

Eis que tudo novo se fez: como está seu planejamento para 2021?

Ano novo, metas novas: muitas pessoas veem na virada do ano uma oportunidade para criar novos objetivos a partir da virada do ano. Contudo, conforme os meses vão se passando, a maioria deixa suas intenções iniciais de lado, seja por desmotivação, falta de organização ou mesmo mudança de rumos. Mas você pode fazer diferente em 2021!

Organize suas ideias

Coloque seus objetivos para o ano em um papel. Escrever vai te ajudar a perceber o que pode ser alcançado mais facilmente e o que demanda mais tempo para acontecer. E descubra o método que funciona melhor para você: lista, planilha, caderno de anotação... O importante é se organizar!



Elabore metas para cada área da sua vida

Saúde, espiritualidade, vida amorosa, carreira, finanças, família... Pense no que você pode melhorar em cada aspecto. Se cada área tiver objetivos específicos, fica mais fácil manter o equilíbrio entre elas e até mesmo lembrar-se de tudo o que planejou.

Não tente abraçar o mundo!

É importante estabelecer metas que você se sente capaz de cumprir, ou elas não podem não passar de palavras bonitas. Lembre-se: estamos vivendo um momento ímpar, então faz sentido os planos mudarem ou demorarem mais para se cumprir. E registre os planos que deram errado, ao longo do ano, pois eles podem ser metas de melhoria mais à frente.



A partir da próxima semana, o nosso programa de qualidade de vida, **Bem Viver HGIS**, inicia uma nova etapa: a **Ação Planeje**. A partir de rodas de conversa, os colaboradores vão tirar um momento para refletir sobre o planejamento para 2021. Faça tudo ser novo!



Pediatra do HGIS está entre as primeiras pessoas vacinadas do Brasil

Após a aprovação da Anvisa, o Governo do Estado de São Paulo começou a vacinar sua população, de acordo com os critérios de prioridades estabelecidos no Plano de Vacinação. Profissionais da saúde de diferentes cidades de todo o Estado foram convidados para o início da campanha, que aconteceu no Hospital das Clínicas no último domingo (17).

Do HGIS, a representante escolhida foi a pediatra Dr.^a Celia Regina Moreira. “Fui avisada no dia! Foi tudo muito rápido, muita euforia”, conta a médica. Ela atende por aqui desde 2015, intercalando entre Pronto Atendimento e Bloco III e foi a primeira profissional do HGIS a receber a imunização, em todo o país.

“Tinha muita gente lá, estava todo mundo emocionado, sobretudo os cientistas. A sensação é de que vivemos um momento histórico”, afirma a pediatra.

“A COVID-19 teve um impacto muito grande na vida de todo mundo, trouxe muito medo. Eu tenho um filho com imunodeficiência, então no início da pandemia conversei com meu marido e optei por sair de casa, para ver como a situação iria se desenhar. Fiquei fora por três meses”, relata.

Para a Dr.^a Celia, a chegada da vacina muda tudo. “Eu vou me sentir mais segura agora, sem aquele medo de ficar doente e transmitir para a minha família”, declara. “Agora a gente pode ter esperança de conseguir controlar essa pandemia. Vai levar um tempo, mas a gente chega lá”, finaliza.

HGIS inicia campanha de vacinação contra COVID-19

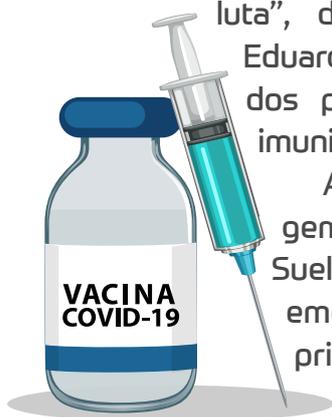
Os colaboradores do HGIS começaram a receber a primeira dose da vacina contra a COVID-19, na última quinta-feira (21). Foram escolhidos representantes de cada categoria profissional que atuam na linha de frente para dar o pontapé inicial.

“O início da imunização nos traz esperança de dias melhores. Receber a vacina nos deixa mais seguros e resilientes para continuar nossa luta”, diz o intensivista Dr. Eduardo Mendes Motta, um dos primeiros a receber a imunização.

A técnica de Enfermagem da UTI Adulto, Suelem Pereira Campos, se emocionou ao receber a primeira dose da Coronavac. “É o início de uma

vitória que já era muito esperada por nós, profissionais de saúde. Tomar a vacina traz a sensação de que coisas boas virão”, diz.

Para organizar o atendimento e evitar aglomerações, os profissionais devem aguardar a orientação do gestor para se dirigir ao local de vacinação. E importante lembrar: a vacina não exclui a necessidade de seguir com os hábitos de segurança, como o distanciamento social, uso correto de máscara e higienização frequente das mãos.



HGIS inicia parceria para internato de Medicina



Universidade Anhembi Morumbi
LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES

O Hospital Geral de Itapeverica da Serra recebe sua primeira turma de internato, com estudantes da Universidade Anhembi Morumbi, a partir do dia 2 de fevereiro. Com a parceria entre as instituições, o HGIS passa a proporcionar vivência médica qualificada a 18 estudantes de Medicina, ao longo do ano de 2021.

O programa de Urgências e Emergências contará com alunos do último ano do curso, que serão divididos em sete grupos de três estudantes e devem percorrer diferentes setores do HGIS por seis semanas, cada. Eles

terão tutoria em atendimentos no Pronto Socorro, nas UTI, no Centro Cirúrgico, no Ambulatório e nas Enfermarias dos blocos 2,

3 e 4. A avaliação final irá considerar a postura e adesão dos protocolos do hospital.

Para a gerente executiva hospitalar do HGIS, Dr.^a Najara Maria Procopio Andrade, o programa está alinhado ao objetivo estratégico do hospital, de promover e gerir conhecimento institucional por meio de ensino e pesquisa.

“É a academia dentro do hospital fomentando o aprendizado e a melhoria contínua. Adicionalmente assumimos o compromisso de contribuir na formação de médicos capazes de exercer uma medicina moderna e humanizada pautada nos valores institucionais”, afirma Dr.^a Najara.

Bem Viver HGIS provoca ações de planejamento

O programa Bem Viver HGIS realizou uma ação para estimular os colaboradores a refletir sobre a elaboração de um planejamento anual pessoal.

“Quando olhei para a ferramenta fiquei surpresa ao verificar que existiam áreas que há tempos não tinham um olhar específico e que, mesmo não dando a real importância, acabavam influenciando na minha felicidade”, conta a analista de Recursos Humanos, Rosângela de França Furlaneto, após participar da roda de conversa.

A assistente social Mônica Jesus foi uma das mediadoras da dinâmica. “São momentos importantes de fala, pois ter a oportunidade de falar sobre seus sentimentos, angústias e vitórias neste momento tão difícil da pandemia proporciona alívio aos males do corpo e da psique”, explica Mônica.



Residentes iniciam apresentações de TCC

Os residentes do HGIS começaram a semana de apresentações de seus trabalhos de conclusão de curso esta semana. O primeiro a ser apresentado foi o da Dr.^a Natalia Sousa Alves Ferreira, residente médica da Ortopedia.

A pesquisa teve como tema “Tratamento conservador x cirúrgico de fraturas de clavícula em estudo retrospectivo”.