



Prêmio Ajufe: Boas Práticas de Gestão

Ficha de inscrição

Dados pessoais do(s) autor(es) da prática:

Nome: José Carlos da Silva, Rita de Cássia Araújo Alves Mendonça e Anna Elizabete C. B. Ferreira

Cargo: técnicos judiciários

Órgão: Tribunal Regional Federal da 5ª REGIÃO – Seção Judiciária do Rio Grande do Norte

Cidade/UF: Natal – Rio Grande do Norte

Título: “Gestão de Pessoas: Comitê de Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade”

Categoria: II. Boas práticas dos servidores na Justiça Federal

Público: Servidores Federais

O Comitê de Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade da Seção Judiciária do Rio Grande do Norte tem como missão realizar ações que contribuam para o desenvolvimento de pessoas e a melhoria da saúde biopsicossocial de magistrados e servidores, promovendo a educação em saúde, na perspectiva da prevenção e redução do adoecimento, com vistas ao bem-estar e ambiente saudável no trabalho, além de realização de práticas de sustentabilidade.

O Comitê é considerado como parte integrante do Planejamento Estratégico do Tribunal Regional Federal da 5ª Região, de acordo com a Resolução CJF nº 194, de 20 de julho de 2012, beneficiando magistrados, servidores, estagiários e colaboradores, cujos resultados alcançados em um horizonte de tempo, promovem impactos significativos nos indicadores das Metas 28 e 29 (Taxa de satisfação dos magistrados e servidores com o clima organizacional) do Tribunal Regional Federal da 5ª Região.

Ao mesmo tempo, o Comitê de Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade está alinhado com a Resolução do CNJ nº 201, de 03/03/2015, que trata da criação e competências das unidades ou núcleos socioambientais e da implantação do Plano de Logística Sustentável no Poder Judiciário e Resolução do CNJ nº 207, de 15/10/2015, que institui a Política de Atenção Integral à Saúde de Magistrados e Servidores do Poder Judiciário.

Essas práticas tratam de promoção de Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade na Seção Judiciária do Rio Grande do Norte, com abordagem intersetorial e interdisciplinar, realizado de caráter contínuo, da seguinte maneira:

I - Atuar colaborativamente no âmbito da Justiça Federal do RN para que sejam alcançados os objetivos do Ato Normativo que visa à instituição da Política de Atenção Integral à Saúde dos Magistrados e Servidores, aprovada no plenário do CNJ, em 04 de agosto de 2015, bem como os objetivos da Resolução nº. 201/2015 do CNJ que trata de aspectos socioambientais;



II - Atuar nas seguintes vertentes:

- a)** Atenção Integral à Saúde, Ergonomia e Qualidade de Vida no Trabalho, incluindo ações socioambientais com o objetivo de contribuir para a promoção da saúde biopsicossocial, em caráter permanente, por meio de programas, projetos e ações institucionais;
- b)** Logística Sustentável - com o objetivo de promover a gestão de materiais, de processos e de informações e serviços relacionados, desde a especificação até sua finalização, sendo consideradas a sustentabilidade e o estímulo à prática dos 5Rs - Reduzir, Repensar, Reutilizar, Reciclar e Recusar.

Diante disso, tem sido realizadas ações com periodicidade, conforme abaixo descrito:

1. Realização de Pesquisa para Diagnóstico do Estresse e Mapeamento da Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade entre magistrados e servidores;
2. Desenvolvimento de práticas numa abordagem sistêmica, articulando as ações de saúde, educação, esporte, cultura e arte, como: Ginástica Laboral; Ações Culturais e Artísticas ‘Instância das Artes’; Feira Orgânica permanente; Gerenciamento do Estresse; Educação Musical - Canto Coral; Defesa Pessoal (AIKIDO); 3. Eventos comemorativos de datas relevantes: Dia da Mulher, Dia da Saúde, Dia das Mães, Dia do Meio Ambiente, Dia de São João, Dia do Servidor, Outubro Rosa, Novembro Azul e Confraternização Natalina.
4. Elaboração do Plano de Logística Sustentável da JFRN.

Público-alvo: magistrados, servidores ativos e inativos, estagiários e colaboradores da Seção Judiciária do Rio Grande do Norte e público externo, assim como a comunidade potiguar.

Foram institucionalizadas, ainda, as seguintes práticas visando à cultura da sustentabilidade na Seção Judiciária do Rio Grande do Norte:

- I** – A suspensão da compra de papel reciclado para impressão, considerando o estudo realizado pela UNICAMP sobre a ecoeficiência do papel branco versus a do papel reciclado em que se conclui que o papel branco para impressão possui melhor ecoeficiência do que o papel reciclado;
- II** – A orientação para que as empresas fornecedoras da Justiça Federal do RN entreguem seus materiais em embalagens de material reciclado;
- III** - A prioridade de impressão em frente e verso;
- IV** – A utilização da fonte (letra) ecológica – Spranq_ecofont.ttf, que está sendo realizada neste documento.
- V** – O uso de copos descartáveis preferencialmente pelos visitantes, devendo os profissionais que trabalham na Justiça Federal do RN evitar seu uso;
- VI** – Campanhas socioambientais para o desligamento de todos os equipamentos, inclusive suas fontes de alimentação de energia elétrica, no fim do expediente; e ao deixar de usar o



AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

computador temporariamente, desligar os monitores; contribuir para que não seja desperdiçada água, evitando vazamento ou uso desmedido; e

VII – Destinação correta dos materiais que são descartados no lixo, com especial atenção aos que contaminam o meio-ambiente;

De caráter preventivo as práticas de educação em saúde e sustentabilidade fortalecem a dimensão do cuidado de si, do outro e do ambiente, com vistas à melhoria das relações interpessoais, fundamentais para a eficácia e eficiência da produtividade no trabalho, além de estimular a visão ecológica do ser humano.

O Comitê é coordenado por uma comissão interdisciplinar e intersetorial para o planejamento, realização e monitoramento das ações que contemplam os aspectos biopsicossociais e de educação socioambiental, por meio de reuniões mensais na perspectiva da gestão participativa e interativa com o público beneficiado, a fim de auxiliar na identificação das reais necessidades da SJRN, contribuindo para o planejamento anual e a realização das ações.

Importante destacar a articulação institucional e a realização de ações conjuntas com as entidades públicas que desenvolvem atividades correlatas, somando esforços para melhoria das práticas de Qualidade de Vida na Justiça Federal no RN.



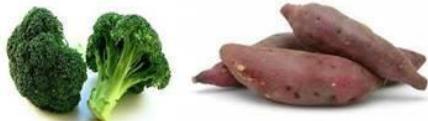
AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

Boas Práticas de Gestão de Pessoas na Seção Judiciária do RN
Registros da Memória



Se você ainda não aderiu a esta
ideia tente começar, pelas verduras
ou frutas, faz bem ao paladar e
principalmente para sua saúde



**Hoje,
Feirinha Orgânica na
JFRN!
11h às 16h**



JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte

Informação: Comitê Qualidade de Vida no Trabalho e
Sustentabilidade. Ramal 7418

SICOOB
Judiciário



AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil



07 DE ABRIL DIA MUNDIAL DA SAÚDE

VANTAGENS DOS ALIMENTOS ORGÂNICOS

1. Evita problemas de saúde causados pela ingestão de substâncias químicas tóxicas.
2. São mais nutritivos. Solos ricos e balanceados com adubos naturais.
3. São mais saborosos. Sabor e aroma são mais intensos .
4. Protege futuras gerações de contaminação química.
5. Evita a erosão do solo.
6. Protege a qualidade da água.
7. Ajuda os pequenos agricultores. O cultivo orgânico revitaliza as comunidades rurais.
8. Economiza energia. O cultivo orgânico dispensa os agrotóxicos e utiliza o trato manual dos canteiros.

Apoio:



Comitê Gestor Qualidade de Vida do Trabalho e
Sustentabilidade JFRN
gvtc@jfrn.jus.br | Ramal 7629





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte

10 motivos para fazer Ginástica Laboral

1. Prevenir as Doenças Laborais;
2. Reduzir o Sedentarismo;
3. Melhorar o Condicionamento Físico;
4. Reduzir a fadiga;
5. Combater tensões;
6. Expandir a vitalidade;
7. Diminuir os afastamentos;
8. Promover benefícios fisiológicos;
9. Fortalecer a musculatura;
10. Melhorar a AUTOESTIMA.

Apoio:



Comitê Gestor Qualidade de Vida do Trabalho e
Sustentabilidade JFRN
gvt@jfrn.jus.br | Ramal 7629





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

ginástica **LABORAL**

Cronograma: Terças e Quintas na SJRN	
Horário	Unidades
14h	Biblioteca - Turma Recursal (Local: Anexo – 4º andar)
14h20min	Arquivo Judicial - Arquivo Administrativo - 14ª Vara Federal (Local: Anexo – 3º andar)
14h40min	Almoxarifado - Segurança - Distribuição - Malote (Local: Prédio Sede no Térreo)
15h	Núcleo de Gestão de Pessoas - Núcleo Judiciário – Controle Interno - (Local: 1º andar - NGP)
15h20min	Núcleo de Administração - Assessoria Jurídica - Contadoria (Local: 1º andar - Hall)
15h40min	Diretoria Administrativa - Núcleo NTI (Local: 1º andar – Hall da SECAD)



Programa Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade na JFRN

Informações/sugestões
NGP/Setor de Saúde - Ramal 7418 - E-mail: qvt@jfrn.jus.br



AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte

07 DE ABRIL
DIA MUNDIAL DA SAÚDE

Participe da programação mensal JFRN Saudável!

Feira Orgânica / Oficina de Dança / Ginástica Laboral / Tenda da Saúde UNIMED / Campanhas Educativas

SAÚDE É UMA QUESTÃO DE ATITUDE!

Previna-se com exames periódicos Alimente-se bem Exercite-se

Apoio:



Comitê Gestor Qualidade de Vida do Trabalho e Sustentabilidade JFRN
qvts@jfrn.jus.br | Ramal 7629





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

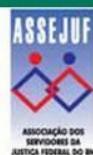


DANÇA MIX

Segunda e quinta - às 18h
Hall do Anexo - JFRN

Condicionamento físico, resistência cardiovascular,
coordenação motora, fortalecimento dos músculos,
ritmo, agilidade, resistência,
bem-estar e qualidade de vida.

INSCRIÇÕES ABERTAS: ASSEJUF/RN.
Informações: 84 3235-7648 • 84.9607-1121



Comitê Gestor Qualidade de Vida do Trabalho e
Sustentabilidade JFRN
gvt@jfrn.jus.br | Ramal 7629





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

Dia Internacional da Mulher

“Tons Femininos”

*Para elas uma programação exclusiva
e mais que merecida!*

Tons musicais

09 de março (Segunda-feira - 10h30min às 12h - Sala de Treinamento)

Tocando a alma: você canta, você sente e você vive a música.

Oficina da música: onde aprender é um prazer.



Tons artísticos

10 de março (Terça-feira - 13h às 16h)

Performance artística nas Unidades Administrativas e Judiciárias da SJRN.

Homenagem às mulheres que promovem justiça.

Tons de vida

11 de março (Quarta-feira - 17h às 18h - Hall do Anexo/JFRN)

Venha aprender com prazer os passos de proteção e segurança para viver feliz.

Oficina de Defesa Pessoal somente para mulheres.

Tons dançantes

12 de março (Quinta-feira - 15h às 16h - Salão Nobre)

Oficina ‘A arte de dançar’. O Movimento e o Tom Feminino - Toda mulher merece viver e curtir de corpo e alma a vida.

Tons com sabor

13 de março (Sexta-feira - 15h às 16h - Sala de Treinamento)

Viva feliz com sua alimentação.

Talk Show sobre alimentação saudável e dicas de uma nutrição com sabor.

Venha viver este momento brincante!



JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte



Informações:
Seção de Treinamento e Desenvolvimento
4005-7733 / 7734 / 7732





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil



Justiça Federal do Rio Grande do Norte
apresenta

mês das Mães
...Porque um dia são não basta!

PROGRAMA  O
SE  O JUDICIÁRIA
Comédia Musical "Papo de Mulher"
Coral da Justiça Federal
Sorteios de brindes
22/05 - Natal - Salão Nobre (15h)

SUBSE  OES
Comédia Musical "Papo de Mulher"
Sorteios de brindes
26/05 - Assu (10h) e Mossoró (16h30min)
27/05 - Pau dos Ferros (11h) e Caicó (15h)
28/05 - Ceará Mirim (14h)

22 a 28 de maio de 2015
edi  o especial

Canto em Cada Canto Apresentação do Coral Homenagem ao Servidor da JFRN

15 A 29 DE OUTUBRO DE 2015

Confira abaixo o cronograma!

DATA	LOCALDAS APRESENTAÇÕES	HORA
19/10 SEG	Secretaria Administrativa	14h
22/10 TER	1ª Vara Federal	11h30 às 11h50
	3ª Vara Federal	12h às 12h20
	4ª Vara Federal	12h30 às 12h50
26/10 QUI	2ª Vara Federal	11h30 às 11h50
	7ª Vara Federal	12h às 12h20
28/10 TER	5ª Vara Federal	11h30 às 11h50
	6ª Vara Federal	12h às 12h20
29/10 QUI	14ª Vara Federal	11h30 às 11h50
	Turma Recursal	12h às 12h20

Encontre o local mais próximo de você e

aproveite!

gvt@jfrn.jus.br



Homenagem ao Servidor

15 a 29 de outubro

Juntos no Outubro Rosa



15/10 (quinta-feira) Auditório (Videoconferência - Subseções)	15h Hall dos elevadores	<ul style="list-style-type: none"> - Abertura da Programação - Diretor do Foro SJRN - Coral da JFRN - Qualidade de Vida com Condicionamento físico e Expositora: Magnólia Figueiredo – Atleta Olímpica Potiguar - Ações Conjuntas Qualidade de Vida no Trabalho na SICE e SJRN. Expositor: Gisele Peixoto – Servidora da SICE Rita Mendonça – Diretora do NGP/SJRN Abertura e Ginástica Laboral na 15ª Vara Ceará Mirim/RN (9h)
		<ul style="list-style-type: none"> - Feira Orgânica Semanal Expositores: Produtores rurais que participam aos sábados da feirinha na UFRN.
		<ul style="list-style-type: none"> 19 /10 (segunda) Subseções 20/10 (Terça-feira) Subseções 20/10 (Terça-feira) Varas Federais
		<ul style="list-style-type: none"> Abertura: Dr. Marco Bruno - Diretor do Foro SJRN - Lançamento do Programa da Ginástica Laboral nas Subseções 11ª Vara Assuré - 10h30min 13ª Vara Mossoró/RN - 15h Abertura: Dr. Marco Bruno - Diretor do Foro SJRN - Lançamento do Programa da Ginástica Laboral nas Subseções 12ª Vara Pau dos Ferros/RN - 10h30min 13ª Caicó/RN - 15h Programa da Ginástica Laboral Ginástica Laboral nas Varas Federais da SJRN.
		<ul style="list-style-type: none"> 19, 22, 26 e 29/10 (quarta-feira) Sala de Treinamento 21/10 (quinta-feira) Sala de Treinamento 22/10 (sexta-feira) Sala de Treinamento 26/10 (segunda-feira) 28/10 (Quarta-feira) Auditório 28/10 a 27/11 (Quinta-feira) JFRN 29/10 (Quinta-feira) Auditório
		<ul style="list-style-type: none"> - O Canto em cada Canto nas Unidades da SJRN. - Regente: Bruno e coralistas da JFRN - Exposição Dialogada Alimentos orgânicos - Expositora: Micaela Paula – Nutricionista/UFRN (Videoconferência - Subseções) - O Servidor da JFRN e o Compromisso com a Sustentabilidade Palestra "A Sustentabilidade e os 3Rs - Reduzir, Reciclar e Reutilizar" Expositor: Professor Fábio Fonseca - Departamento de Políticas Públicas da UFRN (Videoconferência - Subseções) Estante Livre: Liberdade dos Livros. - Premiação do "Servidor do Ano" - Distribuição dos Brindes para os servidores JFRN - Show de Humor Kalberg Azevedo Mapeamento da Qualidade de Vida no Trabalho e do Estresse Ocupacional na JFRN/IFCE Pesquisa - Nível de Estresse Ocupacional Qualidade de Vida no Trabalho Projeto Instância das Artes Ana Tomaz e Lenildo Fonseca (servidor da 7ª Vara Federal JFRN)
		<p style="text-align: center;">Seção Judiciária do Rio Grande do Norte</p> <p>Comitê Gestor de Qualidade de Vida no Trabalho e Sustentabilidade na SJRN</p> <p>Informações: ramal 7418 - gvt@jfrn.jus.br</p>

OUTUBRO ROSA NA JFRN

Todos juntos em defesa da vida!

Campanha para detecção precoce do câncer de mama
e do colo do útero

FAÇA O AUTOEXAME!

O câncer de mama é silencioso, sem sintomas.

80% dos casos são descobertos pelo autoexame.

JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte
NÚCLEO DE GESTÃO DE PESSOAS
Comitê Gestor Qualidade de vida no Trabalho e Sustentabilidade

Gláucia Moura





AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

Agora é a vez dos homens, todos juntos na luta contra o câncer de próstata!

Previna-se, é tempo de cuidar de sua saúde.

Faça exames regularmente, a prevenção é o melhor tratamento.

É hora de vencer o preconceito para vencer o câncer.

É simples, basta procurar seu médico.

 JUSTIÇA FEDERAL
Seção Judiciária do Rio Grande do Norte

Sustentabilidade na
JUSTIÇA FEDERAL
Para cuidar de si, cuidar do outro e do meio-ambiente

A Direção do Foro recomenda o uso da
SPRANQ ECO SANS

A Ecofont é um estilo de fonte desenvolvida especialmente para economizar tinta nas impressões.

Trata-se de fonte Open Source, sem restrições comerciais de uso. Pode ser usada em PC's e MAC's.

A ideia foi incluir pequenos círculos dentro dos traços que formam as letras, que não são preenchidos com tinta quando impresso o documento.

A fonte tem uma proporção diferenciada (o tamanho 10 da Ecofont equivale ao tamanho 12 da Times New Roman).

A Advocacia Geral da União estima algo em torno de meio milhão de reais de economia por ano, além dos evidentes ganhos sob o ponto de vista ambiental com a adoção da Ecofont. (http://www.trt3.jus.br/socioambiental/html/voce_pode_fazer/vpf_ecofonte.htm)



Para usar, basta ler o tutorial em anexo.
Qualquer dúvida, entrar em contato com Luciano do NTI (7613)



AJUFE

Associação dos Juízes Federais do Brasil

Sustentabilidade na
Para cuidar de si, cuidar do outro e do meio-ambiente

A Direção do Foro recomenda o uso da
**IMPRESSÃO EM
FRENTE E VERSO**



Vamos economizar árvores!

A produção de papel é uma atividade com elevados níveis de consumo de recursos, pois é a quinta atividade industrial em consumo de energia. São usados, em média, dez mil litros de água por tonelada de papel fabricado, sem falar na quantidade de madeira (para produzir 1 tonelada de papel são necessárias 2 a 3 toneladas de madeira).



(<http://www.cardiquai.com/fabricacao-papel-um-elemento-indispensavel/>)

Sustentabilidade na
Para cuidar de si, cuidar do outro e do meio-ambiente

Tempo de decomposição dos resíduos:

Papel de 3 a 6 meses	Nylon mais de 30 anos
Pano de 6 meses a um ano	Plástico mais de 100 anos
Filtro de cigarro 5 anos	Metal mais de 100 anos
Chicle 5 anos	Borracha tempo indeterminado
Madeira pintada 13 anos	Vidro 1 milhão de anos

A Direção do Foro recomenda que os copos descartáveis sejam preferencialmente de uso dos visitantes, devendo magistrados, servidores e terceirizados da JFRN se utilizarem de copos ou canecas de uso pessoal.

