

**Justiça em**

ano V - outubro 2011 - número 25



# REVISTA

publicação bimestral da Justiça Federal de Primeiro Grau em São Paulo

**EDIÇÃO ESPECIAL**

## **O Perfil dos Servidores**

**Em comemoração ao dia do servidor público,  
em 28 de outubro,  
traçamos um perfil completo  
do quadro de servidores públicos da  
Justiça Federal em São Paulo**

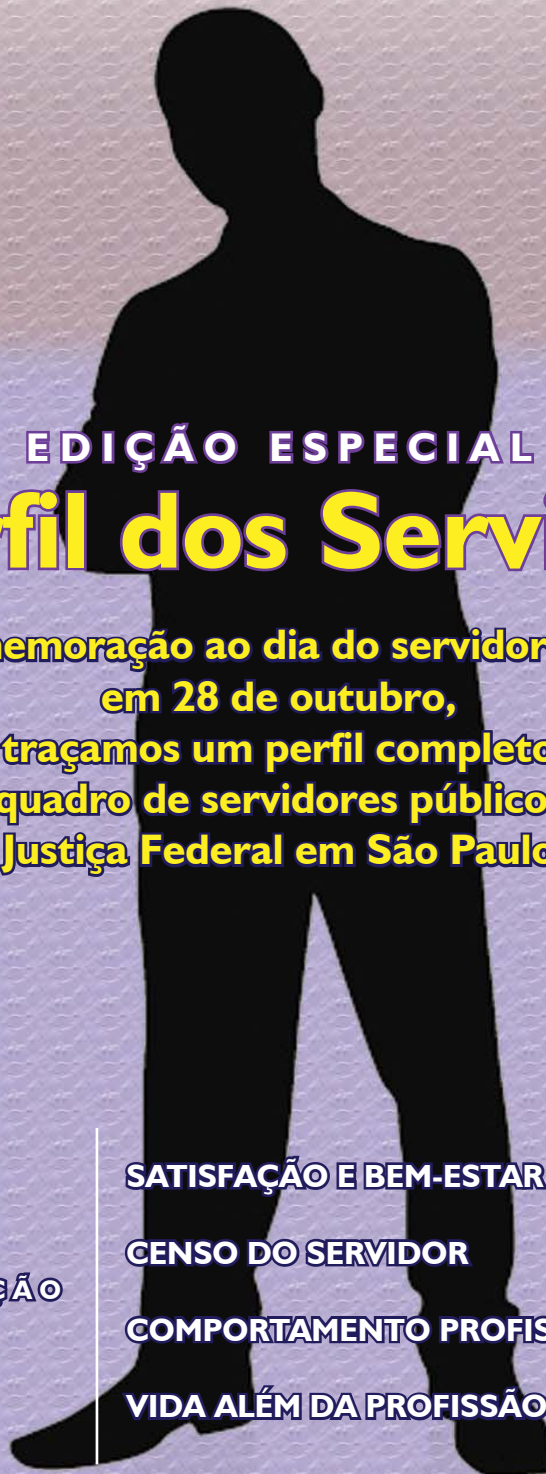
**NESTA EDIÇÃO**

**SATISFAÇÃO E BEM-ESTAR NO TRABALHO**

**CENSO DO SERVIDOR**

**COMPORTAMENTO PROFISSIONAL**

**VIDA ALÉM DA PROFISSÃO**



# Dia do Servidor Público

Nosso foco editorial está baseado em dois assuntos: Direito e Administração Pública. Porém esta é a primeira edição especial que a Justiça em Revista realiza desde de sua criação e todas as reportagens tratam de temas voltados exclusivamente ao servidor público. Não só em razão da proximidade com a data em que se comemora o seu dia (28 de outubro), mas também como forma de homenagear os homens e mulheres que dedicam seus dias para uma prestação completa de serviços.

Historicamente, a imagem do servidor público no Brasil foi se desgastando no decorrer do tempo e, após tantos anos, ainda há preconceito e falta de informação a respeito das carreiras públicas – em contradição com o enorme número de profissionais que anualmente buscam, por meio do concurso público, o ingresso nas mais diversas carreiras do Poder Judiciário, Executivo e Legislativo.

Pouco a pouco esta imagem passa a ser revista. As instituições recebem um grande apelo social diariamente em seus balcões de atendimento e esta necessidade social tende a corrigir também aqueles servidores que ainda não se deram conta do importante contexto em que estão inseridos, quando se propuseram a servir ao público e a nação.

O profissional que atua na esfera pública atual está mais próximo daquele que trabalha na iniciativa privada. E



não pode mais “parar no tempo”, pois os desafios são mutáveis e constantes. As mudanças legais, culturais e tecnológicas invadiram todas as empresas e entidades públicas. A Justiça Federal não está de fora deste novo conceito global de profissionalismo. Dos Tribunais Superiores às Primeiras Instâncias os profissionais passam por concorridos concursos e são avaliados periodicamente. Tanto as avaliações iniciais

definidas por lei, como as de acompanhamento diário, buscam não só o crescimento da produção, mas também o crescimento pessoal, de modo que estes acompanhamentos possam também ajudar a “lapidar” o profissional, dando-lhe o feedback necessário sobre sua carreira e possibilitando que o mesmo possa se adaptar e melhorar sempre.

Desde o início da minha carreira na Justiça Federal de São Paulo, pude conhecer diversos servidores públicos que demonstraram verdadeiro comprometimento com o trabalho e com a sociedade, no árduo e difícil trabalho realizado pelas varas federais. Mais recentemente ainda, como diretor do foro, pude verificar isso também na administração central, onde diversas áreas desenvolvem a prestação jurisdicional em seus bastidores: engenharia, recursos-humanos, informática, compras, financeiro, orçamento, contratos, apoio judiciário, cálculo judiciais, projetos, planejamento, comunicação, segurança, transporte, medicina e tantas outras que tomariam todo espaço deste texto se eu as detalhasse.

Dedico esta edição especial a todos os servidores que atuam no Poder Judiciário, em especial na Justiça Federal. Vocês são os pilares na sustentação do nosso Estado democrático de Direito e promovem, por meio dos seus trabalhos, nas mais diferentes áreas, a garantia de uma sociedade justa.

CARLOS ALBERTO LOVERRA  
Juiz Federal Diretor do Foro



Satisfação no trabalho .....	03
Aconteceu .....	04
Capa: Censo do Servidor .....	06
Serviços .....	08
Comportamento profissional .....	09
Vida além da profissão .....	10
Livros e Memória .....	11
Imagem da Vez .....	11

## EXPEDIENTE

Juiz Federal Diretor do Foro  
Carlos Alberto Loverra

Juizes federais vices-diretores do foro  
José Henrique Prescendo (capital)  
Roberto da Silva Oliveira (interior)

Diretor da Secretaria Administrativa  
Oscar Paulino dos Anjos

Diretor do Núcleo de Comunicação Social  
Helio C. Martins Junior

Seção de Multimídia e Audiovisual  
Gerrinson Rodrigues de Andrade (supervisor)  
Coaracy Caracas  
Elizabeth Branco Pedro  
Javã de Carvalho

Seção de Produção de Texto  
e Atendimento à Imprensa  
Ricardo Acedo Nabarro (supervisor)  
Jefferson Messias  
Fernando Coleti

Estagiários  
Cintia Ranusia  
Rafaela Rodrigues  
Bianca Mascara

Contato: imprensa-jfsp@jfsp.jus.br  
Telefones: (11) 2172-6175

Visite também a versão virtual da revista em  
<http://intranet.jfsp.jus.br/revista/index.htm>

# Satisfação e bem-estar no ambiente de trabalho

Jefferson Messias

O bem-estar profissional pode ser alcançado por meio de atitudes e práticas que contribuam para o equilíbrio social, físico e emocional de cada um, pois de uma forma ou de outra, isso afeta diretamente a vida pessoal. No ambiente de trabalho, em que passamos boa parte do tempo diário, é fundamental encontrarmos maneiras de alcançar satisfação naquilo que fazemos, bem como dar nossa contribuição aos colegas e ao grupo.

A Justiça em Revista conversou com as psicólogas(\*) do Núcleo de Acompanhamento e Desenvolvimento de Recursos Humanos (NUDE) que compartilharam algumas orientações sobre como o servidor pode encontrar motivação no trabalho e qual o papel do gestor nesse processo.

**Justiça em Revista:** Quais os principais fatores que contribuem para a satisfação pessoal no trabalho?

**NUDE:** São vários os fatores. Como exemplo podemos citar, em primeiro lugar, gostar do que se faz. Entender o significado do trabalho também é importante tanto para a satisfação pessoal como profissional. Compartilhar ideias a respeito de suas tarefas, expor opiniões de forma oportuna e encarar as adversidades do trabalho com “leveza” e “bom humor”, compreendendo que contrariedades são fatores de aprimoramento profissional. Além disso, auxiliar colegas de trabalho a superar dificuldades faz com que nos sintamos úteis, o que também resulta em satisfação pessoal.

**JR -** O que o servidor pode fazer para aumentar sua autoestima no ambiente profissional?

**NUDE:** O servidor deve capacitar-se e reciclar seus conhecimentos a fim de manter-se atualizado, fazendo com que sua autoestima não seja abalada por questões técnicas que não domine, e assim, potencialmente mais preparado, não alimente sentimentos de insegurança. Além disso, no âmbito pessoal o servidor deve buscar atividades que lhe tragam prazer, alegria e “preenchimento”, a fim de manter a vida equilibrada. (Veja a matéria da página 9)

**JR -** Como o gestor pode ajudá-lo nesse sentido?

**NUDE:** O gestor pode contribuir muito na medida em que incentiva e elogia o trabalho do servidor, e não a pessoa dele. Reconhecimento de trabalho bem feito faz bem a todos, principalmente à autoestima de cada um de nós.

**JR -** O que pode ser feito para ajudá-lo a desenvolver suas habilidades?

**NUDE:** Do ponto de vista técnico, propor e incentivar a participação em treinamentos e capacitação. Do ponto de vista pessoal, é preciso que o gestor tenha sensibilidade e o olhar direcionado para o servidor, a fim de observar



As psicólogas Cibele Martinez Quilici e Eliana Pereira Finholdt do Setor de Psicologia Organizacional

os “talentos” e o jeito de ser de cada um, propondo atividades, na medida do possível, que se encaixem em seu perfil. Exemplos: pessoas mais extrovertidas podem desenvolver atividades que digam respeito a atendimento ao público; pessoas mais introvertidas podem ter um melhor desempenho em tarefas que exijam mais concentração e atenção.

**JR -** De que forma o gestor pode contribuir para a adaptação do servidor ao local de trabalho?

**NUDE:** Recebendo-o de forma acolhedora, como se recebe alguém muito querido pela primeira vez em sua casa. O gestor pode também compartilhar com os servidores as dificuldades, facilidades e adversidades do local de trabalho e, a partir disso, os próprios servidores podem ajudar na resolução dos problemas que, afinal de contas, são comuns a todos e não exclusivamente do gestor. Essa forma de agir contribui para que as pessoas sintam-se inseridas, fazendo parte do todo.

**JR -** Quais atitudes da equipe podem contribuir para um bom ambiente no trabalho?

**NUDE:** Acolhimento, entendimento, bom humor, alegria, respeito pelas diferenças, encarar as adversidades do dia a dia com “leveza”. Lembrar-se de que o ambiente por si só não é bom nem ruim, ele é formado pelos comportamentos, emoções, atitudes de todos que o compartilham. Daí a responsabilidade de cada servidor dar o melhor de si para contribuir com o clima organizacional de sua unidade de trabalho e assim contribuir também para o aprimoramento da Justiça Federal como um todo.

(\*) Cíntia Helena Bulgarelli, Eliana Pereira Finholdt e Cibele Martinez Quilici do Setor de Psicologia Organizacional

Foto: Helio C. Martins Jr.



**1/7 – ENCONTRO EM CAMPINAS** - Nos dias 30/6 e 1/7 a cidade de Campinas/SP abrigou o “III Encontro de Diretores de Secretaria e dos Juizados Especiais Federais”, promovido pelo Núcleo de Acompanhamento e Desenvolvimento de Recursos Humanos, onde foram promovidos debates, dinâmicas para reflexão, apresentações de casos de sucesso e discussões para melhorias no trabalho da Justiça.\*



Foto: Fernando Coletti

Foto: NUAR/Taubaté



**3/7 – CORRIDA EM PINDAMONHANGABA** - Para incentivar servidores, magistrados, estagiários e terceirizados à prática de atividades esportivas, a juíza federal Carla Cristina Fonseca Jório, da 1ª Vara Federal em Taubaté/SP, e os servidores Carlos Augusto Vieira e Giovana Aparecida Lima participaram, no dia 3/7, do evento esportivo “Corrida Pinda 2011”, no município de Pindamonhangaba.



Foto: Jefferson Messias

**4/7 – COREN PARTICIPA DE CONCILIAÇÃO** - A 2ª Vara de Execuções Fiscais em São Paulo realizou a semana da conciliação com processos movidos pelo Conselho Regional de Enfermagem – COREN. As condições propostas aos profissionais da área para o pagamento de suas dívidas, bem como os benefícios de se optar pela conciliação foram decisivos para a homologação dos acordos.\*

Foto: NUAR/Araraquara



**14/7 – CONCILIAÇÃO EM ARARAQUARA** - A 1ª Vara Federal em Araraquara realizou a “5ª Semana de Conciliação”, na qual foram pautados 85 processos e homologados 47 acordos que possibilitaram a concessão imediata de benefícios previdenciários de auxílio-doença e aposentadoria por invalidez.



Foto: Helio C. Martins Jr.

**13/7 – NOVOS SERVIDORES** – Entre julho e agosto 49 novos técnicos judiciários e analistas do concurso de 2007 tomaram posse na JF/SP. As nomeações são feitas para preencherem as vagas relativas à Lei n.º 12.011/2009, que determinou a criação de 230 varas federais em todo o Brasil.

**25/7 – CAMPANHA DO AGASALHO** – Servidores da capital arrecadaram 832 peças de roupas e calçados, além de R\$ 5.373,00 para compras de cobertores, destinados a entidades beneficentes. Os números de 2011 superaram os da campanha do ano passado.



**4/8 – ENCONTRO DE CONTADORES** - Foi realizado nos dias 4 e 5/8 o “VI Encontro de Contadores da Justiça Federal em São Paulo”. O evento reuniu servidores responsáveis pelas contadorias dos fóruns e juizados especiais de São Paulo e Mato Grosso do Sul.



**14/8 – DOAÇÃO DE INSTRUMENTOS** - O Conservatório Dramático e Musical de Tatuí recebeu os instrumentos musicais doados pela Justiça Federal de São Paulo. A compra dos instrumentos foi possível graças à doação de R\$ 125.882,78, provenientes de delação premiada realizada pela 6ª Vara Federal Criminal de São Paulo em dezembro de 2010.



**26/8 – IMPRENSA E JUDICIÁRIO** – A Escola de Magistratura da 3ª Região promoveu o seminário “Poder Judiciário e Imprensa – Um diálogo aberto”, direcionado a magistrados, servidores e estagiários da Justiça Federal. Foram cinco encontros com debates sobre a relação da imprensa com os magistrados. O evento teve a coordenação do desembargador federal Fausto Martin De Sanctis.\*



**5/8 – HOMENAGEM EM SOROCABA** - O presidente do TRF3, desembargador federal Roberto Haddad, descerrou a placa de nomeação do “Fórum Desembargador Federal Fleury Antonio Pires” em Sorocaba/SP. Maria Eugênia Barth Pires, viúva do homenageado, e outros familiares compareceram à solenidade.\*



**15/8 – GESTÃO FINANCEIRA** - Entre os dias 8 e 31 de agosto foi realizado o curso de Gestão Orçamentária, Financeira e de Licitações, promovido com o objetivo de integrar as diversas áreas administrativas da Justiça Federal da capital e oferecer informações sobre os procedimentos e serviços realizados pela Subsecretaria de Licitações e Finanças.\*



**18/8 – ENCONTRO DE GESTORES** - Entre os dias 18 e 19/8 foi realizado o “II Encontro de Gestores da Administração Central da Justiça Federal em São Paulo”, dirigido a diretores que atuam na Sede Administrativa da capital.\*



\* Assista também o vídeo-reportagem no nosso podcasting no endereço:

[www.jfsp.jus.br/podcasting/](http://www.jfsp.jus.br/podcasting/)

# Censo do servidor: quem somos, quantos somos

Ricardo Acedo Nabarro

Traçar um perfil detalhado do servidor público que atua na Justiça Federal de São Paulo não é tarefa fácil, requer tempo para uma pesquisa minuciosa nos prontuários dos quase 4 mil servidores lotados na Seção Judiciária. No entanto, alguns registros disponíveis no cadastro informatizado permitem que sejam levantados dados relevantes sobre esse grupo.

Por exemplo: dos 3.905 servidores da Seção Judiciária de São Paulo (\*) há mais pessoas do sexo feminino (2.150) do que masculino (1.755); a maioria se declara com pele "branca" (3.312), possui idade entre 35 e 49 anos (2.307) e tem escolaridade com nível superior (3.199).

Outra curiosidade está relacionada à procedência dos servidores que tomam posse na Justiça Federal. Apesar de não haver dados estatísticos disponíveis no sistema, se analisarmos as últimas nomeações realizadas pela Seção Judiciária percebe-se que boa parte das pessoas que tomam posse é proveniente de outros órgãos públicos, notadamente da Justiça Estadual.

O alto nível em formação acadêmica dos servidores também se destaca como uma característica do grupo. Dos 2.232 técnicos judiciários (vale lembrar que para o cargo de técnico exige-se apenas diploma de segundo grau), 671 possuem graduação, 940 especialização (pós-graduação), 22 mestrado e 1 doutorado. Dos 1.561 analistas judiciários (o cargo exige formação acadêmica específica), 965 possuem especialização, 29 mestrado e 3 doutorado.

Além de enriquecer o trabalho, possibilita um atendimento especializado ao público nas varas e setores administrativos. "A pior coisa que pode acontecer a alguém é pensar que já sabe tudo e parar de buscar o conhecimento", diz Gisele Molinari Fessore, técnica judiciária supervisora da Seção de Treinamento e Desenvolvimento, graduada e mestre em Filosofia pela PUC/SP.

O Núcleo de Administração Funcional (NUAF) é o que mantém maior contato com os servidores, pois este relacionamento se inicia com as informações prestadas aos candidatos antes mesmo da realização do concurso público,



**Akemi Ykeda**

Data da posse: 7/8/1992  
Diretora do Núcleo de Cálculos Judiciais

Para mim, a Justiça Federal foi uma verdadeira escola, tanto na vida profissional como na vida pessoal. Desde a data da posse, há 19 anos, trabalho na Seção de Cálculos e Liquidações,

hoje Núcleo de Cálculos Judiciais. Me identifiquei demais com as atividades, porque não se trata simplesmente de fazer cálculos aritméticos. Folheamos o processo desde o seu início até o trânsito em julgado e com isso acompanhamos todos os atos processuais, a citação, contestação das partes, decisões do 1º e 2º Grau, os recursos, agravos, embargos e com isso aprendemos muito sobre o Direito processual. Por isso, dizer que o Direito não tem nada a ver com os cálculos é uma inverdade. O Direito se completa com os cálculos, tanto é que me graduei neste curso, o que veio a ajudar muito nos trabalhos aqui desenvolvidos. À Justiça Federal devo tudo ao que sou hoje, pois tanto na vida profissional como na pessoal me proporcionou um crescimento além das minhas expectativas. Assim, como forma de agradecimento, trabalho com muita dedicação, diligência e responsabilidade. Comprometo-me sempre em contribuir com o engrandecimento desta instituição, buscando soluções e melhorias principalmente na atribuição que me compete.

## Ana Paula dos Passos de Moraes

Data da posse: 19/4/1996  
Diretora do Núcleo de Apoio Regional em Araraquara

Minha mãe e minha irmã trabalham na Justiça Federal da

3ª Região (minha irmã no Administrativo Central e minha mãe no TRF). Na hora do jantar, a conversa girava sempre em torno da Justiça Federal, das leis, dos juizes e estes 'papos' me contagiavam. Meu pai (que na época não era funcionário público federal) insistia muito para eu estudar para o concurso, e foi o que fiz. Em 1994 fiz minha inscrição e após 18 meses fui chamada para trabalhar. Larguei meu emprego de professora e tomei posse na JF. Felizmente!!!! Ah!! E hoje, meu pai, meu grande incentivador, também é funcionário publico federal, só que de outro órgão, ele é auditor fiscal da Receita Federal. Hoje brincamos que somos a família dos 'federais'. Tenho muito orgulho da minha família!!!



## Eduardo Fernandes Colmenero

Data da posse: 8/6/2011  
3ª Vara em Guarulhos

Trabalhar na JF é um serviço pesado de muita responsabilidade, o ritmo é fabril. Mas é recompensador saber que podemos contribuir diretamente para a justiça acontecer. Ser servidor público é motivo de orgulho e tenho vontade de me aperfeiçoar mais na área do Direito, sabendo que sou incentivado. Só espero que até dia 28/10 (Dia do Servidor) esteja resolvida a questão do PCS (Plano de Cargos e Salários). Embora seja servidor recém ingresso sei que ficar cinco anos sem reajuste é preocupante.



como vigência do edital, previsão de novos concursos etc. “Com o seu ingresso temos contato permanente com questões pertinentes à frequência, férias, afastamentos, averbação por tempo de serviço, designação de função comissionada, remoção entre outras, até aposentadoria, momento em que nosso contato se torna esporádico, uma vez que o recadastramento dos inativos ocorre anualmente”, diz a diretora do NUAF Giselle Doria Salviani.

A partir dessa relação mantida pelo Núcleo com os servidores, Giselle percebe o quanto é difícil traçar um padrão de comportamento ou um perfil que traga exatamente as características do grupo. “As experiências trazidas abrangem o jovem que está no seu primeiro emprego, a dona de casa que precisa reforçar o orçamento doméstico, o profissional que não conseguiu recolocação no mercado de trabalho ou que não tem uma remuneração satisfatória, o servidor público municipal e estadual que procura uma nova colocação, o servidor da própria Justiça Federal que presta concurso para outros cargos em busca da sua ascensão profissional”.

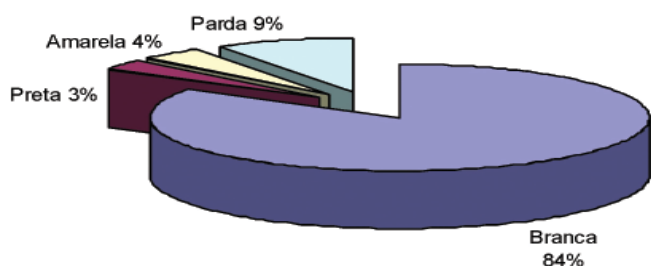
Da mesma forma as expectativas são muito distintas, podendo ser encontradas nos extremos. “Há desde o idealista que tem o objetivo de fazer uma grande

transformação cultural e eliminar alguns paradigmas e o resignado que não acredita em mudanças. Mas a grande maioria está comprometida em exercer seu trabalho da melhor forma possível, com os recursos que lhe são oferecidos e enfrentando os obstáculos que são encontrados, visto que em cada processo, seja da área judiciária ou administrativa, há um cidadão aguardando a solução de sua demanda”, afirma Giselle.

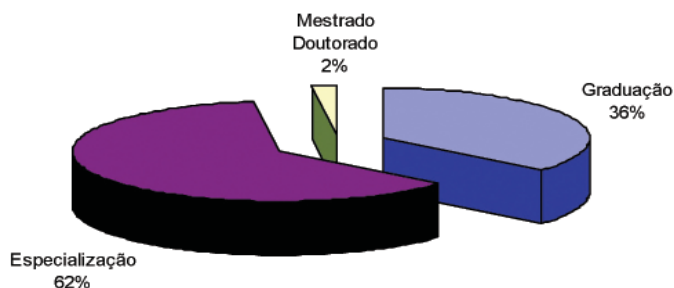
A diretora do NUAF acredita, também, que vivemos um momento de mudanças. “O servidor público está passando por um período de transição em que precisa se adaptar, de forma rápida, a uma série de fatores. Antigamente eram raras as mudanças nos processos de trabalho o que proporcionava, inclusive, a conhecida frase ‘mas sempre foi feito assim...!’. Hoje a necessidade de adequação aos novos modelos de gestão deve ocorrer com maior presteza, visto que os jurisdicionados apresentam novas demandas. Por isso a Administração Central, por meio das ações efetuadas pela Subsecretaria Judiciária e de Recursos Humanos busca oferecer recursos nas diversas áreas de gestão de pessoas”.

(\*) Dados de 17/8/2011

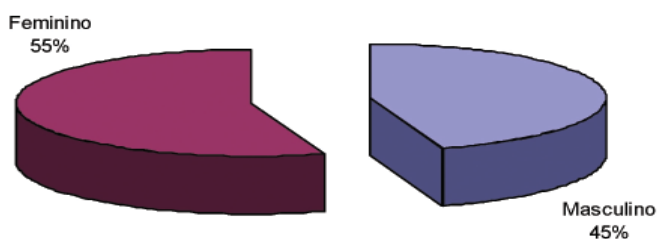
**Cor da Pele (autodeclarada)**



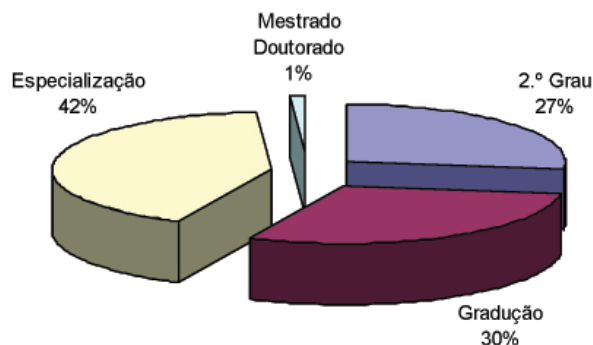
**Formação acadêmica - Analistas Judiciários**



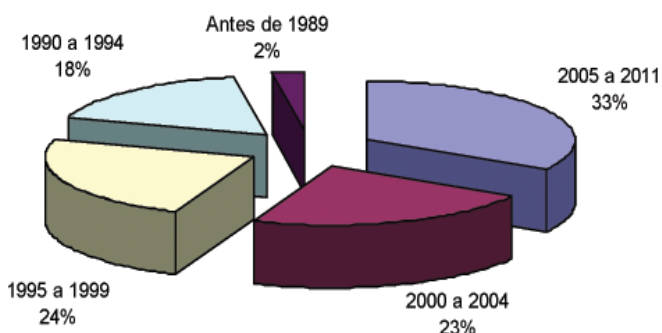
**Sexo**



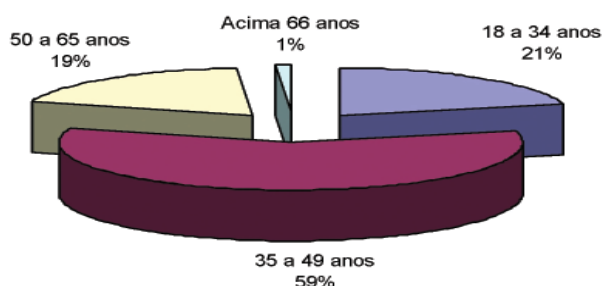
**Formação acadêmica - Técnicos Judiciários**



**Ano de lotação**



**Idade**



# Serviços facilitam a rotina dos servidores

Fernando Coleti

A Justiça Federal da 3ª região oferece a seus servidores e magistrados vários serviços que nem sempre são explorados e que podem ajudá-los, tanto no trabalho como fora dele. Vídeos, ferramentas, notícias, serviços de saúde, convênios... Trabalhar na JF pode ser muito mais agradável quando se utiliza o que está a seu dispor. A intranet é o local onde se encontra grande parte desses serviços:

O **Clipping de Notícias** é uma coletânea das principais matérias do dia publicadas pelos veículos de comunicação. Muitas vezes, o servidor, pela manhã, não tem tempo para ler o jornal ou acessar à internet, então, ao chegar no serviço, basta uma rápida olhada no clipping para saber o que está acontecendo no Brasil e no mundo.



A **Web-Rádio Em Tempo** é uma das grandes inovações da Justiça Federal de São Paulo. Há um ano no ar, além de oferecer uma programação musical de boa qualidade, ela

transmite notícias, apresenta programas de entretenimento e bate-papos com personagens da JF/SP. Para ouvi-la, basta plugar uma caixa de som ao computador, caso queira em som ambiente, ou um fone de ouvido, para escutar individualmente.

O informativo **Em Tempo** é uma publicação eletrônica semanal que noticia as realizações da Administração da JF, bem como, os eventos em toda a Seção Judiciária. Já a **Justiça em Revista**, que é veiculada bimestralmente e distribuída aos servidores da JF/SP, aborda matérias mais aprofundadas com temas de interesse.

Além das publicações escritas, o servidor pode acessar a intranet e ver os vídeos dos principais eventos organizados pela JF/SP no link **Podcast**. Lá são encontradas coberturas jornalísticas dos cursos, palestras, posses e inaugurações de fóruns em todo o estado.

Quer vender um carro, um apartamento ou um laptop? Gostaria de alugar uma casa no litoral durante a temporada? Acesse o link de serviços da intranet e clique em **Feira-Livre**. Lá você encontra uma grande variedade de ofertas, desde compra e venda de imóveis até doações de cães.

A Seção Judiciária possui quatro **bibliotecas** (duas na capital, uma em Campinas e uma em Ribeirão Preto) com um grande acervo de publicações jurídicas que são

emprestadas a servidores, magistrados e estagiários. A relação dos livros está disponível na intranet. Além dos livros de Direito, há a **Bibilazer**, serviço oferecido nas bibliotecas do Fórum Pedro Lessa e de Campinas, onde são oferecidas publicações culturais.

Por falar em cultura, a intranet disponibiliza, na página de serviços, **Dicas de Desenvolvimento Gerencial**, que são sugestões de filmes, livros e textos elaboradas pelo Núcleo de Acompanhamento e Desenvolvimento de RH.

Com o objetivo de facilitar a comunicação entre os funcionários, o **GroupWise Messenger** é um serviço de mensagem instantânea usado para troca de informações de trabalho, onde servidores de toda Seção Judiciária podem se comunicar ao vivo. É de fácil utilização e gera economia em ligações telefônicas. No link do CallCenter acesse "tutoriais" e saiba como utilizá-lo.



## PRÓ-SOCIAL

O **Pró-Social** é o setor que se preocupa com a qualidade de vida dos servidores, oferecendo grande diversidade de atividades de lazer, cultura, esporte e saúde. Possui vários profissionais e empresas credenciados e conveniados, com constante fiscalização da qualidade do atendimento prestado.

Alguns exemplos de serviços oferecidos pelo Pró-Social são as parcerias firmadas com profissionais da **área de saúde**, como psicólogos, psiquiatras e dentistas com melhores preços do mercado. Há também a seção de **convênios de descontos**, onde se encontra uma grande lista de restaurantes, hotéis, lojas, academias, entre outros estabelecimentos, em que os servidores têm bons descontos em seus produtos/serviços.

## EXTRANET

Não é apenas na intranet que tais serviços podem ser acessados. O servidor também pode acessá-los, utilizando-se do mesmo login e senha da instituição, no site [www.jfsp.jus.br](http://www.jfsp.jus.br), link extranet.

Como se vê, o cotidiano do funcionário da Justiça Federal de São Paulo pode ser muito mais proveitoso se ele conhecer e utilizar as ferramentas que estão disponíveis, seja para facilitar o trabalho, seja para lazer e entretenimento, ou simplesmente para cuidar de sua saúde.



# Respeito e consideração no comportamento profissional

Cíntia Ranússia Carvalho

Para viver em harmonia, inclusive no trabalho, já que é onde passamos a maior parte da vida, alguns fatores importantes devem ser observados. Respeito ao colega, calma para resolver conflitos, bom humor, entre outros, são itens imprescindíveis para deixar a rotina mais prazerosa.

A professora Maria Aparecida Araújo, consultora de Comportamento Profissional, trabalha há 33 anos na área de Etiqueta Empresarial e Atendimento de Excelência ao Cliente, explica que aprender a tratar as pessoas com respeito e consideração é fundamental para transformar o ambiente no trabalho mais agradável e, por consequência, aumentar a produtividade. “Isso produz incríveis resultados na satisfação de clientes externos e internos. Em suma: gentileza gera gentileza e respeito é bom e todo mundo gosta!”, diz.

Como na Justiça Federal os funcionários costumam trabalhar por longos anos, comumente até a fase da aposentadoria e por vezes em um mesmo setor, o trabalho pode se tornar cansativo. E esse tempo de convivência pode contribuir para o surgimento de problemas tanto no relacionamento com os colegas, quanto em relação à atividade exercida, fazendo com que as pessoas sintam-se insatisfeitas e desmotivadas.

Nesse caso a professora Maria aconselha, primeiramente, identificar a origem da insatisfação, antes de responsabilizar o trabalho ou outras pessoas, que podem não ser necessariamente o motivo do descontentamento. “Muitas vezes estamos insatisfeitos com alguma coisa e a causa reside dentro de nós. Pode estar relacionada com problemas pessoais, crises existenciais ou depressão. Se for este o caso, aconselhamos esta pessoa a procurar ajuda”.

Já se o motivo da insatisfação for realmente alguém ou alguma coisa relacionada ao trabalho, a melhor maneira de resolver será sempre através do diálogo com as partes envolvidas, procurando chegar a um ponto de entendimento. “Normalmente conseguimos solucionar problemas com um simples, respeitoso e amigável bate-papo com o colega, mostrando o aspecto passível de melhoria”, explica a



professora. Segundo ela, se essa primeira tentativa não produzir o resultado esperado, o líder poderá ser acionado para intervir de forma eficiente e eficaz na solução do problema.

Por isso o papel do líder é importantíssimo. É ele quem precisa intervir em situações mais difíceis e conseguir equilibrar o ambiente de trabalho, deixando-o mais harmonioso possível. Maria Aparecida esclarece que o exercício da liderança é absolutamente fundamental para a construção de um ambiente de trabalho produtivo. “Os exemplos de respeito, consideração, organização, isenção, clareza e eficiência vem de cima. O verdadeiro líder é aquele que sabe estimular o melhor de cada colaborador. Faz aflorar as qualidades e sabe

aparar as arestas dos defeitos, sem diminuir a autoestima daqueles com quem trabalha”, diz.

Além de tornar o ambiente de trabalho mais saudável essas práticas produzem reflexos ao público externo da Justiça Federal, às pessoas que buscam solucionar seus problemas através da instituição. Com uma equipe melhor, mais ágil, engajada e satisfeita com o seu trabalho, o resultado será melhor e o jurisdicionado certamente sentirá isso. Tanto no contato com o atendente, quanto na agilidade com que terá seus pleitos resolvidos.

Em uma instituição como a Justiça Federal é comum, as pessoas que são atendidas, sentirem que a solução de seus problemas estão nas mãos do atendente, o que não é verdade. Porém a professora Maria ensina que se cada colaborador atendê-las com a máxima gentileza, presteza, respeito, empatia e compaixão, certamente a eventual demora na solução do problema será melhor vivenciada. “Você não pode resolvê-lo, mas pode deixar a pessoa mais confortável para esperar que ele seja solucionado”, justifica.

Tratar o próximo com ética e respeito é essencial, especialmente quando este é o seu colega de trabalho e compartilha com você a maior parte do seu tempo. Aquele que trabalha sem prazer não usufrui a vida em sua totalidade. Como diz o ditado: “Viver esperando as férias ou os finais de semana é, com certeza, desperdiçar a vida!”.

# Há vida fora do trabalho. Mova-se!

Fernando Coleti

É comum ouvir de alguns servidores que o trabalho na Justiça Federal é extenuante e estressante. Há aqueles que chegam mais cedo e saem horas depois do expediente para não deixar o serviço acumulado. E pior, ao chegar em casa, não se “desligam da JF”. O assunto no jantar é o trabalho, mal conseguem pensar em outra coisa, chegando até a sonhar com ele. A longo prazo, a pessoa se desestimula, fica doente, refletindo até no convívio familiar.

Uma boa alternativa para se evitar isso é tendo atividades fora do trabalho que ocupem a mente e o corpo. Exercícios físicos, programas culturais e de lazer ou simplesmente fazendo aquele “happy hour” com os amigos garantem uma boa qualidade de vida para o servidor, inclusive melhorando sua produção no serviço.

Maramelia Miranda, médica do Núcleo de Saúde da Justiça Federal em São Paulo, alerta que as pessoas que “vivem para trabalhar” e não têm outras atividades sofrem do ponto de vista físico e psíquico. “Elas podem ter falta de condicionamento cardiovascular, obesidade, imobilidade e propensão a quedas. Além disso, ocorrem com mais frequência síndromes como a ansiedade generalizada e a depressão”.

A técnica judiciária da 4ª Vara Federal Criminal em São Paulo/SP, Angélica Samogin, sabe da importância de ter atividades fora do trabalho. Ela participa de um coral, se reúne semanalmente com um grupo de estudos filosóficos e faz exercícios físicos. “Tudo isso me deixa emocionalmente mais equilibrada, calma e segura. Consigo me posicionar melhor diante de todas as situações, sejam pessoais ou profissionais. Além disso, eu me sinto mais forte para lidar com as dificuldades”, ressalta Angélica.



A música é um bom meio para relaxar o corpo, ocupar a mente e esquecer dos problemas profissionais. Débora Cristina Sonzzini, diretora de secretaria da

11ª Vara Cível em São Paulo, estuda piano popular e canto no Conservatório Musical Souza Lima. Por vezes, Débora saía do expediente e, em menos de 10 minutos, já tocava seu no piano no conservatório. “Eu estava totalmente imersa nas questões do trabalho, resolvendo problemas, e, de repente, tocando piano, fazendo algo que exigia o funcionamento do lado do cérebro que estava acomodado”, conta a diretora. Débora ainda ressalta a influência que

essa atividade paralela faz no seu dia a dia. “As pessoas são melhores como funcionários, pais, maridos, amigos, não quando se dedicam a uma dessas funções, mas sim quando estão em equilíbrio”.

Tão importante quanto ter atividades paralelas à Justiça, é saber aproveitar os finais de semana e as férias. O servidor Nicholas Aref de Mello, técnico do JEF/SP, costuma viajar duas vezes ao ano, inclusive para o exterior. “Nas viagens, saio das tensões do trabalho e entro em um momento de descanso mental, de renovação interior e enriquecimento cultural.

Quando retorno, volto com mais disposição, melhorando consideravelmente o meu desempenho”, disse. Para Nicholas, é muito importante conhecer os costumes e o modo de vida de cada povo. “Quando fui a Paris, por exemplo,



percebi o respeito que eles têm com o próximo, não importando se você está num ponto de ônibus ou em um restaurante chique”, afirmou acrescentando que também gosta de sempre experimentar a culinária de cada local.

Estes e muitos outros exemplos revelam que a qualidade de vida do servidor melhora na medida que ele tem programas fora do serviço. Pode ser uma ida à academia, uma caminhada no parque, uma dança de salão, a prática de um esporte, tocar um instrumento ou simplesmente reunir-se com os amigos.

Veja alguns exemplos dos benefícios que a prática de atividade física traz, de acordo com Maramelia:

- Prevenção do surgimento de obesidade abdominal e suas consequências, como a síndrome metabólica e o aparecimento de diabetes
- Elevação do nível de quem tem a taxa reduzida de colesterol tipo HDL, que é benéfico à saúde, conhecido como colesterol “protetor”
- Diminuição da ocorrência de doenças neurológicas degenerativas, como Parkinson e Alzheimer
- Liberação de endorfina endógena, substância com ação analgésica, que reduz o limiar de dor das pessoas



### O DIREITO VIVO DAS LIMINARES

**Autor:** Eduardo José da Fonseca Costa

O juiz federal Eduardo José da Fonseca Costa (1ª Vara Federal em Corumbá/MS) faz um estudo empírico sobre os pressupostos para a concessão de liminares. Aponta o fosso que existe entre a teoria processual dominante (estática, rígida, conceitualista e simplista) e a prática do cotidiano forense (dinâmica, adaptável, tipológica e complexa).



### A ARTE DA EXCELÊNCIA

**Autor:** Emmerson Gazda

Em formato eletrônico, o juiz federal Emerson Gazda lançou a obra "A arte da excelência", com dicas sobre a vida do profissional do Direito. O material pode ser acessado em um blog homônimo dedicado ao tema (<http://www.artedaexcelencia.blogspot.com/>). Emmerson Gazda fala com a propriedade de quem já foi procurador da República e agora segue a magistratura. No blog podem ser encontrados todos os links para baixar o material, nas versões para impressão e para leitura em tela.

### ERRATA DA REVISTA 24

Na matéria da Justiça em Revista nº 24 intitulada "Ao lado do juiz, frente a frente com as partes", foram divulgadas informações trocadas sobre a lotação e depoimentos dos servidores que atuam na assistência das audiências. A lotação correta da servidora Cláudia Regina Lopo é 6ª Vara Criminal e da servidora Elizabeth Vieira de Sousa dos Santos, 4ª Vara Criminal. A citação entre aspas no último parágrafo deve ser atribuída à servidora Elizabeth e não à Cláudia. Lamentamos o erro e pedimos desculpas pelo ocorrido.

Este espaço é dedicado a opiniões, sugestões, elogios e críticas do leitor. Encaminhe o seu texto para: [imprensa-jfsp@jfsp.jus.br](mailto:imprensa-jfsp@jfsp.jus.br) ou entre em contato com o Núcleo de Comunicação Social pelo telefone: (11) 2172-6175.

### Jarbas dos Santos Nobre (1915-1989)

Nascido em 23 de novembro de 1915, em Belém (PA), deixou sua cidade natal, em 1936, para assumir o cargo de escriturário da Alfândega em Parnaíba (PI). Em 1939, foi transferido para Recife (PE), ainda como funcionário da Alfândega. Kursou, em Recife, os primeiros anos da Faculdade de Direito. Foi transferido para a cidade



Foto do site [www.tse.jus.br](http://www.tse.jus.br)

de São Paulo em 1941. Bacharelou-se em Direito pela Universidade de São Paulo em 1942. Além de sua vasta carreira pública, foi professor de Direito do Mackenzie. Em 1967, foi nomeado juiz federal substituto da Seção Judiciária do Estado de São Paulo e membro da Comissão instituída para a sua instalação, formada por outros magistrados recém nomeados, um procurador da República e um representante da Ordem dos Advogados do Brasil. Em 1971, foi eleito membro efetivo do Conselho da Justiça Federal, tendo sido também juiz no Tribunal Superior Eleitoral. Presidiu o extinto Tribunal Federal de Recursos no período de 1981 a 1983.



### IMAGEM DA VEZ

**"Vista parcial do Mar Morto em Israel - sem vida animal e rica fonte de minerais".**

Rita Aparecida Godoi de Souza  
Supervisora da Seção de Cálculos  
Cíveis/SP

Magistrados e servidores podem enviar suas fotos para publicação na Revista pelo endereço: [imprensa-jfsp@jfsp.jus.br](mailto:imprensa-jfsp@jfsp.jus.br). As imagens deverão conter ou transmitir uma história, mensagem ou uma dica de viagem, e deverão ser de autoria do remetente e possuir boa resolução e qualidade fotográfica, com uma pequena frase explicativa.



# 28 de outubro

# **DIA DO SERVIDOR PÚBLICO 2011**

**A Justiça  
somos  
todos nós**

NUCLEO DE COMUNICACAO SOCIAL



**NUDE**  
Desenvolvimento  
HUMANO

5ª CONVENÇÃO JFSP  
  
DIA DO SERVIDOR PÚBLICO