



# C Barnabé

## Orçamento Municipal 2019: Queremos discutir o bolo, queremos nossa parte

O Sindserjun, através de ofício do seu presidente Márcio Cardona, vem solicitando a Prefeitura de Jundiá e ao prefeito que possa participar da elaboração do orçamento de 2019, principalmente no que refere ao servidor.

“Queremos garantir que o reajuste salarial dos servidores

esteja garantido no orçamento”, afirma Cardona. No seu entendimento, a não previsão de verba para o reajuste abre espaço para desculpas na mesa de negociação.

Os servidores concursados são quem realmente constroem a prefeitura, que conhece os detalhes, que atende a população com

amor e carinho.

Valorizar o servidor é construir o futuro” parafraseando o lema de campanha do atual prefeito.

Até o fechamento dessa edição a administração municipal não tinha respondido ao ofício do sindicato.



## Seminário sobre Assédio Moral foi um sucesso

Reunidos na câmara municipal, no último dia 1º, e com participação significativa dos servidores municipais, o debate foi esclarecedor e é o pontapé inicial de uma campanha que busca o combate ao assédio moral na categoria.

Francine Galioti, tesoureira da entidade, destaca a importância dos esclarecimentos dos profissionais que palestraram no evento, “São pesquisadores que discutiram o problema através de investigações científicas, casos e experiências. Quem teve a oportunidade de participar

saiu de lá com conhecimento de causa”.

Mas o seminário é só o começo, Marcio Cardona, presidente de nosso sindicato declarou na abertura do evento que uma cartilha está sendo desenvolvida e que será distribuída a todos os servidores. “O lançamento da cartilha será mais um passo para inibir o assédio na categoria, com a cartilha alcançaremos muitos mais servidores e quando o trabalhador tem informação ele se defende.”



## Editorial

### O tempo não para!



Nova edição de “O Barnabé” e com muitas novidades. Aos poucos, a casa está sendo colocada em ordem e, com muita dedicação e aprendizado, estamos avançando.

Como a L.D.O. já tinha sido debatida em abril, antes do termino da nossa campanha salarial, restou exigir a nossa participação no orçamento de 2019, para debatermos a nossa parte do bolo conhecido como Orçamento Municipal 2019.

Estaremos realizando no início de setembro o primeiro seminário de combate ao assédio moral. Este é o primeiro passo de um ciclo de debates que culminará com a nossa cartilha explicando o assunto e que cada servidor terá em mãos o que tanto assusta.

Novos convênios e parcerias estão sendo fechados, buscando sempre melhorar a qualidade de vida dos servidores, além de buscarmos avançar nos convênios que já existiam e que estão demandando muito tempo, como exemplo os convênios médicos.

Do mais, deixo agora um alerta: em outubro teremos eleições quase que gerais, e mais que elegermos os poderes executivos estadual e federal, temos que prestar muita atenção ao Poder Legislativo, temos que votar em candidatos que tenham compromissos com os trabalhadores e com os servidores. Temos que prestar atenção de como esses candidatos se comportaram quando da votação da Lei da Terceirização e da Reforma Trabalhista, leis que tinham como único objetivo acabar com a organização da classe trabalhadora. Temos sim, muita responsabilidade em quem vamos votar.

Um grande abraço,

**Marcio Cardona**

## Os danos do Assédio Moral



- Crises de choro
- Dores generalizadas
- Palpitações, tremores
- Sentimento de inutilidade
- Insônia ou sonolência excessiva
- Depressão
- Diminuição da libido
- Sede de vingança
- Aumento da pressão arterial
- Dor de cabeça
- Distúrbios digestivos
- Tonturas
- Ideia de suicídio
- Falta de apetite
- Falta de ar
- Alcoolismo
- Tentativa de suicídio

Os estudos realizados evidenciam exatamente isso. De início, os efeitos sentidos pela vítima são o estresse e a ansiedade, a depressão, distúrbios psicossomáticos, podendo chegar, nos casos extremos, ao estresse pós-traumático.

Como vimos, a prática odiosa do assédio moral provoca efeitos danosos às empresas e à sociedade, tal qual daqueles ainda mais graves causados à saúde dos trabalhadores que dele são vítimas.

Consequentemente, deve ser combatido, de modo contundente, por toda a sociedade e pelo Estado.

## Qualificação profissional



No dia 20 de julho começou a nova turma do curso de Atendimento e Recepção na sede do sindicato. Com a participação dos filhos dos servidores e jovens da comunidade. Mais uma turma concluída no dia 27/08.



**Diretor responsável:**  
Marcio Cardona

**Facebook:** facebook.com/SindSerjun

**Site:** www.sindserjun.com.br

Textos assinados não refletem a opinião do jornal



# Assédio Moral

Ao contrário do que muitas pessoas pensam, o assédio moral ou violência moral no trabalho não é novidade. Existe há algum tempo e está mais perto do que você imagina. O assunto vem ganhando cada vez mais força, principalmente, pela conscientização dos empregados.

Em suma, **assédio moral no trabalho é quando o trabalhador fica exposto em situações humilhantes e constrangedoras, repetitivamente e que se prolongam durante a jornada de trabalho.** É comum em relações hierárquicas, onde predominam condutas negativas, situações acéticas, com longa duração de um ou mais chefes direcionadas a um ou

mais subordinados. Muitas vezes essa situação acontece, pois, o empregador deseja o desligamento do funcionário, mas não quer demiti-lo, em função das despesas dos direitos trabalhistas, praticamente, “forçando” o funcionário a se demitir.

Em outras palavras, assédio acontece quando o chefe coloca o funcionário em situações humilhantes e vexatórias, faz o indivíduo se sentir constrangido, exige missões impossíveis, regras que não estão no contrato de trabalho ou prejudica sua autoestima com trabalhos inexpressivos.

Muitas vezes as consequências desse tipo de abuso não são sentidas de imediato, pois os danos morais, psicoló-

gicos e físicos são sentidos à longo prazo.

Márcio Cardona, presidente de nosso sindicato, informa que muitas vezes o assédio também vem dos colegas.

“Ou se interrompe esse processo ou ele vai se intensificar, não há limites para assédio. O Sindserjun está atento, mas é preciso fazer a denúncia de forma correta para ser investigada e se proceder partindo para o trâmite legal”, conclui.

As pessoas, em geral, têm uma ideia distorcida do assédio moral, pois pensam que humilhações explícitas e xingamentos caracterizam o fenômeno.

O assédio moral é um fenômeno muito insidioso, pois

são práticas de humilhação e desqualificação muito sutis e indiretas. O assediador não se confronta diretamente com o assediado. Ele usa estratégias de aniquilamento indireto, como, por exemplo, deixar de convocá-lo para reuniões, falar mal desse servidor para outros servidores, para clientes ou usuários do serviço ou para superiores desse colaborador, etc. Além de isolá-lo no ambiente de trabalho, deixá-lo sem fazer nada, durante sua jornada, solicitar uma tarefa com exigências muito inferiores/superiores às correspondentes a sua formação.

Se algumas dessas situações é familiar, atenção: você pode estar sofrendo de assédio moral em seu trabalho.

O Sindserjun aconselha que a pessoa que suspeitar estar sendo assediada moralmente em seu trabalho, deve imediatamente procurar o departamento jurídico do sindicato.

Uma dica é que o servidor assediado guarde qualquer indício ou prova das práticas de assédio, seja por e-mails, testemunhas e até gravações de áudio/vídeo que ela própria poderá fazer em seu ambiente de trabalho. Com esse material, o servidor, vítima do assédio moral, poderá ajuizar uma ação reclamatória trabalhista contra o empregador que o assediou.



**Estácio**  
**UNIVERSIDADE EAD**

**MATRICULE-SE ATÉ 15/09**  
**E GANHE 50% DE DESCONTO**  
**NO 1º SEMESTRE**

**CONVÊNIO COM OS SERVIDORES**  
**PÚBLICOS MUNICIPAIS:**

**DESCONTO DE 40%**  
**DURANTE TODO O CURSO**  
**\*VÁLIDO TAMBÉM**  
**PARA DEPENDENTES**

## CURSOS EAD DISPONÍVEIS

ADMINISTRAÇÃO  
CIÊNCIAS CONTÁBEIS  
CIÊNCIAS DA COMPUTAÇÃO  
CIÊNCIAS ECONÔMICAS  
ENGENHARIA DE PRODUÇÃO  
FILOSOFIA  
GEOGRAFIA  
HISTÓRIA  
INVESTIGAÇÃO FORENSE  
LETRAS  
MATEMÁTICA  
MEDIAÇÃO  
PEDAGOGIA  
SERVIÇO SOCIAL  
SISTEMAS DE INFORMAÇÃO  
SOCIOLOGIA  
TEOLOGIA

ANÁLISE E DES. DE SISTEMAS  
COMÉRCIO EXTERIOR  
COZINHA CONTEMPORÂNEA  
GESTÃO AMBIENTAL  
GESTÃO COMERCIAL  
GESTÃO DA T.I.  
GESTÃO DE PROD. IND.  
GESTÃO DA QUALIDADE  
GESTÃO DE RH  
GESTÃO DE TURISMO  
GESTÃO FINANCEIRA  
GESTÃO HOSPITALAR  
GESTÃO PÚBLICA  
LOGÍSTICA  
MARKETING  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
PROCESSOS GERENCIAIS  
SEGURANÇA PÚBLICA

**Polo EAD Jundiaí**  
**Rua Moreira César, 185, Vila Arens II**  
**Tel: (11) 4526-6216 / (11) 4526-3673**  
**(11) 97485-2350**

**FAÇA AGORA GRADUAÇÃO A**  
**DISTÂNCIA NA MELHOR**  
**UNIVERSIDADE PRIVADA**  
**EAD DO PAÍS, EM JUNDIAÍ.**

# 4 O Barnabé

## Convênios

### Novas parcerias buscam qualidade de vida aos servidores municipais

Preocupados com a qualidade de vida dos servidores, o Sindserjun tem buscado incansavelmente por novos parceiros. Este mês apresentamos alguns que já assinaram contratos e reforçamos os convênios que temos na área de saúde.

Sempre que o associado quiser alguma prestação de serviço, entre no site de nossa entidade ou dê uma ligadinha para se informar. Estamos buscando atingir todas as áreas.

### Clube Uirapuru – Mais lazer para sua família

Localizado em uma área privilegiada, dentro da Macrozona de proteção ambiental da Serra do Japi, o clube Uirapuru dispõe de uma ampla área de lazer e entretenimento numa área de 104.000 metros quadrados, com uma flora exuberante, que proporcionam um contato especial com a natureza à todos seus frequentadores.

Além da natureza, no clube também pode ser encontrada uma completa estrutura esportiva, onde são realizados torneios e campeonatos de todos os tipos, contribuindo para o desenvolvimento do esporte na região, com: Ginásio de esportes; 2 Campos de futebol gramado; Quadra de vôlei de areia; Academia; Salões de sinuca carteado e bocha; Parque aquático com 5 piscinas e tobogãs; 2 salões para festas e shows; Bares e restaurante; 2 lagos para pesca; 50 churrasqueiras individuais.

Sócios do Sindserjun estão isentos da taxa de adesão e descontos especiais para o pagamentos da semestralidade ou anuidade, caso escolha uma dessas opções.

### Universidade Estácio de Sá – Ensino a distância (EAD): Aprendendo no conforto de sua casa

Uma das maiores organizações privadas de ensino superior do Brasil em número de alunos matriculados, a Estácio acredita na transformação da sociedade por meio da educação. Trabalhamos para que nossos alunos sejam agentes de mudança – em suas comunidades, em seu desempenho profissional e em suas famílias – e atuamos no desenvolvimento das comunidades em que estamos presentes por meio, sobretudo, da difusão do conhecimento. A sustentabilidade está presente em todas as nossas atividades e no projeto pedagógico de todos os nossos cursos. Aliamos academia e gestão com foco na qualidade do ensino e na perenidade do negócio e consolidamos uma cultura organizacional de excelência por meio da capacitação e do reconhecimento de nosso quadro funcional. Contamos com 4.564 colaboradores administrativos e com um corpo docente de 7.719 professores. Oferecemos 86 diferentes cursos presenciais e a distância de Graduação e Graduação Tecnológica nas áreas de Ciências Exatas, Ciências Biológicas e Ciências Humanas (dados de dezembro de 2013). Oferecemos também 110 cursos de Pós-Graduação *latu senso*, cinco cursos de Mestrado e três cursos de Doutorado, avaliados pelo MEC/CAPES com elevados conceitos de qualidade, além de cursos livres e cursos voltados para a educação corporativa.

Sócios terão 50% de desconto no 1º semestre e 40% de desconto para o restante do curso. A parceria é válida também para os dependentes.

### Pilates – Diversos benefícios garantidos em seu corpo e sua mente

O Pilates é um método composto por exercícios físicos e alongamentos que utilizam o peso do próprio corpo na sua execução. Além disso, o Pilates é também uma técnica de reeducação do movimento que visa trabalhar todo o corpo, trazendo equilíbrio muscular e mental. Os movimentos do Pilates priorizam o **equilíbrio**, assim nenhum grupo muscular fica sobrecarregado e o corpo trabalha de forma mais eficiente qualquer movimento, desde atividades do dia a dia até a prática esportiva.

As aulas serão de 1h30, das 8h30 às 10h00, com turmas de 6 a 10 alunos, na sede do sindicato.

Estão abertas as inscrições aos associados interessados (vagas limitadas), basta ligar e fazer sua reserva, o investimento mensal será de R\$ 50 para 6h de aulas mensais.

### Ioga – Mente sã, corpo são

Yoga, ou ioga, é uma filosofia de vida que tem sua origem na Índia há mais de 5000 anos e, atualmente é conhecido não apenas como uma filosofia de vida, mas também como sistema holístico que trabalha o corpo e a mente ao mesmo tempo. A yoga trabalha as emoções, ajuda as pessoas a agir de acordo com seus pensamentos e sentimentos, além de trazer um profundo relaxamento, concentração, tranquilidade mental, fortalecimento do corpo físico e o desenvolvimento da flexibilidade.

Com vários horários e dias disponíveis, inclusive de sábado, as aulas serão ministradas no Clube Uirapuru e os associados do Sindserjun terão desconto de 20% nas mensalidades.

### Auriculoterapia e Quick Massage – combatendo o estresse e a ansiedade do dia a dia

"Combater o estresse, aliviando, de imediato, as dores musculares, ativando a circulação sanguínea, reduzindo a sensação de ansiedade e a irritação e, por fim, promovendo o sentimento de bem-estar". Assim define a psicóloga e acupunturista Carina Piacentinni os principais benefícios de seus clientes.

Com um investimento baixíssimo, o associado pode ter essa sensação. O atendimento é na sede do sindicato, com horário marcado pelo celular 11 – 9.8517.6380.

### Espaço + Beleza = qualidade na prestação de serviços

Situado na Vila Rio Branco, o Espaço + Beleza garantiu uma parceria extraordinária para o servidor. Nele o sócio do Sindserjun tem direito a um corte de cabelo por mês totalmente gratuito e seus dependentes 50% em todas as outras prestações de serviço do salão.

Agendamentos: 11 4521.4207 / 11 4521.4211 e pelo celular no 11 9.7595.9366.