



JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Estado da Bahia

JUSTIÇA FEDERAL HOJE

Edição nº 6.230. Salvador - Bahia. Quarta-feira, 18/10/2023.

Caminhos de Transformação: automotivação, autoestima e resiliência foi o tema da palestra em homenagem ao Dia do Servidor



compromisso as incumbências que lhes são atribuídas no dia a dia. Além disso, agradeceu também a DIREF e toda a equipe envolvida na organização do evento, bem como a participação do palestrante por compartilhar seus conhecimentos com o corpo funcional da JFBA e por trazer um tema de grande relevância na valorização dos servidores públicos em seu sentido amplo.

“Este evento de extrema importância, que comemora o Dia do Servidor Público, traz um relevante tema para nosso autoconhecimento. Que ele fortaleça a nossa autoestima pessoal, para que se reverta e se transporte para a nossa autoestima profissional e reverbera para a nossa sociedade”, declarou o diretor do Foro em exercício.

Reflexões sobre o autoconhecimento com foco na automotivação, autoestima e resiliência foram alguns dos assuntos abordados na palestra realizada em celebração ao Dia do Servidor na Seção Judiciária da Bahia, na última quarta-feira, 11/10, via aplicativo Teams. Com o tema *Caminhos de Transformação: automotivação, autoestima e resiliência*, o evento promovido pela Direção do Foro (DIREF), Secretaria Administrativa (SECAD) e pelo Núcleo de Gestão de Pessoas (NucGP) contou com uma expressiva participação de servidores e servidoras da Justiça Federal da Bahia.

A abertura oficial do encontro foi realizada pelo diretor do Foro em exercício, juiz federal Fábio Rogério França Souza, que enfatizou a importância deste evento que comemora o Dia do Servidor Público, aproveitando a oportunidade para parabenizá-los pelo dia que se aproxima e por exercerem com responsabilidade e

A palestra foi ministrada por Kau Mascarenhas, arquiteto e filósofo, que trabalha há quase 30 anos com treinamento e desenvolvimento humano e possui formações completas em PNL e em Coaching Ontológico e pós-graduações em Consultoria Organizacional e em Coaching e Líder Coach com base Ontológica e Neurobiológica. É sócio-diretor do Instituto Kau Mascarenhas (PRO-SER INSTITUTO) e associa conteúdos da Filosofia e da Mitologia em seus trabalhos.

O palestrante agradeceu e parabenizou todos os envolvidos na realização do

encontro e pela escolha do tema, além de agradecer a presença de todos os participantes e declarar a sua satisfação em poder estar presente neste encontro que celebra o Dia do Servidor Público na Justiça Federal - Seção Judiciária da Bahia.

“É uma satisfação palestrar em um evento importante que homenageia servidoras e servidores públicos no mês em que comemoramos o seu dia e falar de um tema tão relevante como automotivação, autoestima e resiliência”, ressaltou Kau Mascarenhas.

Em sua abordagem, de uma forma leve, Kau Mascarenhas trouxe algumas reflexões profundas que estimularam os participantes a desvendarem as possibilidades dos caminhos de transformação do autoconhecimento através do desenvolvimento das habilidades interpessoais, isso tudo combinando conhecimentos de filosofia, psicologia, neurociência e mitologia.

À medida em que palestrava, Kau Mascarenhas convidava os presentes a realizarem atividades práticas, interativas e de visualização com o objetivo de encorajar e despertar outras realidades emocionais, proporcionando mudanças significativas no comportamento humano.

Na oportunidade, houve troca de experiências e esclarecimentos sobre o tema e muitas manifestações positivas e parabênzias enviadas via chat.

Essa matéria está associada ao ODS 3 (Saúde e Bem-Estar) e 16 (Paz, Justiça e Instituições Eficazes).

Gestores da SJBA participam do Encontro de Ferramentas de Gestão na Correição Geral Ordinária 2023



deral da 1ª Região (TRF1), Gustavo Stênio, e contou com o apoio dos servidores da equipe da Corregedoria Regional da Justiça Federal da 1ª Região (COGER), Wellington Carlos e Izabely Cavalcante.

Neste encontro ocorreu a apresentação das ferramentas de gestão de pessoas, gestão de tarefas, gestão documental e dos principais relatórios disponíveis no e-SIEST, principalmente os relacionados à Metas. Houve oportunidade para esclarecimentos de dúvidas e todos os assuntos abordados foram de extrema relevância para os gestores da SJBA.

E hoje, 18/10, às 14h30, via Teams, o Encontro de Ferramentas de Gestão - Subseções será realizado para os juizes, diretores de Secretaria e substitutos das Varas das Subseções Judiciárias, porém todo o corpo funcional da SJBA está convidado a participar também. O link já foi encaminhado por e-mail e pelo INFORME-SE. Não perca!

Na tarde de ontem, 17 de outubro, juizes, servidores, diretores de Secretaria (e seus substitutos) da Seção Judiciária da Bahia participaram presencialmente do Encontro de Ferramentas de Gestão. A atividade faz parte do Cronograma de Atividades da Correição Geral Ordinária da SJBA e aconteceu no auditório desta Seccional.

A apresentação esteve a cargo do diretor da Divisão de Informações Negociais e Estatística (Diest) do Tribunal Regional Fe-

Aniversariantes
Hoje: Daniela Barretto Santos (Feira de Santana), Fábio Alexandre Leite Borba (Paulo Afonso), Bruno Silva de Souza (Bom Jesus da Lapa). **Amanhã:** Anderson Santos da Conceição (Feira de Santana), Carmen Valéria Boulhosa Dominguez dos Santos (8ª Vara), Kátia Victor Alves (5ª Vara).
Parabéns!

A JFBA também está no Instagram.
Conheça nossa página, fique por dentro das notícias e siga-nos: @jfba.official

EXPEDIENTE: Coordenação-Geral: juiz federal Durval Carneiro Neto, diretor do Foro da Seção Judiciária da Bahia. **Redação, fotos, distribuição, revisão e impressão:** Serviço de Comunicação Social - SERCOM. **Encarregada:** Adriana Souza Daniel. **Diagramação:** Taiana Laiz Silva de Jesus. **Telefones:** (71) 3617-2616. **Endereço:** Av. Ulysses Guimarães, 2799 - CAB. CEP: 41213-000. **Site:** portal.trf1.jus.br/sjba **E-mail:** jfh@trf1.jus.br.



20/10: Dia Mundial e Nacional da Osteoporose



O Dia Mundial e Nacional da Osteoporose é lembrado, anualmente, no dia 20 de outubro. A campanha é dedicada à conscientização da prevenção, do diagnóstico e do tratamento da osteoporose. A data visa tornar a prevenção da osteoporose e das fraturas uma prioridade global de saúde, alcançando profissionais de saúde, mídia, formuladores de políticas, pacientes e o público em geral.

A osteoporose é caracterizada pela diminuição da densidade óssea e afeta, principalmente, homens acima de 70 anos e mulheres com mais de 65 anos. Os principais tipos de osteoporose são: pós-menopausa, senil (mais frequente em pessoas acima de 70 anos) e secundária, decorrente de outras doenças, como doença renal crônica, ou do uso de medicamentos, como corticoides.

Durante a campanha de conscientização da osteoporose, algumas orientações são divulgadas como: uma primeira fratura aumenta em até 5x o risco de uma nova fratura; o principal exame a ser realizado é a densitometria óssea. Caso o paciente apresente fatores de risco, o exame pode ser feito a partir dos 50 anos; coluna, antebraço e fêmur são os locais mais comuns de fratura e os fatores de risco são: menopausa, tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas, baixa ingestão de cálcio, de vitamina D e falta de exposição ao sol.

● **Algumas formas de prevenção:** aumentar a ingestão de cálcio através do consumo de leite e de seus derivados; expor-se ao sol ajuda a manter adequados os níveis de vitamina D; praticar atividades físicas regularmente fortalece os músculos e melhora o equilíbrio, evitando quedas; evitar o consumo de álcool e de fumo; evitar o consumo excessivo de sal e utilizar os medicamentos prescritos pelo médico a fim de recuperar a massa óssea perdida e diminuir o risco de fraturas. (Fonte: www.bvsmms.saude.gov.br)