

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS EM 2021

1. JANEIRO BRANCO: “PREOCUPE-SE MENOS E PROTEJA MAIS SUA SAÚDE MENTAL”

Data: 28/01/2021

No mês de janeiro, onde se busca chamar a atenção para a saúde mental em razão da campanha “Janeiro Branco”, a Comissão Qualidade de Vida realizou um bate-papo virtual pela plataforma CISCO Webex, com a psicóloga clínica Dra. Nielky K. Bezerra da Nóbrega, no dia 28/01/2021, abordando o tema “Preocupe-se menos, proteja mais sua saúde mental”.

2. PALESTRA VIRTUAL: “VISTA-SE DE AUTOESTIMA!”

Data: 12/03/2021

Em homenagem ao dia das mulheres, a Comissão Qualidade de Vida, em parceria com a Comissão de Participação Feminina, promoveu uma palestra virtual com a consultora de imagem e estilo Mirmila Melane, onde foram abordados temas relativos à autoestima da mulher! Após a palestra, houve o sorteio de brindes fornecidos pelos nossos parceiros.

3. BATE-PAPO VIRTUAL: “MATERNIDADE REAL E EMPODERAMENTO”

Data: 06/05/2021

Para o dia das mães, a Comissão Qualidade de Vida, em parceria com a Comissão de Participação Feminina, promoveu dia 06/05/2021, um bate-papo virtual com a psicóloga Carina Reis, onde foram abordados temas relativos à maternidade, autoestima, evolução da liberdade da mulher e educação dos filhos. A palestra foi bastante animada e contou a participação de diversas servidoras, assim como da Presidente da Comissão de Participação Feminina, Desembargadora Jamile Coelho.

4. MAIO VERDE: CAMPANHA DE PREVENÇÃO AO GLAUCOMA

Período: Maio/2021

Acompanhando o apoio dado pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ) ao Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), o Tribunal Regional Eleitoral de Alagoas (TRE/AL) aderiu à mobilização nacional para a conscientização sobre o Dia Nacional de Combate ao Glaucoma, instituído pela Lei nº 10.456/2002, 26 de maio, como forma de incentivar o diagnóstico e o tratamento precoce da doença, que é considerada a maior causa de cegueira irreversível no mundo. O Relatório Mundial sobre a Visão, publicado em 2019, cita estimativa apresentada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) que aponta 6,9 milhões de pessoas, entre 40 e 60 anos, com glaucoma em 2020. Problema que atinge cerca de 65 milhões de pessoas no planeta e é motivo de 4,5 milhões de casos de perda total de visão.

5. CAMPANHA SOLIDÁRIA: CESTAS BÁSICAS E COBERTORES

Período: Maio/2021

Durante o mês de maio de 2021, os servidores do TRE-AL se engajaram em uma linda campanha de arrecadação de cestas básicas e cobertores, em face do período de enormes dificuldades que estamos passando, com pessoas perdendo seus empregos e, em alguns casos, suas casas, pelas chuvas torrenciais, além de entes queridos para a COVID-19. O material arrecadado foi entregue aos moradores da Grota da Alegria, que é uma região de baixada existente no Benedito Bentes II, onde vivem bastante pessoas necessitadas.

6. CAMPANHA SOBRE IGUALDADE RACIAL

Período: Abril e Maio/2021

Durante os meses de abril e maio de 2021, o Tribunal Regional Eleitoral de Alagoas uniu-se ao TSE em uma campanha nacional em apoio à Igualdade Racial. Foram divulgados em nossas redes sociais diversos cards com vistas a instrução e formação de cidadãos e servidores com consciência cívica sobre as diferenças raciais. Sejamos amor, em nossas raízes!

7. DIA D DE ATENÇÃO À SAÚDE

Data: 16/07/2021

O TRE-AL promoveu, em 16/07/2021, o “DIA D DE ATENÇÃO À SAÚDE”. Im bate-papo virtual pelo aplicativo ZOOM, que abordou temas relacionados às patologias mais incidentes nas licenças médicas e exames periódicos dos servidores deste Regional, tais como: doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas, doenças cardiovasculares, dor articular e osteomuscular, doenças dermatológicas, doenças virais e COVID. O evento contou com a participação da equipe de médicos do TRE-AL: Dr. José Pinto, Dra. Margareth Handro e Dr. Alexandre Mendes e, ainda, 02 convidados – Dr. Fernando Maia, infectologista e Dr. Georges Cristopoulos, reumatologista. O bate-papo foi bastante interessante e proveitoso, trazendo explicações claras sobre o conceito e as formas de prevenção das patologias abordadas, assim como esclarecendo as diversas dúvidas dos servidores.

8. CAMPANHA CONTRA O ASSÉDIO MORAL

Período: Agosto/2021

Durante o mês de agosto de 2021, o Tribunal Regional Eleitoral de Alagoas promoveu uma campanha contra o assédio moral com a divulgação de cards esclarecedores em suas redes sociais e envio por e-mail aos servidores do órgão. Instituída pela Resolução 351/20 do CNJ e regulamentada no âmbito do TRE de Alagoas pela Portaria Presidência 95/2021, a Política de Prevenção e Enfrentamento do Assédio Moral tem como finalidade combater esse tipo de conduta praticada, presencialmente ou por meios virtuais, nas relações socioprofissionais e da organização do trabalho no Poder Judiciário, inclusive contra estagiários e estagiárias, aprendizes, prestadores e prestadoras de serviços, voluntários e voluntárias e outros colaboradores e colaboradoras.

9. CAMPANHA: OUTUBRO ROSA

Período: Outubro/2021

Neste mês de outubro o Tribunal Regional Eleitoral de Alagoas aderiu ao movimento internacional de conscientização sobre o câncer de mama, lançando a campanha: "Garota, se toca!". O diagnóstico precoce

aumenta bastante as chances de cura, por isso, além dos exames de rotina, é muito importante fazer o autoexame regularmente e, em caso de alterações suspeitas, procurar logo avaliação médica. Hábitos saudáveis como atividade física, manter o peso corporal saudável e evitar o consumo de bebidas alcoólicas ajudam a prevenir o câncer de mama, assim como a amamentação, que deve ser estimulada pelo maior tempo possível. No site do Instituto Nacional de Câncer (INCA), há diversos conteúdos e cartilhas sobre o assunto. Acesse: <https://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-mama>. Se cuide! Essa é a maior prova de amor que existe.

10. CAMPANHA: NOVEMBRO AZUL

Período: Novembro/2021

Novembro chegou e, com ele, o Novembro Azul, mês da conscientização sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata! 90% dos tumores são curados com diagnóstico precoce. O TRE de Alagoas não ficou de fora dessa campanha e fez publicações para alertar que cuidar da saúde é coisa de homem!

11. RODA DE CONVERSA: RACISMO NO PODER JUDICIÁRIO – O PROBLEMA É NOSSO.

Período: Novembro/2021

As Escolas Judiciárias Eleitorais de diversos estados se juntaram para realizar um evento que traz reflexões à sociedade sobre atitudes racistas dentro do Poder Judiciário, afinal, não importa o lado da sentença, o racismo é um problema de todos e configura crime inafiançável e imprescritível. A RODA DE CONVERSA - RACISMO NO JUDICIÁRIO: O PROBLEMA É NOSSO!" ocorreu dia 04/11/2021 e teve como palestrantes Dra. Bruna Rodrigues - Juíza de Direito -TJ-CE e Dra. Diva Maciel- Juíza de Direito -TJ-BA. A mediação foi realizada pela servidora Karén Fróes- Assistente da Presidência do TRE-RS. A Comissão Qualidade de Vida marcou presença no evento, atuando também em parceria com a EJE-AL.