



DESAFIO

Boletim Informativo do Sindicato dos Urbanitários de Mato Grosso - Nº 110 - Agosto/2000

Sindicato dá início à Campanha Salarial na Rede/CEMAT

Companheiros,

No Acordo Coletivo 97/98 conquistamos a incorporação dos 10% do Abono Especial e dos 18% da Alteração do Estatuto Social, o que representou um ganho real médio de 7,5%. No ACT 98/99 conseguimos repor 1,49% e obtivemos mais um abono correspondente a este mesmo percentual. O ACT 99/2000 representou a reposição total das perdas salariais do período, num percentual de 6,89%. Estas conquistas totalizaram 16,61%

Nesta campanha salarial, o índice que estimamos para reposição salarial é de 7%, calculado de acordo com o INPC/IBGE. Somando-se às nossas conquistas anteriores, teremos 24,78% de reposição salarial nestes quatro anos.

24,78% é questão de sobrevivência. É companheiro,

SOBREVIVÊNCIA.

No que diz respeito a salário e benefícios, somente o Acordo Coletivo pode assegurar nossas conquistas. Por isso companheiro, é fundamental que você vote e dê sua sugestão no boletim de ELEIÇÃO DIRETA DA PAUTA e o encaminhe para o Sindicato. Não se esqueça que a data para devolução é 14/09/00. Esta é a forma de você participar, mostrar quais são as suas necessidades, os seus anseios. É a sua participação que faz a Pauta de Reivindicações refletir a realidade vivida pelos trabalhadores.

A sua participação neste processo é fundamental

VEJA NESTA EDIÇÃO

[Informe Jurídico](#)

Seis ministros de STF votam a favor da correção do FGTS

URP no gabinete do juiz relator, ministro Ives Gandra Filho

Sindicato aguarda publicação do Acórdão do julgamento do processo de liberação do FGTS dos companheiros do decreto

[Coema](#)

Sindicato garante na justiça o pagamento dos salários

[Eletronorte](#)

Trabalhadores da Eletronorte conquistam reposição salarial após cinco anos sem reajuste.

[Rede Itamarati](#)

Sindicato assina primeiro Acordo para os trabalhadores da Rede/Itamarati

[Espaço Saúde](#)

Cansaço: uma queixa do seu organismo

Assembléia Geral para aprovação da Pauta de Reivindicações

Data: 19/09/2000

Horário: 17:30 h

Local: Sede do Sindicato

Informe Jurídico

URP***Sindicato prossegue na luta pela garantia dos direitos dos trabalhadores***

Confira abaixo o andamento do processo da URP.

Processo principal - encontra-se em grau de execução (nº 3979/99 - SIEEx), estando suspenso até o julgamento do Recurso Ordinário da Ação Rescisória.

Ação Rescisória - em 28/01/98 foi julgada procedente a Ação Rescisória interposta pelo Sindicato (nº 1335/97 - TRT 23ª Região). Diante disso a CEMAT interpôs Recurso Ordinário (nº 488273/98.7 - TST). Atualmente o processo encontra-se concluso com o juiz relator, ministro Ives Gandra da Silva Martins Filho para prosseguimento do feito.

O acompanhamento deste processo pode ser feito pela internet, basta acessar o site do Tribunal Superior do Trabalho. O endereço é este: www.tst.gov.br.

FGTS - Decreto***Sindicato está aguardando a publicação do acórdão***

Tanto o Agravo de Instrumento interposto pelo Sindicato (nº 1998.01.074683-8 - TRF 1ª Região) quanto as apelações da CEF e da CEMAT (nº 1999.01.014411-7 - TRF 1ª Região) foram julgados no dia 26/06/00. O acórdão do julgamento do agravo foi publicado no dia 10/07/00, com decisão favorável aos trabalhadores. O acórdão do julgamento das apelações ainda não foi publicado, mas no extrato do andamento processual consta que: *a turma, à unanimidade decidiu rejeitar as preliminares e não conheceu do recurso da segunda apelante, CEMAT. No mérito, por maioria, negou provimento ao recurso e encaminhou à remessa oficial.*

O andamento deste processo também pode ser obtido pela internet. Basta acessar o site do TRF no seguinte endereço: www.trf1.gov.br

SEIS MINISTROS DO STF VOTAM A FAVOR DA CORREÇÃO DO FGTS

No dia 10/08, o Supremo Tribunal Federal (STF) reiniciou o julgamento sobre a aplicação das diferenças de correção de quatro planos econômicos nos saldos do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS).

Dos 11 ministros do STF, 7 já votaram até agora, sendo que 6 a favor da correção das perdas ocorridas nos planos Verão e parte do Collor 1. **Se prevalecer esse resultado na retomada da votação, os trabalhadores terão direito a um índice acumulado de 68,9%.**

O julgamento foi interrompido novamente em razão de um pedido de vista do ministro Sepúlveda Pertence. Existe, em tese, a possibilidade de algum ministro mudar o seu voto, mas isso raramente acontece.

O Supremo está julgando três recursos que envolvem diretamente 30 pessoas, mas a decisão final servirá de orientação no julgamento das 600 mil ações que tramitam em diversas instâncias judiciais, representando 6 milhões de trabalhadores. A grande maioria das ações se encontra em segunda instância, ou seja, nos Tribunais Regionais Federais.

Quanto ao nosso processo em particular, a CEF recorreu da decisão em segunda instância tanto para o Superior Tribunal de Justiça (STJ) quanto para o STF. O STJ já julgou e negou o seguimento do recurso, devolvendo os autos à origem em 14/06/00. O STF, para onde o processo foi remetido em 05/10/99, ainda não se pronunciou quanto ao recurso da CEF. É importante lembrar aos companheiros que o Sindicato continua dando andamento à execução provisória deste processo

ATENÇÃO

Se você é empregado da Rede/CEMAT, Rede/Itamarati, Sanemat, Eletronorte e Coema e não está no processo coletivo do Sindicato e também não entrou com a ação de forma particular, ainda há tempo de ajuizar a ação requerendo a diferença da correção do seu FGTS.

Para isso, é preciso que você tenha trabalhado no período de 1987 a 1991 com carteira assinada.

Se esta é a sua situação, basta você procurar o Sindicato para dar entrada na sua ação. Você só precisa apresentar sua carteira de trabalho e documentos pessoais.

Esta é sua oportunidade de assegurar seus direitos.

para garantir o pagamento deste passivo.

O resultado do julgamento no Supremo é importante porque poderá agilizar a tramitação dos processos nas diversas instâncias, segundo avaliam alguns juristas.

Também é importante destacar que a correção dos saldos não é automática, ou seja, para se beneficiar o trabalhador que ainda não o fez deve recorrer à Justiça. No nosso processo estão inclusos todos os trabalhadores da CEMAT, SANEMAT e ELETRO-NORTE que estavam na ativa e eram filiados ao Sindicato em mar/95.

Caso o julgamento no STF confirme essa decisão, o Superior Tribunal de Justiça (STJ) deverá em seguida estabelecer efetivamente os índices de correção que serão aplicados.

DESAFIO É UMA PUBLICAÇÃO DO SINDICATO DOS URBANITÁRIOS DE MATO GROSSO -STIU-MT

DIRETOR PRESIDENTE: Ednilson da C. Navarros
VICE-PRESIDENTE: Alcides Leão

1º SECRETÁRIO: Jorge Alberto de Arruda Moreira
2º SECRETÁRIO: Alan Gabriel Mendes da Costa

REDAÇÃO, EDIÇÃO E DIAGRAMAÇÃO: Lucimar Dantas (MTB 776)

IMPRESSÃO: Gráfica DEFANTI

STIU-MT - Rua Alberto Velho Moreira, 191 - Bairro Bandeirantes

CEP 78010-180 - Cuiabá - Telefax: (65) 624-8989

1º TESOUREIRA: Ana Maria da Silva Latorraca
2º TESOUREIRO: Walter J. Miranda

DIRETOR SOCIAL: Milton Sérgio de Souza

SUPLENTE DE DIR. LIBERADO: Dillon Caporossi

SINDICATO GARANTE NA JUSTIÇA O PAGAMENTO DOS SALÁRIOS

Hoje, além de representar os empregados da Rede/CEMAT, Rede/Itamarati, SANEMAT e ELETRONORTE, o Sindicato representa também os trabalhadores da COEMA.

Após quatro meses de salários atrasados, os empregados da COEMA, muitos deles ex-empregados da CEMAT, procuraram o Sindicato para que os representasse junto à empresa, defendendo os seus direitos.

Depois de definirmos a representação, realizamos assembleias e rodadas de negociação na Delegacia Regional do Trabalho Emprego, com a finalidade de

solucionarmos a difícil situação destes companheiros.

Durante este período, houveram dois indicativos de greve geral, que fizeram com que a empresa regularizasse parcialmente a situação.

Devido à grave situação econômica da COEMA e os inúmeros transtornos que isto tem causado para a Rede/CEMAT, esta decidiu rescindir o contrato de prestação de serviços.

Diante desta situação, o Sindicato conseguiu uma liminar bloqueando os recursos da empresa junto à Rede/CEMAT, que está como fiel depositária, com a finalidade de pagar os

salários dos meses de julho/2000 e agosto/2000 mais as verbas rescisórias.

Tão importante quanto garantir o pagamento dos salários e verbas rescisórias é garantir que estes companheiros não fiquem desempregados.

Como forma de garantir que mais de 100 pais de família não fiquem sem o seu emprego, obtivemos da diretoria da Rede/CEMAT, o compromisso de negociar com as empresas que passarão a prestar os serviços antes oferecidos pela COEMA, a contratação dos companheiros.

Eletronorte

Trabalhadores conquistam reposição das perdas salariais

Como resultado da intensa e unificada campanha realizada pela Federação Nacional dos Urbanitários, Coletivo Nacional dos Eletricitários, Sindicatos e trabalhadores, a Eletrobrás ofereceu 3% de reposição das perdas salariais, alterando assim a política do governo federal, que insiste em não repor perdas salariais, como vem ocorrendo há cinco anos.

É certo que esta não era a melhor proposta que poderia ser

apresentada, mas é significativa, pois representou mais de 50% da inflação do período (maio/99 a abril/00), medida pelo INPC/IBGE. Estes 3% representam muito numa política de reposição zero. Além deste avanço, muitos outros foram obtidos, principalmente em relação à pauta específica.

Esta foi sem dúvida uma campanha vitoriosa, pois mostrou que a união dos trabalhadores é que faz a diferença.

Rede/Itamarati

Sindicato assina ACT para os empregados da Rede/Itamarati

Após três meses de negociações, foi possível chegar a um consenso com a diretoria da Empresa e celebrar o Acordo Coletivo de Trabalho 2000/2001, onde conquistamos a reposição integral das perdas salariais, ampliação do percentual da gratificação de férias, plano de saúde e o reajuste do piso salarial, que representa um ganho real para muitos companheiros.

O Acordo Coletivo firmado para os companheiros da Rede/Itamarati é o nosso primeiro Acordo, que representou, sem dúvida alguma, um grande avanço na vida dos nossos

novos companheiros.

O Acordo representa e regula o dia a dia do empregado na Empresa. Por isso, devemos estar conscientes de que é, através dele, que conseguiremos manter conquistas e avançar cada vez mais em busca de melhores condições de vida e trabalho.

Sem dúvida alguma, a participação de todos os trabalhadores da Rede/Itamarati na Campanha Salarial foi fator decisivo nesta grande conquista.

CANSAÇO

Ele é uma queixa do organismo que merece ser ouvida

UFA! POR HOJE CHEGA!

As justificativas para o cansaço vão da agenda cheia de compromissos a filas, trânsito, compras no supermercado, problemas no trabalho. Não raro, aquela sensação de desânimo instala-se sem motivo aparente, tornando qualquer tarefa uma missão quase impossível.

O cansaço merece mais atenção. Ele funciona como um termômetro do organismo para sinalizar o nível do desgaste emocional ou de sobrecarga física. Deixado de lado, pode tornar-se crônico. Para vencê-lo, não basta dormir algumas horas a mais ou dobrar a dose de vitaminas. É necessário descobrir e enfrentar suas causas e modificar alguns hábitos, se for preciso.

1) O que é o cansaço?

É o sinal de que o organismo foi além da conta. Ele nem sempre é negativo. Às vezes, aparece depois de uma aula de ginástica, uma partida de tênis, um programa com os amigos e, nesse caso, a sensação de cansaço chega a ser relaxante. No entanto, quanto a fadiga gera uma impressão de faltar força ou energia para as atividades do dia-a-dia, ela precisa ser tratada...

2) Quais as suas causas?

A tensão emocional prolongada é uma delas, assim como algumas doenças. A fadiga constante pode indicar anemia, hipotireoidismo, hepatite, diabete, pressão alta ou baixa demais, falta de vitaminas e problemas respiratórios.

3) Qual a diferença entre cansaço e estresse?

O estresse é causado por qualquer situação que solicite uma adaptação. Quando seu nível aumenta, ele consome muita energia. Aí o comportamento do organismo pode se modificar. O cansaço, portanto, é uma das manifestações do estresse.

4) É comum acordar cansado?

Sim. A fadiga prejudica a qualidade do sono. A musculatura permanece contraída a noite inteira. E, quando alguém está extremamente estressado, ele mal sonha. Isso porque os sonhos aparecem na fase do sono chamada REM. É nela que o corpo e a mente se recuperam do desgaste do dia. Como os estressados passam menos tempo na fase REM, acordam em frangalhos.

5) Um rápido cochilo durante o dia ajuda a repor as energias?

Só o sono profundo descansa. Quem está cansado deve evitar as cochiladas, embora se sinta sonolento durante o dia. O cochilo talvez aumente a dificuldade para adormecer à noite - quando o organismo poderá se recuperar.

6) O cansaço pode tornar-se um distúrbio crônico?

Sim. Há um momento em que a sensação de falta de energia não desaparece, mesmo que a pessoa já não esteja sobrecarregada. Daí, começa a duvidar da sua capacidade de mudar a situação e se sente confusa.

7) Como o problema vai afetando a saúde?

O cansaço que dura muito tempo pode levar à depressão. A pessoa tende a se sentir cada vez mais angustiada e culpada porque não consegue divertir-se nem trabalhar direito. A fadiga também interfere nas defesas do corpo, deixando o organismo mais vulnerável a resfriados, gripes, herpes e alergias. Essas são, digamos, doenças que costumam se aproveitar do cansaço.

8) Algumas pessoas são mais propensas à fadiga?

Quem tem pele fina apresenta uma tendência maior para irritações. Da mesma maneira, quem tem proble-

mas emocionais apresenta maior probabilidade de terminar com cansaço crônico, porque tende a gastar mais energia mental e física no dia-a-dia.

9) Existem saídas para o cansaço?

O principal é acreditar na possibilidade de interromper o ciclo vicioso e "desligar o motor", o que nem sempre é fácil. Para isso, é importante que as pessoas prestem atenção na qualidade dos próprios pensamentos.

Dica da SAÚDE!

➡ Quem sente fadiga deve tentar fazer exercícios pelo menos três vezes por semana. A adrenalina e a endorfina, substâncias liberadas pelo corpo durante a atividade física, beneficiam o organismo cansado. Outra vantagem é que a ginástica melhora a auto-estima.

➡ Faça 5 minutos de relaxamento antes de ir para a cama. Concentre-se na própria respiração, inspirando pelo nariz. Sinta o abdôme inflar. Segure o ar por 2 segundos e solte-o devagar, pela boca.

➡ Se a fadiga é muito forte e persiste por mais de três meses, consulte um médico.

➡ Pratique diariamente alguma espécie de técnica de relaxamento profundo, como a respiração abdominal e a meditação. De preferência, escolha uma maneira em que não precise da ajuda de nada nem de ninguém. Técnicas que precisam de estímulos externos, como música, ou da ação alheia, como as massagens, funcionam, mas talvez você não consiga lançar mão delas em alguma situação.