

## EXPEDIENTE

## GAZETA DE CONTAGEM

Propriedade da Editora Gazeta Publicidade &amp; Propaganda Ltda - CNPJ: 07.464.500/0001-23

**Direção:**  
Geraldo Evangelista**Depto Jurídico:**  
Pereira & Marques  
Assessoria Jurídica**Os artigos e matérias assinadas são de responsabilidade dos seus autores, não representando, necessariamente a opinião deste jornal.**

Rua Turmalina, 128 - B. São Joaquim - Fone: 3357-9439 - E-mail: gazetadecontagem@yahoo.com.br

**Colaboradores**Márcia Fátima, Norberto Marques, Sônia Jordão,  
Antônio Roberto, Lázaro Pontes, Rouse Ferreira**Jornalista Responsável:**

Glenn Rocha dos Santos - Registro 2023

**Diagramação:**

Marcos Eduardo - (31) 9672-2370

**Impressão:** Fumarc

## Já pensou no que você vai fazer quando se aposentar?



Sônia Jordão

Vejo muitas pessoas que imaginam que aposentar-se significa não fazer nada, ficar olhando o tempo passar e preparar-se para a morte. Hoje, pode ser o ponto de partida para uma nova fase na vida. Se você estiver preparado, pode ser emocionante. Nossa expectativa de vida aumentou e muito.

Se hoje você tem vontade de mudar de profissão, de seguir uma segunda carreira, é hora de se preparar para isso, não importa com quantos anos esteja. Muitos podem ser os motivos que nos levam a querer fazer uma coisa diferente, entre eles: o cansaço físico que uma profissão nos proporciona, o surgimento de novas oportunidades, profissões que nos atraem mais ou, ainda, a necessidade de se complementar a renda. Outro motivo que nos leva a querer mudar é descobrimos que escolhemos uma profissão que não é a mais adequada para o nosso perfil. Isso acontece também quando nos aposentamos e queremos continuar trabalhando, porém em algo que nos dê mais prazer do que a atividade que executamos durante vários anos.

Viver até mais de noventa anos está cada vez mais fácil. Pesquisas mostram que aposentados que continuam com atividades profissionais têm 51% menos possibilidades de morrerem do que aqueles que simplesmente param de trabalhar. Não podemos nos deixar morrer em função do ócio, da falta de perspectivas e de projetos de vida. Sem objetivos de vida a depressão e outras doenças podem ser as realidades de quem não se prepara para a aposentadoria. Aos cinquenta anos podemos começar uma nova carreira que pode durar trinta anos ou mais. Aposentar pode ser a oportunidade de experimentar o novo, pôr para fora o que se tem de melhor. Não mais trabalhar para sobreviver e sim trabalhar por



prazer.

Sabemos que são as nossas escolhas de hoje que trarão os resultados de amanhã, portanto precisamos fazer as escolhas certas. Não importa o motivo, o que vale é a regra de que é preciso planejar uma segunda carreira, pois assim nossas decisões serão mais fáceis de serem tomadas quando precisarmos decidir que rumo seguir.

Você pode também precisar mudar de carreira de maneira mais rápida, sem ter tempo para se preparar. Eu passei por várias mudanças na área profissional, mas sempre tentava me preparar para o que viesse. Formei-me engenheira mecânica, fui professora universitária, no curso de engenharia, durante muitos anos. Em determinado momento assumi a área comercial de uma empresa e deixei o magistério. Com o tempo, fui me envolvendo, também, com a área administrativa, o que me levou a necessitar de conhecimentos especiais de liderança. Comecei a gostar do tema e hoje boa parte do meu tempo é gasto em leituras e pesquisas sobre o assunto. Atualmente estou

na minha segunda carreira, trabalho com treinamentos e consultorias e escrevo livros e artigos.

Experimente começar a planejar a sua segunda carreira, a pensar o que quer fazer quando não estiver mais na profissão que está exercendo atualmente. Não importa se você tem somente vinte e poucos anos. Você pode querer ter seu negócio próprio e para isso pode, por exemplo, começar a economizar. Você pode, futuramente, querer atuar em outra área de conhecimento e para tanto precisa começar a pesquisar e estudar o assunto em suas horas de folga.

Estamos em um processo muito dinâmico e todo momento podemos adquirir novos conhecimentos e repensar tudo o que planejamos. Porém, se você nem iniciou seu planejamento, não poderá aperfeiçoá-lo. Ao longo da vida é preciso trabalhar pensando na autonomia e independência financeira. Viva o dia de hoje, mas planeje o dia de amanhã!

Site: [www.soniajordao.com.br](http://www.soniajordao.com.br)  
E-mail: [tecer@soniajordao.com.br](mailto:tecer@soniajordao.com.br)



## Política e cidadania

Norberto Marques



As cidades ganharam com o passar dos anos, poderes tanto na vida política, econômica e sócio cultural. Nos últimos anos os sinais deste poder é cada vez mais evidente e se multiplica.

A recessão econômica que atingiu vários países do mundo na década de 70 modificou a forma de atuação de grande parte dos governos locais e dos principais agentes urbanos. Os poderes públicos extrapolaram suas obrigações constitucionais para atrair investimentos, gerar emprego e renovar a base produtiva dos municípios.

A liberalização econômica dos anos 80, sobretudo na América do Norte, diminuiu os recursos das áreas sociais que cobriam as mínimas necessidades de parte significativa da população urbana. Essa conjugação de fatores possibilitou o aumento do desemprego e a queda de arrecadação tributária dos municípios.

Dessa forma, provocaram a busca de alternativas para superar estes problemas, com isso criou-se projetos estratégicos visando o crescimento econômico e o desenvolvimento urbano em resposta aos problemas advindos da degradação do meio ambiente urbano e pelo aumento das desigualdades sociais e econômicas.

No Brasil ainda no início da década de 80 surgiram experiências inovadoras em termos de participação popular e de gestão social, sobretudo nas regiões mais desenvolvidas do país, as cidades pioneiras foram Lages, em Santa Catarina e Boa Esperança no Espírito Santo, são cidades que iniciaram um conjunto de experiências que se desenvolveram, sobretudo com a democratização do país nos anos 80. São práticas oriundas dos movimentos populares, tais como conselhos de saúde, de educação e orçamento, inspirando ações participativas em gestões municipais.

Professor Ambientalista

## Fala educação

Rouse Ferreira



Que bom estarmos mais uma vez juntos, nós e agora

nosso novo tema, a moral e o momento eleitoral. Que casamento! Com certeza muito esperado! Um casamento só é bem sucedido quando as partes cumprem, cada uma, seu papel. Nesse casamento, como testemunhas, nos cabe averiguar se os papéis estão sendo cumpridos. Semana passada falamos um pouco de como fazer essa averiguação e ficamos de ver hoje, um pouco sobre os requisitos básicos de um líder, que se compararmos a um casamento caberá perfeitamente na relação esposa e marido. Qual o primeiro requisito para ser um líder? Sem dúvida é saber servir. Só se pode ser líder quem sabe servir, pois liderar nada mais é que servir ao outro e servir com excelência. O(a) prefeito(a) serve aos municípios, o(a) vereador(a) serve a comunidade, o marido serve a esposa e a esposa serve ao marido. Liderar não é fazer o que nos parece bem, mas encaminhar decisões que são da maioria, ou do outro no caso dos cônjuges.

No caso de uma prefeitura isso é feito através das indicações do Orçamento Participativo, das Conferências Municipais, ou seja, ouvindo o povo em seus lugares de fala. O nome que damos a essa organização é "Política", apenas para lembrar; a palavra política se origina do grego polis, que significa "cidade", a polis caracterizava-se como uma unidade de vida social, da qual os cidadãos participavam ativamente, decidindo sobre os destinos da cidade. É isso aí, política, lugar de encontro para juntos decidirmos sobre nossos caminhos, vidas e escolhas. E em uma dessas escolhas, escolhemos eleger um "líder". O que ele tem que saber fazer? Servir. E para isso ele precisa saber ouvir. E para ele ouvir precisamos falar. E para falarmos a "polis" precisa estar aberta. Não sei se está tudo bem claro, mas é preciso que esteja. Não há como falarmos se os espaços de fala estiverem fechados, não há como sermos ouvidos se os espaços de fala estiverem fechados, se não nos ouvem, como nos servirão? Política não é servir há alguns, é servir a todos. Na "polis" todos são iguais. "Seu candidato sabe ouvir?" Um casamento bem sucedido tem frutos. No caso da moralidade

no momento eleitoral, um dos frutos é a transparência na campanha. Perceba se a campanha, do seu candidato, tem compromisso com a legislação vigente. Se você não há conhece procure no TRE ou na Internet, é importante cumprir a lei, esse é um bom fruto. Outro fruto; perceba se seu candidato tem responsabilidade com o meio ambiente, ou se os muros estão todos pintados com seu nome; panfletos espalhados pelas ruas; poluição sonora, estourando os tímpanos; poluição visual, nem se fala. Responsabilidade ambiental é um bom fruto. Outra dica importante: "Qual a motivação do seu candidato?" Ninguém quer ser gestor público porque é gostoso. Até porque não há nada de gostoso em gerir o desejo do outro. Nós sabemos que a motivação verdadeira está dentro do coração de cada um, mas o coração pode ser revelado pelas nossas ações ou pelos nossos frutos, se lembram da semana passada. É muito importante pensarmos nisso tudo, com muito cuidado. Semana que vem continuamos com nosso bate-papo, aqui no nosso fala educação. Um grande abraço para você.

Professora, escritora e pós-graduada em psicopedagogia

## Dependência e autonomia

Antônio Roberto



Tornou-se lugar comum falar que o mundo vive momentos de

grandes mudanças e que a época atual é crítica para o futuro da humanidade. E apesar de comum, é verdade.

E precisamos todos refletir um pouco sobre a nossa responsabilidade de participação nesta transformação. E, de certa forma, encontrar um mínimo de respostas às nossas angústias e desentendimentos nos dias de hoje.

Estamos relativamente perdidos porque estamos emaranhados em VALORES criados por uma sociedade gananciosa, indiferente, falsa, violenta e, por isto mesmo, suicida.

E a humanidade sofre as consequências do desvio de rota, da perda sistemática dos VALORES naturais de solidariedade, liberdade, verdade e de amor.

Todas as pessoas, com um mínimo de consciência, têm de contribuir de uma forma ou de outra para a mudança do mundo, começando de nós mesmos: Repensar nossas vidas, nossos relacionamentos, nosso trabalho, nossa religiosidade, nossos valores.

Cada um de nós tem um caminho próprio. E neste caminho a gente se descobre, aprende muitas coisas, sofre, se perde muitas vezes, erra, acerta. De qualquer modo, o que a vida nos pede é que não fechemos os olhos para uma realidade difícil sob todos os ângulos: social, político, econômico, moral, etc. A nossa opção fundamental tem de ser um compromisso com a pessoa humana, com os direitos da integridade e liberdade da

pessoa humana.

Isto porém só será possível se redescobrimos novos valores.

Tenho percebido, cada vez mais, uma onda de frustração invadindo as pessoas. De maneira geral, as pessoas estão insatisfeitas na sua maneira de viver, o seu corre-corre, na sua pressa, na sua ansiedade. Inúmeras são as pessoas cada vez mais envolvidas num tédio existencial, que alguns dão o nome de depressão. Apesar do grande esforço para parecerem felizes, não estão tão felizes quanto parecem. Não conseguem esconder um grau excessivo de tensão, preocupações e cansaço. E, se há alguns anos atrás, as pessoas viviam silenciosamente os seus problemas, hoje, o homem moderno, não sofre em silêncio. As pessoas conversam sobre seus problemas. Falamos sobre o que há de errado: a crise econômica atual, a poluição, a falta de participação política e social, e falamos também, sobre o que há de errado na nossa vida pessoal e íntima.

Falamos sobre os problemas que nos cercam, sobre as nossas angústias, sobre as nossas depressões, sobre as nossas ansiedades e tensões, sobre os nossos problemas conjugais, sobre as crises do casamento, sobre os problemas de relacionamento afetivo e sobre os nossos problemas profissionais. Isto deixa claro que estamos passando a não aceitar como natural esse estado crônico de desgosto e de insatisfação. Cada vez mais, um número maior de pessoas começa a entender a necessidade de alguma mudança, que permita uma vida mais satisfatória e mais significativa.

Muitas são as perguntas que, mais cedo ou mais tarde, nós nos formulamos: será que vale a pena? Será essa a melhor forma

de viver? O que há de errado comigo? Serei somente eu que estou passando por esses problemas? De qualquer forma, tudo isto acontece ao homem moderno, em meio a uma forte crise que atravessa o mundo de hoje. Somente os cegos não vêem acontecer já os sintomas claros daquilo que o americano TOFFLER chamou de choque do futuro.

Vivemos sob a esmagadora tensão, o stress e a desorientação. Somos submetidos a uma carga de mudanças excessivas, dentro de um tempo muito curto.

O choque do futuro não é mais uma possibilidade futura de perigo, não é algo que virá, a longo prazo, mas é uma doença real que, progressivamente, um número cada vez maior de pessoas já está sofrendo.

E no meio de tudo isto a nossa alternativa é redescobrir valores esquecidos mas capazes de nos ajudarem no caminho da felicidade:

Simplicidade, cultivo da paz interior, da compreensão em nossos relacionamentos, do crescimento individual, da solidariedade e, sobretudo, o grande valor da ESPERANÇA. Estes valores já existem no coração de cada um de nós. Apenas precisamos deixar que eles apareçam. A família continua a desempenhar um importante papel na transformação do mundo. E é nela que inicialmente acontecerá a ênfase em valores de dignidade, de ética, de tolerância e de perdão.

Se não desistirmos da peleja difícil da própria transformação, teremos a alegria de ajudarmos a construção dos novos tempos, cheios de riscos mas também de muito AMOR.

Deputado Federal (PV/MG) e Consultor Comportamental