



GRUPO PERMANENTE DE TRABALHO DE ENFRENTAMENTO ÀS VIOLÊNCIAS NO TRABALHO E ADOECIMENTO MENTAL (GT- ENFRENTAMENTO)

Boletim Informativo

O que você verá nesta edição

Junho é um mês marcado por cores, tradições e celebrações. No nosso país, as festas juninas ganham destaque, reunindo famílias e comunidades em momentos de confraternização. Nesta edição, reunimos temas que nos convidam à reflexão, ao diálogo e ao fortalecimento das relações humanas e de nossas lutas. Abordamos a Comunicação Não Violenta como um caminho para construir ambientes mais respeitosos e colaborativos. Destacamos também o Mês do Orgulho LGBTQIAP+, reafirmando a importância da diversidade, do respeito e da defesa dos direitos de todas as pessoas, incluindo as minorias.

Por último, não menos importante, trazemos o relato de um servidor aposentado, cuja trajetória nos lembra do valor da participação coletiva e da luta por conquistas que beneficiam nossa categoria.

Esperamos que esta leitura desperte reflexões, promova o diálogo e fortaleça nosso compromisso com uma comunidade cada vez mais inclusiva, solidária e democrática.



- **Comunicação Não Violenta: As palavras também adoecem (pág. 02);**
- **Mês do Orgulho: Luta Coletiva (pág. 03);**
- **Depoimento do servidor Francisco, aposentado da UFV (pág. 04);**
- **Notícias do mês (pág. 06)**

Boa leitura!



COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA: AS PALAVRAS TAMBÉM ADOECEM

Por Aline Cristina Coutinho

Nem toda violência deixa marcas visíveis. Algumas chegam em forma de ironia, silêncio, humilhação pública, cobrança desmedida ou desprezo. Não deixam hematomas, mas permanecem na memória e, muitas vezes, transformam o trabalho — espaço que deveria promover realização — em um ambiente de medo e sofrimento.

Marshall Rosenberg, criador da Comunicação Não Violenta (CNV), ensinou que a forma como falamos e ouvimos pode fortalecer relações ou destruir a dignidade de quem está ao nosso lado. Em ambientes de trabalho, palavras usadas para controlar, intimidar ou desqualificar costumam ser justificadas como "rigor", "cobrança por resultados" ou "perfil de liderança". Na prática, podem representar violência psicológica e abrir caminho para o assédio moral.

A comunicação violenta raramente aparece em um único episódio. Ela se instala no cotidiano: interrompe vozes, ridiculariza ideias, expõe erros, invalida sentimentos e faz do medo uma ferramenta de gestão. Quando isso se torna rotina, o impacto ultrapassa o desempenho profissional. Atinge a autoestima, rompe vínculos, favorece o isolamento e contribui para o crescimento de quadros de ansiedade, depressão, síndrome de burnout e outros adoecimentos relacionados ao trabalho.

A Comunicação Não Violenta propõe outro caminho. Não significa evitar conflitos, mas enfrentá-los com respeito, escuta genuína, empatia e responsabilidade. É reconhecer que toda pessoa merece ser tratada com dignidade, independentemente da posição

que ocupa na estrutura organizacional.

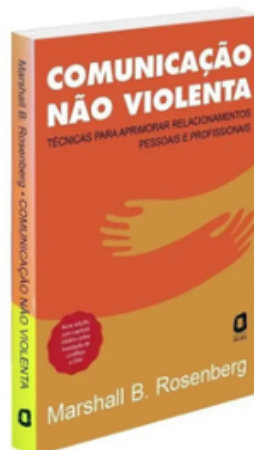
Discutir comunicação não violenta é discutir saúde mental, direitos humanos e qualidade das relações de trabalho. Instituições que desejam ambientes saudáveis precisam compreender que a cultura organizacional também é construída pelas palavras que escolhemos, pelo modo como exercemos o poder e pela forma como tratamos as pessoas.

Porque, no fim, nenhuma meta justifica a perda da dignidade humana. E nenhuma organização será verdadeiramente forte se suas relações forem sustentadas pelo medo, pelo silêncio e pelo sofrimento.

Aline Cristina Coutinho é membro do GT-Enfrentamento, TAE da UFV, bacharel em Administração: Habilitação em Administração de Cooperativas e mestre em Economia Doméstica

Referências

- ROSENBERG, Marshall B. Comunicação não violenta: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais. São Paulo: Ágora, 2006.



MÊS DO ORGULHO, LUTA COLETIVA

Por Nayan Rodrigues Andrade

O Dia Internacional do Orgulho LGBTQIA+ não nasceu de uma celebração. Nasceu da resistência. Em 28 de junho de 1969, pessoas LGBTQIA+ reagiram à violência policial em Stonewall, recusando-se a aceitar que suas vidas fossem tratadas como ilegítimas. Desde então, o orgulho deixou de ser apenas uma palavra: tornou-se um ato político de coragem diante da exclusão, da violência e do silêncio.

Mais de cinquenta anos depois, essa luta continua. No Brasil, avanços legais importantes coexistem com uma realidade marcada pela discriminação, especialmente contra pessoas trans e travestis. Para muitas delas, estudar, conseguir um emprego, acessar serviços de saúde ou simplesmente circular em segurança ainda representa um desafio diário. Enquanto direitos existem no papel, milhares de vidas seguem sendo limitadas pelo preconceito.

É por isso que falar em orgulho não significa ignorar a dor. Significa afirmar que ninguém deve sentir vergonha de existir. Significa dizer que nenhuma identidade pode justificar humilhação, violência ou exclusão.

No mundo do trabalho, a LGBTfobia se manifesta de diferentes formas: assédio moral, negação do nome social, discriminação em processos seletivos, invisibilização e barreiras ao crescimento profissional. Essas violências comprometem não apenas direitos, mas também a saúde mental, a dignidade e o futuro de quem as enfrenta.

Para o movimento sindical e para o GT-Enfrentamento, combater essas práticas não é uma pauta acessória. É defender ambientes de trabalho onde todas as pessoas sejam

respeitadas e possam desenvolver suas atividades sem medo. Não existe trabalho digno quando a discriminação continua determinando quem pode ocupar espaços e quem é empurrado para as margens.

Neste 28 de junho, mais do que celebrar conquistas, é preciso assumir um compromisso coletivo. Democracia, direitos humanos e justiça social só se concretizam quando todas as pessoas podem viver, trabalhar e existir com liberdade, respeito e segurança. O orgulho LGBTQIA+ é, acima de tudo, a defesa inegociável da vida e da dignidade humana.

Nayan Rodrigues Andrade é membro do GT-Enfrentamento, TAE da UFV, bacharel em Direito.

Referências

- CASTANHO, William Glauber Teodoro. Direitos Humanos LGBTs e Mundo do Trabalho: tensões e convergências. Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Direitos Humanos) – Faculdade de Direito, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2017.



17/06 - DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO APOSENTADO (A NÍVEL SINDICAL): DEPOIMENTO DO SERVIDOR APOSENTADO FREDERICO* - SINDICALIZADO DA ASAV

Por Luci Silva

Há pessoas que passam por uma instituição e há pessoas que ajudam a construí-la. Quando celebramos o Dia do Servidor Público Aposentado, não estamos apenas homenageando trabalhadores que concluíram sua trajetória profissional, mas também reconhecendo mulheres e homens que dedicaram décadas de suas vidas à construção da universidade pública, à defesa dos direitos dos servidores e ao fortalecimento de uma instituição que impacta milhares de vidas todos os dias.

A história do servidor aposentado Frederico, sindicalizado da ASAV desde 1985, é uma dessas histórias que merecem ser lembradas. Não apenas pelos cargos que ocupou ou pelas funções que desempenhou, mas pela disposição de defender convicções mesmo quando isso significava enfrentar resistências e contrariar interesses estabelecidos.

Ao retornar de sua especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho, Frederico enxergou algo que ia além das exigências burocráticas impostas à universidade. Para ele, a segurança do trabalho não deveria existir apenas para evitar autuações ou cumprir determinações legais. Em uma instituição dedicada à formação de cidadãos, ela deveria ser um compromisso permanente com a vida, a saúde e a dignidade de estudantes, docentes, técnicos administrativos e trabalhadores terceirizados. Essa visão ajudou-o a ampliar a compreensão sobre a importância da prevenção de acidentes e da promoção de ambientes de trabalho mais seguros e humanos.

Mas a trajetória dos servidores que construíram a universidade nunca foi feita apenas de avanços tranquilos. Foi também marcada por conflitos, mobilizações e lutas coletivas. Frederico participou ativamente das greves dos anos 1980, período em que reivindicar direitos exigia coragem. Naquele contexto, muitos servidores ainda não possuíam estabilidade e conviviam com o medo de perseguições, transferências e retaliações. Ainda assim, milhares decidiram se organizar, participar de assembleias e defender melhores condições de trabalho.

Frederico experimentou de um tempo em que a participação sindical era muito mais do que uma escolha política. Era um ato de resistência. Assembleias lotadas, debates intensos e disputas de projetos marcaram momentos decisivos da história da categoria. Em uma dessas ocasiões, uma simples proposta escrita por um servidor que sequer costumava falar ao microfone alterou o rumo de uma votação e ajudou a preservar a capacidade de organização coletiva da categoria. O episódio demonstra que a construção de direitos não depende apenas de lideranças visíveis. Ela também é feita por pessoas comuns que, em momentos decisivos, encontram coragem para participar.

Frederico lembra-nos que conquistas consideradas naturais hoje foram resultado de décadas de mobilização. A defesa da estabilidade dos servidores, a participação nos órgãos colegiados da universidade, as discussões que acompanharam a promulgação da Constituição Federal de 1988 e a implementação do RJU - Regime

17/06 - DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO APOSENTADO (A NÍVEL SINDICAL): DEPOIMENTO DO SERVIDOR APOSENTADO FREDERICO* - SINDICALIZADO DA ASAV

Jurídico Único foram processos construídos por trabalhadores que acreditavam que o serviço público deveria ser valorizado e protegido.

Talvez o aspecto mais importante desse testemunho seja lembrar que os direitos não surgem espontaneamente. Eles não aparecem por concessão de governos ou administrações. Cada avanço institucional carrega a marca de pessoas que se reuniram, debateram, enfrentaram divergências e persistiram mesmo diante das dificuldades.

Por isso, homenagear os servidores aposentados é mais do que um gesto de gratidão. É um exercício de memória. É reconhecer que a universidade que existe hoje foi construída por gerações que acreditaram no valor do trabalho coletivo, da participação democrática e da organização sindical.

***Frederico Nunes de Moraes (foto à direita)** é servidor aposentado, sindicalizado da ASAV desde 1985. É mineiro de São Geraldo do Baixio, distrito de Conselheiro Pena, e trabalhou na UFV de 1979 até 2000 na Prefeitura do Campus (hoje, Pró-Reitoria de Administração).

Luci Maria da Silva é membro do GT-Enfrentamento, TAE da UFV, bacharel em Secretariado Executivo Trilíngue e mestre em Administração Pública.

A aposentadoria encerra uma etapa profissional, mas não encerra a contribuição de quem ajudou a transformar a realidade ao seu redor. Frederico continua construindo seu legado nas políticas conquistadas, nos espaços de participação e na reivindicação dos direitos que continuam protegendo as novas gerações de servidores.

No Dia do Servidor Público Aposentado, a ASAV presta sua homenagem a Frederico e a todos(as) àqueles(as) que dedicaram parte de suas vidas à defesa da universidade pública e dos trabalhadores. Suas histórias permanecem em cada passo dado pela categoria e em cada servidor que segue acreditando que uma instituição mais justa se constrói com participação, solidariedade e coragem.



Fonte: Arquivo pessoal



NOTÍCIAS DO MÊS

RODA DE CONVERSA

Maternidade, trabalho e saúde mental: diálogos necessários



Participantes com a equipe do GT

No dia 29 de maio de 2026, ocorreu a roda de conversa “Maternidade, trabalho e saúde mental: diálogos necessários”, mediada pela psicóloga Raíssa Mourão, especialista em psicologia perinatal e saúde mental da mulher. O evento promoveu reflexões sobre os desafios da maternidade conciliada às demandas profissionais e pessoais. As servidoras da UFV encontraram um espaço seguro de escuta, acolhimento e troca de experiências. Foram abordados temas como sobrecarga, saúde mental, múltiplas jornadas e as dificuldades do cotidiano.

O nosso encontro fortaleceu vínculos, estimulou o apoio mútuo e reforçou a importância do cuidado coletivo e institucional com as mulheres no ambiente de trabalho.

Texto completo [aqui](#).



**Raíssa Mourão -
psicóloga ministrante**



O presidente da ASAV, Evaristo, esteve presente para a abertura do evento





NOTÍCIAS DO MÊS

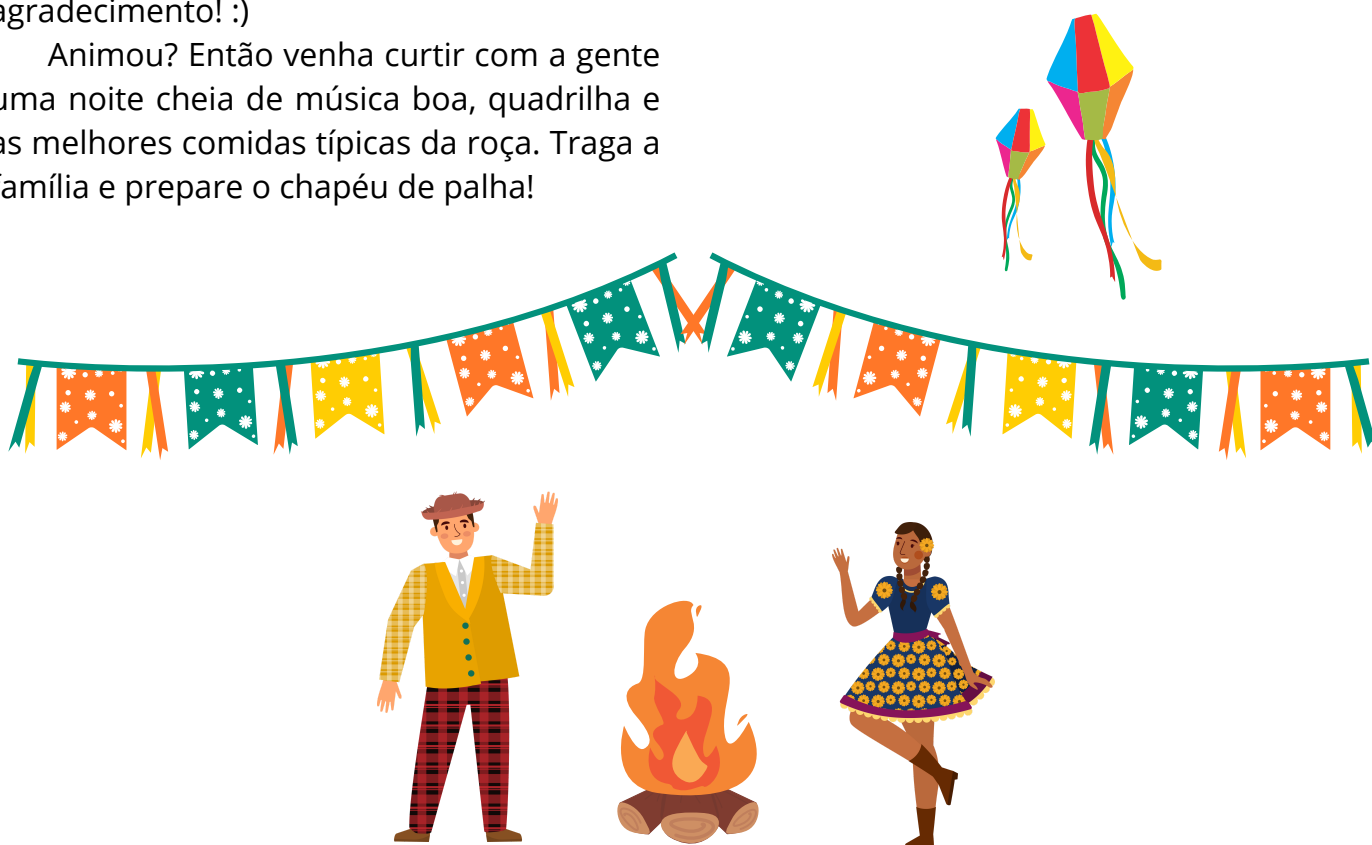
O QUE VEM POR AÍ

ARRAIÁ DA ASAV

No dia 10 de julho, às 17 horas, celebraremos o Arraiá de Aniversário da ASAV. O evento ocorrerá na sede da ASAV, localizada na Rua do Pintinho, 355, bairro Bela Vista. A entrada é gratuita, com venda de bebidas e comidas típicas no local.

Como novidade, teremos este ano o “Correio do Reconhecimento”, uma alusão ao “Correio Elegante”. Porém, em vez de declarar amores, podemos declarar nossa nossa gratidão, em forma de palavras, para o(s) servidor(es) que tanto fizeram pela UFV. Lembra daquele colega que sempre te apoiou, aquela amiga que te ensinou um macete nos arquivos do computador, aquela pessoa que quebrou seu galho quando você mais precisou...? No nosso arraiá você poderá deixar um bilhetinho de agradecimento! :)

Animou? Então venha curtir com a gente uma noite cheia de música boa, quadrilha e as melhores comidas típicas da roça. Traga a família e prepare o chapéu de palha!





O GT-ENFRENTAMENTO - APRESENTAÇÃO

Quem somos?

O Grupo Permanente de Trabalho de Enfrentamento às Violências no Trabalho e ao Adoecimento Mental é formado por servidoras e servidores da Universidade Federal de Viçosa (UFV) que atuam de forma voluntária, vinculados à ASAV, na defesa da dignidade, da saúde mental e dos direitos no ambiente de trabalho.

Objetivos específicos do GT- enfrentamento:

- Prevenção: campanhas, palestras e formações sobre violências e direitos no trabalho;
- Acolhimento: canal seguro e sigiloso para escuta e orientação;
- Encaminhamento: apoio jurídico, psicológico e administrativo às vítimas;
- Proteção de minorias: ações específicas contra violências que atingem mulheres, pessoas negras e comunidade LGBTQIAP+;
- Monitoramento: produção de dados e relatórios para fortalecer negociações e políticas institucionais; e
- Incidência institucional: proposição de protocolos, políticas de integridade e promoção da diversidade na universidade.

Como atuamos?

Atuamos de forma integrada, unindo forças e potencialidades de cada integrante. A partir de sua área de atuação e de sua familiaridade com os temas e realidades vivenciadas, cada membro assume um papel ativo de orientação, apoio e troca com os demais, fortalecendo a ação coletiva no enfrentamento ao assédio moral e ao adoecimento mental.

Nossa prática se sustenta na solidariedade, na resistência e na defesa intransigente da saúde e da dignidade das trabalhadoras e dos trabalhadores.

O Grupo de Trabalho representa um passo concreto na construção de uma universidade mais justa, segura e democrática, fortalecendo o papel da ASAV como espaço de proteção, solidariedade e promoção da integridade institucional.



Mônica Aparecida Mendonça
Acolhimento



Shirley Aparecida da Silveira
Acolhimento



Edimara Maria Ferreira
Articulação com comissões institucionais



Nayan Rodrigues Andrade
Aspectos jurídicos



Aline Cristina Coutinho
Administrativo



Luci Maria da Silva
Administrativo



Fernanda K. B. de Carvalho
Comunicação

