



Vida saudável

Conciliar os problemas pessoais e profissionais é tarefa que exige esforço e saúde. Isso é uma tarefa indispensável para uma vida equilibrada. Especialistas defendem que a psicoterapia é uma poderosa ferramenta para auxiliar no autoconhecimento. Quebrar o tabu de falar de saúde mental também no ambiente profissional pode ser o primeiro passo. *Pg.04*

A força das mulheres na mineração

A inserção da mulher no mercado de trabalho é marcada por lutas e conquistas. Em ambientes predominantemente masculinos como na mineração, conquistar a vaga e se manter nela, demanda garra, além de profissionalismo e competência. No mês em que é comemorado

o Dia Internacional da Mulher, a Mineração Serra Verde conta a história de mulheres que romperam o preconceito de exercerem funções comumente desempenhadas por homens, provando que o lugar de mulher é onde ela quiser. Confira as histórias que inspiram.

Março lilás e amarelo



Março é o mês de conscientização contra o câncer de colo de útero e endometriose. A informação é o primeiro passo para a prevenção ou diagnóstico precoce. Ambas as doenças podem ocasionar dores intensas e comprometer a qualidade de vida da mulher. Acompanhamento médico é indispensável para diagnóstico e tratamento. *Pg.02*

Curso para mulheres

Para viabilizar o acesso de mulheres interessadas em carreiras operacionais, a empresa ofertou o curso exclusivo para formação de operadoras de máquinas pesadas. As inscrições estão disponíveis no site até o dia 27 de março para mulheres que tenham carteira de habilitação na categoria B ou D. As aulas serão divididas em teóricas e práticas com certificação emitida pelo Senai Minaçu. *Pg.02*

Serra Verde oferece curso de capacitação para mulheres

A iniciativa visa formar motoristas e operadoras de máquinas pesadas

Conquistar uma vaga no mercado de trabalho pode ser um desafio para muitas mulheres, principalmente para aquelas que almejam atuar em ambientes onde são predominantemente ocupados por homens. Buscando contribuir para a promoção de locais de trabalho mais diversos e viabilizar o acesso de mulheres a esses locais, a Mineração Serra Verde abriu curso de formação de operadoras de máquinas pesadas. Cerca de 40 vagas serão oferecidas a mulheres que dese-

jam se profissionalizar para atuar em grandes empreendimentos.

De acordo com Hellen Matos, gerente de desenvolvimento humano e organizacional da Serra Verde, a proposta é capacitar e incentivar mais mulheres a atuarem em vagas que estiverem disponíveis para a área operacional. Hellen ressalta que a empresa pretende desenvolver iniciativas que possibilitem a diversidade tanto no ambiente administrativo como operacional. “Queremos abrir as portas. Na medida que formos abrindo as vagas para as contratações, queremos ter a possibilidade de receber mais currículos de mulheres para a mina também”, afirmou a gerente.

O curso, exclusivo para mulheres, será realizado em parceria com o Senai Minaçu e terá como objetivo a formação de operadoras de máquinas pesadas e motoristas. As aulas serão teóricas e práticas e acontecerão de forma presencial.



Hellen Matos, gerente de DHO

Poderão se inscrever as mulheres que tenham a partir de 21 anos de idade; carteira de habilitação categoria B ou D; estejam habilitadas, no mínimo, há dois anos e com disponibilidade para as aulas presenciais. O período de inscrições será de 12 a 27 de março, através do site www.svpm.com.br.



Inscrições podem ser feitas através do site

Março: mês de atenção à saúde da mulher

A endometriose afeta cerca de 10% das mulheres brasileiras. Os dados da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) revelam que a ocorrência é mais frequente entre mulheres de 25 a 35 anos de idade. Embora seja comum, o diagnóstico tardio da doença pode levar à infertilidade e compromete a qualidade de vida com dores intensas durante a menstruação.

Causada por uma inflamação decorrente do acúmulo, em outras partes do corpo, das células que re-

cobrem a parte interna do útero (o endométrio) e que são eliminadas com a menstruação, a endometriose é tema do Março Amarelo. Esse mês de conscientização sobre a doença também alerta outro mau que compromete a saúde feminina: o câncer de colo de útero, somando a cor lilás à referência das cores no calendário da saúde.

O câncer do colo do útero é uma doença de desenvolvimento lento, que pode não apresentar sintomas em fase inicial, entretanto nos casos mais avançados, pode evoluir

para sangramento vaginal intermitente (que vai e volta) ou após a relação sexual. Mulheres que tiveram início precoce da atividade sexual e múltiplos parceiros precisam de mais atenção quanto aos riscos da doença. Estudos mostram que tabagismo (a doença está diretamente relacionada à quantidade de cigarros fumados) e uso prolongado de pílulas anticoncepcionais também aumentam os riscos desse que é o terceiro tumor maligno mais frequente entre mulheres.

MARÇO Lilás e Amarelo
Campanha de Conscientização do Câncer de Colo de Útero e Endometriose
Faça parte desse movimento de atenção à saúde da mulher. Previna-se!



Mulheres na mineração: Histórias de lutas e conquistas

Elas conquistaram espaço com profissionalismo, competência e colaboram para um ambiente de trabalho mais diverso e inclusivo



Sannie é engenheira de minas

Setores tradicionalmente ocupados por homens, como a Mineração, têm recebido cada vez mais mulheres para ocupar cargos tanto operacionais como de liderança. Embora o ambiente esteja mais acolhedor, o preconceito e as limitações impostas por simplesmente serem mulheres, ainda são desafios de quem escolheu ocupar cargos ainda não tão convencionais para o sexo feminino.

A engenheira de minas Sannie Martins sentiu o preconceito ainda na faculdade. Ela conta que apesar de não ter sido a única mulher no curso, havia professores que perpetuavam a ideia de que a engenharia não era lugar para mulheres. O prejulgamento era manifestado tanto pelo corpo docente como por colegas veteranos que carregam o mito de mulheres como pessoas incapazes de tratar tecnicamente sobre máquinas, obras e problemas desafiadores nos projetos. Ela lembra que a frase “Vocês não vão conseguir emprego” era um dos exemplos da hostilidade no mundo acadêmico.

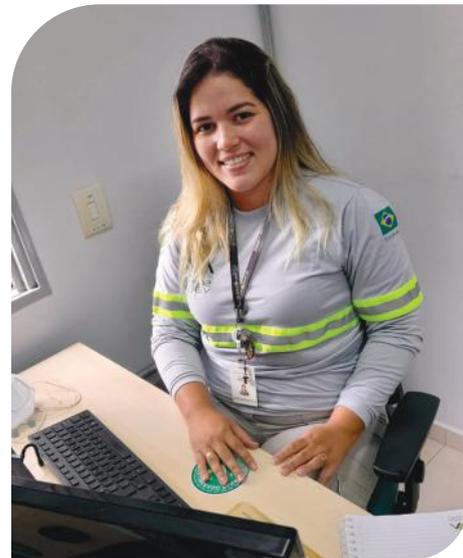
Para a engenheira de 25 anos que inicia a carreira na Mineração Serra Verde, o apoio familiar foi



Patrícia atua há 9 anos como operadora

fundamental para conclusão do curso, persistência essa que a colocou como a primeira mulher do Estado do Mato Grosso a se graduar em Engenharia de Minas. Ela conta que embora fizesse parte da terceira turma do curso na Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT) algumas colegas veteranas desistiram ou não concluíram o curso em tempo hábil.

Conquistar espaço em obras de grandes empreendimentos também faz parte da trajetória de Patrícia Nascimento. A operadora de rolo compactador de uma empresa terceirizada da Serra Verde conta que ao longo de nove anos atuando em diferentes frentes de trabalho (barragens, mineração e ferrovias) ela teve mais dificuldades de conquistar oportunidades do que um homem na mesma função. “Já aconteceu de recusarem minha contratação simplesmente por eu ser mulher, mesmo com a minha experiência na área”, lembrou a operadora. Segundo Patrícia, as dificuldades,



Ritielle iniciou como técnica de mineração

no entanto, não a impedem de continuar fazendo o que gosta. “Gosto muito do meu trabalho e amo a produção”, afirmou.

Ritielle Milhomem, analista ambiental da Serra Verde, conhece os desafios de ser mulher no ambiente predominantemente masculino, mas nem por isso deixou passar a oportunidade de trabalhar na mineração e o desejo de ser mãe. Ritielle trabalha na empresa há nove anos, teve duas filhas e confessa que nem sempre foram dias fáceis. “Na gravidez foi mais difícil, até mesmo pela cobrança interna da mulher, mas eu não me limitei. Nós mulheres somos capazes de exercer qualquer atividade bem-feita”, afirmou.

Ao olhar para o passado ela se orgulha dos desafios que ultrapassou e lembra que a mulher ainda tem muito o que conquistar. “Felizmente o comportamento das pessoas está mudando para melhor, mas ainda acontece de precisarmos provar capacidade técnica de um modo que nem sempre são exigidos de um homem”, comentou.

Campanha incentiva fortalecimento de fundos municipais

O objetivo é estimular contribuintes a destinarem o imposto de renda para fundos da criança, adolescente e idoso.

Para incentivar os contribuintes que realizam a declaração de imposto de renda completa a destinarem parte desse imposto aos fundos municipais, a Prefeitura de Minaçu, o Conselho Municipal de Direitos da Criança e Adolescente (CMDCA) e o Conselho Municipal de Direito do Idoso lançaram a Campanha Leão Amigo da criança, do adolescente e do Idoso. A Mineração Serra Verde abraçou a causa e reforça ação no quadro de colaboradores.

Desde o dia 7 de março, o portal da Receita Federal já está apto a receber a declaração do Imposto de Renda de 2022, ano calendário 2021. Aqueles que a enviarem até às 23h59min horário de Brasília, do dia 29 de abril de 2022 podem colaborar com a receita dos fundos municipais dos Direitos da Criança e do Adolescente (Fundo DCA) e o do Idoso de Minaçu. Cada declaração permite direcionar até 6% do seu imposto de renda devido

(pessoa física), sendo 3% para o Fundo da criança e adolescente e 3% para o Fundo do idoso, dentro do exercício fiscal.

Sabendo do potencial de recursos para os fundos, Eduardo Lima, coordenador do Estado de Goiás da Pessoa Idosa, vice-presidente do Fundo do Idoso de Minaçu, afirma que os fundos receberam em Minaçu, cerca de R\$ 29 mil, número menor do que o município poderia arrecadar. Ele ressalta que o dinheiro auxilia a sobrevivência de instituições como fundo da criança e adolescente e do fundo do idoso e viabiliza a implementação de novos programas e serviços destinados ao atendimento prioritário e especializado de crianças, adolescentes e suas respectivas famílias. Já o Fundo do Idoso fortalece a execução de políticas públicas em favor dos idosos, por meio de programas e ações destinados a assegurar seus direitos sociais e criar condições para promover sua au-



tonomia, integração e participação efetiva na sociedade.

Eduardo lembra que a doação do recurso não gera nenhum custo adicional ao contribuinte, pois é apenas uma destinação de parte do próprio imposto de renda para esses fundos, dando mais recursos para ações na comunidade. “Todo dinheiro arrecadado pela campanha só sai da conta com a aprovação do projeto pelos membros do conselho”, completou.

A declaração do imposto de renda é obrigatória para as pessoas que receberam rendimentos tributáveis superiores a R\$ 28.559,70 em 2021.

Palestra enfatiza cuidado com a saúde mental

Falar de saúde mental na vida pessoal já é difícil para muitas pessoas, no ambiente profissional é quase um tabu. Na Mineração Serra Verde, o assunto tem sido aberto a colaboradores com frequência, para desmitificar o preconceito e incentivá-los a procurar acompanhamento profissional, tanto para tratar problemas psicológicos já aparentes como para buscar o autoconhecimento. Como

parte disso, a empresa realizou em fevereiro a palestra online “Manutenção da vida saudável: uma jornada necessária”.

Segundo Renata Tavolaro, psicóloga e *Head de Psicologia* da OrienteMe, empresa contratada pela Serra Verde para oferecer psicoterapia aos colaboradores e respectivos dependentes, é importante que todos tenham respeito, empatia e acolham quem está em

sofrimento. Ela defende que a terapia é uma das ferramentas fundamentais para obter o equilíbrio emocional. A também psicóloga e supervisora de desenvolvimento da Serra Verde, Michaela Guimarães, lembrou que o tema precisa receber atenção continuamente e deve ser tratado como prioridade. “A busca pela saúde mental deve ser diária”, afirmou.

Expediente:

O Informativo Serra Verde é uma publicação da Serra Verde Pesquisa e Mineração. | Avenida Maranhão, nº 1320, Centro. CEP: 76450-000 Minaçu-GO. | Telefone: 0800 591 2751 | Site: www.svpm.com.br | Coordenação Geral: Gerência de Relações Institucionais e Responsabilidade Social | Jornalista Responsável: Flávia Oliveira | Diagramação: Janaína Silveira.

mineração
SERRA VERDE