

PROGEPE *informa*

Informativo Mensal – Setembro de 2020 – Ano VI – Nº 065

SAST realiza atividades on-line de promoção à saúde

Nos meses de agosto e setembro, o Setor de Atenção à Saúde do Trabalhador—SAST, da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas—PROGEPE, vinculado à Divisão de Promoção à Saúde—DPS e a Diretoria de Desenvolvimento de Pessoas—DDP, realizou atividades de promoção à saúde no Canal do Setor no YouTube e através do Google Meet.

Em agosto foram realizadas as atividades: **Roda de Conversa sobre Paternidade e Saúde Mental e Corpo Presente** em parceria com a professora da Escola de Teatro, da UNIRIO, Juliana Manhães. No mês de setembro **Conversa sobre Alimentação Saudável e Sustentável** com a docente Juliana Dias, da Escola de Nutrição da UNIRIO e a atividade sobre **Mindfulness**.

Sigam e compartilhem as atividades do SAST através das redes sociais:

Facebook

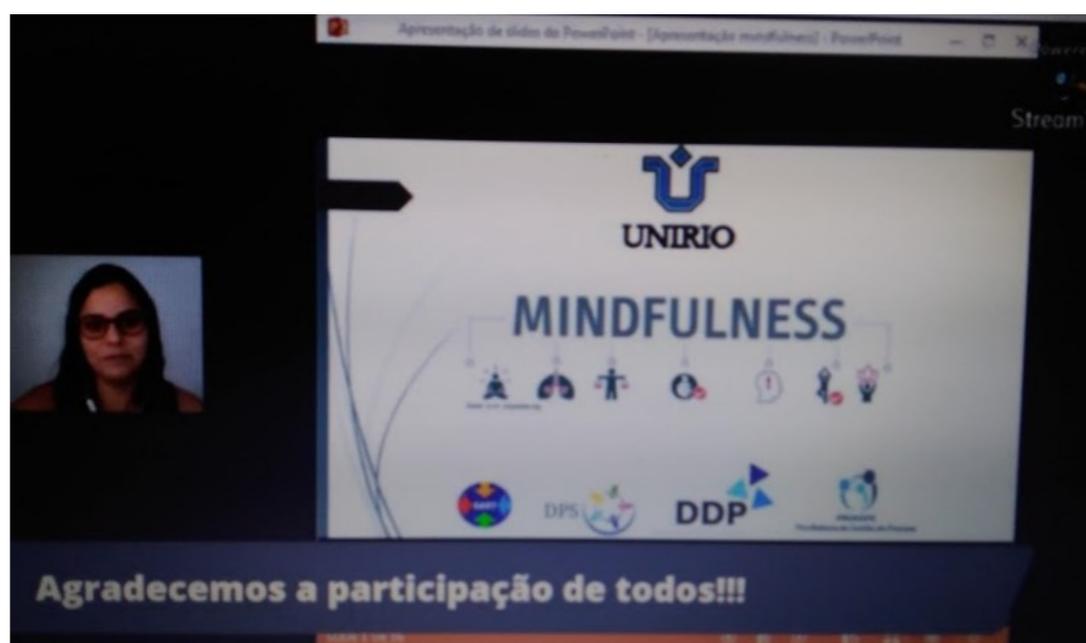
<https://www.facebook.com/Setor-de-Aten%C3%A7%C3%A3o-%C3%A0-Sa%C3%BAde-do-Trabalhador-Unirio-1844140219151429>

Instagram

https://instagram.com/unirio_sast.dps?igshid=z7x7b1q8zaw9

YouTube

https://www.youtube.com/channel/UCjWym7lu8tEgM6Qiz4z2psA/about?view_as=public



Atividade sobre Mindfulness realizada através do YouTube

Podcast “Ouvi Falar” produzido pela UNIRIO em parceria com a MultiRio está na segunda temporada



O podcast da série Ouvi Falar é produzido pelo Núcleo de Imagem e Som (NIS), da UNIRIO, em parceria com a MultiRio, e trata de assuntos da atualidade, sob a ótica do conhecimento científico, mas com uma linguagem acessível e atraente para os diversos públicos.

Os seis episódios que irão compor a segunda temporada abordarão temas ligados à alimentação e nutrição, com destaque para a Nutrição em fatos e afetos, com a curadoria do professor Anderson Teodoro. A cada sexta-feira, irá ao ar um novo episódio, com duração entre 40 e 60 minutos. Os podcasts estão disponíveis no site www.multirio.rj.gov.br e nas plataformas Spotify, Deezer e Google Podcast.

A equipe da MultiRio é composta por Patrícia Costa (Apresentação e roteiro); Ricardo Brito (Direção); Bruno Ribeiro (Produção) e Ian Murray (Produção musical e sonoplastia). Da UNIRIO fazem parte Camila Silvestre e Carol Carpintéro (Coordenação); Natascha Krepsky (Curadoria e Pesquisa); Rodrigo Goulart (Apoio à pauta e roteiro) e Clarissa Naveira (Assistente de Produção).

Ouçã aqui: <https://open.spotify.com/episode/4HIBHjFIZguw6Gj9dF7isq?si=rGtg22ytSM-0oGGt8E8LfQ>

SAST faz campanha do Setembro Amarelo

Dia 10 de setembro, é o dia mundial de conscientização e prevenção do combate ao suicídio. O Setor de Atenção à Saúde do Trabalhador-SAST em parceria com o Centro de Valorização da Vida - CVV, estão todos juntos pela vida!!!

Para mais informações acesse a [Cartilha sobre suicídio do CVV com apoio da PROGEPE/UNIRIO.](#)





VAMOS FALAR SOBRE A VIOLÊNCIA

Eu sou a professora Edna Raquel Hogemann e hoje o nosso papo é sobre a violência.

Tempos estranhos esses que estamos vivendo em que a máxima do “amai-vos uns aos outros” foi substituída pelo “armai-vos uns aos outros” tendo como consequência óbvia o aumento dos atos de violência sem propósito em que um simples esbarrão pode resultar em morte a bala ou uma briguinta de crianças no playground do condomínio pode desaguar em cena de sangue entre os pais.



Ao invés de desarmar os ânimos desafortunadamente o que temos visto por parte de alguns dos principais governantes é um estímulo diz proposital a esse ambiente de violência que só nos empurra ainda mais ao precipício dos egoísmos que embrutecem e nos afastam.

A pergunta que nos resta ainda sem resposta começa em situar em que momento deixamos de amar o próximo como a nós mesmos, ironicamente, apesar de não renunciar a nossa fé e de nossos valores?...

Quando foi mesmo que apesar de honrar pai e mãe em verdade deixamos de lado nossos idosos e passamos a dar mais valor ao que é jovem, sarado, bonito cheio de sucesso que grana, não necessariamente nessa ordem.

Por isso não são raras, infelizmente, são várias as notícias nas páginas policiais dos jornais dando conta de crimes graves cometidos por motivos fúteis como uma simples briga de trânsito ou de filhos assassinando, impiedosamente, seus pais ou pais que matam seus filhos por considerarem que são um incômodo em sua vida.

Enquanto o amai-vos uns aos outros estiver esquecido sob o manto mortuário bárbaro do armai vós uns aos outros continuaremos nesse caminho que vai do nada ao lugar algum e só produz mais ódio e violência e dor.

Nossa Esperança reside em que tenhamos a convicção de, como diria minha boa e saudosa avó, não há mal que sempre dure nem bem que nunca se acabe e o amanhã nos estimule para a boa luta por nossos direitos mantendo a chama da Harmonia e da Esperança e sabe por quê? como diria o poeta: “Amanhã será um lindo dia da mais louca alegria que se possa imaginar ...”

Esse texto foi extraído da Coluna Direitos Humanos o Som da Luz, do Programa Mar Aberto, no YouTube. Edna Raquel Hogemann é Professora Permanente do Programa de Pós-Graduação em Direito e Decana Pro Tempore, da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro– UNIRIO. Pesquisadora do GGINNS - Global Comparative Law: Governance, Innovation and Sustainability (Bioethics, Biolaw, Biotechnology) e do Grupo Direito Humanos e Transformação Social.



Sobre capacitação interna on-line: primeiros resultados

Em virtude de medidas adotadas para enfrentamento à COVID-19, as aulas e encontros presenciais estão suspensos. Com isto, um grande desafio se impôs a todos nós: buscar novos formatos ou modelos de cursos para dar continuidade à capacitação dos servidores da Unirio. Internamente, em parceria com a COMSO (Coordenadoria de Comunicação Social), testamos a realização de um curso de Libras "Conhecendo a Língua Brasileira de Sinais" em uma plataforma educacional digital (Google Sala de Aula e Google Meet). O curso, ministrado pelos tradutores intérpretes de Língua Portuguesa-Libras da Unirio: Alexandre Gonçalves, Eberson Sarmiento e Ruan Diniz, foi realizado ao vivo de 21 de julho a 20 de agosto, e o resultado foi muito além das nossas expectativas.

Segundo o instrutor Ruan, a proposta inicial era ofertar também uma possibilidade de acolhimento em meio ao momento caótico que estamos vivendo: "Mesmo havendo aulas síncronas duas vezes por semana, disponibilizamos na plataforma Google Classroom todas as aulas gravadas, além de material de apoio. Combinamos um prazo mais estendido para entrega dos trabalhos, e a adesão ao novo formato e dinâmica do curso foi excelente. Atingimos um público bem maior: servidores de diversos campi da Unirio puderam participar sem o problema do deslocamento físico. Conseguimos instrumentalizá-los com um conteúdo básico de Libras; tivemos boas oportunidades de trocas e construção coletiva do conhecimento".

Como estamos todos aprendendo o tempo todo e não há receita pronta para enfrentar adversidades, é preciso explorar cada vez mais soluções digitais e experiência inovadoras, acompanhando e avaliando os resultados. Compartilharmos aqui alguns depoimentos de participantes desta primeira turma on-line, e esperamos ampliar, em breve, o nosso portfólio de cursos de capacitação interna on-line.

"Aplaudo a iniciativa da Progepe e dos instrutores, capacitados e solícitos, pelo curso on-line de Libras. Acredito que é nosso dever promover a inclusão de toda e qualquer pessoa que nos procure enquanto instituição pública. O formato on-line é bastante adequado: ele viabilizou a realização do curso durante a quarentena; e o conteúdo pôde ser passado integralmente pelas plataformas digitais, sem prejuízo algum. Espero que esse módulo iniciante seja repetido para dar oportunidade a outros servidores da Unirio, e incentivo também que haja uma continuação desse módulo básico."

Clarissa Rosa Brachtvogel, Psicóloga do HUGG

“Foi uma experiência muito boa fazer este curso de libras online com instrutores tão maravilhosos. Se fosse no modelo presencial, seria inviável para mim, pois sair do plantão noturno, com sono, e longe da minha casa para me deslocar para fazer o curso... Sou técnica de enfermagem no HUGG e posso relatar uma história que já vivi na maternidade do hospital. Certa vez em um plantão, tinha uma puérpera que era surda, e o marido que estava com ela também era surdo. Eu não sabia o que fazer, me senti impotente naquela situação: como eu iria me comunicar com eles, como iria ensinar os cuidados básicos com o recém-nascido etc. Dei sorte que, ao menos no primeiro dia, a mãe dela ficou com eles no leito e foi quem me auxiliou na comunicação com o casal. Mas nos outros dias, precisei improvisar. Agora, depois de ter feito este curso, mesmo que no nível básico, fico mais confiante para atender outro paciente surdo. Na minha opinião, todos os profissionais de saúde deveriam saber pelo menos o básico de Libras, para poder dar ao paciente surdo um atendimento melhor possível. Isso, sim, é inclusão, é humanização.”

Adalia Pereira de Oliveira, Técnica de Enfermagem do HUGG

“Agradeço a toda a equipe pela organização do curso de Libras realizado remotamente. Consegui participar 100% das aulas. Adorei iniciar o aprendizado de uma nova língua, apesar da dificuldade de guardar alguns sinais. Ótimo conteúdo com instrutores atenciosos demais. A esperança de todos nós desta turma é que haja a continuação do curso de forma on-line, mesmo quando as atividades presenciais já tiverem sido retomadas.”

Alexandra da Silva Durão, Assistente em Administração da PROPGPI

“Primeiramente, um agradecimento pela disponibilidade de toda a equipe para fazer esse ótimo trabalho. Não preciso nem falar sobre a importância que é democratizar o ensino de Libras para que todos os brasileiros possam se comunicar sem tantas barreiras linguísticas. Eu aprendi muito mais do que achei que conseguiria e tive facilidade para as configurações de mão. Achei o formato on-line muito bom, pois durante o expediente é complicado sair do local de trabalho para ir à sala de aula. O fato de poder assistir as aulas gravadas também facilitou muito, pois não consegui assistir ao vivo todos os dias”.

Carol Carpintéro, Coordenadora do Núcleo de Imagem e Som – NIS, Proexc

“Eu gostei muito do curso de Libras: tivemos ótimos instrutores, que abordaram o assunto de uma forma leve e concisa. Toda turma esteve muito comprometida com o curso. Queremos fazer o módulo on-line mais avançado, caso haja continuidade: será um aprimoramento ainda maior no conhecimento de Libras para todos nós. Vou praticar bastante esta língua com amigos surdos que eu tenho. Agradeço a oportunidade que a Unirio me proporcionou.”

Cristine Serrina, Assistente em Administração do HUGG

“À Progepe. Parabéns pelo trabalho que vem desenvolvendo na Unirio, especialmente nesses tempos remotos. Fui aluna do curso básico de Libras (de forma remota) muito bem ministrado pelo Ruan, Alexandre e Eberson (eles são uns queridos). O curso foi ótimo, a seleção de conteúdo pertinente. Sinto pena não ter tempo para continuar participando (caso seja oferecido um curso avançado - penso que deveria ter continuidade). Obrigada pela oportunidade!”

Nailda Marinho da Costa, Professora Titular da Unirio



Pró-Reitor de Gestão de Pessoas: Daniel Aragão Machado

Gestão de Relacionamentos: Graziella Cataldo Batista Felix e José Antônio de Oliveira - **PROGEPE informa** – Edição de Texto, apuração, projeto gráfico, editoração e versão on-line- Graziella Cataldo Batista Felix e José Antônio de Oliveira

Contato para divulgação: progepe.gere@unirio.br – tel.: (21) 2542-3987

Revisão Final: Daniel Aragão Machado

Os dados sobre cursos e eventos são de responsabilidade dos respectivos organizadores.



PROGEPE
Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas