

EXPEDIENTE

GAZETA DE CONTAGEM

Propriedade da Editora Gazeta Publicidade & 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, Noberto 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

Fala educação



Rouse Ferreira

Hoje, 11 de agosto é o dia do estudante e ontem comemoramos o dia dos pais, não poderíamos deixar essas datas passarem sem uma lembrança ou sem um cumprimento. Desejamos aos estudantes da nossa cidade um futuro repleto de realizações, que hoje são seus sonhos, projetos e busca. Queridos, estudar é preciso! Aos pais, nosso carinho e que nós, os filhos, possamos saber honrá-los e que haja uma volta dos filhos aos pais e dos pais aos filhos, que nossas Certidões de Nascimento tenha o nome de nossos pais e que nosso país não seja órfão de pai. Pais, precisamos de vocês! Penso que podemos unir as datas, as quais, estamos comemorando com o assunto, o qual, temos refletido em nossos últimos artigos, a ética no momento eleitoral. O que tem haver pai, estudante e o momento eleitoral? Se não tudo, pelo menos muito. Vamos pensar um pouco nas políticas públicas para a educação no nosso País, hoje, e há um tempo atrás. A classe menos privilegiada financeiramente a pouco tempo atrás não tinha acesso às Universidades, a pública ou a particular. Através do Pro Uni e do ENEM nossa realidade é outra, hoje, as classes menos privilegiadas tem

acesso a escolaridade também em nível superior, o que nunca antes aconteceu em nosso País. E o que é isso, se não política pública consciente da nossa realidade? Em nossa cidade o Ensino Médio mais do que garantido, foi ampliado, inclusive com cursos diurnos, além da grande ampliação do EJA (Educação de Jovens e Adultos). Você adulto, pode voltar a estudar em escolas públicas, sem ônus, a noite, após seu trabalho e perto da sua casa. O que é isso? Política Pública, consciente. E os CEFET'S, depois de tantos anos voltaram a ser implantados em todo País. Desta vez não vou responder. Mas, não terminou, os alunos da Educação Infantil e do Ensino Fundamental, hoje, recebem material escolar gratuito, as crianças cadeirantes tem acesso garantido à escola através do Sem Limite, programa de transporte escolar com vans adaptadas para os alunos que utilizam cadeiras de rodas e também as levam para demais atendimentos, como médicos e outros. Hoje, a maioria das escolas do Município abrem nos finais de semana para atender a comunidade, com atividades culturais, esportivas e artísticas através do Programa Escola Aberta, financiado pelo Governo Federal. O Município, hoje, conta com creches públicas, onde as crianças podem ficar enquanto as mães estão no trabalho. Há também os CA-

CAD'S Centro de Atendimento a Criança e ao Adolescente, que atendem os mesmos em tempos complementares ao tempo da escola, além das escolas com o Programa Segundo Tempo, nas quais a criança e o adolescente são atendidos em dois turnos, um em seus estudos regulamentares e o outro em atividades esportivas, aulas de informática e atividades artísticas culturais. Ainda há os inúmeros programas da Secretaria do Desenvolvimento Social, como o Pró Jovem, os centros de informática nas regionais, com aulas gratuitas para crianças e adolescentes, aulas de artesanato, dança, orientação e capacitação para quem deseja abrir sua micro empresa, atividades para terceira idade e demais políticas públicas, que gostaria até de enumerar, mas vou deixar essa ponta de curiosidade com você. Talvez, o que consegui enumerar aqui tenha tudo haver com o dia do estudante e de igual modo com o dia dos pais. Porque pai quer o melhor para seu filho e estudante precisa de condições para estudar. E o que pode facilitar tudo isso? Sabermos quem tem condições de nos ouvir e saber nos Servir. Creio que estamos caminhando em nossas reflexões por um bom caminho. Deseja dar sua opinião, fale conosco. Falaeducacao@yahoo.com.br

Professora, escritora e pós-graduada em psicopedagogia



Como liderar seus filhos

Sonia Jordão



Sabemos que liderar é conseguir que outras pessoas façam o que queremos, é influenciar os outros em suas atitudes. Todos os pais gostariam que seus filhos fossem melhores

que eles mesmos, por isso, precisam agir como líderes para, assim, influenciá-los a serem como desejam.

Experimente usar as dicas de liderança abaixo. Elas são usadas por bons líderes nas organizações e totalmente aplicáveis aos filhos:

- Respeite o direito do outro, assim você conquista sua confiança.
- Saiba ouvir, preste atenção no outro.
- Seja capaz de compreender e perdoar. Errar é humano.
- No lugar de impor suas idéias, procure conquistar seus filhos, com afeto e segurança.
- Busque conhecer a si mesmo e principalmente a seus filhos.
- Respeite as diferenças entre as pessoas, não trate um filho da mesma forma que trata o outro.
- Seja firme, sem usar a agressividade. Procure impor sua autoridade pelo respeito e exemplo e não pela força.
- Saiba por que está dizendo um não e mantenha sua palavra.
- Coloque limites, assim seu filho aprenderá que não pode ter tudo o que quer, na hora e da forma que quer. A vida nem sempre nos ofe-

rece o que queremos.

- Cumpra o que prometeu, seja um prêmio ou uma punição e não prometa o que você não pode cumprir. A confiança é um edifício difícil de ser construído, fácil de ser demolido e muito difícil de ser reconstruído.
 - Delegue responsabilidades.
 - Dê feedback, seja ele positivo ou negativo. Mostre onde o outro está errando, isso o ajudará a crescer.
 - Seja exemplar. As pessoas seguem o que você faz e não o que você diz para fazerem.
 - Evite punir quando estiver irado, espere se acalmar e aí corrija os erros que percebeu.
 - Procure acentuar as características positivas de seus filhos. Quando alguém recebe um "rótulo" de que é de alguma forma fará muita coisa para manter isso.
 - Use a máxima da liderança que é: elogiar em público e criticar em particular.
- Pais querem que seus filhos não cometam os mesmos erros. Sabemos, porém, que as pessoas precisam passar por algumas experiências para aprenderem. Portanto, mostrem o caminho, ensinem a pescar, mas aceitem que, mesmo assim, seus filhos muitas vezes não irão ouvi-los. Acharão que são auto-suficientes e que já são capazes de administrar suas vidas. Dê todos os exemplos que puder que o resultado virá com o tempo. E, aí, valerá a pena!

Site: www.soniajordao.com.br
E-mail: tecer@soniajordao.com.br



Para superar as perdas



Antônio Roberto

ACEITAR a realidade humana, a perda, é muito difícil.

Apesar de ser o fenômeno mais comum na nossa vida (perdemos desde que nascemos até morreremos), o mais universal (todos perdem) continua sendo a fonte de maior sofrimento para o homem. Não fomos treinados para lidar com as perdas. Essa nossa dificuldade é maior ainda quando a perda se reveste da característica do abandono, da rejeição. As perdas materiais, as perdas de uma boa imagem perante os outros, de uma amizade, são ruins. O rompimento de um relacionamento amoroso contra a nossa vontade, porém, é horrível. E quando isso ocorre, passamos por algumas etapas previsíveis do ponto de vista emocional.

Há uma médica americana, Dra. Elizabeth Kübler Ross, especialista em doentes terminais, que desenvolveu longos estudos sobre a perda, por parte dos próprios pacientes que sabem que vão morrer e por parte dos seus parentes, durante a doença e depois da morte deles. Mais tarde ela estendeu suas conclusões a todos os tipos de perda e ela assinala algumas etapas do processo. Na primeira fase a nossa tendência é NEGAR a perda: "Não consigo acreditar", "Ele ainda me ama, tenho certeza", "A gente ainda vai voltar." Nessa fase ficamos chocados. É importante nesse período que a pessoa abandonada conte com ajuda de outros:

amigos, psicólogo, familiares, líderes espirituais que possam ampará-lo e com quem se fale do ocorrido, tomando cada vez mais consciência da realidade da perda.

Na segunda fase, perdidas as esperanças de retorno, começa o furacão de sentimentos: raiva, culpa, pena de si próprio, sensação de injustiçamento, medo, saudade - muita dor. Ainda é importante o apoio ambiental, terapeuta, amigos, fornecendo ao "perdedor" afeto e ajudando-o a ver com mais clareza, a pessoa que o abandonou. Nessa fase, a mais dolorosa, é natural a sensação de auto-estima baixa, e uma sensação de estranheza. A perda do equilíbrio interno nos faz sentir como se aquilo tudo não estivesse acontecendo conosco. Dependendo da fragilidade emocional essa fase pode, às vezes se prolongar excessivamente, provocando depressão, falta de vontade de viver e, às vezes, vontade de morrer. É importante, lembrarmos de que precisamos reagir, mesmo sem vontade, e, sobretudo, não abandonarmos nossas atividades habituais, ainda que, nesse momento, nos sejam extremamente pesadas. Aniquilar-se ou reagir é a grande questão, nesse momento. Sofrer sim, mas com dignidade.

Posso sentir um enorme pesar pela perda, mas não posso medir o meu valor como pessoa pelo amor ou desamor de alguém por mim. Nessa fase é bom lembrarmos nossas qualidades, nossas realizações, nosso valor para não nos definirmos pelo outro. A fase seguinte é

menos tumultuada por sentimentos vigorosos e se caracteriza mais pelo vazio e tristeza. É uma tristeza mais calma, ainda dolorosa, mas mais suportável.

Nessa fase, devemos começar a elaborar o ocorrido, assumindo, sem culpa a nossa responsabilidade, caminhando para a superação da perda e o início da reconstrução interior.

Cada relacionamento terminado é preparação para a próxima relação, se aprendermos com a experiência, não só do relacionamento, mas também com a experiência da perda. A intensa dor vivida e elaborada nos fortalece para o futuro. Daí a importância de não negarmos a nossa dor, bancando os fortes e querendo sair rapidamente da situação dolorosa. Não podemos saltar nossas emoções, sejam quais forem, sob pena de aparcerem, mais tarde na nossa vida, sob diversas formas: depressões inesperadas, doenças, etc.

E a última fase é a da ACEITAÇÃO. Passando conscientemente pelas fases anteriores, sem negá-las, não há como não chegar à aceitação da perda. Essa aceitação se traduzirá, normalmente, pelo interesse renovado em novas pessoas, novas coisas e novas realizações. Não tendo medo da dor, renascemos em novas possibilidades.

A todos os que, neste momento, sofrem a inevitável dor de alguma perda, seja qual for, mas que os levará, no futuro, a momentos mais ricos e mais felizes.

Deputado Federal (PV/MG) e Consultor Comportamental

Mude a atitude discuta política

Noberto Marques



Não somos só vítimas de certos políticos, mas co-responsáveis pela escolha que fizemos, criticar os problemas da cidade é fácil; no entanto julgar que todos os políticos são iguais não é a melhor alternativa, difícil é participar ativamente da escolha dos representantes. Uma pessoa consciente de suas responsabilidades, discute política podendo interferir nas decisões municipais.

Não é para menos, afinal neste ano prefeitos e vereadores serão legitimados pelo votos na eleição, política não se esgota por causa dos problemas partidários, nem tampouco quando da escolha dos nossos representantes. Política é debater com os candidatos de que modo exercerão seus mandatos polemizando com os mesmos seus projetos partidários, mas sobretudo discutir as questões voltadas para os problemas municipais, questionando-os sobre quais demandas terão prioridades em sua gestão, enfim com o voto, o eleitor decidirá a quem caberá a administração da máquina pública.

A escolha de candidatos comprometidos com uma política que reflita, inclusive os interesses da maioria dos munícipes, está no voto do eleitor.

Temos que derrubar a idéia que se espalha na cabeça deste; eu voto no candidato, não no partido. No país todo candidato a um cargo político é filiado a um partido; neste aspecto devemos nos preocupar sim em investigar se nosso candidato está vinculado a um partido comprometido em lutar contra as desigualdades sociais vigentes, ou se ele é favorável em manter tudo da mesma maneira, para que deste modo continue privilegiando aqueles que não necessitam de ajuda.

Na escolha do candidato a prefeito nosso voto deveria ser acompanhado também da opção por um vereador, afinado com o projeto político do executivo, de modo que pudéssemos optar pelo suporte ao nosso prefeito. Não sendo assim, o poder majoritário não terá condições de aplicar o seu plano de trabalho, com o qual concordamos, quando da escolha do nosso candidato.

Quando da eleição de nossos representantes, delegamos aos mesmos poderes para falar e agir em nosso nome, desta forma é preciso conhecer a trajetória política e pessoal do candidato, para que este quando eleito, possa de maneira transparente colocar em prática o plano de governo proposto.

ProfessorAmbientalista