



DIVÃ DA TRIBUNA

Superar a morte de alguém querido

A morte traz sensações e emoções muito fortes, de impotência e falta de controle sobre a vida. É preciso ter consciência da dor da perda para começar a lidar com a morte.

Cada um sentirá, demonstrará e enfrentará a morte do seu jeito. Esse jeito vai ser influenciado por várias coisas, inclusive em como a pessoa morreu. Também o que ela representava para você, o tipo de relação e proximidade que ela tinha contigo. Reflita:

- Ela representava força e vitalidade, era a pessoa falecida que tornava a sua vida interessante e divertida?

- Era alguém que dependia de você e por isso você tirava o foco da sua própria vida? Dessa forma não

precisava olhar para si mesmo?

- Ou ela o “representava”. De alguma forma ela assumia, resolvia as coisas e os problemas para você?

O motivo do medo e da dificuldade de lidar com a morte que já aconteceu há anos pode ser por várias questões que não necessariamente tem a ver com a morte, mas sim com a sua própria vida:

- Será que você sabe viver? Você conhece aquilo que dá sentido para sua vida, atividades que te faz sentir feliz?

- Como você lidou e lida com as perdas (não só mortes, mas também mudanças de emprego, terminos de relacionamentos)?

- Será que algo na sua vida já não estava

“legal” e você acabou se apegando a essa morte para não encarar as suas questões pendentes?

Você precisará reaprender a viver depois de uma perda.

As coisas não voltarão a ser como antes, elas serão diferentes de alguma forma. Será preciso aprender a lidar com a ausência do outro.

Lembre-se das coisas boas que a pessoa “deixou” antes de morrer. Dessa forma, a pessoa poderá permanecer presente na sua vida, de forma positiva. Você estará cultivando a essência dela, o que existia de bonito e positivo daquele que partiu.

É importante você permitir que os outros te deem ajuda e supor-

te emocional. Se você afastou ou não tem relação com outras pessoas, é fundamental buscar dar esse espaço e criar oportunidades para passar a ter relações sociais. Isso ajudará no seu processo de lidar com a perda/morte.

Cada um tem sua forma de pensar. Independente das suas crenças, é essencial cultivar a sua espiritualidade, o seu “eu” interior.

Você é capaz de enfrentar essa dor. Se não está conseguindo, é fundamental o acompanhamento com o psicólogo para ele ajudar você a reaprender a viver.

Michelli Duje
é psicóloga formada pela PUC-PR, pós-graduada em Psicopedagogia e possui formação em Psicoterapia de casal. É escritora, colunista e palestrante.



Pixabay



ATAS E EDITAIS

publicidadelegal@tribunadoparana.com.br

Sindicato Trabalhadores nas Empresas e Cursos de Informática, Consultoria em Sistemas de Informática, Desenvolvimento de Programas de Informática, Atividades de Bancos de Dados (Provedores de Acesso), Manutenção, Reparação e Venda de Máquinas de Escritórios e Equipamento de Informática, Outras Atividades de Informática não Especificadas (exceto trabalhadores em empresa de processamento de dados).

ATO EDITAL DE RATIFICAÇÃO DE ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA DE ALTERAÇÃO ESTATUTÁRIA

O Sindicato Trabalhadores nas Empresas e Cursos de Informática, Consultoria em Sistemas de Informática, Desenvolvimento de Programas de Informática, Atividades de Bancos de Dados (Provedores de Acesso), Manutenção, Reparação e Venda de Máquinas de Escritórios e Equipamento de Informática, Outras Atividades de Informática não Especificadas (exceto trabalhadores em empresa de processamento de dados), inscrito no CNPJ 05.985.477/0001-97 Registro Sindical concedido por despacho, publicado no Diário Oficial da União Seção 1, do dia 23 de janeiro de 2006, página 81, e ratificado no Diário Oficial da União em 07 de fevereiro de 2006, Seção 1, página 52, em consonância com a CERTIDÃO SINDICAL, expedida em 29 de julho de 2006 pelo Ministério do Trabalho e Emprego – MTE das regiões Norte, Noroeste, Oeste e Sudoeste do Estado do Paraná com filiação junto à entidade de grau superior, CENTRAL DOS SINDICATOS BRASILEIROS – CSB, CNPJ nº 09.414.140/0001-80 e Federação Interestadual dos Trabalhadores em Processamento de Dados, Serviços de Informática e Tecnologia da Informação – FEITINF, CNPJ nº 10.921.173/0001-04, através do seu Presidente infra-assinado, Sr. Dirceu Carlos Carneiro, convoca toda a categoria Profissional dos Trabalhadores nas Empresas e Cursos de Informática, Consultoria em Sistema de informática, Desenvolvimento de Programas de Informática, Atividades de Bancos de Dados (Provedores de Acesso), Manutenção, Reparação e Venda de Máquinas de Escritório e Equipamento de informática, processamento de dados, Desenvolvimento de (Programas de Computador Sob Encomenda), Licenciamento, Programas de Computador Customizáveis, Licenciamento de Programas de Computador Não-Customizáveis, integração, comercialização, distribuição, agenciamento, Suporte Técnico, Manutenção, serviços de computação de informática, tecnologia da informação, e-commerce, tecnologia wireless, empresas de (rastreamento, monitoramento, Hardware Embarcado, equipamentos de tecnologia GSM, GPS, GPRS), inclusive quanto às empresas abrangidas pela lei nº 9.317/96, alterada pela Lei nº 9.732/98, sejam elas privadas ou de economia mista, programadores de: (máquinas - ferramenta com comando numérico, aplicativos educacionais e de entretenimento, CD-ROM, multimídia, dados, busca, tratamento e gerenciamento de publicações em jornais, livros e revistas), sistemas de informação, sistemas de computador, técnicos de: (manutenção de equipamentos periféricos de informática, aplicação (computação), programação de computador), programadores de computadores e microcomputadores, analistas de sistemas, administradores de bancos de dados, aplicativo básico (software), automação, tecnologia da informação, páginas e sites de vendas e intermediação de vendas na internet, lojas virtuais, páginas e sites de entretenimento na internet, atividades de páginas e sites de jogos na internet, empresas de anúncios e publicidade on line, empresas e ou indústria de sistemas de segurança digital de internet e informática, instalação, manutenção e reparação de antenas e sistemas de internet e computadores, desenho e projetos em software gráficos, web designs, Manutenção, Montagem, Produção, fabricação, Reparação, Reforma, Remanufatura, de Máquinas e equipamentos de Informática (Computadores, Inclusive Portáteis e de Equipamentos de Informática Periféricos (Impressoras, Teclados, Drivers, Projetores, Placas, Scanners, Mouses), Empresas de exploração de jogos no computador, lanhouse e cyber café, dos municípios de Abatiá, Altamira do Paraná, Alto Paraíso, Alto Paraná, Alto Piquiri, Altônia, Alvorada do Sul, Amaporã, Ampère, Anahy, Andirá, Ângulo, Antonina, Antônio Olinto, Apucarana, Arapongas, Arapoti, Arapuã, Araruna, Ariranha do Ivaí, Assaí, Assis Chateaubriand, Astorga, Atalaia, Bandeirantes, Barbosa Ferraz, Barra do Jacaré, Barracão, Bela Vista da Caroba, Bela Vista do Paraíso, Bituruna, Boa Esperança, Boa Esperança do Iguaçu, Boa Ventura de São Roque, Boa Vista da Aparecida, Bom Jesus do Sul, Bom Sucesso, Bom Sucesso do Sul, Borrazópolis, Braganey, Brasilândia do Sul, Cafeara, Cafelândia, Cafezal do Sul, Califórnia, Cambará, Cambé, Cambira, Campina da Lagoa, Campina do Simão, Campo Bonito, Campo Mourão, Cândido de Abreu, Cândói, Cantagalo, Capanema, Capitão Leônidas Marques, Carambei, Carlópolis, Cascavel, Castro, Catanduvas, Centenário do Sul, Céu Azul, Chopinzinho, Cianorte, Cidade Gaúcha, Clevelândia, Colorado, Congonhinhas, Conselheiro Mairinck, Corbélia, Cornélio Procopio, Coronel Domingos Soares, Coronel Vivida, Corumbataí do Sul, Cruz Machado, Cruzeiro do Iguaçu, Cruzeiro do Oeste, Cruzeiro do Sul, Cruzmaltina, Curiúva, Diamante d'Oeste, Diamante do Norte, Diamante do Sul, Dois Vizinhos, Douradina, Doutor Camargo, Enéas Marques, Engenheiro Beltrão, Entre Rios do Oeste, Esperança Nova, Espigão Alto do Iguaçu, Farol, Fênix, Fernandes Pinheiro, Figueira, Flor da Serra do Sul, Florai, Floresta, Floresópolis, Flórida, Formosa do Oeste, Foz do Jordão, Francisco Alves, Francisco Beltrão, General Carneiro, Godoy Moreira, Goioerê, Goioxim, Grandes Rios, Guairá, Guairaçá, Guamiranga, Guapirama, Guaporema, Guaraci, Guaraniaçu, Guarapuava, Guaraqueçaba, Guaratuba, Honório Serpa, Ibaí, Ibema, Iporã, Icaraíma, Iguaraçu, Iguatu, Imbaú, Imituva, Inácio Martins, Inajá, Indianópolis, Ipiranga, Iporã, Iracema do Oeste, Irati, Iretama, Itaguajé, Itaipulândia, Itambaracá, Itambé, Itaipéjara d'Oeste, Itauna do Sul, Ivaí, Ivaiporã, Ivaté, Ivatuba, Jaboti, Jacarezinho, Jaguapitã, Jaguaraiá, Jandaia do Sul, Janiópolis, Japira, Japurá, Jardim Alegre, Jardim Olinda, Jataizinho, Jesuítas, Joaquim Távora, Jundiá do Sul, Juranda, Jussara, Kaloré, Laranjal, Laranjeiras do Sul, Leopólis, Lidianoópolis, Lindoeste, Loanda, Lobato, Londrina, Luiziana, Lunardelli, Lupionópolis, Mallet, Mamboré, Mandaguacu, Mandaguari, Manfrinópolis, Mangueirinha, Manoel Ribas, Marechal Cândido Rondon, Maria Helena, Marilva, Marilândia do Sul, Marilena, Mariluz, Maringá, Mariópolis, Maripá, Marmeleiro, Marquinho, Marumbi, Matelândia, Matinhos, Mato Rico, Mauá da Serra, Medianeira, Mercedes, Mirador, Miraselva, Missal, Moreira Sales, Morretes, Munhoz de Melo Nossa Senhora das Graças, Nova Aliança do Ivaí, Nova América da Colina, Nova Aurora, Nova Cantu , Nova Esperança, Nova Esperança do Sudoeste, Nova Fátima, Nova Laranjeiras, Nova Londrina, Nova Olímpia, Nova Prata do Iguaçu, Nova Santa Bárbara, Nova Santa Rosa, Nova Tebas, Novo Itacolomi, Ortigueira, Ourizona, Ouro Verde do Oeste, Paicandu, Palmas, Palmeira, Palmital, Palotina, Paraíso do Norte, Paranacity, Paranaaguá, Paranaipoema, Paranavai, Pato Bragado, Pato Branco, Paula Freitas, Paulo Frontin, Peabiru, Perobal, Pérola, Pérola d'Oeste, Pinhal de São Bento, Pinhalão, Pinhão, Pirai do Sul, Pitanga, Pitangueiras, Planaltina do Paraná, Planalto, Ponta Grossa, Pontal do Paraná, Porecatu, Porto Amazonas, Porto Barreiro, Porto Rico, Porto Vitória, Prado Ferreira, Pranchita, Presidente Castelo Branco, Primeiro de Maio, Prudentópolis, Quarto Centenário, Quatiguá, Quatro Pontes, Quedas do Iguaçu, Querência do Norte, Quinta do Sol, Ramilândia, Rancho Alegre, Rancho Alegre d'Oeste, Realeza, Reboças, Renascença, Reserva, Reserva do Iguaçu, Ribeirão Claro, Ribeirão do Pinhal, Rio Azul, Rio Bom, Rio Bonito do Iguaçu, Rio Branco do Ivaí, Rio Negro, Roncador, Rosário do Ivaí, Sabáudia, Salgado Filho, Salto do Itararé, Salto do Lontra, Santa Amélia, Santa Cecília do Pavão, Santa Cruz de Monte Castelo, Santa Fé, Santa Helena, Santa Inês, Santa Isabel do Ivaí, Santa Izabel do Oeste, Santa Lúcia, Santa Maria do Oeste, Santa Mariana, Santa Mônica, Santa Tereza do Oeste, Santa Terezinha de Itaipu, Santana do Itararé, Santo Antônio da Platina, Santo Antônio do Caiuá, Santo Antônio do Paraíso, Santo Antônio do Sudoeste, Santo Inácio, São Carlos do Ivaí, São Jerônimo da Serra, São João, São João do Caiuá, São João do Ivaí, São João do Triunfo, São Jorge d'Oeste, São Jorge do Ivaí, São Jorge do Patrocínio, São José da Boa Vista, São José das Palmeiras, São Manoel do Paraná, São Mateus do Sul, São Miguel do Iguaçu, São Pedro do Iguaçu, São Pedro do Ivaí, São Pedro do Paraná, São Sebastião da Amoreira, São Tomé, Sapopema, Sarandi, Saudade do Iguaçu, Sengés, Serranópolis do Iguaçu, Sertaneja, Sertãoópolis, Siqueira Campos, Sulina, Tamarana, Tamboara, Tapejara, Tapira, Teixeira Soares, Telêmaco Borba, Terra Boa, Terra Rica, Terra Roxa, Tibagi, Toledo, Tomazina, Três Barras do Paraná, Tuneiras do Oeste, Tupássí, Turvo, Ubitatã, Umuarama, União da Vitória, Uniflor, Uraí, Ventania, Vera Cruz do Oeste, Verê, Virmond, Vitorino, Wenceslau Braz, Xambê, para Assembleia Geral Extraordinária de Ratificação de Alteração Estatutária que acontecerá no dia 24 de novembro de 2017, sito Rod.Major Achiles Pimpão Ferreira n. 390, Bairro Limoeiro, Londrina/PR em 1ª convocação às 18 horas, não havendo número legal em 1ª convocação, se realizara, em 2ª convocação as 18 horas e 30 (trinta) minutos, na mesma data e local, com qualquer número de presentes, sendo que as deliberações tomadas prevalecerão para todos os fins, tendo como ordens do dia: a) Ratificação da Alteração Estatutária; b) Inclusão da categoria: Desenvolvimento de (Programas de Computador Sob Encomenda), Licenciamento, Programas de Computador Customizáveis, Licenciamento de Programas de Computador Não-Customizáveis, integração, comercialização, distribuição, agenciamento, Suporte Técnico, Manutenção, serviços de computação de informática, e-commerce, tecnologia wireless, empresas de (rastreamento, monitoramento, Hardware Embarcado, equipamentos de tecnologia GSM, GPS, GPRS), inclusive quanto às empresas abrangidas pela lei nº 9.317/96, alterada pela Lei nº 9.732/98, sejam elas privadas ou de economia mista, programadores de: (máquinas - ferramenta com comando numérico, aplicativos educacionais e de entretenimento, CD-ROM, multimídia, dados, busca, tratamento e gerenciamento de publicações em jornais, livros e revistas), sistemas de informação, sistemas de computador, técnicos de: (manutenção de equipamentos periféricos de informática, aplicação (computação), programação de computador), programadores de computadores e microcomputadores, analistas de sistemas, administradores de bancos de dados, aplicativo básico (software), automação, tecnologia da informação, processamento de dados, internet banda larga, internet via rádio, sites de intermediação de contratação de mão de obra, vendas e intermediação de vendas na internet, lojas virtuais, sites de entretenimento na internet, atividades de páginas e sites de jogos na internet, sites e páginas de atividades de salas de acesso a internet, páginas e sites de atividades de salas de “bate-papo” na internet, empresas de anúncios e publicidade on line, empresas e ou indústria de sistemas de segurança digital de internet e informática, instalação, manutenção e reparação de antenas e sistemas de internet e computadores, desenho e projetos em software gráficos, web designs, Manutenção, Montagem, Produção, fabricação, Reparação, Reforma, Remanufatura, de Máquinas e equipamentos de Informática (Computadores, Inclusive Portáteis e de Equipamentos de Informática Periféricos (Impressoras, Teclados, Drivers, Projetores, Placas, Scanners, Mouses), c) Inclusão dos seguintes municípios: Altamira do Paraná, Alto Paraíso, Alto Paraná, Alto Piquiri, Alvorada do Sul, Amaporã, Ampère, Anahy, Ângulo, Antonina, Antônio Olinto, Arapuã, Araruna, Ariranha do Ivaí, Atalaia, Barra do Jacaré, Barracão, Bela Vista da Caroba, Bituruna, Boa Esperança, Boa Esperança do Iguaçu, Boa Ventura de São Roque, Boa Vista da Aparecida, Bom Jesus do Sul, Bom Sucesso, Bom Sucesso do Sul, Borrazópolis, Braganey, Brasilândia do Sul, Cafeara, Cafelândia, Cafezal do Sul, Califórnia, Campina do Simão, Campo Bonito, Cândói, Cantagalo, Capanema, Capitão Leônidas Marques, Carambei, Catanduvas, Céu Azul, Chopinzinho, Congonhinhas, Cornélio Procopio, Coronel Domingos Soares, Coronel Vivida, Corumbataí do Sul, Cruz Machado, Cruzeiro do Iguaçu, Cruzeiro do Oeste, Cruzeiro do Sul, Cruzmaltina, Curiúva, Diamante d'Oeste, Diamante do Norte, Diamante do Sul, Dois Vizinhos, Douradina, Doutor Camargo, Enéas Marques, Entre Rios do Oeste, Esperança Nova, Espigão Alto do Iguaçu, Farol, Fênix, Fernandes Pinheiro, Figueira, Flor da Serra do Sul, Florai, Floresta, Floresópolis, Flórida, Formosa do Oeste, Foz do Jordão, General Carneiro, Godoy Moreira, Goioerê, Goioxim, Grandes Rios, Guairá, Guairaçá, Guamiranga, Guapirama, Guaporema, Guaraci, Guaraniaçu, Guarapuava, Guaraqueçaba, Guaratuba, Honório Serpa, Icaraíma, Iguaraçu, Iguatu, Imbaú, Imituva, Inácio Martins, Ipiranga, Iracema do Oeste, Iretama, Itaguajé, Itaipulândia, Itambaracá, Itaipéjara d'Oeste, Itauna do Sul, Ivaí, Ivaté, Ivatuba, Jaboti, Janiópolis, Japira, Japurá, Jardim Alegre, Jardim Olinda, Jesuítas, Jundiá do Sul, Juranda, Jussara, Kaloré, Laranjal, Leopólis, Lidianoópolis, Lindoeste, Loanda, Lobato, Londrina, Luiziana, Lunardelli, Lupionópolis, Mallet, Mamboré, Mandaguacu, Mandaguari, Manfrinópolis, Mangueirinha, Manoel Ribas, Maria Helena, Marilândia do Sul, Marilena, Mariluz, , Mariópolis, Maripá, Marmeleiro, Marquinho, Marumbi, Matelândia, Matinhos, Mato Rico, Mauá da Serra, Mercedes, Mirador, Miraselva, Missal, Moreira Sales, Morretes, Munhoz de Melo Nossa Senhora das Graças, Nova Aliança do Ivaí, Nova América da Colina, Nova Aurora, Nova Cantu , Nova Esperança do Sudoeste, Nova Laranjeiras, Nova Londrina, Nova Prata do Iguaçu, Nova Santa Bárbara, Nova Tebas, Novo Itacolomi, Ortigueira, Ourizona, Ouro Verde do Oeste, Palmas, Palmeira, Palmital, Paraíso do Norte, Paranacity, Paranaaguá, Paranaipoema, Pato Bragado, Paula Freitas, Paulo Frontin, Peabiru, Pérola, Pérola d'Oeste, Pitangueiras, Planaltina do Paraná, Planalto, Ponta Grossa, Pontal do Paraná, Porto Amazonas, Porto Barreiro, Porto Rico, Porto Vitória, Prado Ferreira, Pranchita, Presidente Castelo Branco, Primeiro de Maio, Prudentópolis, Quatiguá, Quatro Pontes, Querência do Norte, Quinta do Sol, Ramilândia, Rancho Alegre, Rancho Alegre d'Oeste, Realeza, Reboças, Renascença, Reserva, Reserva do Iguaçu, Ribeirão Claro, Ribeirão do Pinhal, Rio Azul, Rio Bom, Rio Bonito do Iguaçu, Rio Branco do Ivaí, Rio Negro, Roncador, Rosário do Ivaí, Sabáudia, Salgado Filho, Salto do Itararé, Salto do Lontra, Santa Amélia, Santa Cruz de Monte Castelo, Santa Fé, Santa Helena, Santa Inês, Santa Isabel do Ivaí, Santa Izabel do Oeste, Santa Lúcia, Santa Maria do Oeste, Santa Mônica, Santa Tereza do Oeste, Santa Terezinha de Itaipu, Santana do Itararé, Santo Antônio do Caiuá, Santo Antônio do Paraíso, Santo Antônio do Sudoeste, Santo Inácio, São Carlos do Ivaí, São João, São João do Caiuá, São João do Ivaí, São João do Triunfo, São Jorge do Ivaí, São Jorge do Patrocínio, São José da Boa Vista, São José das Palmeiras, São Manoel do Paraná, São Mateus do Sul, São Miguel do Iguaçu, São Pedro do Iguaçu, São Pedro do Ivaí, São Pedro do Paraná, São Tomé, Sapopema, Sarandi, Saudade do Iguaçu, Sengés, Serranópolis do Iguaçu, Sertaneja, Sertãoópolis, Siqueira Campos, Sulina, Tamarana, Tamboara, Tapejara, Tapira, Teixeira Soares, Terra Boa, Terra Rica, Terra Roxa, Tibagi, Toledo, Tomazina, Três Barras do Paraná, Tuneiras do Oeste, Tupássí, Turvo, Ubitatã, União da Vitória, Uniflor, Ventania, Vera Cruz do Oeste, Verê, Virmond, Vitorino, Xambê; d) Outros assuntos de interesse da categoria.

03 de novembro de 2017

Dirceu Carlos Carneiro

Diretor Presidente.