

JUDICIARIUM

Órgão de divulgação do Poder Judiciário do Estado de Sergipe - Ano XVIII - Edição 108 - Janeiro 2018

Cantata de Natal atrai centenas de pessoas ao Memorial do Judiciário

pág 18



Entrevista com
Maria da Penha

TJSE recebe Selo
Diamante do CNJ





#toDos_pOr1 TJSEguro

SEGURANÇA

Sempre

Manter a segurança da informação depende de todos que compõem o TJSE.

As SENHAS FORTES individuais garantem a integridade, autenticidade e confiabilidade dos dados nos sistemas.

Essa iniciativa integra a Política de Segurança da Informação (PSI) do TJSE.

Todos por um TJSE seguro.

SISTEMAS

abrangidos

- E-mail
- Intranet
- Internet
- SEI
- Domínio

QUEM DEVE USAR

Magistrados
Servidores
Usuários externos
(MP, SSP, Sejuc e
Cartórios
Extrajudiciais)

SEGURANÇA

- Senhas NÃO devem ter informações cadastrais pessoais;
- Senhas de sistemas sem acesso expiram em 70 dias para usuários internos e 40 dias para externos (exceto MP);
- As Senhas devem ser renovadas a cada 6 meses;
- Haverá histórico das 3 últimas senhas, que NÃO poderão ser usadas para a alteração da senha atual;
- As senhas estarão vinculadas ao IP e NÃO poderão ser utilizadas em mais de uma máquina ao mesmo tempo (exceto magistrados);
- Cadastrar email particular será obrigatório para o caso de o usuário esquecer a senha.

Receita de SENHA FORTE

Use o MÍNIMO de
7 caracteres,

incluindo:

- Maiúsculos;
- Minúsculos;
- Números;
- Caracteres especiais.

Exemplo

#toDos_pOr1

Dúvidas

atendimento@tjse.jus.br

3226-3333

Editorial

Noite Festiva

Dois mil e dezessete chegou ao fim e, no Tribunal de Justiça de Sergipe, a sensação é de dever cumprido.

Somos o único Tribunal Estadual a conquistar a categoria Diamante, no Selo concedido pelo Conselho Nacional de Justiça, a partir da análise de vários indicadores que avaliam a qualidade da prestação jurisdicional e a gestão da informação. Sem dúvida, um resultado do esforço de magistrados e servidores ao longo de vários anos.

Outra matéria que destacamos nesta edição é a entrevista com a farmacêutica Maria da Penha, que fala sobre os índices alarmantes de violência contra a mulher e o que ainda precisa acontecer para que a lei tenha maior efetividade.

A nossa capa traduz a alegria da Cantata de Natal que o Memorial do Judiciário ofereceu aos sergipanos. As mensagens de paz, amor e felicidade entoadas pelo Coral Vivace naquela noite festiva é o que também desejamos para os leitores da *Judiciarium* em 2018!

FÁBIO SOARES

Diretor de Comunicação do TJSE



04

Entrevista: Maria da Penha fala sobre os 11 anos da lei e revela que Aracaju é a terceira capital do Nordeste com maior índice de violência contra a mulher



07

Reconhecimento: Presidente do TJSE recebe Selo Diamante em Brasília

09

Precatórios: Encontro reúne gestores em Aracaju

12

Com saúde não se brinca: Servidores aprendem como melhorar a alimentação

16

Prata da casa: Escrivão aposentado conta como era a rotina em cartório de Pedrinhas

20

Viver Intensamente: Rodrigo Sprite e Brunio Pierre

REVISTA JUDICIARIUM

Órgão de divulgação do Poder Judiciário do Estado de Sergipe

Planejamento e produção

Diretoria de Comunicação do Tribunal de Justiça do Estado de Sergipe (Dircom)

Diretor de Comunicação **FÁBIO SOARES**

Chefe da Divisão de Imprensa **LUCIANO ARAUJO**

Editora **JANAINA CRUZ (DRT 857/SE)**

Reportagens **LUCIANO ARAUJO** e **LUCIANO ANDRADE**

Fotografia **BRUNO CÉSAR (DRT 1705/SE)**

Projeto gráfico e editoração eletrônica **GEYZON AMARAL**

Revisão **RONALDSON SOUSA**

Tribunal de Justiça do Estado de Sergipe

“Sair do papel é criar políticas públicas”

Em entrevista exclusiva à revista *Judiciarium*, Maria da Penha fala sobre os 11 anos da lei e revela que Aracaju é a terceira capital do Nordeste com maior índice de violência contra a mulher

Por Janaina Cruz

O dia 7 de agosto de 2006 é uma data importante para as brasileiras. Nela, entrou em vigor a Lei Federal nº 11.340, que criou mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher. Popularmente conhecida como Lei Maria da Penha, os 46 artigos nasceram da trajetória de violência sofrida pela farmacêutica bioquímica cearense Maria da Penha Maia Fernandes. Em 1983, ela ficou paraplégica após ser atingida por um tiro nas costas, enquanto dormia, disparado pelo então marido. O processo tramitou na Justiça durante longos 19 anos. Em 1998, juntamente com o Comitê Latino-americano e do Caribe para a Defesa dos Direitos da Mulher e o Centro pela Justiça e o Direito Internacional, denunciou o Brasil, por negligência nos processos de violência contra a mulher, à Comissão Interamericana de Direitos Humanos da Organização dos Estados Americanos (OEA). A luta de Maria da Penha rendeu a ela diversas homenagens, a exemplo do título de ‘Mulher de Coragem’, condecoração do governo americano. Fundadora do Instituto Maria da Penha, que tem como missão enfrentar a violência doméstica e resgatar os valores humanos na sociedade, ela fala nesta entrevista

sobre o trabalho do Instituto, o que ainda precisa ser feito para que a lei tenha maior efetividade e revela que entre as nove capitais nordestinas, Aracaju é a terceira com maior índice de violência contra a mulher.

“A Lei Maria da Penha é considerada uma das três melhores leis do mundo”

REVISTA JUDICIARIUM – O que foi mais difícil no caminho entre as primeiras situações de violência que a senhora viveu até ser promulgada a Lei Maria da Penha?

MARIA DA PENHA – Foi muito difícil superar a violência que sofri. Fui submetida a várias cirurgias, tive que me adaptar à cadeira de rodas. Ou seja, dificuldades muito grandes. Nesse espaço de tempo, quando estava recuperando minha saúde, eu me senti impotente diante do Poder Judiciário. Meu processo durou 19 anos e seis meses por conta de recursos. O primeiro julgamento aconteceu oito anos depois do fato e, apesar de ter sido condenado, ele saiu do fórum em liberdade por conta de recursos. Graças à minha luta e não desistência, conseguimos denunciar o Brasil junto à OEA e o país foi condenado interna-

cionalmente pela negligência com que tratava os casos de violência doméstica. Os agressores raramente eram punidos e isso estimulava, cada vez mais, a violência contra a mulher.

Como a senhora analisa o antes e o depois da Lei Maria da Penha?



Fotos: Instituto Maria da Penha

Depois que a lei foi promulgada, a gente vê uma grande diferença na sociedade brasileira, com mulheres e homens realmente querendo que a lei seja implementada para garantir um futuro sem violência às nossas descendentes. Mas, ao mesmo tempo que já se passaram 11 anos da criação da lei, ainda temos coisas muito elementares que não foram trabalhadas pelos gestores públicos. A lei, para funcionar, tem que sair do papel. E sair do papel é criar políticas públicas. Especialmente nos municípios pequenos, com raras exceções, onde não há interesse dos prefeitos em criar, ao menos, os Centros de Referência da Mulher, que são locais onde a mulher pode se inteirar dos seus direitos, ter acompanhamento psicológico, jurídico e social; decidindo, assim, a partir do que ela ouvir nesses locais, se quer ou não continuar no relacionamento.

A Lei Maria da Penha inspirou leis parecidas em outros países contra índices de violência contra a mulher semelhantes ao do Brasil?

A Lei Maria da Penha é considerada uma das três melhores leis do mundo. Outros países têm leis semelhantes criadas antes da nossa, mas a Maria da Penha tem servido de parâmetro para outros países. A Lei Maria da Penha está sendo estudada pela Universidade da Pensilvânia, justamente por ser uma das melhores do mundo.

Um relógio lançado pelo Instituto Maria da Penha mostrou que a cada dois segundos uma mulher é vítima de violência do

país. Por que, na sua opinião, mesmo com a lei, temos a impressão de que a violência contra a mulher no Brasil só aumenta?

À medida em que a sociedade vai tomando conhecimento da lei, muitas mulheres decidem denunciar. A mulher só denuncia quando se depara, através de uma palestra ou uma reportagem, com a possibilidade que ela tem para sair daquela situação. Esses dados são colocados em muitos trabalhos de pesquisa. O Instituto Maria da

“Temos coisas muito elementares que não foram trabalhadas pelos gestores públicos”

Penha está fazendo agora uma **Pesquisa de Condições Socioeconômicas e Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher** em todas as capitais do Nordeste e, realmente, os índices de violência são gritantes.

O que essa pesquisa revelou até agora?

A maior proporção de mulheres com incidência considerável de violência doméstica entre todas as capitais do Nordeste foi verificada em Maceió (68,89%), seguida de Recife (53,33%) e Aracaju (46,67%). Pretendemos expandir a pesquisa para o restante do país, separando por regiões. Estamos fazendo essa pesquisa em parceria com a Universidade Federal do Ceará, Banco Mundial e o Institute for Advanced Study in Toulouse, da França.



O Instituto Maria da Penha trabalha com uma arma poderosa contra a violência, que é a informação. Como é esse trabalho e que mudanças ele pode promover na vida das mulheres?

Buscamos atender uma recomendação da OEA, que pede para ser inserido no ensino fundamental, médio e universitário informações sobre a violência contra a mulher. A ideia é que esses alunos sejam sensibilizados. Quem não for sensibilizado pode acabar reproduzindo a educação que recebeu no âmbito familiar, ou seja, onde o pai batia na mãe, o avô na avó, e isso era considerado normal. Então, o Instituto desenvolve trabalhos, através de parcerias técnicas e de forma gratuita, com as universidades, formando defensores e defensoras do direito à cidadania. Ou seja, esses alunos são apresentados à cultura que deve prevalecer, que não é a cultura da violência.

Existem cinco tipos de violência contra a mulher: física, psi-

cológica, sexual, patrimonial e moral. Na sua opinião, por que não é dada muita relevância à violência psicológica e patrimonial, por exemplo?

Da violência física, aquela que deixa marcas, a mulher não tem como se esquivar. A família e os amigos veem. Mas com o trabalho que resultou na criação da lei e os tratados internacionais, foi colocado que não é apenas a violência física que a mulher deve denunciar. A mulher, geralmente, não entende que aquilo que ela está passando, o sofrimento emocional, a maneira grosseira com que o companheiro impede que ela vá trabalhar, rasga seus vestidos, seus documentos, isso tudo é violência e está esclarecido na lei. Nós mulheres temos direito de ir e vir, temos direito ao trabalho, direito ao estudo. Os homens que fazem isso causam uma violência emocional muito grande às suas companheiras. E isso é crime.

Que conselho a senhora dei-

xa para que as mulheres possam romper o ciclo da violência ainda na primeira fase, a do aumento da tensão?

Se ela não tem conhecimento de nenhuma equipe que trabalha a lei no município onde ela mora, deve ligar para o 180. Esse número da Secretaria Nacional de Políticas para as Mulheres funciona todos os dias da semana, durante 24 horas. Ela terá informações sobre onde procurar seus direitos, com os endereços mais próximos.

A Lei Maria da Penha prevê a ressocialização do agressor através de grupos terapêuticos. Isso está sendo cumprido?

Tenho conhecimento de homens que realmente se transformaram. Homens que foram vítimas da educação que receberam, a qual era normal e certo o pai bater na mãe. Eu acho que assim como as mulheres são orientadas a denunciar a violência que sofrem, os homens também necessitam ser orien-

tados a respeitar suas mulheres, desconstruindo o machismo que existe dentro dele.

O Judiciário vem realizando em todo país, desde 2015,

“Muitas mulheres ainda correm o risco de serem assassinadas por omissão do Estado.”

a Semana da Justiça pela Paz em Casa. Na sua opinião, ações como essa contribuem para a diminuição dos índices de violência contra a mulher?

A paz em casa depende do homem e da mulher. Se temos uma lei que não permite que o homem pratique violência contra a mulher, isso deve ser debatido durante essas Semanas, bem como devem ser fortalecidos os grupos de apoio aos homens.

Como a senhora se sente ao lembrar de tudo que viveu, saber que existe uma lei com seu nome e um Instituto que luta para o fim da violência contra a mulher?

Eu me sinto cada vez mais comprometida com a causa. Porque entendo que a lei, hoje, deveria estar muito mais disseminada, sobretudo, nos pequenos municípios, onde as mulheres estão desassistidas. Muitas mulheres ainda correm o risco de serem assassinadas por omissão do Estado.





TJSE é o único Tribunal Estadual a receber o Selo Diamante em 2017

Segundo o Pres. do TJSE, Des. Cezário Siqueira Neto, o foco dos projetos e das decisões administrativas é sempre o cidadão

Concedido pelo CNJ, o selo avalia critérios como gestão da informação e qualidade da prestação jurisdicional

Celeridade no julgamento dos processos, investimento em tecnologia e qualificação de magistrados e servidores. Para o Desembargador Cezário Siqueira Neto, esta fórmula propiciou ao Tribunal de Justiça de Sergipe ser o único Tribunal Estadual a receber do Conselho Nacional de Justiça (CNJ) o Selo Diamante em 2017. A premiação, um reconhecimento aos Tribunais que investem em excelência da gestão da informação e na qualidade da prestação jurisdicional, aconteceu durante o XI Encontro Nacional do Poder Judiciário, em Brasília, nos dias 20 e 21 de novembro.

“Especialmente nos últimos doze anos, temos investido muito em modernização, tecnologia, melhoria e ampliação da nossa rede de atendimento, planejamento estratégico e, principalmente, capacitação de nossos magistrados e servidores, que são nosso principal ativo. A análise do CNJ é muito técnica e baseada na verificação de desempenho mensal dos Tribunais. Vamos reinvestir a alegria gerada pela outorga do Selo Diamante em mais disposição para continuar avançando”, garantiu o presidente.

Ele destacou que o planejamento estratégico é uma importante ferramenta de auxílio

no processo gerencial para que haja resultados positivos em médio e longo prazos. “O TJSE vem aprimorando esse modelo desde 2009 e os frutos são perceptíveis. A necessidade de melhoria constante já é uma tônica na organização e o foco dos projetos e das decisões administrativas é sempre o cidadão. Tudo que fazemos tem por fim um Judiciário mais célere e efetivo”, explicou o Desembargador Cezário.

Entre os investimentos realizados ao longo dos últimos anos, que culminaram na conquista do Selo Diamante, o presidente do TJSE destacou a realização de um workshop sobre

RECONHECIMENTO

o Justiça em Números, a fim de nivelar o conhecimento e disseminar seus conceitos no âmbito do TJSE; adoção de um protocolo de repasse de problemas identificados para o Grupo Gestor das Tabelas Processuais Unificadas (GTPU); consolidação do Modelo Nacional de Interoperabilidade para integração entre sistemas do Judiciário e órgãos parceiros; e cumprimento de requisitos apresentados pelo CNJ.

Progresso

A Justiça de Sergipe vem alcançando um reconhecimento evolutivo nos últimos anos por parte do CNJ. Em 2015, ganhou o Selo Prata; em 2016, Ouro; e em 2017, o Diamante. “Isso aumenta ainda mais o nosso compromisso com desempenho à altura dos requisitos propostos. Entendemos este momento como uma consagração a todo o planejamento e estratégia trabalhados ao longo dos últimos anos, com foco em modernizar a Justiça sergipana para poder entregar serviços mais céleres, eficientes e sustentáveis. Queremos reinvestir toda essa energia positiva gerada pelo Selo Diamante em mais empenho daqui para a frente”, ressaltou o presidente do TJSE.

“Para 2018, além da implantação do modelo de Secretaria Única das Varas Cíveis de Aracaju, pretendemos implantar a centralização da impressão e envelopamento de correspondências, otimizando o serviço das secretarias judiciais, cujas equipes aumentarão em cerca de uma hora o tempo médio útil de trabalho no processo judicial, além da economia de recursos financeiros pela melhor gestão do serviço e pelo uso de



Presidentes dos Tribunais Estaduais e a Ministra Carmem Lúcia durante ENPJ

tecnologia para encurtar as distâncias da postagem. Há uma máxima em planejamento que diz ‘não se gerencia o que não se mede’. Por isso, sempre atuamos com vistas ao resultado final esperado pelo nosso usuário. Ao criar os melhores instrumentos e condições possíveis de trabalho para nosso quadro de pessoal, temos a certeza de entregar melhores resultados a cada dia”, adiantou o Desembargador Cezário.

Sobre o que já foi feito durante sua gestão, iniciada em fevereiro deste ano, o presidente do TJSE lembrou que foram revisadas atribuições da área administrativa, objetivando tornar os serviços de apoio mais céleres e descentralizados, o que resultou em maior eficiência operacional da atividade-fim. “Foram aprimorados os serviços internos de assinatura eletrônica de documentos nos processos judiciais, possibilitando inclusive, sua validação no Portal do Tribunal. Também foram aprimorados os serviços de alvará eletrônico de liberação de valores”, enumerou.

O presidente do TJSE ainda ressaltou o fato de 100% dos casos novos ingressados na Justiça

Estadual de Sergipe serem feitos através do meio eletrônico. “No geral, mais de 96% já tramitam dessa forma. Esta realidade do processamento eletrônico nos impõe a necessidade e oportunidade de sempre fazer mais com menos, potencializando ao máximo o resultado do trabalho de nossos colaboradores, em especial os da atividade-fim, juízes e servidores”, informou o Desembargador Cezário.

O Selo

O Selo Justiça em Números foi criado em 2013 e possui as categorias Diamante, Ouro, Prata e Bronze. Para a concessão do prêmio são considerados os Tribunais com nível de excelência na gestão da informação, aqueles capazes de extrair dados analíticos de todas as unidades judiciárias, em sistemas padronizados de acordo com as regras das Tabelas Processuais Unificadas instituídas, determinadas pela Resolução 46/2007 e nos padrões do Modelo Nacional de Interoperabilidade (MNI) do CNJ. No TJSE, esses dados são transmitidos mensalmente ao CNJ através da Divisão de Apoio Tecnológico da Diretoria de Planejamento e Desenvolvimento.



Gestores de precatórios de todo o país se reúnem em Aracaju

Desembargador Luís Paulo Aliende Ribeiro, do TJSP, falou sobre precatórios na Reunião dos Gestores e também no I Encontro do TJSE

TJSE também realizou encontro com representantes de municípios sergipanos e operadores do Direito

Mais de 30 magistrados de todo o país se reuniram em Aracaju, nos dias 23 e 24 de novembro, para discutir modernização das rotinas dos Departamentos de Precatórios, estruturação e especialização dos órgãos competentes, além de mecanismos para dar maior celeridade na efetivação dos pagamentos. A VIII Reunião Periódica da Câmara Nacional de Gestores de Precatórios dos Tribunais de Justiça, realizada no Hotel Real Classic, foi organizada pelo Tribunal de Justiça de Sergipe (TJSE).

“Os encontros são extremamente importantes para os

gestores de precatórios. Nesses eventos são alinhados todos os procedimentos que os Tribunais utilizam em seus Departamentos. Hoje, não existe Tribunal aplicando posicionamentos diversos, pois discutimos os assuntos e padronizamos os entendimentos. O nosso Presidente, Desembargador Cezário Siqueira Neto, sensibilizado com a gestão de precatórios, autorizou e apoiou a ideia de trazer a reunião para Sergipe”, enfatizou a Juíza gestora de Precatórios do TJSE, Maria da Conceição da Silva Santos.

O Presidente Executivo da Câmara de Gestores de Precatórios e Juiz no Maranhão, José

Nilo Ribeiro Filho, destacou que a matéria jurídica de precatórios é complexa. “Por isso, os gestores entenderam ser necessário criar esse fórum de discussões no sentido de fazer o intercâmbio de experiências, ideias e uniformizar os entendimentos, fazendo com que se concretize a prestação jurisdicional que se efetiva com o pagamento do precatório”, ressaltou o magistrado.

“Um evento assim é essencial para o bom serviço na gestão de precatórios. O CNJ, como gestor administrativo do Judiciário, faz-se presente para participar desse momento enriquecedor. Apresento aqui as últimas deci-

ENCONTRO

sões do Supremo que se referem à atualização dos cálculos dos precatórios e das condenações contra a Fazenda Pública antes de virar precatório”, disse Lizandro Garcia Gomes Filho, auxiliar da Corregedoria do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), que ministrou uma palestra sobre ‘Pagamento em precatórios: cálculos e revisões’.

Conforme a magistrada gestora dos precatórios no âmbito do TJSE, a jurisprudência sobre o assunto ainda não está consolidada e os encontros contribuem para superar algumas dificuldades. “Este é um tema que não encontramos nas prateleiras, com uma jurisprudência consolidada, temos que produzir, com base na Constituição e na legislação, o que será e como



Desembargador Luís Paulo Aliende Ribeiro, do TJSP, falou sobre precatórios na Reunião dos Gestores e também no I Encontro do TJSE

serão aplicados os entendimentos. Nesses encontros estabelecemos as rotinas de trabalhos, as diretrizes, enunciados e, assim, podemos melhor estruturar os nossos serviços”, informou a Juíza Maria da Conceição da Silva Santos.

Saiba mais

A Revista *Judiciarium* já falou sobre o pagamento de precatórios relativos ao TJSE, na edição 103, de julho de 2017.

[Clique aqui e confira!](#)



Encontro durou dois dias e reuniu cerca de 30 gestores de precatórios de vários Estados

I Encontro sobre Precatórios



Pres. do TJSE, Des. Cezário, à direita, falou sobre a importância dos Departamentos de Precatórios

O TJSE também realizou um outro evento que discutiu precatórios, no dia 22 de novembro, mas destinado a prefeitos, secretários de finanças e procuradores municipais, membros dos Tribunais, Ministério Público, Defensoria Pública, advogados e estudantes. A Juíza Gestora do Departamento de Precatórios (Deprec) do TJSE, Maria da Conceição da Silva Santos, ressaltou que o encontro teve como finalidade maior conscien-

tizar os entes devedores sobre o pagamento, a forma como deve ser feito e as consequências da inadimplência.

“Após o seminário, prefeitos e procuradores têm procurado os gestores de precatórios para a obtenção de mais informações. Avançamos sensivelmente com relação à discussão e entendimento do tema precatório. Nossa expectativa é que a partir do I Encontro sobre precatórios possamos trilhar um caminho de maior produtividade e efetividade no pagamento em Sergipe”, explicou a gestora dos precatórios do TJSE, lembrando que o Departamento está sendo modernizado para que os pagamentos sejam mais rápidos, efetivos e, assim, as partes recebam em um tempo mais curto.

O Presidente do TJSE, Desembargador Cezário Siqueira Neto, destacou o empenho do Deprec e citou que o encontro é importante porque gestores precisam ser bem instruídos quanto ao pagamento dos precatórios. “Os administradores estão passando por uma situação difícil, todos nós sabemos. Mas os gestores precisam ter em mente que a obrigação do pagamento de precatórios é tão prioritária quanto o pagamento de folhas e de fornecedores. É uma obriga-

ção importantíssima porque há entre os credores pessoas idosas, doentes e que têm uma expectativa de poder utilizar seus créditos”.

“Esse evento é especial porque discutimos junto com o Judiciário. Ouvimos sobre o que temos obrigação de pagar, mas também tivemos espaço para colocar as nossas situações e juntos procurarmos caminhos”, disse o prefeito Franklin Freire, de Amparo do São Francisco, que também elogiou a iniciativa do TJSE em realizar o encontro.



Juíza Gestora do Departamento de Precatórios do TJSE, Maria da Conceição da Silva Santos, fez um balanço do pagamento em Sergipe

Temas

O tema ‘Regime Geral e Especial e consequências do inadimplemento, sob a EC 94/2016’, foi apresentado pelo Juiz Francisco Eduardo Fontenele Batista, do Tribunal de Justiça do Estado do Ceará. Já o Desembargador Luís Paulo Aliende Ribeiro, do Tribunal de Justiça de São Paulo, falou sobre as formas de viabilizar a quitação das dívidas de acordo com a Emenda Constitucional 94/2016.

“Precatório atrasado tem que ser quitado até 2020 e a partir de então todos os entes públicos do Brasil, Estados e Municípios, devem cumprir o que está no artigo 100 da Constituição. Ou seja, os precatórios que entram em um determinado ano são pagos até o final do ano seguinte, para acabar com essa mazela que é o precatório não pago no tempo devido, fazendo com que as pessoas sofram e deixem de receber aquilo que lhes é devido”, defendeu o Desembargador do TJSP em sua palestra. ■



Público lotou auditório do TJSE no I Encontro sobre Precatórios

Como se alimentar melhor?



Projeto Vida Saudável, destinado a servidores do TJSE, trata de reeducação alimentar e manutenção da saúde

“Uma boa alimentação é aquela que descascamos mais e desembalamos menos, ou seja, consumindo alimentos frescos e naturais, que normalmente encontramos em feiras livres”. Esta é uma das dicas que a nutricionista Thayane Andrade deu a 15 servidores do Tribunal de Justiça de Sergipe (TJSE) que integraram a primeira turma do Projeto Vida Saudável, entre os meses de outubro e dezembro. O projeto visa à melhoria da qualidade de vida por meio de uma reeducação alimentar e nutricional, manutenção da saúde e redução do índice de sobrepeso e obesidade.

A nutricionista Thayane Andrade, que foi convidada para conduzir o projeto, explica que

a correria da vida moderna não deve ser empecilho para uma alimentação saudável. “As chaves principais para que isso aconteça é determinação e organização. É necessário dar prioridade à saúde e à alimentação. Assim, aprendemos a respeitar nossos instintos, nossa máquina chamada corpo. A partir disso, passamos a identificar nossas fomes físicas e emocionais, decidindo se queremos nutrir nossa máquina com bons combustíveis ou não”, exemplificou.

Uma das ideias sobre dieta a ser desmistificada é que se alimentar bem é algo caro. “Há uma falsa visão de que alimentação saudável é cara. Isso é um mito! Se pararmos um pouco para pensar, perceberemos

que gastamos muito mais comprando produtos prontos, versões congeladas, embutidas, enlatadas e até mesmo com fast food na rua, do que um carrinho cheio de frutas, legumes e hortaliças. Alimentação saudável é fácil e acessível para todos”, garantiu a nutricionista. Ou seja, a dica é trocar a seção de produtos *lights* e *diets* do supermercado pela feira livre.

A ansiedade, segundo a nutricionista, é uma grande inimiga da boa alimentação. “O nosso estado emocional interfere diretamente no nosso olhar para a alimentação. O ato de se alimentar é uma ferramenta de autoconhecimento. Devemos perceber quando a fome é física ou emocional. Podemos fa-

zer isso com perguntas como ‘o que estou passando que me faz ter compulsão por determinado alimento ou sabor?’, ‘o que estou querendo suprir com o consumo excessivo da comida?’. Através desse olhar interno é que conseguimos minimizar, aos poucos, os efeitos da ansiedade”, orientou Thayane.

Além disso, práticas terapêuticas e atividades físicas que trabalhem o mental, como a yoga, por exemplo, são muito importantes, conforme a nutricionista, para o processo de reeducação alimentar. Outro passo importante é planejar o tempo da alimentação, dando a ela o devido espaço. “O planejamento é uma das chaves principais para um resultado positivo. Com isso, você passa a respeitar o seu próprio ser”, explicou a nutricionista.



A nutricionista Thayane Andrade foi convidada para o Projeto Vida Saudável

Mas, se bater aquela vontade de comer um docinho depois do

almoço? Para Thayane, algumas perguntas devem ser feitas antes de ceder à tentação: essa vontade é emocional? consigo superá-la? “É necessário ter persistência e foco. Uma sugestão é ingerir um mix de frutas desidratadas e oleaginosas, como uva passa e castanha-do-pará. Aos poucos, o paladar vai se adaptando, aliado a essas percepções internas. A fome emocional vai perdendo força”, disse a nutricionista.

Projeto

O Projeto Vida Saudável é coordenado pela assistente social Edivaní Panta, com apoio do Diretor do Centro Médico do TJSE, Osvaldo Barreto de Ávila; o projeto integra o macrodesafio estratégico do TJSE de Melhoria da Gestão de Pessoas e também compõe a programação alusiva ao Mês do Servidor, foi idealizado pelo Chefe da Divisão de Planos e Programas da Diretoria de Planejamento e Desenvolvimento, Thyago Avelino.

A assistente social Edivaní Panta contou que a procura pelo projeto surpreendeu. “Fizemos a divulgação pelo Portal do Ser-



vidor e e-mails funcionais. Inicialmente, foram inscritos 15 servidores, mas outros 14 ficaram no cadastro reserva para o segundo grupo, que pretendemos iniciar no primeiro semestre de 2018”, informou Edivaní, que no primeiro dia do projeto ministrou uma palestra sobre resiliência e como ela pode contribuir para um novo estilo de vida.

Para a técnica judiciária Bruna Carvalho, o projeto é uma oportunidade para melhorar os cuidados com a saúde. “Sou diabética e hipertensa, ou seja, tenho que emagrecer. Acho que o projeto será muito proveitoso para mim”, previu. O também técnico judiciário Ledilson dos Santos disse que “luta contra a balança” há algum tempo e vai aproveitar o projeto para tirar algumas dúvidas. “São tantas informações sobre alimentos que a gente acaba ficando sem saber o que é saudável”, comentou.

Dez dicas para uma boa alimentação



1. Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação;
2. Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias;
3. Limitar o consumo de alimentos processados;
4. Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados;
5. Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia;
6. Fazer compras em locais que ofertem variedades de alimentos in natura ou minimamente processados;
7. Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias;
8. Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece;
9. Dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora;
10. Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais.



RECEITA



Para quem não faz parte do Projeto Vida Saudável, mas pretende se alimentar melhor, a nutricionista Thayane Andrade indicou uma receita de bolo fit de banana com canela.

Ingredientes

- 2 bananas maduras;
- 1 xícara (chá) de farelo de aveia/farinha de amêndoas/farinha de arroz integral;
- 1 ovo;
- 1 colher (sobremesa) de fermento químico;
- 1 colher (chá) de canela em pó;
- uva passa, castanha de caju, amendoim, gotas de chocolate a gosto (opcional).

Modo de preparo: Amasse as bananas e, em seguida, adicione o ovo inteiro. Continue amassando e mexendo até ficar uma mistura homogênea. Acrescente a canela, o farelo de aveia, os itens opcionais e, por último, o fermento em pó. Disponha a massa em forminhas de silicone individuais ou na forma que você tiver disponível. Coloque no forno pré-aquecido a 180°C, após 15 minutos abra o forno e veja a textura do bolo. Espete com um palito, se ele sair limpo, já está pronto. Caso você não tenha a forma de silicone, unte a forma a ser utilizada com óleo e farelo de aveia (ou a farinha que estiver utilizando). O tempo de cozimento depende do tamanho da forma e potência do forno. Sempre ficar de olho, mas não abrir antes desse tempo. Você também pode acrescentar outros componentes à massa, como essência de baunilha, cacau em pó, sementes e outras frutas desidratadas. Use a imaginação e inove!

Bom apetite!



“Feliz de quem trabalha por amor, como eu trabalhei”

Hermógenes Alves de Andrade fala sobre sua trajetória no cartório de Pedrinhas



Sabem aquela música de Flávio José... “A casa que vovô morou, o meu pai herdou e passou pra mim...”. Então, ela lembra muito a história do escrivão aposentado Hermógenes Alves de Andrade. A equipe da Revista Judiciarium o encontrou na casa onde ele nasceu e também trabalhou. “Esta casa foi uma das primeiras de Pedrinhas e foi onde eu nasci. O cartório funcionou aqui durante muitos anos. Hoje é meu irmão quem mora”, contou o aposentado.

Ele começou a trabalhar no Cartório do Registro Civil de Pedrinhas em 1968. “Passado um ano, meu irmão, que estava no 1º Ofício, desistiu e eu assumi os dois cartórios, do 1º e 2º Ofícios. Eu era do registro civil, não fazia a parte de tabelionato, mas quando ele saiu, eu passei a fazer os dois”, contou o aposentado, lembrando que, naquela época, havia somente cerca de 100 processos em andamento.

“Meu primeiro juiz foi Rinaldo Costa e Silva, muito educado. Ele dava muita oportunidade, não atacava a escrivania, dizia ‘vai dar certo’. José Artêmio Barreto foi outro educadíssimo. Nós tínhamos o seguinte costume, eu dizia, doutor, aquele processo recebeu uma cruz. Ou seja, eu queria dizer que estava morto, finalizado. Ele perguntava, ‘meu escrivão, quantos processos morreram esse mês?’. Era uma alegria encerrar um processo. Teve um tempo aqui e só havia 30 processos em andamento”.

Muito organizado, Hermógenes revelou que nunca teve



medo de passar por correições. “Eu sempre tive capricho com o cartório. Trabalhava o dia todo e, à noite, podia fazer as correições. Sempre trabalhei por amor. Quando diziam que ia ter correição, eu sentia que meus colegas de cartório não gostavam da notícia. Eu ficava era rindo, porque já estava preparado. Para ter um cartório organizado é preciso saber administrar e cumprir as formalidades da lei, procurando fazer sempre o certo. Levei meu trabalho assim por mais de 40 anos”, ressaltou o aposentado.

“Trabalhar no Tribunal foi muito importante pra mim. Continuo dizendo, feliz de quem trabalha por amor, como eu trabalhei. Que sirva de exemplo para quem está na ativa”, aconselhou. Mas só tinha uma coisa no trabalho que ele não gostava muito. “Doutor José Artêmio me chamava de catilógrafo porque eu catava as letras na máqui-

na de escrever. Eu não gostava muito dela, mas mesmo assim usava. Minha sorte foi Deus sempre colocar no meu trabalho pessoas ótimas, bem desenvolvidas”.

Mesmo após a aposentadoria, ele conta que não perdeu o hábito de acordar cedo. “Fiquei no costume do horário. Logo nos primeiros dias, dez para às oito eu chegava na porta do cartório. Levanto às três, três e meia. Às vezes, pego a moto e fico rodando. Quando está chovendo tomo um banho de chuva. E depois vou tomar café e administrar as propriedades rurais que tenho. Gosto também de bater um balaio com alguns amigos escolhidos. Quando estou em casa ouço músicas boas, como as de Sivuca, Dominginhos, Marinês, Luiz Gonzaga”, conta o aposentado, que tem mais de 1.500 discos de vinil, fora os CDs, para passar bem o tempo.

Memorial do Judiciário realiza Cantata de Natal

Festa reuniu no Centro de Aracaju centenas de pessoas

“Então bom Natal e um ano novo também, que seja feliz quem souber o que é o bem”. Os versos tão conhecidos da tradicional canção e que expressam bem os festejos de final de ano não poderiam ficar de fora

da Cantata de Natal do Tribunal de Justiça de Sergipe, realizada pelo Memorial do Judiciário no dia 18 de dezembro. O evento reuniu mais de 400 pessoas, que foram ao prédio histórico localizado no Centro de Aracaju conferir a apresentação dos

40 membros do Grupo Vocal Vivace, do Coral Emurb e dos solistas Zéq’Oliver, Dione-te Iara e Dian Lucas, regidos pelo maestro Antônio Sérgio Chagas. Confira como foi a noite a partir de algumas fotos e depoimentos:



“Que todos nós possamos levar para o ano de 2018 esses sentimentos que hoje vivenciamos, de confraternização, desejos e planos de nos tornarmos seres melhores. Nós do Poder Judiciário recebemos os senhores com muita honra essa noite, nesse evento feito de coração”.

Desembargador Cezário Siqueira Neto, Presidente do TJSE.



“Vi na televisão a notícia sobre o evento e pensei logo, tenho que ir. Gosto muito do Natal, especialmente quando tem coral porque já cantei, há muito tempo, em coral. Queria estar em uma daquelas janelas”.

Rosineide Alves, que foi ao Memorial com a filha Carolina e o esposo Givaldo Santos



“Natal é uma festa que traz paz, amor e esperança”.

Jumar Santos Souza



"O Natal é a melhor época do ano, minha festa preferida. Gostei muito, de tudo".

Ana Júlia Correia, de 6 anos, que curtiu a festa com a mãe, Juliana Correia (à esquerda)



"O Natal representa um momento de comunhão, de renovação da fé, celebração e foi exatamente isso que aconteceu. Eu percebi que, no mínimo, a gente levou muita alegria para o coração das pessoas".

Juliana Barretto, Diretora do Memorial do Judiciário



que me emociona muito. Taram aqui falaram de

, servidora do TJSE



"Podemos transmitir, principalmente no período de Natal, uma mensagem de amor, paz, harmonia, de um mundo melhor e mais humano. É sempre motivante compartilhar isso com a população e com as pessoas que a gente ama através da música".

Antônio Sérgio Chagas, maestro



"Achei uma iniciativa maravilhosa para valorizar o Natal, que está se acabando entre muitas famílias. Valorizou também esse prédio histórico. Juntando o Natal, a arquitetura, a apresentação e a energia do público o resultado não poderia ser melhor. Postei no meu Instagram esse momento para ficar guardado".

Jurandir Cruz, arquiteto



Rodrigo Sprite

Quando o improviso muda uma vida

O servidor Rodrigo Cardoso Teixeira Chaves, lotado na Cen-

tral de Mandados da Grande Aracaju, como Executor de Mandados desde 2008, faz sucesso como DJ fora do TJSE, um improviso que se tornou mais uma atividade profissional na vida dele.



sões. “Com a virtualização dos processos e em consequência do portal do Oficial de Justiça, agora posso imprimir os mandados e certificá-los onde eu estiver a qualquer momento, seja em dias úteis ou domingos e feriados”, explicou.

Ter as duas profissões é motivo de realização na vida do servidor que também atua na área gastronômica em sociedade num restaurante da zona sul da cidade, onde toca sempre de quinta a sábado. Como benefícios, ele declara que além de diversão, relaxa e estende laços de amizades, além da possibilidade de mixar, dan-

do particularidade a uma música existente e até criar uma nova com a devida produção, o que ele chama de remixar.

Com este universo musical em crescimento no Estado, ele acrescenta que já teve oportunidades de passar seus conhecimentos para outras pessoas e já se apresentou em Estados como Minas Gerais, São Paulo e até exterior como Estados Unidos (San Diego – Califórnia) e Ibiza. Para o futuro, ele pretende dar uma atmosfera diferenciada no seu empreendimento e prosseguir cumprindo suas atividades aqui no TJSE.

Tudo começou em 2005, quando Rodrigo Sprite, como é conhecido no mundo dos DJ's, precisou substituir um deles no restaurante que possuía na época, durante um Réveillon. Depois disso, fez um curso rápido e acabou se apaixonando pela nova atividade.

O que no início era só uma brincadeira, hoje se transformou em profissão e mudou a vida do oficial de Justiça que sempre gostou de música e informática. Agora ele administra as duas profis-

Bruno Pierre

Paixão por viajar move a vida de servidor

Difícil encontrar alguém que não goste de viajar, mas adotar o lifestyle de viajante, ainda é para poucos como Brunio Pierre de Almeida Pio, lotado na Diretoria de Gestão de Pessoas do TJSE. Para ele, viajar é algo que o move e desperta sentimentos únicos, além de agregar aprendizado e uma vivência cultural muito grande.

Sua trajetória teve início em 1997, por Estados brasileiros como Bahia, Alagoas entre outros e em 2005, fez sua primeira viagem internacional para a Argentina. Desde então nunca mais parou.

“Sempre fui inquieto para poder conhecer lugares diferentes, quando criança, tornei-me escoteiro já com o intuito de acampar, o que foi incentivado por meus pais, pois contribuiu para conhecer muitos municípios do Estado. História e Matemática foram as disciplinas que mais me instigavam. No caso de História, sempre imaginava como estariam os locais nos dias atuais. No Brasil, Minas, Bahia e Pernambuco foram os Estados que mais queria conhecer por conta de fatos históricos. O passo seguinte foi conhecer outros países”, disse ele.

Brunio é adepto a um planejamento prévio na hora de viajar. Das suas andanças, ele aprendeu o quanto é penoso não dominar o inglês e não



estudar palavras básicas da língua local aliado a um breve conhecimento sobre cada ponto a ser explorado. Como não se restringe a locais turísticos, ele consegue vivenciar um pouco dos costumes de cada destino. Constata que onde vive está a anos-luz de um local civilizado e declara que mesmo assim, o Brasil é um ótimo lugar para se viver.

Até o momento, Brunio já passou por 12 Estados do Brasil, 10 países e mais de 25 cidades. A cultura e costumes destes locais são os seus principais atrativos, mas sente enorme

prazer em experimentar pratos típicos por onde passa, citando Portugal e Itália como países imbatíveis para ele em termos de gastronomia.

A Indonésia já faz parte dos planos deste viajante, mas antes pretende conhecer mais a Itália, fortalecendo assim sua certeza da brevidade da vida, a importância de ser destemido e ter prioridades.

**Conte para a
Justiça de
Sergipe**

**É bom
ouvir
você!**

**QUEIXAS, DENÚNCIAS,
SUGESTÕES OU ELOGIOS**

Disque 159
www.tjse.jus.br/ouvidoria



OUVIDORIA-GERAL
DO PODER JUDICIÁRIO DE SERGIPE