

Bom dia Contrasp



Edição 1134 - Sexta - feira, 24 de janeiro de 2025

JANEIRO BRANCO: UMA REFLEXÃO SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS TRABALHADORES DA SEGURANÇA PRIVADA



A Confederação Nacional dos Trabalhadores em Segurança Privada (CONTRASP) aproveita o mês de janeiro para reforçar a importância da saúde mental entre os profissionais que atuam no segmento da segurança privada. Inspirada pela campanha Janeiro Branco, que visa promover a conscientização sobre a saúde emocional, convidamos nossos trabalhadores a refletirem sobre suas próprias condições psicológicas e adotarem medidas para cuidar de si mesmos.

Os trabalhadores da segurança privada exercem uma atividade essencial para a sociedade, garantindo a proteção de pessoas, patrimônios e organizações. No entanto, essa é também uma profissão de alto risco e que frequentemente demanda tomada de decisões sob pressão.

A exposição constante a situações de estresse e perigo pode impactar diretamente a saúde mental desses profissionais, tornando essencial que eles estejam atentos aos sinais de desgaste emocional.

Por isso, a CONTRASP reforça que buscar ajuda profissional não é um sinal de fraqueza, mas um ato de coragem e responsabilidade consigo mesmo e com aqueles que dependem do seu trabalho. Psicólogos, psiquiatras e outros especialistas estão capacitados para oferecer suporte e orientar no desenvolvimento de estratégias para lidar com

os desafios do dia a dia.

A campanha Janeiro Branco nos lembra que todos temos o direito e o dever de cuidar da nossa saúde mental. Assim como nos preocupamos com a saúde física, é fundamental darmos atenção à nossa mente. Praticar atividades físicas, cultivar momentos de lazer, fortalecer laços afetivos e buscar espaços para expressar sentimentos e emoções são medidas que podem fazer toda a diferença no bem-estar geral.

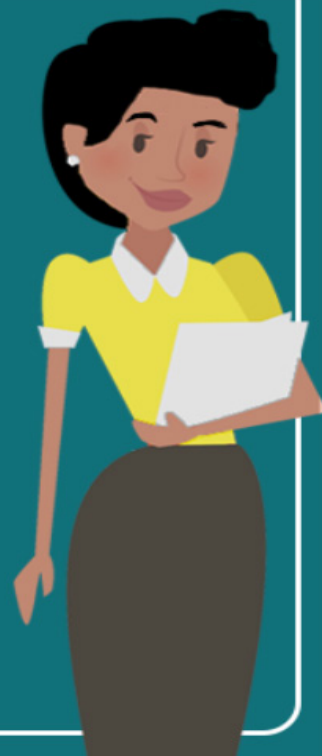
A CONTRASP se coloca à disposição de todos os trabalhadores da segurança privada para apoiar iniciativas que promovam a saúde mental. Juntos, podemos construir uma categoria mais forte, resiliente e preparada para enfrentar os desafios do cotidiano.

Cuidar da saúde mental é cuidar de você e do seu futuro. Janeiro Branco: por uma vida com mais equilíbrio e harmonia.

Fonte: Contrasp

7 direitos trabalhistas que você precisa conhecer

1. O intervalo para alimentação é obrigatório;
2. Só é possível fazer duas horas extras por dia;
3. O intervalo entre uma jornada e outra precisa ser de, no mínimo, 11 horas;
4. Abandono de emprego gera demissão por justa causa, desde que o funcionário seja previamente comunicado;
5. O empregador tem 48 horas para assinar a carteira de trabalho a partir da admissão;
6. Quem pede demissão não tem direito ao seguro-desemprego;
7. Empregada gestante possui estabilidade desde o momento da concepção até cinco meses após o parto, inclusive se engravidar durante o aviso prévio.



SenadoFederal



Presidente: Edilson Silva Pereira
Secretária de Imprensa e Comunicação: Dayane da Penha Oliveira
Produção, Diagramação e Arte: Amauri Azevedo



SCRN 712/713 BLOCO H ENTRADA 42 LOJA 41 ED SANTO ANTONIO
ASA NORTE, BRASÍLIA, DF, CEP: 70760-680



(61) 35320448 / 35320414



<https://www.facebook.com/contrasp>



https://www.instagram.com/contrasp_seg/



<https://contrasp.org.br/>