

## Escala 6x1: votação agora é no Senado

**Inimigos dos trabalhadores continuam tentando impedir o fim dessa escala desumana**

Depois de aprovada pela Câmara dos Deputados, a Proposta de Emenda Constitucional (PEC) que acaba com a famigerada Escala 6x1 seguiu para o Senado. E na chamada “Câmara Alta”, os inimigos da classe trabalhadora também investem pesado para impedir que se coloque um fim a esta escala de trabalho desumana.

Além de acabar com a escala 6x1, a PEC aprovada pela Câmara dos Deputados no dia 27 de maio também reduz a jornada de trabalho de 44 para 40 horas semanais. Esta medida representa um avanço histórico para a classe trabalhadora e coloca o Brasil mais próximo de uma das principais reivindicações do movimento sindical nas últimas décadas.

E aqui é importante esclarecer que a redução da jornada semanal de trabalho é uma luta que não nasceu ontem. Mentir e não ficar nem vermelho os inimigos dos trabalhadores que classificam de eleitoreira esta proposta.

A Central Única dos Trabalhadores (CUT), maior e mais importante central sindical do país, fundada em 28 de agosto de 1983, já nasceu com esta bandeira de luta entre os seus princípios. Os nossos passos em defesa da redução da jornada semanal de trabalho vêm de muito longe.

A tramitação desta PEC no Congresso Nacional deve servir de aprendizado. Todas as dificuldades que estamos enfrentando é porque parcela significativa dos deputados e senadores não tem compromissos com os trabalhadores. A maioria são empresários e, portanto, com interesses bem definidos.

Mas, neste ano temos uma excelente oportunidade para mudar este quadro. Em outubro, vamos às urnas em eleições gerais. Será o momento ideal para colocar um fim neste congresso inimigo do povo. Vamos mandar para casa os parlamentares que votam contra nós.

### Segunda parcela da PLR no setor Óptico

Venceu no dia 5 de junho o prazo para as empresas do setor Óptico efetuarem o pagamento da segunda parcela da Participação nos Lucros e Resultados (PLR), com exceção da Luxottica (Campinas e Sumaré), que possuem programas próprios de participação (PPR).

Vale lembrar que os valores a serem pagos variam de empresa para empresa. Isso acontece porque, em razão da intransigência do sindicato patronal, já há três anos estamos sem uma convenção coletiva de trabalho no setor. E para garantir os direitos dos trabalhadores como, por exemplo, o pagamento a PLR, a direção do Sindividro precisou negociar acordos coletivos por empresa.

Portanto, os trabalhadores e trabalhadoras das empresas do setor devem ficar de olhos bem abertos nos holerites. E caso não tenham recebido a segunda parcela da PLR, procurem imediatamente o Sindividro.



**FIQUE SÓCIO DO SEU SINDICATO.  
VIRA E MEXE VOCÊ PRECISA DELE!**

# Trabalho em feriados garante pagamento de hora extra com 100% de acréscimo

Os feriados sempre são motivos de dúvidas; principalmente os chamados feriados municipais. E os patrões se valem deste ambiente confuso para fugir da obrigação de pagar horas extras com acréscimo de 100% quando exigem o trabalho nos feriados.

A base sindical do Sindividro abrange diferentes cidades da

Região Metropolitana de Campinas (RMC). E é muito comum termos feriado em uma cidade e em outra ser um dia normal.

O exemplo mais recente foi 19 de maio, feriado em Hortolândia, mas, dia normal em Campinas e nas outras cidades da região, que estão na base do Sindividro.

E o que acontece quando uma empresa tem unidades em duas cidades diferentes? No dia 12 de agosto, uma quarta-feira, Dia do Evangélico, será feriado em Campinas. Com isso, a unidade da Vidraçaria Freitas aqui estará fechada, em contrapartida, será um dia normal de trabalho na unidade de Hortolândia.

## O que o sintoma do adiamento tenta comunicar?

Por Fernando Toledo

Quantas vezes deixamos para amanhã aquilo que sabemos que precisa ser feito hoje? A resposta mais comum costuma ser: “falta de disciplina” ou “preguiça”. Entretanto, do ponto de vista psicológico, a procrastinação é um fenômeno muito mais complexo e pode representar uma importante mensagem sobre nosso estado emocional.

A palavra procrastinação vem do latim procrastinare, que significa adiar para o dia seguinte. Porém, quando o adiamento se torna frequente e passa a prejudicar o trabalho, os estudos, os relacionamentos ou a qualidade de vida, é importante olhar para além do comportamento e compreender o que ele está tentando comunicar.

Na prática clínica, observamos que muitas pessoas procrastinam não porque não desejam realizar uma tarefa, mas porque aquela atividade desperta emoções difíceis de enfrentar. Medo de errar, ansiedade, insegurança, perfeccionismo excessivo e receio de críticas são alguns dos fatores mais comuns.

O trabalhador que adia um relatório pode não estar evitando o trabalho em si, mas a angústia de não corresponder

às expectativas. O estudante que deixa os estudos para a última hora pode estar lidando com o medo do fracasso. Em ambos os casos, o adiamento funciona como uma tentativa temporária de aliviar o desconforto emocional.

A psicanálise também contribui para essa compreensão ao sugerir que determinados comportamentos podem funcionar como sintomas. O sintoma não surge por acaso; ele expressa algo que não está sendo dito diretamente.

Nesse sentido, a procrastinação pode ser entendida como uma forma indireta de comunicação do sofrimento psíquico.

Vivemos ainda em uma sociedade marcada pela produtividade constante. Somos incentivados a produzir mais, fazer mais e render mais. Quando não conseguimos acompanhar esse ritmo, surgem sentimentos de culpa e inadequação. Paradoxalmente, quanto maior a cobrança interna, maior pode ser a tendência ao adiamento.

Isso não significa que toda procrastinação seja sinal de transtorno psicológico. Todos nós adiamos tarefas em algum momento. A preocupação surge quando esse padrão se torna persistente, causando sofrimento,

prejuízos profissionais ou impactos significativos na vida pessoal.

Diante disso, uma pergunta importante pode substituir a autocrítica: “O que estou sentindo diante desta tarefa?” Muitas vezes, compreender a emoção envolvida é mais eficaz do que simplesmente tentar aumentar a força de vontade.

Estratégias como dividir tarefas em etapas menores, estabelecer metas realistas, organizar prioridades e buscar apoio profissional quando necessário podem ajudar significativamente. Contudo, o primeiro passo continua sendo a escuta de si mesmo.

A procrastinação nem sempre é um problema de gestão do tempo. Em muitos casos, é uma questão relacionada à gestão das emoções. Quando aprendemos a ouvir o que o adiamento está tentando comunicar, abrimos espaço para mudanças mais profundas e duradouras.

### REFLEXÃO

Antes de se acusar de preguiça ou falta de compromisso, experimente perguntar: “O que existe por trás deste adiamento?” A resposta pode revelar muito mais sobre você do que a tarefa.

