*Artigo

Como lidar com o tempo familiar?

Frequentemente sou questionado sobre a gestão do tempo familiar. Em primeiro lugar, é importante deixar claro que precisamos classificar nossas atividades em importante, urgente e circunstancial, essa é a Tríade do Tempo. A classificação é algo muito pessoal, cada um terá uma definição específica. Por exemplo, ir ao supermercado pode ser totalmente circunstancial para um (algo feito sem vontade, por pura necessidade ou obrigação), já para outras pessoas pode ser algo importante. Não é cabível julgamento nessas situações.

A partir do momento que entendemos isso, nos tornamos capazes de compreender o porquê as pessoas da mesma família brigam, os motivos dos conflitos desnecessários e as razões que fazem alguns se anularem. O simples fato de termos percepções diferentes da Tríade das atividades diárias é um fator de confusão. E esse conceito se aplica tanto para uma empresa, uma equipe ou em casa.

O grande problema da gestão do tempo em família está no momento em que você começa a fazer apenas o circunstancial e não coloca a sua opinião na relação. Isso gera um desgaste, torna a relação chata e surge uma vontade de sumir.

Vale lembrar também que a outra parte, aquela que fica só em casa, tocando o dia a dia, também se cansa e fica cheia de tarefas que acredita que poderia contar com uma ajuda para realizar. Ou seja, em alguns momentos você tem que ceder, em outros precisa aprender a dizer não e, em certas situações, ambos precisam chegar a um consenso.

Uma boa forma de trazer essa questão à tona é justamente escancarar as atividades. Reserve um dia para reunir a família e listem todas as tarefas realizadas por cada um, com os nomes de quem tem sido o responsável pela execução (isso pode chocar, geralmente, a lista é bem desbalanceada) e classificação das atividades de acordo com a Tríade. Feito isso e analisando as atividades, discutam juntos o que pode ser delegado, o que você pode ceder e o que o bom senso pode ajudar.

Inclua também atividades de lazer, passeios, planos de viagem etc. Ações prazerosas no meio da rotina agitada são estimulantes e fortalecem os valores do casal e da família nos momentos difíceis.

Você deve reservar um tempo na sua agenda para as atividades da família. Sejam elas importantes ou circunstanciais. Não dá para ter 100% de importante, isso é irreal, mas se ele for maior e bem negociado, as outras prioridades e a vida como um todo pode ficar muito mais fácil.

Christian Barbosa - Maior especialista no Brasil em administração de tempo e produtividade, é CEO da Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo. Ministra treinamentos e palestras para as maiores empresas do país e da Fortune 100. Autor dos livros "A Tríade do Tempo"; "Você, Dona do Seu Tempo"; e "Estou em Reunião"; co-autor do "Mais Tempo, Mais Dinheiro"; "Equilíbrio e resultado – Por que as pessoas não fazem o que deveriam fazer?". Sua mais nova obra: 60 estratégias práticas para ganhar mais tempo. www.triadps.com.br e www.maistempo.com.br

Diário da Serra®
O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

Propriedade da Gráfica e Editora Diário da Serra Ltda - ME
ISSN 2238-6467
FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996
Edição on line desde 06 de setembro de 1997

ENDEREÇO
Av. Tancredo Neves, 1247 W, Jardim do Lago II • Tangará da Serra - MT CEP: 78300-000
Fone (65) 3326-4724 Fax 3326-6501

CIRCULAÇÃO
Tangará da Serra, Nova Olímpia, Denise, Arenápolis, Nortelândia, Nova Marilândia, Santo Afonso, Barra do Bugres, Campo Novo do Parecis e Sapezal
Tiragem total: 1,5 mil exemplares

ADMINISTRATIVO
DIREÇÃO GERAL
Mano Reski
mano@diariodaserra.com.br
DIREÇÃO ADMINISTRATIVA
Silvana Tormes
silvana@diariodaserra.com.br

REDAÇÃO
DIREÇÃO DE JORNALISMO
Fabíola Tormes
CONTATO
redacao@diariodaserra.com.br

DEPTO. DE ARTES
Gean Michel Lourenço Costa
Reinaldo Manarim Neto
Renan Bezerra do Nascimento
CONTATO
da@diariodaserra.com.br

DEPARTAMENTO COMERCIAL
PUBLICIDADE E ASSINATURA
Diário da Serra Editora e Publicadora Ltda
Av. Tancredo Neves, 1247 W, Sala 01
CNPJ 10.285.184/0001-37
PUBLICIDADE LEGAL
E. Tormes & Cia Ltda-ME
Av. Tancredo Neves, 1247 W, Sala 02
CNPJ 14.048.120/0001-07
GRÁFICA
Gráfica e Editora Diário da Serra Ltda - ME
Av. Tancredo Neves, 1247 W
CNPJ 01.828.544/0001-09
CONTATO
da@diariodaserra.com.br
diariodaserra@terra.com.br
65 3326-4724

CENTRAL DO ASSINANTE: 65 3326-6501
www.diariodaserra.com.br

*Curtas

REFORÇO NA SAÚDE

Chegou nesta quinta-feira mais uma médica para reforçar o time dos servidores da saúde, a cubana Yurisan Castilho Galarraga, de 38 anos. Ainda não foi designado o local onde ela atenderá, mas o Prefeito Fábio lhe deu as boas-vindas e destacou que a Saúde da Família precisa de médicos, lembrando que no distrito de Progresso, por exemplo, só há atendimento médico dois dias na semana. "Estudei no Instituto de Ciências Médicas de Santiago de Cuba, me formei como Médica Geral Integral, o mesmo que Médico da Família e Comunidade. Passei um tempo trabalhando na Venezuela durante cerca de dois anos e meio", contou a nova profissional, ao destacar que sua expectativa é a mesma de todo médico cubano, "trabalhar e melhorar a situação da saúde do povo". Ela ainda revela que para entrar no Programa Mais Médicos, o médico tem que se inscrever, possuir a graduação de Médico de Família e fazer um curso de Língua Portuguesa. Ela é a segunda de cinco médicos do Programa que virão para Tangará da Serra.

Chuva em Nortelândia

As chuvas que caíram nos últimos dias no município de Nortelândia têm preocupado as autoridades e a Defesa Civil, pois temem pela segurança da população ribeirinha que residem às margens do Rio Sant'ana, cortando a cidade, e que faz parte do ponto turístico da cidade, a Praia Rota do Sol.

Defesa Civil

Segundo a Defesa Civil, o nível da água vem subindo rapidamente nas últimas horas e nas proximidades da praia a água já subiu um metro de altura. Árvores, postes, carros, estão sendo engolidos pelas águas. Na quarta-feira o nível de água do rio chegou a 2,30m, o que preocupa a população.

Monitorando...

O Prefeito Neurilan Fraga informou que está monitorando o aumento do nível da água: "Estamos preocupados uma vez que muitas famílias já foram atingidas, estradas vicinais estão comprometidas, pontes e bueiros danificados, dificultando o escoamento da produção agrícola e a locomoção dos proprietários rurais."

... de longe

Neurilan está em Cuiabá, buscando um encontro com o governo do estado a fim de encontrar uma solução emergencial para reduzir o risco de inundação em pontos considerados críticos, e assim apaziguar os ânimos dos moradores da cidade. Ele diz que se considera impotente, já que não consegue atender a demanda da população.

*Bastidores da Política

Saúde

A Saúde no município de Tangará da Serra não está bem, aliás, a Saúde no Brasil não está bem. Falta estrutura de trabalho aos profissionais do setor, faltam hospitais, profissionais, tanto que estão vindo médicos de fora do país. E se existem acordos na vinda desses médicos, que ferem nossa legislação trabalhista, devem ser resolvidos pela Justiça do Trabalho.

Em Tangará

O que falar da Saúde em Tangará, cidade que faz parte do problema brasileiro. Pior ainda: cidade que passou recentemente por mazelas catastróficas com o episódio da Oscip Idheas. É preciso fazer uma reflexão? Quem está faturando com a desgraça do pobre que sofre para receber um atendimento de qualidade, ou com um mínimo de dignidade?

Pela Culatra

Em Tangará da Serra o problema se arrasta há muito tempo. Ontem em reunião no MP, o promotor anunciou que era preciso investigar inclusive a atitude dos médicos, que segundo a denunciante, haviam abandonado o serviço. O representante do MP elencou uma série de motivos para corresponsabilizar todos os envolvidos, caso se confirme a denúncia.

Faturando

Enquanto isso, tem muita gente faturando com a situação: em acréscimo de audiência, pois quanto pior mais ibope e politicamente com o transporte de pessoas para Cuiabá e com a facilitação na liberação de leitos em UTIs. Estão criando dificuldades para vender facilidades, quando na verdade deveriam lutar para a implantação de hospital regional em Tangará. Mas isso interessa a todos? Talvez não.

Movimento

Um grupo de pessoas fez protesto na frente da casa do Prefeito Fábio na noite de quarta-feira, enquanto ele conversava com os médicos em seu gabinete. Inclusive a mulher que liderava o movimento, teria afirmado ontem em tom de desabafo, que "graças a Deus nem voto nessa b... de cidade", afirmando que não mora aqui. Parece que hoje essa denúncia será apresentada na TV.

Investigação

Também deverá haver investigação para apurar grupos de pessoas que incentivavam os manifestantes a queimarem colchões, pularem a grade na casa do prefeito, quebrarem o sistema de interfone. As informações são de que técnicos estão colhendo as imagens e áudio do circuito interno da própria casa para esclarecimento dos fatos.

Irritando

As tentativas de Lúdio Cabral (PT) para tentar concorrer a vaga de candidato de governador do estado parece estar surtindo o efeito contrário do que se esperava. Parece que os companheiros de partido estão contrariados. Ao que parece, Lúdio está forçando a barra para fazer seu nome aparecer e se massificar.

Factóides

As visitas de Lúdio às lideranças partidárias estão sendo consideradas factóides. Nesta semana, ele e o deputado Valtenir Pereira (PR) chegaram sem avisar no gabinete do senador Blairo Maggi (PSB), que prontamente lhe atendeu, e até pousou parar fotos. Porém o senador já deixou esclarecido que não apoia Lúdio.

Impressionado

Polo educacional, Diamantino recebeu na quarta-feira, 12, a visita da comissão do Instituto Federal Mato Grosso (IFMT) que esteve verificando as dependências físicas para implantação da instituição de ensino no município.

A quantidade de instituições públicas de ensino no município impressionou o diretor do campus de Cuiabá da IFMT, Nelson Yoshio Ito Suzuki : "Eu fiquei impressionado. Vejo que Diamantino tem um potencial muito grande", enfatizou.

Quanto aos cursos que serão implantados em Diamantino, o diretor informou que irá realizar um levantamento da demanda local. O prefeito Juviano Lincoln frisou que Diamantino se consolida como uma indústria do conhecimento, capacitando profissionais para o mundo.