



# DESAFIO

Boletim Informativo do Sindicato dos Urbanitários de Mato Grosso - Nº 111 - Setembro/2000

CAMPANHA SALARIAL 2000/2001

## Dia 19 tem Assembléia para aprovação da Pauta

**Companheiros,**

*Dia 19 tem Assembléia Geral para definirmos a Pauta de Reivindicações para o Acordo Coletivo 2000/2001. Você não pode deixar de participar, pois a Pauta representa os anseios de toda a categoria. Ela é composta a partir de eleição direta realizada entre os trabalhadores e da participação destes nas Assembléias da Campanha Salarial. Este processo tem como finalidade apresentar à Empresa as reivindicações da categoria.*

*A participação de todos têm sido fundamental ao longo destes anos, como forma de garantir benefícios e avançar nas conquistas.*

*A participação dos companheiros na eleição direta da Pauta tem sido significativa, seja votando, seja encaminhando sugestões.*

*Isto demonstra o comprometimento dos trabalhadores em busca de um objetivo comum: assegurar condições dignas de trabalho e vida. Objetivo este que sempre fez parte da história do nosso Sindicato.*

*Não podemos esquecer que a nossa união é que garante a nossa força.*

*Sua participação é fundamental*

**VEJA NESTA EDIÇÃO**

[Eleição Sindical](#)

*Este mês tem eleição para o Sindicato. Sua participação é muito importante.*

[Aposentados](#)

*Sindicato e aposentados decidem pela criação do Departamento dos Aposentados.*

[Espaço Saúde](#)

*Dicas para para você ter uma boa digestão.*

[De olho no seu FGTS](#)

*Caixa cria programa para manter o trabalhador informado.*

## **NÃO SE ESQUEÇA**

### **Assembléia Geral para aprovação da Pauta de Reivindicações**

**Data:** 19/09/2000

**Horário:** 17:30 h

**Local:** Sede do Sindicato

## Aposentados

### Valorizando a experiência dos aposentados

Por acreditarmos na grande experiência e capacidade que os companheiros aposentados possuem, a diretoria do Sindicato propôs na Assembléia Geral realizada no dia 04 de setembro, a criação do Departamento dos Aposentados.

Diante desta decisão, o Sindicato está conclamando os companheiros aposentados a participarem ativamente da construção deste projeto. Por isso, queremos receber propostas e sugestões que tenham como objetivo viabilizar a implantação do nosso Departamento dos Aposentados. Sua contribuição é muito importante para a reintegração dos companheiros aposentados.

Este Departamento tem entre seus compromissos:

- Analisar o perfil de formação e experiência, visando reaproveitar sua competência em diversas áreas de atividades;
- Viabilizar a implantação de plano de saúde e odontológico;
- Elaborar calendário de eventos sociais e culturais;
- Realizar palestras e seminários voltados para a valorização do trabalhador aposentado.

As propostas e sugestões devem ser encaminhadas aos cuidados do Departamento de Comunicação do Sindicato, no seguinte endereço:

Rua Alberto Velho Moreira,  
191, Bairro Bandeirantes -  
Cuiabá/MT - CEP 78010-180  
ou pelo nosso e-mail: [stiumt@nutecnet.com.br](mailto:stiumt@nutecnet.com.br)

## Eleição Sindical

### Sindicato realiza eleição para a gestão 2001/2004

Nos dias 25, 26 e 27 de setembro, o Sindicato estará realizando eleição para a gestão 2001/2004.

Sua participação neste processo é fundamental, pois você estará elegendo os companheiros que pelos próximos três anos es-

tarão representando e defendendo continuamente seus direitos.

## Espaço Saúde

### Dicas para melhorar sua digestão

Se você sofre de azia e queimação no estômago, ou se sua digestão costuma ser lenta, deixando aquele "peso" no estômago, uma boa dica é fazer caminhada leve após as refeições. Dez minutos andando pelo quarteirão próximo à sua casa (à noite é possível optar por um "passoio" pela sala, 'se por questão de segurança) já são mais que o suficiente para evitar transtornos digestivos.

Outra coisa: nunca vá para cama logo após o almoço

ou jantar. Deitado, os alimentos permanecem mais tempo no estômago, aumentando as chances de você vir a ter algum problema. Evite alimentos pesados e gordurosos, que requerem tempo maior para serem digeridos. Saladas, carnes magras (prefira os peixes e as aves) e sopas são os mais indicados. Em caso dos sintomas não cederem, procure orientação médica.

Fonte: Revista Criativa, março 1999 - Ano X - nº 119 - Ed. Globo

## De olho no seu FGTS

Com a finalidade de manter o trabalhador sempre informado sobre o saldo do seu fundo de garantia, a Caixa Econômica Federal está propondo uma ação de atualização geral do cadastro

dos trabalhadores brasileiros que não estão recebendo o extrato em casa. Para começar ou voltar a receber, basta você procurar a empresa onde trabalha e atualizar seu endereço.

### 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

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

DIRETOR SOCIAL: Milton Sérgio de Souza  
SUPLENTE DE DIR. LIBERADO: Dillon Caporossi

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

IMPRESSÃO: Gráfica DEFANTI TIRAGEM: 2.300 Exemplares

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

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