

FOTO: DIVULGAÇÃO



Volta às aulas na rede estadual será em julho e de forma gradual

Acontece

Pág. 2

FOLHA METROPOLITANA

o *Jornal de Guarulhos*

48 ANOS

Sábado e domingo, 25 e 26 de abril de 2020

Ano 49 N° 699

FOTO: MARCELO CAMARGO/AGÊNCIA BRASIL



Contas de luz permanecem com bandeira verde em maio

Nacional

Pág. 7

f jornalfolhametro

folhametropolitanagru

fmetropolitana_

www.fmetropolitana.com.br

Distribuição Gratuita

Aulas da rede municipal estão suspensas até o dia 29 de maio

Com o objetivo de dar continuidade às medidas de prevenção de transmissão do coronavírus, a partir do dia 4 serão disponibilizadas aos alunos videoaulas por meio do Programa Saberes em Casa Guarulhos, transmitido pela TV Câmara

Pág. 4

FOTO: ARQUIVO/AGÊNCIA BRASIL

Após demissão de Moro, Bolsonaro diz que ex-ministro condicionou troca na PF a vaga no STF; ex-juiz nega

Pág. 3

Mortes por coronavírus chegam a 52 e ainda há outras 63 sob investigação em Guarulhos

Pág. 4

Prefeito Guti terá salário reduzido pela metade e vereadores em 30% durante combate ao covid-19

Pág. 5

Patrulha Maria da Penha intensifica ações preventivas durante isolamento social

Pág. 5

Cotações

-5,45%
75.330
Bovespa

+2,54%
R\$ 5,66
Dólar

+1,40%
R\$ 6,05
Euro

3,75%
Selic (ano)

R\$ 1.045
Salário Mínimo

Disque-Denúncia
181



“Não se submetam a ameaças e importunações e a nenhum tipo de violência física ou psicológica”,
1ª Inspetora Darcy, gestora da Ispas

ACONTECE

Aulas presenciais em SP devem ser reiniciadas em julho

O governador João Doria anunciou nesta sexta (24) que as aulas presenciais nas redes públicas estadual e municipais serão retomadas de forma gradual e regionalizada a partir de julho. Para alunos de creches e unidades de educação infantil, o retorno pode ser antecipado. Porém, o cronograma depende de aval do Centro de Contingência do coronavírus de São Paulo.

“O Governo de São Paulo planeja a retomada das aulas de acordo com orientação do Centro de Contingência da COVID-19 e do nosso comitê de saúde de forma integrada com a Secretaria da Educação”, afirmou Doria.

A Secretaria de Estado da Educação informou que a retomada será feita de maneira controlada e planejada, zelando pela saúde e segurança da comunidade escolar e da sociedade. As atividades na educação infantil só serão retomadas uma vez que as regiões estejam autorizadas pela Secretaria Estadual da Saúde.

“A educação infantil, que tem atendimento de creche, será priorizada pensando especialmente nas mães que trabalham fora e nas demais configurações de famílias que necessitam de cuidados integrais aos filhos, para que

retornem ao trabalho”, disse o Secretário Rossieli Soares.

Na primeira semana da retomada, os alunos serão avaliados sobre eventuais prejuízos de aprendizado durante o período de suspensão das atividades presenciais. Na segunda semana, ainda de forma escalonada, as equipes darão prioridade ao acolhimento dos alunos.

As primeiras semanas serão utilizadas também para que professores planejem estratégias de reforço e recuperação. O planejamento será baseado nos resultados das avaliações realizadas durante a primeira semana do retorno às aulas.

As datas de retorno poderão ser diferentes entre as regiões do estado. As escolas municipais e particulares devem seguir as orientações de retorno gradual, com foco em diagnóstico e estratégia de acolhimento, reforço e recuperação.

No último dia 3 de abril, o Governo do Estado lançou o Centro de Mídias da Educação de São Paulo (CMSP). A plataforma vai permitir que estudantes da rede estadual tenham acesso a aulas ao vivo, videoaulas e outros conteúdos pedagógicos durante o período de quarentena.

RETRATO DO LEITOR

Caro leitor, poste sua foto no Facebook ou Instagram com a #SuaFotoNaFolha. Se sua foto for a mais curtida, você poderá ganhar um super prêmio. Participe!



CORONAVÍRUS - Em meio a pandemia que vivemos, Guarulhos segue o isolamento social e registra ruas vazias

Receita Federal libera, em duas semanas, 3,75 milhões de máscaras

Nos últimos dias, a Alfândega da Receita Federal em São Paulo desembarcou 728 mil máscaras e 50 mil kits de testes para o diagnóstico da covid-19. O chamado “desembarço aduaneiro” é a liberação, pela Receita Federal, da entrada de mercadorias no País após a comprovação da regularidade da carga. No dia 17 de abril, os centros logísticos e industriais aduaneiros (Clias) Cnaga e Multilog liberaram 500 mil e 228 mil máscaras de proteção, respectivamente. A maioria das cargas foi desembarcada em apenas 2 horas após o registro.

Já no dia 20 de abril, o Clia Cnaga liberou uma remessa de 50 mil kits de testes para o diagnóstico da covid-19. A declaração de importação da carga foi registrada às 10h29min e o desembarço ocorreu às 11h53. A mercadoria estava destinada a uma associação que realiza, predominantemente, atendimento à população assistida pelo setor público. Entre os dias 7 e 15 de abril, a Alfândega da Receita Federal em São Paulo já havia liberado 70 mil kits compostos por reagentes para detecção do coronavírus e 3,03 milhões de máscaras de proteção.

Taxa de isolamento cai para 48% em SP e flexibilização fica ameaçada

O governador João Doria mostrou-se preocupado com a taxa de isolamento social registrada nesta quinta-feira (23) na capital de São Paulo e na sua região metropolitana, de 48%. Para a última quarta-feira (22), o governo do Estado havia calculado o mesmo índice, insuficiente, segundo Doria, para manter o plano de flexibilização da quarentena que tem previsão para iniciar no dia 11 de maio. O governador afirmou que, para realizar o relaxamento da quarentena, a taxa mínima de iso-

lamento da população deve permanecer em, pelo menos, 50%.

O coordenador do Centro de Contingência do novo coronavírus em São Paulo, David Uip, também alertou a população pelo baixo índice de isolamento. “Estamos num momento que não podemos ter relaxamento do isolamento. Tudo o que planejamos e conseguimos com as políticas adequadas de quarentena pode se perder com a falta de colaboração de parte da sociedade”, disse o infectologista.

Fachada histórica da Estação Brás da CPTM é restaurada

A fachada histórica da Estação Brás da CPTM, construída em 1867 pela São Paulo Railway durante a implantação da primeira ferrovia do Estado de São Paulo, teve a restauração concluída neste mês. O muro de alvenaria, com três portas de madeira e duas marquises, possui 110 metros de extensão e 8,5 metros de altura e conta um pouco da história da ferrovia, que viveu

seus momentos de glória no século XIX.

O trabalho de restauro começou em 2019 e foi realizado pela iniciativa privada. A CPTM fez o acompanhamento de todas as etapas da restauração, cujo projeto e obra foram contratados pela empresa privada. Os órgãos de preservação do patrimônio histórico também aprovaram o projeto de restauro.

FOTO: ARQUIVO/AGÊNCIA BRASIL



FOLHA
METROPOLITANA

Editora Happens

Diretora de Redação: Rosana Ibanez - rosana.ibanez@fmetropolitana.com.br

Diretor Comercial: Cae Mendroni - cae.mendroni@fmetropolitana.com.br

Diagramação e Arte: Ivanildo Barbosa e Bianca Lima - arte@fmetropolitana.com.br

E-mail Redação: redacao@fmetropolitana.com.br

E-mail Comercial: comercial@fmetropolitana.com.br

Agência de Notícias: Agência Estado/ Imprensa: Folha Gráfica

Os artigos e colunas assinados são de responsabilidade de seus autores.

Sede, Redação e Publicidade: Rua Ari Barroso 166 - 1º andar - Jardim Pinhal - Guarulhos - SP - CEP: 07120-040
Telefone: 11 4210-1371 - Whatsapp: 11 99643-2765
www.fmetropolitana.com.br

Moro anuncia demissão e acusa Bolsonaro de interferir na PF

FOTO: WALLACE MARTINS/ESTADÃO



DA REDAÇÃO - Ao anunciar a saída do cargo, o ministro da Justiça e Segurança Pública, Sergio Moro, acusou nesta sexta-feira (24) o presidente Jair Bolsonaro de tentar interferir politicamente no comando da Polícia Federal para obter acesso a informações sigilosas e relatórios de inteligência. “O presidente me quer fora do cargo”, disse Moro, ao deixar claro que a saída foi motivada por decisão do presidente.

“O presidente me disse que queria ter uma pessoa do contato pessoal dele, que ele pudesse colher informações, relatórios de inteligência. A interferência política pode levar a relações impróprias entre o diretor da PF e o presidente da República. Não posso concordar”, disse Moro, ao comentar as pressões de Bolsonaro para a troca no comando da PF. “O presidente me quer fora do cargo”, acrescentou.

Moro falou com a imprensa após Bolsonaro formalizar o desligamento de Maurício

Valeixo do cargo de diretor-geral da Polícia Federal - o ministro frisou que não assinou a exoneração, publicada no Diário Oficial da União. O ex-juiz federal da Lava Jato lembrou que, em novembro de 2018, logo após as eleições presidenciais, Jair Bolsonaro lhe disse que ele teria “carta branca” para comandar a pasta, o que acabou não ocorrendo. “Ele (Moro) vai abrir mão da carreira dele. É um soldado que está indo à guerra sem medo de morrer”, disse o presidente na ocasião.

De acordo com Moro, a partir do segundo semestre do ano passado, “passou a haver uma insistência do presidente com a troca do comando da Polícia Federal”. “O presidente passou a insistir também na troca do diretor-geral. Eu disse ‘Não tenho nenhum problema em trocar o diretor-geral, mas eu preciso de uma causa’ (...) Estaria claro que haveria interferência política na PF”. O problema é: por que trocar? Por que alguém entra? As in-

vestigações têm de ser preservadas”, disse.

Ao falar do governo Dilma Rousseff, o ministro observou que “é certo que o governo da época tinha muitos defeitos, mas foi fundamental a autonomia da PF”. “Foi garantida a autonomia da Polícia Federal durante os trabalhos. O governo da época tinha inúmeros defeitos, crimes de corrupção, mas foi fundamental a manutenção da autonomia da PF para que fosse realizado o trabalho. Isso permitiu que os resultados fossem alcançados”, disse.

Segundo Moro, ao aceitar o convite para comandar a Justiça, nunca houve a condição para que ele depois assumisse uma cadeira no Supremo Tribunal Federal (STF). “O compromisso (ao assumir ministério) era aprofundar o combate à corrupção”, afirmou. “Busquei ao máximo evitar que isso (a minha saída) acontecesse, mas foi inevitável”, disse Moro. “Não foi por minha opção”, destacou.

Presidente nega ter pedido informações sobre andamento de processos da PF

O presidente Jair Bolsonaro negou que tenha pedido informações sobre processos em investigação da Polícia Federal. “Nunca pedi para ele o andamento de qualquer processo até porque a inteligência com ele perdeu espaço na Justiça”, declarou Bolsonaro em discurso no Palácio do Planalto. Bolsonaro citou diversas vezes, porém, que pediu e quase “implorou” para Moro dar informações sobre investigações de interesse do chefe do Planalto, entre elas o atentado à fachada na campanha presidencial, o caso do porteiro do Rio de Janeiro e informações relacionadas ao filho Jair Renan Bolsonaro.

Ao ler uma carta direcionada ao ex-juiz da Lava Jato no discurso, Bolsonaro disse estar “decepcionado e surpreso” com o comportamento de Moro. O chefe do Planalto classificou as declarações do ministro como infundadas. “Não são verdades as insinuações que eu desejaria saber sobre investigações em andamento.”

“Desculpa, senhor ministro, o senhor não vai me chamar de mentiroso”, declarou Jair Bolsonaro ao contestar Moro. O presidente exonerou o diretor-geral da Polícia Federal, Maurício Valeixo, após o ministro deixar claro que sairia do governo caso a demissão se concretizasse.

Bolsonaro disse, ainda, que Moro condicionou à exoneração de Valeixo, a uma indicação para o Supremo Tribunal Federal (STF) em novembro. “Me desculpa, mas não é por aí”, declarou Bolsonaro no Palácio do Planalto ao relatar o suposto pedido de Moro para exonerar Valeixo só em novembro depois de indicá-lo para o STF. “Reconheço as suas qualidades em chegando lá, se um dia chegar, pode fazer um bom trabalho, mas eu não troco. E, outra coisa, é desmoralizante para um presidente ouvir isso”, disse.

FOTO: CLÁUDIO REIS/ESTADÃO



PGR pede abertura de inquérito no STF para apurar declarações de Moro

DA REDAÇÃO - O procurador-geral da República, Augusto Aras, pediu nesta sexta-feira (24) ao Supremo Tribunal Federal (STF) a abertura de um inquérito para apurar as declarações feitas por Moro contra o

presidente. Entre as medidas solicitadas ao STF, Aras pediu que seja determinado o depoimento de Moro.

De acordo com o procurador, os fatos evidenciam supostos crimes de falsidade ideológica, obstrução de

Justiça, corrupção passiva privilegiada, coação no curso do processo ou denúncia caluniosa e crime contra a honra.

“Indica-se, como diligência inicial, a oitiva de Sergio Fernando Moro, a fim de

que apresente manifestação detalhada sobre os termos do pronunciamento, com a exibição de documentação idônea que eventualmente possua acerca dos eventos em questão. Uma vez instaurado o inquérito, e na

certeza da diligência policial para o não perecimento de elementos probatórios, o procurador-geral da República reserva-se para acompanhar o apuratório e, se for o caso, oferecer denúncia”, disse Aras no pedido.

Mortes por covid-19 em Guarulhos chegam a 52

FOTO: DIVULGAÇÃO

DA REDAÇÃO - Nesta sexta-feira (24) nove óbitos por coronavírus (Covid-19) foram confirmados em Guarulhos, elevando o número total para 52. Já o número de mortes em investigação diminuiu de 63 para 47. Das novas mortes confirmadas duas eram do sexo feminino, de 66 e 74 anos, e sete do masculino, com idades entre 31 e 77 anos.

O boletim epidemiológico divulgado pela Secretaria Municipal da Saúde mostra também o aumento dos casos suspeitos, que passaram de 3.328 para 3.381. Deste número, 335 foram confirmados, 15 a mais do que o registrado na quinta-feira (23). Os casos em investigação diminuíram de 2.296 para 2.289, o que reflete positivamente no número de casos descartados, que passou de 712 para 757.

O Centro de Combate ao Coronavírus (3C-GRU) está com



20 pacientes internados, sendo seis na UTI. Nesta sexta-feira outras cinco pessoas receberam alta. O complexo conta com 70 leitos, dos quais 14 são equiparados a leitos de UTI e os demais contam com terapia respiratória. Aproximadamente 7 mil pessoas já passaram por triagem médica no local.

A média de ocupação nos leitos de hospitais municipais,

incluindo unidades clínicas e UTIs, é de 52,9% nesta sexta-feira. A maior ocupação se dá em leitos de terapia intensiva, que chega a 67,3% de lotação. UTIs reservadas para a covid-19, no entanto, têm ocupação de 40%. Quando se inclui também os hospitais administrados pelo Estado situados em Guarulhos, a média de ocupação geral chega a 59,6%.

Prestação de contas

Durante live realizada nesta sexta-feira (24), o prefeito Guti anunciou que iniciará uma prestação de contas semanal dos recursos investidos no combate da doença na cidade. Todos os contratos têm vigência de quatro meses – finalizando em junho.

O primeiro contrato apresentado pelo prefeito diz respeito ao fornecimento de refeições para o Centro de Combate ao Coronavírus (3C-GRU), num total de R\$ 712,8 mil. São 360 refeições disponibilizadas diariamente, totalizando 43,2 mil pratos durante o contrato – sendo R\$ 16 por refeição.

Três contratos são referentes a empresa responsável pela gestão hospitalar, construção de todos os módulos, fornecimento de insumos e infraestrutura totalizando R\$ 18,5 milhões. Outro contrato se refere às carretas com tomógrafo e ônibus com raio-X no 3C-GRU somando R\$ 2,2 milhões.

Com isso, o custo mensal do 3C-GRU é de R\$ 5,3 milhões.

Durante combate ao coronavírus, Guti terá salário reduzido pela metade e vereadores em 30%

DA REDAÇÃO - O prefeito Guti enviou para a Câmara Municipal o projeto de lei que reduz o valor do salário do primeiro e segundo escalão do governo. A diminuição nos subsídios durará enquanto a cidade estiver combatendo a pandemia provocada pelo novo coronavírus (covid-19).

Segundo o texto, tanto prefeito quanto o vice-prefeito terão os vencimentos reduzidos pela metade. Já o chefe de gabinete do prefeito, secretário municipal, secretário-adjunto, subsecretário, coordenador municipal, controlador geral do município e controlador adjunto do município, integrantes da administração direta; e o presidente do Instituto de Previdência dos Funcionários Públicos Municipais de Guarulhos (Ipref) terão os subsídios reduzidos em 25%.

O PL determina ainda que Diretor de Departamento e Administrador de Regional, integrantes da Administração Direta, bem como Diretor de Departamento do Ipref tenham os salários reduzidos em 20%; e demais cargos em comissão de livre provimento integrantes da estrutura organizacional da Administração Direta e Indireta em 15%, mediante redução, na mesma proporção, da carga horária de trabalho.

De igual modo, o presidente do Legislativo, Professor Jesus (Republicanos) encaminhou projeto semelhante reduzindo os vencimentos dos 34 vereadores da Casa de Leis em 30%.

Ambas as propostas serão discutidas na sessão da Câmara da próxima semana que contará ainda, com outros projetos de lei, de autoria dos parlamentares, que versam sobre o coronavírus, sendo eles: fornecimento de kit higiene pessoal aos moradores de rua, de autoria da Vereadora Sandra Gileno (Patriotas); fornecimento de kit higiene nas unidades da rede pública de ensino, do Vereador Maurício Brinquinho (PT); implantação do Fundo Municipal Coronavírus, Janete Rocha Pietá (PT); auxílio alimentação devido a pandemia do covid-19, Genilda Bernardes (PT); e abono salarial aos servidores da Saúde, Edmilson Souza (PSOL).

FOTO: REPRODUÇÃO/FACEBOOK



Prefeitura suspende aulas da rede municipal até o dia 29 de maio

FOTO: DIVULGAÇÃO/PMG



DA REDAÇÃO - Com o objetivo de dar continuidade às medidas de prevenção de transmissão do coronavírus, o prefeito Guti informou nesta sexta-feira (24) que ficam suspensas, no período de 4 a 29 de maio, as atividades escolares realizadas de forma presencial nas escolas da rede municipal de ensino.

A partir do dia 4 serão disponibilizadas aos alunos videoaulas por meio do Programa Saberes em Casa Guarulhos, transmitido pela TV Câmara (canal 61.1 da TV aberta). Os materiais também serão disponibilizados nos canais do

YouTube da Prefeitura de Guarulhos (bit.ly/PrefGruYoutube) e do Portal SE Informe (bit.ly/PortalSEinforme) para que sejam acessíveis a todos.

Os profissionais que atuam nas unidades escolares (diretores de escola, vice-diretores, professores, professores-coordenadores pedagógicos, supervisores escolares, assistentes de gestão, agentes escolares, apoio administrativo e cozinheiros, inclusive aqueles considerados integrantes do grupo de risco) deverão realizar a prestação de serviços em regime de tele-

trabalho, conforme a portaria 680/2020-GP (<https://www.guarulhos.sp.gov.br/uploads/pdf/1023245941.pdf>), cumprindo formação obrigatória cujas orientações serão comunicadas posteriormente.

Para o atendimento à comunidade, a partir de 4 de maio os gestores vão oferecer meios de comunicação, disponibilizando contatos telefônicos e endereços eletrônicos que estarão fixados em cada unidade escolar.

Orientações sobre inscrições e acesso aos conteúdos das formações serão divulgadas na próxima segunda-feira (27).

Prefeitura realizou 9 mil serviços de poda de árvores desde 2017

DA REDAÇÃO - Para atender à alta demanda pelo serviço, somente neste ano a Prefeitura realizou 1.330 podas de árvores em diversos bairros de Guarulhos. O trabalho tem sido intensificado gradualmente, com cerca de 1,4 mil podas realizadas em 2017, 2,1 mil em 2018 e 4 mil em 2019, totalizando 8.966 podas desde 2017.

Mesmo em meio às restrições impostas pela pandemia do novo coronavírus, dentre elas a redução das equipes devido ao afastamento temporário dos servidores que fazem parte do grupo de risco de morte pela doença, a média mensal de 330 podas está sendo mantida pelas equipes da Secretaria de Meio Ambiente (Sema), que também fazem remoções e transplantes.

A Sema ressalta que qualquer tipo de poda, seja ela de condução, levantamento, rebaixamento ou fitossanitária, só pode ser realizada mediante



FOTOS: DIVULGAÇÃO/PMG

laudo técnico de biólogo, engenheiro agrônomo ou florestal para proporcionar a estrutura adequada, preservar e melhorar a saúde da planta, reduzindo-se assim o risco de problemas. Atendendo à legislação, a Prefeitura somente realiza a poda de árvores em locais públicos. Em áreas privadas o serviço deve ser providenciado pelo proprietário após emissão de laudo técnico da Sema. Solicitações devem ser realizadas nas unidades da Rede Fácil de Atendimento ao Cidadão, que

voltarão a atender o público de acordo com o relaxamento do isolamento social para conter a pandemia. Em caso de contato dos galhos com a rede elétrica o trabalho só pode ser realizado pela concessionária que atende o município, a EDP (edp.com.br), e deve ser solicitado no site da empresa.

Qualquer tipo de poda e remoção sem autorização da prefeitura é caracterizado como crime ambiental. Para denunciar anonimamente basta ligar para 0800-772-2006.

Patrulha Maria da Penha intensifica ações preventivas durante isolamento social

DA REDAÇÃO - A Inspeção de Patrulhamento e Ações Sociais Preventivas (Ipasp) da Guarda Civil Municipal (GCM) de Guarulhos, por meio do Programa Patrulha Maria da Penha, intensificou o acompanhamento e o atendimento das mulheres vítimas de violência doméstica e familiar neste período de isolamento social devido à Covid-19. Desde o início da pandemia, foram realizadas 510 visitas monitoradas. O objetivo de ampliar o monitoramento nesse período é assegurar o distanciamento do agressor e, conseqüentemente, o cumprimento das medidas protetivas que a autoridade judicial concede à vítima para proteger a sua integridade física.

O Juizado de Violência Doméstica e Familiar Contra a Mulher continua encaminhando denúncias de descumprimento de medidas protetivas à Ipasp, que, por meio das visitas

monitoradas, ajuda as mulheres a ficarem mais confiantes e fortalecidas diante de históricos de relacionamentos abusivos e violentos nesse momento delimitado de isolamento social.

A 1ª Inspectora Darcy, gestora da Ipasp, recomenda que as mulheres busquem ajuda. "Não se submetam a ameaças e importunações e a nenhum tipo de violência física ou psicológica. Denuncie qualquer ameaça que comprometa a sua integridade física e moral", alerta a inspetora.



SUPPLYWORLD

IMPRESSORAS E MULTIFUNCIONAIS

Soluções de impressão sob medida para sua empresa

FECHE UM CONTRATO DE LOCAÇÃO COM TUDO INCLUSO
SEM CUSTO INICIAL

Sua empresa aceita economizar?

SOLICITE JÁ UMA VISITA
(11) 2442-7023 | (11) 976291905

Rua João Zacharias, 295, Macedo - Guarulhos /SP



SALAS PRIVATIVAS

ESCRITÓRIOS COMPARTILHADOS

A Sumforces oferece a você empresário e empreendedor espaços projetados para elevar sua produtividade e infraestrutura para seu negócio decolar.

Despesas como energia, água, condomínio e IPTU já inclusos em nossos planos. Consulte-nos!

- Wi-Fi de Alta Performance
- Sala para Reuniões
- Recepção
- Sala de Treinamento
- Sala de Atendimento
- Espaço para Eventos
- Localização Privilegiada

Reserve seu novo escritório:

  **2600-5843**



www.sumforces.com.br



A ACADEMIA MAIS COMPLETA DE GUARULHOS

MUSCULAÇÃO
ESCOLA DE NATAÇÃO
HIDROGINÁSTICA
HIDROTERAPIA
MAIOR ESPAÇO DE LUTAS
DANÇAS
AULAS DE SALA

Academia
ACQUA SPORT

Inscrições e informações:
11 2440-3898 | 2461-3122
Rua Jaiminho, 75 | Vila Progresso



OUTSOURCING DE IMPRESSÃO É NA **RP PRIME**

QUALIDADE
PRIME
PREÇO PROMO

VAMOS CONVERSAR?

envie um e-mail
contato@rpprime.com.br

acesse
www.rpprime.com.br

(11) 4967-8400

RP
Soluções em TI

PONTO DE VISTA

ANDREA LADISLAU
psicanalista



Humanização em tempos de pandemia

Sim, devemos ficar confinados, mas isso não significa que devemos ficar loucos. Que tal aproveitar esse momento para uma introspecção? Voltar o olhar para o seu “eu”?

A nossa mente entende confinamento como uma forma de punição, um castigo. Tudo o que recebemos do mundo exterior pode trazer calma ou alimentar o nosso desespero; por isso cabe a nós, acalmar nosso interior, já tão desassossegado pela angústia, insegurança e solidão.

Busque ler mais, ouvir uma música, meditar e se exercitar, mesmo no isolamento

Cuidado para não estar criando um processo mental compulsório pela informação. Temos ainda muitas Fake News circulando nas redes e sendo compartilhadas. Busque ler mais, ouvir uma música, meditar e se exercitar, mesmo no isolamento. Inclusive, praticar uma atividade física em casa, neste período, irá fortalecer seu sistema imunológico e aumentar o bem estar.

É natural que o sentimento de todos seja de uma exceção coletiva. Por isso devemos ter o maior cuidado para não sermos picados pelo bichinho do egoísmo. Temos que lembrar que estamos todos na mesma situação, onde a tolerância, advinda de uma alteração da rotina, certamente não será a mesma. Aproveite o advento tecnológico para conectar-se virtualmente com as pessoas, afastando a solidão. Te-

nhá empatia para entender que algumas pessoas reagem bem às mudanças e outras nem tanto. Alguns se sentirão desamparados ou abandonados.

Neste momento, o melhor a fazer é buscar se reinventar. Trazer para seus dias hábitos diferentes, visando o seu cuidado e a proteção de quem você ama. Potencialize sua solidariedade e seu bom senso. Humanize o ambiente, aceitando que o isolamento se faz necessário para que possamos passar pela pandemia.

Seja otimista, positivo. Aprenda a levar, através de mensagens, essa positividade a quem só enxerga o escuro. Já que os contatos físicos estão restritos para evitar a propagação do vírus. Lembre-se que não podemos aumentar a epidemia e, muito menos produzir um exército de ansiosos, depressivos e desesperançosos. Não desista de sonhar e não perca essa capacidade de planejar o futuro. Esse dom do ser humano é incrível e cuidando do seu emocional, você poderá ativar boas energias e produzir melhores resultados para seu sistema imunológico, fortalecendo sua saúde mental e física.

É real. O mundo parou. Mas não podemos ficar parados. Falando apenas do caos, da crise. Propagando e aumentando o pânico. Gerando assim, mais desespero em si e nos outros. Não podemos estocar alimentos e remédios, sendo insensíveis às necessidades alheias e alimentando ainda mais a desordem social.

Portanto, humanize-se e seja para o próximo aquele que faz a diferença. Aquele que faz o bem. Aproveite o momento de isolamento para resgatar o diálogo, o contato e o carinho de sua família que, há tempos, a correria do dia a dia nos roubou. É hora de aprender a ressignificar, obedecer às regras da OMS (Organização Mundial de Saúde) e, com muita sensatez, serenidade e equilíbrio, encontrar medidas para se adaptar a essa nova realidade. Desta maneira, você conseguirá manter a sanidade, ajudando quem está a sua volta e evitando doenças psíquicas que levam ao pânico e potencializam o descontrole mental, além claro, evitar a contaminação tão temida.

ANOTE

■ A Caixa abrirá 799 agências neste sábado (25), das 8h às 12h, para atendimento de serviços essenciais à população. Poderão ser realizados saque de pagamentos do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) sem cartão; dos seguros desemprego e defeso sem cartão e senha; saque Bolsa Família e outros benefícios sociais sem cartão e senha; pagamento de abono salarial e Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) sem cartão e senha; saque de conta salário sem cartão e senha; e desbloqueio de cartão e senha de contas. As agências que estarão abertas podem ser consultadas no site da Caixa.

■ O Ministério da Saúde informou nesta sexta-feira (24) que pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS) terão consultas virtuais nos postos de saúde da atenção primária a partir do mês de maio. As consultas virtuais serão realizadas por equipes médicas e de enfermagem e constituem mais uma das estratégias do ministério para diminuir a propagação do novo coronavírus. O valor previsto para execução do serviço é de R\$ 4,023 milhões. De acordo com o ministério, cerca de 20 mil médicos e enfermeiros que atuam nas unidades de Saúde da Família de todo país vão passar por treinamento para usar o sistema.



THE FIRE

STEAK & BURGER

NA SUA CASA!
peça pelo *ifood*



ENTREGA GRÁTIS!*

www.thefire.com.br