

ARTIGO

APAGUE AS PENDÊNCIAS!

Meu convite para você hoje é: elimine as pendências da sua mesa.

Sabe aquelas coisas que você não resolve, pequenas decisões, pequenos conflitos que ficam ocupando sua mente gerando uma tonelada de problemas acumulados? Aquela sensação de: “Vou colapsar!” “Preciso de férias urgente!” “Chega! Não aguento mais.”

Esse lixo psíquico acumulado, que somente quando está fedendo você resolve olhar, encarando somente o resultado insatisfatório e frustrante, esquecendo-se de olhar para o que gera, para o processo, para as pequenas não decisões do dia a dia, gerada por aquelas suas famosas respostas as demandas que chegam:

“Ah beleza, depois eu vejo isso!”

“Amanhã eu resolvo!”

“Depois eu ligo”

“À tarde eu vou”

“Deixa para semana que ...” e de repente: COLAPSOU.

Pare, pare agora de acumular pendências na sua mesa profissional. Resolva, organize-se.

O que você está fazendo com seu tempo?

Quais são suas prioridades?

Como você se organiza?

A vida é muito dura com quem vive de urgências. Porque O tempo não para... e a hora das resoluções sempre chega. E o grande problema é que quando elas chegam, chegam de uma vez.

“É muita cobrança!” É muita cobrança? Ou é você que não paga?

Quais são as listas de tarefas pendentes que você pode fazer hoje, de forma simples, seja no seu bloco de notas do celular, seja na sua agenda, no seu caderno de anotações? E siga à risca, e a cada etapa cumprida, tenha o prazer de riscar com toda sua energia a tarefa concluída.

Essa é uma forma excelente de você gerenciar a si mesmo, de não perder o foco.

Ah, e nessa lista nunca se esqueça de incluir as três principais ações preciosas que você não pode abrir mão, que precisam ser inseridas na sua rotina sem dó, encaradas com muita força de vontade. Aquelas três principais ações que serão os impulsionadores da concretização dos seus sonhos.

Te desejo um dia mega produtivo e de muitos resultados. Um grande abraço!

Cynthia Lemos é Psicóloga Empresarial e Coach na Grandy Desenvolvimento Humano. Especialista no Desenvolvimento de Líderes e Empresas tem a missão de: Expandir a Consciência e Gerar Ações Transformadoras – para pessoas e empresas que desejam evoluir em seus projetos e objetivos. Email: cynthia@grandy.com.br @GrandyDH

JORNAL DIÁRIO DA SERRA	REDAÇÃO
Propriedade da AJOTA	DIREÇÃO DE JORNALISMO Fabíola Tormes
ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA CNPJ: 29.464.235/0001-16	CONTATO ds@diariodaserra.com.br
Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões 78300-000 Tangará da Serra-MT	Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do DIÁRIO DA SERRA  (65) 3326-4724
ISSN 22386467	www.diariodaserra.com.br www.ds.jor.br
TIRAGEM 1 MIL EXEMPLARES	DEPARTAMENTO COMERCIAL
CIRCULAÇÃO Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso.	PUBLICIDADE ASSINATURA PUBLICIDADE LEGAL Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA
CENTRAL DO ASSINANTE (65) 3326.6501 	SERVIÇOS GRÁFICOS E. Tormes e Cia. LTDA CNPJ: 14.048.123/0001-07
	CONTATO: adm@diariodaserra.com.br Fone: (65) 3326-4724

TANGARÁ DA SERRA

Mais de 1,5 mil pessoas aguardam na fila para ultrassonografia



Denúncia feita pela vereadora Dona Neide: "1506 ultrassonografias esperando na fila"

Essas pessoas estão na fila de espera, na Central de Regulação

FABÍOLA TORMES / Redação DS

A ultrassonografia, ou ultrassom, é um exame que permite produzir imagens de órgãos internos e estruturas do corpo em movimento, em tempo real, com baixo custo e sem radiação. Para o exame, que é bastante utilizado para fazer diagnósticos, prevenção e acompanhar tratamentos, há uma grande fila de espera na Saúde em Tangará da Serra.

De acordo com a vereadora Dona Neide (PSDB), 1.506 pessoas estão na fila de espera, na Central

de Regulação, há muito tempo. “Desde a gestão passada esses pacientes estão na fila de espera”, denunciou a vereadora, em entrevista ao Programa Primeira Hora, da Rádio Serra FM, ao contar que cobrou exaustivamente da gestão passada que os exames fossem realizados.

“Não podemos falar nada do prefeito atual, porque assumiu agora, mas isso já vem de gestão passada, esse acúmulo de pacientes sofrendo, sem ter condições financeiras de pagar a ultrassom”, completa, ao revelar que o exame é realizado somente em pacientes que estejam internados, quando a pedido do médico. “Fora disso o paciente tem que se virar. Se não pode fazer [parti-

cular], fica como está aí: 1506 ultrassonografias esperando na fila”.

A vereadora lembra ainda que em 2017 o Município ganhou do Rotary Club Tangará da Serra um aparelho de última geração para esse fim, contudo o aparelho não está sendo usado por falta de profissionais, segundo ela. “Esse aparelho está parado a espera de um profissional e sempre pedi para a gestão passada que contratasse um profissional para fazer esses exames (...) para desafogar essa fila e atender a nossa população. Só que até agora, até o final de dezembro, não fomos atendidos. Estamos agora esperando a nova gestão e esperamos um resultado sobre o aparelho e o profissional para manusear e atender a população”.

MÊS DA MULHER

Governo de Nova Olímpia inicia campanha Março Mulher

ASSECOM / Prefeitura Nova Olímpia

A Secretaria Municipal de Assistência Social iniciou as ações da campanha Março Mulher 2021.

Durante todo o mês, as metas vão ser a mobilização e a sensibilização da população para a não desvalorização e preconceito à mulher, bem como a garantia de direitos, dentre eles o de viver sem violência e sem discriminação; incentivar e motivar as mulheres

com a certeza que podem chegar muito mais longe na conquista dos direitos, no poder político, na autonomia econômica e divulgar os serviços oferecidos pela Gestão Municipal.

A programação já iniciou com lançamento da campanha nos meios de comunicação e redes sociais. No dia 8 de março acontecerá o 2º Encontro “Mulheres em foco”, no Auditório da Prefeitura; de 9 a 14 de março será a Semana de Articulação

com Entidades Religiosas; dia 17 acontecerá uma live com tema 'Empoderamento e Violência Contra Mulher', com as convidadas Maria Kelre – Investigadora de Polícia Civil, Márcia Segabinazi – Psicóloga do Creas e Melissa Giacomo – Coordenadora do Cras. E, finalizando, de 22 a 26 de março, uma Roda de Conversas nos grupos do Cras e Creas, que contemplam Grupo Gestantes, Mulheres que brilham, Arvore Frondosa e Viver Feliz.