a equipe trabalha com mais previsibilidade e a empresa se fortalece no cumprimento da NR-1.

ORIENTE QUEM LIDERA A EQUIPE

Gerentes, encarregados e supervisores têm papel central na prevenção de problemas. Nem sempre será necessário um treinamento robusto, mas é essencial que essas lideranças saibam como conduzir equipes com respeito, evitar excessos, lidar com conflitos e encaminhar situações sensíveis de forma adequada. Prevenção, aqui, passa muito pela postura de quem está à frente da operação.



Sindbares lança inteligência artificial que facilita empresários na gestão de bares e restaurantes

O Sindbares/Abrasel ES passa a oferecer aos associados uma nova ferramenta para o dia a dia dos negócios. Trata-se da Sindy, uma agente de inteligência artificial criada para facilitar o acesso a informações e orientar decisões em bares e restaurantes, com atendimento disponível 24 horas. A ferramenta já está liberada para uso e é exclusiva para associados, sem custo adicional, inclusa na mensalidade da entidade.

A proposta é tornar mais simples aquilo que costuma ser burocrático. A plataforma reúne o conhecimento técnico e institucional do sindicato e transforma conteúdos das áreas trabalhista, tributária e de gestão em respostas diretas, em linguagem acessível, alinhadas à realidade do setor. Treinada com base nas normas locais e na vivência prática de bares e restaurantes, a Sindy entrega orientações conectadas ao dia a dia do empresário.

Na rotina, a Sindy atua de forma prática, conectada às principais demandas do setor. A ferramenta esclarece dúvidas sobre a Convenção Coletiva, explicando regras, direitos e deveres de forma simples e direta. Também orienta sobre planos e benefícios para funcionários, apoiando na implementação e no funcionamento dessas iniciativas dentro das empresas.



Quero me tornar associado Sindbares!

14:34 ✓✓

Para os associados, a inteligência artificial ainda funciona como um canal de acesso às vantagens oferecidas pelo sindicato, apresentando serviços, benefícios e oportunidades disponíveis. Ao mesmo tempo, sugere dicas de gestão e boas práticas que ajudam a melhorar a operação e impulsionar resultados no dia a dia dos bares e restaurantes.

A ferramenta também avança para funções mais estratégicas. A Sindy está sendo preparada para apoiar análises financeiras, formação de preços, planejamento e construção de planos de ação, acompanhando o empresário em diferentes etapas do negócio. O objetivo é claro: fortalecer a gestão e contribuir para resultados mais consistentes.

“O setor exige decisões rápidas e bem informadas. A Sindy nasce para estar ao lado do empresário nesse processo, oferecendo suporte qualificado de forma simples, acessível e imediata. É mais uma iniciativa que reforça o compromisso do Sindbares com a evolução e a competitividade dos nossos associados”, afirma o presidente do Sindbares/Abrasel ES, Rodrigo Vervloet.

O QUE VOCÊ PRECISA

Dúvidas da Convenção Coletiva

Planos e benefícios para funcionários

Benefícios para empresas associadas

Dicas de gestão

COMO A SINDY AJUDA

Explica regras, direitos e deveres de forma simples e direta

Orienta sobre implementação e funcionamento dos benefícios

Apresenta vantagens, serviços e oportunidades oferecidas pelo sindicato

Sugere boas práticas para melhorar a operação e os resultados do negócio

A Sindy é uma ferramenta baseada em inteligência artificial e, portanto, suas respostas podem conter imprecisões. Em casos que envolvam questões jurídicas e/ou demandas mais complexas, recomendamos o contato direto com um advogado, estando o departamento jurídico do sindicato à disposição para lhe auxiliar.



Escaneie o código
para conversar
com a Sindy

01.

Acesse o
WhatsApp
da Sindy



02. Envie sua
dúvida de
forma direta

EXEMPLO:

Como funciona a convenção coletiva?

14:34 ✓

03. Receba a resposta na
hora, com orientações
claras

04. Se precisar,
aprofunde a conversa
com novas perguntas

O QUILO É NOSSO

Restaurante de Vitória é eleito o melhor a quilo do Brasil e concurso convida mais empresários a participarem

A gastronomia capixaba ganhou projeção nacional com a conquista do restaurante Mister Cook, de Vitória, eleito o melhor restaurante a quilo do Brasil no concurso “O Quilo é Nosso”, promovido pela Abrasel Nacional. A final foi realizada durante o Mesa ao Vivo São Paulo e reuniu estabelecimentos de diferentes estados, após uma série de etapas que incluíram voto popular e avaliações técnicas em níveis local, estadual e nacional.

O prato vencedor, assinado pelo chef Hélio da Silva, apresentou uma combinação que traduz tendências atuais da gastronomia: tilápia assada com molho sustentável de tomates reaproveitados e ervas, finalizada com chips de coco. A proposta alia técnica, identidade regional e práticas de aproveitamento integral dos alimentos, critério que passou a ter peso na competição e reflete uma demanda crescente do mercado.

O resultado reforça a consistência do setor de alimentação fora do lar no Espírito Santo e evidencia o potencial dos restaurantes a quilo, um modelo consolidado no dia a dia do brasileiro e que segue se reinventando. Ao mesmo tempo, a premiação amplia a visibilidade dos estabelecimentos participantes e fortalece o posicionamento da gastronomia capixaba no cenário nacional.





TILÁPIA DO ESPÍRITO SANTO

Tilápia temperada com limão siciliano, molho de tomate e ervas. Finalizada com chips de coco crocante.

No Estado, o concurso é realizado pelo Sindbares/Abrasel-ES e mobiliza restaurantes de diferentes municípios, que desenvolvem receitas exclusivas e são avaliados por jurados técnicos e pelo público. Além do prato inscrito, entram na análise critérios como atendimento, ambiente, limpeza e qualidade geral do bufê.

Para o presidente do Sindbares, Rodrigo Vervloet, a conquista nacional deve servir de estímulo para que mais empresários participem das próximas edições. “O resultado alcançado pelo Mister Cook mostra que nossos restaurantes têm capacidade de competir em alto nível e conquistar reconhecimento nacional. O concurso é uma oportunidade concreta de dar visibilidade ao negócio, atrair novos clientes e fortalecer a marca. Por isso, é fundamental que mais associados se inscrevam e participem desse movimento, que valoriza o setor e impulsiona a gastronomia capixaba”, afirma.

Para a próxima edição, o concurso já tem calendário definido: a etapa regional acontece entre os dias 14 e 24 de julho, reunindo restaurantes de diferentes cidades; a final estadual está prevista para agosto; e a etapa nacional ocorre entre 14 e 18 de agosto, em São Paulo, quando os vencedores de cada estado disputam o título brasileiro.





**Festa marca 35
anos de história do
Sindbares com
prestígio de
associados,
autoridades e
outras instituições**











A **Festa da Penha 2026** reuniu milhares de fiéis durante sua programação e, na Romaria das Mulheres, o Sindbares/Abrasel-ES marcou presença com uma ação de acolhimento às participantes.

Durante o percurso até o Parque da Prainha, a entidade distribuiu viseiras às romeiras, contribuindo para a proteção contra o sol em um dos momentos mais simbólicos do oitavário. A iniciativa levou mais conforto às mulheres que mantêm viva a tradição da caminhada, marcada pela fé, devoção e forte participação popular.

A ação reforça o papel do setor de alimentação fora do lar para além da atividade econômica, com presença ativa em eventos que fazem parte da cultura e da tradição capixaba. Ao apoiar a Romaria das Mulheres, o Sindbares/Abrasel-ES fortalece sua relação com a comunidade e evidencia a importância de iniciativas que aproximam o setor da população em grandes mobilizações religiosas do Espírito Santo.

A sua empresa está preparada para **reforma tributária**?

A UNIC CONT oferece e realiza análise tributária e enquadramento para a nova Reforma Tributária dos seus clientes.



(27) 99263-1889
WWW.UNICCONT.COM.BR



ANÁLISE TRIBUTÁRIA COMPLETA

Identificamos oportunidades, riscos e impactos da Reforma Tributária no seu negócio.



ENQUADRAMENTO ESTRATÉGICO

Definimos o melhor enquadramento tributário para garantir economia e segurança.



SEGURANÇA E TRANQUILIDADE

Apoiamos sua empresa para estar preparada e em conformidade com as novas regras.



Confira a
nossa visita
a Aracruz!



Guia gratuito da Abrasel ensina bares e restaurantes a não perder dinheiro e proteger a margem

A Abrasel lançou a cartilha “Custo de Mercadoria Vendida (CMV) – Para bares e restaurantes”, um guia prático e gratuito voltado a apoiar os empreendedores do setor na gestão financeira dos seus negócios. O material integra a trilha de conhecimento do Conexão Abrasel e já está disponível para acesso.

O conteúdo detalha, de forma didática e aplicada à rotina operacional, como calcular o CMV, interpretar os resultados e transformar esse indicador em uma ferramenta estratégica para proteger margens e garantir sustentabilidade financeira.

“O CMV é um dos indicadores mais importantes da gestão, porque mostra, de forma muito clara, quanto do faturamento está sendo consumido pelos insumos do negócio. Muitas vezes o bar ou restaurante vende bem, mas não consegue lucrar, e o problema está justamente aí. A cartilha ajuda o empreendedor a entender essa diferença, a calcular corretamente e a usar o CMV como base para decisões mais conscientes, respeitando a realidade de cada tipo de operação”, afirma Adriana Lara, líder de educação da Abrasel.

A cartilha também reforça o CMV como um instrumento central na tomada de decisão. Ao acompanhar esse indicador de forma recorrente, o empresário passa a ter uma leitura mais precisa sobre a viabilidade dos preços praticados e o equilíbrio da operação.





"O setor de bares e restaurantes trabalha com margens apertadas e alta variabilidade de custos. Ter domínio sobre indicadores como o CMV não é mais diferencial, é uma necessidade para a sobrevivência e o crescimento dos negócios. Esse tipo de conteúdo prático ajuda o empresário a tomar decisões mais seguras e a profissionalizar a gestão", destaca o presidente do Sindbares/Abrasel ES, Rodrigo Vervloet.

A cartilha "**Custo de Mercadoria Vendida (CMV)**" está disponível gratuitamente no site da Abrasel e é exclusiva para associados, já incluída nos benefícios da entidade.



Escaneie o código
para acessar a
cartilha

Além dos conceitos, o material chama atenção para os principais fatores que elevam o CMV no dia a dia, como compras sem planejamento, estoques desorganizados, falta de inventário, porcionamento inconsistente, fichas técnicas desatualizadas e ausência de treinamento das equipes.

A publicação também apresenta boas práticas de gestão, como a realização de inventários periódicos, o uso do método PVPS (primeiro que vence, primeiro que sai), o controle de desperdícios e a atualização constante das fichas técnicas, conectando processos operacionais a decisões financeiras baseadas em dados.

Outro ponto abordado é a relação direta entre o controle do CMV e a profissionalização da operação. O material mostra que resultados consistentes dependem de processos bem definidos e equipes capacitadas. Nesse contexto, práticas como o uso de fichas técnicas atualizadas, o porcionamento padronizado e a rotina de inventários deixam de ser vistas como burocracia e passam a atuar como mecanismos de proteção da margem de lucro.



Coluna do Associado

Monte Moreno

À frente do Restaurante Monte Moreno, na Praia da Costa, os irmãos Matheus Henrique de Andrade Gomes, 29 anos, e Pedro Henrique de Andrade Gomes, 34 anos, transformaram uma mudança de rota profissional em negócio próprio. Há cinco anos, a sociedade nasceu quando um decidiu deixar a engenharia para estudar economia e empreender, enquanto o outro abriu mão da mesma área para se dedicar à gastronomia. O projeto ganhou forma ao longo de três anos, entre a compra do ponto, as obras e a formação acadêmica de ambos, até a abertura definitiva da casa.

Com foco em almoço e jantar, o Monte Moreno adotou um modelo pouco comum na região: funcionamento ininterrupto, das 8h às 22h, sem pausa entre os serviços. Outro diferencial está no cardápio, que muda semanalmente, sem pratos principais fixos — proposta que exige não só operação afinada, mas também um trabalho constante de adaptação e diálogo com o cliente. “Ter que educar o cliente para esse formato é um dos desafios”, relata Matheus.

A trajetória inclui momentos de pressão, como o período da pandemia e a alta nos custos de insumos, que impactaram diretamente o setor. Ainda assim, a decisão foi seguir investindo no conceito e na consistência do serviço. Agora, recém-associados ao Sindbares/Abrasel ES, os empresários veem na

entidade um ponto de apoio para qualificação e troca de informações. “Estar em contato com as informações do mercado, dentro de uma rede organizada, ajuda muito. Nosso plano é seguir trabalhando”, resumem.

Na prática, essa dinâmica se traduz em combinações que mudam a cada semana e reforçam a identidade autoral da casa. Entre as opções já servidas, aparecem pratos como risoto de queijo parmesão com pernil de cordeiro defumado, finalizado com gremolata de ervas e hortelã, além de penne ao molho pesto com crispy de Parma e maminha fatiada. O cardápio também passeia por propostas como frango empanado com purê de batata inglesa, acompanhado de brócolis e cenoura tostados, e nhoque ao molho de cogumelo no shoyu com toque de gorgonzola, além de bife de chorizo fatiado.

O Restaurante Monte Moreno funciona de terça a sábado, das 8h às 22h, e aos domingos, das 8h às 17h.





abraseL4(anos)



sindbares.com.br



[sindbares.abraseL](https://www.instagram.com/sindbares.abraseL)