



Sindicato dos Contabilistas do
Município do Rio de Janeiro

MBC

Mensário Brasileiro de Contabilidade

ano 103 | número 1172



Ampla Valorização

**SINDICONT-Rio realiza atividades comemorativas para
o Dia do Profissional da Contabilidade e Dia das Mães**

Nossa Missão

Oferecer aos Profissionais da Contabilidade um Sindicato forte e atuante na defesa dos direitos e interesses do Profissional Liberal, Contador e Técnico em Contabilidade no Município do Rio de Janeiro, de forma eficaz, visando o respeito e o aprimoramento da categoria.



Editorial	3
Momento a ser lembrado	
Microempreendedor Individual	4 e 5
Novas perspectivas	
Associativismo	6 e 7
Visibilidade e parceria	
Terceiro Setor	8 e 9
Transparência solidária	
Artigo	10 e 11
A contabilidade no terceiro setor brasileiro	
Capa	12 a 14
Trabalho constante	
Bem-Estar	15
Equilíbrio fundamental	

O Mensário Brasileiro de Contabilidade é uma publicação do Sindicato dos Contabilistas do Município do Rio de Janeiro, detentor das medalhas Tiradentes (Alerj, Resolução 1.156/2015) e Pedro Ernesto (Câmara Municipal RJ, Resolução 9.293/2016).

Sede: Rua Buenos Aires, 283 (Edifício Moraes Junior), 2º andar, Centro, Rio de Janeiro, RJ. CEP: 20061-003

Whatsapp: (21) 98554-2163

Site: www.sindicont-rio.org.br

E-mails: sindicont-rio@sindicont-rio.org.br

diretoria@sindicont-rio.org.br

secretaria@sindicont-rio.org.br

Facebook: @sindicont.rio

Instagram: @sindicont.rio

Filiações:

Federação dos Contabilistas nos Estados do Rio de Janeiro, Espírito Santo e Bahia (FEDCONT/RJ/ES/BA)

Confederação Nacional das Profissões Liberais (CNPL)

Central dos Sindicatos Brasileiros (CSB)

O SINDICONT-Rio não se responsabiliza pelos conceitos emitidos nos artigos assinados e pelos produtos e/ou serviços oferecidos pelos anunciantes.

EXPEDIENTE

Diretoria 2018-2022

Presidente: Diva Maria de Oliveira Gesualdi

Vice-Presidente: Sandra Helena Gonzaga Pedroso

Diretora Secretária Geral: Elismar Moraes dos Santos

Diretora 2ª Secretária: Ana Maria da Silva

Diretora Financeira: Maria de Fátima Moreira

Diretora de Contabilidade: Sonia Regina Mandarino

Diretora de Assuntos Jurídicos: Lygia Maria Vieira Sampaio

Diretora Social: Mary Isabel Pereira

Diretora Cultural e de Divulgação: Fátima Bernardo da Silva

Diretores Suplentes: Ana Luiza Pereira Lima, Andrea Pereira da Silva, Bela Balassiano, Jayme Pina Rocio, José Paulo Cosenza, José Rubens do Amaral, José Vicente de Paula, Raimundo Viana Pereira, Rosângela Dias Marinho

Conselho Fiscal (Efetivos): Josuel Batista Ferreira, João Bosco Lopes, Aldo Gagliardo

Conselho Fiscal (Suplentes): Gustavo Fontoura Cretton, Celi Coelho da Silva, Cristina Maria Araújo Costelha

Delegados representantes junto à Federação (Titulares): Diva Maria de Oliveira Gesualdi e José Rubens do Amaral

Delegados representantes junto à Federação (Suplentes): Maria de Fátima Moreira e Ana Luiza Pereira Lima

Produção editorial e design: Cajá Comunicação
Projeto Gráfico: Cajá Comunicação

Fotografias: Arquivo SINDICONT-Rio, Eliane Carvalho, Freepik e Unsplash

Versão digital: www.sindicont-rio.org.br

**Diva Gesualdi**

Contadora e Presidente do SINDICONT-Rio

Momento a ser lembrado

Para celebrar o Dia do Profissional da Contabilidade, o SINDICONT-Rio incluiu em sua programação ações especiais comemorativas à data, como um comercial de rádio e transmissões ao vivo sobre assuntos relevantes para a Classe Contábil. Em maio, o Dia das Mães também foi lembrado com a participação de convidadas de diversos setores nas lives promovidas pelo Sindicato, na qual falaram sobre suas experiências com a maternidade em paralelo às carreiras profissionais. Nesse período, também incentivamos ações solidárias por meio de campanha para arrecadação de agasalhos e cobertores para o inverno, e doação de sangue na sede do Hemório.

Ao longo da pandemia de Covid-19, o auxílio às pessoas mais vulneráveis tem ocorrido, entre outras formas, por meio de doações feitas por pessoas físicas e jurídicas para instituições de várias áreas. Para acompanhar a evolução dos valores doados e o destino dos mesmos, o site Monitor das Doações Covid-19 unifica essas informações, propiciando

transparência aos entes envolvidos e à sociedade, assim como a demonstração da importância do terceiro setor no contexto da pandemia. Nessa edição, abordamos a implementação da iniciativa, que contribui para a cultura de doação do Brasil e o fortalecimento da área.

A exemplo do SINDICONT-Rio, o Sindicont Joinville e o Sindcont-SP buscaram formas para fortalecer o Associativismo em suas regiões com ações como parcerias, serviços, cursos e atuação próxima de outras entidades do setor.

Outra área que pode representar novas possibilidades de trabalho para os Profissionais da Contabilidade é a prestação de serviços para microempreendedores individuais, que costumam não ter conhecimento sobre aspectos da gestão de uma empresa individual, assim como oportunidades para crescimento do empreendimento, que podem ser identificadas pelos Contadores.

MICROEMPREENDEDOR
INDIVIDUAL



Novas perspectivas

Alternativa de muitos trabalhadores na pandemia, MEIs podem representar novas possibilidades para os Contadores

No primeiro trimestre de 2021, o Estado do Rio de Janeiro registrou novos 68,8 mil novos Microempreendedores Individuais (MEI), crescimento de 9% em relação ao mesmo período no ano anterior. Ao todo, de acordo com o Sebrae, estão registrados mais de 1 milhão de MEI no estado.

Segundo Suzana Mattos, analista do Sebrae Rio, as dificuldades dos MEI começam antes mesmo da abertura do CNPJ, no acesso às informações sobre o formato, como os benefícios fiscais e previdenciários que os trabalhadores por conta própria podem ter se formalizarem

suas atividades e as necessidades de cada área de atuação, como licenciamentos e formações específicas.

“As pessoas ficam em dúvida se estão aptas ou não. Depois, quando se formalizam, atuam sozinhos, prestando o serviço propriamente e fazendo a parte de gestão. Também há as dificuldades de acesso ao crédito, já que a situação no sistema financeiro é um pouco ambígua, por se tratar de uma empresa individual”, explica a especialista, acrescentando outros aspectos, como dificuldade de acesso à tecnologia adequada, como internet e celulares compatíveis com ferramentas a serem usadas para



OS MEI TÊM NECESSIDADES ESPECÍFICAS QUE PODEM SER ORIENTADAS POR PROFISSIONAIS DA CONTABILIDADE

marketing digital, por exemplo. Ela ainda aponta desigualdade de gênero e racial, já que a maioria dos trabalhadores por conta própria é negra.

Pela natureza individual, diferenciar as pessoas física e jurídica é outra dificuldade dos Microempreendedores Individuais, o que deve ser contornado com capacitação. “É um processo de educação empreendedora. A gente não tem a cultura do aprendizado de direitos e deveres. E é complexo por serem trabalhadores por conta própria, em casa. É difícil criar a cultura de separar as pessoas física e jurídica e a gestão financeira de cada uma. Com o tempo as pessoas veem a diferença”, explica Suzana.

A consultora do Sebrae Rio pontua que as micro e pequenas empresas, grupo do qual os MEI fazem parte, tiveram políticas específicas para manutenção dos empreendimentos e, por consequência, dos empregos gerados. “Antes mesmo da pandemia, as MPE já eram 99% das empresas do Brasil, com 56% dos empregos formais. Há muito impacto na economia e

houve resposta do poder público, embora nem todos tenham obtido acesso”, detalha.

No contexto geral, ela explica que grande parte das MPE encerra suas atividades após dois anos de funcionamento por uma série de fatores, como aspectos tributários, assistência técnica e qualificação profissional. Somente entre os pequenos negócios do estado do Rio de Janeiro, mais de 90 mil encerraram suas atividades em 2020. “O ecossistema brasileiro ainda não é favorável ao pequeno negócio. É preciso uma rede para dar assistência”, destaca.

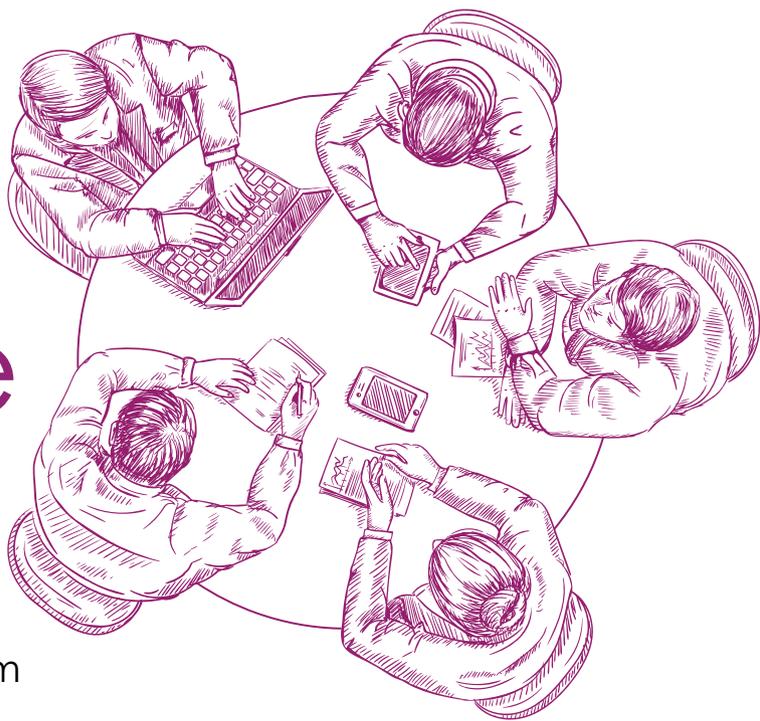
Oportunidade de trabalho

Suzana pontua que as necessidades dos MEI podem representar oportunidades de trabalho para a área Contábil. “É uma figura muito importante para o MEI se o Contador conseguir se enxergar como empresa inovadora. Há vários serviços que os Microempreendedores não sabem fazer sozinhos, como elaboração de contratos para prestação de serviços temporários e consultoria, ou quando o faturamento cresce muito rápido. Há empresas de áreas populares que percebem isso”.

Assim como os serviços específicos a serem prestados, ela destaca que o trabalho para MEI pode trazer outras oportunidades. Ela também lembra que o crescimento do número de Microempreendedores Individuais não ocasionou a queda de empresas de maior porte, como microempresas. “Se o MEI cresce, também aumenta a possibilidades de ter novos clientes. O Contador tem que estar preparado para inovar”.

Visibilidade e parceria

Sindicont Joinville e Sindcont –SP desenvolvem iniciativas para reunirem associados e alcançarem objetivos da Classe Contábil



Assim como a atuação do SINDICONT-Rio na capital fluminense, outros Sindicatos Contábeis nos estados brasileiros se reinventaram para ressaltar a importância do Associativismo. Entre as ações do Sindicato dos Contabilistas de Joinville e Região (Sindicont Joinville) e do Sindicato dos Contabilistas de São Paulo (Sindcont-SP), estão oferta de serviços e proximidade com os profissionais representados e demais Entidades do setor.

A Presidente da Entidade catarinense, Gilda Nessler, explica que outras atividades do Sindicato reduziram o impacto financeiro ocasionado pela queda da arrecadação da contribuição sindical. Porém, eventos como festas e gincanas foram afetados.

“No mesmo ano da queda da sindical, iniciamos um novo projeto: a implantação da Certificação Digital

dentro do Sindicato, já que atuávamos com o setor de cursos, que, de fato, sofreu grande impacto, e as parcerias que firmamos, seja de repasse de valores em convênios de saúde ou patrocinadores. Por mais que algumas adaptações tenham sido feitas com o objetivo de conter despesas, até o momento, garantimos que a Certificação Digital está mantendo a Entidade financeiramente saudável. Com a retomada dos cursos presenciais, sentimos que logo tudo estará normal”, explica.

Em São Paulo, além dos cursos e palestras, que atualmente são remotos por conta da pandemia de Covid-19, o Sindicato tem convênio médico e parcerias para eventos, com escolas e *resorts*. Também ocorrem apresentações da Entidade em faculdades de Ciências Contábeis para angariar associados entre os futuros profissionais.

Além dessas iniciativas, o Sindcont-SP abriu ao público a participação no Centro de Estudos e Debates Fisco-Contábeis (CEDFC), com grupos específicos e encontros semanais que tratam de temas como Terceiro Setor e Contabilidade Pública, Tributos e Obrigações, IFRS, Gestão Contábil e Perícia Contábil. A iniciativa, segundo Geraldo Lima, Presidente da Entidade, foi uma porta de entrada no Sindcont-SP para muitos associados. “Foi muito rico para minha formação profissional. Como forma de retribuição, ingressei na presidência do Centro após alguns anos de participação”, explica.

Assim como ocorre com as Entidades Congraçadas fluminenses, grupo do qual o SINDICONT-Rio faz parte, que firmam parcerias e atuam em pautas em comum de seus representados, o Presidente do Sindcont-SP pontua que várias Organizações Contábeis do estado surgiram no Sindicato e que, atualmente, as Entidades Congraçadas de São Paulo se ajudam e atuam em prol da Classe Contábil de acordo com o escopo de cada uma.

Presença

Por conta da prestação de outros serviços, Gilda pontua que estar próximo dos profissionais representados também contribui para manter a relevância do Sindicato. “Do nosso ponto de vista, precisamos apenas manter o nosso trabalho que já está em andamento e nos aproximarmos cada vez mais dos Profissionais da Contabilidade”, sugere.

Com experiência em outras Entidades Contábeis, Gilda pontua atividades



PROMOÇÃO DE CURSOS, GRUPOS DE ESTUDOS, SERVIÇOS E CONVÊNIOS COM OUTRAS ORGANIZAÇÕES SÃO ALGUMAS DAS AÇÕES REALIZADAS PELO SINDICONT JOINVILLE E O SINDCONT-SP

que aproximaram a Classe Contábil da sociedade, como o CRC Solidário, o projeto Infância Saudável e no apoio ao Hospital Infantil Dr. Jeser Amarante Faria.

Geraldo destaca que o Associativismo ajuda no fortalecimento das Entidades e traz visibilidade para as reivindicações dos seus integrantes, mesmo que o tema não seja necessariamente da área de atuação do Sindicato.

“A união das Entidades em busca de um denominador comum, que é o bem-estar e a valorização dos Profissionais da Contabilidade, proporciona um conagraçamento mais amplo e fortalecido, na busca por pleitos e anseios junto aos órgãos federativos. Dessa forma, é criada uma grande teia que envolve os Associados, Entidades e representantes dos três poderes, para que, juntos, possamos lutar e buscar ao lado dos parceiros e representantes da classe política, toda representatividade possível e conquista de pedidos e reivindicações para nossos representados”, conclui.



Transparência solidária

Monitor das Doações Covid-19 acompanha doações de pessoas físicas e jurídicas ao longo da pandemia

Desde o começo da pandemia de Covid-19, as iniciativas desenvolvidas por organizações do terceiro setor contribuíram para que as pessoas obtenham ajuda em situações de vulnerabilidade. A realização desses trabalhos, muitas vezes custeados somente por doações da sociedade, pode ser acompanhada desde a captação dos recursos, assim como outros dados relacionados ao financiamento dos projetos.

Iniciativa da Associação Brasileira de Captadores de Recursos (ABCR), o Monitor das Doações Covid-19 reúne informações como valores doados, pessoas físicas e jurídicas participantes, formas de captação, setores econômicos, campanhas e cidades que mais doaram, além de um monitor atualizado semanalmente com o total arrecadado. Até o fim de abril, mais de R\$ 6,8 bilhões em doações haviam sido registrados.

“No final de março de 2020, percebemos que havia um grande número de anúncios públicos de doações, em especial das empresas. Colocamos em uma tabela e vimos que já somava R\$ 400 milhões, com doações e campanhas arrecadando recursos em pouco tempo, muito acima dos valores usuais. Achamos que seria importante fazer esse trabalho de forma mais sistemática e por isso criamos o Monitor das Doações Covid-19, lançado em 31 de março de 2020”, contextualiza Marcia Woods, presidente da ABCR.

Roberta Faria, presidente do Instituto MOL, pontua que há dificuldades em reunir as informações sobre doações e que a iniciativa conseguiu isso na hora certa, além de ter sido um “termômetro” das ações nesse período.

“O Monitor das Doações foi um marco: um controle público e quantificado das doações feitas desde o início da pandemia. É o tipo de iniciativa que fortalece todo o terceiro setor, ao

mostrar a força do esforço coletivo e chamar à público empresas e grandes doadores para que também façam a sua parte”, destaca.

Marcia explica que o Monitor acompanha campanhas de captação, *lives*, anúncios públicos de doação e *releases* dos doadores. “Tudo o que é informado e tem referência pública na internet nós acrescentamos ao Monitor, a partir de uma tabela nas nuvens que fica à disposição para qualquer pessoa que baixar e acessar os números”, pontua a presidente, acrescentando que após os primeiros meses com mais doações e queda no segundo semestre de 2020, houve aumento no começo de 2021.

Fortalecimento

A gerente de Relações Institucionais do Grupo de Institutos, Fundações e Empresas (GIFE), Camila Aloiz, destaca que a iniciativa auxilia na promoção de “um investimento social mais estruturado e fortalece a cultura de doação no Brasil”. A entidade, segundo ela, ajuda na divulgação do Monitor das Doações.

“Temos um trabalho conectado com a ABCR para divulgar a iniciativa do Monitor das Doações, promovendo transparência na atuação da filantropia e do investimento social privado”, explica.

Camila ressalta que a transparência propiciada pelo Monitor das Doações traz confiança para o uso da doação e a finalidade da mesma. “Os problemas são complexos e estruturais. Apenas com o fomento de uma sociedade mais doadora, poderemos resolver os problemas de forma igualitária e justa”.



INICIATIVA REÚNE INFORMAÇÕES SOBRE AS DOAÇÕES REALIZADAS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 E DISPONIBILIZA OS DADOS AO PÚBLICO

Roberta acrescenta que a disponibilização dos dados aproxima os doadores das instituições, assim como traz desdobramentos futuros. “O doador gosta de se sentir parte do processo e, ao mostrar o que seu dinheiro está financiando, quando ele é tratado com o respeito e a transparência devidos, ele se envolve e responde à altura: seja doando recorrentemente, ou influenciando parentes e amigos a doarem também”, explica.

A presidente da ABCR destaca a generosidade nesse contexto, assim como outros desdobramentos trazidos pelo movimento. “Com estes dados pudemos falar mais sobre doações na mídia e até desenvolver estudos. Aprofundamos o diálogo com a sociedade sobre a importância da doação, quem doa, para onde doa, e demonstrar como a doação ajuda o nosso país e os brasileiros, inclusive salvando vidas. E assim esperamos que como nação, passamos a valorizar e praticar mais este ato tão bonito e generoso”.



Escaneie o QR Code e acesse o site Monitor das Doações Covid-19.

A Contabilidade no Terceiro Setor Brasileiro

João Silva¹

Liana Bittencourt²



O terceiro setor é o campo social que coexiste com o Estado e com o Mercado, diferenciando-se do primeiro por ter natureza privada e do segundo, por não ter o lucro como objeto de sua existência, promovendo uma verdadeira mudança de paradigmas da colaboração entre o público e o privado de interesse público no Brasil.

O terceiro setor brasileiro toma os contornos que conhecemos a partir da década de 1980, pois "a questão social revelou que os direitos sociais do indivíduo, sem a

ponderação das desigualdades, não se realizavam, porque uma grande parcela da população continuava à margem das decisões políticas e sociais, rompendo o pacto social originário que fundamentou o Estado Moderno" (SIMÕES, 2013)³. Com o processo de abertura política e o movimento de redemocratização e de ações que denominamos de movimentos sociais, culminam, no início da década de 1990, com surgimento do que chamamos de Organizações Não-Governamentais - ONGs, com forte impulso dos teóricos da Reforma do Estado⁴, que cunharam a expressão importada dos Estados

Unidos, para denominar as organizações da sociedade civil com finalidades públicas e que não objetivam o lucro, tendo a sua regulamentação definitiva em 2014, também conhecido como Marco Regulatório das Organizações da Sociedade Civil (MROSC), advinda pela Lei nº 13.019/2014⁵, que estipulou a ordenação jurídica que faltava às ONGs, agora juridicamente reconhecidas pelo nome formal de Organizações da Sociedade Civil. Este processo de regulação demanda a atuação do Profissional da Contabilidade, dentre outros profissionais.

A filosofia abordada no livro *Princípios*, de Ray Dalio (2019)⁶, apresenta uma atuação contábil transparente e radicalmente sincera com o uso das melhores soluções em prol da organização.

Imagine que você é o gestor de uma Organização do Terceiro Setor que se encontra num estado de insolvência por falta de Gestão Financeira, sem caixa suficiente para honrar com os pagamentos. O que fazer diante desse cenário?

Aqui entra a contabilidade especializada ao terceiro setor, que pode apoiar o Gestor Financeiro na tomada da melhor decisão, comunicar o provisionamento das contas e reduzir a possibilidade de geração

de passivo trabalhista dentre outros, restabelecendo a confiança na gestão do negócio. O Profissional da Contabilidade é a peça-chave neste processo.

Vemos a necessidade de implantação da Governança Corporativa dentro de uma entidade do terceiro setor: a prática de gestão com monitoramento dos fatos relevantes e incentivos recebidos, buscando a transparência nas relações entre associados, conselheiros, diretoria, governo, empregados, doadores, a sociedade em geral e demais partes interessadas. As boas práticas de governança no terceiro setor deve sempre buscar preservar e otimizar o valor econômico de sua instituição a longo prazo, facilitando o acesso a recursos recorrentes, com vistas a contribuir para a qualidade da gestão e garantir a sua perpetuidade. A contabilidade em seu modelo mais atualizado possível gera uma prestação de contas condizente com a realidade institucional, apresenta a trilha que o dinheiro doado percorreu dentro da instituição, sua destinação e fechamento claro e compreensível. Deixar de informar é um desserviço ao zelo pela viabilidade econômico-financeira de qualquer instituição.

-
1. Assistente Social, Mestre em Serviço Social; Coordenador do Curso de Serviço Social da UNISUAM, Professor Universitário, Pesquisador de Terceiro Setor; Questões Urbanas, Socioambientais e Mobilização Comunitária no Contexto de Favelas e Bairros Periféricos
 2. Mestre em Contabilidade, Contadora, Administradora, Matemática e Educadora Financeira. Especialista em finanças empresariais, escritora, consultora e idealizadora do Programa Storytelling Financeira
 3. SIMÕES, Carlos – Teoria & crítica dos direitos sociais: o Estado Social e o Estado democrático de direito - São Paulo: Cortez, 2013;
 4. PEREIRA, José Matias. REFORMA DO ESTADO, TRANSPARÊNCIA E DEMOCRACIA NO BRASIL in: Observatório de la economía latino-americana - Revista académica de economia. Número 26, 10 de junio de 2004 – Disponível em: www.eumed.net/coursecon/ecolat/
 5. BRASIL. Lei n.º 13.019, de julho de 2014. Marco Regulatório das Organizações da Sociedade Civil. Disponível em: www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/L13019compilado.htm. Acesso em: 04 maio 2019.
 6. DALIO, Ray. *Princípios*. São Paulo: Intrínseca, 2019.

Trabalho constante

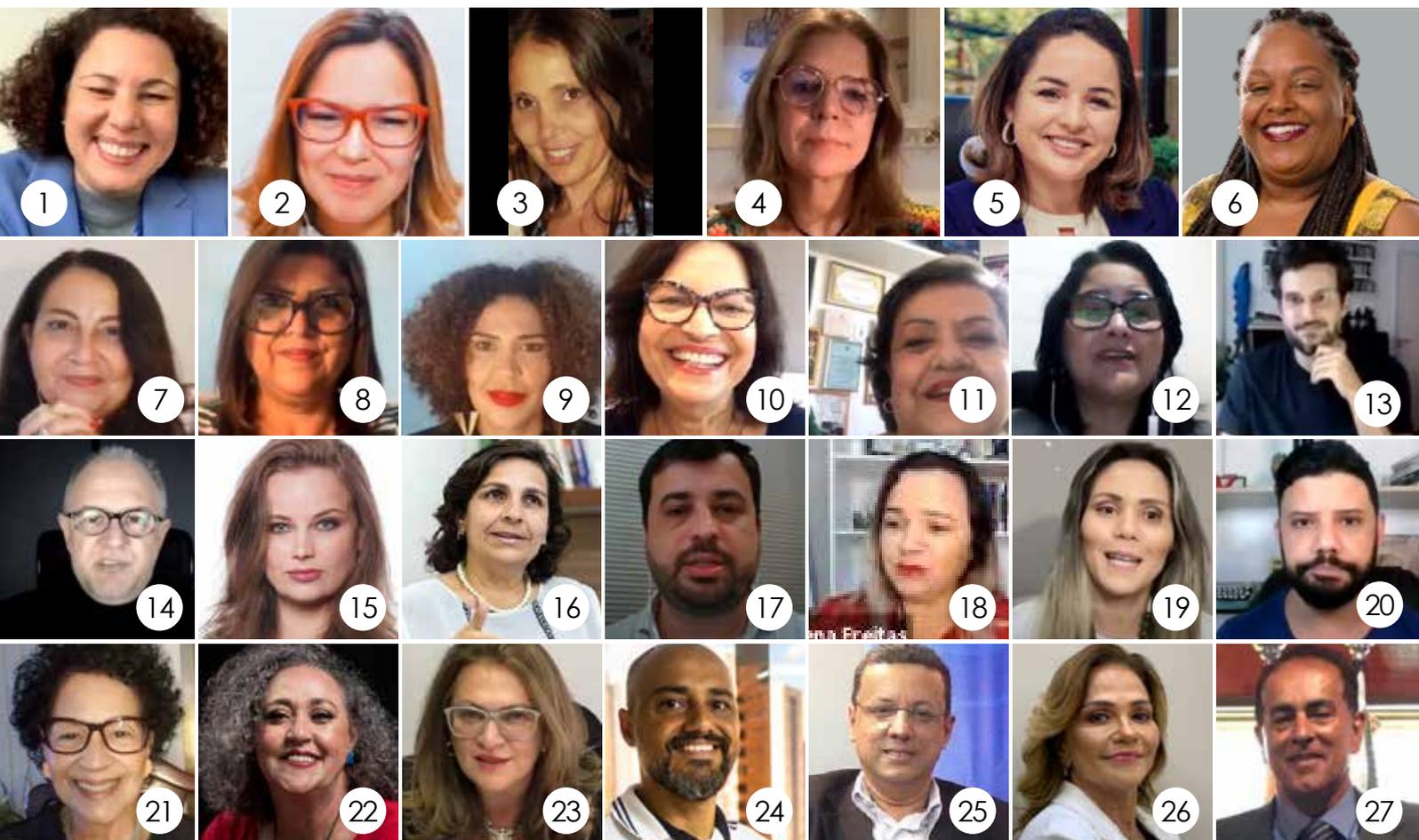
SINDICONT-Rio realiza ações comemorativas ao Dia do Profissional da Contabilidade, Dia das Mães e *lives* sobre temas do Setor Contábil

Entre os meses de abril e junho, o SINDICONT-Rio realizou transmissões ao vivo sobre temas relevantes para a Classe Contábil. Na primeira *live*, no dia 7 de abril, o designer Pedro Segreto (13) falou sobre Design Thinking. No dia 12, o Contador Roberto Campos (14) abordou o tema Imposto de Renda – Investimento no Exterior. A Contadora Ana Paula Haskel (15) participou da transmissão do dia 14, sobre Entidades Sem Fins Lucrativos – Enquadramento, Aspectos Tributários Federais e Contábeis. No dia 19, a Consultora Dilma Pimentel (16) tratou de ESG: Tsunami, Marolinha ou Cortina de Fumaça. O tema Destinação do Imposto de Renda foi abordado pelo Perito Rafael Canazar (17) na transmissão do dia 26. Em seguida, no dia 28, a Professora Ildelena Freitas (18) falou sobre DP das Entidades Religiosas – Prebenda.

No dia 12 de maio, a Contadora Claudia Gontijo (19) abordou o assunto Governança para o Terceiro Setor. Professor de EAD de Gestão de escritórios contábeis, Marco Aurélio (20) tratou da Declaração de Imposto de Renda: MEI, Auxílio Emergencial e BEM na transmissão do dia 13. A Advogada Rose Marie De Bom (21) participou da *live* transmitida

no dia 19, sobre Como Legalizar uma Empresa. No dia 26, Silvia Sanches (12) falou sobre Destrave Sua Mente – Do Autoconhecimento a Clareza do Pensamento. O SINDICONT-Rio também prestou uma homenagem póstuma ao Contador Luiz Maurício de Almeida no dia 5 de maio, data em que participaria de uma *live*.

Em junho, no dia 1º, a Presidente do Observatório Social do Brasil, Belonice Sotoriva (23), falou sobre o Dia da Cidadania Fiscal. No dia 9, ocorreu a *live* Cenário Pós Pandemia: Tecnologia Ganhos e Oportunidades, com Helbert Macedo (24), Gestor de Marketing/Vendas e Desenvolvimento de líderes e Consultor. No dia 16, Marcelo Cavalcanti (27), Autor de livros de Contabilidade e Auditoria, abordou o tema Novas Mudanças Contábeis. Em seguida, no dia 21, Ana Paula Haskel falou sobre Entidades Sem Fins Lucrativos: Aspectos Gerais e Essenciais sobre a Contabilidade. Vânia Campos (26), Psicóloga Clínica e Organizacional, tratou de Gestão do Tempo na *live* do dia 23 de junho. Na transmissão do dia 30, José Esteves (25), CEO na Exponentialis, falou sobre Liderança Exponencial.



As *lives* do SINDICONT-Rio são apresentadas pela Vice-Presidente Sandra Pedroso (22) e transmitidas pelo Zoom e pelo Instagram da Entidade. Os vídeos são disponibilizados no canal do SINDICONT-Rio no YouTube.

Especial Dia das Mães

Entre os dias 3 e 10 de maio, o SINDICONT-Rio fez *lives* para celebrar o Dia das Mães, abordar os diversos papéis da mulher na sociedade e as experiências múltiplas com a maternidade, como a divisão entre as atividades profissionais e de criação dos filhos e netos, e no contexto da pandemia de Covid-19. As primeiras transmissões ocorreram com Gisele Lima (2), sócia da BiContábil, e Mônica Francisco (6), Deputada Estadual.

No dia 4, a Vice-Presidente do Controle Interno do CFC, Vitória Maria da Silva (11), e a Empresária Contábil e Advogada Cláudia Lolita (8) também participaram. A Diretora Executiva do Instituto Ronald McDonald, Helen Pedroso (9), e a secretária-geral do Fórum da Alerj de Desenvolvimento Estratégico, Geiza Rocha (1), foram as convidadas do dia 5. No dia seguinte, participaram a Empresária Contábil Marcella Fonseca (5) e a consultora Silvia Naccache (7). No dia 7 de maio, a diretoria da Escola de Artes Visuais do Parque Lage, Yole Mendonça (10), e a Presidente da Associação Brasileira de Gestão Cultural e diretora do Museu Antônio Parreiras, Kátia de Marco (4), estiveram nas transmissões.

No dia 10, ocorreu a *live* com a musicista Maria Clara Gonzaga (3), que fez homenagem à Presidente Diva Gesualdi. A transmissão também teve a participação dos filhos da Presidente.

Campanha de Inverno

O SINDICONT-Rio realizou, entre 24 de maio e 30 de junho, campanha para arrecadação de agasalhos, cobertores, casacos, edredons, lençóis, roupas e brinquedos, entregues na sede do Sindicato. As peças foram recolhidas pelo Exército da Salvação e doadas a outras Instituições.

Dia do Profissional da Contabilidade

Em celebração ao Dia do Profissional da Contabilidade, o SINDICONT-Rio veiculou nos dias 25 e 26 de abril um comercial na Rádio Antena 1 sobre a data.

A Vice-Presidente do SINDICONT-Rio, Sandra Pedroso, recorda o contexto

do dia, instituído em 1926 pelo patrono brasileiro dos Profissionais da Contabilidade, João de Lyra Tavares.

“Desde essa época comemoramos uma das mais importantes profissões liberais do país, principalmente nesse período pandêmico, uma vez que tivemos que nos adaptar com rapidez para atender as demandas dos clientes, do poder público e da sociedade. Afinal de contas, o mundo não parou.”.

Ela acrescenta a fala de João de Lyra na ocasião. “ ‘Trabalhemos, pois, bem unidos, tão convencidos de nosso triunfo, que desde já consideramos 25 de abril o Dia do Contabilista Brasileiro’ . Somente com ações de valorização do Profissional poderemos mudar essa forma de visão. E esse é o papel que o SINDICONT-Rio vem realizando, principalmente nesse momento. Parabéns a todos os Profissionais da Contabilidade, que a cada dia se reinventam”, ressalta.



Ação solidária

No dia 14 de junho, Dia Mundial do Doador de Sangue, o Quadro Funcional do SINDICONT-Rio esteve na sede do Hemório, no Centro do Rio de Janeiro, para contribuir com a causa e ajudar a salvar vidas. Os colaboradores que não puderam fazer a doação se cadastraram voluntariamente no Registro Nacional de Doadores de Medula Óssea (REDOME), com o objetivo de se tornarem potenciais doadores de células-tronco de medula óssea.

Equilíbrio fundamental

Mudanças no metabolismo requerem novos hábitos para prevenir doenças

Com o passar dos anos, as mudanças no metabolismo alteram o funcionamento do corpo humano, o que demanda alterações no estilo de vida e adaptações para evitar o desenvolvimento de doenças crônicas. Segundo Dra. Claudia C. Netto, doutora e mestre em Nutrição e Metabolismo, entre os fatores que contribuem para a queda do metabolismo estão a idade e o nível de atividade física feita cotidianamente, com queda importante a partir dos 30 anos. Importante destacar que os homens têm metabolismo mais acelerado que mulheres e, que essas, apresentam alterações metabólicas importantes com a menopausa, por conta da alteração hormonal.

O aumento de peso é uma das consequências da redução do metabolismo, mas também podem ser observados outros sintomas como cansaço e falta de disposição para realização de atividades cotidianas. Porém, é preciso ter atenção a outros quadros, como transtornos mentais, que podem ter manifestações semelhantes, alerta a especialista.

Entre as doenças que podem surgir em decorrência do metabolismo diminuído

e consequente ganho de peso estão diabetes, hipertensão, e outras. Para prevenir o desenvolvimento delas, Dra. Claudia destaca a adoção de uma dieta balanceada e hipocalórica, se a pessoa em questão já tiver com sobrepeso ou obesa. Além disso, alimentos termogênicos, que aumentam o gasto calórico do organismo, também podem ser consumidos aliados à dieta. Entre eles estão canela, açafrão, gengibre, café, entre outros.

“Alimentos com fibras (que demandam mais energia do organismo para serem digeridos), e maior consumo de proteínas (que requerem mais energia do organismo para serem metabolizados) também podem ser incorporados à dieta”, explica Dra. Claudia. Além dos alimentos, a prática de atividade física por pelo menos 150 minutos por semana auxilia no equilíbrio do metabolismo.

Com o isolamento social imposto pela pandemia de Covid-19, Dra. Claudia sugere manter os exercícios em casa ou mesmo na rua, devidamente protegidas. “Há muitos profissionais orientando atividades online, assim como há vídeos no YouTube. Ou caminhadas na rua, com a proteção adequada”, sugere.

Por conta das medidas restritivas contra Covid-19, o atendimento do SINDICONT-Rio ocorre da seguinte forma:

- Por meio de teletrabalho, das 10h às 19h;
- Desde 1º de setembro, mediante agendamento, o atendimento presencial está acontecendo às terças e quintas-feiras das 11h às 15h.

Aguardamos seu contato em nossos canais:



(21) 98554-2163



(21) 98554-2164/ 98554-2162



SECRETARIA1@SINDICONT-RIO.ORG.BR / DIVULGACAO@SINDICONT-RIO.ORG.BR /
CADASTRO@SINDICONT-RIO.ORG.BR

Acesse nosso site e siga-nos nas redes sociais para conferir nossas ações e demais iniciativas do SINDICONT-Rio: www.sindicont-rio.org.br.



SINDICONT-Rio



sindicont.rio



SINDICONT-Rio



Sindicont Rio



SINDICONT Rio

Invista em você! Venha para o **MACKENZIE RIO**
ESCOLHA UM DE NOSSOS CURSOS

GRADUAÇÃO

Administração
Ciências Contábeis
Ciências Econômicas
Direito

PÓS-GRADUAÇÃO

Controladoria e Finanças
Contabilidade, Gestão e Auditoria
Planejamento Tributário
Prática de Depto. Fiscal e Adm. Tributária

