



Poder Judiciário
Tribunal Regional Eleitoral do Amazonas

Relatório de atividades - 2018



Plano de ação - 2019

Manaus, Dezembro de 2018



*Aos colegas que partiram, tanto contribuíram,
participaram, ficam as memórias
inesquecíveis de palavras de vida, sorrisos,
afagos e lições....*

“Cuide das pessoas que os resultados virão.”

Simon Sinek

Sumário

1 Apresentação	4
2 Histórico – Implantação do PQVT no TRE/AM	5
3 Conhecendo o QUALIVIDA	9
3.1 Objetivo Geral.....	9
3.2 Objetivos específicos	9
3.3 Justificativa	9
4 Ações realizadas em 2018	10
4.1 Diagnóstico situacional da instituição	11
4.1.1 Análise do diagnóstico.....	12
4.2 Aulas de Yoga e Zumba.....	14
4.3 Confraternização institucional.....	15
4.4 Palestra de gestão financeira	17
5 Ações para 2019	18
6 Considerações finais.....	20

1 Apresentação

A preocupação com a qualidade de vida é um assunto em ascensão no âmbito organizacional das empresas no Brasil e, mais recentemente, percebe-se essa atenção no setor público.

Fazendo um paralelo entre as empresas privadas e a esfera pública pode-se dizer que ambas buscam implantar tecnologias direcionadas para a Qualidade Total, a primeira preocupada em aumentar significativamente sua produtividade e consolidar-se no mercado globalizado e, a segunda, em administrar os recursos sociais e econômicos do país visando o desenvolvimento e a capacidade dos governos de planejar, formular e programar políticas e cumprir muito bem suas funções para com todos os seus cidadãos.

Neste contexto, as pessoas que exercem cargos públicos são exigidas quase na mesma proporcionalidade a serem produtivas e, porque não falar, competitivas e essa busca incessante associada ao envelhecimento da população, bem como o aumento de doenças crônicas degenerativas exigem que assim como no setor privado, as instituições públicas implementem cada vez mais ações de qualidade de vida no trabalho.

Pensando, portanto, em envolver os servidores em ações que promovam o bem-estar e a satisfação no trabalho e atender as Resoluções do CNJ nº 201/2015 e do TRE/AM nº 560/2016, que versam sobre a criação do Plano de Logística Sustentável no âmbito da Justiça Eleitoral, dentro do qual contempla iniciativas de qualidade de vida no trabalho, foi que se constituiu, pelas portarias TRE/AM 1.004/2016 e nº 800/2017, o Grupo Gestor (GGPQVT) para implantar o Programa de Qualidade de Vida no Trabalho denominado QUALIVIDA.

2 Histórico – Implantação do PQVT no TRE/AM

A primeira composição do Grupo Gestor (Portaria TRE/AM nº 1.004/2016) foi formada pelos servidores: Maria do Socorro de Araújo, Carmem Magalhães, Caroline Claro, Igor Veras, Ronaldo Reis, Germaine Martins e Suelly Paiva.

Observando as exigências legais das Resoluções do CNJ nº 207/2015 e do TSE nº 23.474/2016, que tratam, dentre outras instruções, de ações que estimulem a qualidade de vida no âmbito da Justiça Eleitoral, as servidoras Suelly Paiva, Germaine Martins e Maria do Socorro de Araújo buscaram capacitação no tema para melhor desenvolver o projeto. Em outubro de 2016 as servidoras participaram do curso “Elaboração e Gestão de Programas de Qualidade de Vida no Trabalho na Administração Pública” realizado pela ONE cursos.

Com os conhecimentos adquiridos foram realizadas reuniões para definição das ações a serem propostas, no entanto, o projeto pouco caminhou pois percebeu-se que as ideias e discussões teriam que ser mais amplas e com uma participação de outros setores. Assim, em outubro de 2017 foram inclusos outros membros ao Grupo Gestor (Portaria TRE/AM nº 800/2017), pertencentes as mais diversas unidades do TRE/AM, incluindo ASPLAN, ASCOM e das Zonas Eleitorais do interior e capital.

Relação atualizada dos integrantes do Grupo Gestor:

1. Maria do Socorro de Araújo
2. Carmem Magalhães
3. Caroline Claro
4. Igor Veras
5. Ronaldo Reis
6. Germaine Martins
7. Suelly Paiva
8. Breitner Gordinho
9. Celso Satochi
10. Cláudia Lopes
11. Edilene Resende
12. Elôngio Moreira
13. Erika Ribeiro
14. Fábio Botelho
15. Fabíola Albuquerque
16. Isaías Araújo
17. Jander Valente
18. Josefa Lima
19. Josenildo Soares
20. Leda Almeida
21. Marcela dos Anjos
22. Marcelo Lira
23. Márcia Cristina Negreiros
24. Mônica Andrade
25. Ricardo Pereira
26. Tatiana Oliveira

Nos dias 05 e 06 de outubro de 2017 foi realizado o *workshop* “Qualidade de Vida e Promoção da Saúde no Ambiente de Trabalho” para a capacitação do Grupo Gestor, participaram do curso: Breitner Gordinho, Carmem Magalhães, Caroline Claro, Celso Satochi, Cláudia Lopes, Germaine Martins, Igor Veras, Jander

Valente, Josefa Lima, Marcela dos Anjos, Marcelo Lira, Márcia Cristina, Maria do Socorro de Araújo, Ricardo Pereira, Ronaldo Reis, Tatiana Oliveira, Mônica Andrade, Fabíola Albuquerque, Josenildo Soares e Edilene Resende.

Após a capacitação foi decidido em reunião que a primeira ação necessária para levantamento das atividades a serem realizadas em 2018, seria um diagnóstico situacional da instituição executado por meio de consulta/pesquisa aos servidores com o objetivo de identificar a percepção dos servidores com relação a sua saúde e condições do ambiente de trabalho e a que ações seriam dada prioridade.

No dia 1º de dezembro de 2017 foi realizada uma confraternização com os servidores para: apresentar o Grupo Gestor e divulgar a pesquisa. O evento consistiu de um café da manhã que contou com o apoio financeiro do SINJEAM (R\$ 3.000,00), uma belíssima apresentação da Orquestra da UFAM e uma ação sustentável do Núcleo Socioambiental (entrega de canecas em substituição aos copos plásticos). A participação dos servidores (inclusive aposentados) foi expressiva e esse evento se mostrou uma iniciativa positiva e apoiada pelas lideranças do TRE/AM.

Registro fotográfico do evento:







No período de 20 a 22 de maio de 2018, 5 membros do grupo participaram do XVII Congresso Brasileiro de Qualidade de Vida promovido pela ABQV – Associação Brasileira de Qualidade de Vida. O congresso permitiu conhecer os temas mais importantes e as tendências relevantes no cenário da qualidade de vida. A edição teve a participação internacional do professor *Ron Goetzel* da *Johns Hopkins University* que trouxe os avanços no campo da avaliação de programas de QVT e de sua importância quanto elemento estratégico nas organizações públicas e privadas, bem como de grandes especialistas nacionais mostrando suas experiências e o que havia de vanguarda no assunto. Foram destaques no evento as questões de saúde e doença mental, o impacto da Era Digital na saúde das pessoas, dentre outros.

Portanto com o entendimento assimilado de que “qualidade de vida” contempla a influência da saúde física e psicológica, o nível de independência, relações sociais, crenças pessoais e das suas relações com características inerentes ao respectivo meio na avaliação subjetiva da qualidade de vida individual, o Grupo Gestor tinha algum embasamento para o início dos trabalhos, assim como o processo metodológico a ser utilizado.

3 Conhecendo o QUALIVIDA

3.1 Objetivo Geral

O QUALIVIDA tem por objetivo humanizar as relações no ambiente de trabalho, promovendo ações de qualidade de vida e saúde do servidor.

3.2 Objetivos específicos

São objetivos do programa buscar ações que promovam:

- Melhorar o estado biopsicossocial dos servidores;
- Reduzir o número de afastamentos decorrentes de licença médica;
- Estimular a prática de atividades físicas;
- Incentivar a prática de atividades físicas;
- Melhorar as condições físicas do ambiente de trabalho do interior;
- Estimular ações preventivas contra o Tabagismo, Obesidade, Diabetes e Hipertensão;
- Promover eventos de lazer e cultura buscando a interação entre os servidores.

3.3 Justificativa

A segurança, saúde e bem-estar dos trabalhadores são preocupações vitais de centenas de milhões de profissionais em todo o mundo, mas a questão se estende para além dos indivíduos e suas famílias. Ela é de supra importância para a produtividade, competitividade e sustentabilidade das instituições públicas, empresas particulares e comunidades, assim como para as economias nacionais e regionais (OMS, 2010).

A Declaração de Seul 2008 sobre segurança e saúde no trabalho, afirma que um ambiente de trabalho seguro e saudável é um direito humano fundamental.

Vários dados demonstram que, a longo prazo, as empresas e instituições que promovem e protegem a saúde dos trabalhadores estão entre as mais bem-sucedidas e competitivas, e também desfrutam de melhores taxas de *turnover*. A adesão a esses princípios evita afastamentos e incapacidades para o trabalho, minimizando os custos com saúde.

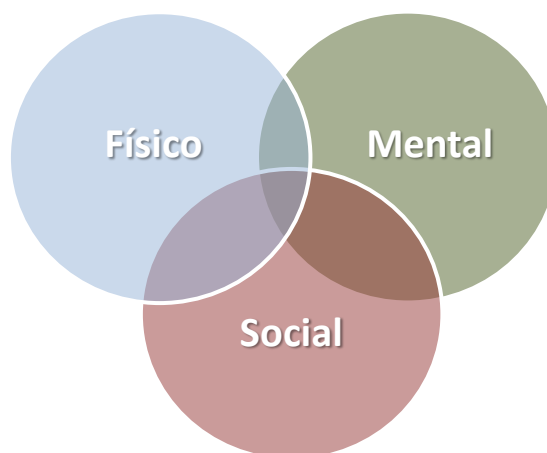
Neste contexto, vê-se a importância da implantação de um Programa de Qualidade de Vida no Trabalho para atendimento dessas diretrizes no TRE/AM, bem como:

- Reduzir a necessidade de uso do Programa Médico e Farmacêutico e, conseqüentemente diminuir as despesas médicas dos servidores, com incentivo a participação dos servidores em ações de promoção da saúde;
- Melhorar a produtividade, atrair e reter talentos;
- Reduzir o absenteísmo e presenteísmo;
- Melhorar o clima organizacional.

4 Ações realizadas em 2018

Como primeiro passo necessário para o levantamento adequado das ações foi escolhido a realização de um diagnóstico situacional da instituição. Esse diagnóstico foi instrumentalizado por meio de uma pesquisa da necessidade dos servidores que foi divulgada na Intranet do tribunal e teve por objetivo ser um canal amplo com os servidores, dando voz a percepção dos mesmo, seus pontos de vista e prioridades. O resultado dessa consulta serviu como base para a proposta de ações para 2018.

O Grupo Gestor, no dia 19 de junho de 2018, apresentou à nova gestão do TRE/AM (que se iniciou em maio do corrente ano), o resultado da pesquisa e a proposta de ações para o 2º semestre de 2018. O programa destacou que ações estavam dentro do seguinte modelo conceitual de bem-estar:



As ações deveriam envolver o bem-estar físico, mental e social. Seguem abaixo as atividades propostas pelo Grupo para 2018:

Atividades para bem-estar físico:

- Grupo da caminhada
- Grupo da escada
- Grupo de trilha
- Ginástica laboral
- Aulas de Zumba
- Aulas de Yoga
- Apoio a Semana da Saúde

Para o bem-estar social:

- Ambientação do 4º andar (instalação de som ambiente com seleção de música escolhida pelos servidores, arborização)
- Campanha #SomosTodosTREA Amazonas
- Campanhas para as datas comemorativas
- Torneio de esporte
- Construção da página da intranet

Para o bem-estar mental:

- Palestras e módulos de treinamento (gerenciar estresse, manejo de ansiedade, inteligência emocional, vivendo com seu humor, *burnout*)
- *Mindfulness* (técnicas de meditação)

O Grupo identificou como necessidades para o sucesso das ações:

- Apoio e envolvimento da Presidência, Corregedoria, Diretoria e Secretarias;
- Envolvimento de todas as unidades (Secretários apoiando a participação dos membros do Grupo)
- Autorização da alta gestão para o início dos trabalhos
- Apoio na divulgação das ações
- Melhoria na estrutura do Grupo
- Apoio nas parcerias a serem desenvolvidas (clínicas, médicos/especialistas)
- Elaboração de plano de ações formal

4.1 Diagnóstico situacional da instituição

O diagnóstico teve por objetivo ter conhecimento da percepção dos servidores do ambiente de trabalho, verificar pontos elementares sobre sua auto percepção de sua saúde física, e indagar quais ações considerava mais importantes para a melhoria do ambiente de trabalho.

As questões da pesquisa foram elaboradas de forma colaborativa pelos membros da Comissão do Programa de Qualidade de Vida no Trabalho, sendo subdivididas em:

- Percepção do ambiente de trabalho;
- Auto percepção; e,
- Percepção da necessidade de melhoria do ambiente.

A abrangência do diagnóstico envolveu TODOS os servidores do TRE/AM, que são constituídos em basicamente dois grupos: SETRIB (Secretaria do Tribunal) e ZONAS (Zonas Eleitorais do Interior do Estado e da Capital).

A pesquisa consistiu em três questões, desmembradas em vários itens conforme se segue:

Questão 1 – Relacionada à percepção do ambiente de trabalho

Adequação ergonômica do mobiliário e equipamentos:

Adequação física (água; energia elétrica, refrigeração, segurança)

Adequação tecnológica (Internet, Computadores, impressoras, sistemas)

Benefícios de saúde oferecidos:

Imagem do TRE-AM perante a sociedade:

Nível de equilíbrio entre vida profissional/pessoal/familiar:

Oportunidade de crescimento e aperfeiçoamento:

Oportunidade de expressar suas opiniões:

Oportunidades de lazer e congraçamento entre servidores:

Relacionamento com os demais servidores:

Escala utilizada: 1 – Ruim, 2 – Regular, 3 – Bom e 4 - Excelente

Questão 2 – Relacionada à auto percepção

É fumante

É Pré-Diabético ou Diabético?

Está com o peso corporal acima do normal?

Pratica alguma atividade física?

Realizou exames laborais para medir taxas de colesterol este ano?

Tem pressão arterial alta (hipertensão)?

Escala utilizada: 1 – Sim, 2 – Não e 3 – Não sei

Questão 3 – Relacionada à percepção da necessidade de melhoria do ambiente

Prevenção de problemas da coluna e de postura
Orientação nutricional
Cantinas e máquinas com alimentos saudáveis
Gerenciamento de Stress
Assistência psicossocial
Prevenção de câncer e doenças cardiovasculares
Ginástica laboral
Finanças Pessoais
Atividades esportivas - Torneios
Massagem durante o trabalho
Programa de relacionamento interpessoal
Grupo de controle de peso
Depressão
Aulas de yoga
Preparação para aposentadoria
Cuidado com os filhos
Passeios Culturais
Redução de colesterol
Oficinas de Culinária
Parcerias em projetos comunitários
Sessão de cinema
Aulas de dança de salão
Coral
Cessação do tabagismo

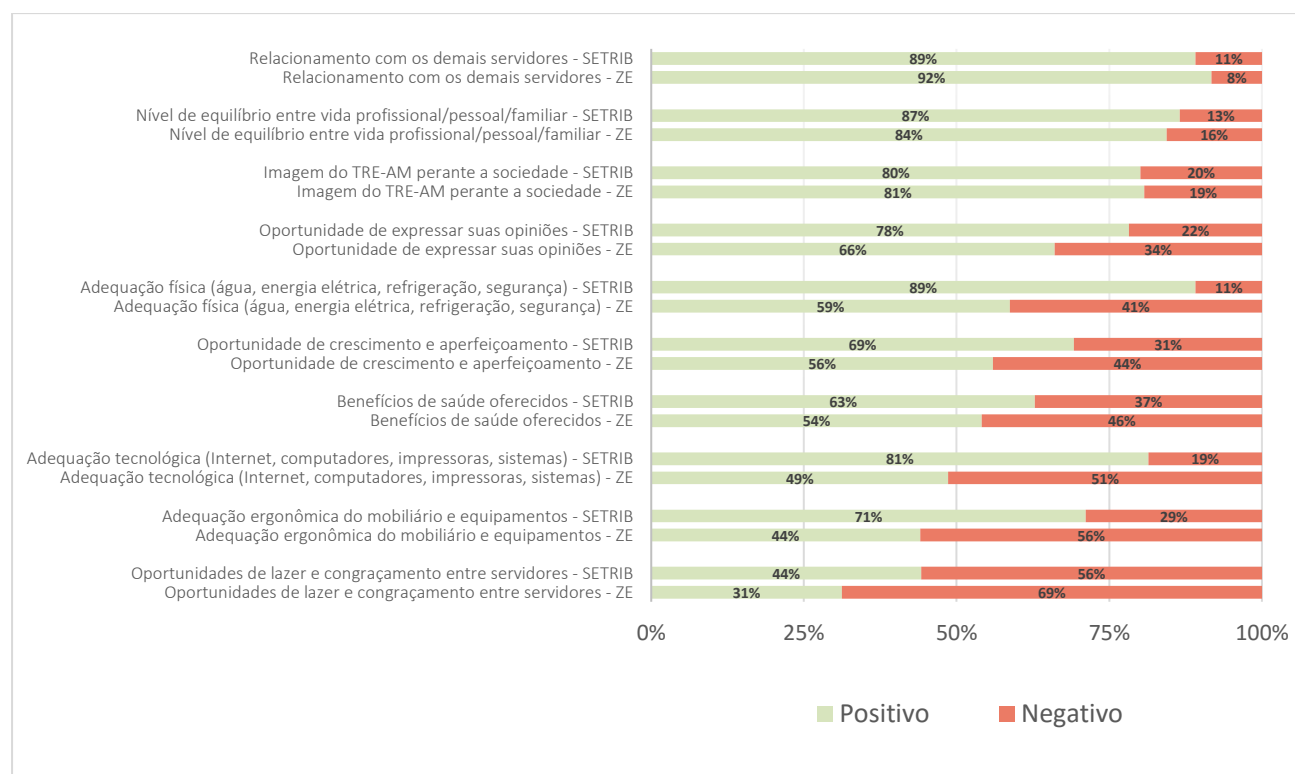
Escala utilizada: Enumeração de 10 itens em escala de prioridade

4.1.1 Análise do diagnóstico

A pesquisa foi lançada no dia 1º de dezembro de 2017 com ampla divulgação, entretanto, até o dia 29 de janeiro de 2018, apenas 160 (cento e sessenta) servidores tinham respondido. Para sanar a baixa participação (provavelmente decorrente das festas de final de ano e concentração de férias) duas atitudes foram tomadas: prorrogação do prazo e reforço na divulgação, destacando a importância da participação de todos para que as ações tivessem um foco adequado as necessidades institucionais.

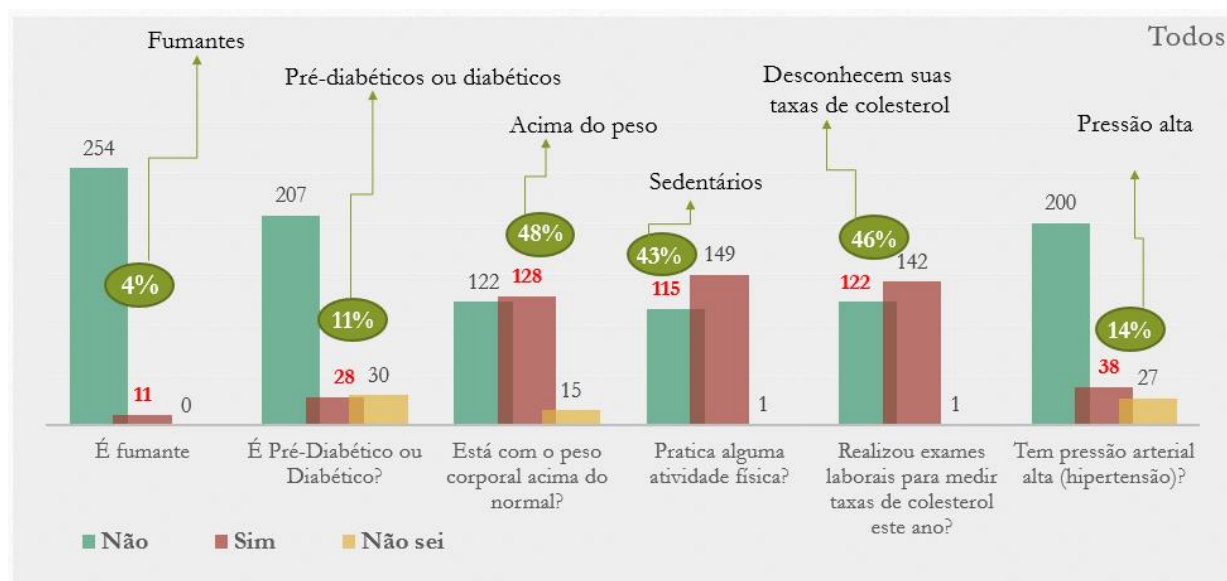
O questionário foi encerrado no dia 27 de março de 2018 e mesmo com toda divulgação apenas 265 servidores responderam de um conjunto de, aproximadamente, 600 servidores (45% de participantes).

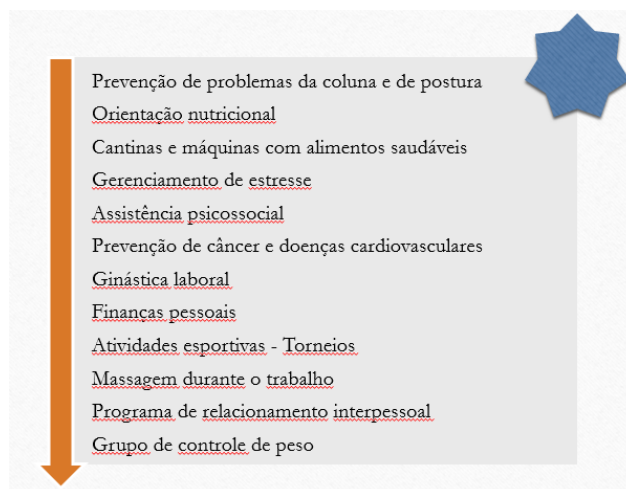
Resultados do item - Percepção do ambiente de trabalho



O primeiro item da pesquisa (tabela acima) buscou conhecer se o mobiliário (mesas e cadeiras), bem como os equipamentos tecnológicos (computadores) estão apropriados para o desenvolvimento do trabalho dos servidores e, considerando as respostas somadas de excelente e bom, verificou-se que

Resultados do item – Auto percepção



Resultado do item - Percepção da necessidade de melhoria do ambiente de trabalho**4.2 Aulas de Yoga e Zumba**

Com o intuito de atender a diversos itens solicitados para melhoria do ambiente de trabalho, o Grupo promoveu aulas de Yoga e Zumba. Essas atividades trazem como benefícios: diminuir o estresse e ansiedade, promover o condicionamento físico, facilitar o emagrecimento, aliviar dores corporais, controlar a pressão e os batimentos cardíacos; melhorar o sono, melhorar a autoestima e proporcionar bem-estar e diversão.

As aulas aconteceram no refeitório no 4º andar e tinham uma hora de duração. O TRE/AM cedeu o espaço, sendo o pagamento das aulas tratado direto com o instrutor.

Yoga, 27 inscritos



Zumba, 16 inscritos



4.3 Confraternização institucional

Aproveitando a vinda dos chefes de cartório do interior para o Curso de aperfeiçoamento de rotinas cartorárias, semana da saúde e informes eleitorais, que ocorreu no período de 04 a 06/07/2018, o Grupo Gestor organizou um almoço de confraternização no dia 04/07 com todos os servidores, o evento foi patrocinado pelo Grupo, SINJEAM e a alta gestão do TRE.



Durante o treinamento e reuniões o Grupo, em conjunto com alunos de Educação Física do LaSalle (em caráter de cortesia, como atividades complementares), realizou ginástica laboral com os chefes de cartório. O evento foi bem recebido pelo chefes.



4.4 Palestra de gestão financeira

Em atendimento ao 8º item de prioridade escolhido pelos servidores (Finanças pessoais), o Grupo Gestor do Programa de Qualidade de Vida do TRE-AM promoveu no dia 16/08 das 14h às 16h a palestra Gestão Financeira Pessoal.

A palestra foi ministrada pelo instrutor Alexandre Costa Cerqueira, que possui alta experiência nas áreas gerenciais e de consultoria de investimentos financeiros, responsável pelo sucesso na implantação do departamento comercial do HSBC- Investment Bank do Brasil (Asset Management / FEV), com certificação na ANBID – CPA 20 e reconhecido internacionalmente pela MDRT (Million Dollar Round Table).

Conteúdo:

- Consumo, orçamento e planejamento familiar
- Mercado – ameaças e oportunidades
- Uso inteligente do crédito
- Como evitar dívidas
- Trabalhando as dívidas de forma honesta e organizada
- Bancos, financeiras e produtos financeiros
- Entendendo o mercado de fundos de investimento
- Produtos de Renda Fixa e previdência privada
- Como programar um futuro melhor
- Como planejar sua aposentadoria.

Em complemento a palestra ocorreu também atendimento individual no dia 17/08 (sexta-feira) – das 8h às 12h aos interessados.

39 servidores participaram do evento.



5 Ações para 2019

Muitas das ações previstas para 2018 não ocorreram em razão de se tratar de ano eleitoral, o que demandou muita dedicação dos servidores, o Grupo só conseguir agenda para apresentar o trabalho a nova gestão em junho/2019, a falta de estrutura dificultava a realização das atividades.

Para 2019, as atividades positivas de 2018 serão repetidas, aquelas que não puderam acontecer em 2018 foram reagendas e novas ações, principalmente nas questões de saúde mental serão dadas prioridades.

Id	Ação	Observações		Cronograma
1	Construção da página Intranet	Canal de grande importância para troca de informações entre o Grupo e os servidores.	Social	Até abril/2019
2	Grupo da caminhada		Físico	1º semestre/2019
3	Grupo da escada	A ser realizado no próprio TRE/AM, logo após o expediente, apoio: Suelly. CONTÍNUO.	Físico	Fevereiro/2019
4	Grupo da trilha		Físico	2º semestre/2019
5	Ginástica laboral	A ser realizado no próprio TRE/AM, no horário de expediente. CONTÍNUO.	Físico	A partir de março/2019
6	Aulas de Zumba	A ser realizado no próprio TRE/AM, após o horário de expediente. CONTÍNUO.	Físico	A partir de março/2019
7	Aulas de Yoga	A ser realizado no próprio TRE/AM, após o horário de expediente. CONTÍNUO.	Físico	A partir de março/2019
8	Semana da Saúde	Em conjunto com a SGP. Em período de vinda de Chefes de Cartórios do interior. ANUAL.	Físico	2º semestre/2019
9	Ambientação do 4º andar		Físico	1º semestre/2019
10	Campanhas para datas comemorativas		Social	Proposta a ser apresentada em fevereiro/2019
11	Campanha institucional		Social	2º semestre/2019
12	Torneio de esportes		Físico	2º semestre/2019
13	Palestras de saúde mental	Gerenciamento de estresse Manejo de ansiedade Inteligência emocional Vivendo com seu humor <i>Burnout</i> <i>Mindfulness</i> (meditação) MENSAL.	Mental	Palestras mensais a partir de março/2019
14	Reaplicação da Pesquisa de diagnóstico		Social	Dezembro/2019
15	Capacitação do Grupo Gestor	Incluir no PAC. ANUAL.		1º semestre/2019
16	Participação no Congresso Brasileiro de QV (temática ODS)	Incluir no PAC. ANUAL.		23, 24 e 25 de Julho/2019.
17	Palestra de gestão financeira			

Para isso, é necessário empreender ações que requerem custos, tais como:

1. Contratação de profissionais com especializações diversas as existentes no TRE/AM para:

- Proferir palestras sobre saúde (nutricionistas, psicólogos, médicos, fisioterapeutas entre outros);
- Para realização de ginástica laboral;
- Para avaliação e redução do nível de ansiedade.

2. Contratação de serviços gráficos e serigrafia para realização de campanhas de promoção de saúde (Semana da saúde, panfletos, camisas)

3. Aquisição de materiais, equipamentos e jogos lúdicos.

Espera-se, embora muitas vezes sejam intangíveis, que o investimento empregado possa promover saúde e qualidade de vida aos servidores do TRE-AM, bem como reduzir custos por adoecimento físico e mental.

6 Considerações finais

Dificuldades:

- Participação dos membros;
- Necessidade de apoio e envolvimento da Presidência, Corregedoria, Diretoria e Secretarias;
- Realização de eventos em ano eleitoral;
- Falta de estrutura ao Grupo Gestor, inclusive para construção da página na Intranet;
- Baixa adesão dos servidores aos eventos propiciados, talvez em razão do processo eleitoral.

Pontos positivos:

- Alta adesão nos eventos de confraternização (café da manhã e almoço)
- Os eventos foram bem avaliados de forma geral

Sugestões do Grupo:

- Elaboração de Pesquisa de Clima organizacional
- Realização de reunião anual com os chefes de cartório do interior em Manaus para a Semana da Saúde.

Este documento será encaminhado para apreciação da Diretoria Geral para conhecimento e posterior divulgação aos servidores (Intranet). Também deverá ser apresentado a alta gestão para discussão dos temas apresentados (data provável: fevereiro de 2019) e a proposta de nova composição do Grupo Gestor.