



# GUIA ASSOCIADO

## 2025

atualizado em 12/08/2025



## Lembrete

**Invista no seu futuro!** O SindiNutri-SP oferece diversas vantagens e benefícios exclusivos para seus associados.

---

**#VemComAGente**

# OLÁ

A sindicalização fortalece a categoria, garante melhores salários, condições de trabalho e direitos. A união impulsiona a valorização da profissão e a qualidade dos serviços prestados à sociedade.

Avise outros profissionais que você faz parte do SindiNutri-SP e compartilhe este Guia com eles para que saibam o que oferecemos.

E atenção: nas próximas páginas, quando você ver este ícone  pode clicar para acessar mais detalhes daquilo que a gente oferece.

**LEMBRE-SE**

**NUTRICIONISTA  
SINDICALIZADO  
É MAIS FORTE**

# atendimento

**remoto**

TELEFONE ☎

(11) 3337-5263

WHATSAPP 📲

(11) 96400-0745 

E-MAIL ✉

[recepcao@sindinutrisp.org.br](mailto:recepcao@sindinutrisp.org.br)

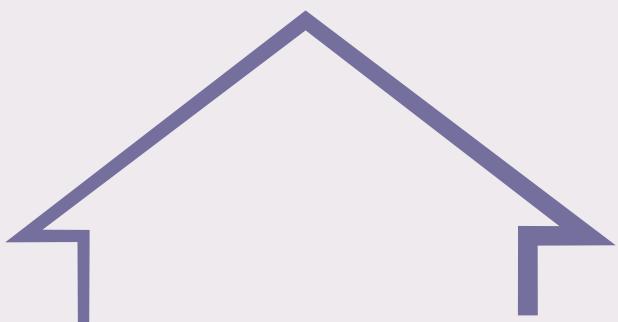
**presencial  
seg a sex  
9h às 17h**



**Av. Paulista, 453**

*13º andar, Conj. 134, Bela Vista, São Paulo - SP*

*em frente à estação Brigadeiro do Metrô*



**Entre, a casa é sua!**

**JÁ BAIXOU A  
SUA CARTEIRINHA?  
É NA HORA!**



frente



verso



**veja nossos  
*principais*  
benefícios**



A close-up photograph of a woman with dark skin and curly hair, smiling broadly with her eyes closed. She is wearing a white turtleneck sweater with thin black horizontal stripes. A small, gold-colored flower-shaped earring is visible in her left ear. She is also wearing a light-colored, ribbed headband. Her hands are resting on her pregnant belly. The background is a soft, out-of-focus beige.

cuide-se



# Associado SindiNutri-SP tem acesso a planos vantajosos em academias



**Bem-estar  
mental  
importa.**

O Wellhub te ajuda a cuidar da sua mente com meditação, mindfulness, técnicas de relaxamento, controle do estresse e muito mais.

Comece a focar no seu bem-estar hoje mesmo.

Cadastre-se grátis no site ou no app do **Wellhub**.



# *assistência* **ODONTO**

*para sócios e seus  
dependentes*

Gratuito para sócios que  
trabalham como CLT nos  
segmentos de Refeições  
Coletivas (Sinderc SP),  
Alimentação Escolar  
(Sindimerenda) e  
Entidades Filantrópicas  
Religiosas (Sinbfir)

Desconto especial para  
associados de outros  
segmentos ou que tenham  
feito associação direta.  
Consulte tabela de desconto.





# planos de **SAÚDE**

A smartphone displays a promotional advertisement for Géia Health Plans. The ad features a woman in a Géia uniform, a Unimed logo, and a card for Albert Einstein Telemedicine. A call-to-action button at the bottom right says "Faça a sua cotação agora".

Géia  
**PLANOS DE SAÚDE**  
COM ISENÇÃO DE CARÊNCIA E SEM COPARTICIPAÇÃO

Unimed Fesp

ALBERT EINSTEIN  
TELEMEDICINA  
**BENEFÍCIO**  
EXCLUSIVO GÉIA

Faça a sua cotação agora

# SindiNutri-SP possui programa de atendimento psicológico gratuito para Nutricionistas associados

Devido à grande demanda, o SindiNutri-SP implementou um sistema de fila de espera para garantir que o benefício chegue ao maior número possível de profissionais. O atendimento será realizado em ciclos de 20 sessões, com rodízio de 25 associados por vez, permitindo que a fila avance e mais Nutricionistas tenham acesso ao suporte psicológico.



# Cartão LIFECARD ASSIST dá mix de

## benefícios para Nutricionistas em

### Refeições Coletivas e Alimentação

#### Escolar



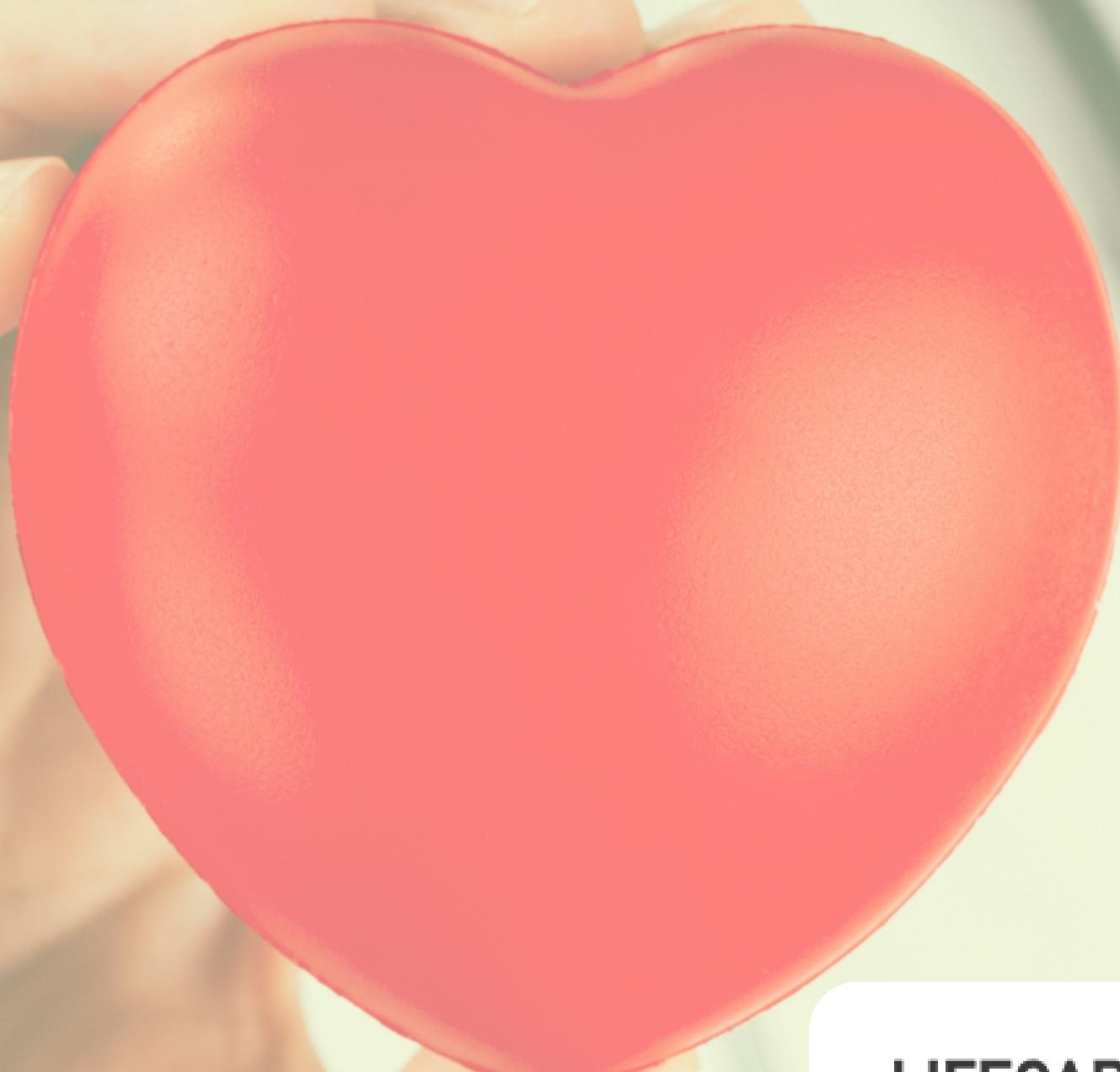
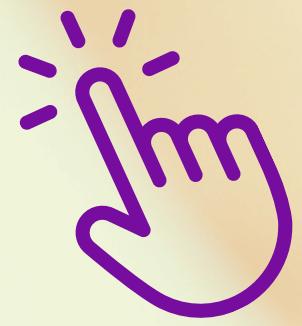
É importante destacar que o SindiNutri-SP conquistou esse importante benefício LIFECARD ASSIST nas Convenções Coletivas de Trabalho nos segmentos de Refeições Coletivas (Sinderc SP) e Alimentação Escolar (Sindimerenda). Por isso, por enquanto, essa vantagem só é garantida para Nutricionists CLTs que atuam nesses segmentos e que recolhem contribuição para o SindiNutri-SP. O esforço agora é para levar essa conquista para mais segmentos onde Nutricionistas atuam.



LIFECARDASSIST

**Nutricionistas de  
refeições coletivas  
e escolares podem  
ganhar kit  
maternidade**





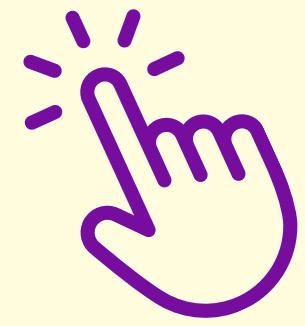
LIFECARDASSIST

Telemedicina 24h com apoio

psicológico incluso, além de

desconto em exames e

medicamentos



LIFECARDASSIST

Na hora do luto, benefício

do SindiNutri-SP garante

assistência funeral e auxílio

alimentação por 12 meses

visite



**Ubatuba-SP**



**Guarujá-SP**



**Capital-SP**



**MAFISA TURISMO**

*locais incríveis  
mais baratos*





Comemore o aniversário da  
criança com muita diversão

*ingressos  
com  
desconto*



Viva momentos refrescantes  
no parque aquático

# aprenda

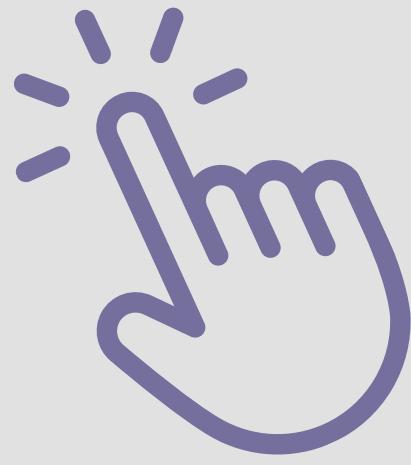


**CURSOS SINDINUTRI-SP**



**2025**

*Associado pode se inscrever  
gratuitamente em todos os cursos  
da grade 2025, na modalidade  
presencial ou via Zoom (ao vivo)*



*veja grade  
completa*





TEKNISA<sup>•</sup> TECFOOD

**40%**

**de desconto**

nos cursos EAD TecFood  
para associados do  
Sindinutri-SP



**O SindiNutri-SP possui parcerias que garantem descontos para associados em instituições de ensino que são referências para Nutricionistas**





Palestras Técnicas

Aulões

Oficinas

MasterClass

Fóruns

Seminários e Congressos



quase

**80%**

**DE DESCONTO**

Acordo do SindiNutri-SP com  
Canal Restaurante **oferece**  
**desconto para nutricionistas**  
sindicalizados

A partir de  
R\$ ~~49,00~~/mês

R\$ **9,90**  
/mês\*

Aprendizado e atualização do Mercado com  
certificação. 100% Online, 100% streaming,  
100% qualidade Canal Restaurante.

**Portal criado por um dos maiores produtores de  
conteúdos de food service, reúne Congressos,  
Seminários, Palestras, Fóruns com temas  
técnicos; Oficinas e Formação de liderança.**

**Assinatura mensal de R\$ 49, mas associado SindiNutri-SP  
paga só 9,90 durante os primeiros 12 meses; Após esse  
período, o valor volta a ser integral**



A woman with dark skin and curly hair tied back is sitting at a desk, looking directly at the camera with a serious expression. She is wearing a light green turtleneck sweater. A laptop is open in front of her, and she appears to be working or studying. The background is a blurred indoor setting.

**empreenda**

# CONSULTÓRIO GRATUITO PARA NUTRICIONISTA na Av. Paulista



Estrutura completa com  
notebook, balança  
e muito mais

ao lado da Estação  
Brigadeiro do Metrô





 MEDIANA

Associados têm à disposição  
balança de bioimpedância de  
última geração para agregar  
valor em suas consultas

# ESPAÇOS PARA EVENTOS, CURSOS E REUNIÕES

**auditório  
50 lugares**

**sala de reunião  
15 lugares**

**Av. Paulista  
ao lado do  
Metrô**



 **Sala Zoom  
para 300  
pessoas**



# Blubem



Nutricionistas associados

podem ter site personalizado

e gratuito





# **tabela de HONORÁRIOS**

*para prestação de serviços*

Esta tabela é válida exclusivamente para o Estado de São Paulo, que é a área de representação do SindiNutri-SP.

Ela é reajusta anualmente com a participação da categoria, sendo fruto de uma decisão coletiva.

Ela se refere a valores mínimos a serem cobrados, ou seja, cada profissional deve sempre adequá-la à realidade da sua área de atuação.

Jamais deprecie os seus valores cobrados, sob pena de ocorrer uma desvalorização que não é condizente com a importância das e dos Nutricionistas.

A bronze statue of Lady Justice, blindfolded and holding a scale, is positioned on the left side of the frame. The statue is highly detailed, showing intricate folds in her robe and the scales hanging from her raised arm.

**seus  
direitos**



O SindiNutri-SP mantém departamento jurídico completo para assessorar seus associados gratuitamente, seja celetista ou autônomo.

Dentre os temas mais consultados estão:  
Legislação trabalhista em geral; Homologação;  
Assédio; Dúvidas sobre direitos do profissional  
autônomo, tais como análise de contratos.

**central de denúncias  
com sigilo absoluto**

[sindinutrisp.org.br/denuncia](http://sindinutrisp.org.br/denuncia)

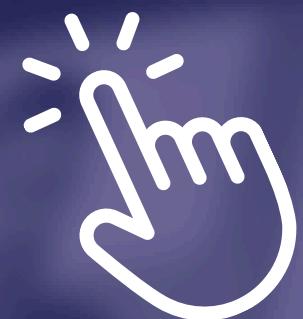




*participe das*

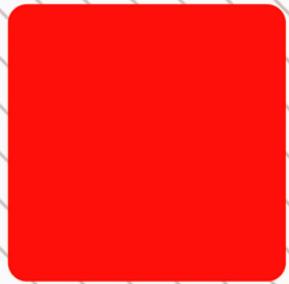
# ASSEMBLEIAS

**fique atento às convocações pelo  
nosso Instagram @sindinutrisp**



O SindiNutri-SP negocia com mais de 20 Sindicatos Patronais melhores condições de trabalho e reajustes anuais para trabalhadores com carteira assinada. Essas negociações coletivas muitas vezes demandam várias rodadas e a participação da categorias nas Assembleias que convocamos dá mais força. É muito comum os representantes das empresas oferecerem 0% de aumento e retirada de direitos já conquistados.





**SÓN**  
Sindicatos Online



**Quer  
recuperar  
um dinheiro  
que é seu?**

**Procure agora  
o sindicato  
e aproveite essa  
oportunidade.**

Restituição de valores  
descontados indevidamente  
dos trabalhadores.

# ação contra o INSS

Se você trabalhou com carteira assinada nos últimos cinco anos, tem dinheiro a receber. Isso porque todo trabalhador que contribuiu para o INSS, ou regime próprio de previdência, sofreu descontos indevidos, e agora pode recuperá-los judicialmente.

Sob a assessoria jurídica da Sindicatos Online, o SindiNutri-SP entrou com ação coletiva contra o Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS) para reaver esses valores e entregá-los de volta à categoria.



# ESCUTA ATIVA



Chama que  
**a gente  
VISITA**



Nossa presidente mantém agenda aberta o ano todo para visitar e receber Nutricionistas e falar de benefícios, conquistas sindicais e ouvir reclamações

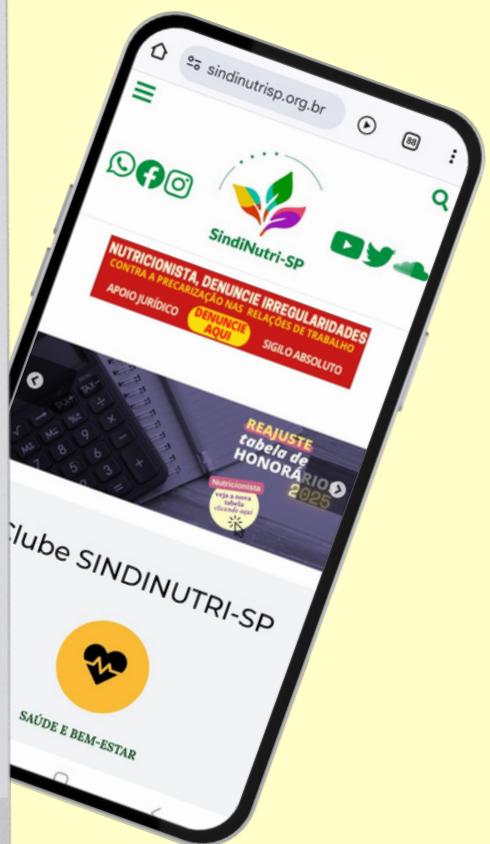
A close-up photograph of a young woman with long brown hair, smiling and looking down at her smartphone. She is wearing a grey sleeveless top and a white t-shirt underneath. The background is blurred, showing an indoor setting with a lamp and some furniture.

informe-se

# sindinutrisp.org.br

**site atualizado toda semana  
veja na tela do computador ou  
na palma da mão**

The screenshot shows the homepage of the SindiNutri-SP website. At the top, there's a red banner with white text: "NUTRICIONISTA, DENUNCIE IRREGULARIDADES CONTRA A PRECARIZAÇÃO NAS RELAÇÕES DE TRABALHO", "APOIO JURÍDICO", "DENUNCIE AQUI", and "SIGILO ABSOLUTO". Below the banner, the SindiNutri-SP logo is displayed. The main content features a large image of a modern building at night. Overlaid on this image is the text "Ambulatório para você" and a list of services: "mamografia, fisioterapia, acupuntura, psicologia, exames e mais". To the right, there's a call-to-action button "CLIQUE" with the text "accesse a tabela para os sócios do SINDICATO". The navigation menu includes links for Home, Empregos, Benefícios, Fique sócio, Contribuições, Gerência Técnica, Cadastro, and Fale Conosco.

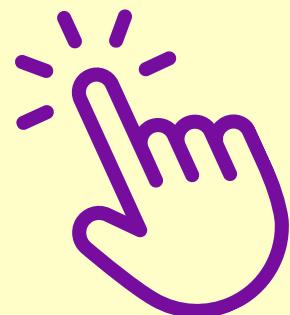


**Boletim Resumo Nutritivo  
semanário que informa sobre  
o universo da Saúde e Nutrição**



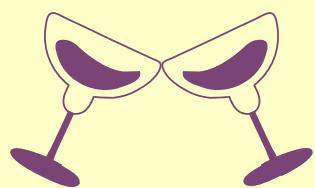
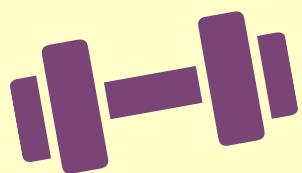
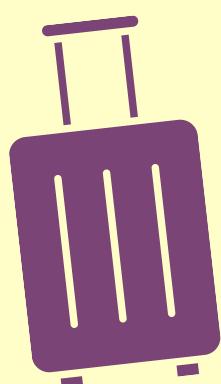
# *Acesse nossa central de benefícios*

[sindinutrisp.org.br/beneficios](http://sindinutrisp.org.br/beneficios)



## *Ampla REDE DE DESCONTOS*

*Educação, moda, lazer, viagens,  
atendimentos clínicos... e muito  
mais. Novos parceiros não  
param de chegar*



*Ficou com  
alguma  
dúvida?*

**CHAME A GENTE PELO  
WHATSAPP**

**(11) 96400-0745**

