

# Cinco passos pra combater o **ASSÉDIO MORAL**

**1** **Mantenha um diário do assédio:** registre o que ocorreu, data, horário e testemunhas do que está acontecendo. Organize seus documentos importantes, como laudo médico e cópias de ata;

**2** Crie um grupo entre os colegas de confiança: **o assediador tem medo da nossa força**, por isso, a criação de uma comissão de assédio nos locais de trabalho é importante para que os trabalhadores(as) se fortaleçam;

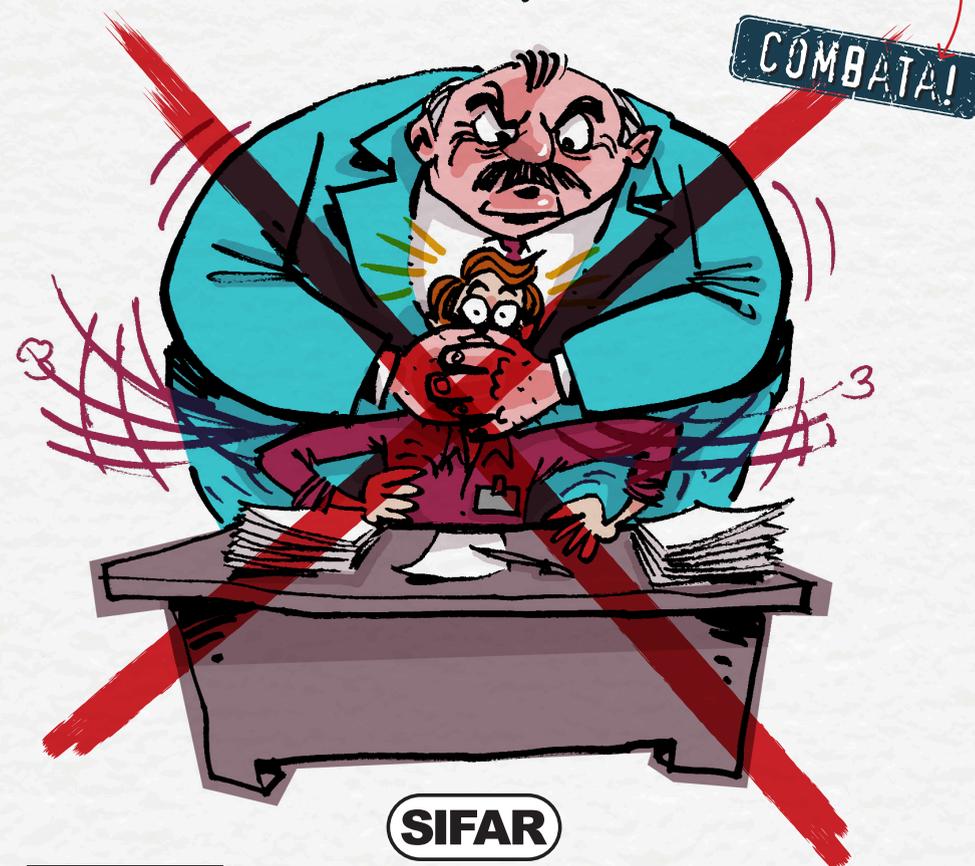
**3** Não mantenha contato com o assediador sozinho(a): é importante que você sempre tenha um colega próximo, e que **registre tudo o que puder na ata da unidade;**

**4** **DENUNCIE:** O assédio é uma **prática ilegal** com punição prevista pela Lei Municipal 3.591/2020. Para denunciar você deve entrar em contato com a **ouvidoria geral** da Prefeitura de Araucária pelo **site da Prefeitura, pelo telefone 0800-643-1550, ou ainda pelo e-mail ouvidoria@araucaria.pr.gov.br.** Além disso, é importante **procurar o SIFAR** para que o sindicato possa acompanhar a situação;

**5** Não negligencie sua saúde! O sofrimento no trabalho causado pelo assédio pode levar ao adoecimento físico e mental. **Procure ajuda profissional sempre que necessário. Você não está sozinho nessa caminhada.**



# Basta de **ASSÉDIO MORAL** no local de trabalho!



**DENUNCIE!**

**OUVIDORIA DA PREFEITURA:**  
0800-643-1550  
ouvidoria@araucaria.pr.gov.br

**Entre em contato com  
o SIFAR pelos telefones:**  
(41) 99886-0107 ou (41) 3642-0952

**MANTENHA-SE  
INFORMADO!**



FACEBOOK  
facebook.com/sifararaucaria



WHATS APP  
99886-0107



INSTAGRAM  
@sifar.araucaria



TELEFONE  
3642-0952



SITE  
www.sifar.org.br



# Entenda o que é o **ASSÉDIO MORAL** e combata no seu local de trabalho

O assédio moral é a exposição dos trabalhadores a situações **humilhantes e constrangedoras de maneira sistemática** e recorrente durante o trabalho por um superior.

O assédio pode ocorrer quando a gestão é questionada pelos trabalhadores ou quando as chefias querem tomar decisões impositivas de forma autoritária e sem diálogo.

**A prática do assédio é cotidiana e pode se agravar com o tempo**, até o ponto em que os trabalhadores e trabalhadoras que são assediados podem perder interesse em exercer sua função, se sentirem culpados pela situação e até mesmo adoecer mentalmente e fisicamente.



## O SOFRIMENTO DO ASSÉDIO PODE LEVAR AO ADOECIMENTO

▶ O assédio moral é gravíssimo e muitas vezes os trabalhadores assediados estão sendo vítimas de pequenas atitudes do cotidiano que se transformam em situações cada vez mais escancaradas. *Veja abaixo algumas das práticas e fique de olho no seu local de trabalho.*

- ▶ Quando os superiores obrigam os trabalhadores a assinarem atas descabidas;
- ▶ Quando há transferência ou ameaça, de forma arbitrária, para outro local de trabalho;
- ▶ Quando há constrangimento dos trabalhadores em frente aos colegas;
- ▶ Quando existe a distribuição de tarefas em excesso ou que o trabalhador não tem condição de realizar;
- ▶ Ou quando o superior faz questão de tirar a autonomia dos trabalhadores em relação ao trabalho.

**O ASSÉDIO É UMA REALIDADE E PRECISA SER COMBATIDO!**

▶ **Não pode haver conivência com a prática de assédio moral.** O assédio deve ser denunciado e acompanhada de perto por todos. A responsabilidade de dar encaminhamento às denúncias é da Prefeitura, entretanto, o combate deve ser feito nos locais de trabalho pelos servidores, com o fortalecimento e acolhimento dos trabalhadores.

**VEJA COMO >>**