

Jornal



Maio/Junho 2022



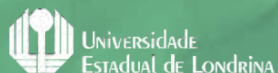
**Advogados
trabalhistas e
previdenciários
vão ao
Calçadão
esclarecer
dúvidas da
população**

**Torneio
Interjustiça tem
250 inscritos.
Jogos terminam este mês**

**Saiba mais sobre o papel
e a abrangência da
Procuradoria de
Prerrogativas de Londrina**

**Subseção
reativa
Comissão
de Fiscalização**

**PÓS-GRADUAÇÃO
LATO-SENSU EM DIREITO**



**inscrições
segundo
semestre**

- Direito do Estado
Constitucional - Administrativo - Tributário
- Direito Civil e Processo Civil
- Direito Empresarial Aplicado
a Era Digital

**Inscrições a partir
de SETEMBRO**

- Direito Previdenciário
- Direito e Processo Penal
- Direito de Família e Sucessões
- Filosofia Política
e Jurídica

inscrições pelo site:
www.uel.br/proppg/portalnovo

mais informações:
(43) 3371-4315 ou
www.uel.br/secpos/cesa

TRADIÇÃO E EXCELÊNCIA NO ENSINO DE DIREITO

Corpo Docente: Professores Doutores, Mestres e Especialistas da UEL/UFPR/UFMG/PUC-SP/UFSC/FGV-SP



GESTÃO 2022/2024

• PRESIDENTE

Nelson Sahyun Junior

• VICE-PRESIDENTE

Sania Stefani

• SECRETÁRIO-GERAL

José Carlos Mancini Junior

• SECRETÁRIA-ADJUNTA

Caroline Thon

• TESOUREIRO

Francisco Luís Hipólito Galli

• DIRETOR DE PRERROGATIVAS

Geovane Leal Bandeira

• CONSELHO FEDERAL

Artur Piancastelli

• CONSELHO ESTADUAL

Eliton Araujo Carneiro

José Carlos Vieira

Leidiane Cintya Azeredo

Maria Lucilda Santos

Mario Sérgio Dias Xavier

Solange Rodrigues de Souza

Vânia Regina Silveira Queiroz

• CAIXA DE ASSISTÊNCIA

Edmeire Aoki Sugeta - Diretora

Fabiano Nakamoto - Delegado

• EXPEDIENTE

Boletim Informativo da Ordem dos Advogados do Brasil
Subseção Londrina/PR

R. Parigot de Souza, 311 - CEP. 86010-904

Londrina/PR - (43) 3294 5900 - londrina@oabpr.org.br

• CONSELHO EDITORIAL:

José Carlos Mancini, Sania Stefani e Caroline Thon.

Redação e Edição: Máxima Comunicação

Jornalista Responsável: Benê Bianchi (MTb 2621) - (43) 3339 7199

Fotografia: Jonas Pereira

Projeto Gráfico:

Boletim Informativo Comunicação Institucional

Comercialização e Diagramação:

Boletim Informativo Comunicação Institucional

(41) 3668-8127/9.9111.5717

Email: comercial@boletim.jor.br

Site: www.boletim.jor.br

Tiragem: 8.034 eletronicamente.

Distribuição dirigida e gratuita.

As matérias assinadas são de inteira responsabilidade de seus subscritores.



MAIS PRATICIDADE PARA VOCÊ!

Para ter acesso ao Jornal,
basta apontar a câmera do
seu celular ou o leitor
de QR Code para esta imagem



**FIQUE
ATENTO**

Plantão de Prerrogativas

Atendimento 24 horas - (43) 9.9949-5961

Médico de Família – Agende sua consulta: (43) 3374.8300

Conheça os benefícios da CAA-PR

<https://www.caapr.org.br/beneficios/>

A OAB de Londrina segue firme em seu propósito de levar aos advogados e advogadas da subseção eventos de qualidade.

No mês de maio, em que se comemora o dia do trabalho, tivemos muita movimentação das comissões para lembrar a data. Logo no dia 1 de maio, tivemos no CCA a “feijuca legal”, promovida pelas comissões dos Advogados Trabalhistas e de Igualdade Racial.

Dia 7, as Comissões dos Advogados Trabalhistas e do Direito Previdenciário estiveram no Calçadão para orientar a população sobre seus direitos e, dia 25, a comissão das Mulheres Advogadas, em parceria com a BPW-Londrina, promoveu palestra no projeto internacional TISI: Trabalho Igual. Salário Igual.

Destaque desta edição, pela primeira vez, o Tribunal de Ética e Disciplina (TED) da OAB-PR tem uma gestão composta por 50% homens e 50% mulheres, um grande avanço ressaltado pela nova integrante da 7ª Turma, sediada em Londrina, Maria Dirce Triana: “...a adoção dos sistemas de paridade e cotas raciais são mudanças históricas para a OAB, que servem de exemplo para uma necessária e indispensável mudança no comportamento político e social do país”.

Com a queda da temperatura, a OAB-Londrina, através de suas comissões, iniciou a Campanha do Agasalho 2022, com foco na arrecadação de fraldas geriátricas tamanho G, cobertores, agasalhos, meias e hidratantes. As doações podem ser entregues nas sedes e salas da OAB e os

itens arrecadados serão destinados a entidades e casas de apoio à pessoa idosa.

Tivemos ainda o início do Torneio Interjuízo realizado pela OAB-Londrina, por meio da comissão de Esportes e Bem-Estar, com cerca de 250 inscritos de diversas carreiras jurídicas e estudantes de Direito.

Outras matérias complementam esta edição, entre elas, as entrevistas com os conselheiros, representantes de comarca e coordenadores de comissão e o terceiro capítulo do artigo “A Saúde Além do Remédio” do Médico de Família e Comunidade- CAAPR de Londrina, Rui Cépil Diniz.

Boa leitura!

A diretoria

Olá, advogados e advogadas,

Não é de hoje que a OAB Londrina tem feito um trabalho incansável para levar o máximo de informações até você! São vários os nossos canais, atualmente: site, Instagram, Facebook, WhatsApp, Telegram, Youtube e jornais digitais. Além disso, praticamente todas as nossas comissões possuem mídias sociais próprias e mantemos também um trabalho de e-mail marketing com todos os profissionais que estão inscritos em nossa Subseção.

Se você ainda não acessou ou ainda não nos segue nas redes sociais, não perca mais tempo!



ACESSE NOSSOS CANAIS E SE MANTENHA INFORMADO:



Site
oablondrina.org.br



Facebook
/oablondrina



Instagram
@oablondrina



**Grupo no
WhatsApp
e Telegram**



YouTube
OAB Londrina



Jornais Digitais
(estão disponíveis
no nosso site)

Do surgimento do direito da pessoa idosa



Os Direitos da Pessoa Idosa têm seus primeiros preceitos perfilhados em escala mundial na década de 70, durante Assembleia Geral convocada pela ONU para discutir questões relativas às políticas públicas e programas sociais em torno da população idosa, o que significou relevante avanço para uma conscientização da sociedade mundial.

No Brasil, as Constituições anteriores à de 1988 mencionavam o termo idoso e asseguravam a aposentadoria com o avanço da idade, entretanto, foi a Constituição de 1988 que trouxe a efetiva proteção ao idoso e a vedação à discriminação em razão da idade, atribuindo à família, à sociedade e ao Estado o dever de cuidado e amparo da pessoa idosa, de garantir a sua participação na sociedade, de promover seu bem-estar e de preservar seu direito à dignidade e à vida. Tais prerrogati-

vas fomentam a efetividade dos direitos humanos, em especial, a dignidade, a isonomia e a justiça social. À semelhança, o Código Civil prevê a reciprocidade do direito à prestação alimentar entre pais e filhos, denotando a preocupação do legislador com a proteção do idoso.

Já o Estatuto do Idoso, instituído pela Lei 10.741 de 1º de outubro de 2003, quando o Brasil já contava com 15 milhões de idosos, estabelece de forma inédita princípios de proteção integral à pessoa idosa, de prioridade absoluta, além de pautar direitos específicos para a população com mais de 60 anos de idade.

Tais medidas, genéricas e específicas, se mostram imprescindíveis diante dos mais diversos tipos de abusos sofridos pelos idosos, abrangendo violências físicas e psicológicas, praticadas tanto pela sociedade como pelos próprios familiares. Também, o abandono é prática recorrente, condenando os idosos, em muitos casos, a asilos e ao isolamento do convívio social e familiar, e ao afastamento daqueles

que mantinham vínculo de afeto no decorrer da vida.

Nas palavras de Fábio Roberto Bárboli Alonso, “O Direito dos Idosos surge como uma alternativa para compensar ou, pelo menos, minimizar os danos causados por uma organização socioeconômica que não valoriza o que nós somos, mas aquilo que nós produzimos. E se não produzimos não somos nada, praticamente não participamos da vida social” (2005, p.33).

A pessoa idosa aspira viver dignamente, se relacionar com respeito, envelhecer de forma saudável, produzir, interagir, expressar sua individualidade, exercer direitos inerentes a todos os indivíduos e se ver protegido de condutas preconceituosas e nocivas, motivadas por desprezo, maus-tratos, desamparo e toda sorte de abandono, inclusive do poder público e da sociedade.

Movidos por este propósito, e num movimento conjunto com outras nações para a promoção universal dos direitos da pessoa idosa, integrantes de organis-

mos brasileiros estão articulados junto à Organização das Nações Unidas para a aprovação de uma Convenção Internacional dos Direitos da Pessoa Idosa. Tais organismos também esperam que o Congresso Nacional confirme a aderência do Brasil à Convenção Interamericana dos Direitos das Pessoas Idosas, instrumento que foi aprovado por países da América Latina, em 2015, na Organização dos Estados Americanos.

Como denunciar? As violações a direitos da pessoa idosa podem ser denunciadas através do Disque Idoso- telefone 0800 141 0001 ou pelo e-mail disqueido@sed.pr.gov.br. As ligações são gratuitas e sigilosas, e as denúncias podem ser feitas de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 17h30. A violência física e moral, a discriminação, o abandono em hospitais ou casas de saúde, a exposição ao perigo, a apropriação de bens ou proventos da pessoa idosa podem ser denunciadas através do Acionar o Disque Denúncia- 181. Ou o Disque 100 que recebe, analisa e encaminha denúncias de violações

de direitos humanos relacionadas a pessoas idosas.

A Comissão de Direitos da Pessoa Idosa da OAB Subseção Londrina está à disposição para orientação em caso de dúvidas. As reuniões mensais ocorrem às segundas sextas-feiras de cada mês, a partir da 9h, na Sede da OAB.

CILMARA CALDEIRÃO,
advogada,
coordenadora
da Comissão
da Pessoa
Idosa da
OAB –
Subseção
Londrina.



PATRÍCIA SIQUEIRA,
advogada,
coordenadora
da ESA e
membro da
Comissão da
Pessoa Idosa
da OAB -
Subseção
Londrina.



DIREITO PREVIDENCIÁRIO E A NOVA INSTRUÇÃO NORMATIVA DO INSS



Organizado pela OAB-Londrina, por meio da comissão de Direito Previdenciário, foi realizado, no dia 4 de maio o simpósio com o tema “Perspectivas do Direito Previdenciário diante da nova Instrução Normativa do INSS e demais alterações”. O evento foi presencial na sede da Subseção e contou com três palestrantes, especialistas na área: Theodoro Vicente Agostinho, mestre e doutor em Direito Previdenciário pela PUC-SP e autor de Obras Jurídicas na área previdenciária; Thiago Luis de Oliveira Albuquerque, mestre em Direito Previdenciário pela

PUC-SP, professor e coordenador de cursos de pós-graduação em Direito Previdenciário na EADir; e Elvio Flávio de Freitas Leonardi, presidente da comissão de Direito Tributário da OAB-Londrina e presidente do IDTL. O evento registrou 228 advogados inscritos.

CRÉDITO DE CARBONO

A comissão de Direito Agrário e do Agronegócio realizou palestra sobre “Crédito de Carbono” no dia 6 de maio. Os convidados para abordarem o assunto foram a advogada Rafaela Parra e o advogado Pedro Senedesi.

OAB-LONDRINA LEVA INFORMAÇÕES À POPULAÇÃO EM EVENTO NO CALÇADÃO



OAB-Londrina, por meio das Comissões dos Advogados Trabalhistas e do Direito Previdenciário realizou, no dia 7 de maio, no Calçadão, evento para orientar a população acerca de matérias relacionadas aos Direitos do Trabalho e Previdenciário.

O coordenador da comissão dos Advogados Trabalhistas, Diogo Brochard Menoncin, informa que foram feitos cerca de 100 atendimentos. Os advogados fizeram explanações gerais sobre os direitos dos cidadãos, além da recomendação de procurarem advogado de confiança, a defensoria pública ou o próprio INSS se fosse o caso.

Menoncin cita que, em linhas gerais, as dúvidas foram referentes aos possíveis afastamentos previdenciários relacionados à incapacidade laboral, como auxílio doença, auxílio acidente etc; ao tempo de trabalho para obter aposentadoria; saque do FGTS em caso de aposentadoria; entre outros.

Os advogados das comissões abraçaram o evento e tiveram expressiva participação, colaborando com os esclarecimentos à população.

**MESTRADO
PROFISSIONAL
DIREITO, SOCIEDADE
E TECNOLOGIAS**

■ APROVADO PELA CAPES/MEC
Portaria Nº 576, de 9 de Julho de 2020



www.faculdadeslondrina.com.br/mestrado

Advogados
OAB/PR
10%
DE DESCONTO



**FACULDADES
LONDRINA**

INSCRIÇÕES ABERTAS!

☎ 43 99986-8541



O crime de maus-tratos a animais esteve no centro das discussões que a comissão de Proteção e de Direitos Animais da OAB-Londrina realizou dia 13 de maio. O tema foi abordado pelo delegado Matheus Araújo Laio, chefe da delegacia de Meio Ambiente do Estado do Paraná.

DIREITO DO CONSUMIDOR PÓS-PANDEMIA

Os desafios do direito do consumidor no pós-pandemia foi assunto abordado pela ex-secretária nacional do consumidor Juliana Domingues em reunião organizada pelas comissões de Direito do Consumidor e de Mediação e Arbitragem. Reunião realizada no dia 23 de maio.

TRABALHO IGUAL. SALÁRIO IGUAL

A Sede histórica da OAB-Londrina, no Edifício Tuparandi foi o local escolhido para as atividades que este ano celebraram o projeto internacional TISI: Trabalho Igual. Salário Igual. No dia 25, a comissão das Mulheres Advogadas, em parceria com a BPW-Londrina, recebeu duas palestrantes que abordaram temas relacionados ao projeto. A advogada Juliana Tavares ministrou palestra sobre “A mulher no mercado de trabalho e os conflitos familiares”; e a jornalista Silvia de Oliveira falou sobre “Persuasão, Influência e Assertividade: como desenvolver uma comunicação magnética para convencer, falar e escrever com autoridade”. O projeto internacional TISI busca a igualdade de salários e cargos e a conscientização da valorização do trabalho da mulher em todas as atividades.

NÚCLEO JOVEM E O PROCESSO ELEITORAL

O procurador jurídico da Câmara Municipal de Londrina, Miguel Angelo Aranega Garcia, foi o convidado do Núcleo Jovem da OAB-Londrina para falar sobre o processo eleitoral nas eleições de 2022. Reunião realizada dia 17 de maio.

DESAFIOS DO COMPLIANCE NO AGRONEGÓCIO

Com organização da comissão de Compliance da OAB-Londrina, a entidade realizou o bate-papo com a advogada Jéssica Fernandes, no dia 24 de maio, na sede Histórica (Edifício Tuparandi).

ADVOCACIA CRIMINAL

A Atuação do advogado criminalista nos Tribunais Superiores foi tema da palestra ministrada pelo advogado Walter Barbosa Bittar na reunião com convidado da Comissão dos Advogados Criminalistas no dia 25 de maio, na sede da Subseção.

AGRONEGÓCIO

Com o objetivo de difundir temas de Direito Agrário e demais áreas do Direito que sejam de relevância para o agronegócio e debater sobre o tema Crédito Rural, a comissão de Direito Agrário e do Agronegócio da OAB-Londrina realizou reunião ordinária com cinco convidados, no dia 27 de maio: os advogados Juan Obici e Raphael Condado, que são membros da comissão, Aloísio Henrique Mazzarolo, gerente jurídico do Banco do Brasil, Guilherme Grahl, associado responsável pela área de Agronegócios na Valora Investimentos e Wagner Robert Kronbauer, estrategista chefe na Forever Capital.



Receba notícias
jurídicas gratuitas
pelo Telegram

De Segunda a Sexta

Acesse pelo link:

<https://bit.ly/oab-londrina-telegram>

Faça parte
do nosso canal
de notícias.



• Conheça um pouco mais sobre o trabalho da comissão de Direito Imobiliário e Urbanístico

Gabriel Carmona Baptista concluiu o curso de Direito na Universidade Estadual de Londrina e, apesar de sempre ter tido interesse acadêmico e profissional pela área de Direito Processual Civil e concluído uma especialização em Direito Constitucional logo após sua graduação, desde o início da carreira se interessou e passou a focar cada vez mais no Direito Imobiliário e áreas correlatas (dentre elas, o Direito Urbanístico).

Como até pouco tempo atrás essas eram áreas pouco exploradas nos cursos de Direito, ele conta que buscou estudar e se especializar também nelas, tendo concluído uma Pós-Graduação em Direito Imobiliário, Urbanístico, Notarial e Registral pela Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), em 2019.

Hoje, coordena a Comissão de Direito Imobiliário e Urbanístico da OAB-Londrina.

Como conheceu o trabalho da comissão?

Logo quando soube da existência e dos trabalhos das Comissões da Subseção, comecei a participar da Comissão de Estudos em Processo Civil, desde a sua criação, no ano de 2015.

Em seguida, paralelamente ao crescimento do meu interesse pelo Direito Imobiliário, e na tentativa de ter mais contato com a área de forma indireta, soube da existência da Comissão de Direito Imobiliário e Urbanístico da OAB Londrina, à época coordenada pela Dra. Ana Lúcia do Santos Silveira.

Após orientação da Secretaria da OAB, tive meu primeiro contato com a Comissão diretamente com a própria coordenadora, e fui imediatamente muito bem recebido, independentemente de não ter muita experiência na área.

Aos poucos, não só fui ganhando experiência, mas fui naturalmente participando mais ativamente dos trabalhos da Comissão, até ser convidado a secretariar a Comissão, depois a assumir o papel de vice-presidente e, hoje, tenho o prazer e a responsabilidade de tentar conduzir os trabalhos de forma tão brilhante quanto os colegas que me antecederam.

Qual o papel da comissão no contexto da entidade e da comunidade?

Desde o primeiro contato, percebi a importância do trabalho da Comissão de estudar, divulgar, levar conhecimento e influenciar os caminhos em uma área do Direito que era até então praticamente esquecida pelas faculdades, ou tinha pouca importância.

Até hoje percebo a dificuldade dos próprios profissionais da área jurídica em lidar com questões e conceitos básicos do Direito Imobiliário e do Direito Urbanístico, áreas de muita importância e que estão presentes em quase todos os aspectos do nosso dia a dia. Nesse sentido, penso que o principal papel da Comissão no contexto da entidade é tentar levar conhecimento e divulgar essa área aos colegas advogados de outras áreas e também a outros profissionais do Direito (Juizes, Promotores, Procuradores etc.), além de aprofundar cada vez mais o conhecimento dos próprios membros e profissionais que atuam diretamente na área.

Mais que isso, vejo também como papel da Comissão levar um pouco desse conhecimento até a quem não atua no Direito ou convive profissionalmente com questões imobiliárias e urbanísticas.



Finalmente, como eu disse, essas áreas estão presentes no cotidiano das pessoas, desde o momento em que compram ou alugam um imóvel para morar ou trabalhar até a hora que se aborrecem com o trânsito ou com a falta de acessibilidade a serviços.

Além disso, é dever da Comissão também auxiliar a entidade a influenciar positivamente no desenvolvimento da região. Afinal, é papel da Ordem dos Advogados do Brasil, dentre outras, defender a boa aplicação das leis e o aperfeiçoamento das instituições jurídicas, o que obviamente inclui todas as áreas do Direito.

Como é a rotina de trabalho de seus membros?

A Comissão costuma se reunir mensalmente para tratar de questões administrativas e ati-

**Anuncie
em nossas
mídias**



✓ **Jornal Digital** ✓ **Telegram**
✓ **Banner Site/Informe**

Solicite nossa proposta:

41. 9.9111-5717 | comercial@boletim.jor.br

CERTIFICADO DIGITAL
EMITIDO NA HORA

Certificado Digital A3 por Videoconferência (reaproveitando seu Token)

Ou Presencial (Emitido na Hora e sem precisar agendar)

É na Garcia Certificadora Digital

GARCIA
certificadora digital



vidades da Comissão em geral, nas chamadas Reuniões Ordinárias, que normalmente são realizadas às segundas sextas-feiras de cada mês. Intercalando as reuniões administrativas, procuramos nos reunir também mensalmente para apresentar e discutir temas atuais do Direito Imobiliário e Urbanístico, com a apresentação feita por um membro ou por convidados.

Faz parte também da rotina da Comissão a publicação semanal de textos de cunho informativo no jornal e no site da Folha de Londrina, por meio da Coluna Painel Imobiliário, mantida em parceria com a Folha há mais de seis anos.

Além disso, foram um pouco atrapalhados pela pandemia o evento anual da Comissão, o Colóquio de Direito Imobiliário e Urbanístico

– que nesse ano irá para sua sexta edição –, e a publicação do livro de artigos acadêmicos “Estudos em Direito Imobiliário e em Direito Urbanístico”.

Qual o planejamento de trabalho para o primeiro ano de atividades?

Nesse ano de 2022, a Comissão está recuperando a rotina de reuniões presenciais, contando ainda com o formato híbrido para participação remota de membros e interessados, especialmente nas reuniões temáticas ou pedagógicas. Ademais, pretendemos retomar a realização do evento anual, previsto para o mês de outubro, e os demais trabalhos suspensos pela pandemia.

Não menos importante será o trabalho de acompanhamento e estudo das Leis especiais

do Plano Diretor do Município de Londrina, que estão sendo apresentadas e discutidas por um grupo de trabalho e devem ser enviadas à Câmara dos Vereadores para votação ainda durante o ano de 2022. São as Leis de Uso e Ocupação do Solo, do Perímetro Urbano, do Sistema Viário e do Parcelamento, que regerão o desenvolvimento urbano do município pelos próximos anos.

Como vocês se organizaram para otimizar o trabalho da comissão?

Para tentar otimizar o trabalho, a Comissão tenta dividir e delegar tarefas entre os membros, com a criação de grupos de trabalho responsáveis por cada uma das atividades da Comissão, sempre dirigidos e orientados pela Coordenação.

• Comissão de Direito Previdenciário foca em melhorias para o exercício profissional

A Comissão de Direito Previdenciário é coordenada pelo advogado Alex Sandro Brito dos Santos, formado em Direito pela PUC/PR em 2008, mesmo ano em que obteve aprovação na OAB e desde então exerce a Advocacia Previdenciária. Ele tem pós-graduação pela UEL e integra a Comissão de Direito Previdenciário desde 2016, como membro efetivo.

Como conheceu o trabalho da comissão?

Foi no ano de 2013, durante um simpósio realizado pela comissão, ocasião em que pude compreender a importância do papel da comissão!

Qual o papel da comissão no contexto da entidade e da comunidade?

Basicamente exercemos a função de representatividade da advocacia previdenciarista no âmbito institucional da OAB, objetivando significativas melhorias ao exercício profissional por meio de realizações de palestras e cursos direcionados aos membros. Atuamos também ante aos órgãos do judiciário e INSS, através do diálogo visando mediar soluções aos desafios encontrados no ofício.

Como é a rotina de trabalho de seus membros?

Mantemos um grupo de WhatsApp para discussões e atualizações diárias de assuntos pertinentes à matéria previdenciária. Nossas reuniões ordinárias são realizadas mensalmente, agora de modo presencial e sempre na última terça do mês. É de costume convidarmos especialistas em determinado assunto para participar das reuniões que são divididas em duas etapas. Na primeira tratamos dos assuntos da comissão, tais como, eventos, temas, projetos e atividades. Já na segunda parte, abrimos a palavra para o convidado e por fim debatemos sobre a matéria tratada.

Qual o planejamento de trabalho para o primeiro ano de atividades?

Manter as reuniões ordinárias do modo presencial sempre buscando a participação maciça dos membros; unir forças à recém-formada Comissão de Fiscalização Regular da Atividade Profissional no sentido de inibir a atividade irregular de colegas advogados, sobretudo nas mídias e estratégias ilegais de captação de clientes; obter junto ao INSS um guichê de atendimento remoto de prioridade dos advogados; realizar cursos de atualização com convidados de renome nacional.



Como vocês se organizaram para otimizar o trabalho da comissão?

A coordenação é composta por mim na condição de presidente, Roberto Murawski Rabello Junior como vice e Milena Scheller Seki nossa secretária, que redige as atas das reuniões, registrando nossas discussões, ideias e planos. A cada evento ou atividade, definimos os membros responsáveis em participar. A coordenação mantém um grupo de conversa também pelo WhatsApp para definirmos de forma macro as pautas das reuniões, meio que serve também para sugestões e planejamento de atividades com distribuição de tarefas entre os demais membros.

Elizângela Sócio Ribeiro

Elizângela Sócio Ribeiro tem uma firme atuação na OAB-Londrina, tendo sido coordenadora da comissão de Direito de Família e Sucessões no período de 2017 a 2021. A partir da atual gestão, assumiu um novo desafio: a função de Conselheira da Subseção.

Ela é advogada especialista em Direito de Família e Sucessões pela Escola Paulista de Direito e Universidade de Coimbra/Portugal e em Processo Civil pela PUC/PR, com formação prática em mediação pelo Mediare, Práticas Colaborativas pelo IBPC e extensão e aprimoramento em Alienação Parental pela PUC – Rio de Janeiro, e presidente do IBDFAM (Instituto Brasileiro de Direito de Família) Núcleo Londrina.

Abaixo, ela fala um pouco sobre a nova função.

Como você vê o papel do Conselho da Subseção?

Uma grande responsabilidade, tanto pela correta aplicação das regras de Disciplina e Ética em relação aos colegas, nos processos disciplinares, como no auxílio à Diretoria quando necessário.

Como pretende atuar?

Com empenho, dedicação e responsabilidade dentro de cada processo que me for distribuído e sempre que me for requisitado algo pela Diretoria. Voltei a estudar o Estatuto da Advocacia e Código de Ética e Disciplina da OAB e conto com a experiência dos Conselheiros que já estão atuando junto ao Conselho por mais tempo, para auxílio nessa importante função.

Como avalia essa integração promovida pela atual gestão, que trouxe renovação e diversidade para o Conselho?

Importantíssima para que a classe se sinta efetivamente representada, para que essa diversidade traga ideias e pontos de vista diferentes, buscando uma atuação do Conselho que melhor atenda ao interesse de todos os advogados.



Diogo Menoncim

Diogo Menoncim exerce a função de Conselheiro da Subseção pela primeira vez, mas é um voluntário da entidade desde 2018, quando passou a integrar a Comissão dos Advogados Trabalhistas. Atualmente, além de conselheiro é também coordenador da comissão.

Ele é formado em Direito pela Universidade Estadual de Londrina (2000-2004), pós graduado em Direito Civil e Direito Processual Civil também pela UEL (2007), advogado trabalhista desde março de 2005 e foi professor universitário de 2008 a 2011.

Abaixo, ele fala um pouco sobre a sua função como Conselheiro.

Como você vê o papel do Conselho da Subseção?

O primeiro papel do conselheiro é zelar pela dignidade e bom conceito tanto da subseção, quanto da própria advocacia. Logo, mensalmente, o conselho se reúne com a



diretoria da subseção, contribuindo com ideias e sugestões que visam a valorização profissional do advogado, defesa das prerrogativas, qualificação, melhorias na estrutura física, dentre outros assuntos relevantes.

O conselheiro também pode optar pela atuação disciplinar. Neste caso, o conselheiro participa das fases postulatorias e instrutórias dos processos disciplinares contra advogados da subseção, sendo determinante para o bom encaminhamento do feito ao Tribunal de Ética e Disciplina para julgamento.

Como pretende atuar?

Pretendo atuar no zelo e defesa da dignidade e prerrogativas de todos os advogados da subseção, em especial dos que atuam

perante a Justiça do Trabalho. Pretendo também atuar na parte disciplinar, contribuindo, quando for o caso, para a penalização de colegas que não observarem nosso Estatuto e Código de Ética, o que implica na valorização de toda a classe.

Como avalia essa integração promovida pela atual gestão, que trouxe renovação e diversidade para o Conselho?

Essa renovação e diversidade são essenciais, pois contribuem para que a subseção tenha um melhor entendimento das necessidades de todos os advogados e advogadas que a compõem, considerando as peculiaridades dos diferentes ramos de atuação, tempo de Ordem, local de trabalho, o que é determinante para a assertividade da tomada de decisões.

Conselheira Estadual - Maria Lucilda Santos

A Conselheira Estadual Maria Lucilda Santos é formada pela UEL (1992). pós-graduada em Direito e Processo Penal e Direito e Processo Civil; e pós-graduanda em Direito Sistêmico e Constelações. Também é Mediadora pelo ESA e TJ/PR; e Certificada Internacionalmente em Master Practitioner.

Ela é voluntária da Ordem há alguns anos. De 2016 a 2021, foi Conselheira da Seccional de Londrina, e eleita para o triênio de 2022/2024 como Conselheira Estadual. Além disso, está no segundo mandato como coordenadora da Comissão da Promoção da Igualdade Racial e também já presidiu e hoje é vice-coordenadora da Comissão do Direito Sistêmico.

Em sua primeira gestão como Conselheira Estadual, ela foi encaminhada à Câmara de Seleção, cuja tarefa é apreciar os pedidos de inscrição na Ordem, além de relatar os casos de Averiguação de Inidoneidade.

“Ao iniciar minha participação no Sistema OAB, me chamou atenção a sensação de pertencimento e retorno à essência da advocacia, que procurava na academia. Sem demérito aos meus 30 anos de inscrição na Ordem (a ser comemorado no final do ano), mas é nos embates e debates travados nas sessões do Conselho, seja no Pleno ou nas Câmaras de Seleção, a qual pertenço, que exsurge o rigorismo, respeito e apreço ao exercício da advocacia”, considera.

Ela assegura que os casos são vistos e revistos com um rigorismo técnico sem precedentes, quer durante as sessões ou conversas no “cafezinho” as teses e antíteses são aprofundadas e esmiuçadas.

“Em síntese, tanto em respeito à sociedade, quanto aos colegas que ingressam na advocacia, o Sistema OAB atua com um rigorismo e seriedade que merecem ser publicizado”, evidencia.



Representante quer aproximar jovens advogados e os mais experientes

Heloisa Ribeiro da Costa é a representante da OAB-Londrina na Comarca de Ibiporã e também membro da comissão de Direito de Família e Sucessões da OAB-Subseção Londrina.

Como representante de Comarca, ela aspira desenvolver um trabalho de acolhimento, com o objetivo de aproximar os jovens advogados e os mais experientes. “Com certeza essa aproximação proporcionará uma grande troca e fortalecimento da advocacia da Comarca. Acredito que é necessário ouvir os colegas locais, para que juntos possamos desenvolver projetos que visem a valorização da advocacia e capacitação dos profissionais, o que refletirá em um trabalho de excelência prestado dentro da sociedade”, analisa.

Outro aspecto que pretende focar em sua atuação como representante de comarca é envolver mais os advogados com a OAB. “Meu objetivo é que ele participe mais das atividades desenvolvidas pela Subseção e, que essas se estendam efetivamente para as Comarcas”, comenta.

Sobre as demandas da comarca, Heloisa considera que Ibiporã já possui uma estrutura física, dentro do Fórum Estadual, disponível para os advogados, contudo, é um espaço que, na sua opinião, pode ser mais e melhor aproveitado, com momentos de interação, capacitação e discussões acerca de ações práticas que visem resultados assertivos dentro da advocacia.

Ela destaca que pretende conduzir os trabalhos em busca de soluções para as demandas locais de maneira transparente, com muita ética e comprometimento à função que lhe foi confiada. “Pretendo exercer uma escuta ativa e responsável, de modo a contribuir positivamente para a construção de uma advocacia cada vez mais respeitada e valorizada”, diz.

Heloisa Ribeiro da Costa é formada em Direito pela Universidade Norte do Paraná (2011) e pós-graduada em Direito Civil e Empresarial pelo Complexo Educacional Damásio de Jesus em 2015.

Iniciou a carreira jurídica como estagiária na Vara de Família, Infância e Juventude da cidade de Ibiporã e estagiou em escritório de advocacia até o fim da faculdade. Também trabalhou na Vara Cível de Ibiporã e antes de ter escritório próprio, advogou em processos vinculados a Seguro Obrigatório em Companhia de nível nacional.

Atualmente, com escritório próprio, aplica sua experiência na atuação judicial e extrajudicial nas áreas de Direito Civil, Família e, com foco no Direito Sucessório.



Pretendo exercer uma escuta ativa e responsável, de modo a contribuir positivamente para a construção de uma advocacia cada vez mais respeitada e valorizada.”

Um domingo descontraído, entre amigos, com muita música e uma bela feijoada. Assim os cerca de 200 advogados, advogadas e seus familiares celebraram o Dia do Trabalho, num evento organizado pela OAB-Londrina por meio das comissões dos Advogados Trabalhistas e de Igualdade Racial e da CAA-PR, no Centro de Convivência dos Advogados.

O evento começou e terminou com uma divertida roda de samba, comandada por Paulo Vitor Poloni, e ainda teve apresentação de samba de gafieira, pelo Espaço Elias de Dança.

Patrocinadores: HS consórcios, Hotel Crystal, Espaço Elias e Real 94 e Wana Black Hair.

Confira alguns momentos do evento:



Almoço de abril

A edição de abril do Almoço Mensal da Advocacia da OAB-Londrina foi realizada no dia 29, em mais uma edição de sucesso. O encontro foi no Recanto Dá Licença.

Confira as fotos!



Apoie crianças e adolescentes com câncer!

Acesse

www.ongviver.org.br

e saiba como!

f [ongviverlondrina](https://www.facebook.com/ongviverlondrina)  [ongviver](https://www.instagram.com/ongviver)

 [ongviver](https://www.youtube.com/ongviver)  estouatento.com.br

 **viver**



Em Bela Vista, advogados e representantes de cartórios se reúnem para discutir melhorias

A representante da Comarca de Bela Vista do Paraíso, Taís Palú Rodrigues, organizou um bate-papo entre representantes de cartórios e advogados da cidade no último dia 5 de maio.

O objetivo do encontro foi discutir as dificuldades da comarca, represamentos de processos e apresentação de soluções para uma prestação jurisdicional mais célere.

Segundo Taís Rodrigues, o bate-papo foi tranquilo e profícuo, com ambas as partes colocando seus pontos de vistas. “As duas partes conseguiram se entender e melhorar a comunicação quanto ao objetivo em comum, que é a melhor prestação jurisdicional”, comentou.

Estiveram presentes os advogados: Taís Palú Rodrigues - representante de comar-



ca; Alessandro Cogo - Conselheiro da OAB-Londrina, Arnaldo Aguada Nunez, Marco Antonio Rodrigues, Simone Brandão, Julio Cesar Moliani, Franciele Moraes, Isabela

Correia, Pedro Bianchi, Lucas Siqueira e Eduardo Araújo. E também os servidores Barbara Senedesi, Bruno Salomão, Matheus Rabelo e Mateus Lopes.

Lançamento de livro sobre Direito Previdenciário

O livro Direito Previdenciário – Análises Teóricas e Práticas, organizado pela advogada Carla Benedetti, foi lançado na sede da OAB-Londrina no dia 6 de maio. O livro tem 12 artigos científicos a respeito dos diversos temas de Direito previdenciário, que trazem estudos e debates interessantes a estudantes, advogados e demais profissionais da área jurídica, que queiram se atualizar ante as grandes mudanças da Previdência Social. São tratados os



benefícios de aposentadoria especial; aposentadoria por tempo de contribuição com utilização do período rural; pensão por morte; planejamento previdenciário; débito; questões processuais no campo do direito previdenciário, e, inclusive, advocacia previdenciária empresarial, especificando-se, em cada tema, assuntos atuais e relevantes no contexto jurídico da previdência. Segundo a organizadora e autora, o diferencial do livro são as análises práticas apresentadas por advogados que respiram cotidianamente o Direito Previdenciário, e, que densamente, lançam análises e reflexões a respeito do direito mais digno e equânime, que venha a garantir uma sociedade albergada nos valores do bem-estar e da justiça social. O livro pode ser adquirido diretamente na Benedetti Advocacia ou no site da editora Toth.

Procuradoria de Prerrogativas de Londrina tem abrangência em todo o Paraná

Já informamos aqui no Jornal da OAB que a Subseção Londrina conta com os serviços de uma Procuradoria de Prerrogativas e sobre sua importância ímpar para a advocacia regional. Criada há pouco mais de dois anos, trata-se da primeira procuradoria do interior do estado; a segunda fica em Maringá.

Em seu primeiro ano de atuação, a PP baseada em Londrina teve abrangência restrita a advogados da Subseção e Comarcas circunscritas, além de atender profissionais de subseções vizinhas. A novidade é que no último ano a unidade passou a atuar de forma descentralizada da OAB Paraná, contemplando o atendimento de profissionais de todo o estado.

A Procuradoria de Prerrogativas da OAB -Londrina é conduzida em tempo integral pelo procurador Luís Guilherme Cassarotti. Segundo ele, a Lei que prevê as prerrogativas dos advogados é nº 8.906/94, mais precisamente nos artigos 6º e 7º. “Essas prerrogativas garantem ao advogado o livre e pleno exercício profissional, com independência e autonomia para trabalhar pelos seus clientes. Asseguram, ainda, que não precisam temer a autoridade judiciária ou quaisquer outras que por acaso tente usar de constrangimento ou outros artifícios, que levem à diminuição de sua atuação como defensor da liberdade”, esclarece.

O diretor de Prerrogativas da OAB-Londrina,



Luís Guilherme Cassarotti



Geovane Leal Bandeira

Geovane Leal Bandeira, destaca que para a OAB, as prerrogativas dos advogados existem com a exclusiva função de que os cidadãos tenham seus direitos preservados e defendidos de forma íntegra e com total liberdade. Isso porque se não forem respeitados como operadores do direito, assim como juízes e promotores, os advogados não conseguem atuar de forma ampla e irrestrita em favor de seus clientes. Na prática, porém, o profissional encontra muitos obstáculos em fazer valer os direitos de seus clientes.

É importante ressaltar que os advogados não são os únicos com direito às prerrogativas. Profissões como médicos e jornalistas, por exemplo, entre muitas outras, também os têm, pois exercem funções de serviço público e de cunho social ao se dedicarem aos direitos e bem-estar de cidadãos.

Os advogados, em específico, representam a única proteção entre um cidadão e uma autoridade, como a polícia, por exemplo, no caso de uma eventual acusação de delito. Os cidadãos confiam e atribuem poderes aos advogados, e a lei, por sua vez, garante que esses profissionais possam defender os direitos de seus clientes com total autonomia e em situação de igualdade. Isso quer dizer que todos são iguais perante a lei, mas sem essas prerrogativas haveria uma grande desigualdade de forças.

IMPORTÂNCIA DA PROCURADORIA

Entre as principais prerrogativas inerentes aos advogados estão o exercício da profissão com total liberdade em todo o território brasileiro; seu local de trabalho e tudo que nele se encontra (arquivos e dados), toda comunicação e tipo de correspondência, inclusive

telefônicas ou eletrônicas, devem ser respeitados e ser de caráter inviolável, exceto nos casos de busca e apreensão com autorização judicial; se comunicar por quaisquer meios com o seu cliente, mesmo quando se tratar de um preso incomuni-

cável, sendo a troca de informação entre ambos protegida pelo sigilo profissional; ter livre acesso às salas dos tribunais, aos espaços reservados às autoridades judiciais, às secretarias, cartórios, delegacias, prisões, etc., mesmo fora do ho-

rário de expediente; no caso de prisão durante o exercício da profissão, é prerrogativa do advogado ter a presença de um representante da OAB; entre outras.

A procuradoria exerce tarefas que envolvem justamente a proteção dessas e de outras prerrogativas dos advogados. “A PP recebe pedidos de providências e assistências, atua diretamente nos processos administrativos através de pareceres, faz acompanhamento de diligências e audiências, entre outros serviços. Também é escopo da procuradoria a atuação judicial em processos de interesse da Ordem na defesa das prerro-

gativas funcionais, além de atendimento direto aos advogados. Em resumo, a procuradoria está sempre vigilante em defesa das prerrogativas e contra as suas violações, a fim de que a advocacia possa exercer seu papel com plenitude na defesa dos direitos dos cidadãos”, explica Cassarotti.

Nestes dois anos de atuação, segundo Cassarotti, a PP da OAB-Londrina atendeu situações muito amplas nos plantões, além de atuar em processos judiciais, peticionar, apresentar razões e contrarrazões de recursos, entregar memoriais, entre outras atividades.

“Também fazemos atendimentos in loco e acompanhamento de diligências policiais quando essas se deflagram contra advogados, além de dar assistência a lavraturas de autos de prisão em flagrante”, complementa.

O procurador diz que não há números oficiais, mas em média são atendidos de 10 a 15 casos por semana, apenas pelo plantão da procuradoria. “Esse número tem se mantido estável. No primeiro ano, em virtude da novidade do serviço no interior do estado, e em 2021, por causa da abrangência estadual dos atendimentos”, explica.

O plantão da Procuradora de Prerrogativas pode ser acionado por meio do telefone (43) 9 9949-5961.

Subseção Londrina reativa Comissão de Fiscalização

Ainda no âmbito das normativas que norteiam o exercício da advocacia, a OAB-Londrina acaba de reativar sua Comissão de Fiscalização. A coordenação da Comissão está a cargo do advogado Fellipe Anabuki, com vice-coordenação de Luís Guilherme Cassarotti. Desde 2016 Anabuki tem ocupado o cargo de coordenador ou de vice-coordenador de algumas das comissões da OAB-Londrina, dentre elas, a Comissão de Defesa das Prerrogativas Profissionais do Advogado, durante os anos de 2019 a 2022.

Instaladas na maioria das subseções paranaenses, as comissões de fiscalização do exercício profissional têm como função principal fiscalizar determinados casos que possam configurar infrações ético-disciplinares praticadas por advogados. Também cabe à Comissão verificar as denúncias acerca da prática de exercício irregular da advocacia praticados por indivíduos que não se encontram inscritos nos quadros da Ordem dos Advogados do Brasil.

O coordenador explica que outras atribui-



Fellipe Anabuki

ções, como prestar assessoria ao conselho da Subseção e sua diretoria no encaminhamento das matérias de sua competência; elaborar pareceres; promover pesquisas, seminários e demais eventos que estimulem e fomentem o estudo, a discussão e a defesa dos temas respectivos; cooperar e promover intercâmbios com outras organi-

zações de objetivos iguais ou semelhantes; criar e manter atualizado o centro de documentação relativo às suas finalidades; manter contato permanente com as comissões congêneres das outras Subseções, informando-as sobre as atividades desenvolvidas e as diligências realizadas no sentido da mútua colaboração, também entram no rol de atividades pertinentes à Comissão de Fiscalização.

Além disso, adianta Fellipe Anabuki, ainda durante essa gestão haverá fixação de competência das matérias específicas das comissões, ficando estas responsáveis pela análise de casos mais complexos e cujo alcance sobre a classe tenha maior repercussão. “Nesses casos, caberá às comissões a elaboração de pareceres, realização de diligências, formulação de sugestões de atuações à diretoria e propor a adoção de medidas judiciais, tudo em conjunto e contando com o apoio da estrutura administrativa do setor de fiscalização”, explica.

Pela primeira vez, TED da OAB-PR tem gestão paritária de gênero

E lá se vai mais de um século desde que a primeira mulher do Brasil alcançou o feito de formar e atuar na área do Direito. Importante figura na história da advocacia brasileira, Myrthes Gomes de Campos exerceu pioneirismo na luta pelos direitos das mulheres ao defender a emancipação jurídica e o voto feminino.

Nascida em Macaé (RJ), em 1875, Myrthes também enfrentou a sociedade machista da época e seguiu para a capital fluminense aos 18 anos, onde formou-se em 1898 pela Faculdade Livre de Ciências Jurídicas e Sociais do Rio de Janeiro, aos 23.

Outras mulheres já haviam se formado em Pernambuco, no curso de Direito da Faculdade do Recife, mas nenhuma chegou a exercer a profissão de advogada. Já Myrthes concentrou seus esforços nesse objetivo e teve grande êxito. De lá para cá, mulheres de todo o mundo obtiveram enormes conquistas sociais e profissionais, porém, quando o assunto é paridade de gênero ainda há um abismo a ser transposto.

Nesse sentido, um grande passo foi dado pela OAB-Paraná na composição da atual gestão do Tribunal de Ética e Disciplina (TED) da instituição, que pela primeira vez em sua existência tem uma gestão composta por 50% homens e 50% mulheres, em todo o Estado.

Integrante da 7ª Turma de Julgamento do TED, sediada em Londrina, Maria Dirce Triana explica que a composição igualitária da atual gestão foi possível graças à resolução 05/2020 do Conselho Federal da OAB, que alterou o Regulamento Geral do Estatuto da Advocacia e da OAB (Lei n. 8.906/94), para assegurar a igualdade de gênero e a política de cotas raciais, no percentual de 50% e 30%, respectivamente, na composição das chapas que disputam as eleições para os cargos de diretoria e membros do Conselho Federal, do Conselho Seccional, das Caixas de Assistência e do Conselho da Subseção.

“Com isso, na última eleição para os cargos diretivos da OAB, realizada



em 2021, a OAB-PR já saiu a frente e fez valer o direito de igualdade entre seus integrantes, estabelecendo a paridade entre homens e mulheres na composição dos seus órgãos diretivos, em especial o TED”, destaca a advogada.

Ela ainda ressalta que a adoção dos sistemas de paridade e cotas raciais são mudanças históricas para a OAB, que servem de exemplo para uma necessária e indispensável mudança no comportamento político e social do país. “Para mim, é um privilégio e uma honra fazer parte do TED, em especial nessas condições. Desde já, assumo o compromisso de julgar com isenção e serenidade os processos sob minha responsabi-

lidade, para a manutenção da advocacia de excelência e dos direitos de defesa da sociedade, valorizando cada vez mais esta nobre função”, assegura.

O TED não é apenas o órgão responsável por julgar as representações por infrações ético-disciplinares, mas tem também como principais atribuições responder a consultas formuladas por advogados quando há dúvidas sobre se determinado ato pode caracterizar uma infração, e orientar os profissionais sobre as questões de ética relevantes para o exercício da advocacia. Assim, não somente preza pela ética e disciplina, como também serve de referência para o advogado na sua conduta profissional.

PRIMEIRA MULHER

Em 2018, a advogada Caroline Thon foi a primeira mulher a integrar a 7ª Turma do TED. Ela lembra que, na ocasião, desconhecia o fato, que só foi descoberto um ano mais tarde, quando tomou posse para a gestão 2019-2021. Em sua segunda gestão, Caroline Thon também presidiu a 7ª Turma, que atualmente é composta por oito integrantes, todos com igual poder de decisão.

A advogada destaca que a paridade de gê-

nero no TED é, sem dúvida, um grande avanço. “Defendo e incentivo que mais mulheres participem das Comissões, do Conselho da Subseção, Diretorias e do Tribunal de Ética e Disciplina, órgão tão fundamental para a advocacia”, complementa.

Para Larissa Nakamoto, também membro da 7ª Turma, levando em conta o fato de quase metade da classe ser composta por advogadas no Paraná, essa composição paritária é uma revolução significativa. De acordo com dados da OAB-PR, o estado possui cerca de

40.078 mulheres e 40.657 homens.

Confiante e empolgada em fazer parte deste momento histórico, Larissa Nakamoto diz que estar à frente da 7ª Turma de Julgamento, cuja competência se estende sobre a área territorial das Subseções de Apucarana, Arapongas, Cornélio Procopio, Ivaiporã e Londrina é um enorme desafio e privilégio. “Sinto-me muito honrada e feliz. Espero contribuir com um excelente trabalho em prol da advocacia paranaense e retribuir a confiança em mim depositada”, declara a advogada.



Torneio Interjustiça tem início com mais de 250 inscritos

O aguardado Torneio Interjustiça, realizado pela OAB-Londrina por meio da comissão de Esportes e Bem-Estar, teve início no dia 30 de abril, com cerca de 250 inscritos - divididos em 15 times nas categorias Livre e Master. Os participantes são de diversas carreiras jurídicas e também estudantes de Direito.

O torneio atraiu profissionais de toda a região, segundo informa o coordenador da comissão, Roberto Tatsuji Hara. “Temos participantes de Rolândia, Apucarana, Arapongas, Ibiporã e Rolândia”,

informa o coordenador, destacando a grande oportunidade que o torneio traz para reforçar o relacionamento entre os profissionais que atuam na região. “Os objetivos são esses: promover a saúde e bem-estar dos advogados através do incentivo da prática esportiva e a integração entre os que atuam na carreira jurídica, proporcionando esse convívio em momentos mais descontraídos”, reforça Hara.

Entre os times inscritos, estão o de Apucarana, que foi vice-campeão na úl-

tima edição do torneio, em 2019; e o estreante Arapongas.

Os jogos são realizados aos sábados, com o primeiro time entrando em campo às 9 horas, na Associação dos Funcionários do Iapar. Os jogos finais, previstos para o mês de junho, serão realizados no Centro de Convivência dos Advogados.

O torneio recebe apoio da CAA, Unimed e Fundação de Esportes de Londrina. A organização técnica é da Londri Sport, administrada por Diego Souza.





**RUI CÉPIL DINIZ**

Médico de Família e Comunidade - CAAPR-Londrina

Para marcar sua consulta com o médico de família, um programa da CAAPR, ligue para: (43) 3374-8300.

A Saúde além do remédio – Parte 3

O lá!
Terminamos nosso artigo anterior com a seguinte recomendação: “Não fique “guardando lixo” dentro de você! Guarde só o que não é lixo e que te faz bem!”

Alguns serviços adotam uma técnica de terapia coletiva, que se chama terapia comunitária (que é bastante interessante), e que se baseia na teoria que “tudo o que é ruim, e que fica estagnado dentro de nós, estraga, envelhece, fede, e obviamente nos faz mal”.

Não podemos deixar de falar na saúde mental, como ponto de partida para a busca do tão desejado equilíbrio. A seguir, alguns trechos de um artigo publicado em 2019, sobre saúde mental:

Devemos ter em mente algo essencial para a compreensão e aceitação de nossos problemas: “Esta é a nossa vida”!

Não temos outra opção. Ou vivemos bem, da melhor maneira possível, esta nossa vida, ou vivemos em conflito e sofrimento.



Devemos viver bem cada dia que nos é presenteado, mesmo que seja através de uma perspectiva de evolução pessoal e/ou espiritual. Podemos e devemos “fazer limonadas com os limões que recebemos!”

O passado já passou e o futuro ainda não chegou. Vivamos bem o presente!

- Bom humor e atitudes positivas não vão resolver todos os seus problemas, mas certamente vão lhe ajudar na busca da melhor solução e/ou aceitação da realidade.

- Mau humor e atitudes negativas certamente vão alimentar seus problemas, tornando-os maiores do que realmente são, e vão atrapalhar na sua solução.

Nossas emoções geram reações em nosso sistema nervoso, que por sua vez, gera reações a nível endocrinológico e imunológico! Reações boas ou não!!

A medicina tradicional chinesa acredita que todas as doenças têm origem em nossas emoções: Ela relaciona por exemplo, o infarto com a raiva, o câncer com a tristeza etc.

Fica muito clara a indissolubilidade entre corpo e alma, a importância de o equilíbrio ser completo, começando de dentro de cada um. E que a cada dia, aprendamos a cultivar as boas emoções, a alegria, a esperança e principalmente o amor, que certamente receberemos de volta, em forma de amor e saúde!

Abraços a todos!

APROVEITE SEU DESCONTO
E VALORIZE SEU ESTILO COM ATÉ

12% OFF*

Apresente a carteira da OAB vigente em uma de nossas lojas (confira as lojas participantes no site cnsnline.com.br/nossas-lojas, exceto Outlets), pague à vista em dinheiro e ganhe 12% de desconto ou no cartão/Pix e ganhe 7% de desconto. Para compras online, utilize o código promocional OABPIX12-TSF e ganhe 12% de desconto no Pix ou pague no cartão com o código OABCARD7-TSF e ganhe 7% de desconto. Os descontos não são válidos para produtos em promoção, não cumulativos e não se aplicam ao frete.



CNS

Um passo à frente

A CNS é
parceira da
Casa HOPE



cnsnline.com.br
sapatoscns
cnsnline

LANÇAMENTO



COMPLEXO MULTIUSO

RAUL FULGENCIO

TRABALHAR
E VIVER
EM UM
SÓ LUGAR
COM A
EXCELÊNCIA
A.YOSHII

- LAJES E SALAS COMERCIAIS
- STUDIOS E APTOS DE 67M² A 87M²

MADRE LEÔNIA AO LADO DO
SHOWROOM A.YOSHII



SHOW ROOM A.YOSHII : AV. MADRE LEÔNIA MILITO, 1800 | GLEBA PALHANO
DIARIAMENTE DAS 9H ÀS 18H, INCLUSIVE DOMINGOS E FERIADOS

4020 4121

www.ayoshii.com.br