

Selo Unidade Parceira do PES



A Coordenação de Orçamento e Finanças da Diretoria de Planejamento, Orçamento e Finanças recebeu o Selo Unidade Parceira do PES pela implantação do Projeto 5S, com destaque para o compartilhamento de materiais de consumo, com a respectiva devolução ao Almojarifado daqueles que não estavam sendo utilizados.

Essa iniciativa desperta nos participantes sensibilidade quanto ao ganho de espaço no ambientes de trabalho, organização, limpeza, padronização, disciplina e racionalização de gastos.

Se a sua Unidade também adotou uma prática que estimula o consumo racional de recursos e bens públicos encaminhe relato, com as devidas comprovações, para o e-mail: sga.cgdo@agu.gov.br.

Certificado Digital

A SGA está concluindo um termo aditivo no atual contrato com os Correios para a emissão dos Certificados Digitais.

A emissão dos Certificados Digitais junto aos Correios ocorrerá de forma similar ao que já ocorria com a CAIXA, ou seja:

Preenchimento de um formulário em um sítio eletrônico a partir do próprio equipamento do usuário;

Entrega da documentação em uma agência dos Correios;

Validação da documentação;

Solicitação do token para o e-mail sga.certificado@agu.gov.br;

Emissão do Certificado Digital (gravação no token) a partir do próprio equipamento do usuário.

Esperamos que até a próxima semana já seja possível solicitar a emissão dos Certificados Digitais através deste novo contrato.

Assim que o termo aditivo esteja assinado a SGA disponibilizará o manual com o procedimento completo para a emissão do Certificado Digital junto aos Correios na sua página na Internet e Intranet.



Não Alimente as Fofocas

Não coloque pilha nas fofocas, fique longe delas, não se envolva e não se identifique com elas.

Não crie fofocas. A grande maioria das fofocas tem a ver com coisas erradas que outras pessoas fizeram, ou algo de errado que aconteceu com outras pessoas. Não alimente o seu espírito com a desgraça alheia.

O que eu ganho com isso?

Disseminando as fofocas estamos nos alimentando do nosso próprio veneno.

Não busque as fofocas. Não ligue para pessoas que usualmente te passam fofocas. Mantenha distância. São pessoas negativas e infelizes.

Ao ficar sabendo de alguma fofoca, se coloque no lugar da pessoa – se compadeça e deseje que o mal cesse.

Uma sensação de desconforto em passar adiante vai tomar conta de você. Além disso, você vai se dar conta de que isso não te diz respeito. Faça o inverso – busque as boas notícias.

Rubens Sakay - projetosejafeliz.com



Sobre o Óleo de cozinha usado:

Cada litro de óleo de fritura residencial despejado no esgoto contamina o equivalente a 1 milhão de litros de água, o suficiente para uma pessoa usar durante 14 anos.

Por isso é importante que você não o despeje incorretamente.

Armazene provisoriamente em recipiente pet o óleo de cozinha usado em sua residência e descarte-o na bomba de óleo disponibilizada nos ecopontos.

Guia de Boas Práticas para o Servidor - IBGE

Qual Melhor Horário do Dia para Comer Doces?

Pouca gente sabe, no entanto, existem horários específicos do dia que podem amenizar os danos causados pelo açúcar em nosso organismo.

Um momento indicado é logo após uma refeição completa como por exemplo o almoço. A presença de fibras, proteínas e gorduras da refeição faz com que o açúcar do doce ingerido não seja absorvido tão rapidamente, impedindo que ocorra um pico de glicose e insulina, processos prejudiciais ao organismo.

Outra vantagem de comer um doce após uma refeição é que estamos de estômago cheio, então a tendência é comer uma quantidade menor.

Outro momento indicado é logo após a atividade física, quando o corpo está precisando repor a energia gasta. É o momento em que o estoque de glicogênio muscular está reduzido, otimizando a recuperação muscular.



bt.com.br

AGU
ADVOCACIA-GERAL DA UNIÃO

Fale com a SGA:
sga.cgdo@agu.gov.br