1ª edição - 2024

Sobre o programa:

A Diretoria de Gestão de Pessoas, por meio da Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas (DDVP), está empenhada em proporcionar a melhoria da qualidade de vida e o bem-estar dos servidores e servidoras do Poder Judiciário de Santa Catarina (PJSC).

Com esse propósito, em 2024, a DDVP está dando continuidade a uma das principais ações descritas no Plano Estratégico de Gestão de Pessoas deste Tribunal: trata-se do Programa Bem-Estar no Trabalho que tem como finalidade atuar como estratégia de promoção de hábitos saudáveis e a construção de vínculos positivos com o trabalho, além da valorização e motivação dos servidores do PJSC.

A edição nº1 do programa foi realizada entre os dias 24, 25 e 26 de abril e contou com a participação de 30 (trinta) servidores, sorteados com base em critérios preestabelecidos e divulgados no momento da inscrição.

Durante os três dias de evento, a DDVP, através da Seção de Desenvolvimento de Pessoas, ofereceu aos participantes uma variedade de palestras e atividades vivenciais. Dentre os encontros disponíveis, destacam-se temas pertinentes:

- Saúde emocional: mudando o olhar;
- *Mindfulness*: respiração e meditação;
- Ergonomia física e cognitiva;
- Educação financeira;
- Diversidade e inclusão.

O Programa também buscou promover a colaboração, ao contar com instrutores do próprio quadro do PJSC, além das parcerias voluntárias. Ao final, a DDVP também se

colocou à disposição para receber o feedback dos participantes através de uma avaliação enviada por e-mail.

Seguem os resultados, distribuídos por temas e, por fim, as sugestões propostas e comentários que representam uma oportunidade de identificar a relevância do Programa e seus possíveis reflexos na qualidade de vida no trabalho, bem como obter subsídios para o aperfeiçoamento constante do evento, buscando-se atender, com excelência, às expectativas dos servidores em futuras edições.

Dados gerais:

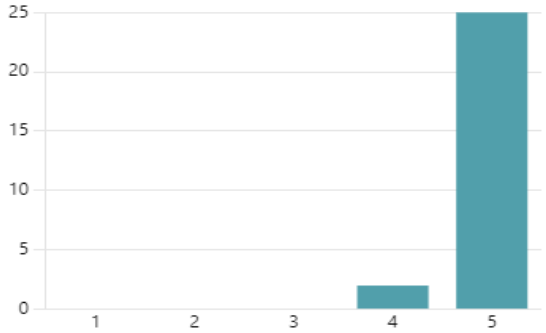
*AVALIAÇÃO POR E-MAIL/ *MICROSOFT FORMS*	PARTICIPANTES
Avaliações encaminhadas	**30**
Avaliações respondidas	**27**
Porcentagem de respostas	**90%**

APROVEITAMENTO DO SERVIDOR:

1. Qual a sua satisfação com o Programa Bem-Estar no Trabalho?

☆ ☆ ☆ ☆ ☆

4.93
Classificação Média



2. Avalie sua disponibilidade e abertura para participar das palestras e atividades vivenciais:

Ótimo	24
Bom	3
Regular	0
Ruim	0

3. Avalie o desenvolvimento de novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes:

Ótimo	20
Bom	7
Regular	0
Ruim	0

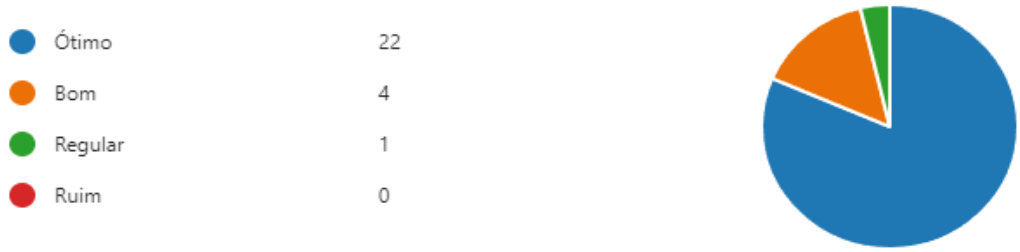
4. Avalie a ampliação do autoconhecimento:

Ótimo	22
Bom	5
Regular	0
Ruim	0

RESULTADOS POR TEMAS:

1. Roda de Integração:

- Palestrantes => Fernanda Chede Rotolo Caldas e Daniela Lavratti Infeld.
- Equipe da Seção Psicossocial Organizacional – Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP).

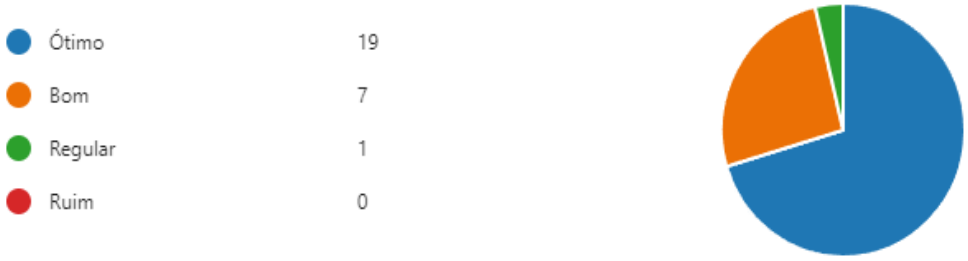


2. Diversidade e Inclusão:

- Palestrantes =>Rodrigo Lima e Luciana Rabello Silva.
- Equipe do Programa Integra – Secretaria de Acessibilidade e Inclusão.

3. Importância da atividade física: saúde mental, motivação e mudança de comportamento:

- Palestrante voluntário => Prof. Dr. Thiago Matias (UFSC).

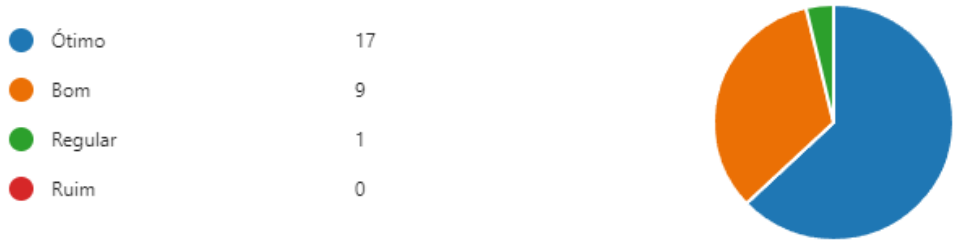


4. Saúde emocional no trabalho: “mudando o olhar”:

- Palestrante: Rafaela Pederiva.
- Seção Psicossocial em Saúde - Diretoria de Saúde e Qualidade de Vida (DSQV).

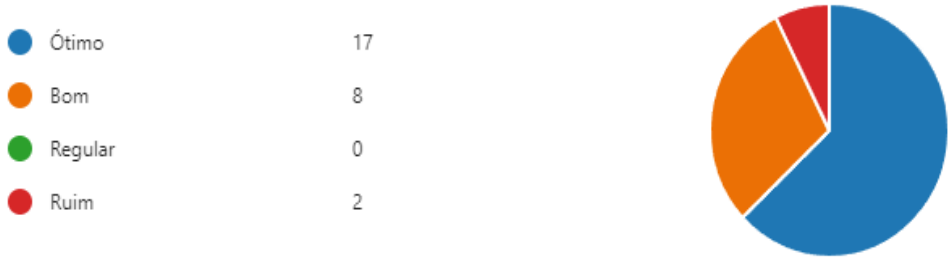
5. Alimentação saudável: mudança de hábitos e melhora do desempenho:

- Palestrante: Gerusa Lorenzetti da Rosa.
- (DMP/DCC).



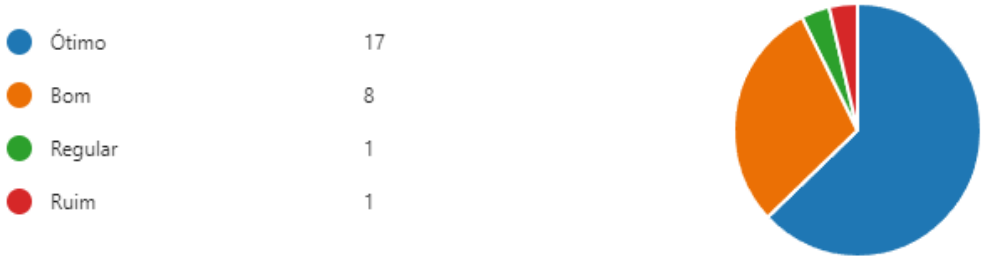
6. "Você em Foco":

- Palestrante: Marcelo Dias e Silva.
- Equipe do Programa de Qualidade de Vida no PJSC – Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP).



7. Educação Financeira:

- Palestrante: Leandro Gallon.
- Equipe do Programa de Educação Financeira (DCDP/DSOJ).

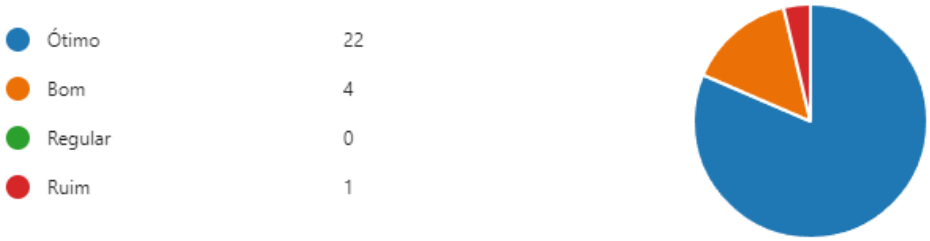


8. Ergonomia física e cognitiva:

- Palestrantes: Vanessa Zomer Fenili e Sonia Mani.
- Equipe da Seção de Ergonomia – Diretoria de Saúde e Qualidade de Vida (DSQV).

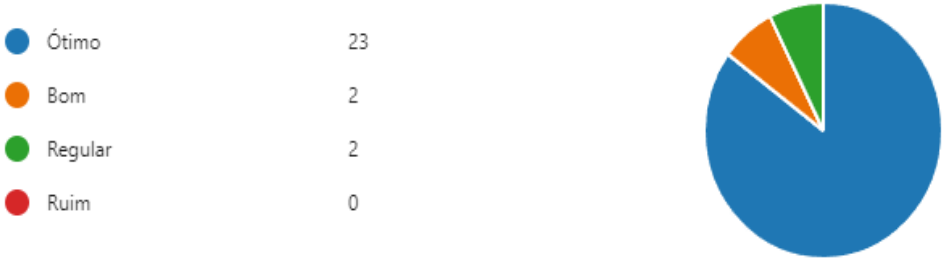
9. <u>“Aqui e agora”: meditação e respiração:</u>

- Palestrante: Luísa Bresolin de Oliveira.
- (AJ).

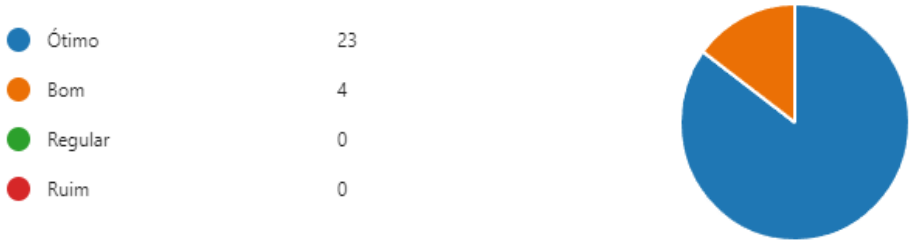


10. Atividade vivencial<u>: “um novo olhar”:</u>

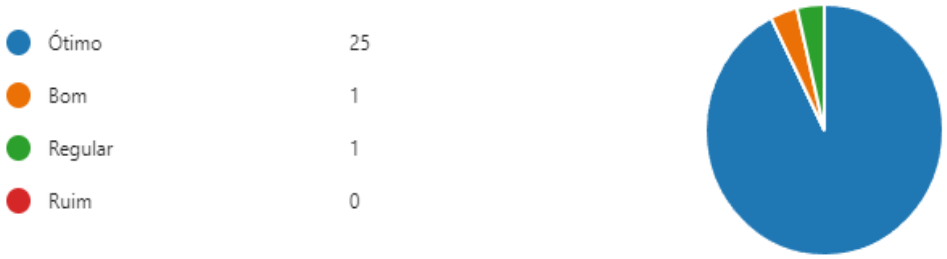
- Palestrante: Luciana Rabello Silva.
- Equipe do Programa Integra.



ORGANIZAÇÃO DO PROGRAMA:



ATENDIMENTO DA EQUIPE:



COMENTÁRIOS:

"Perceptível que o programa foi planejado nos mínimos detalhes. Destaco o material utilizado, que foi de muito bom gosto. Elogio o investimento em profissionais "da casa" para realizar as atividades do programa."

"Gostaria de elogiar toda equipe do programa Bem-Estar no Trabalho, foi muito gratificante saber que somos uma grande equipe e podemos contar com todos os colegas como uma grande família, que procura melhorar como um todo e nos aproximar como humanos."

"Agradeço a oportunidade de participar e sugiro que este programa seja levado aos juízes e chefias de cartório de forma que atinjam um nível mais elevado e expandido de consciência em relação ao bem-estar de seus colaboradores e do ambiente de trabalho, promovendo maior integração com suas equipes."

DEPOIMENTOS DOS PARTICIPANTES:

"Foi o melhor evento do qual já participei dentro do TJSC. Parabéns à organização, aos palestrantes e a todos os envolvidos. Eu me senti bem recebido, acolhido e à vontade para participar. Participar do Programa Bem-Estar no Trabalho trouxe clareza sobre alguns pontos, deixou outros mais leves e me ajudou a realinhar minhas prioridades e, em especial, o papel do trabalho na minha vida."

"Para mim foi aquisição de novos conhecimentos, de troca de experiências com os colegas e de uma introspecção com a minha própria realidade de saúde física, mental e emocional. Foi uma conexão com novos valores da instituição TJSC que eu desconhecia e uma forma de revitalizar minhas metas para o futuro dentro e fora do judiciário. Foi

gratificante e enriquecedor! Sou grata a equipe e ao TJSC por proporcionar um tempo para reflexão e crescimento!"

"Representou uma nova visão sobre o trabalho, as relações com os colegas, os jurisdicionados, os gestores, sendo que o bem-estar depende mais de mim do que dos outros."

"Um resgate de muitos valores que estavam adormecidos e um impulso para a vida, para o trabalho, e orgulho por pertencer a esta grande Instituição TJSC."

"Foi um "respiro", um lembrar que sou servidora e meu proposito no TJSC é servir."

"Não sabia da existência do Programa e fui sem grandes pretensões, mas confesso que me surpreendi positivamente e nem imaginava que sairia tão impactada. Veio em bom momento para minha vida pessoal. Além disso, sinto que o Programa humanizou a instituição "Tribunal de Justiça" e me fez sentir valorizada e útil, aumentando a vontade de retribuir esse cuidado. É um Programa de extrema valia e que já recomendei a todos os colegas de Comarca."

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O Programa Bem-Estar no Trabalho cumpriu o seu objetivo: proporcionar aos servidores das comarcas e da secretaria do TJ uma formação de vínculos positivos com o trabalho, além do aumento da satisfação profissional e pessoal.

Sob o ponto de vista desta Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas, por meio da Seção de Desenvolvimento de Pessoas, as alterações realizadas em relação à programação trouxeram resultados positivos, pois a maioria dos palestrantes do evento que atuaram como instrutores internos fazem parte do quadro de servidores do PJSC, o que de certa forma aproxima o contato com os participantes.

As palestras e atividades vivenciais despertaram interesse e reflexão, já que abordaram temas que tiveram foco no bem-estar, na saúde e na qualidade de vida.

De fato, importante ressaltar que o Programa assume especial relevância nesta Instituição, pois atua de forma preventiva, com o propósito de fazer com que os servidores repensem hábitos e estilos de vida que promovam o bem-estar físico e mental, conscientizando-os sobre o impacto desses fatores na qualidade e produtividade no ambiente de trabalho.

O Programa busca, portanto, representar uma oportunidade para o desenvolvimento profissional e uma forma de explorar novas perspectivas, contribuindo para o fortalecimento da eficácia e efetividade no âmbito do Poder Judiciário catarinense.

Contatos:

Equipe da Seção de Desenvolvimento de Pessoas/Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas/ Diretoria de Gestão de Pessoas

Página no Portal do Servidor: **Programa Bem-Estar no Trabalho**

E-mail: **dgp.bemestar@tjsc.jus.br**

Telefone: (48) 3287-7537

2ª edição - 2024

Sobre o programa:

O **Programa Bem-Estar no Trabalho**, realizado pela Diretoria de Gestão de Pessoas, por meio da Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas (DDVP), tem o intuito de proporcionar a melhoria da qualidade de vida e o bem-estar dos servidores e servidoras do Poder Judiciário de Santa Catarina (PJSC).

Com esse propósito, em 2024, a DDVP está dando continuidade a uma das principais ações descritas no Plano Estratégico de Gestão de Pessoas deste Tribunal: proporcionar ações que tem como finalidade atuar como estratégia de promoção de hábitos saudáveis e a construção de vínculos positivos com o trabalho, além da valorização e motivação dos servidores do PJSC.

A **2ª edição do programa** foi realizada entre os dias 28, 29 e 30 de agosto e contou, novamente, com a participação de 30 (trinta) servidores, sorteados com base em critérios preestabelecidos e divulgados no momento da inscrição.

Durante os três dias de evento, a DDVP, através da Seção de Desenvolvimento de Pessoas, ofereceu aos participantes uma variedade de palestras e atividades vivenciais. Dentre os encontros disponíveis, destacam-se temas pertinentes:

- Como se comunicar de maneira assertiva;
- Bem-estar musical;
- Ergonomia física e cognitiva;
- Saúde emocional: mudando o olhar;
- Diversidade e inclusão.

Nos mesmos moldes da edição anterior, o Programa também buscou promover a colaboração, ao contar com instrutores do próprio quadro do PJSC, além das parcerias voluntárias.

Encerrado o evento, a DDVP se colocou à disposição para receber o feedback dos participantes através de uma avaliação enviada por e-mail, através da plataforma *microsoft forms*.

Seguem os resultados, distribuídos por temas e, por fim, as sugestões propostas e comentários que representam uma oportunidade de identificar a relevância do Programa e seus possíveis reflexos na qualidade de vida no trabalho, bem como obter subsídios para o aperfeiçoamento constante do evento, buscando-se atender, com excelência, às expectativas dos servidores em futuras edições.

Dados gerais:

*AVALIAÇÃO POR E-MAIL/ *MICROSOFT FORMS*	PARTICIPANTES
Avaliações encaminhadas	**30**
Avaliações respondidas	**22**
Porcentagem de respostas	**73,3%**

APROVEITAMENTO DO SERVIDOR:

1. Você se sentiu satisfeito depois de completar o programa?

2. Avalie o desenvolvimento de novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes:

3. Avalie a ampliação do autoconhecimento:

RESULTADOS POR TEMAS:

1. <u>Roda de Integração</u>:

- Palestrantes => Karen Neumann e Cezar Sales dos Santos Junior
- Equipe da Seção Psicossocial Organizacional – Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP).

2. <u>Diversidade e Inclusão</u>:

- Palestrantes =>Rodrigo Lima e Luciana Rabello Silva.
- Equipe do Programa Integra – Secretaria de Acessibilidade e Inclusão.

3. <u>Importância da atividade física: saúde mental, motivação e mudança de comportamento:</u>

- Palestrante voluntário => Prof. Dr. Thiago Matias (UFSC).

4. <u>Saúde emocional no trabalho: “mudando o olhar”:</u>

- Palestrante=> Rafaela Pederiva.
- Seção Psicossocial em Saúde - Diretoria de Saúde e Qualidade de Vida (DSQV).

5. <u>Alimentação saudável: mudança de hábitos e melhora do desempenho:</u>

- Palestrante=> Gerusa Lorenzetti da Rosa (DMP/DCC).

6. <u>"Você em Foco":</u>

- Palestrante =>Marcelo Dias e Silva.
- Equipe do Programa de Qualidade de Vida no PJSC – Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP).

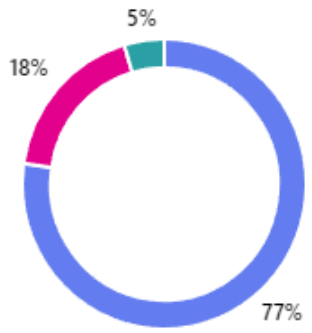
7. <u>Educação Financeira:</u>

- Palestrante=>Leandro Gallon.
- Equipe do Programa de Educação Financeira (DCDP/DSOJ).

8. <u>Ergonomia física e cognitiva:</u>

- Palestrantes=>Vanessa Zomer Fenili e Sonia Mani.
- Equipe da Seção de Ergonomia – Diretoria de Saúde e Qualidade de Vida (DSQV).

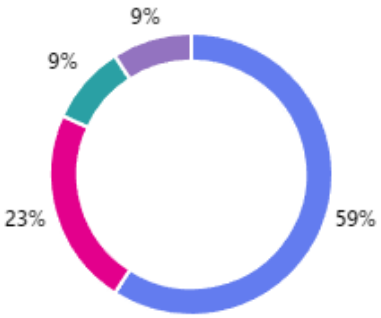
Ótimo	17
Bom	4
Regular	1
Ruim	0



9. <u>"Aqui e agora": meditação e respiração:</u>

- Palestrante=> Luísa Bresolin de Oliveira (AJ).

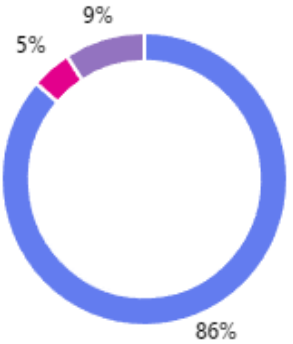
Ótimo	13
Bom	5
Regular	2
Ruim	2



10. <u>Atividade vivencial: "um novo olhar":</u>

- Palestrante=> Luciana Rabello Silva.
- Equipe do Programa Integra.

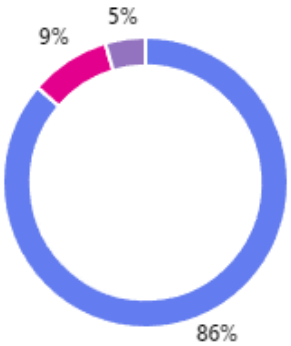
Ótimo	19
Bom	1
Regular	0
Ruim	2



11. <u>Bem-estar musical:</u>

- Palestrante=> Marcos Rodolfo da Silva (DGDM).

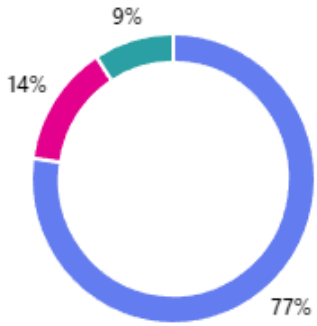
Ótimo	19
Bom	2
Regular	0
Ruim	1



12. <u>Como se comunicar de maneira assertiva:</u>

- Palestrante=>Sabrine Gabrielle Fetzner .
- Equipe da Unimed Saúde.

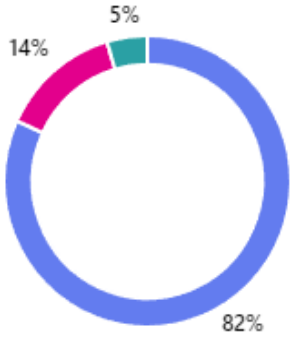
Ótimo	17
Bom	3
Regular	2
Ruim	0



13. <u>Qualidade de vida e saúde:</u>

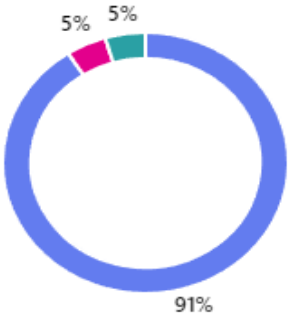
- Palestrante=> Dr. William Duailibi (médico - Diretoria de Saúde e Qualidade de Vida (DSQV).

Ótimo	18
Bom	3
Regular	1
Ruim	0



ORGANIZAÇÃO DO PROGRAMA:

Ótimo	20
Bom	1
Regular	1
Ruim	0



ATENDIMENTO DA EQUIPE:

Ótimo	21
Bom	1
Regular	0
Ruim	0

COMENTÁRIOS:

"Representou inserção e acolhida em uma instituição tão poderosa na medida em que nos possibilita demonstrar nossas fragilidades e sermos humanos enquanto no contato com o outro humano, nosso colega de trabalho e que tudo está certo... vida que segue e vamos nos organizando e nos respeitando mesmo com as metas e cobranças. O mais importante é entendermos o quão efêmera é a vida e que o que temos é o tempo do Agora para produzir, para Amar e Viver. Gratidão!"

"Foi uma experiência maravilhosa participar deste evento! Um momento em que despertou sensação de pertencimento ao Tribunal, do quanto somos parte integrante da Instituição! O evento nos permite conhecer com mais acuidade diversos programas do TJ voltados ao nosso benefício, que muitas vezes, na correria do dia-a-dia, não buscamos de maneira efetiva. Igualmente, o evento nos proporciona a integração e a formação de laços com os colegas dos mais diversos locais e setores, gerando novas amizades e enriquecendo a nossa convivência. De outro norte, os temas trazidos e a qualidade dos palestrantes/condutores foram excepcionais e irretocáveis! Quando pensamos que determinada palestra tinha sido extraordinária, outra se superava! Enfim, não tenho palavras para agradecer aos organizadores essa oportunidade valiosa de crescimento pessoal e profissional!"

"O programa BET foi uma oportunidade ímpar de autoconhecimento e empatia, pois possibilitou partilhar experiências, boas ou não, as quais nos fizeram refletir sobre nosso cotidiano e postura diante dos ambientes de trabalho e particular e analisar pontos de melhoria e correção. A empatia é o resultado da percepção de que esse processo não é individual, ele acontece com todos."

DEPOIMENTOS DOS PARTICIPANTES:

"Participar do programa foi desafiador por estar longe das atividades do fórum com um sentimento de que estaria tirando uma folga forçada. No entanto, no decorrer do curso pude perceber que é essencial que todo servidor do Poder Judiciário Catarinense participe. As atividades são ricas em conteúdo e abordam diferentes aspectos do cotidiano no trabalho, assim como na vida pessoal. Participar do programa me fez sentir ainda mais orgulho por ser servidor do TJSC."

"Possibilidade de troca de experiências com demais colegas das diversas regiões do estado os quais ainda não os conhecia. Reorganização de meu tempo

profissional, pessoal e financeiro. Perceber que a mudança começa e é por mim e que não estamos sozinhos como no passado, há esperança na instituição ou melhor, nas pessoas que fazem esta engrenagem andar e, ser mais humana."

"Para mim, participar do programa foi uma grande alegria. Poder conhecer colegas de outras unidades, conhecer as realidades diferentes e ao mesmo tempo similares da rotina de trabalho, compartilhar os desafios do dia a dia no judiciário catarinense."

"Se inscrevam e torçam para serem sorteados. Se permitam. O trabalho da DGP é incrível. O acolhimento da equipe é desde o primeiro minuto que você chega até depois do término. As dinâmicas são maravilhosas. Se permitam porque é simplesmente fenomenal. Só tenho a agradecer."

"Representou um refrigério para cérebro cansado. Aliás, uma pausa necessária para o fortalecimento emocional."

"Foi ótimo, descansa a mente, aprende, e gratidão pela administração do Tribunal por nos proporcionar este programa. Quero fazer outras vezes, se possível."

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O Programa Bem-Estar no Trabalho, mais uma vez, cumpriu a sua finalidade na 2ª edição do ano 2024: proporcionar aos servidores das comarcas e da secretaria do TJ uma formação de vínculos positivos com o trabalho, além do aumento da satisfação profissional e pessoal.

Na análise desta Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas, por meio da Seção de Desenvolvimento de Pessoas, as alterações realizadas em relação à programação trouxeram resultados positivos, pois a maioria dos palestrantes do evento que atuaram como instrutores internos fazem parte do quadro de servidores do PJSC, o que de certa forma aproxima o contato com os participantes.

As palestras e atividades vivenciais despertaram interesse e reflexão, já que abordaram temas que tiveram foco no bem-estar, na saúde e na qualidade de vida.

Sempre importante ressaltar que o Programa assume especial relevância nesta Instituição, pois atua de forma preventiva, com o propósito de fazer com que os servidores repensem hábitos e estilos de vida que promovam o bem-estar físico e mental, conscientizando-os sobre o impacto desses fatores na qualidade e produtividade no ambiente de trabalho.

O Programa busca, portanto, representar uma oportunidade para o desenvolvimento profissional e uma forma de explorar novas perspectivas, contribuindo para o

fortalecimento da eficácia e efetividade no âmbito do Poder Judiciário catarinense.

Contatos:

Equipe da Seção de Desenvolvimento de Pessoas/Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas/ Diretoria de Gestão de Pessoas

Página no Portal do Servidor: **Programa Bem-Estar no Trabalho**

E-mail: **dgp.bemestar@tjsc.jus.br**

Telefone: (48) 3287-7537

PROGRAMA BEM-ESTAR NO TRABALHO

3ª EDIÇÃO - 2024

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

SOBRE O PROGRAMA:

O **Programa Bem-Estar no Trabalho**, organizado por meio da Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas (DDVP) da Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP), faz parte do programa **"Você em foco: Qualidade de Vida no PJSC"**, cujo objetivo é acolher, dialogar, compartilhar e favorecer o desenvolvimento colaborativo e a construção de uma gestão humanizada, além de contribuir para o propósito do Plano Estratégico de Gestão de Pessoas proposto pelo TJSC.

Ao longo de 2024, foram organizadas 3 (três) edições do programa, as quais serviram para implementar várias iniciativas que visam promover a saúde e o bem-estar dos servidores. Aqui estão algumas das principais ações:

1. **Vivências de Grupo**: Atividades que promovem a interação e a cooperação entre os servidores, fortalecendo os vínculos interpessoais e melhorando o clima organizacional.
2. **Palestras diferenciadas:** temas educativos sobre desenvolvimento pessoal, equilíbrio físico e mental, qualidade de vida no trabalho e bem-estar humano. Esses eventos ajudam a conscientizar os servidores sobre a importância de hábitos saudáveis.
3. **Educação Financeira**: Programas que abordam a gestão financeira pessoal, ajudando os servidores a lidar melhor com suas finanças e reduzir o estresse relacionado a questões econômicas.
4. **Meditação e Respiração**: Sessões de meditação e técnicas de respiração para melhorar a saúde mental e reduzir o estresse dos servidores.
5. **Saúde Mental**: Iniciativas focadas na promoção da saúde mental, oferecendo suporte e recursos para lidar com questões como ansiedade e *burnou*t.

A terceira edição do programa foi realizada entre os dias 27, 28 e 29 de novembro e contou, novamente, com a participação de 30 (trinta) servidores, sorteados com base em critérios preestabelecidos e divulgados no momento da inscrição.

Considerada a última edição do ano 2024, o evento proporcionou aos participantes uma variedade de palestras e atividades vivenciais. Dentre os encontros disponíveis, destacam-se temas pertinentes:

- Como se comunicar de maneira assertiva;
- Bem-estar musical;

- Ergonomia física e cognitiva;
- Saúde emocional: mudando o olhar;
- Diversidade e inclusão.

Nos mesmos moldes da edição anterior, o Programa também buscou promover a colaboração, ao contar com instrutores do próprio quadro do PJSC, além das parcerias voluntárias.

Encerrado o evento, a DDVP se colocou à disposição para receber o feedback dos participantes através de uma avaliação enviada por e-mail, através da plataforma *microsoft forms*.

Seguem os resultados, distribuídos por temas e, por fim, as sugestões propostas e comentários que representam uma oportunidade de identificar a relevância do Programa e seus possíveis reflexos na qualidade de vida no trabalho, bem como obter subsídios para o aperfeiçoamento constante do evento, buscando-se atender, com excelência, às expectativas dos servidores nas futuras edições previstas para 2025.

DADOS GERAIS:

Avaliações encaminhadas:	**30 participantes**
Avaliações respondidas:	**27**
Porcentagem de respostas:	**89,9%**

APROVEITAMENTO DOS SERVIDORES:

1. Você se sentiu satisfeito depois de completar o programa?

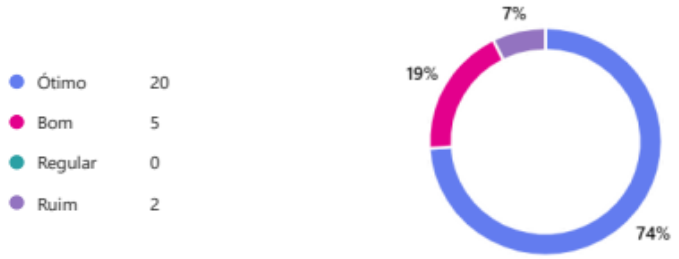
2. Avalie o desenvolvimento de novos conhecimentos, percepções, habilidades ou atitudes:

3. Avalie a ampliação do autoconhecimento:

RESULTADOS POR TEMA:

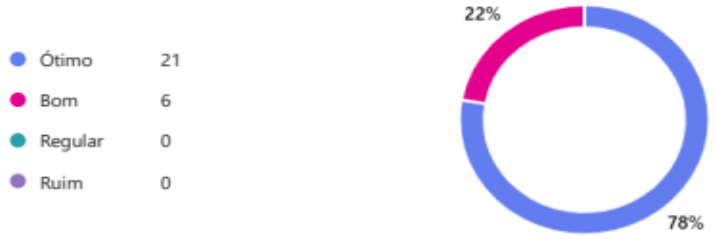
1. Saúde emocional no trabalho: mudando o olhar:

Palestrante => Rafaela Pederiva - Seção Psicossocial em Saúde/DSQV.



2. Ergonomia Física e Cognitiva:

Palestrantes => Vanessa Zomer Fenili e Sonia Mani dos Santos Moreira Torquato Seção de Ergonomia/DSQV.

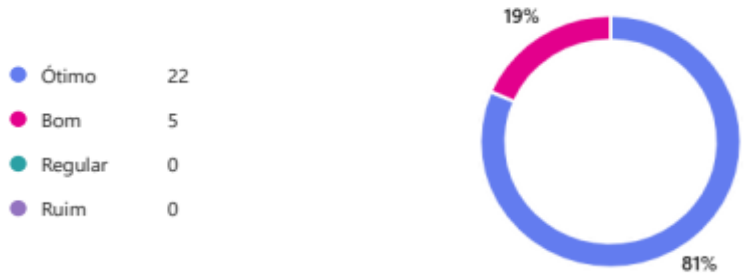


3. Importância da atividade física: saúde mental, motivação e mudança de comportamento:

Palestrante voluntário=> Prof. Dr. Thiago Matias (UFSC)

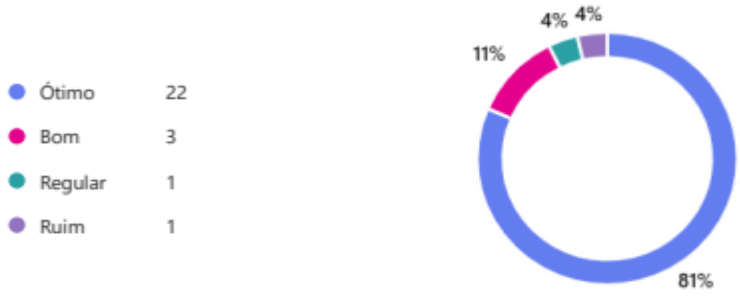
4. Você em Foco:

Palestrante => Marcelo Dias e Silva - Equipe do Programa de Qualidade de Vida no PJSC – Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP).



5. Educação Financeira:

Palestrante=>Leandro Gallon - Equipe do Programa de Educação Financeira (DCDP/DSOJ).

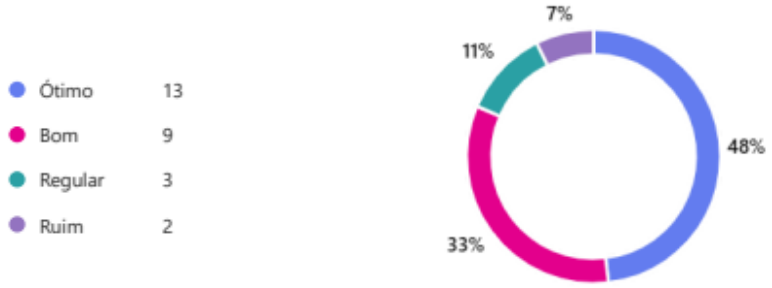


6. Alimentação saudável: mudanças de hábitos e melhora do desempenho:

Palestrante=> Gerusa Lorenzetti da Rosa - (DMP/DCC).

7. Como se comunicar de maneira assertiva:

Palestrante=> Samara- (Unimed/Grupo Espaço Saúde).



8. Diversidade e Inclusão:

Palestrantes => Rodrigo Lima e Luciana Rabello Silva - Equipe do Programa PertenSer.

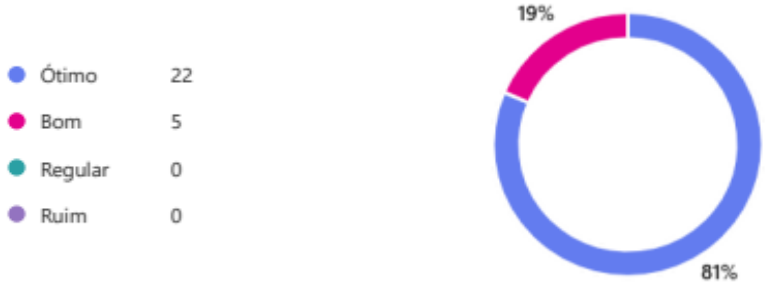
9. Música e bem-estar:

Palestrante=> Marcos Rodolfo da Silva - (DGDM).

10. Qualidade de Vida e Saúde:

Palestrante=> Dra. Graciela de Oliveira Richter Schmidt – Diretoria de Saúde e Qualidade de Vida - (DSQV)

11. “Aqui e agora”: respiração e meditação:
Palestrante=> Luísa Bresolin - Academia Judicial



12. Atividade vivencial: Um novo olhar:
Palestrante => Luciana Rabello Silva - Programa PertenSer

ORGANIZAÇÃO DO PROGRAMA:

ATENDIMENTO DA EQUIPE:

COMENTÁRIOS:

- ***"Falar de apenas duas coisas é cercear 90% do todo. O programa foi elaborado com um grau de zelo imensurável. A equipe é sensacional. Foi perceptível nos organizadores e palestrantes que o faziam por algo mais nobre que apenas sua obrigação. O ambiente proporcionado pela equipe organizadora e os integrantes do evento foi acolhedor, engrandecedor, solidário, entre um monte de outros adjetivos."***

- ***"A possibilidade de fazer uma pausa no trabalho diário, e estar presente com um grupo de colegas servidores de várias funções, participando de um evento que me trouxe autoconhecimento e conhecimentos de assuntos diversos. Além de saber***

da existência de várias plataformas na DGP que se importam com o bem-estar do servidor em geral."

- *"Integração presencial com servidores de diferentes áreas de atuação e localidades de exercício, e também, uma visão positiva em relação à perspectiva de exercer meu trabalho sem perda da qualidade de vida, compreendendo as possibilidades institucionais, assim como, a importância da postura pessoal, inclusive no que se relaciona à definição de limites."*

DEPOIMENTOS DOS PARTICIPANTES:

- *"Gostei muito de ter participado do Programa Bem-Estar, mudamos o foco do dia-a-dia, nos faz refletir, dando uma nova energia e motivação para o trabalho, sendo que as mudanças dependem de nós mesmos. Importante sempre estarmos atentos para buscarmos melhorar nosso bem-estar."*

- *"Sentimento de pertencimento a instituição onde trabalho aumentou, sentimento de valorização profissional e pessoal, por estar recebendo tratamento diferenciado no decorrer do programa, e informações, conhecimentos diferenciados."*

- *"Obrigada, equipe DGP pela oportunidade. Sai do programa inspirada, motivada e leve. Adorei conhecer um pouquinho mais dos programas do TJSC, dos colegas que lá estavam e ter parado para refletir e em alguns casos ter vivenciar os temas lá propostos. Gratidão!"*

- *"O Programa Bem-Estar no Trabalho foi providencial! Neste fim de ano, com o cansaço tomando conta de todos, foi uma oportunidade muito importante para ganhar mais um impulso e poder retornar para o trabalho com uma perspectiva mais animada."*

- *"Para mim foi muito importante. Senti abraçado. Não sou apenas um número no poder Judiciário. Espero que meus colegas também sejam sorteados para participar do encontro bem-estar no trabalho."*

- ***"Foi um marco significativo na minha carreira profissional e pessoal, permitindo-me refletir e ressignificar diversos aspectos da minha vida. Recomendo a oferta de outros programas/cursos com essa abordagem, pois os que participei e os que geralmente são oferecidos são técnicos e em formato virtual. Sugiro a continuidade do programa com mais encontros da turma. Agradeço pelo acolhimento, carinho, zelo e pela qualidade dos conteúdos apresentados. Equipe excelente! Parabéns! Maravilhoso!"***

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O impacto esperado do Programa Bem-Estar no Trabalho, ao longo de 2024, foi bastante positivo e abrangente. Aqui estão alguns dos principais benefícios que esperamos ter alcançado nas três edições propostas:

1. **Melhoria da Qualidade de Vida**: Promover hábitos saudáveis pode levar a uma melhor saúde física e mental dos servidores.
2. **Aumento da Motivação e Produtividade**: Um ambiente de trabalho que valoriza o bem-estar tende a aumentar a satisfação e a motivação, resultando em maior produtividade.
3. **Redução do Absenteísmo**: Com a promoção da saúde e do bem-estar, espera-se uma diminuição nas faltas ao trabalho devido a problemas de saúde.
4. **Fortalecimento dos Vínculos**: Atividades que promovem a interação e a cooperação entre os servidores podem fortalecer os laços e melhorar o clima organizacional.
5. **Valorização dos Servidores**: Demonstrar preocupação com o bem-estar dos servidores pode aumentar o sentimento de valorização à instituição.

De fato, o Programa assume especial relevância nesta Instituição, pois atua de forma preventiva, com o propósito de fazer com que os servidores repensem hábitos e estilos de vida que promovam o bem-estar físico e mental, conscientizando-os sobre o impacto desses fatores na qualidade e produtividade no ambiente de trabalho.

A continuidade dessas ações em 2025, certamente contribuirá para um ambiente de trabalho mais saudável e motivador, contribuindo para o fortalecimento da eficácia e efetividade no âmbito do Poder Judiciário catarinense.

Contatos:

Equipe da Seção de Desenvolvimento de Pessoas/Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas/Diretoria de Gestão de Pessoas

Página no Portal do Servidor: Programa Bem-Estar no Trabalho

E-mail: dgp.bemestar@tjsc.jus.br

Telefone: (48) 3287-7537

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