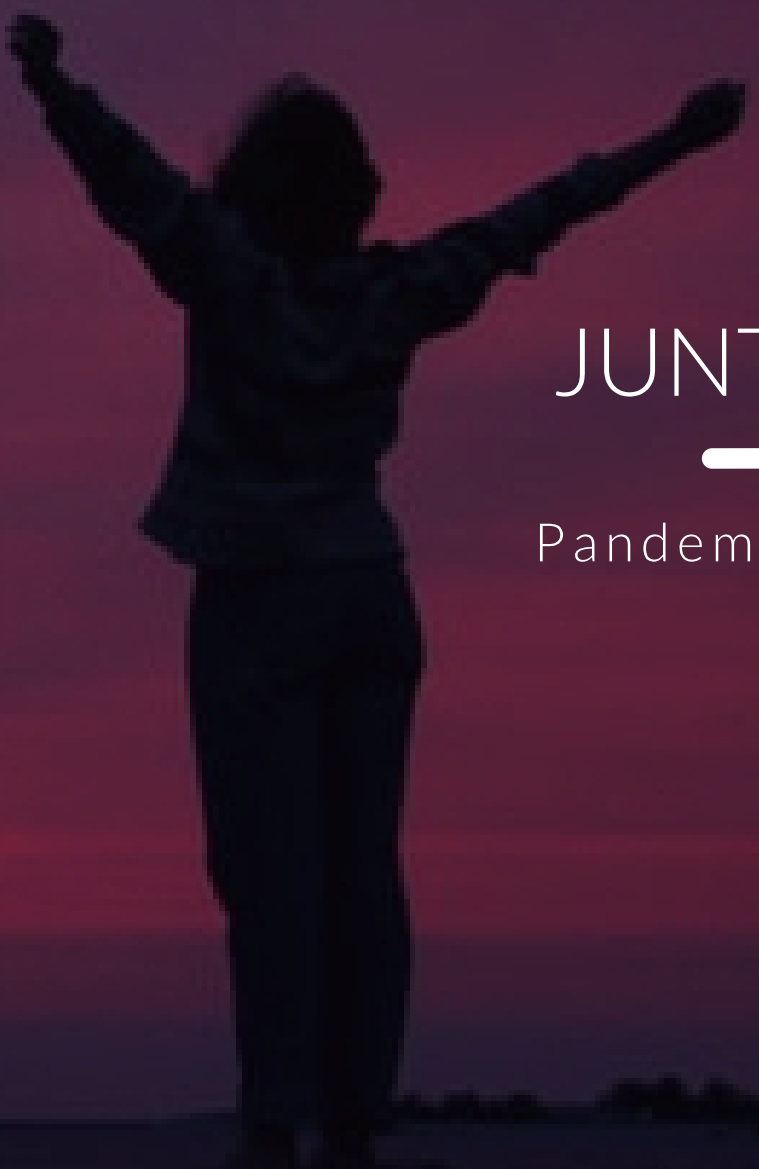




GUARUJÁ PREVIDÊNCIA

Boletim informativo bimestral 05 - Junho de 2020



JUNTOS, AINDA QUE DISTANTES

Pandemia impõe novos desafios mas continuamos
perto de nossos segurados

Editorial pág. 1

Autarquia passa a receber requerimentos digitais de aposentadoria pág. 2

Enfrentando a solidão durante o distanciamento social págs. 3 e 4



Nenhum segurado ficará sem sua Guarujá Previdência durante a pandemia

Os números mostram por si só, não precisamos de muitos esforços para entender que o mundo está passando por uma crise devido à pandemia causada pelo novo coronavírus e que seus efeitos já estão renovando os conceitos de muitos costumes, derrubando paradigmas. No serviço público não foi diferente. Até então, o ritual cheio de formalidades e burocracias – até mesmo em razão da morosidade em copiar as tendências da iniciativa privada em atender o seu público – encontra-se obrigado a caminhar em terrenos novos para manter com eficiência os mesmos serviços. Ainda que permaneçam algumas formalidades, é preciso encontrar maneiras para permitir que segurados e a própria sociedade possam seguir suas vidas mesmo diante da pandemia. Mas, ao final de tudo isso, vamos retomar aqueles velhos hábitos ou os tomaremos como lição e assumiremos a modernização como ferramenta de auxílio na prestação do bom serviço público?

Essa é uma resposta que só o tempo nos dirá!

E nós da Guarujá Previdência, o que estamos fazendo nesse “furacão”? Bom, mesmo sentindo significativamente os efeitos da redução do quadro de servidores e adequações de jornadas diárias causados pelo estado de calamidade, mantemos nossa missão: atender bem o servidor público municipal de Guarujá. E nos empenhamos em demonstrar que também somos servidores. Por isso nos solidarizamos com eles.

Muitos dos nossos serviços já podem ser requeridos digitalmente e a tendência é expandir ainda mais. Pensamos que, em um futuro próximo, todos os processos administrativos possam ser eletrônicos. As vantagens são inúmeras, ganharemos em agilidade, eficiência e economia.

Por ora, nossas atividades em grupo desenvolvidos pela Escola de Previdência, como os programas de Pré-aposentadoria e Pós-aposentadoria estão suspensos, e isso nos motiva a idealizar outras formas de atender não apenas esse seletor público como também todos os interessados nos conteúdos ministrados nesses encontros. O covid-19 vai nos deixar cicatrizes pelo resto da vida, mas também poderá nos impulsionar a novas maneiras de fazer o mesmo (atender nossos servidores na concessão de benefícios previdenciários, por exemplo) cada vez melhor!

Everton Sant’ ana, Presidente
da Guarujá Previdência



Ao alcance dos seus dedos

Autarquia agora permite que servidores façam seus requerimentos sem sair de casa

Aposentadorias e Plantões Tira-Dúvidas podem ser requeridos digitalmente.

A pandemia do novo coronavírus não paralisou os serviços da Guarujá Previdência, autarquia responsável pela previdência social dos servidores públicos municipais de Guarujá. A instituição aproveitou novos canais para que os funcionários municipais possam entrar em contato com a sua previdência, tirar suas dúvidas e até mesmo requerer suas aposentadorias sem sair de casa.

A partir de agora, os servidores municipais que quiserem se aposentar podem fazer o pedido pela internet, através do site da autarquia, o www.guarujaprevidencia.sp.gov.br. Ao clicar no botão “Requerimento Digital”, os servidores encontrarão todas as instruções para requerer o benefício sem precisar comparecer à autarquia.

Além disso, os serviços de atendimento têm ganhado força através do WhatsApp da Guarujá Previdência (3387-3940). Através desse serviço, os segurados podem conversar com a autarquia e ainda agendar um Plantão Tira-Dúvidas, que pode ser feito por chamada de vídeo no mesmo aplicativo.





ISOLAMENTO SOCIAL

UMA CONVERSA FRANCA SOBRE AS CONSEQUÊNCIAS DA PANDEMIA SOBRE NOSSA SAÚDE MENTAL

O mundo como conhecíamos parou. A pandemia do novo coronavírus não só alterou a forma como vivíamos como pode deixar marcas em nossas mentes. Como podemos enfrentar tamanha ruptura sem que isso abale nossa saúde psicológica?

Para pensar sobre essas questões, conversamos com a psicóloga da Prefeitura Municipal de Guarujá, Dra. Iara Bega de Paiva. A especialista tratou com franqueza sobre as maiores dificuldades de quem teve que romper uma rotina repleta de contato e calor humano.

Guarujá Previdência: Dra. Iara, quais as maiores dificuldades para as pessoas suportarem esse isolamento?

Dra. Iara: É importante destacarmos que existem dois grupos. Existem aqueles que estão em casa, isolados e aqueles que ainda vão trabalhar presencialmente.

Para os primeiros, a falta do contato direto pode ser uma dificuldade para manter o ânimo da equipe, mas a tecnologia pode ajudar. Para o segundo grupo, que ainda frequenta fisicamente seus locais de trabalho, esse escape pode ser uma ajuda.

Porque essas pessoas não deixaram completamente o convívio social.

G.P.: E quanto ao distanciamento das famílias?

Iara: Devemos considerar que as pessoas têm qualidades diferentes. Existem aquelas pessoas que são muito próximas às suas famílias, estão juntos o tempo todo, em festas etc. Essas pessoas terão muitas dificuldades em obedecer ao isolamento. Há também os descrentes, que simplesmente ignoram os perigos e menosprezam a pandemia. Existe também um grupo de pessoas que são solitárias, que podem estar sozinhos (por opção) ou estão reclusos, casais e pequenas famílias que conseguem ficar recolhidas em suas casas e se organizam para manter-se assim. Essas pessoas podem não sentir tanto quanto os primeiros grupos que mencionei.

G.P.: Esses que sentem muita falta do contato social podem lidar com isso de que maneira?

Iara: Essas pessoas podem utilizar-se dos recursos que a tecnologia permite. As ferramentas que a internet nos possibilita por vídeo, por exemplo, ainda que não possam suprir totalmente a ausência do contato, aliviam a dor da distância.





Para quem está em home office, essas ferramentas podem até ajudar as pessoas a ter contato com colegas de trabalho que talvez elas não tivessem tanta proximidade antes da pandemia. A gente tem visto algumas notícias nas redes sociais de festas de aniversário pela internet, por exemplo, em grupos. Eu mesma tive o aniversário do meu primeiro netinho dessa maneira. Cada um dos tios e avós em suas respectivas casas, dando os parabéns. Foi feita uma mesa em cada casa e comemoramos. É igual? Evidente que não. Mas é possível. Nossa vida pede por isso. Por valorizar essa forma de confraternizar, de comemorar, de estar juntos.

G.P.: Além disso, o que mais podemos fazer para nos fortalecermos e vencermos essa fase?

lara: O que ajuda muito é se manter ativo da maneira que for possível. É bom buscar coisas – a internet também ajuda muito nisso – como exercícios físicos para fazer em casa, alimentar-se bem (não comer em excesso), ouvir música, praticar Yoga. Enfim, manter uma vida ativa é a melhor opção.

Diversidade importa. Praticar atividades físicas, mentais e até ligadas à arte, que também pode ajudar muito nesse momento de enfrentamento de mudanças de rotina e do nosso próprio modo de vida.

Jornalista responsável:

Jeferson Peres

Estagiária:

Emilly Souza