

2. RELATÓRIO 2019 DO PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Durante o ano de 2019, foram registrados no Módulo de Afastamentos do Sistema de Gerenciamento de Recursos Humanos (SGRH) 930 afastamentos por motivo de saúde do próprio servidor, Transferindo esses dados para dias de afastamentos, tem-se o total de 5.935 dias de afastamento do trabalho.

Para o indicador de absenteísmo (IA30), que mede o percentual de ausências dos servidores no período na sua jornada normal de trabalho, a meta estabelecida para 2019 foi de 3,8%, sendo atingido o índice de 4,62%, cuja situação de risco para a Instituição vem sendo minimizada por meio das ações de prevenção em saúde, promovidas regularmente, pela Seção de Assistência Médica e Saúde Ocupacional – SAMS e Comissão de Qualidade de Vida no Trabalho - CQVT.

No ano de 2019 a **Comissão de Qualidade de Vida no Trabalho do TRE RN** abraçou o direcionamento de desenvolver ações voltadas para o estímulo à atividade física e controle do estresse no trabalho, lançando, em 15/02/2019 o Programa “VIVA MELHOR”, que se ramificou em três projetos destinados a servidores, magistrados e terceirizados do Tribunal Regional Eleitoral do Rio Grande do Norte:

Bola na Rede – projeto iniciado em março de 2019, o projeto de estímulo à atividade física, através da modalidade futebol, para servidores, magistrados e terceirizados, culminando com a preparação da equipe para o Campeonato ASTRA de futebol do TRT 21 Região. Foram promovidas 20 partidas de futebol.



Levitar – projeto de aulas semanais regulares de Yoga para magistrados e servidores, no intuito de controlar o estresse e estimular a atividade física. O projeto se estendeu de maio a outubro de 2019 e contou com a participação de 14 servidores. O questionário de encerramento do projeto mostrou um reconhecimento dos participantes quanto à melhora da respiração, do bem-estar e da concentração e foi apontado como projeto a ser mantido na Instituição em 2020.



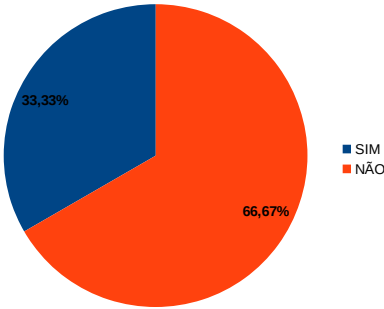
Tabela 1 – Melhora nos aspectos físicos

Aspecto Físico	SIM	NÃO
Aumento da força muscular	62,50%	37,50%
flexibilidade	87,50%	12,50%
amplitude de movimento	100,00%	0,00%
Alinhamento da coluna	100,00%	0,00%
Equilíbrio	87,50%	12,50%
Articulações	100,00%	0,00%
TOTAL	89,58%	10,42%

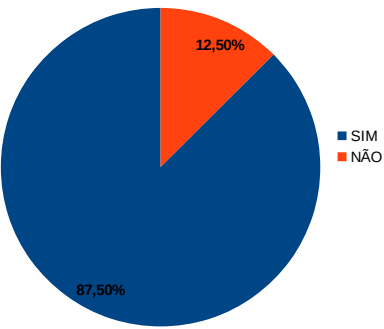
Tabela 2- Melhora no aspecto energético e emocional

Aspecto Energético e Emocional	SIM	NÃO
Diminuiu a ansiedade	100,00%	0,00%
Desenvolveu sensações de energia	100,00%	0,00%
TOTAL	100,00%	0,00%

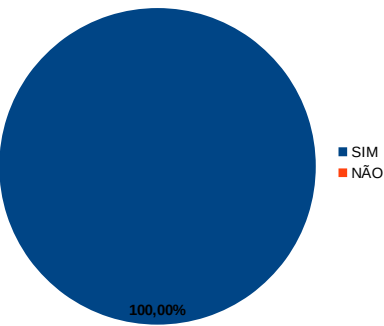
DIMINUIÇÃO NA DOSAGEM DE REMÉDIOS



MELHORA DA RESPIRAÇÃO



MELHORA DA CONCENTRAÇÃO



Mudança de Hábito – projeto destinado aos servidores e magistrados do TRE RN para estímulo de atividade física e conscientização para uma alimentação saudável, que ocorreu entre junho e agosto de 2019 e contou com a participação de 19 servidores.



Atuou, ainda, em colaboração à SGB para o desenvolvimento do Programa de Educação para a Aposentadoria (PEAp), intitulado “Terceiro Turno”, promovendo ações educativas que possibilitaram ao servidor a conscientização quanto à importância do planejamento, durante a carreira, para uma APOSENTADORIA, COM QUALIDADE DE VIDA, seguindo as diretrizes da Política Nacional de Gestão de Pessoas do Poder Judiciário, estabelecidas pelo Conselho Nacional de Justiça, por meio da Resolução CNJ nº 240/2016. Foi estabelecido um cronograma

de atividades para o referido programa, distribuídas em módulos e promovidas ao longo do exercício de 2019:

