

# Sindjus

Sindicato dos Trabalhadores do Poder Judiciário e do Ministério Público da União no DF

Sexta-feira • 19 de outubro de 2007 • Ano VII

## Parabéns a quem tem atitude

**E**stamos caminhando para mais um dia 28 de outubro – Dia do Servidor Público. Pode parecer só mais um dia no calendário, mas nós, servidores públicos, acreditamos que cada dia é especial para a nossa vida, para a vida de nossos colegas, amigos, familiares e para o mundo, como um todo. Sendo assim, todos os dias pedem-nos atitudes concretas. Se cada um fizer a sua parte, podemos viver em um mundo melhor.

Para essa campanha dar certo é preciso que ao nosso sonho some-se o maior número de atitudes vindas de todas as classes, credos, cores, sexos, idades. Nós, servidores públicos, estamos dando à luz a uma campanha que, acima de tudo, é para ser vivida por todos. Mais do que um presente para a nossa categoria, este é um presente que estamos oferecendo ao planeta. Para comemorar o nosso dia, estamos semeando as atitudes

que vão colaborar para fazer do amanhã um lindo dia.

Vamos comemorar o nosso dia com muita música, muita animação e muita alegria. Mas vamos comemorar, também, plantando uma árvore, reciclando o nosso lixo, abraçando nossos filhos, dizendo bom dia, muito obrigado, eu te amo a quem está próximo de nós... Pode parecer insignificante, mas a união desses pequenos gestos faz muita diferença na nossa vida, na vida de quem está ao nosso redor e na vida do planeta.

O Sindjus acredita na capacidade de seus associados em reinventar o mundo a partir de atitudes cotidianas. Por isso se orgulha, defende e parabeniza os servidores públicos que, acima de tudo, são seres humanos responsáveis e conscientes de seu papel. Com esse espírito, vamos fazer do Dia do Servidor Público o Dia das Atitudes para um Mundo Melhor.

### Serviços e atrações marcam Semana do Servidor

O Sindjus escolheu a 1ª Mostra Justiça e Bem Viver – Justiça, Saúde e Responsabilidade Ambiental – realizada na semana que marca as comemorações do Dia do Servidor para fazer o lançamento da campanha “Atitude, tenha a sua!” - que nasce com a missão de demonstrar que um pequeno gesto pode gerar grandes resultados em escala planetária.

Do dia 23 a 26 de outubro, a Praça dos Tribunais vai ganhar diversos stands (confira programação neste informativo) com diversos temas relacionados à saúde e ao bem-estar dos servidores. Haverá locais específicos para se medir a pressão arterial, a taxa de glicemia e colesterol; ter dicas para alimentação saudável; realizar eletrocardiograma; vacinar-se; ter orientação jurídica e participar de eventos culturais. Além do Sindjus, universidades, clínicas de saúde, artistas, ONGS e órgãos do governo local e federal fazem parte dessa Mostra em conjunto com diversos tribunais.

O Sindjus, que participa ativamente da Mostra, vai contar com um *stand especial* para divulgar sua campanha sobre atitudes.

### Sindjus traz Leila Pinheiro para servidores

O s servidores do Judiciário e do Ministério Público ganharão um presente no dia 26 de outubro (sexta-feira), a partir das 19h, na Praça dos Tribunais, em homenagem ao Dia do Servidor. Um presente escolhido de maneira toda especial pelo Sindjus para fechar em grande estilo a 1ª Mostra Justiça e Bem Viver. Qual é o presente? A voz de Leila Pinheiro. Prepare-se: um grande show com uma das principais cantoras da música popular brasileira vai promover clima de muita animação, alegria e romantismo para embalar os servidores.

Leila Pinheiro dispensa quaisquer apresentações. Considerada uma das maiores intérpretes de nossa música, a paraense abandonou o curso de Medicina em nome da paixão pela música. Afinadíssima, respeitada pelos músicos com quem toca, a cantora continua fazendo shows e gravando discos no Brasil e no Exterior. E Leila nos diz que as músicas do nosso show, em sintonia com nossa campanha de atitudes, vão dizer um “não” geral ao desamor do mundo de hoje, à falta de delicadeza, de cuidado com a vida e com o outro. Imperdível.



# 1º Mostra Justiça e Bem Viver

**Acompanhe abaixo a programação da Mostra stand por stand**

## Atenção:

O horário oficial da Mostra é das 16h30 às 20h no dia 23 (terça-feira) e das 12 às 18h dos dias 24 a 26 de outubro.



## Atitude (atitudes positivas - Sindjus)

- \* Atendimento jurídico
- \* Recolhimento das atitudes dos servidores
- \* Distribuição de agendas (2008)
- \* Distribuição de materiais informativos

### Prudência (Glicemia Capilar)

- \* Verificação da taxa de glicemia capilar e colesterol

### Solidariedade (Transplantes)

- \* Orientação sobre importância da doação de órgãos;
- \* Cadastro de doadores de medula óssea e coleta de sangue para tipagem HLA;

### Otimismo (Controle de riscos cardiovasculares)

- \* Verificação da Pressão Arterial
- \* Orientações sobre prevenção e/ou redução de riscos cardiovasculares
- \* Realização de eletrocardiograma

### Coragem (Vacinação)

- \* Vacinação contra febre amarela, tétano, hepatite B, dentre outras.
- OBS: É importante que as pessoas levem seus cartões de vacina anteriores.

### Responsabilidade (Oftalmologia)

- \* Exame de fundo de olho, orientação sobre higiene ocular.

### Atenção (Fonaudiologia)

- \* Duas fonaudiólogas farão triagem vocal (detectar alterações);
- \* Orientação sobre prevenção dos distúrbios vocais e sobre cuidados com a voz.

### Disciplina (Nutrição)

- \* Orientações sobre alimentação saudável
- \* Montagem da pirâmide alimentar individual atual e sua correção com entrega para o interessado.
- \* Distribuição de cartilha sobre alimentação funcional e ecológica

### Confiança (Psicologia e Serviço Social)

- \* Oportunizar um momento de reflexão das pessoas com elas mesmas no espaço profissional, pessoal, lazer, família, natureza...
- \* Oportunizar um momento de planejamento pessoal com definição de novas metas a partir da reflexão acima;
- \* Distribuição de folderes que possa responder em casa ou no estande sobre as possibilidades de mudança em suas vidas nas diversas esferas;
- \* Distribuição de folderes sobre tabagismo;

### Paciência (Odontologia)

- \* Orientações com os odontólogos sobre disfunções da ATM, com distribuição de material informativo e de um teste sobre probabilidade de disfunções nesta articulação.
- \* Halitometria e sialometria (exame para medir a quantidade e a qualidade da saliva);

### Sabedoria (Prevenção de câncer)

- \* Autoexame de mama
- \* Distribuição de material educativo
- \* Orientação para exame e prevenção de câncer
- \* Distribuição de filtro solar

### Flexibilidade (Dor osteomuscular)

- \* Prevenção das doenças ocupacionais
- \* Demonstração de postura correta no ambiente de trabalho
- \* Orientação sobre fisioterapia preventiva;

### Compreensão (Prevenção de DST/AIDS)

- \* Orientação sobre a prevenção de DST/AIDS,
- \* Distribuição de preservativos e folderes educativos.

### Habilidade (Primeiros Socorros)

- \* Orientações sobre primeiros socorros pela equipe do corpo de bombeiros do DF
- \* Prestação de primeiros socorros durante o evento.

### Cuidado (Urologia)

- \* Orientação médica sobre disfunção erétil, câncer de próstata, distúrbios hormonais masculinos, DSTs.

### Serenidade (Homeopatia)

- \* Divulgação da política nacional de práticas integrativas e complementares do Ministério da Saúde
- \* Distribuição de chás

### Cultura

- \* Muitas atividades culturais, como oficinas artísticas, animarão os servidores durante a semana. Por falar em cultura, a semana será fechada pelo show de Leila Pinheiro, um presente do Sindjus para todos os servidores.

**Confira a programação completa em nosso site ([www.sindjusdf.org.br](http://www.sindjusdf.org.br))**

