



falauJuf

EDIÇÃO Nº 823

SALVADOR/ BA - 23 DE JULHO DE 2021



ASSERJUF Eleições Diretoria 2021

ASSERJUF

O(a)s interessado(a)s em compor as chapas deverão acessar o Sistema **VOTOLINE®** até às **19 HORAS** do dia **29 de JULHO de 2021** e preencher o formulário de inscrição das chapas.

Feliz Aniversário

21/07

Gicelia Maria Alencar Liborio

23/07

Luiz Carlos Bittencourt Goulart
Marcos Antonio Oliveira de Souza

24/07

Arthur Jose Santos Nicory
Avani Cristina Neri Gomes
Joyleine Rocha Cairo

25/07

Marilyn Cardoso Batista
Lícia da Rocha Ramos Bezerra

26/07

Loide Ana Soriano de Oliveira
Wilson Vidal Lopes
Manuela Vasconcelos Pereira

27/07

Gustavo Magalhaes Barbosa

29/07

Maria das Graças Duarte Monteiro
Sonia Maria Costa de Andrade

30/07

Cinara de Vasconcelos M. Good Lima

Melhor arrumar sua mesa: bagunça prejudica raciocínio, saúde e relações

Existem dois tipos de são de forma, digamos, específico e que se fazem do caos uma condição só gera prejuízos. Quem faz parte em encontrar o que precisa, perde ou se organizar, atrasa prazos e emprego e as relações sociais. Isso psíquico/emocional, mas acaba

A bagunça é um fator para a eles, piora doenças preexistentes (gastrite), pois leva a alterações de cabeça, nas costas e musculares falar que atrapalha o raciocínio, a ao estudar ou desempenhar uma bagunça são muitos os estímulos Vasconcellos, psicóloga e terapeuta Federal de São Paulo).

Quem é muito, mas muito desenvolve plenamente. Tende a alheia para arrumar o que é seu, o sujeito responsável, pragmático, indivíduo pode evoluir para alguém

colaboração e que pouco se importa se está invadindo com suas coisas o espaço de outras pessoas, seja dentro ou fora de casa.

Bagunça é de família Aceitar viver em meio à bagunça e se tornar um bagunceiro geralmente tem relação com o meio onde se cresce. Esse indivíduo pode ter aprendido com os pais a não dar importância à arrumação e limpeza dos ambientes que frequenta, ou foi muito mimado, então nunca o delegaram obrigações domésticas. Assim, quando adulto, espera-se que também apresente dificuldades para gerir as próprias finanças, relacionar-se, arranjar emprego, criar os filhos.

Há ainda quem desenvolva uma relação de dependência psicológica e só age em benefício próprio (para dar jeito no que é seu) quando ajudados ou estimulados. "Precisam de pessoas que as façam se motivar ou ficar mais confiantes para realizar tarefas ou atividades pessoais. Muitas vezes esses sentimentos se desenvolvem na infância, com famílias muito controladoras ou pais narcisistas", explica Sonia Palma, psiquiatra especializada em abordagens psicoterápicas pela UFBA (Universidade Federal da Bahia) e atuante na BP - Beneficência Portuguesa.

Mas nem sempre a família está sozinha. O convívio com amigos e parceiros desleixados tem sua parcela de culpa. A falta de organização ainda pode piorar na adolescência, marcada por profundas, confusas e intensas transformações psíquicas, ou quando se está numa fase desafiadora, nova ou intensa, como na que é preciso trabalhar/estudar muito, sair cedo e chegar tarde, com crianças em casa ou se está vivendo uma paixão que altere demais a rotina.

Pode ser doença? Quando observada desde a infância, a desordem contínua, que se instala no quarto, na mochila da escola, e depois se estende na maturidade, estabelecendo-se quase como uma característica da pessoa, tem grande chance de ser decorrente de transtornos. Da mesma forma se vier acompanhada de sintomas, como perda de interesses, desconcentração, apatia, tristeza, ou até necessidade excessiva de reter coisas ou de dependência, por se sentir incapaz.

"Existem algumas condições psiquiátricas que fazem a pessoa se desorganizar muito, como TDAH (Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade), que se inicia antes dos 12 anos e pode permanecer até a vida adulta. A acumulação compulsiva também leva a desorganização, a ponto de inutilizar os cômodos, que viram 'depósitos' para tralhas, sujeira, bichos", alerta Eduardo Perin, psiquiatra e especialista em terapia cognitivo-comportamental pelo HC-FMUSP (Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo).

Já quando a desorganização ocorre por falta de autonomia ou por necessidade de ser cuidado em tempo integral, como apontou Palma, a causa por trás pode ser o TPD (Transtorno de Personalidade Dependente). Conflitos internos, depressão e ansiedade generalizada também podem ser refletidos no exterior. Não à toa, o Feng Shui chinês prega que nossa casa é o espelho da nossa alma e busca com a harmonização de ambientes conquistar equilíbrio e superar dificuldades.

Como colocar tudo em ordem Se bagunça afeta a saúde física e mental, a organização também, mas de maneira positiva. Ela contribui para se evitar problemas respiratórios (relacionados ao acúmulo de poeira, ácaros, fungos) e por atribuir ao espaço sentido, paz e gerar sensação de dever cumprido, tranquiliza o emocional. Assim, são evitadas preocupações, sensação de ineficiência, angústias e, por consequência, frequência cardíaca elevada, respiração rápida, sudorese, desmotivação, vícios.

Pode se dizer que a organização previne ainda tabagismo, etilismo, sedentarismo, fugas de dieta e melhora doenças crônicas. "É preciso mostrar para a pessoa como a desordem faz mal a ela e a quem está próximo. Em geral, com atitudes de incentivo, conversas, estipulação de horários e regras e, principalmente, não assumindo responsabilidades que são dela. Nesse sentido, é preciso tolerar um pouco a bagunça para que nos incomode e tenhamos argumentos", defende Yuri Busin, psicólogo e diretor do Casme (Centro de Atenção à Saúde Mental - Equilíbrio).

Na desconfiança da presença de transtornos psiquiátricos, quando apenas conversar não surte efeito, o mais indicado é procurar ajuda profissional. O tratamento deve ser o mais cedo possível, para evitar que se agravem sofrimentos e comprometa diferentes esferas (íntima, familiar, social, profissional). Para isso, entram em cena terapia cognitivo-comportamental, técnicas e exercícios de organização e medicamentos, a depender da seriedade do quadro.



pessoas bagunceiras: as que momentânea, em um local orientam dentro dela; e as que permanente, generalizado e que do segundo grupo tem dificuldade muito tempo para achar algo compromissos, o que afeta o tudo gera sofrimento, inicialmente repercutindo na saúde física.

estresse e ansiedade e, somado (hipertensão, fibromialgia, alergias, sono, perda de energia, dores de e problemas digestivos. "Sem concentração, principalmente atividade intelectual, porque na para distração", aponta Marina pela Unifesp (Universidade

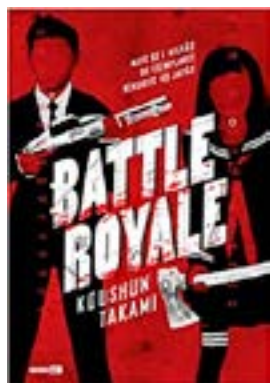
desorganizado também não se esperar sempre pela boa vontade que é ruim, pois não se torna um independente. Além disso, esse sem iniciativa ou com senso de

Pipoca com Pimenta

Fonte: <http://chacais-sempre-espreitam.blogspot.com/>

BATTLE ROYALE

Por Luiz Goulart



A cabo de ler Battle Royale, best seller japonês cuja adaptação para o cinema é considerado por Quentin Tarantino seu filme favorito de todos os tempos. Exagero do diretor de Django Livre e Kill Bill? Creio que sim, mas não há como negar que a história preenche todos os requisitos de um filme tarantinesco, repleto de violência extrema e morticínio.

Para ter-se ideia do nível da violência, o livro foi finalista do Japan Grand Prix Horror Novel, mas foi desclassificado pelo seu conteúdo polêmico. O livro virou um filme com uma sequência, série de mangás e um jogo eletrônico. O filme está disponível no YouTube dublado, o que me parece mais conveniente pois não gosto muito da língua japonesa no cinema, cheia de gritinhos esganiçados.

A história se passa numa ilha japonesa onde 42 alunos do ensino fundamental são confinados e obrigados a lutar até a morte. Haverá apenas um vencedor em um programa de um governo japonês totalitário que nesta distopia é a República da Grande Ásia Oriental. Os 21 rapazes e 21 moças recebem coleiras de metal que podem ser explodidas caso algum deles resolva fugir ou se ninguém morrer durante 24 horas.

Cada participante recebe um kit de sobrevivência com uma arma aleatória que pode ser uma metralhadora ou um simples garfo, um colete a prova de balas ou um bumerangue. A forma como cada um usará sua arma fica por conta da sorte e habilidade.

Apesar de ter mais de 650 páginas, o livro poderia ser maior para abarcar todas as diversas subtramas internas. Uma grave falha está no rebuscamento de certa linguagem quase barroca como esta: *"Um cartucho dourado saiu voando e os raios de sol se refletiram nele enquanto abria caminho entre os galhos"* e no abuso de soluções narrativas como o fato de os personagens encontrarem facilmente na ilha isolada aparelhos eletrônicos ou remédios e possuírem habilidades impossíveis para estudantes de ensino fundamental.

Tenho sérias ressalvas à linguagem do livro. A história é muito boa, o seu desenvolvimento, no entanto, não me agradou tanto. Percebe-se que o autor lançou mão de diversos facilitadores de narrativa e preguiça no tratamento de algumas questões como a exibição do único personagem gay entre os 42 participantes. Nunca li uma descrição tão estereotipada de um personagem gay, com todos os preconceitos narrativos possíveis. Outro ponto que incomoda é a frequência com que os personagens insistem em falar de amor enquanto o morticínio avança. Há até um episódio em que uma moça mata um rapaz que, enquanto agoniza, lhe revela que a ama profundamente.

Além disso é desconfortável para um ocidental gravar tantos nomes parecidos de 42 personagens. Não dá muito para saber pelo nome se estamos diante de um rapaz ou de uma moça como Keita, Yutaka e Sho que são homens e Takako, Mitsuko e Izumi que são mulheres. Também há uma cena longa em que 3 mulheres lutam entre si e seus nomes são exatamente Yukie, Yuko e Yuka. É impossível discernir quem é quem.

A adaptação para o cinema americano empacou em razão do lançamento da série de filmes blockbusters Jogos Vorazes, de Suzanne Collins, que tem infinitas semelhanças com Battle Royale. Os produtores consideraram que o remake seria encarado como uma cópia, apesar de Battle Royale ser anterior a Jogos Vorazes.

UM TRABALHO MAIS PRAZEROSO

UM TRABALHO MAIS PRAZEROSO: LIVROS/Sugestões

POR JOAQUIM MEDRADO (CEPREC/NUMAN)



FAHRENHEIT 451 – Romance do escritor Ray Bradbury sobre uma sociedade distópica, na qual os livros são proibidos e queimados por bombeiros, que antigamente se dedicavam a debelar incêndios, e que, agora, destroem a disseminação do conhecimento, da reflexão e do pensamento plural. O poder político totalitário, para não se sentir intimidado e rivalizado, elimina tudo aquilo que possa representar uma ameaça à direção única da sociedade; esta é mais fácil de ser controlada quando é constituída de um bando de alienados. O título do livro refere-se à temperatura (grau fahrenheit) em que o livro entra em processo de combustão.

HISTÓRIA DAS MULHERES NO BRASIL – Organizado pela historiadora Mary Del Priore, o livro (editora Contexto) tem a participação de 20 historiadores (cada um em sua área de pesquisa), que fazem uma análise sociológica da mulher no Brasil, desde o período Colonial até a sociedade moderna.

INFORME

Para incluir um novo usuário na Vitalmed envie: Nome, CPF, Data de Nascimento, Endereço com Ponto de Referência e Contato para o e-mail:

asserjuf@uol.com.br



Você sabe como incluir um novo usuário na Promédica?
Só pode colocar como dependente esposo(a) e filhos menores de 24 anos e o titular tem que fazer a adesão também.

Standard R\$ 749,46
Especial R\$ 1.144.69



A JUSTIÇA NO PRATO NÃO VAI PARAR



O segundo mês de Justiça no Prato foi um sucesso!

A grande receptividade ao projeto e a compreensão de que o problema da fome não se restringe a um único mês, garantiram a continuidade da ação e que os nossos irmãos da comunidade de Sussuarana continuassem contando com a nossa solidariedade..

No dia 03/07, foram entregues 150 cestas básicas, no valor total de R\$7.069,90, à Paróquia S. Daniel Comboni para serem distribuídas às famílias carentes da comunidade.

No dia 09/07, foi a vez do Lar Irmã Lourdes receber cerca de 40 kg de proteínas, incluindo carne e peixe, num total de R\$1.162,82.

Lembramos que a prestação de contas está disponível no link https://trf1jusbr-my.sharepoint.com/:f/g/personal/alvaro_reis_trf1_jus_br/EtB2NK4pDkBPiOgWVNkKYGoEBRz0lbymlDoKJv68mV5uqQ?e=aJQheS

E a solidariedade não pode parar!

Vamos continuar doando e abraçando nossos irmãos mais necessitados.

Contamos com todos vocês no mês de julho.

Atendimento Jurídico Remoto

Dr. Danilo Ribeiro

Sexta-feira
14h às 16h

Agendamento:
(71) 3306-8382
asserjuf@uol.com.br

DRIVE THRU Ecológico Solidário

DIA 24 DE JULHO
DAS 08 ÀS 17H
COM DOIS PONTOS DE COLETA:

CENTRO (PÉ DE OITI) VILAS (EM FRENTE AO PARQUE ECOLÓGICO)

TROQUE 1KG DE ALIMENTO POR UMA MUDA DE ÁRVORE!

APOIO:

Obs.: A ASSERJUF não se responsabiliza pelos textos assinados e publicados no jornal ou redes sociais.

EXPEDIENTE



Jornal acessado por e-mail por 569 associados
Disponível em www.asserjuf.org.br
Tiragem: Digital / Periodicidade: semanal
Direção e Revisão: Luzineide Oliveira
Criação / Diagramação e Textos: Elaine Reis
Distribuição para servidores inativos.

ASSERJUF - Associação dos Servidores da Justiça Federal na Bahia
Av. Ulisses Guimarães, 2631 - Sussuarana
Salvador - Ba - CEP. 41.213-000

DIRETORIA EXECUTIVA

Vera Maria Barros Pereira (CEMAN)
Luzineide Araújo de Oliveira (Aposentada)
DIRETORIA ADMINISTRATIVA / FINANCEIRA
Marlene de Jesus (Aposentada)
Águido Miranda Barreto (Aposentado)
DIRETORIA DE BENEFÍCIOS, COMUNICAÇÃO E EVENTOS
Manoel Pinto Rodrigues da Costa Neto (CEMAN)
Cristina Simões de Oliveira (CEMAN)

CONSELHO FISCAL 2019 / 2021

Titulares
Joilton Pimenta da Silva
Claudio Henrique Santos de Oliveira

Suplentes
Adalice Menezes de Almeida
Dirceu Lelis Aranha
José Zito dos Santos

71 3306-8382

www.asserjuf.org.br asserjuf@uol.com.br

fb.com/asserjuf [asserjuf_ba](https://www.instagram.com/asserjuf)