

## 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

## Colaboradores

Márcia Fátima, Roberto 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

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

## EDITORIAL



## Alerta eleitoral

Geraldo Evangelista  
Diretor

*Está sem opção?  
Vote no cocão!  
Ruim, por ruim,  
vote em mim!*

*Se for votar em branco, não fale alto; pode ser processado por racismo!*

Brincadeiras a parte, nesta segunda-feira, dia 6, será dada a largada oficial para as eleições municipais que acontecem no dia 5 de outubro, para a escolha de prefeitos e vereadores nos mais de cinco mil municípios brasileiros e que, particularmente em Contagem, promete ser uma disputa apertada, já que, com a saída do ex-governador Newton Cardoso do páreo, os demais candidatos se animaram.

É claro que o fim dos showmícios, dos outdoors e dos brindes, as campanhas deverão utilizar ainda mais papel, pintura dos muros (que também deveria ser proibida, já que enfeia muito as cidades) e, o pior de todos, os carros de som, que mais barulho fazem, do que falar sobre as qualidades de quem os pagam para infemizar nossos ouvidos.

Infelizmente, por não possuímos emissoras de rádio e de televisão, os panfletos, as faixas e os carros de som se tornaram as únicas armas de divulgação das candidaturas, já que somos obrigados a ouvir e ver as propagandas dos candidatos de Belo Horizonte

Focando na questão dos vereadores, mais uma vez percebemos que nas regiões da Ressaça e Nacional novamente se apresenta uma enorme quantidade de candidatos, pouquíssimos com chances de serem eleitos, repetindo o que vem acontecendo ao longo dos anos, ou seja, uma população enorme, com poucos representantes no Legislativo. Na atual legislatura, por exemplo, tem apenas um (Joaquim da Aloja), enquanto a região do Riacho elegeu cinco (Carlin Moura, Avair Salvador, Gueber Ferreira, Dimas Fonseca e Leticia da Penha).

O grande problema é que esta enormidade de candidatos somente entram na disputa pensando em ter um cargo para si ou familiares, caso o candidato a prefeito que apóiam seja eleito, ou por mera vaidade. Mas no final, eles e a própria comunidade é quem "paga o pato", não recebendo benefícios.

O eleitor mais atento, vai perceber que alguns desses postulantes, são eternos candidatos em disputam todas as eleições, não tendo sequer projetos a defender. E a situação se agrava ainda mais, pelo fato de que algumas "lideranças" preferem apoiar candidatos de fora, por dinheiro ou interesse futuro, prejudicando a Região.

Por isso, mais uma vez alertamos aos eleitores da Ressaça e do Nacional, que devem votar nos candidatos da Região, mesmo assim, analisando quem tem chances de se eleger e pode ajudar sua comunidade a crescer.

Pense, analise, reflita e vote!

## Reciclagem e cidadania

Roberto Marques



O conceito de lixo é carregado de preconceitos, tido como produto de final do ciclo de vida. As pessoas o querem ver longe de suas casas. Se a agente quer promover ações voltadas para nova atitude e novos valores diante daquilo que nós diariamente produzimos é preciso mudar as nossas ações no cotidiano. As pessoas de baixo poder aquisitivo geram o mínimo de resíduos porque não tem condições de consumir, enquanto as pessoas de maiores renda, geram grande quantidade de lixo diariamente.

O Brasil é dos maiores geradores de resíduos do mundo. A maior parte, destes resíduos são jogados em lixões a céu aberto. Uma mínima parte é reciclada, o restante vão para locais sem nenhuma tecnologia ambientalmente adequadas para contaminar o mínimo possível dos lençóis freáticos, o solo e o ar (Aterros sanitários).

Há mais de uma década o tema reciclar ganhou força, com a iniciativa da Unicef, com o objetivo de retirar várias crianças que viviam nos e dos lixões no Brasil agora. Nesta época o poder público e a sociedade civil organizada foram mobilizadas para discutir estratégias visando retirar as crianças dos lixões. Vivemos uma nova era na questão de saneamento ambiental/resíduos sólidos e na coleta seletiva, onde os catadores são considerados como categoria de trabalhadores pelo IBGE.

## GESTÃO COM EDUCAÇÃO

Em alguns países do mundo não há varrição de rua, porque nestes locais as pessoas consideram a rua como se fosse a extensão de sua casa. Para se chegar a isso, são necessárias duas coisas: educação e infra-estrutura de coleta, com lixeiras em todos os lugares, o que leva o cidadão a participar da cadeia da reciclagem e ter um certo nível de informação, consciência ambiental/conhecimento de que se está desperdiçando, uma matéria prima importante para cadeia produtiva.

Além da preocupação ambiental com o nosso planeta, a geração de trabalho é um item que passou a compor esse estado de sensibilidade de um maior número de pessoas. O catador não é aquele que atrapalha o trânsito, mas um indivíduo que busca na reciclagem uma oportunidade de trabalho e renda.

É preciso mudar a cultura do estragado jogado fora, para reutilizar, reciclar, reaproveitar, recondicionar, consertar, mudar a lógica do consumo de mercado. Nós temos que considerar que temos um compromisso ético com as próximas gerações. Do ponto de vista da educação, nós temos que discutir com a sociedade quais são os produtos socialmente necessários e ambientalmente sustentáveis. Antigamente nós tínhamos o mínimo de geração de resíduos. Hoje nós devemos ter como meta gerar o mínimo e reciclar o máximo.

Professor Ambientalista

## É dando que se recebe



Sônia Jordão

A vida tem me mostrado que somos premiados com o aumento de nosso conhecimento quando compartilhamos o que sabemos. Um amigo me disse uma vez que colhemos o que plantamos em maior quantidade e na mesma espécie. Então, primeiro procuro ajudar os outros e, com isso, tenho observado que sou ajudado por eles sempre que preciso.

Li um texto muito interessante que dizia: "se duas pessoas se encontram e cada uma dá a outra um pão, cada uma continuará com um pão, mas se trocarem uma ideia cada pessoa sairá com duas ideias". Então, percebi que passar minhas ideias só iria me trazer novas aumentando as minhas, ajudando no meu crescimento pessoal.

Quando coordenei a implantação da ISO 9001 em uma indústria, em Minas, o consultor que nos ajudou na preparação da empresa para a certificação trabalhava, também, para outras duas empresas. Fiquei conhecendo as outras coordenadoras da qualidade e aí fazia o seguinte: sempre que preparava um novo documento enviava para elas. A ideia era ajudá-las a escreverem os seus documentos da qualidade. Elas melhoravam o que eu tinha escrito,

faziam as adaptações relativas às suas empresas e me enviavam de volta. Assim, eu via as oportunidades de melhorias para o que já fazia e implementava na empresa onde eu trabalhava. Com isso, os processos da indústria onde eu trabalhava ficavam cada vez melhores, porque recebia ideias de pessoas com visão e experiências diferentes das minhas.

Durante todo o período de implantação da norma, também começamos a trocar auditores da

dessa época.

Há que se considerar, também, que a vida é cheia de altos e baixos em todos os campos, por isso, nos períodos bons precisamos nos preparar e nos guardar para os períodos ruins. Quando você dá alguma coisa sem ficar pensando no que vai receber em troca, é bem provável que, se em algum momento precisar de algo, alguém irá lhe ajudar, também sem pedir nada de volta.

Além do mais, a grande diferença entre os homens e os animais é que temos a opção de escolha. Precisamos aprender a trabalhar com isso em todos os momentos de nossas vidas. É bom escolhermos a felicidade, o amor, a alegria e a riqueza ao invés da infelicidade, do ódio, das tristezas e da pobreza.

É preciso dar sem esperar o retorno, dar em primeiro lugar, pois assim conseguirá ser mais feliz. Dê nem que seja um sorriso, pois é dando que se recebe!

Sônia Jordão é especialista em liderança, palestrante e consultora organizacional. Autora do livro "A Arte de Liderar - Vivenciando mudanças num mundo globalizado" e do livro "E agora, Venceslau? Como deixar de ser um líder explosivo".

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

**"Reparta o seu conhecimento. É uma forma de alcançar a imortalidade".**

(Dalai Lama)

qualidade e com isso, além de nos treinarmos como auditores, as empresas auditadas tinham uma visão de alguém de fora que passava sugestões de melhorias. Conclusão: as três empresas foram certificadas num prazo de 9 a 11 meses e o sistema de qualidade das três empresas ficou muitas vezes melhor do que se tivesse sido feito sem essa troca de informações. Além de tudo isso, fortes laços de amizade surgiram como fruto



## Como aliviar as tensões



Antônio Roberto

Tensão é um estado de luta. É uma preparação

do corpo para se defender das ameaças externas. A maioria de nós é cronicamente tensa. Acostumamos a ver perigo em tudo, a achar que as pessoas não nos querem bem, que o mundo é mal, que a vida é perigosa. A partir daí estamos sempre à espera do pior. E somos alimentados nesses pensamentos pelas outras pessoas que também vivem tencionadas, pelas notícias que acompanhamos diariamente nos jornais, pelas pessoas que nos cercam que, com a melhor das intenções, nos advertem dos perigos da vida.

O mundo, sem dúvida alguma, nos apresenta certo grau de ameaças reais e imediatas. O grau de preparação para enfrentá-las, traduzida em tensões musculares no nosso corpo, é excessivo e representa mais os nossos pensamentos catastróficos sobre o futuro, numa tentativa infrutífera de controlarmos antecipadamente o que de ruim possa nos acontecer. E como pensamos constantemente o pior, estamos sempre em estado de alerta, de ansiedade e de preocupação. Por outro lado é real que vivemos numa era de ansiedade, de pressa, de conflitos, de incertezas.

Nosso mundo é mais que nunca, palco de mudanças explo-

sivas e de inseguranças. Há cem anos atrás um ataque cardíaco (doença diretamente ligada às tensões) era uma curiosidade da medicina. A multiplicidade de papéis que exercemos, a pressão para o sucesso profissional, financeiro e a cobrança excessiva de perfeição são fatores desencadeantes de uma maneira de viver estressada, que, à medida que se torna habitual, também se torna inconsciente. Só percebemos nosso grau excessivo de tensões quando aparecem os sintomas mais intensos: insônia, infarto, pânico, etc. Diante disso temos duas alternativas: Continuarmos objeto passivo do mundo e dos nossos pensamentos, alimentando "nossa luta" para alcançarmos o máximo de desempenho como pais, como profissionais, como pessoas de sucesso social ou mudarmos o estilo de nossa vida. Se quisermos uma vida mais saudável e descontraída para nós mesmos temos de encontrar a paz interna perdida, mas que existe sempre em cada pessoa. Quando crianças sabíamos disso na prática. Vivíamos o estado de dança, de fluir a vida, de paciência. Quando adultos vivemos um estado de luta, de queda de braço com o mundo, de pressa, de vencer a qualquer preço. Saber migrar de um estado para o outro, viver cada um deles de acordo com a situação é o primeiro passo para melhorar nossa qualidade de vida. Há momentos que são realmente de luta, de conflito, de

tensão.

Passado esse momento deveríamos voltar ao estado de repouso, de descontração. Não sabemos fazer isso e temos de aprender. As tensões se acumulam no nosso corpo e permanecem. Até dormindo, estamos em "batalha". A verdade é que não sabemos relaxar. O maior presente que cada um de nós pode dar a si mesmo é a determinação de entrar em contato com o estado de harmonia que sempre está presente na essência do nosso ser. Há, porém, uma condição fundamental para aliviarmos nossas tensões: QUERER.

Querer dedicar-se a um cuidado corporal, através de técnicas hoje amplamente disponíveis, que nos ensinam novamente a estar com o corpo em paz. Exercícios físicos, massagens, técnicas respiratórias, treinamentos em relaxar, meditações, descansos programados são apenas algumas possibilidades. Não tenha medo de parar a máquina. Você não vai sucumbir, não vai fracassar. Ao contrário, quanto mais relaxados estivermos, mais espontâneos, mais alegres. E esse estado de energia nos conduzirá a relacionamentos mais amorosos e mais harmoniosos. E aí teremos o verdadeiro sucesso: social e, sobretudo, pessoal.

Deputado Federal (PV/MG) e Consultor Comportamental