

Encontre o equilíbrio da vida social com saúde financeira

Já teve a situação de ficar em casa após vários convites dos amigos para aquele bar novo de drinks que está em alta na cidade? Ou aquela volta para casa amargurada pós-balada, por ter comprometido o mercado da semana?

Situações como essas acabam abalando emocionalmente as pessoas e, por vezes, as afasta do convívio social, ou as coloca em uma situação mais delicada financeiramente, com os juros comendo seus salários, mais que os amigos no rodízio japonês.

Vamos falar então sobre possibilidades que podem gerar um equilíbrio entre esses dois lados em cinco dicas:

1- Aproveitem os diversos “app” que ajudam os restaurantes e bares a se promoverem; Como por exemplo: Grubster; ChefsClub, Restorando, PrimeiraMesa etc. Aquele desconto na hora de pedir a “maldita” (a conta) dará um grande alívio;

2- Não gosta de tomar decisões? Tente mudar isso! No grupo do WhatsApp onde a turma está discutindo para onde ir, tente participar e ficar à frente (sem exagerar, claro). Falando de um modo delicado, outros também podem se identificar com a preferência por opções mais “em conta”;



Foto: Photo by Kelsey Chance on Unsplash

Encontre o equilíbrio da saúde financeira e o convívio social

3- Priorize! Em nenhum orçamento do mundo cabem todos os desejos, mesmo os maiores. Portanto, se você é daqueles que vivem ansiosos para sentar à mesa outra atividade para beber e comer até desabotoar o botão da calça, talvez tenha que aliviar em alguma outra atividade menos importante para ti (dar banho no cão em casa pode ser divertido nessa troca, por exemplo);

4- Mi casa, su casa! Convide ou se convide para a casa dos amigos e eles que a mão na massa. Fazer esses tipos de encontros pode se tornar uma experiência

interessante, barata e mais íntima. Porque não encarnar a “Palmirinha” (senhorinha cozinheira de programa da TV), recebendo os amigos em que cada um traz uma parte do jantar;

5- A última de hoje e acredito que a mais importante: fale de modo aberto e natural sobre a necessidade de não exagerar nos gastos, mas ainda assim ter a felicidade de vê-los. Afinal, não tem como eles ajudarem finalmente algo que não sabem. Assim todas as dicas anteriores serão menos desgastantes e terão as contribuições de todos, ou quase todos.

Dia do Trabalho no Brasil é marcado por protestos e comemorações

As primeiras normas trabalhistas surgiram no País a partir de 1890, em 1891, foi oficializado o Decreto nº 1.313, que regulamentou o trabalho dos menores de 12 a 18 anos. Em 1912, durante o 4º Congresso Operário Brasileiro, foi fundada a Confederação Brasileira do Trabalho (CBT), que tinha o objetivo de reunir as reivindicações operárias. Em 1917, aconteceu a Greve Geral, movimento trabalhista que parou a indústria e o comércio. Em 1924, o dia 1º de maio foi decretado feriado nacional pelo presidente Artur Bernardes.

Após a Revolução de 30, a política trabalhista brasileira

se fortaleceu, e então presidente Getúlio Vargas criou o Ministério do Trabalho, Indústria e Comércio e a Constituição de 1934 foi a primeira a tratar de Direito do Trabalho no Brasil.

O documento foi o primeiro a estabelecer a liberdade sindical, o salário mínimo, a jornada de oito horas, o repouso semanal, as férias anuais remuneradas, a proteção do trabalho feminino e infantil e a isonomia salarial.

A Justiça do Trabalho também apareceu pela primeira vez na Constituição de 1934, foi mantida na Carta de 1937, mas só foi instalada de fato em 1941. A necessidade de reunir as normas

trabalhistas em um único código abriu espaço para Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), criada em 1943.

Antes da Era Vargas, o 1º de maio era considerado um dia de protestos operários, marcado por greves e manifestações. O governo da época passou a escolher a data para anunciar benefícios aos trabalhadores, transformando-a em “Dia do Trabalhador”. Já que no restante do mundo era conhecido como o Dia Internacional do Trabalho, e desta forma, o dia não mais era caracterizado apenas por protestos, e sim comemorado com desfiles e festas populares, como é até hoje.

Você sabia...

... que o Dia Internacional do Trabalho foi criado a partir de um acontecimento dramático, em 1886, na cidade de Chicago, nos Estados Unidos? Na época, a expansão capitalista dava origem a novas relações de mercado, mas após cem anos do início da Revolução Industrial, o proletariado ainda não havia conquistado o reconhecimento de seus direitos. As condições de trabalho eram muito difíceis, com salários baixíssimos, jornada de 13 horas diárias, falta de segurança, exploração e escassez de oportunidades.

O processo de conquista de melhorias foi lento e muito ariscado, mas a classe trabalhadora norte-americana conseguiu se unir, pressionando pela discussão de suas reivindicações. Muitos atos públicos e greves foram realizados. Porém tais atos eram violentamente reprimidos.

Diante deste conturbado cenário histórico, em 1º de maio de 1886, 30 mil pessoas deixaram seus postos de trabalho nas fábricas e se concentraram na

Haymarket Square, importante ponto de Chicago, para reivindicar a concessão de jornada de 8 horas diárias. Naquele dia, outras manifestações, como passeatas, piquetes e discursos foram realizadas em toda a cidade, mas a repressão foi dura.

A polícia chegou atirando, provocando um grande tumulto, durante o confronto a explosão de uma bomba matou quatro manifestantes e três policiais, além de deixar inúmeros feridos. Oito líderes do movimento foram presos, sete condenados à morte e um à prisão perpétua.

“Se também é necessário subir ao cadafalso pelos direitos dos trabalhadores, pela causa da liberdade e para melhorar a sorte dos oprimidos, aqui estou”, disse Albert Parsons, tipógrafo, de 39 anos, que participava da manifestação. O operário se apresentou voluntariamente à polícia. Ele foi preso e condenado à morte.

Três anos mais tarde, em 1889, durante o Congresso

Socialista, realizado em Paris, foi definida uma homenagem às vítimas de Chicago. A partir de então, por tudo o que esse dia significou na luta dos trabalhadores pelos seus direitos, servindo de exemplo para o mundo, ficou instituída a comemoração do Dia Internacional do trabalho em 1º de maio.

No Brasil, a primeira tentativa de comemoração do Dia do Trabalho aconteceu em 1894. Em abril, socialista e anarquista, na maioria italianos e espanhóis, se reuniram para discutir como seria a comemoração do dia 1º de maio. No entanto, o cônsul italiano foi informado deste encontro e, temendo algum tipo de rebelião por parte de manifestantes políticos de esquerda, avisou a polícia.

Somente em 1902 as lideranças trabalhistas conseguiram marcar a primeira vez, uma comemoração em praça pública. Ainda assim, enfrentando resistência, já que a cavalaria estava nas ruas exercendo pressão.

Biblioteca de São Paulo recebe Claudio Willer neste sábado

A Biblioteca de São Paulo (BSP) têm os próximos dias com programação intensa, e no embo que a obra de Monteiro Lobato entra em domínio público, Claudio Willer é presença confirmada no programa Segundas Intenções, marcado para 27 de abril, das 11 às 13 horas. com bate-papo, mediado pelo jornalista Manuel da Costa Pinto, e para participar não é necessário fazer inscrição. Willer é ensaísta, crítico e tradutor, além de poeta, graduado em Psicologia e em Ciências Sociais e Políticas. O convidado tem, entre suas obras, “Poemas para ler em voz alta” e “Estranhas experiências”. Importante ressaltar que a BSP estará aberta no feriado de 1º de maio, confirmando a programação para os próximos dias:

Biblioteca de São Paulo

27 de abril (sábado)

10 às 11h - Compartilhando Saberes: Yoga - Em ambiente acolhedor e inspirador você poderá desfrutar desta prática milenar, que promove o bem-estar e melhorias na qualidade de vida. Com Amanda Velloso. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada;

11 às 11h45 - Lê no Ninho - Programa permanente. Atividade de estímulo e iniciação à leitura para crianças entre 6 meses e 4 anos, realizada com livros lúdicos, tablet, contação de histórias e músicas. Pais e responsáveis podem, ao fim, levar emprestado os kits utilizados, com dois livrinhos e um fantoche, e reproduzir a experiência em casa. Com equipe BSP. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada;

11 às 13h - Jogos para Todos! - Programa permanente. Oficina de Xadrez: Os participantes aprendem as regras, os movimentos das peças e algumas táticas do Xadrez, além de disputar partidas. Pessoas com deficiência visual dispõem de tabuleiros adaptados. Com a FOX (Formação e Orientação de Xadrez). Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada.

11 às 13h - Segundas Intenções - Programas permanentes. Bate-papo com o poeta Claudio Willer. Mediação: Manuel da Costa Pinto. Não é necessário fazer inscrição. Declaração de atividades complementares para estudantes universitários;

16h - Hora do Conto - Programa permanente. O Campo dos Gigantes, de Rosane Pamplona. Com o grupo Histórias em Movimento. Não é necessário fazer inscrição.

28 de abril (domingo)

11h30 às 16h - Domingo no Parque - Programa permanente;

11h30 às 12h15 - Sessões do programa Lê no Ninho, com equipe BSP;

12h15 às 16h - Espaço de leitura para toda a família com sessões de contação de histórias com a Cia. Duo Encantado. Local: Parque da Juventude. Em caso de chuva, a atividade será realizada dentro da Biblioteca; 14h30 às 16h30 - Sarau na BSP

- Programa permanente. Literatura, Canto e Poesia. Com o Grupo de Poetas Cantores e Declamadores Indpendentes de São Paulo. Coordenação: Terezinha Rocha. Não é necessário fazer inscrição;

16h - Hora do Conto - Programa permanente. A Lagarta Comilona, de Eric Carle. Com Marina Bastos. Não é necessário fazer inscrição.

30 de abril (terça-feira)

15 às 16h - Jogos Sensoriais - Programa permanente. Diversificada experiência lúdica que estimula as habilidades sensoriais e a memória, com jogos e brincadeiras para pessoas com e sem deficiência. A partir de 11 anos. Com equipe BSP. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada.

1º de maio (quarta-feira)

16h - Hora do Conto - Programa permanente. A Lenda do Milho, da tradição do povo Tabajara. Com Auritha Tabajara. Não é necessário fazer inscrição;

milinar, que promove o bem-estar e melhorias na qualidade de vida. Com Amanda Velloso. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada;

11h às 11h45 - Lê no Ninho - Programa permanente. Atividade de estímulo e iniciação à leitura para crianças entre 6 meses e 4 anos, realizada com livros lúdicos, tablet, contação de histórias e músicas. Pais e responsáveis podem, ao fim, levar emprestado os kits utilizados, com dois livrinhos e um fantoche, e reproduzir a experiência em casa. Com equipe BSP. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada;

11 às 13h - Jogos para Todos! - Programa permanente. Oficina de Xadrez: Os participantes aprendem as regras, os movimentos das peças e algumas táticas do Xadrez, além de disputar partidas. Pessoas com deficiência visual dispõem de tabuleiros adaptados. Com a FOX (Formação e Orientação de Xadrez). Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada;



Foto: Rodolfo Geiser

Claudio Willer na BSP

2 de maio (quinta-feira)

12h30 às 13h30 - Luau BSP - Programa permanente. O programa apresenta aos jovens temas relacionados à Música, Literatura e Poesia e oferece espaço para apresentações artísticas. A partir de 13 anos. Com equipe BSP;

15 às 16h - Pintando o 7 - Programa permanente. Caricaturas de escritores da Literatura Brasileira para colorir. Com equipe BSP. A partir de 6 anos. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada.

15h - Hora do Conto - Programa permanente. Precisa-se de funcionário qualificado, de Cris Miguel e Sergio Serrano. Com equipe BSP. Não é necessário fazer inscrição;

3 de maio (sexta-feira)

16h30 às 17h - Leitura ao Pé do Ouveiro - Programa permanente. Capitães da areia, de Jorge Amado. Com equipe BSP.

4 de maio (sábado)

10 às 11h - Compartilhando Saberes: Yoga - Em ambiente acolhedor e inspirador você poderá desfrutar desta prática

16h - Hora do Conto - Programa permanente. O Lobinho Bom, de Nadia Shireen. Com a Trupe Pitirilo. Não é necessário fazer inscrição.

5 de maio (domingo)

11h30 às 12h15 - Lê no Ninho - Programa permanente. Atividade de estímulo e iniciação à leitura para crianças entre 6 meses e 4 anos, realizada com livros lúdicos, tablet, contação de histórias e músicas. Pais e responsáveis podem, ao fim, levar emprestado os kits utilizados, com dois livrinhos e um fantoche, e reproduzir a experiência em casa. Com equipe BSP. Vagas limitadas, preenchidas por ordem de chegada;

16h - Hora do Conto - Programa permanente. O Mistério das Ilhas Pachacamac, conto popular peruano. Com Os Tapetes Contadores de Histórias. Não é necessário fazer inscrição.

A Biblioteca de São Paulo está localizada no Parque da Juventude Dom Paulo Evaristo Arns - Avenida Cruzeiro do Sul, 2.630, Santana, São Paulo (SP) (ao lado da Estação Carandiru do Metrô). Para mais informações Ligue: (11) 2089-0800 ou acesse: <https://bsp.org.br/>

Coluna de Meditação*

Espiritualidade

Só Deus pode fazer
O Milagre da Fé
Obstáculos remover,
Só Deus é quem É

Graças vos dou Infinito
Por tudo quanto vivi,
Obrigada por Aprender
Com tudo quanto vi

A Visão não é só material
Ela tem Espiritualidade,
No fundo Espiritual
O Caminho da Verdade

Querubins e Serafins,
A Escolta está aí
Entre Cravos e Jasmims,
No Campo do Bem-te-vi

A Natureza desponta,
Trazendo Alegrias Mil
Nessa Terra de Grandeza,
Cujos nomes são Brasil

A Mala que sempre chegou
Trouxe a herança,
Ancestrais, aqui ficou
O veio da Esperança

Meditando em silêncio,
fazendo sua Oração, buscando
forças para começar sua
função.

Para transcender a treva:
Deus é Luz infalível que ilumina os passos do homem
nos momentos em que ele passa
pelos trechos da estrada da vida.
Se você está prostrado pela tristeza,
enxugue o pranto, levante os olhos,
e veja a Luz de Deus! Se você se perdeu na treva,
levante os olhos e veja a Luz de Deus!
Você encontrará infalivelmente
consolo, alegria, o caminho certo e a coragem para prosseguir.

Deus não está num lugar
longínquo, e sim bem perto:
dentro de você.

Para transcender a treva,
mentalize o seguinte:

Sou filho de Deus
A Luz de Deus está dentro de mim e me orienta
A Luz de Deus é a Luz da sabedoria
E onde a Luz da sabedoria incide
Jamais pode permanecer em treva
Agradeça a orientação da Sabedoria de Deus

Abrir a porta do coração a Jesus é tarefa essencial dos que desejam receber a claridade sublime da Fé.

IRMÁ LÚCIA

Casa de David AJUDE A CASA DOANDO:

· Sabonete · Shampoos · Condicionadores · Esponjas de Banho
· Barbeador descartável · Fraldas geriátricas e outros itens de higiene básica.

ENTREGUE SUAS DOAÇÕES, DURANTE O HORÁRIO COMERCIAL, NO SETOR DO DOAÇÃO.

Casa de David - Sede Rod. Fernão Dias, KM 82 - São Paulo/SP	Casa de David - Unid. Atibaia Estr. Mun. Juca Sanches, 1000 - Boa Vista (próx. à FAAT)
---	--

Informações: www.casadedavid.net.br

AVISOS RELIGIOSOS

AGRADECIMENTO
Agradeço ao Senhor Jesus Cristo por graça alcançada. **D.M.**

AGRADECIMENTO
Agradeço ao Senhor Jesus Cristo por graça alcançada. **J.S.R.**

ORAÇÃO PARA GANHAR DINHEIRO
Em nome da água que tudo permeia, da terra que tudo forma, do ar que tudo clareia, do fogo que transforma, que eu alcanço sem demora o que mais desejo agora... Sei que vou ganhar muito mais, muito dinheiro, que nem eu mesmo saberei contar. Amém. Publique imediatamente, que sua graça será alcançada. **D.M.**

PRECE PODEROSA PARA PROSPERIDADE
Ó Criador do Mundo tudo que diseste peças e receberás embora estejas nas alturas em Vossa Divina Glória inclinaí seus ouvidos à essa humilde criatura para satisfazer-lhe o desejo. Ouve minha prece Ó Pai amado e fazei que por Vossa Vontade eu obtenha a graça que tanto almejo. (Pedido). Deus supre agora todas as minhas necessidades. Segundo suas riquezas e em glória serei sempre grato p/ suas riquezas sempre ativas presentes imutáveis e abundantes em minha vida. Que isso seja feito pelo poder em nome do Vosso Filho Jesus. Citaí essa prece p/ manhã 7 vezes junto com Salmo 23 e Pai-Nosso. **D.R.M.**

PARA NÃO TER ANGÚSTIA E NEM FICAR SEM DINHEIRO
Meu Glorioso Sto Onofre, que pela Divina Providência fostes vos santificado e hoje estais junto de Deus. Assim como pedistes três graças a Jesus Cristo, eu vos peço quatro graças, Glorioso Sto Onofre. Assim como Cristo vos atendeu, atendei-me nas graças que vos quero pedir (fazer os pedidos). Vos que fostes o pai dos solteiros, sede meu pai. Vos que fostes o pai dos casados, sede meu pai. Meu Glorioso Sto Onofre, pelas chagas de Cristo, pelas sete dores da Mãe Santíssima, pela Santa Cruz, eu vos peço: atende-me nas graças que acabo de pedir, para ter o coração em paz e os bens terrenos de que necessito. Amém, Jesus. Pedir quatro graças relacionadas com dinheiro. Rezar durante 13 dias, (durante os dias utilizar a mesma vela deixando queimar no último dia) depois mandar publicar. **D.M.**