

CONSCIÊNCIA

Nº 03 - AGOSTO - 2018

E LUTA

Confira mitos e verdades sobre a 3ª idade

Quando ficamos velhos, ficamos esquecidos

MITO. Quando envelhecemos temos alterações em todos os sistemas orgânicos. Do ponto de vista neurológico, existem modificações sim, porém, nem sempre elas comprometem a função cerebral do indivíduo”, explica o geriatra Roberto Dischinger Miranda.

O desejo sexual diminui com a idade

VERDADE. Segundo Roberto, o desejo sexual tende a diminuir com a idade, por ser próprio do envelhecimento humano. Porém, muitas vezes isso não impede a vida sexual do casal. É importante que os dois estejam bem com a prática, seja 1 vez ao dia ou 1 ao mês.

O paladar muda com a chegada da idade

VERDADE. Como os outros músculos, as papilas gustativas, que ficam na língua, tendem a atrofiar. Isso influencia na percepção do paladar. “Para compensar essa perda, os idosos tendem a buscar alimentos ora muito doces, ora muito salgados”, explica a nutricionista Maristela Strufaldi.



Sindijus-PR alerta: saiba quem retirou os seus direitos

O Sindijus-PR está divulgando em suas redes sociais um “carômetro”, expondo os deputados federais que votaram a favor da Reforma Trabalhista proposta pelo governo de Michel Temer, com o objetivo de alertar a população acerca dos parlamentares que foram a favor do fim dos direitos trabalhistas no Brasil.

A ação pretende abrir os olhos dos trabalhadores, para que se lembrem dos deputados no dia da eleição. Eles votaram a favor do projeto

que promove a retirada de direitos históricos conquistados pelos trabalhadores, e que altera pontos sensíveis da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). As consequências da reforma apontadas por um dossiê preparado pelo Centro de Estudos Sindicais e de Economia do Trabalho (Cesit), vinculado ao Instituto de Economia da Unicamp, incluem a desconstrução de direitos, a desestruturação do mercado de trabalho, a fragilização dos sindicatos, a ampliação da vulnerabilidade, a

deterioração das condições de vida e de saúde do trabalhador, o comprometimento do financiamento da seguridade social e a ampliação da desigualdade e da exclusão social.

Entre as mudanças está a prevalência dos acordos negociados entre patrões e empregados sobre a legislação, obstáculos ao ajuizamento de ações trabalhistas, a possibilidade de parcelamento de férias em três períodos, e a flexibilização de contratos de trabalho.

Saiba como estão as ações judiciais do Sindijus-PR

No site do Sindijus-PR, os servidores tem uma área só com informações repassadas pelo departamento jurídico, de interesse da categoria. Na aba “JURÍDICO” no site o servidor encontra tudo referente às ações judiciais e aos procedimentos

administrativos autuados em defesa da categoria, bem como os contatos dos escritórios dos advogados do Sindicato.

Na sessão, também, disponibilizamos questões judiciais e administrativas que envolvem

interesses profissionais de servidores ativos, aposentados e pensionistas.

O Sindijus-PR manterá os dados atualizados, à medida em que for repassado pelo Assessoria Jurídica. Fique por dentro!

Lei da reposição da inflação é publicada

A Lei 19610/2018 que determina a implantação de 2,76% da reposição da inflação dos servidores do Judiciário foi publicada 21 de agosto no Diário Oficial do Estado. Com isso, o Tribunal de Justiça do Paraná (TJPR) já pode reajustar os salários da categoria.

Informações repassadas ao Sindijus-PR apontam que

a implantação do índice da inflação aos vencimentos só deve ocorrer na folha de setembro. Isso porque o Tribunal já tinha editado o pagamento de agosto. No entanto, há previsão de pagamento do retroativo ainda aconteça no começo de setembro. O Sindijus-PR foi informado que até o dia 10, as parcelas referentes aos meses de maio, junho, julho e agosto serão

pagas em folha suplementar.

Já os aposentados e pensionistas que recebem pela Parana Previdência, a informação é que após o Tribunal oficializar a Parana Previdência, a entidade tem o prazo de até 60 dias para implantar a reposição e pagar o retroativo. Ou seja, provavelmente estará incorporado somente no salário de outubro, ou mais tardado, novembro.

Oportunidades de trabalho para a 3ª idade será tema de debate em Curitiba

Texto: ParanáPortal

O XV Congresso Paranaense de Recursos Humanos, o maior evento de RH do Paraná, vai acontecer nos dias 24 e 25 de setembro, na Federação das Indústrias do Estado do Paraná (Fiep), em Curitiba. As inscrições devem ser feitas através do site www.conparh.org.br/inscricoes-seleccione/

Para o diretor geral do XV CONPARH, Rodrigo Titon, a temática dessa edição do evento vai ao encontro das mudanças que o profissional de Recursos Humanos está passando nos últimos anos. “São alterações provocadas por reformas na legislação trabalhista, avan-

ços tecnológicos ou empreendimentos disruptivos que tornam o papel da liderança e das equipes cada dia mais complexo. Sob um prisma macro o tema ‘Em busca de novos horizontes’ também retrata o anseio da sociedade brasileira, sobretudo em novas alternativas políticas e econômicas para o país, que amargou uma crise sem precedentes nos últimos anos”, diz.

A programação do Congresso contempla os interesses dos profissionais de Recursos Humanos, com painéis sobre ODS da ONU na agenda dos Heads de RH, RH Trends, lideranças femininas, as Coope-

rativas e os desafios de RH, as Tecnologias e as Estratégias de RH, perspectivas Econômicas e Políticas para o Brasil, desafios e oportunidades de trabalho para a melhor idade, estratégias de RH para startups, a reforma trabalhista e o envelhecimento da força de trabalho.

Para esta edição, os interessados podem se inscrever em apenas um dia de evento, há valores com descontos aos profissionais, professores e estudantes associados à ABRH-PR e a opção de parcelamento no cartão de crédito. Maiores informações através do telefone (41) 3262-4317.



Brasileiros têm medo de envelhecer, mas não cuidam da saúde

A maioria dos brasileiros sente medo de envelhecer, porém, não adota hábitos que poderiam contribuir para um envelhecimento com qualidade de vida. Isso é o que aponta a pesquisa “Como os brasileiros encaram o envelhecimento”, que faz parte da campanha “Envelhecer Sem Vergonha – Qualidade de vida não tem idade”, promovida pela Pfizer.

A pesquisa realizada pelo Instituto Qualibest envolveu 703 adultos com 18 anos ou mais. Ela mostrou que 92% dos entrevistados temem o envelhecimento. Entre os possíveis problemas que podem ocorrer ao envelhecer, os problemas de saúde são os mais temidos pelos entrevistados. Os maiores medos: Problemas de saúde; Limitações físicas; Problemas com memória; Solidão; e Preocupações financeiras.

Apesar de terem medo de problemas de saúde e estarem conscientes de que a prevenção, a alimentação saudável e a prática de exercícios físicos são fatores im-

portantes, muitos entrevistados não incluem hábitos saudáveis na rotina.

O levantamento mostra que envelhecer com saúde é a principal expectativa, apesar do medo. Envelhecer próximo aos familiares e ter segurança financeira também são muito importantes para a maioria. Veja os pontos apresentados: Saúde; Proximidade com familiares; Segurança financeira; Tempo para realizar sonhos e desejos; Boa forma física; Uma vida longa; e Proximidade com amigos.

Segundo 70% dos entrevistados, o envelhecimento não é motivo de vergonha. Essa percepção é ainda mais forte entre aqueles com 51 anos ou mais. Apenas 22% se dizem constrangidos com o envelhecimento. Para estas pessoas, os principais motivos seriam a dependência para a locomoção e a necessidade de auxílio para atividades rotineiras ou para complementar o orçamento.

Idosos

Valorizem os idosos e sempre tenham em mente que é muito importante respeitá-los, já que eles também representam uma juventude, mesmo ela estando longe, a experiência é o que vale.

Os jovens de hoje serão os idosos do futuro e para isso, é preciso mostrar todo o seu valor com os senhores e senhoras de hoje.

São as bases de hoje que vai levar você a ser quem é

Respeite e ame os idosos que se tem por perto. São eles que vão ensinar aos jovens aquilo que a vida tem de melhor e o que ela trará de pior também.

Eles já passaram por suas fases e agora tem o dever e a tarefa de aconselhar aqueles que ainda não sabem muita coisa da vida. Por isso, respeite e dê carinho para os idosos, pois são eles os grandes responsáveis por esta base, repleta de aprendizado e esperança para o futuro.

(Autor desconhecido)