

## Sindsep/MA realiza palestra sobre saúde emocional e suicídio

O Sindsep/MA vai realizar no próximo dia 30 de setembro, às 16h, uma palestra online, com a psicóloga Cátia Amorim Sá, sobre saúde emocional e suicídio devido a alusão ao mês de Setembro (mês do combate e prevenção ao suicídio).

O evento será voltado para os diretores e delegados sindicais de base da entidade.

Cátia Amorim é psicóloga, pós-graduanda em sexualidade, pós-graduanda em saúde individual e coletiva.

### Setembro Amarelo

Setembro Amarelo é o mês dedicado à prevenção do suicídio. Trata-se de uma campanha, que teve início no Brasil em 2015, e que visa conscientizar as pessoas sobre o suicídio, bem como evitar o seu acontecimento.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 32 pessoas se suicidam por dia no Brasil, o que significa que o suicídio mata mais brasileiros do que doenças como a AIDS e o câncer.



O assunto é envolto em tabus, por isso, defende-se que a discussão sobre a tema é uma forma de entender quem passa por situações que levem a ideias suicidas, podendo ser ajudadas a partir do momento em que as mesmas são identificadas.

As situações que levam a esse fim podem surgir de quadros de depressão, bem como do consumo de drogas.

### Origem do Setembro Amarelo

O Setembro Amarelo começou nos EUA, quando o jovem Mike Emme, de 17 anos, cometeu suicídio, em 1994.

Mike era um rapaz muito habilidoso e restaurou um automóvel Mustang 68, pintando-o de

amarelo. Por conta disso, ficou conhecido como "Mustang Mike". Seus pais e amigos não perceberam que o jovem tinha sérios problemas psicológicos e não conseguiram evitar sua morte.

No dia do velório, foi feita uma cesta com muitos cartões decorados com fitas amarelas. Dentro deles tinha a mensagem "Se você precisar, peça ajuda.". A iniciativa foi o estopim para um movimento importante de prevenção ao suicídio, pois os cartões chegaram realmente às mãos de pessoas que precisavam de apoio.

Em consequência dessa triste história, foi escolhido como símbolo da luta contra o suicídio, o laço amarelo.

## Condsef realiza reunião do CDE

A Condsef, realizou nesta manhã, 25, a reunião do Conselho Deliberativo de Entidades (CDE), onde foram debatidos os encaminhamentos da atual conjuntura, bem como os procedimentos da organização do dia 30/09, Dia Nacional de Luta em Defesa dos Serviços Públicos e Contra a Deforma Administrativa, que foi enviada ao Congresso Nacional no último dia 03/09, através da PEC 32/2020, também outros encaminhamentos de ações no sentido de enfrentamento de todos os desafios que teremos pela frente.

Ainda durante a reunião, as entidades filiadas apresentaram um diagnóstico de como elas estão atuando no momento da pandemia do Covid-19, se funcionando de forma remota, presencial ou parcialmente presencial, este diagnóstico servirá de base para que possamos fazer uma avaliação de como vamos proceder em um futuro movimento, ou não, das possibilidades graduais da retomada dos trabalhos presenciais.

Mais informações sobre a reunião serão repassadas no Diário do Sindsep/MA, de segunda-feira, 28 de setembro de 2020.



**Mundo se aproxima de 1 milhão de mortos. Brasil deve passar 140 mil nesta sexta (25)**

Brasil tem mais de 4,6 milhões de pessoas contaminadas com o novo coronavírus e média diária de mortes nos últimos 7 dias foi de 693.

Matéria completa em [cut.org.br/noticias](http://cut.org.br/noticias)

## Seletivos para ingresso nos cursos técnicos e de graduação estão mantidos

O Instituto Federal do Maranhão (IFMA) informa que os Processos Seletivos 2021 para acesso aos cursos da Educação Profissional Técnica de Nível Médio e da Educação Superior estão mantidos. No entanto, dado o momento de excepcionalidade, em função da pandemia de COVID-19, os referidos certames terão seus cronogramas alterados.

Especialmente no que se refere ao Processo Seletivo aos cursos técnicos, a Pró-Reitoria de Ensino, responsável pela coordenação geral do processo, estuda novas possibilidades de



formatos, considerando que a forma tradicional com aplicação presencial de provas está inviabilizada. Nesse sentido, e a partir da validação institucional o novo formato constará em Edital a ser publicado.

Nos cursos da Educação Superior, com entrada integral pelo Sistema de Seleção Unificada – SISU, o Instituto obedecerá às orientações e cronogramas determinados pelo Ministério da Educação.

Fonte: IFMA

## Você não pode salvar todo mundo

Por Daniel Bovolento (Escritor)

Você vai achar que consegue, que é algum super-herói e que dessa vez vai. Vai ver as marcas na pele e buscar algum remédio de-ses-pe-ra-da-men-te pra tentar curar alguma coisa ali dentro, mas os cortes são profundos, quase dá pra ver lá dentro, quase daria pra ver se o sangue não coagulasse, mas você não desiste. Você acorda de manhã cedo e traz o café na cama, um livro antigo de poesias e diz que o melhor presente é a companhia. Sorri e você nunca foi tão feliz assim, foi? Talvez esteja dando certo, talvez você esteja conseguindo. Você se empenha e tenta, tenta hoje, tenta

amanhã, aos poucos consegue progresso. Uma vez eu também achei que poderia salvar e consertar e mexer lá dentro de alguém que era muito importante pra mim. Doía em mim quando ela chorava, doía em mim quando eu não podia fazer nada pra botar os demônios dela pra fora de casa e organizar o caos. Doía pra cacete porque não era algo que eu pudesse controlar. A gente sempre acha que pode controlar o destino do outro, a forma como as coisas vão ser, mas não pra mensurar o estrago que ele já sofreu. Só nos resta admitir que esse processo vai ser baseado na tentativa e no erro: 50% de chan-

ces de salvar tudo no fim do dia, 50% de chances de voltar pra casa desolado. (...) Uma vez minha mãe me disse que você não pode ganhar todas as batalhas da vida. Você tem que escolher quais batalhas deseja realmente lutar e quais batalhas está disposto a abrir mão. No amor não é muito diferente, o que muda aqui é que a ferida é mais profunda e vai além da dor física. Porque é frustrante, acredita em mim, frustra pra caramba perceber que não era você, que não era pra ser, que talvez nunca seja com aquela pessoa. Mesmo que a culpa não seja sua.

Fonte: mensagenscomamor.com