

- CONTEÚDO SOBRE AS ELEIÇÕES
- O DRAMA DOS TERCEIRIZADOS NA UFRJ

Jornal do Sintufjr

A SERVIÇO DA CATEGORIA

Ano XXVII - Nº 1379

18 a 24 de julho de 2022

www.sintufjr.org.br

Ponto Eletrônico

TESTE REJEITADO NO HUCFF

Página 3

Aposentados e Pensionistas



Coordenação discute plano em clima de reencontro no Espaço Cultural

Páginas 4 e 5

Rotina de bem-viver



Com coordenação renovada, a área de esporte e lazer tem no Espaço Saúde destaque para a qualidade de vida do trabalhador.

Páginas 6 e 7

Caravaneiros: memória histórica das lutas da categoria

A Coordenação de Organização e Política Sindical se reuniu com as parceiras e parceiros caravaneiros do Sintufrj, na quinta-feira, 14, no Espaço Cultural da entidade. O encontro foi uma troca de experiências e sugestões para melhorar a participação da categoria em viagens futuras de mobilizações e lutas.

“Nosso objetivo é retomar a organização dos caravaneiros, entendendo que as caravanas são um importante instrumento de luta da UFRJ, e em nível nacional”, disse o coordenador Fábio Marinho. “A atuação das caravanas

e de seus integrantes faz parte de um processo de politização permanente da categoria”, acrescentou o dirigente.

Como exemplo da importância das caravanas em nível nacional, ele citou a mobilização contra os cortes de verbas da Educação pelo governo Bolsonaro.

Além de Fábio Marinho, integram a Coordenação de Organização e Política Sindical Ana Beatriz Pinheiro e Luciano Nascimento.

REGRAS – A coordenadora de Educação, Cultura e Formação Sindical Helena Vicente leu



as regras de conduta dos caravaneiros aprovadas em assembleia da categoria em 2013, e infor-

mou que “elas serão aprimoradas”.

MEMÓRIA – Ficou definida a realização de um

encontro para reunir fotos, vídeos e informações sobre a atuação das caravanas ao longo dos anos.

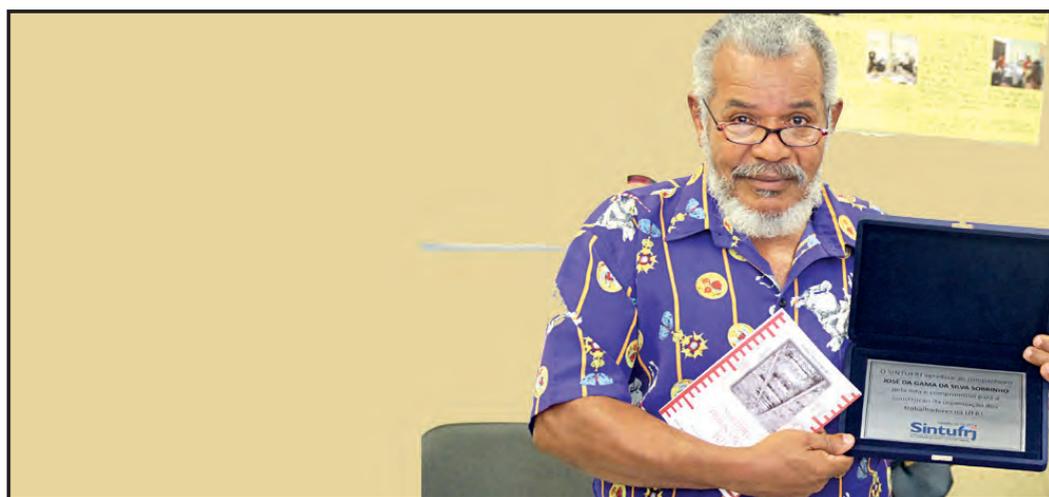
“Sempre fui caravaneiro”

Uma homenagem foi feita ao caravaneiro mais antigo do Sintufrj, José Gama da Silva Sobrinho, o Seu Gama, 74 anos, que faleceu em 11 de julho. Ele também se destacava como sendo um dos aposentados mais presentes nas assembleias da cate-

goria. Foi um minuto de silêncio acompanhado da mais sincera tristeza.

“Sempre fui caravaneiro”, orgulhava-se em repetir Seu Gama. Ele morava há 40 anos na Vila Residencial, e seu último posto de trabalho na UFRJ foi na recepção

da Reitoria. “Tenho muitas fotos dos movimentos de rua e das caravanas de que participei”, contou o companheiro – um dos homenageados do Sintufrj em evento no Dia Nacional de Luta dos Aposentados, em 24 de janeiro de 2013.



GT-LGBT Sintufrj

O primeiro Grupo de Trabalho LGBT do Sintufrj será instalado pela Coordenação de Políticas Sociais no dia 19 de agosto, às 15h, no Espaço Cultural da entidade. “Esse é um debate importante, porque envolve diferentes questões fundamentais da classe trabalhadora, por isso tem que ser pautado”, disse a coordenadora Vânia Godinho.

In Memoriam



Com pesar, registramos o falecimento dos servidores:

- Angélica Glória Piran, técnica-administrativa da Faculdade de Odontologia, no dia 12 de junho.
- José Carlos Lina de Almeida, da Divisão de Enfermagem do HUCFF, no dia 3 de julho.

A VITÓRIA DO NÃO

Mais de 90% dos servidores que participaram do plebiscito sobre o teste do ponto eletrônico disseram **NÃO** ao teste do controle digital da frequência

Os servidores do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho (HUCFF) decidiram rejeitar o teste do sistema de controle digital de frequência proposto pela Reitoria.

O resultado da consulta está em sintonia com a posição da diretoria do Sintufrj, cujos dirigentes defenderam em diversas assembleias a posição da categoria de contrariedade ao ponto eletrônico.

Dos 573 trabalhadores que participaram da consulta, 560 votaram pelo NÃO e 13 pelo sim.

O resultado da consulta foi entregue pelo Sintufrj à direção do hospital e será entregue à Reitoria. Ata, listas e cédulas de votação estão disponíveis na sede do sindicato para consulta até quarta-feira, dia 20.

O número de votantes foi quase equivalente ao número de servidores que participou

das recentes eleições em abril que elegeu a atual diretoria do Sintufrj. A vitória do Não foi esmagadora: 97% rejeitaram o teste do ponto eletrônico.

De acordo com Esteban Crescente, coordenador-geral, o resultado da consulta traz fortes sinalizações, como a necessidade de um maior diálogo entre a direção da universidade e do hospital com a categoria. Ele destacou, também, que a consulta foi realizada dentro de um processo democrático.

“É preciso destacar que foi um processo democrático. O sindicato, junto à categoria, organizou duas reuniões de base. Entre essas duas reuniões, houve encontro com a chefia do hospital, chefes de setores. E a Pró-Reitoria de Pessoal (PR-4) apresentou a proposta de teste e ouviu questionamentos da base”, observou o dirigente.

APURAÇÃO.
Votos de quase 600 trabalhadores foram apurados na subsede do Sintufrj no HUCFF



Luta contra os cortes é central

O coordenador-geral do Sintufrj disse que o plebiscito veio consolidar de forma clara e objetiva o posicionamento dos servidores do hospital em relação ao controle eletrônico de frequência.

“Já existe controle de ponto, controle de frequência não só no HU. E o resultado do trabalho dos

servidores técnico-administrativos em educação indica excelência, o que é atestado pela posição da UFRJ nos rankings internacionais.”, salientou Esteban Crescente.

Ele disse que o momento exige unidade da comunidade universitária para lutar pela questão central que é o corte de verbas. “Trata-se

de uma situação que compromete as condições de trabalho, o atendimento ao usuário, à sociedade”.

“Arregaçar as mangas para lutar por infraestrutura, orçamento, dinheiro para pesquisa, investimento em ciência é agenda obrigatória para a universidade”, disse o dirigente.

HUCFF: Reunião terça-feira, 19 de julho, no auditório Alice Rosa, às 13h
Pauta: Luta contra o ponto eletrônico e insalubridade

GESTÃO 2022-2025



SINDICATO DOS TRABALHADORES EM EDUCAÇÃO
DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

EDITAL nº 002/2022

O Sindicato dos Trabalhadores em Educação da Universidade Federal do Rio de Janeiro, doravante denominado SINTUFRJ, torna público o presente Edital referente à abertura das inscrições do processo de seleção para cessão de barracas juninas do Arraiá do SINTUFRJ, que ocorrerá no dia 12 de agosto de 2022, das 14:00h às 20:00h, na Praça Jorge Machado Moreira – s/n, Ilha do Fundão, Cidade Universitária, Rio de Janeiro, para um público estimado de 500 pessoas.

DAS BARRACAS TÍPICAS:

1. Serão disponibilizadas 32 (trinta e duas) vagas para barracas típicas juninas, divididas da seguinte forma:
 - 04 para doces
 - 05 para caldos
 - 05 para churrasquinhos
 - 05 para bebidas
 - 04 para artesanato e vestuário

- 05 para salgados diversos

- 04 para entretenimentos

2. É obrigatória a ornamentação das barracas com tema junino no dia do evento pelos respectivos responsáveis.

3. Os itens a serem vendidos nas barracas deverão ser, no mínimo, diversificados entre 5 dos sugeridos abaixo:

a) Doces: canjica, paamonha, maçã do amor, arroz doce, tapioca doce, paçoca, cocada, bolos (milho, fubá, coco, laranja, cenoura com chocolate etc.), pudins (leite condensado, tapioca, claras, manjar de coco etc.), quebra-queixo, pé de moleque, cuscuz, bom-bocado, quindim e demais doces típicos juninos.

b) Salgados: cachorro- quente, sanduíches, salgados em geral (salgados fritos e assados, empadões, tortas salgadas, pizzas etc.), pipoca salgada, milho-verde (cozido), porções

de petiscos (aipim frito, linguiça calabresa, batata frita etc.) .

c) Caldos: caldo verde, sopa de ervilha, caldo de feijão, caldo de moco-tó, creme de aipim com carne-seca e demais caldos típicos juninos.

d) Churrasquinhos: espetinhos de carne, frango, porco, linguiças, mistos, salsichão e queijo coalho acompanhados de farofa e vinagrete.

e) Bebidas: cervejas, batidas, caipifrutas, quentão, licores, água, refrigerantes, sucos, bebidas não alcoólicas sem gás em geral.

f) Artesanato e vestuário: bijuterias em geral, tapeçaria, bordados, trabalhos manuais, roupas de malha e/ou algodão em geral etc.

g) Entretenimentos: pescaria, boca do palhaço, jogo de argolas, bola na lata.

4. Cada barraqueiro terá total responsabilidade

pelo material a ser vendido (comidas típicas, bebidas, artesanato, vestuário etc.), assim como por equipamentos, utensílios, descartáveis, ornamentação e limpeza.

DA INFRAESTRUTURA

1. As barracas serão locadas pelo SINTUFRJ, nas dimensões de 1,80 x 0,90 metro.

2. Serão oferecidos para cada barraca: 2 pontos de energia de 127w (1 para tomada e 1 para lâmpada) e um jogo de mesa com 4 cadeiras de plástico. Não haverá fornecimento de gás.

DOS CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

1. Poderão participar desta seleção servidores ativos, aposentados, pensionistas, trabalhadores terceirizados, extraquadros, NES e estudantes com matrícula ativa na UFRJ.

2. Só será aceita uma inscrição por CPF.

3. A seleção será fei-

ta por sorteio público a ocorrer na sede do SINTUFRJ, no dia 22 de julho de 2022, sexta-feira, às 10:00h.

4. A tabela de precificação dos serviços e produtos a serem oferecidos no evento será conforme abaixo:

a) alimentícios, incluindo bebidas - de R\$2,00 (dois reais) até R\$15,00 (quinze reais) por item.

b) artesanatos e vestuários - de R\$2,00 (dois reais) até R\$30,00 (trinta reais) por item.

c) entretenimento - de R\$2,00 (dois reais) até R\$5,00 (cinco reais) por item.

DA INSCRIÇÃO

1. As inscrições serão realizadas pelos interessados, das 10:00h do dia 18 de julho de 2022 às 15:00h do dia 21 de julho de 2022, por meio do preenchimento de formulário eletrônico disponível no site do SINTUFRJ

(<http://sintufrj.org.br>).

2. A relação dos inscritos será divulgada online no dia 21 de julho de 2022 no site do SINTUFRJ.

DO SORTEIO

1. Ocorrerá na sede do SINTUFRJ no dia 22 de julho de 2022, às 10:00h, no Espaço Cultural.

2. A relação dos sorteados será publicizada no site do SINTUFRJ.

DO PREENCHIMENTO

DAS VAGAS

1. O sorteado deverá:

a) comparecer na sede do SINTUFRJ em 28 de julho de 2022, para reunião, às 10:00h, no Espaço Cultural, munidos de comprovante de vínculo com a UFRJ, RG, CPF e de residência.

b) realizar pagamento EM ESPÉCIE de taxa de uso da barraca no valor de R\$50,00 (cinquenta reais) na referida reunião.

c) O não comparecimento à reunião, a fal-

ta de documentação ou o não pagamento da taxa acarretarão a desclassificação do sorteado, sendo a vaga ocupada pelo próximo na lista geral.

DAS DISPOSIÇÕES

FINAIS

1. Os casos omissos serão analisados pela comissão organizadora do evento.

2. Os selecionados neste edital deverão assinar um termo compromisso com a entidade organizadora, a fim de garantir a

participação no evento.

3. Não será permitida a venda de produtos em garrafas, copos ou vasilhames de vidro.

4. As tabelas de precificação para os serviços e produtos ofertados nas barracas devem ser rigorosamente cumpridas, sob pena de perder o direito de participar durante o evento e nos próximos organizados pelo SINTUFRJ.

5. É responsabilidade de cada selecionado

manter mesa, cadeiras, iluminação e barracas em perfeito estado de conservação, desde o momento de recebimento das barracas até o momento da entrega.

6. É responsabilidade de cada selecionado manter o espaço referente à barraca aseado.

7. As barracas estarão liberadas para uso no local do evento a partir das 11:00h e deverão estar liberadas para desmontagem, no máximo, às 21:00h.

CALENDÁRIO DO EVENTO

Publicação do Edital	15/07/22
Inscrições no site	18 a 21/07/22
Sorteio das vagas	22/07/22
Reunião com os sorteados no Espaço Cultural	28/07/22
Reunião com os ocupantes das vagas remanescentes	02/08/22
Arraiaí do Sintufrj	12/08/22

INFORMAÇÕES A SEREM COLHIDAS NO FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO ONLINE

“NOME COMPLETO:”

“ENDEREÇO:”

“CELULAR:”

“EMAIL:”

“RG:”

“CPF:”

“TIPO DE VÍNCULO:”

SERVIDOR ATIVO *
SERVIDOR APOSENTADO *
NES *
EXTRA-QUADRO **
TERCEIRIZADO **
ESTUDANTE ***

* PARA ESTA SELEÇÃO, ABRIR CAMPO “SIAPE” PARA INSERIR O NÚMERO DO SIAPE

** PARA ESTA SELEÇÃO, ABRIR CAMPO “EMPRESA E LOCAL DE TRABALHO” PARA INSERIR NOME DA EMPRESA E LOCAL DE TRABALHO

*** PARA ESTA SELEÇÃO, ABRIR CAMPO “DRE” PARA INSERIR O NÚMERO DO DRE

“TIPOS DE BARRACA:” (PERMITIR SELEÇÃO DE UM SÓ)

- CALDOS
- CHURRASCOS
- SALGADOS
- DOCES
- BEBIDAS
- ARTESANATO E VESTUÁRIO
- ENTRETENIMENTO

“Detalhe os itens que irá oferecer na sua barraca:” (Campo aberto para escrita de texto)

O clima de reencontro marcou a primeira reunião pós-pandemia de aposentados(as) e pensionistas no Espaço Cultural do SintufRJ na manhã de quarta-feira (13). Lembranças e disposição de luta fizeram parte do cardápio na recepção preparada pelo sindicato, que incluiu um café da manhã.

Precedeu a reunião, um minuto de silêncio em memória dos companheiros que faleceram – especialmente ao caravaneiro mais antigo, José Gama, que partiu recentemente, dia 11 de julho.

A nova Coordenação de Aposentados e Pensionistas, Ana Célia da Silva, Fátima Rosane Rocha e Maria Inês Guimarães, se apresentou. Assim como os coordenadores Esteban Crescente (Geral), Edmilson Pereira e Helena Vicente (Educação, Cultura e Formação Sindical), Anai Estrela (Políticas Sociais) e Carmen Lúcia (Administração e Finanças).

A coordenação informou que irá retomar as

Coordenação

Os titulares da Coordenação de Aposentados(as) e Pensionistas apresentaram também a proposta da direção em termos de saúde e formação para esse segmento da categoria. Valorização dos companheiros aposentados e portas abertas foi o recado dado pela nova gestão.

Ana Célia reiterou o alerta que vem sendo feito

O REENCONTRO

Primeira reunião de aposentados(as) e pensionistas já destaca a importância do segmento para o fortalecimento do SintufRJ

reuniões com os aposentados, no mínimo mensais, às quartas-feiras. A próxima está marcada para 27 de julho, às 10h, no Espaço Cultural.

Os diretores deram as boas-vindas, ressaltando

a importância da troca de experiências com os aposentados, sua valorização e participação no movimento dos técnicos-administrativos informando sobre a luta política, especialmente em relação ao

Decreto nº 10.620/2021, que transfere aposentadorias e pensões dos servidores para o INSS.

“Temos muita luta pela frente. Fizemos um abaixo-assinado para a Reitoria para que acione a An-

difes (reitores) e pressione o governo”, disse Esteban. “Esse decreto significa o fim da previdência dos servidores públicos. Então, essa luta está ligada à derrubada desse governo”, acrescentou.

Fotos: Renan Silva



COORDENADORES

na reunião que abriu os encontros de aposentados e pensionistas. Acima, Lindalva Paim, que, com Orestes Manoel, vai comandar atividades relacionadas à saúde mental

pelo SintufRJ sobre golpes que vêm sendo aplicados na categoria por estelionatários acerca de supostas liberações de valores relacionadas a ações judiciais movidas pelo sindicato. “Não caiam nessa armadilha. Se receberem qualquer contato ou comunicação procurem o sindicato”, avisou a coordenadora.

Anai Estrela informou

que a Coordenação de Políticas Sociais, integrada também por Rafael Raposo e Vânia Godinho, está pronta para receber as demandas dos aposentados de segunda a sexta-feira.

A coordenadora Carmen Lúcia, técnica-administrativa do Instituto de Atenção à Saúde São Francisco de Assis – Hesfa, destacou a atenção à saúde.

“O sindicato está aberto para todos os aposentados e pensionistas. Sem vocês ele não tem razão de existir. Prevenir é o melhor remédio. Saúde não tem preço”, anunciou.

O coordenador Edmilson Pereira destacou o projeto da pasta da Educação, Cultura e Formação Sindical, que pretende aliar

lazer e cultura. “Vamos conhecer lugares e aprender sua história”, observou.

Francisco de Assis, ex-dirigente do SintufRJ e hoje assessor, lembrou que o esforço para mobilizar os aposentados começou em 2007 com a inauguração de reuniões mensais e incentivo à participação no cotidiano e nas ações do sindicato.

RUMO A BRASÍLIA

Grupo já saiu com importante tarefa, que é representar o Sintufjrj no IX Encontro Nacional de Aposentados e Pensionistas, que será realizado de 18 a 20 de agosto, em Brasília

Fotos: Renan Silva



A REUNIÃO abriu espaço para interação entre os participantes. O sindicato organizou um café da manhã para o pessoal



Cerca de 50 companheiros irão participar do encontro que este ano tem como lema “Respeito, Direitos e Saúde Mental em Tempos de Governo de Exceção e de Pandemia”. Constam da pauta o Decreto nº 10.620/2021 e saúde mental e física na terceira idade, entre outros pontos.

Na reunião de terça-feira, um vídeo explicativo da Fasubra sobre o decreto foi exibido para situar os aposentados. E um importante documento foi referendado: a “Carta Manifesto dos Aposentados(as) da UFRJ contra o Decreto 10.620/2021”.

O manifesto foi enca-

minhado à reitora Denise Pires de Carvalho e a integrantes do Consuni no ano passado, 28 de outubro, Dia do Servidor Público.

A coordenadora de Educação, Cultura e Formação Sindical do Sintufjrj Helena Vicente leu o documento. Ela informou que no momento o de-

creto está suspenso por pressão da Fasubra, mas a ameaça paira.

Saúde

A direção sindical está promovendo ações para investir na saúde física e mental dos aposentados, conforme proposto em sua carta-programa. Foram apresentados dois profissionais aposentados da UFRJ, Lindalva Paim e Orestes Manoel, que comandarão as atividades.

Lindalva, que nos últimos sete anos trabalhou com medicina alternativa no Serviço de Saúde do Trabalhador do HUCFF, lançará mão da utilização da medicina chinesa para promover o bem-estar físico e mental dos aposentados.

“A energia vital passa pelo nosso corpo e está em permanente mudança. Isso nos traz saúde. Então, é nos movimentar, buscar disposição

para nos divertir e realizar atividades”, esclarece Lindalva.

Orestes, com experiência em trabalhos desenvolvidos na Escola de Educação Física e no Instituto de Psiquiatria, estará voltado para orientar trabalhos de alongamento e fortalecimento muscular.

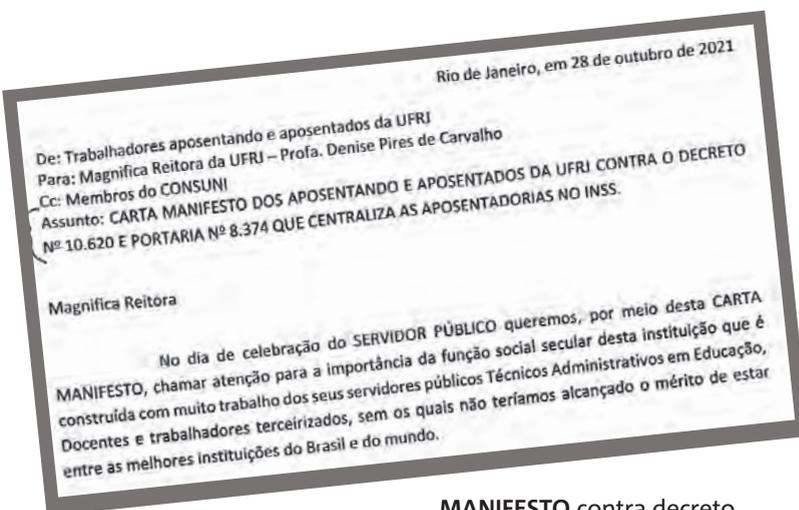
“Depois dos 50 vamos perdendo massa muscular e força. Precisamos fazer um trabalho de recuperação. E o esporte, por sua vez, é importante para tirar a pessoa do marasmo e do desânimo”, explica Orestes.

Expectativas

A coordenação de Aposentados ao final da reunião solicitou aos participantes que encaminhassem suas expectativas em relação ao Sintufjrj.

“Achei a reunião excelente. Gostei da recepção e da disponibilidade em nos atender. Precisamos de apoio e participar efetivamente do cotidiano do movimento. É apoiar a direção para termos mais força”, disse Dalmar Villela, aposentado da Prefeitura Universitária.

“Conheço esse decreto, e quando foi publicado não vi o sindicato fazer nada. Isso envolve não só a transferência para o INSS, mas também significa o fim da nossa equiparação garantida na carreira”, desabafa Vanda Silva, técnica-administrativa da Comissão de Direitos do Paciente do HUCFF, aposentada há três anos.



MANIFESTO contra decreto que prejudica aposentados e pensionistas

“Tá estressado? Vem dançar”

As oficinas de Pintura, Patchwork e Dança de Salão estão com inscrições abertas. Essas atividades são uma verdadeira terapia ocupacional para quem se aposentou.

A oficina de Patchwork é ministrada pela professora Débora Oliveira, às segundas-feiras, das 9h às 12h.

A oficina de Pintura é realizada às quartas-feiras, das 9h às 12h e das 14h às 17h, com a professora Fátima Ruivace.

“Tá estressado? Vem dançar”, convida o professor de Dança de Salão, Luiz Ferreira. As aulas são às segundas e sextas-feiras, das 12h30 às 18h30; terças e quintas-feiras, das 17h às 18h.

Projetos e disposição são o que não

Fotos: Renan Silva

Com entusiasmo e energia de estreadores, os novos coordenadores de Esporte e Lazer do SintufRJ se preparam para pôr em prática alguns dos 14 projetos idealizados durante a campanha eleitoral para a direção do Sindicato.

Jorge Emanuell, Waldir Dias Oliveira (Lalá) e João Pereira Luiz (Boro) pretendem ampliar o espaço físico da academia para oferecer novas modalidades de treinamento funcional e com isso conquistar a adesão dos servidores jovens da UFRJ.

Defesa pessoal

Uma das novidades cogitadas pelos dirigentes é o Krav Magá – única técnica de luta de auto-defesa pessoal que não é reconhecida como arte marcial. Segundo o colaborador da Coordenação de Esporte e Lazer, José Carlos Xavier, do setor de Processos (Siarq/DGDI), o público-alvo seria as mulheres. “Em tempos de tanta violência, elas precisam aprender a se defender”, afirmou.

Lalá está empregado com a responsabilidade assumida com a categoria. “Ainda não fizemos uma reunião com a equipe de profissionais para saber das pendências e necessidades do Espaço Saúde. No momento estamos organizando a sala da coordenação”, explicou o dirigente, técnico de eletricidade do Instituto



UM detalhe da academia do Espaço Saúde SintufRJ, onde se sua a camisa sob o olhar atento dos professores



JORGE Emanuell, Waldir de Oliveira (Lalá) e José Carlos

de Biofísica, com passagem pelo Hospital Universitário Clementino Fraga Filho.

Futebol Antifascista da UFRJ

Vigilante desde 1990 na UFRJ, lotado na Escola de Educação Física

e Desportos, onde também fez sua graduação e se pós-graduou, Jorge Emanuell não se separa da pasta onde guarda os projetos da coordenação. “Aceitei o desafio (de ser coordenador do Sindicato) como forma de retribuir à comunidade universitária o conhecimento que adquiri de for-

ma gratuita e de qualidade”, disse. “Entre agosto e setembro”, antecipou, “vamos lançar o Futebol Antifascista da UFRJ”.

Espaço Saúde SintufRJ é a cereja do bolo

“Promover qualidade de vida e bem-estar emocional aos sindicalizados e seus dependentes, oferecendo atividades físicas e terapias alternativas, num ambiente agradável e propício a trocas entre amigos e colegas de trabalho” é como Jorge Emanuell e Lalá definem o Espaço Saúde SintufRJ, com a concordância de José Carlos.

As aulas de musculação e as de dança, que misturam ritmos e ginás-

tica, segundo Jorge Emanuell, contribuem para o bem-estar físico e social dos usuários do Espaço. “A orientação dos qualificados fisioterapeutas e professores de educação física proporciona um ganho de força e o reestabelecimento da independência funcional, principalmente daqueles que se encontram nos diversos níveis do sedentarismo”, complementa o coordenador, que pretende retomar as aulas de ioga.

E para alívio do estresse e das dores musculares, os coordenadores recomendam as terapias alternativas – massagens relaxantes com pedras quentes, reflexologia e auriculoterapia – e a prática de RPG e pilates.

faltam à nova coordenação

Fotos: Renan Silva



AULA de jump para perder peso rápido é disputada

Rotina do bem-viver

O Espaço Saúde Sintufrj funciona de segunda a sexta-feira, das 7h às 19h. Está localizado no mesmo terreno onde fica a sede do Sindicato, na Cidade Universitária (Fundão). O cadastro é feito pessoalmente, mas o agendamento para a avaliação física pode ser pelo telefone (21) 3194-7123 ou pelo e-mail espacosaude@sintufrj.org.br

Números

Em junho, a frequência no Espaço Saúde foi a seguinte:

Musculação: 247 pessoas; Aulas coletivas: 41 pessoas; Pilates: 79 pessoas; Projeto Esticando as Pernas: 19 pessoas; RPG: 30 pessoas; Terapias alternativas: 76 frequentadores.

Conscientização pós-pandemia

“A pandemia despertou a consciência de uma grande parcela da população

Atividades da academia

Musculação: das 7h às 18h30.

Aulas coletivas (ritmos, jump e ginástica localizada): Manhã: 3ª e 5ª – 7h, ginástica localizada; 8h, ritmos. Tarde: 2ª e 4ª – 16h, ritmos; 16h40, ginástica localizada; 17h30, jump.

Esticando as pernas

2ª e 4ª – 7h às 8h. Bora correr!

RPG (atendimento por agendamento)

Manhã: 3ª e 5ª – 7h, 8h, 9h, 10h, 11h, 12h.

Tarde: 2ª – 13h, 14h, 15h, 16h, 17, 18h.

Pilates terapêutico (por agendamento)

Manhã: 2ª e 4ª – 7h, 8h, 9h, 10h, 11h, 12h.

Tarde: 3ª e 5ª – 13h, 14h, 15h, 16h, 17h, 18h.

Terapias alternativas (massagem relaxante com pedras quentes, reflexologia podal e auriculoterapia): às segundas-feiras, das 7h às 13h; às quartas-feiras, das 7h às 19h.

sobre a importância da prática regular do exercício físico moderado como prevenção de várias doenças e fatores de risco, podemos acrescentar também a contribuição positiva no sistema imune e no bem-estar mental”, observou Carla Nascimento, coordenadora pedagógica e responsável técnica pelo Espaço Saúde Sintufrj.

Faz a diferença

De acordo com a profissional, é importante que o programa de treinamen-

to de cada pessoa seja prescrito e acompanhado por um profissional de Educação Física. “A boa orientação faz toda a diferença”, garantiu.

Equipe do Espaço

Fisioterapeutas: Fabiana Cardoso, Maria de Lurdes Pereira e Elaine Rocha; **professores de Educação Física:** Elaine Moraes, Michele Gomes e Carlos Guimarães; **estagiários:** Matheus Fonseca e Aline Alves, e a secretária Carla Dumas.

Relação de servidores com o Espaço



Carolina Akem, da biblioteca do Centro de Ciências da Saúde (CCS), frequenta o Espaço Saúde desde 2019, onde atualmente faz musculação e pilates: “Essa é a academia ideal, porque não é superlotada e consigo ter muita atenção dos profissionais.”



Leandro Jesus Souza, 31 anos, TI do Complexo Hospitalar, há duas semanas se cadastrou no Espaço Saúde e faz musculação de segunda a sexta-feira. “São todos muito atenciosos, sempre de olho no que estamos fazendo”, elogiou, e mandou um recado aos colegas de trabalho: “O pessoal da minha área, que trabalha o tempo todo sentado, precisa se exercitar. Com esse espaço à disposição é só tirar uma horinha por dia.”



José Avelino, 65 anos, 44 dos quais dedicados à UFRJ, conta

que seus problemas de coluna e as dores nas pernas acabaram depois que passou a fazer pilates no Espaço Saúde duas vezes na semana. “Já fico até de cócoras”, comemora. “Eu não sabia que aqui tinha essas coisas boas”, admira-se ele, que no dia 15 de julho irá participar de uma caminhada de Acari a Aparecida do Norte.

2023 NO HORIZONTE

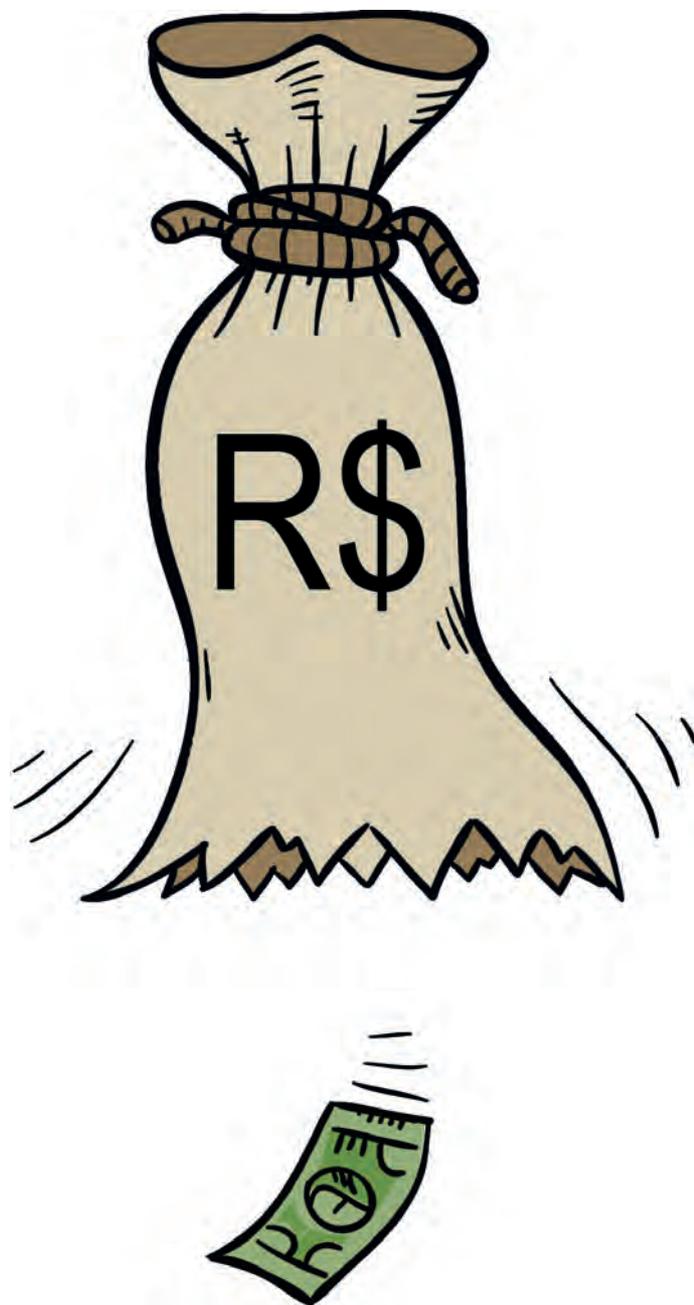
Servidores: esperança de recomposição salarial se volta para o próximo ano, depois de período prolongado de congelamento e preços explodindo com inflação em alta

Por elas normas legais, em ano eleitoral não é mais possível qualquer alteração em despesas de pessoal este ano. O prazo-limite foi 4 de julho. Por isso, o Fonasefe (Fórum das Entidades Nacionais dos Servidores Públicos Federais), do qual a Fasubra faz parte, se mobiliza para garantir verba para reajuste do funcionalismo na Lei de Diretrizes Orçamentárias (LDO) para 2023.

Na terça-feira (12), em votação da Lei de Diretrizes Orçamentárias, o Congresso autorizou a reestruturação e a recomposição salarial para as categorias da Segurança Pública, promessa de campanha de Bolsonaro.

O relator, Marcos do Val (Podemos-ES), não incluiu no relatório a previsão de reestruturação ou recomposição salarial a outras categorias do funcionalismo público, mas permitiu ao governo federal conceder mais reajustes “que não impliquem em aumento de despesa”.

“Agora é lutar para colocar a gente dentro. O Fonasefe apresentou emenda. E percorremos o parlamento conversando com os deputados”, afirmou o coordenador-geral da Fasubra, Antônio Alves, o Toninho. A LDO ainda vai à sanção presidencial.



PRESSÃO

A Fasubra e as entidades do Fonasefe promoveram Jornada de Lutas de 4 a 7 de julho com diversos atos contra os cortes no orçamento da Educação, pela recomposição salarial, pela negociação coletiva dos servidores pú-

blicos, contra a privatização das estatais e pela imediata abertura dos trabalhos da CPI do MEC. Esta jornada contou com pressão aos parlamentares na saída dos Estados, na recepção no aeroporto de Brasília e protestos na Câmara dos De-

Piso nacional para enfermagem

Foi aprovado na quarta-feira (13/7) no plenário da Câmara e já em segundo turno o piso salarial da enfermagem (PEC 11/22), conquista histórica da categoria, resultado de uma jornada de 30 anos de luta. Esse piso, explica a Fasubra, não vale

para a enfermagem que faz parte do Plano de Carreira dos Cargos Técnico-Administrativos em Educação (PCCTAE). Temos a nossa tabela própria. Enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem estão agrupados no grupo de nível superior.

putados e entrega de manifesto na Câmara e Senado.

“Estamos mobilizados, apesar do fim dos prazos para reajuste este ano. Semana passada fizemos um esforço concentrado com ação nos aeroportos cobrando o orçamento. Esta semana estivemos com o relator, para ele deixar disponível verba para podermos fazer negociação salarial ano que vem e também negociação individual de carreira. Nossa campanha está na rua, em defesa do reajuste, da negociação coletiva dos servidores, contra os cortes na Educação, principalmente nas universidades”, declara o coordenador de Relações Jurídicas e Trabalho da Fasubra,

João Paulo Ribeiro, o JP.

Em nota, a Frente Parlamentar Mista em Defesa do Serviço Público criticou a “não” política do governo Bolsonaro para os servidores públicos. “Com o vencimento dos prazos para a concessão do reajuste salarial às categorias, o presidente Jair Bolsonaro entrará para a história como o único chefe do Executivo que não concedeu reajuste das perdas inflacionárias aos servidores”, frisa o texto.

E ressalta: “Resta aos servidores a expectativa de novos presidentes que respeitem os esforços dos trabalhadores da categoria, dando-lhes o que é de direito, segundo a própria Constituição.”