

SETEMBRO AMARELO

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO



Todos pela vida. Falar. Ouvir. Cuidar.

O Poder Motivador dos Livros

CVV.ORG.BR

COMO VAI VOCÊ?





INSTITUTO FEDERAL
MINAS GERAIS
Campus São João Evangelista

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MINAS GERAIS
CAMPUS SÃO JOÃO EVANGELISTA

EDIÇÃO ESPECIAL SETEMBRO AMARELO

SÃO JOÃO EVANGELISTA
SETEMBRO/2019



INSTITUTO FEDERAL
MINAS GERAIS
Campus São João Evangelista

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MINAS GERAIS
CAMPUS SÃO JOÃO EVANGELISTA

BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

Segunda a sexta-feira, de 7h às 22h

CONTATO

Telefone: (33) 3412-2932

E-mail: biblioteca.sje@ifmg.edu.br

A EQUIPE

Rejane Valéria Santos – Bibliotecária

Bruno Pedro de Nazareth Nazário

Geraldo Airton Falcão Generoso

João Paulo Aparecido Alves Pinheiro

Paola Rodrigues De Souza



INSTITUTO FEDERAL
MINAS GERAIS
Campus São João Evangelista

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MINAS GERAIS
CAMPUS SÃO JOÃO EVANGELISTA

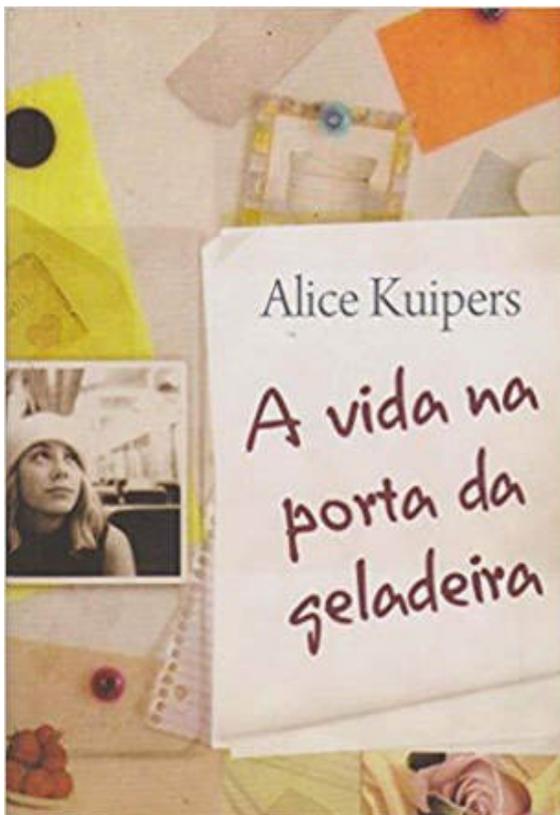
APRESENTAÇÃO

A Biblioteca Professor Pedro Valério, componente fundamental do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais - *Campus* São João Evangelista (IFMG-SJE), busca proporcionar à comunidade interna e externa o acesso a materiais e informações bibliográficas de forma eficiente, promovendo a disseminação e o uso da informação.

Ao setor cabe a missão de reunir, organizar e difundir a informação documental necessária ao desenvolvimento das atividades de ensino, pesquisa e extensão da instituição. O acervo é formado por diversas coleções, abrangendo as áreas de Ciências Sociais e Aplicadas, Ciências Humanas, Ciências Exatas e da Terra, Ciências da Saúde, Ciências Biológicas, Engenharias, Linguísticas, Letras e Artes. Dentre os tipos de materiais há livros, folhetos, publicações avulsas (PA's), obras de referência, periódicos, material audiovisual, trabalhos de conclusão de curso (TCC) cujo objetivo é disponibilizar na rede a produção acadêmica da Instituição. Todo o acervo é construído de modo a atender aos cursos de graduação e pós-graduação, cursos médio-técnico integrado e a comunidade local.

A Biblioteca Professor Pedro Valério apresenta à comunidade acadêmica do IFMG-SJE um conjunto de obras do seu acervo que possuem conteúdo inspirador e motivador para uma vida mais consciente e feliz.

**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



A Vida na porta da geladeira

Autora: Alice Kuipers

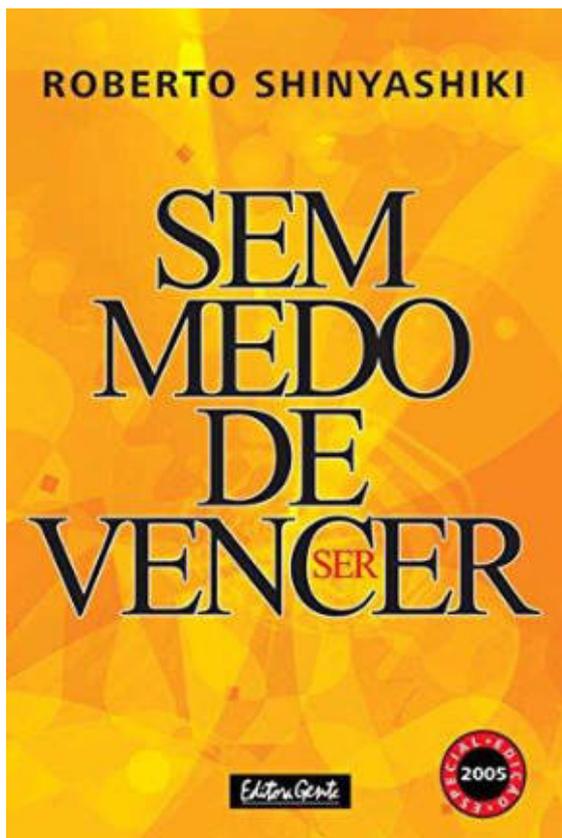
Descrição: Claire, de 15 anos e sua mãe tem uma rotina muito atribulada. Nos raros momentos em que a mãe está em casa (ela é obstetra), a filha está na escola com amigos ou com o namorado. Resultado: as duas quase não se veem e se comunicam deixando recados na porta da geladeira. Esses recados vão desde cobranças banais [Oi, Mãe! (Que eu NUNCA MAIS vi!)], até revelações tocantes e contundentes por parte de mãe e filha durante o penoso tratamento do câncer de mama da mãe, em um ano que se revelará decisivo para as duas. Em seu romance de estreia, Kuipers capta a ansiedade por trás da tragédia e revela a importância de viver a vida intensamente, lembrando ao leitor a necessidade de encontrarmos tempo, para as pessoas que amamos, mesmo em momentos de dificuldades e desafios.



Um amor para recordar

Autor: Nicholas Sparks

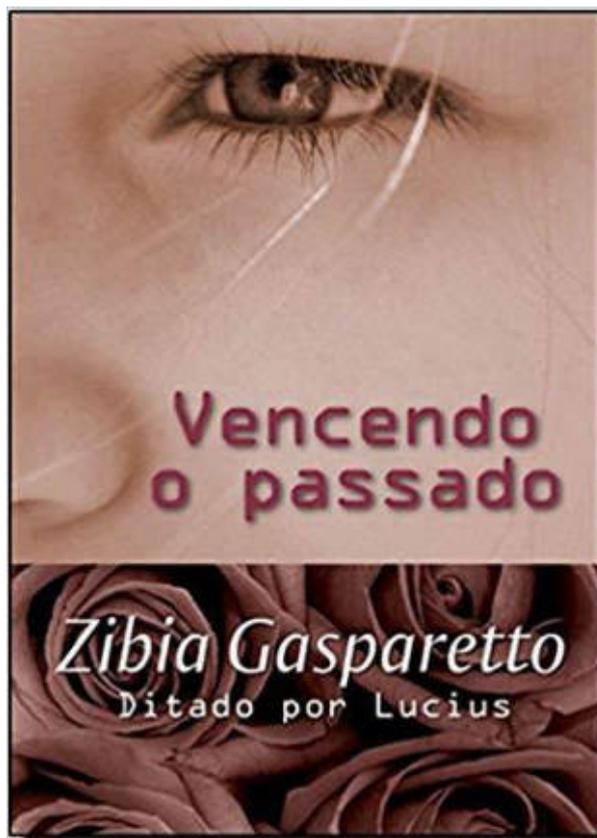
Descrição: Aos 17 anos, a vida de Landon Carter muda para sempre. Largado pela namorada e sem companhia para o baile da escola, ele está desesperado para dar a volta por cima. Como as garotas que lhe interessam já têm par, sua única opção é alguém impensável: Jamie Sullivan, a filha do pastor da igreja que frequenta. Nenhum garoto jamais a chamou para sair, até Landon fazer o convite. A menina aceita com uma condição: ele não pode se apaixonar por ela. A princípio, parece uma tarefa fácil, mas o garoto se pega passando cada vez mais tempo com Jamie, e uma transformação pessoal começa a acontecer. Com ela, Landon aprenderá sobre as profundezas do coração humano e tomará uma decisão extraordinária que o conduzirá à jornada do amadurecimento.



Sem medo de vencer: o principal fator determinante do sucesso ou do fracasso é a atitude diante da vida

Autor: Roberto Shinyashiki

Descrição: Este livro analisa os motivos pelos quais muitas pessoas não conseguem atingir metas profissionais, afetivas e espirituais que elas mesmas se impuseram e mostra como superar os bloqueios para realizar-se na vida pessoal e profissional. Para Roberto Shinyashiki, o principal fator determinante do sucesso ou do fracasso é a atitude diante da vida.



Vencendo o passado

Autor: Zibia Gasparetto

Descrição: Carolina é uma jovem do interior, de pensamento liberal para sua época, e por causa disso sofre com as pressões moralistas de seu pai. Mas com o apoio de Marcos, um amigo espiritual que surge em seus sonhos, ela vai aprender que o controle excessivo não é obstáculo para seu progresso e que só ela é capaz de promover sua paz interior e vencer o passado.

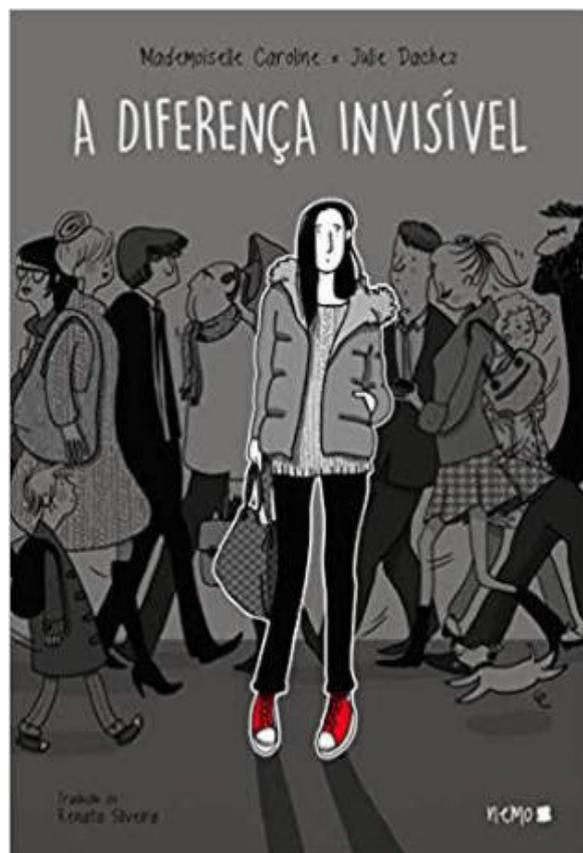
**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Felicidade aqui e agora

Autor: Andrew Mathews

Descrição: A felicidade não é uma questão de idade inteligência ou dinheiro, mas de atitude. Para ser feliz é necessário mudar a maneira de pensar e ter força mental para direcionar sua atenção para as soluções e não para os problemas. Este é o princípio no qual se baseia este livro cheio de sabedoria inteligência e bom humor. Com frases inspiradas como 'A vida recompensa o esforço não as desculpas' e 'Sei que meu marido é capaz de ser carinhoso e gentil - ele é assim com o cachorro' Andrew Mathews diverte ao mesmo tempo em que fornece as ferramentas e a motivação para que sejamos prósperos felizes e bem-sucedidos. Este livro vai fazer você sorrir levá-lo a refletir e aumentar o seu entusiasmo pela vida.

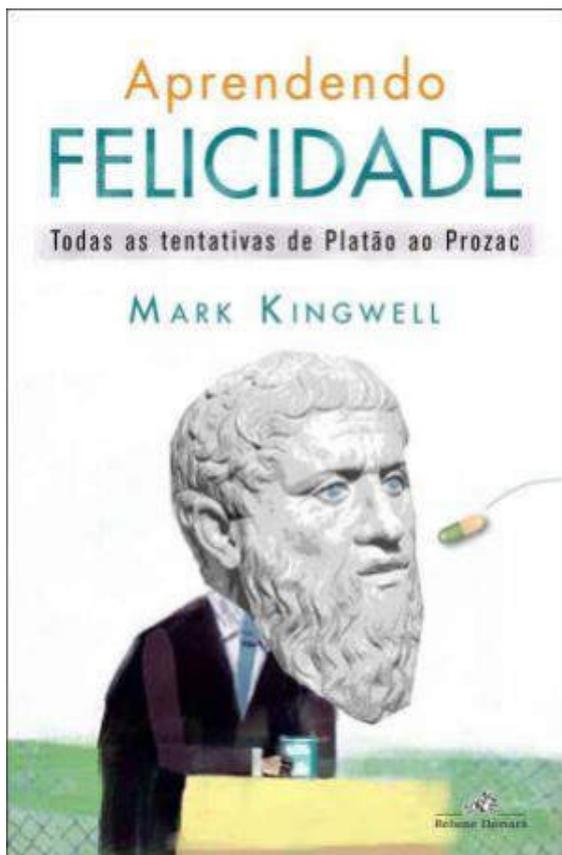


A diferença invisível

Autores: Mademoiselle Caroline e Julie Dachez

Descrição: Marguerite tem 27 anos, e aparentemente nada a diferencia das outras pessoas. É bonita, vivaz e inteligente. Trabalha numa grande empresa e mora com o namorado. No entanto, ela é diferente. Marguerite se sente deslocada e luta todos os dias para manter as aparências. Sua rotina é sempre a mesma, e mudanças de hábito não são bem-vindas. Seu ambiente precisa ser um casulo. Ela se sente agredida pelos ruídos e pelo falatório incessante dos colegas. Cansada dessa situação, ela sai em busca de si mesma e descobre que tem um Transtorno do Espectro Autista – a síndrome de Asperger. Sua vida então se altera profundamente.

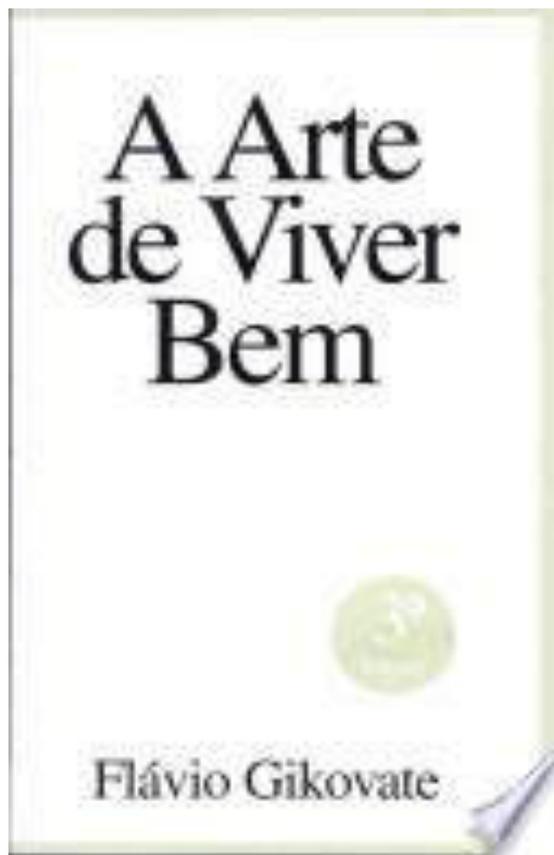
**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Aprendendo felicidade

Autor: Mark Kingwell

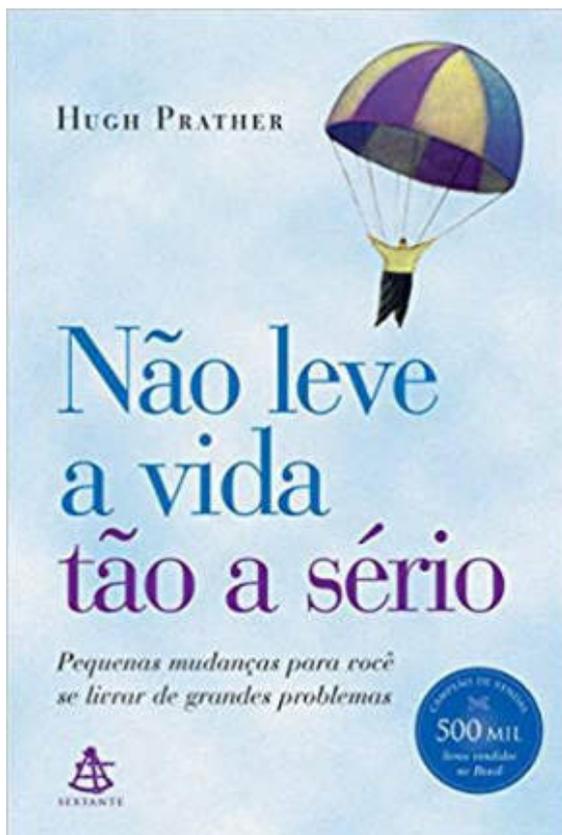
Descrição: Das ideias de Platão sobre felicidade até o testemunho de sua própria existência, Mark Kingwell apresenta um completo e bem humorado panorama do que realmente torna nossas vidas melhores. O autor aborda todas as ideias de felicidade, mostra como esse sentimento se transformou ao longo do tempo e como ele influencia não só nossas vidas individuais, mas também o pensamento político e econômico, o estudo psicológico, a prática da medicina, enfim, todos os aspectos da vida humana.



A arte de viver bem

Autor: Flávio Gikovate

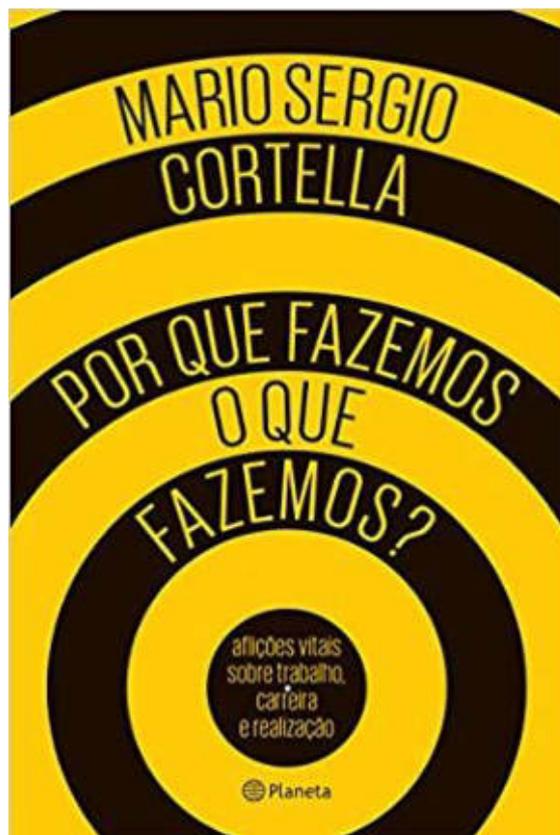
Descrição: Este livro trata de esclarecer melhor os aspectos da psicologia normal que poderão produzir um verdadeiro avanço na qualidade de vida. As pessoas não são fracas e fracassadas que não souberam lidar com algo fácil, mas sim pessoas tentando entender melhor algo que não foi ensinado sobre a vida, quem é o homem, quais os caminhos que podem conduzir a infelicidade e quais os que poderão levar a uma vida harmoniosa, serena e mais rica de momentos felizes.



Não leve a vida tão a sério

Autor: Hugh Prather

Descrição: A vida não precisa ser tão complicada quanto insistimos em torná-la. A simples decisão de não se agarrar aos problemas pode melhorar, e muito, nossas vidas. É isso o que Hugh Prather nos mostra, com humor e clareza, neste livro. Ele escreve sobre as dificuldades do dia a dia e nos dá ferramentas para contorná-las, mudando o que há de mais importante na vida: nossa atitude mental e a forma de reagir aos inevitáveis contratemplos. Seus ensinamentos são baseados em histórias reais que nos deixam com a sensação de já ter passado por aquela situação ou testemunhado algo parecido. Você aprenderá soluções práticas para dar um basta às preocupações e ao medo, e se libertar de tudo aquilo que impede sua felicidade.

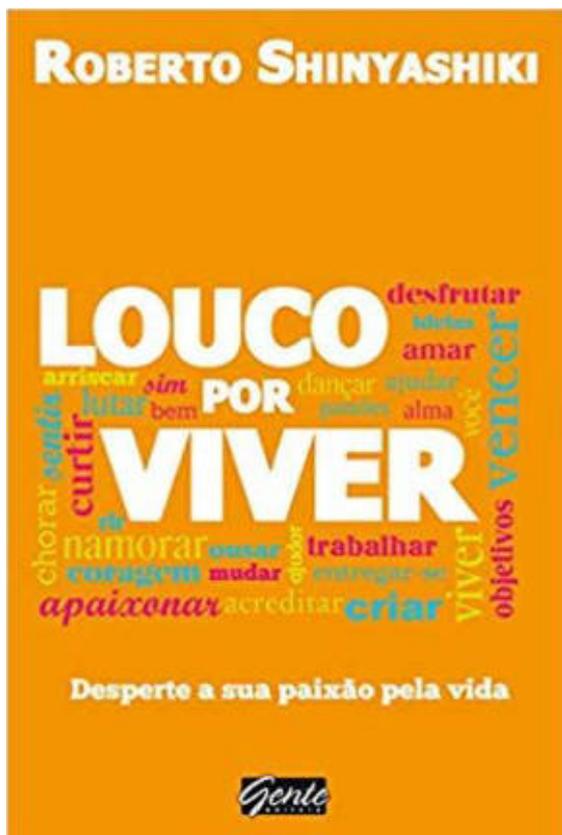


Por que fazemos o que fazemos?

Autor: Mario Sergio Cortella

Descrição: Bateu aquela preguiça de ir para o escritório na segunda-feira? A falta de tempo virou uma constante? A rotina está tirando o prazer no dia a dia? Anda em dúvida sobre qual é o real objetivo de sua vida? O filósofo e escritor Mario Sergio Cortella desvenda em Por que fazemos o que fazemos? as principais preocupações com relação ao trabalho. Dividido em vinte capítulos, ele aborda questões como a importância de ter uma vida com propósito, a motivação em tempos difíceis, os valores e a lealdade a si e ao seu emprego. O livro é um verdadeiro manual para todo mundo que tem uma carreira, mas vive se questionando sobre o presente e o futuro. Recheado de ensinamentos como 'Paciência na turbulência, sabedoria na travessia', é uma obra fundamental para quem sonha com realização profissional sem abrir mão da vida pessoal.

**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Louco por viver

Autor: Roberto Shinyashiki

Descrição: Em algum momento, nossa loucura e nossa paixão podem ter se perdido, mas uma vida prazerosa e cheia de energia é um desejo da alma que não pode ser ignorado por muito tempo. Aqui você é convidado a realizar o impossível: aquele projeto que sempre viveu guardado no coração, o emprego dos sonhos, o relacionamento que faz andar nas nuvens. Entenda como tudo isso está só esperando pelo seu primeiro passo e deixe o autor mostrar como dar esse salto.



A vida sabe o que faz

Autor: Zibia Gasparetto

Descrição: Isabel já pretendia se casar com Gilberto quando foi surpreendida: Carlos, seu ex-noivo, que foi lutar na Itália e dado como morto voltou depois de cinco anos, cheio de amor e cobrando o compromisso. Mas Isabel não quis. Carlos sofreu e se revoltou, contudo não desistiu. Inconformado com a nova realidade utilizou a raiva para recuperar todos os anos que a guerra havia roubado de sua juventude. No decorrer de “A Vida Sabe o Que Faz”, uma história apaixonante, que se passa entre Brasil e Itália logo após a segunda guerra mundial, descobrimos que, dependendo das atitudes de cada um, tudo pode mudar, mas sempre, em todos os casos, a sabedoria da vida prevalece sempre nos trazendo o melhor.

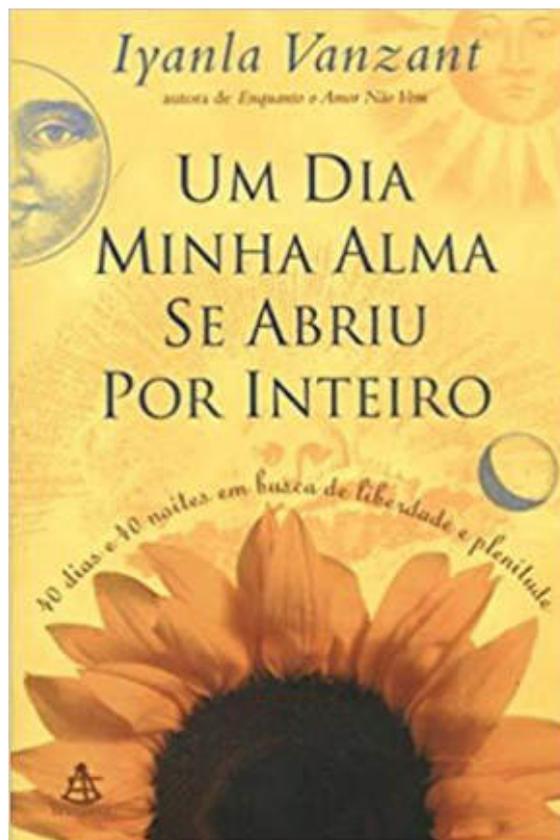
**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Enquanto o amor não vem

Autora: Iyanla Vanzant

Descrição: Haverá um momento em sua vida em que o amor vai chegar. Antes disso, você terá feito tudo o que podia, tentado tudo o que podia, sofrido o quanto podia e desistido muitas vezes. Mas com a mesma certeza com que você está lendo este texto, posso lhe garantir que esse dia virá. Nesse meio tempo, este livro vai lhe contar muitas histórias e lhe ensinar algumas coisas que você pode fazer para se preparar para o dia mais feliz de sua vida: o dia em que experimentar o amor verdadeiro. “Enquanto o Amor Não Vem” segue a mesma fórmula da maioria dos livros de autoajuda que falam de amor. Iyanla Vanzant tenta ensinar você a se encontrar para que possa, a partir daí, conhecer o seu amor verdadeiro.



Um dia minha alma se abriu por inteiro

Autora: Iyanla Vanzant

Descrição: Este livro é um precioso companheiro na jornada que empreendemos em busca da felicidade. A autora nos guia durante quarenta dias e quarenta noites para tratar de nossa relação com o divino, com os outros, com nossos sentimentos e processos. Ela nos fala da verdade, da confiança, da escolha, dos limites, do perdão, da raiva, do medo, da culpa, da alegria e do amor, totalizando quarenta valores e sentimentos que fazem parte essencial da vida. E fala como uma amiga inteligente, sensível e disposta a compartilhar generosamente suas histórias e reflexões.

**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Quem me roubou de mim?

Autora: Fábio de Melo

Descrição: Em 'Quem me roubou de mim?' Padre Fábio de Melo aborda uma violência sutil que aflige muitas pessoas, o sequestro da subjetividade. Essa expressão refere-se à privação que sofremos de nós mesmos quando estabelecemos com alguém, nas palavras do próprio autor, 'um vínculo que mina nossa capacidade de ser quem somos, de pensar por nós mesmos, de exercer nossa autonomia, de tomar decisões e exercer nossa liberdade de escolha'. Uma vez sequestrados, perdemos a capacidade de sonhar, ficamos impossibilitados de viver as realizações para as quais fomos feitos e não temos com quem reclamar. Um só descuido e as relações podem evoluir para essa violência silenciosa. Basta que as pessoas se percam de seus referenciais, [...] que confundam o amor com posse, que abram mão de suas identidades, e que se ausentem de si mesmas'.



O poder infinito da sua mente

Autor: Lauro Trevisan

Descrição: Ao ler este livro, você vai entrar no mundo dos seus sonhos. Aqui você encontrará a chave que lhe abrirá as portas do sucesso, da felicidade, da saúde e da riqueza. Não deixe escapar esta oportunidade excepcional para descobrir o verdadeiro caminho da sua vida. Agora você vai descobrir que existe realmente um poder infinito na sua mente e conhecerá a forma simples, fácil e infalível de usar este poder infinito em seu benefício e em benefício dos outros. Você mergulhará num oceano abençoado de paz, de amor, de abundância, de felicidade, de harmonia e de sucesso. Comece agora mesmo a descobrir as maravilhas da sua mente.

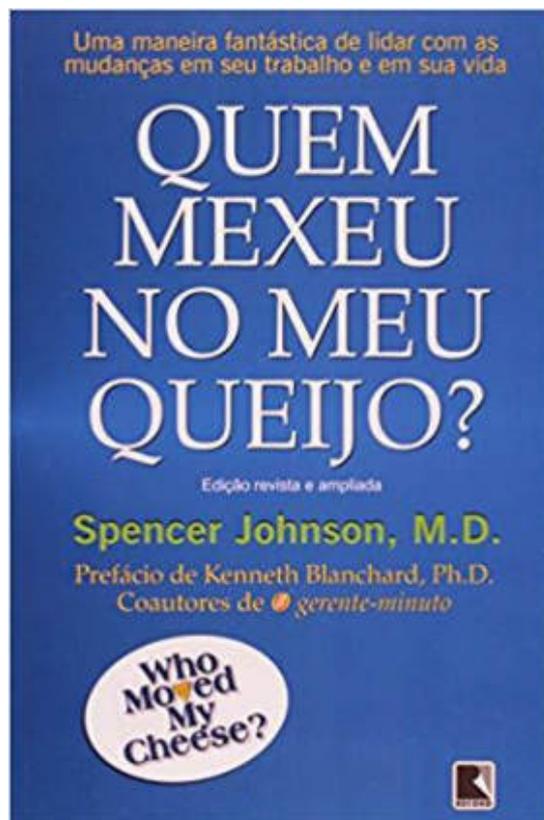
**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Nunca desista de seus sonhos

Autor: Augusto Cury

Descrição: Em Augusto Cury Com 25 milhões de livros vendidos sobre temas como crescimento pessoal, inteligência e qualidade de vida, o psiquiatra Augusto Cury debruça-se aqui sobre nossa capacidade de sonhar e quanto ela é fundamental na realização de nossos projetos de vida. Os sonhos são como uma bússola, indicando os caminhos que seguiremos e as metas que queremos alcançar. São eles que nos impulsionam, nos fortalecem e nos permitem crescer. Se os sonhos são pequenos, nossas possibilidades de sucesso também serão limitadas. Desistir dos sonhos é abrir mão da felicidade, porque quem não persegue seus objetivos está condenado a fracassar 100% das vezes. Analisando a trajetória vitoriosa de grandes sonhadores, como Jesus Cristo, Abraham Lincoln e Martin Luther King, Cury nos faz repensar nossa vida e nos inspira a não deixar nossos sonhos morrerem.

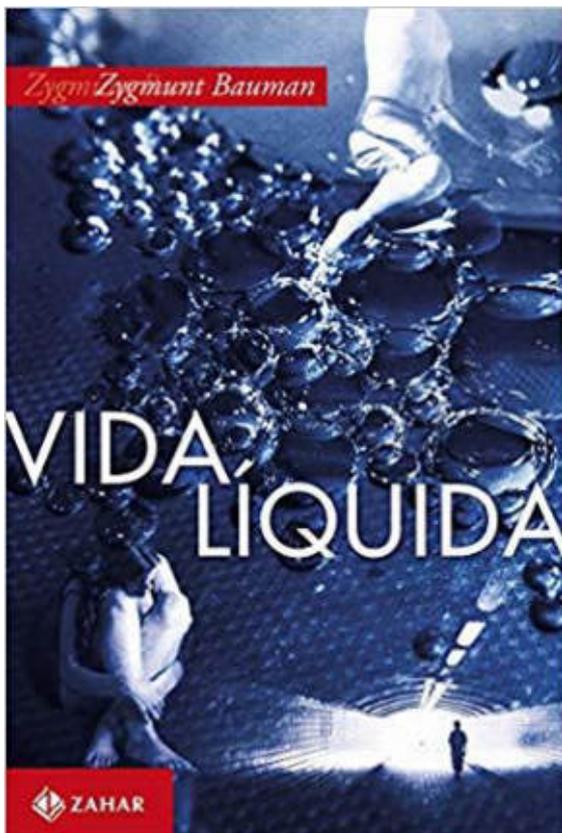


Quem mexeu no meu queijo?

Autor: Spancer Johnson

Descrição: Quem mexeu no meu queijo? é uma parábola simples que revela verdades profundas sobre mudança. É uma história divertida e esclarecedora sobre quatro personagens, dois ratos e dois humanos do mesmo tamanho dos roedores, que vivem em um labirinto em eterna procura por queijo, que os alimenta e os faz feliz. O queijo é uma metáfora daquilo que se deseja ter na vida, seja um bom emprego, um relacionamento amoroso, dinheiro, saúde ou paz espiritual. O labirinto é o local onde as pessoas procuram por isso: a empresa onde se trabalha a família ou a comunidade na qual se vive. Nesta história, os personagens se defrontam com mudanças inesperadas. Um deles é bem-sucedido, e escreve o que aprendeu com sua experiência entre as paredes do labirinto. Suas palavras ensinam a lidar com a mudança para viver com menos estresse e alcançar mais sucesso no trabalho e na vida pessoal.

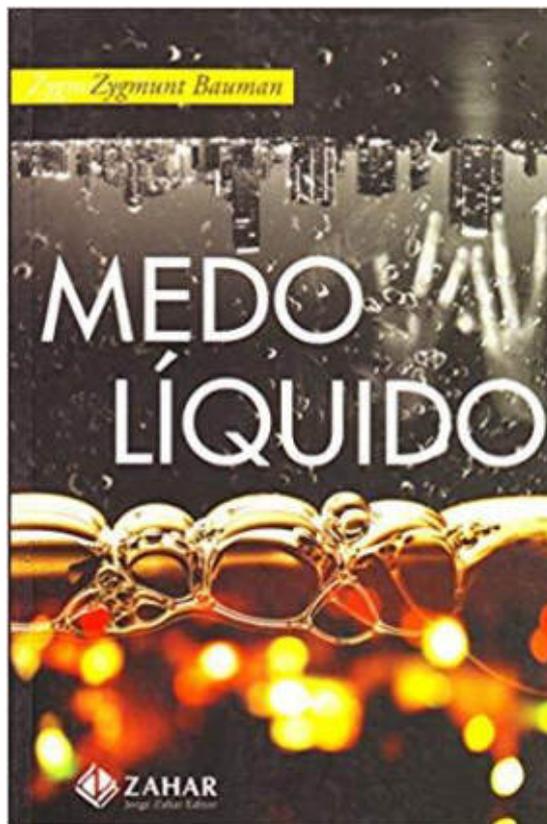
**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Vida líquida

Autor: Zygmunt Bauman

Descrição: Um compêndio dos efeitos que a atual estrutura social e econômica, com base no que é descartável e efêmero, gera na vida, seja no amor, nos relacionamentos profissionais e afetivos, na segurança pessoal e coletiva, no consumo material e espiritual, no conforto humano e no próprio sentido da existência. Em *Vida líquida*, Zygmunt Bauman volta ao tema da fluidez da existência contemporânea desenvolvido também em outras obras de sucesso do autor — como *Amor líquido* e *Modernidade líquida*. Segundo o sociólogo, que já vendeu mais de 80 mil exemplares no Brasil, a precificação generalizada da vida social e a destruição criativa própria do capitalismo suscita uma condição humana na qual predominam o desapego, a versatilidade em meio à incerteza e a vanguarda constante do eterno recomeço.

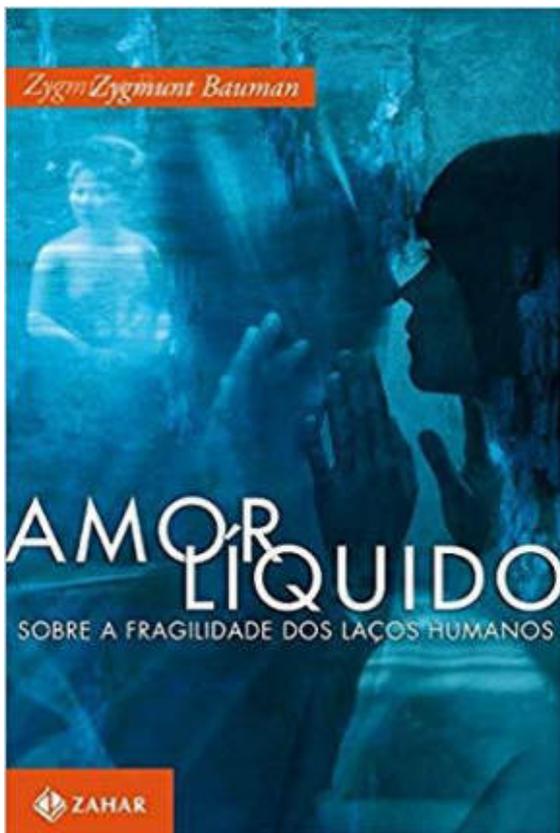


Medo líquido

Autor: Zygmunt Bauman

Descrição: O ser humano vive hoje em meio a uma ansiedade constante. Temos medo de perder o emprego, medo da violência urbana, do terrorismo, medo de ficar sem o amor do parceiro, da exclusão. O resultado? Temos que nos atualizar sempre e acumular conhecimentos, circulamos dentro de shopping centers, dirigimos carros blindados, vivemos em condomínios fechados. O medo é uma das marcas do nosso tempo. Em *Medo líquido*, Bauman faz mais um estudo singular sobre a vida contemporânea e revela um inventário dos medos atuais. O sociólogo mapeia as origens comuns das ansiedades na modernidade líquida e examina mecanismos que possam deter a influência do medo sobre as nossas vidas. Segundo o autor, as certezas da modernidade sólida se foram, e, com isso, a utopia do controle sobre os mundos social, econômico e natural desmoronou.

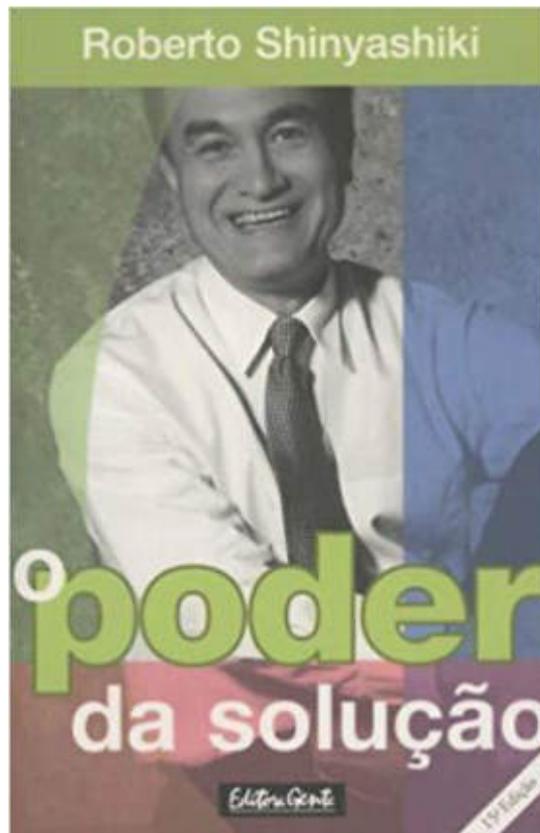
**BIBLIOTECA PROFESSOR PEDRO VALÉRIO
SETEMBRO AMARELO**



Amor líquido

Autor: Zygmunt Bauman

Descrição: Zygmunt Bauman, um dos mais originais e perspicazes sociólogos em atividade, investiga de que forma nossas relações tornam-se cada vez mais "flexíveis", gerando níveis de insegurança sempre maiores. A prioridade a relacionamentos em redes, as quais podem ser tecidas ou desmanchadas com igual facilidade - e frequentemente sem que isso envolva nenhum contato além do virtual -, faz com que não saibamos mais manter laços a longo prazo. Mais que uma mera e triste constatação, esse livro é um alerta: não apenas as relações amorosas e os vínculos familiares são afetados, mas também a nossa capacidade de tratar um estranho com humanidade é prejudicada. Como exemplo, o autor examina a crise na atual política imigratória de diversos países da União Europeia e a forma como a sociedade tende a creditar seus medos, sempre crescentes, a estrangeiros e refugiados.



O poder da solução

Autor: Roberto Shinyashiki

Descrição: O autor oferece um mapa para a realização dos sonhos. Segundo Shinyashiki, em primeiro lugar, é preciso fazer um projeto de realização de sonhos. Sem ele, o sonho se perde e fica só na vontade. O projeto é um sonho com hora marcada para acontecer, e é a partir dele que se decide uma meta. A meta é o encontro que você marca, com seus companheiros de empresa ou amigos, num lugar chamado sucesso. Acontece que, quando você toca um projeto, qualquer que seja ele, surgem os problemas.



CVV.ORG.BR
COMO VA VOCÊ?

