

CORREIOS HOMENAGEIA AGU EM PREMIAÇÃO

Os Correios, por meio da Diretoria Regional dos Correios em Brasília, promoveu a Premiação dos Empregados Nota 10 e dos Destaques do ano de 2012.

Os Correios, por meio da Diretoria Regional dos Correios em Brasília, promoveu a Premiação dos Empregados Nota 10 e dos Destaques do ano.

Na edição referente a 2012, que aconteceu dia 07 de junho, a Advocacia-Geral da União foi homenageada com troféu na Categoria Especial pelo apoio ao Projeto Papai Noel dos Correios.



ASCOM/AGU



ASCOM/AGU

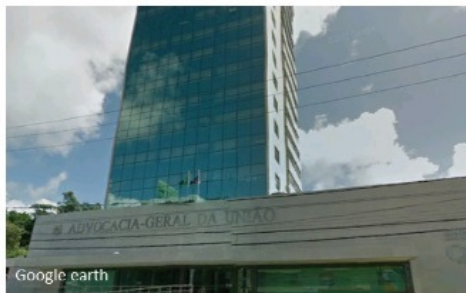
IV SEMINÁRIO REGIONAL DA ADVOCACIA PÚBLICA

Foi realizado nos dias 5 a 7 de junho, em Recife/PE, o IV Seminário Regional da Advocacia-Pública. Na ocasião, foram discutidos diversos assuntos referentes a atuação das unidades da Advocacia-Geral da União.

No primeiro dia do encontro, a SAD/PE aproveitou o momento para reunir os Coordenadores Administrativos da 5ª região a fim de alinhar e divulgar procedimentos de rotina inerentes às atividades desempenhadas.

No dia seguinte ocorreu a abertura oficial do evento seguida das apresentações dos seguintes temas: "Fiscalização do cumprimento das obrigações trabalhistas nos contratos firmados pelo Banco Central do Brasil", "Projeto Sapiens: Inteligência Artificial e apoio à produção de Conteúdo Jurídico das Procuradorias", "O Projeto de Novo Código de Processo Civil e seus impactos sobre a Advocacia Pública", "Edital Eficiente: mudança de cultura organizacional, inovação e eficiência em procedimentos licitatórios", "Advocacia Pública e combate à corrupção: Instrumentos, Inovação, Efetividade" e "Ações Inovadoras na AGU: Dificuldade e Possibilidades na Área Administrativa". Pela tarde, a CJU-PE, PBCB, PRF 5ª Região, PRFN-5ª Região, PRU-5ª Região e SAD-PE/AGU realizaram oficinas individualizadas que abordaram temas específicos de suas respectivas unidades.

No último dia, houve apresentações do GEPAC, SGCT, Escola da AGU, Ouvidoria, SGA e DGE.



Google earth



Google earth

MISSÃO: "Prover recursos humanos, logísticos, orçamentários e financeiros de forma acessível, tempestiva e com qualidade para que a AGU cumpra sua missão institucional."

Acontece na SGA



Os membros e servidores que não apresentaram à unidade de pessoal da AGU a autorização de acesso das suas Declarações de Ajuste Anual do Imposto de Renda e respectivas retificações apresentadas a Receita Federal, deverão apresentar o formulário em papel, da Declaração de Bens e Rendidas, reproduzido a partir do modelo que constitui o anexo I da Instrução Normativa TCU nº 67, de 6 de julho de 2011.

Aqueles que já apresentaram a autorização de acesso acima mencionada, não necessitam encaminhar outras declarações.

Para verificar a regularidade de sua situação acesse “consulta situação de IR” no **Portal Gestão de Pessoas**.

Mais informações podem ser obtidas pelo e-mail cogep: cogep.cadastro@agu.gov.br, ou por telefone: (61) 2026-7188.

Aniversariantes da semana:

Argemiro Pracedino Gonçalves SAD/DF 17/6

Eduardo Pio da Silva SAD/DF 16/6

Elaine Cristina Barreto GAB/DF 17/6

Francisca Queiroz de Oliveira SAD/SP 21/6

Juarez Gervásio Cardoso CGDI/DF 19/6

Maria de Fátima Almeida SAD/PE 16/6

Regina Célia Fonseca SAD/RJ 17/6

“Rir não é uma forma de desprezar a vida mas, sim, de homenageá-la.”
(autor desconhecido)

Maneiras de controlar a ansiedade

A ansiedade rouba nossa paz, prejudica relacionamentos e leva embora a saúde. Veja como viver livre dela!

- 1) Organize-se. Faça uma agenda semanal de tarefas, anotando o tempo necessário para cumprir cada item, e deixe tempo para imprevistos, o que impede que a rotina se embole demais;
- 2) Não encare o tempo no trânsito como desperdício. Aproveite para refletir;
- 3) Marque um almoço com amigos. Pessoas solitárias são mais propensas à hipertensão do que aquelas que convivem com gente querida;
- 4) Faça uma coisa por vez e foque no que está fazendo hoje sem se preocupar com o amanhã. Você só tem dois braços e um cérebro;
- 5) Relaxe a musculatura. Quando estamos tensos, contraimos tudo e depois ficamos com dores pelo corpo. Solte em especial a musculatura dos ombros e do pescoço com movimentos giratórios bem lentos. Além de relaxar, faça meia hora de atividade física três vezes por semana. Essa quantidade de exercício físico aumenta a oxigenação no cérebro e protege o sistema nervoso. Que tal começar hoje?
- 6) Sorria mais. Esse hábito reduz o estresse e a ansiedade, e contagia quem convive com você;
- 7) Tenha interesse só seus e se cuide. A insegurança com a aparência é uma das principais fontes de ansiedade nos relacionamentos;
- 8) Não desconte na comida. Ansiosos, comemos mais e sem necessidade! Está insatisfeito(a)? Resolva o problema em vez de buscar alívio na comida;
- 9) Mas tudo bem contar com a ajuda de alguns alimentos que reduzem a ansiedade, como lentilha, arroz integral, sementes de girassol, abacate, banana e vegetais escuros. Leite, queijo, carnes, ovos e alimentos ricos em fibras, como frutas e grãos integrais e, adivinha! O chocolate, favorecem a serotonina, o hormônio do bem-estar. Invista!



Fonte: Abril

EXPEDIENTE:

Edição e Diagramação:
CGDO/DF

Revisão:
CGDO/DF

Arte diagramação:
CGDO/DF

Contato:
sga.cgdo@agu.gov.br