



PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Saúde

RELATÓRIO de atividades

Primeiro Ciclo

ENCONTROS
com a
Saúde



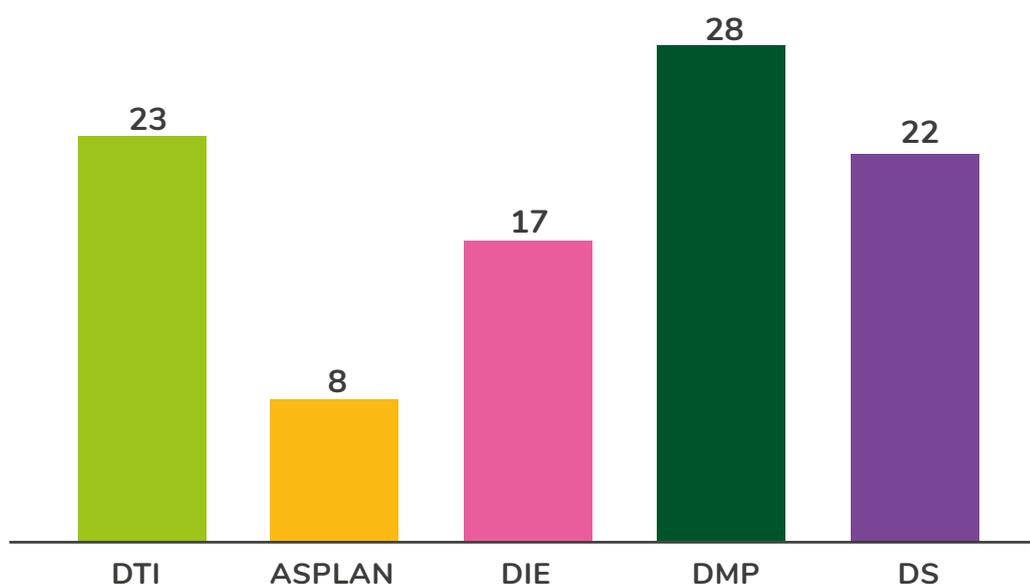
2020

O projeto **Encontros com a Saúde** iniciou-se diante de uma demanda da Diretoria de Tecnologia da Informação (DTI). Após a realização de uma pesquisa sobre home office com os seus servidores, a DTI sinalizou como principais preocupações a ergonomia e a saúde emocional. Assim, a fim de contribuir para a qualidade de vida e bem-estar dos servidores, foi proposto um encontro virtual no dia 28 de agosto entre a psicóloga da Seção de Atenção Integral à Saúde, Juliana Schilickmann Barcelos, a fisioterapeuta e ergonomista da Seção de Ergonomia, Vanessa Zomer Fenili, e os servidores da DTI. O encontro teve duração de uma hora e foi muito produtivo. Os participantes tiveram suas dúvidas respondidas, além de atendimentos individuais oferecidos pelas seções envolvidas.

A ação é resultado de um canal aberto entre as diretorias do TJSC, e o sucesso do encontro virtual fez com que o projeto se consolidasse em um programa de maior abrangência da Diretoria de Saúde. Outros quatro encontros foram realizados com os servidores das Diretorias de Infraestrutura, Material e Patrimônio, e Saúde, e com os assessores da Asplan, com um total de 98 participantes.

O gráfico abaixo ilustra o número de participantes por unidade.

Encontros com a Saúde



O objetivo principal do programa é estar mais próximo dos servidores e possibilitar um bate-papo para dirimir dúvidas relacionadas aos temas propostos inicialmente: ergonomia e saúde emocional. As principais questões apontadas nos encontros foram com relação à melhor adequação ergonômica no home office, maneiras para cuidar da saúde, pausas, tipos de cadeiras e ajuste ideal, ajuste da mesa de trabalho, ajuste do posto de trabalho, manejo do estresse, como lidar com as inúmeras reuniões agendadas, importância de estabelecer rotinas, definição de metas, manutenção dos bons hábitos, alimentação saudável, entre outros.

Avaliação do Encontro

Finalizado o primeiro ciclo de encontros, realizou-se uma pesquisa de satisfação com os servidores envolvidos, por meio de um convite para o preenchimento de formulário no Google Forms. Os itens da pesquisa foram os seguintes:

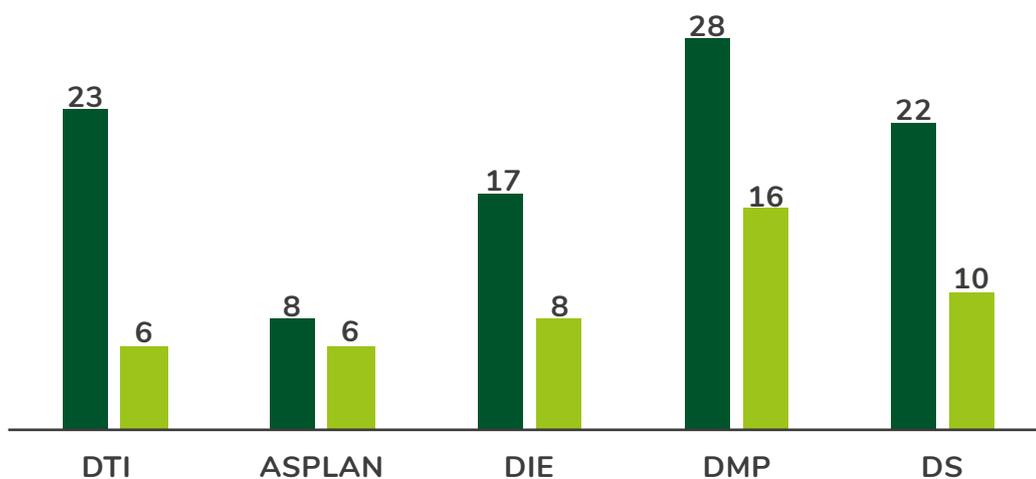
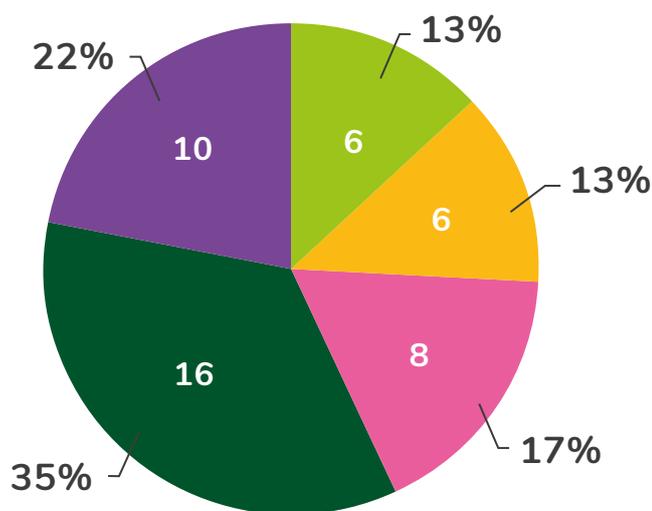
1. Lotação
2. Gênero
3. Idade
4. Há quanto tempo trabalha no PJSC?
5. O encontro atendeu às suas expectativas?
6. Comente sobre a pergunta anterior.
7. As dicas dadas no encontro foram úteis/importantes para você?
8. Você se sentiu à vontade para conversar e questionar sobre saúde emocional?
9. Você se sentiu à vontade para conversar e questionar sobre ergonomia?
10. A palavra é sua! Se quiser sugerir/comentar, fique à vontade.

A seguir são apresentadas as respostas dos participantes. Do total de 98 participantes, 46 responderam ao formulário, um percentual de 47% de adesão.

Os gráficos abaixo ilustram o percentual e o número de respostas por unidade do TJSC participante do Encontros com a Saúde. Verifica-se que em termos quantitativos a Diretoria de Material e Patrimônio teve o maior número de participações na avaliação,

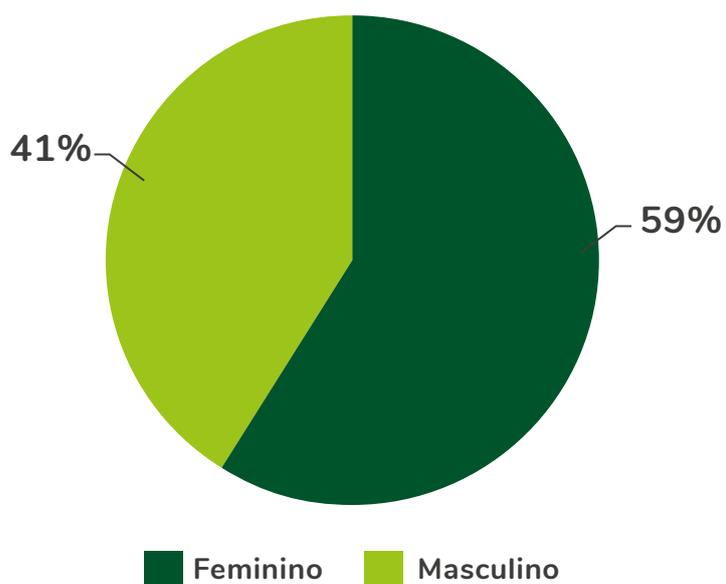
com 16 respostas. Porém, em termos percentuais, considerando o número de pessoas que participaram de cada encontro, a Asplan obteve o maior percentual de respostas, visto que, dos 8 servidores que participaram do encontro, 6 responderam à pesquisa, totalizando 75%.

Respostas por unidade

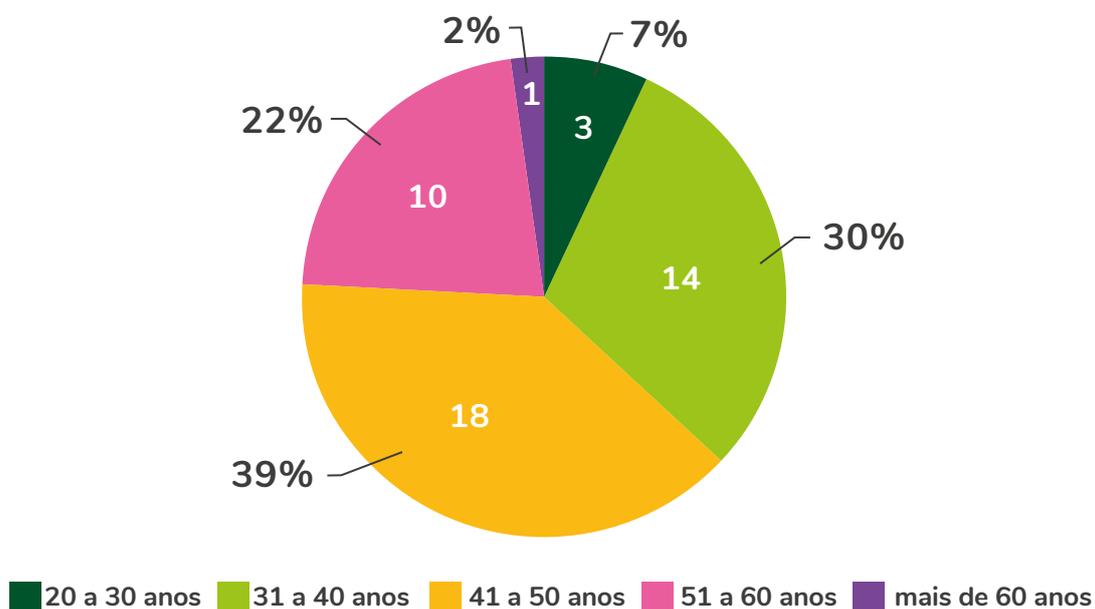


Os dados apresentados neste relatório correspondem às informações prestadas/ registradas pelos servidores que responderam à pesquisa, ou seja, não refletem a totalidade de participantes nos Encontros. Assim, apresentamos nos próximos gráficos os dados relacionados a gênero, idade e tempo em que trabalha no Judiciário catarinense.

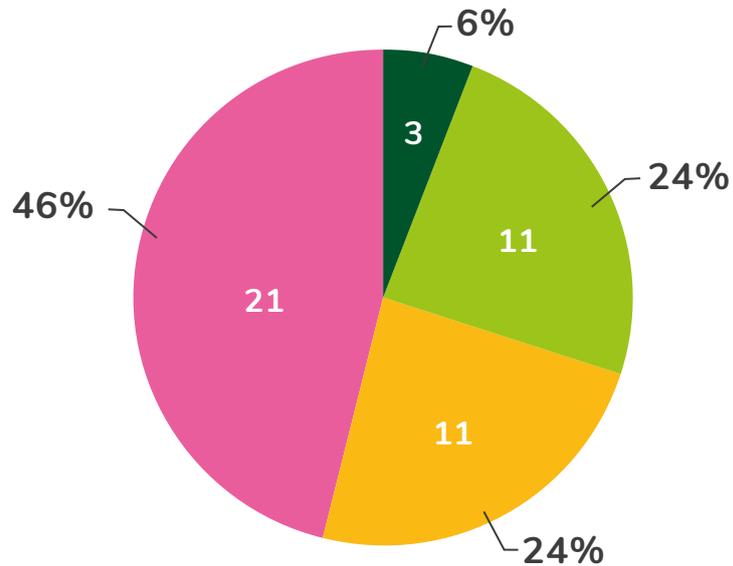
Gênero



Idade



Há quanto tempo trabalha no PJSC

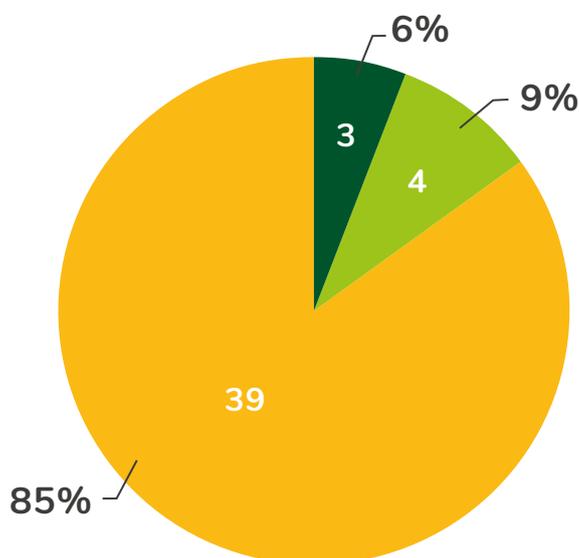


■ até 5 anos ■ de 5 a 10 anos ■ de 11 a 15 anos ■ mais de 15 anos

A avaliação de reação procurou saber como os servidores participantes se sentiram durante o encontro virtual, se suas expectativas foram atendidas e o quão à vontade se sentiram para expor suas dúvidas e questões diante dos colegas.

Oitenta e cinco por cento das respostas foram positivas com relação ao atendimento das expectativas, tendo apenas 3 servidores informado que ficaram insatisfeitos com relação a esse item.

O encontro atendeu às suas expectativas?



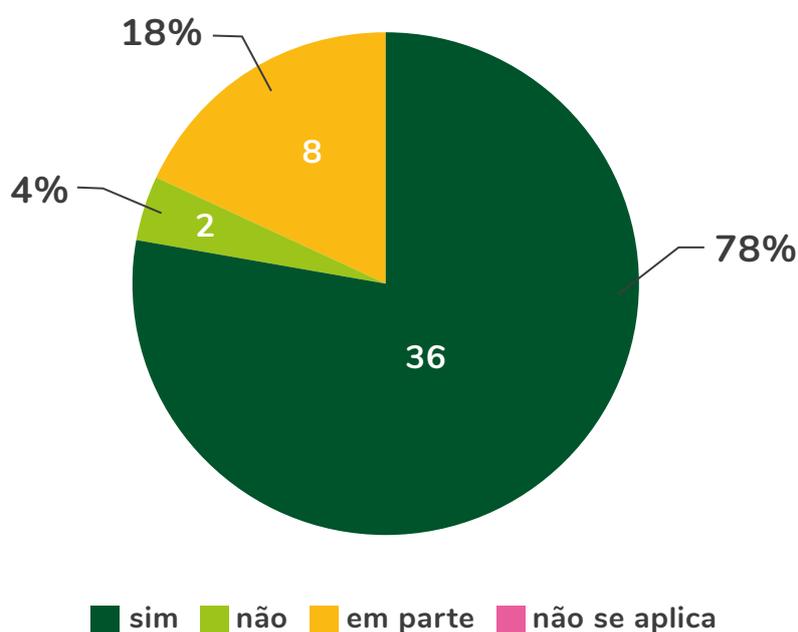
■ insatisfeito ■ parcialmente satisfeito ■ satisfeito ■ não se aplica

Alguns comentários são transcritos abaixo:

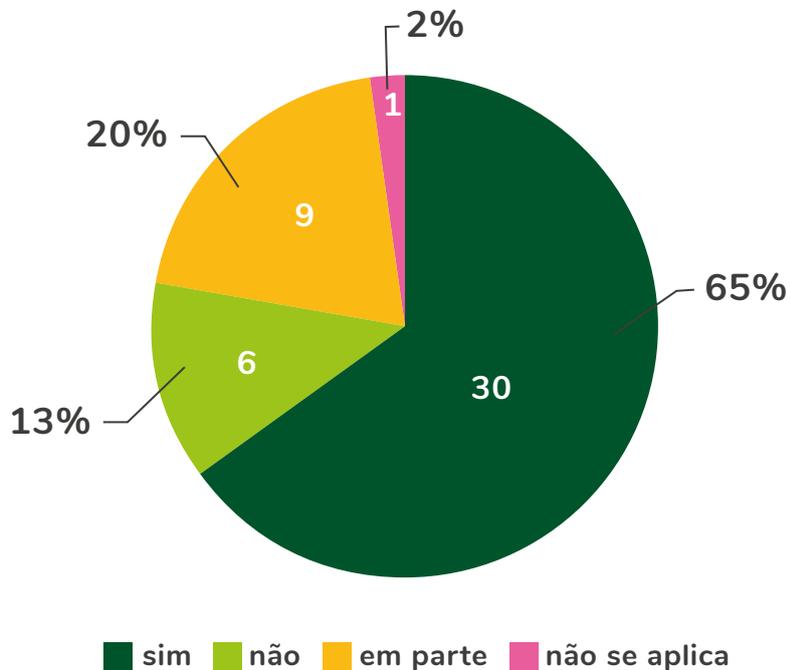
- *Muito boa a abordagem holística da DS, com profissionais capacitadas para prover a adequada orientação aos servidores.*
- *Sim, pois nos proporcionou corrigir nossa postura diante do nosso atual “posto de trabalho” e a importância no cuidado com o emocional.*
- *Eu já havia assistido aos vídeos de ergonomia e já estava colocando em prática. Ali ainda consegui tirar algumas dúvidas que tive em relação ao posto de trabalho em casa. Esses encontros são muito importantes para que todos possam compartilhar experiências nesses novos tempos. Agradeço muito a disponibilidade!*

- *Os assuntos abordados me ajudaram muito, principalmente quanto à ergonomia. Achei as explicações objetivas e práticas. As profissionais foram excelentes!*
- *Foi uma excelente oportunidade para recebermos orientações muito importantes nesse momento. As profissionais da DS são excelentes.*
- *Achei ótimo! Muitas dicas e instruções foram repassadas e nos ajudarão a enfrentar nossa nova estação de trabalho. PARABÉNS AOS ENVOLVIDOS.*
- *O encontro tratou de assuntos particulares dos colegas de trabalho, que, na minha visão, deveriam ser tratados individualmente.*
- *Não, pois alguns participantes aproveitaram a oportunidade para falar sobre aspectos da vida pessoal, o que, no meu entender, comprometeu o objetivo do encontro.*
- *Pouco tempo para o assunto e perguntas.*

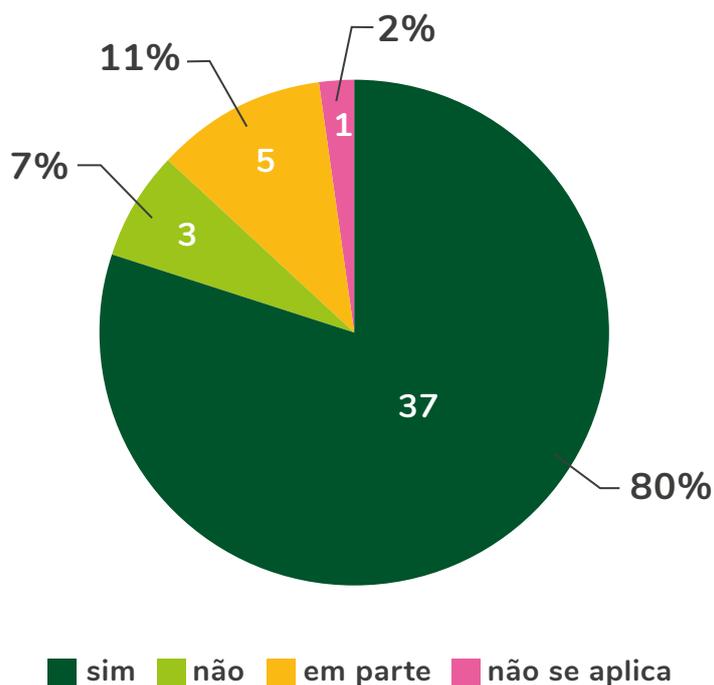
As dicas dadas no encontro foram úteis/importantes para você?



Você se sentiu à vontade para conversar e questionar sobre saúde emocional?



Você se sentiu a vontade para conversar e questionar sobre ergonomia?



Por fim, a pesquisa deu a palavra para o servidor comentar ou sugerir o que tivesse vontade:

- *Tenho observado que as pessoas estão mais intolerantes neste momento, fazendo grosserias e respondendo sem paciência, e não tive coragem de falar isso. Mas é o que mais me incomodou durante a home office. A intransigência das pessoas, a falta de diálogo, talvez isso seja somente uma escrita mais dura, pois estamos nos comunicando basicamente por mensagens... não sei! Talvez o olho no olho ainda seja a melhor opção, e o tempo de afastamento não permite isso. Tentei passar essas impressões para os colegas com que tenho maior contato, disseminar a sementinha do “por favor e muito obrigada”. Estimular a preocupação com o bem-estar do*
- *próximo, incentivar mais vídeos com colegas... qualquer coisa para amenizar o gelo das palavras escritas.*
- *Esta iniciativa da Diretoria de Saúde foi muito importante para nós servidores que estamos em home office, para que possamos adequar nossa estação de trabalho em casa de forma ergonomicamente correta. A conversa foi interessante e o tempo razoável. Acredito que, se o encontro fosse de duas horas, ainda ficaríamos focados nas explicações das colegas. Parabéns, Juliana e Vanessa, pela dedicação e pelo excelente trabalho que estão fazendo!*
- *Foi muito bom! Tirou as dúvidas de ergonomia e saúde emocional. A Vanessa e a Juliana foram ótimas. Seria bem legal encontros periódicos, semestrais/ anuais, para quem estiver em home office, para estarmos sempre envolvidos nas melhorias ergonômicas e emocionais, pois, com o passar do tempo, dúvidas e sentimentos mudam. Obrigada!*
- *Foi uma excelente oportunidade para sairmos da rotina de trabalho normal e conversarmos um pouco sobre esses aspectos, que considero bastante relevantes. Parabenizo a Diretoria de Saúde pela iniciativa e as colegas pela competência com que conduziram o encontro.*

- *Foi um momento muito bom. Com leveza, conseguimos discutir alguns aspectos do trabalho que normalmente não temos oportunidade de fazer. Na questão da ergonomia, foi muito legal tirar algumas dúvidas que naturalmente surgem com o home office.*
- *Algumas coisas tratadas no encontro já eram de meu conhecimento, mas outras foram bem interessantes. Sou tímida e não me senti à vontade de perguntar, por questões pessoais. Mas achei o encontro proveitoso!*
- *O encontro foi muito satisfatório, descontraído, mas com informações relevantes referentes ao assunto. Parabéns às responsáveis.*
- *Amamos! Parabéns pelo trabalho e faço votos de que todos os servidores tenham oportunidade de participar em algum momento.*
- *Ficou na esfera de assuntos pessoais dos indivíduos que detêm cargos de destaque (comissão). Aos demais, restou ouvir.*
- *Caso queiram realizar esse tipo de atendimento, sugiro que façam de forma individualizada para aqueles que solicitarem.*
- *Seria interessante propiciar um canal para tirar dúvidas ou até mesmo para registrar alguns pontos do bate-papo.*
- *Sugiro que esses encontros aconteçam com frequência como forma de acompanhamento da nossa condição de saúde.*
- *Saúde emocional ainda é tabu. Não me senti confortável de falar a respeito na frente dos demais colegas.*
- *Muito obrigada por este espaço, ajudou bastante a repensar várias atitudes do dia a dia!*
- *Sugiro a realização de mais encontros como este! Parabéns a Juliana e a Vanessa pela iniciativa!*

- *Podemos fazer mais vezes. A equipe adorou!*
- *Poderiam ser feitos encontros mensais.*
- *Podemos ter mais desses encontros!*
- *Podemos repetir mais vezes?*
- *Parabéns pela iniciativa!*

Fotos dos encontros



DTI - 28/08/2020



ASPLAN - 16/09/2020



DIE - 17/09/2020



DMP - 22/09/2020



DS - 24/09/2020

Considerações finais

Ficou evidente a importância de estar mais próximo do servidor, especialmente neste período de home office. Os encontros foram extremamente agradáveis, produtivos, descontraídos, e proporcionaram aos participantes um momento de “break” no seu dia de trabalho. Um momento para serem ouvidos, para poderem expor, se quisessem, as suas dúvidas. Além disso, proporcionou às organizadoras um novo espaço de trabalho e a oportunidade de oferecerem aos servidores saúde e bem-estar.

O encontro de forma virtual proporcionou a participação de mais pessoas, e o fato de serem feitos por unidade também facilitou o entrosamento dos participantes.

Ficou também evidenciada a necessidade da realização de mais encontros desse tipo.

Salientou-se ainda a dificuldade em tratar do tema saúde emocional, o que enseja que a DS deva produzir programas relacionados ao tema, contribuindo para a diminuição de estigmas/preconceitos relacionados a essa área da saúde.

Ficou clara a necessidade de cuidar das pessoas, principalmente em home office, de cuidar da sua saúde emocional, de orientar com relação aos cuidados em casa e aos cuidados com a ergonomia.

Sugerimos a continuidade do programa, com a extensão às demais diretorias, Corregedoria-Geral da Justiça, Academia Judicial, demais unidades do TJSC e às comarcas.

Florianópolis, 27 de outubro de 2020.

ENCONTROS com a *Saúde*



Realização:

Seção de Ergonomia
Seção de Atenção Integral à Saúde

Responsáveis:

Chefe da Seção de Ergonomia: Vanessa Zomer Fenili
Chefe da Seção de Atenção Integral à Saúde: Juliana Schlickmann Barcelos

Patrocinadores:

Chefe da Divisão de Projetos de Atenção à Saúde: Hellen Martins Geremias
Chefe Interina da Divisão de Assistência à Saúde: Caroline Junckes da Silva Chaves
Diretora de Saúde: Graciela de Oliveira Richter Schmidt

Projeto Gráfico:

Assessoria de Artes Visuais - Núcleo de Comunicação Institucional



PODER JUDICIÁRIO
TRIBUNAL DE JUSTIÇA
de Santa Catarina
Diretoria-Geral Administrativa
Diretoria de Saúde