



JORNAL SINDSERV

O JORNAL DO SERVIDOR PÚBLICO MUNICIPAL DE LONDRINA
GESTÃO SINDSERV PARA TODOS

Filiado à:



LONDRINA, SETEMBRO/OUTUBRO 2020

E-MAIL: sindserv@sindserv-ld.com.br

SITE: <http://sindserv-ld.com.br/>

SINDSERV CONQUISTA ANTECIPAÇÃO DA PRIMEIRA PARCELA DO DÉCIMO TERCEIRO



O Presidente do Sindserv, Marcelo Urbaneja e sua diretoria, se reuniram com o Prefeito, Marcelo Belinati, e o vereador Professor, Amauri Cardoso, no final do mês de agosto, na sede da Prefeitura de Londrina, para discutir a pauta de reivindicação de 2020.



*Setembro Amarelo
o Sindserv apoia essa causa*

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

Vereador Amauri Cardoso, é o autor da lei 12506/2017,
que institui o mês do Setembro Amarelo em nossa cidade
pág. 04

Entrevista com Luciana Aparecida Zanella Gusmão
Promotora de Saúde Pública – Serviço de Psicologia
pág. 05

AMIGO SERVIDOR, AMIGA SERVIDORA

Este mês conquistamos o pagamento da primeira parcela do décimo terceiro, conquista essa que beneficiará milhares de Servidores e suas famílias. Mas se avaliarmos a situação em que se encontra nosso país, em meio a uma pandemia sem precedentes que já tirou a vida de mais de cem mil pessoas, tirou o emprego de tantas outras e fechou diversas empresas, avançar economicamente em meio a esse turbilhão é motivo sim para se comemorar.

O trabalho de um Sindicato atuante funciona assim, avaliando as possibilidades, analisando constantemente os dados e fazendo as negociações nos momentos onde é possível conseguir a solicitação.

A experiência nos mostra que viveremos tempos difíceis, o desmonte do funcionalismo público apenas começou.

A lei complementar 173/2020 congela o anuênio e licença prêmio, entre outros pontos que afetam o Serviço Público, esse é o prenúncio das dificuldades.

Precisamos, mais do nunca, nos fortalecer e criar um braço forte, uma resistência, só assim não pereceremos. Eu sempre digo que a união da categoria é que decide o seu futuro, uma categoria unida em sintonia com seu sindicato, consegue avançar. Uma categoria desunida, dividida, perde e se desmancha, e podem durar anos para recuperar o que foi perdido em uma má decisão.

É necessário que cada um faça a sua parte, mas infelizmente essa não é a realidade.

Para cada Servidor filiado, existe um que

não é. Se este não faz a sua parte, quem é que faz a dele? Sim, você Servidor que contribui. Você leva seu colega nas costas e eu te pergunto – Isso é justo?

Todos os Servidores precisam ter consciência que só através da sindicalização é que se mantém um Sindicato forte e com possibilidades de impedir as perdas dos direitos conquistados, FILIE-SE.

Pense nisso.



Marcelo Urbaneja Presidente do Sindserv

SINDSERV - Sindicato dos Servidores
Públicos Municipais de Londrina

EXPEDIENTE

SINDSERV - Rua Bélgica nº 821 - Jardim Igapó
Fone: (43) 3372-1257 no horário das 8h às 17:30h
Site: www.sindserv-ld.com.br
E-mail: sindserv@sindserv-ld.com.br

Jornalista: Priscila Bays
Criação, Diagramação e Arte: Alfredo Bela
Impressão: Grafinoorte
Tiragem: 6000

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente
Marcelo Urbaneja

Dir. Sec. Geral
Fábio Vinicius Molin

Dir. Sec. de Finanças e Adm.
Marco A. Modesto

Dir. Sec. Ação Social
Leonildo Guergolet

Dir. Sec. Comunicação
Pilar N. A. Soldorio

Dir. Sec. Form. e Pol. Sind.
Edson AP. Pedroso

Dir. Sec. Pol. Cultural
Julio Cezar Gomes

Dir. Sec. Saúde e Cd. Trab.
Giovana Crosxiati

Dir. Sec. Ass. Jur. e Econ.
Regina D. Fantí

Conselho Fiscal
José Lino

Conselho Fiscal
Dalvo Zani

Conselho Fiscal
Luis Carlos Alves

HORÁRIO DE ATENDIMENTO

SINDSERV - Rua Bélgica nº 821 - Jardim Igapó
Fone: (43) 3372-1257 no horário das 8h às 17:30h
Site: www.sindserv-ld.com.br
E-mail: sindserv@sindserv-ld.com.br

RESERVA DOS ESPAÇOS DE LAZER

As agendas para reserva dos espaços é aberta todo dia 15 de cada mês.
(exceto os eventos constantes no regulamento)

ATENDIMENTO JURÍDICO

Todo Servidor sindicalizado ao Sindserv tem direito ao atendimento jurídico gratuito para causas trabalhistas e previdenciárias, basta telefonar no sindicato e agendar seu atendimento de segunda à sexta.

SINDSERV CONQUISTA ANTECIPAÇÃO DA PRIMEIRA PARCELA DO DÉCIMO TERCEIRO

O Presidente do Sindserv, Marcelo Urbaneja e sua diretoria, se reuniram com o Prefeito, Marcelo Belinati, e o Vereador Professor, Amauri Cardoso, no final do mês de agosto, na sede da Prefeitura de Londrina, para discutir a pauta de reivindicação de 2020.

Durante a reunião, Urbaneja também solicitou o pagamento da 1ª parcela do décimo terceiro. Como argumento, além de ser um benefício para a categoria, o adiantamento movimentaria a economia Municipal positivamente.

Mesmo com a situação de Calamidade Públi-

ca, a Prefeitura tem conseguido equalizar suas contas, sendo possível realizar o adiantamento sem prejuízos ao erário, enfatizou Urbaneja.

O Prefeito se reuniu com sua equipe, e na data do 09/09/2020, comunicou ao Presidente Marcelo Urbaneja, que atenderá a solicitação e procederá o pagamento da 1ª parcela do décimo terceiro na folha do mês de setembro.

Em relação aos demais assuntos, uma nova reunião será agendada para dar continuidade à negociação.



SINDSERV SAÚDE

Servidor filiado pode ter acesso a inúmeros benefícios na área da saúde

Como usar a rede conveniada?

1. Escolha o médico conveniado de sua preferência.
2. Ligue para o consultório e agende o dia e a hora da consulta.
3. Retire a guia de atendimento/ consulta/ exames na sede do Sindicato.
4. Tenha uma boa consulta.

Quem poderá utilizar o convênio?

1. Servidor sindicalizado.
2. Cônjuge.
3. Filhos.
4. Pai e Mãe.
5. Sogro e Sogra.

Mais Informações:

Sindserv - Rua Bélgica n 821 - Jardim Igapó
Fone: (43) 3372-1257 - no horário das 8h às 17h30m.

Rede conveniada disponível no site.
www.sindserv-ld.com.br





Setembro Amarelo

o Sindserv apoia essa causa

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

SETEMBRO AMARELO: FALAR É A MELHOR SOLUÇÃO!!

Créditos: Assessoria do Vereador Amauri Cardoso

No mês de setembro é realizada diversas ações de prevenção ao suicídio em diferentes esferas sociais buscando promover a saúde mental e dar destaque a centros que oferecem ajuda a quem precisa.

O mês foi escolhido em razão do Dia Mundial da Prevenção do Suicídio, celebrado todo ano em 10 de setembro. A data é organizada pela Associação Internacional para a Prevenção do Suicídio e tem a Organização Mundial da Saúde (OMS) como copatrocinadora.

O objetivo do dia é conscientizar as pessoas ao redor do mundo que o suicídio pode ser evitado.

Em Londrina, o Vereador Amauri Cardoso, é o autor da lei 12506/2017, que institui o mês do Setembro Amarelo em nossa cidade, e todos os anos juntamente com o diversos parceiros promove ações de prevenção em Londrina.

Segundo a OMS, mais de 90% dos casos de suicídio estão associados a distúrbios mentais e, portanto, podem ser evitados se as causas forem tratadas corretamente.

No Brasil, 32 brasileiros tiram a própria vida por dia, o equivalente a uma pessoa a cada 45 minutos. No mundo, ocorre um suicídio a cada 40 segundos. Por isso,

ações preventivas são fundamentais para reverter essa situação.

Precisamos perder o medo de falar sobre o assunto. O caminho é quebrar tabus e compartilhar informações!

Já está mais do que comprovado que falar, de forma responsável, sobre suicídio não agrava a situação. Muito pelo contrário, pode ajudar a tratar as pessoas que tenham essa intenção!

NÃO É UM MIMIMI
É COISA SÉRIA

SETEMBRO AMARELO
MÊS DE PREVENÇÃO DO SUICÍDIO
LEI MUNICIPAL Nº 12.506/2017
AUTORIA: VEREADOR AMAURI CARDOSO

Realização
CVV
COMO VAI VOCÊ?

Ao observar que alguém faz referência ao suicídio, incentive a pessoa a buscar ajuda.

Ligue 188
Acesse cvv.org.br

Apoio
Sindserv



Setembro Amarelo

o Sindserv apoia essa causa

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL: A IMPORTÂNCIA DE CONHECER SUAS EMOÇÕES

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não, simplesmente, a ausência de doenças ou enfermidades.

Além dos cuidados com a saúde física, os com a saúde emocional também estão sendo muito necessários, pois diante da pandemia do COVID 19 e da recomendação de isolamento social impactos econômicos, sociais, familiares, educacionais, no trabalho, entre outros, estão sendo intensos para muitos, o que tem sido observado no aumento do número de casos de transtornos depressivos e de ansiedade, bem como no número de suicídios em boa parte da população mundial.

Os cuidados para com a saúde mental vão além das simples ações cotidianas de cuidados para com você - horas de sono, atividades prazerosas, exercício físico, alimentação saudável. Envolve o desenvolvimento de habilidades para identificar e reconhecer suas próprias emoções, saber compreender em função de quais circunstâncias elas estão ocorrendo e saber o que você tem vontade de fazer quando tal emoção aparece, ter clareza dos seus valores e da vida que deseja construir. Só assim, você consegue assumir a gestão emocional da sua própria vida!

Além disso, cultivar o amor próprio, cuidar da autoestima, praticar a aceitação acerca do que não conseguimos ter controle e exercitar a gratidão melhora, e muito a saúde emocional.

E, como aprender a praticar tudo isso?

Da mesma forma que quando você precisa cuidar dos seus dentes você procura um profissional de odontologia, quando você tem necessidade de resolver uma

questão jurídica procura um advogado, quando fratura um osso, por exemplo, precisa de um médico, quando você precisa compreender como você pensa, sente e age, vir a identificar se suas ações estão coerentes com seus valores e se estão te conduzindo à relações interpessoais, familiares, profissionais, amorosas significativas e de qualidade, você precisa de um profissional de psicologia.

Sim, é esse profissional que tem conhecimento técnico-científico que poderá te ajudar a compreender a si mesmo, a te orientar quanto a regulação das suas emoções e te proporcionar o desenvolvimento de habilidades comportamentais e emocionais para construir uma vida preciosa, como a sua é.

A pandemia de COVID 19 trouxe muitas incertezas, restrições e limitações, grandes preocupações e sofrimento intenso, mas trouxe também a oportunidade de abordarmos mais abertamente, com frequência e livre de preconceitos - o assunto sobre saúde mental - pois, constatamos o óbvio: sentimos emoções, as circunstâncias afetam nossa saúde mental e é possível aprendermos a viver uma vida emocionalmente saudável.

Por isso, que tal a partir de agora aproveitarmos esse momento e nos dispormos a conhecer melhor nossas próprias emoções e assim construirmos uma vida de qualidade?

Luciana Aparecida Zanella Gusmão

Promotora de Saúde Pública - Serviço de Psicologia -
CRP 08/06382

Diretoria de Saúde Ocupacional - Prefeitura de Londrina

PARA MAIS
INFORMAÇÕES LIGUE:
(43) 9 8444-1716
Juarez

SALVA-VIDA
SOS Emergências Médicas

Até 60 anos R\$ 25,90

Acima de 60 anos R\$ 35,90





**ATENÇÃO SERVIDORES
QUE POSSUEM O PLANO
UNIMED ODONTO ESSENCIAL GRATUITO
COMUNICADO IMPORTANTE**

**O PLANO ESSENCIAL GRATUITO
SERÁ ENCERRADO EM 30/11/2020.
CONFORME CONTRATO VIGENTE
ENTRE SINDSERV E UNIMED ODONTO.**

**OS SERVIDORES INTERESSADOS
EM MIGRAR PARA OS PLANOS:
ESSENCIAL PLUS, ESSENCIAL PLUS DOC E PLENO,
PODERÃO FAZÊ-LO SEM CARÊNCIA ATÉ 30/11/2020.**

PARA MAIS INFORMAÇÕES LIGUE: (43) 3372-1257



ATENÇÃO SERVIDOR!!!

**COMPLEMENTE SUA FORMAÇÃO
E PROMOVA SUA CARREIRA.**

NOVOS CURSOS

CURSO:

• SAÚDE PÚBLICA E DESAFIOS ATUAIS

INÍCIO DAS AULAS 15 DE SETEMBRO DE 2020

TERÇA FEIRA - HORÁRIO: 19H ÀS 21H30

AULA ONLINE ATRAVÉS DA PLATAFORMA MEET.GOOGLE

CURSO:

• COMUNICAÇÃO E RELACIONAMENTO INTERPESSOAIS

INÍCIO DAS AULAS 17 DE SETEMBRO DE 2020

QUINTA FEIRA - HORÁRIO: 19H ÀS 21H30

AULA ONLINE ATRAVÉS DA PLATAFORMA MEET.GOOGLE

**PARA ESCLARECIMENTOS DE DÚVIDAS O DIRETOR EDSON PEDROZO
ESTARÁ DISPONÍVEL NO NÚMERO (43) 9 9943 4959**

**CARGA HORÁRIA 130 HS
VALOR R\$ 280,00 EM ATÉ 6X**

Matrícula: Sindserv Londrina
Rua Bélgica Nº 821 - Jardim Igapó
Telefone: (43) 3372-1257 - Atendimento das 8h às 17h





cultura
inglesa

CONVÊNIO SINDSERV

20% de DESCONTO

- Desconto válido para associados e seus dependentes diretos;
- Metodologia dinâmica e participativa;
- Aula com apoio tecnológico: quadro interativo, tablets, E-pr@ctice, Google for education;
- Turmas para todos os níveis e para crianças a partir dos 3 anos;
- Centro aplicador dos exames internacionais: parceria com a **Universidade de Cambridge**.

Unidade Gleba Palhano: Av.
Ayrton Senna da Silva, 500

 **(43) 3372-9588**

Unidade Centro:
Rua Santos, 908

 **(43) 99165-7622**

www.culturainglesalondrina.com.br