



# TRIBUNA METALÚRGICA CIDADÃ

COMPROMISSO COM A LUTA, COM A DEFESA E COM VOCÊ.

Impresso  
Especial  
9912235402/09  
Sind. Trab. Meta. e  
Ind. Met. Eletr. JIJE  
CORREIOS



FECHAMENTO AUTORIZADO  
PODE SER ABERTO PELA ECT



Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Joinville - Ano XXIII Julho/2025 nº 369

[www.metalurgicosjlle.com.br](http://www.metalurgicosjlle.com.br)

QUEM MANDA  
NO  
BRASIL  
É O Povo  
BRASILEIRO

DIA DE  
MOBILIZAÇÃO  
NACIONAL

#BRASIL  
SOBERANO

7 DE SETEMBRO

DIA DA  
INDEPENDÊNCIA  
DO BRASIL



Baixe o aplicativo do STIMEJ  
e tenha o sindicato em suas mãos!



sindimetaljoinville  
joinvillemetalurgicos

# PLEBISCITO POPULAR

POR UM BRASIL MAIS JUSTO

Vamos pressionar deputados e senadores para que coloquem em pauta estes dois projetos de lei:

- Pela isenção de imposto de renda para quem ganha até R\$ 5.000,00!

- Pelo fim da escala 6 x 1, redução da jornada de trabalho sem redução de salário!

Deixe sua opinião sobre estes dois temas, é rápido e fácil! Aponte a câmera do seu celular para QR Code, abra o link e siga as instruções preenchendo conforme o modelo e envie. Pronto! Você ajudou a pressionar os deputados para que eles apreciem estes projetos e votem favorável para ajudar a classe trabalhadora a pagar menos impostos e ter mais tempo para se qualificarem, lazer, cuidar da saúde, da família, praticar esporte e descansar.

# VOTE AQUI

PLEBISCITO POPULAR 2025

QR Code da Urna



Entidade: CUT  
Urna: 90270F4000

## PLEBISCITO POPULAR

Nome

CPF

WhatsApp

E-mail

Este site utiliza cookies e coleta dados exclusivamente para fins de participação no Plebiscito Popular. Ao continuar, você concorda com esse uso.

OK, entendi

1. Você é a favor da redução da jornada de trabalho sem redução salarial e do fim da escala 6x1?

SIM

NÃO

2. Você é a favor de que quem ganhe mais de 50 mil por mês pague mais imposto de renda para que quem recebe até 5 mil por mês não pague?

SIM

NÃO

ENVIAR

 Sucesso!

CLOUDFLARE  
Fornecido por | Termos

# Setembro Amarelo: o mês de prevenção ao suicídio

A campanha foi originada, inicialmente, nos Estados Unidos, a partir da morte de um jovem de 17 anos. Para homenageá-lo, seus amigos e pessoas próximas espalharam fitas amarelas com mensagem de apoio às pessoas que precisavam de ajuda. Nesse contexto, o laço amarelo foi escolhido como símbolo de prevenção e luta contra o suicídio. É importante lembrar que saúde mental é um assunto sério e demanda cuidado de profissionais especializados como psicóloga/os e psiquiatras. Portanto, para cuidar da saúde mental e prevenir o suicídio, é fundamental buscar um acompanhamento especializado!

O Setembro Amarelo é a maior campanha de ações e iniciativa do mundo, voltada para a prevenção do suicídio. Em 2025, o lema da campanha é "Se precisar, peça ajuda!", reforçando a importância de falar abertamente sobre o tema e incentivar as pessoas a buscarem apoio quando necessário.

Apesar dos esforços, o suicídio continua sendo uma triste realidade que afeta o mundo todo. No Brasil, o número chega a aproximadamente 14 mil casos por ano, o que corresponde a cerca de 38 suicídios por segundo. Dados da Diretoria de Vigilância Epidemiológica de Santa Catarina, Joinville registrou 52 suicídios em 2024, o que representa uma ocorrência a cada sete dias na cidade. Já as notificações de tentativas de suicídio e lesões autoprovocadas somaram 799 no período. A maioria dos casos poderia ter sido evitada com o acesso adequado ao tratamento psiquiátrico e a informações de qualidade.

## Sinais de alerta

Os sinais de alerta descritos abaixo não devem ser considerados isoladamente. Não há uma "receita" para detectar seguramente quando uma pessoa está vivenciando uma crise suicida, nem se tem algum tipo de tendência suicida. Entretanto, um indivíduo em sofrimento pode dar certos sinais, que devem chamar a atenção de seus familiares e amigos próximos, sobretudo se muitos desses sinais se manifestam ao mesmo tempo. A depressão pode ser identificada pela persistência de sintomas como tristeza profunda, perda de interesse em atividades antes prazerosas, alterações no sono e apetite, fadiga, dificuldade de concentração e pensamentos negativos. É importante observar se esses sintomas duram mais de duas semanas e afetam significativamente a rotina da pessoa.

### Sintomas:

- Humor deprimido: Sentimento persistente de tristeza, vazio ou desesperança.
- Perda de interesse ou prazer: Desinteresse em atividades que antes eram apreciadas, como hobbies ou encontros sociais.
- Alterações no sono: Insônia (dificuldade para dormir) ou hipersônica (sono excessivo).
- Alterações no apetite: Perda ou ganho de peso significativo sem dieta.
- Fadiga ou perda de energia: Sensação constante de cansaço, mesmo sem esforço físico.
- Dificuldade de concentração e tomada de decisões: Problemas para se concentrar em tarefas simples ou para tomar decisões cotidianas.
- Sentimentos de culpa ou inutilidade: Autoestima baixa, sentimentos de culpa excessiva ou sensação de não ser bom o suficiente.
- Pensamentos que viver não vale mais a pena. (Importante: É crucial diferenciar a tristeza normal de um episódio depressivo. A tristeza é uma reação a eventos específicos e geralmente passageira, enquanto a depressão é um estado emocional persistente que interfere na vida diária.)

## O que fazer para ajudar uma pessoa com suspeita de doença psicológica?

- Observar comportamentos.
- Prestar atenção a mudanças no humor, sono, apetite e interesse por atividades.
- Escutar com atenção: Ouvir a pessoa com empatia, sem julgamentos, e acolher suas queixas.

Se houver suspeita de depressão, é fundamental procurar um profissional de saúde mental (psicólogo ou psiquiatra) para avaliação e diagnóstico adequado.

## O que NÃO fazer:

- Não minimizar os sentimentos da pessoa, dizendo que é "frescura" ou que "vai passar".
- Não julgar ou criticar a pessoa por seus sentimentos ou comportamentos.
- Não tentar resolver o problema sozinho, sem orientação profissional. O apoio de amigos e familiares é fundamental: Ouvir, oferecer suporte emocional e incentivar a busca por ajuda profissional podem fazer toda a diferença no processo de recuperação.

## Prevenção

O suicídio é um fenômeno complexo, multifacetado e de múltiplas determinações, que pode afetar indivíduos de diferentes origens, classes sociais, idades, orientações sexuais e identidades de gênero. Mas o suicídio pode ser prevenido! Saber reconhecer os sinais de alerta em si mesmo ou em alguém próximo a você pode ser o primeiro e mais importante passo. Por isso, fique atento (a) se a pessoa demonstra comportamento suicida e procure ajudá-la. Segundo dados da Diretoria de Vigilância Epidemiológica de Santa Catarina, Joinville registrou 52 suicídios em 2024, o que representa uma ocorrência a cada sete dias na cidade. Já as notificações de tentativas de suicídio e lesões autoprovocadas somaram 799 no período.

## Onde buscar ajuda

Com um profissional de saúde da área de psicologia e psiquiatria.

- CAPS e Unidades Básicas de Saúde (Saúde da família, Postos e Centros de Saúde);
- Centro de Valorização da Vida – 188 (ligação gratuita)

# Racismo não é mimimi!

Infelizmente não está sendo fácil fazer a luta tanto no ambiente de trabalho quanto fora dele... Quanto mais se luta, mais casos de preconceito aparecem! Mas porque isso ocorre?!

Muita gente fala de mimimi, mas você sabe o que é realmente "mimimi"? Será que as pessoas que nos acusam chamando de "lacração" ou "mimimi" sabe o que é preconceito?! Você já observou ao seu redor e viu supervisores e facilitadores negros? Se tiver sabemos que é pouco! Mas pode dizer: "Oferecemos vagas, mas não aparece"! Será? Se não é questão de panelinha também é questão de "gosto" "aparência"... Conheço muitos trabalhadores negros e negras que tem sim os requisitos necessários para certos cargos mas se decepcionam com o passar das provas! O mesmo ocorreu comigo em uma empresa onde eu tinha tudo pra passar, mas o supervisor preferiu outro sujeito que mal sabia usar um computador! Logo descobri o por que... Óbvio...

Não! Não é mimimi quando sabemos o que motiva numa escolha profissional! O quanto se estuda, corre atrás e no final somos preteridos pelo simples detalhe: Nossa cor! Cor não define caráter nem capacidade!! Racismo deve sim ser combatido! Só sabe quem passa por isso! Portanto não é mimimi! É luta! Não vamos mais nos calar! É nosso direito bater de frente!



**Wagner Aguiar Travasso**  
**Secretário de Igualdade Racial**

# Jantar dançante reuniu metalúrgicas e metalúrgicos aposentados

No dia 14 de julho foi realizado o 14º Encontro de Aposentadas e Aposentados inativos do Sindicato dos Metalúrgicos de Joinville. Os 55 casais presentes saborearam um delicioso jantar seguido de baile com animação do musical Nova Geração. A direção do sindicato parabeniza a todos que ajudaram e participaram deste maravilhoso evento.

O custo do evento com grupo musical, decoração, alimentação, refrigerante e água foi de R\$ 15.000,00. Já o valor arrecadado com vendas de ingressos aos participantes foi de R\$ 4.035,00. Os R\$ 11.886,00 restantes foram subsidiados pelo sindicato.

O jantar dançante, realizado todo ano pela entidade, é uma forma de reconhecer, agradecer e valorizar às metalúrgicas e metalúrgicos aposentados que ajudaram a construir e fortalecer o sindicato. Mas não é só isso, é também uma forma de demonstrar a importância da categoria ser sindicalizada para além do tempo em que a trabalhadora e o trabalhador está no mercado de trabalho.

