



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO NORTE
CAMPUS AVANÇADO PARELHAS

**EM MOVIMENTO II: PROMOVENDO QUALIDADE DE VIDA
NO TRABALHO NO *CAMPUS* PARELHAS**

PROJETO PARA SUBMISSÃO DE PROJETOS DE PROMOÇÃO À SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA
NO TRABALHO

PARELHAS/RN

MARÇO/2018

**EM MOVIMENTO II: PROMOVEDO QUALIDADE DE VIDA NO
TRABALHO NO *CAMPUS* PARELHAS**

Duração do Projeto: 9 meses

Início Previsto: abril/2018

Coordenador: Jonas Morais Sobrinho (Docente/Educação Física)

Comissão: José Leandro Barbosa Vieira (Enfermeiro / COAES)

Ligia Mara Gonzaga (Docente)

Maria Carolina de Albuquerque Feitosa (Docente)

Djalma Valério Ribeiro Neto (Técnico de Laboratório Mineração)

Elias Nunes Filho (Técnico de Laboratório Mineração)

PARELHAS/RN

MARÇO/2018

1. IDENTIFICAÇÃO

O projeto de promoção à saúde e qualidade de vida no trabalho intitulado: **Em Movimento II: Promovendo Qualidade de Vida no Trabalho no Campus Parelhas**, faz parte da continuidade e consolidação das ações implementadas em 2017 no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte, *Campus* Avançado Parelhas, situado na região do Seridó Potiguar.

O *campus* tem uma atuação pedagógica voltada para a capacitação profissional nas áreas de mineração e informática. Conta um efetivo de 49 servidores ativos, distribuídos entre Técnicos-Administrativos de níveis médio e superior e corpo docente com mestres e doutores de diversas áreas, além de 16 servidores terceirizados. Tais servidores serão o público-alvo da execução deste projeto, o qual tem como referência o presente documento em que estão estabelecidos os programas e as diretrizes para sua implementação.

A equipe responsável por sua elaboração, coordenação e monitoramento é composto por 6 servidores ativos (técnicos-administrativos e docentes): Jonas Morais Sobrinho (Docente); José Leandro Barbosa Vieira (Enfermeiro/COAES); Lígia Mara Gonzaga (Docente); Maria Carolina de Albuquerque Feitosa (Docente); Djalma Valério Ribeiro Neto (Técnico de Laboratório Mineração); Elias Nunes Filho (Técnico de Laboratório Mineração).

O mês de março foi destinado para a elaboração do projeto a partir dos resultados alcançados em 2017 e da avaliação diagnóstica realizada no mês de março/2018 com os servidores, sendo o mês de abril, destinado para sua execução, com duração de 9 meses (até dezembro/2018).

2. APRESENTAÇÃO

A Qualidade de Vida no Trabalho – QVT – é um tema atual e de extrema relevância, uma vez que no modelo socioeconômico contemporâneo, as pessoas passam grande parte de seu tempo no ambiente de trabalho. No caso do Campus Avançado Parelhas, esse cenário se acentua em virtude de parte dos servidores residirem em outros municípios e estados do Nordeste (além do Rio Grande do Norte, temos servidores do estado do Ceará, Paraíba e Pernambuco), implicando na necessidade de maior permanência no campus. Nossa realidade é de servidores com jornadas semanais de viagens que de algum modo causam impacto na sua

saúde. Fato que precisa de uma atenção pelas ações de saúde e de Qualidade de Vida voltada para os servidores. Desse modo, tem-se buscado várias maneiras para se obter uma vida mais satisfatória no ambiente laboral, objetivando-se num ambiente que possa proporcionar maior bem-estar e equilíbrio físico, psíquico e social.

Levando em consideração a importância e centralidade do trabalho na vida das pessoas, faz-se necessário uma política institucional que promova a saúde e a qualidade de vida no trabalho. Esse compromisso deve fortalecer “a autoestima, o sentimento de segurança, pertencimento, autorrealização, dignidade, condições físicas saudáveis em um ambiente que atenda a suas necessidades biopsicossociais”. (MELO, 2012). Desse modo, a abordagem à saúde e qualidade de vida do servidor público federal precisa se revestir do compromisso de atingir a esses níveis, identificando fatores facilitadores e/ou prejudiciais e intervindo sobre todos os aspectos ligados ao bem-estar em situação de trabalho.

Quanto à questão da saúde, esta não é mais vista como um conceito simplista de ausência de doenças, e sim, determinada também por variáveis externas do meio ambiente, além do estilo de vida dos indivíduos e o equilíbrio entre fatores externos e internos do ser humano (GIL, 2001). Uma definição mais completa de saúde é o estado físico, mental e social de bem-estar, enfatizando as relações entre corpo, mente e padrões sociais (CHIAVENATO, 2008).

A Promoção à Saúde do Servidor tem como finalidade o desenvolvimento de práticas de gestão, de atitudes e de comportamentos que contribuem para a proteção da saúde no âmbito individual e coletivo (Portaria nº 03 de 07 de maio de 2010). Logo, do ponto de vista da ergonomia, segundo Glina (2001), a análise da organização deve levar em consideração também a “organização do trabalho prescrita, ou seja, aquela formalizada pela instituição, e a organização do trabalho real, ou seja, como o trabalhador desenvolve o seu trabalho”.

Nesta mesma linha de raciocínio, Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) necessita ter um enfoque preventivo. Esta concepção tem como pressuposto que ações relacionadas à QVT devem ter como foco a remoção do que gera mal-estar na organização. Dessa forma, considera-se que ações assistencialistas (massagens, Ioga, ginástica laboral, etc.) são importantes e devem ser realizadas, mas não devem ser o foco principal de projetos de QVT, sendo de grande relevância o aspecto preventivo neste tipo de ação (BARCELLOS, 2014). Por outro lado, torna-se importante a abertura para uma avaliação que gere uma participação mais ativa dos servidores nos processos decisórios.

Diante do tema exposto, o IFRN – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte, tem dado importância a vários modelos de gestão, em especial o de Gestão de Pessoas, que atualmente contempla o Programa de Promoção à Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho do IFRN (Aprovada pela Resolução nº 16/2014-CONSUP, de 24/07/2014). O IFRN, uma instituição de ensino público e gratuito, em sua pluralidade de mais de 3.000 servidores, tem demonstrado essa preocupação quando deu seu “pontapé” inicial implantou a Política de Atenção à Saúde do Servidor na realização dos exames médicos periódicos em todos os *campi* com a finalidade de prevenir doenças, melhorar a qualidade de vida e estimular cuidados à saúde.

Portanto, na tentativa de ir mais além sobre a questão da saúde do servidor e qualidade de vida no trabalho, o IFRN *Campus* Avançado Parelhas se propõe a desenvolver este projeto para estimular práticas de promoção à saúde física e mental, individual e coletiva, trazendo uma concepção de que um ser humano submetido a um clima favorável de bem-estar no trabalho produz mais e vive melhor.

3. JUSTIFICATIVA

A relevância do projeto de QVT *Em Movimento II*, para o Campus Avançado Parelhas reside na construção de uma cultura organizacional baseada no bem-estar dos servidores através da participação destes em ações que se tornem perenes no ambiente de trabalho e conseqüentemente, gere uma maior adesão e benefícios à saúde, assim como, às relações de trabalho entre seus participantes.

Este leque deve estar equacionado em consonância aos eixos da Política de Promoção à Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho, que são: **Saúde Integral, Estilo de Vida e Política organizacional.**

A construção de uma cultura de participação e frequência regular dos servidores a esse projeto entra na sua 3ª edição, apontando para a necessidade de manutenção e melhoria das ações anteriormente já realizadas, e para a criação de outras que venham a ampliar o leque de possibilidades de escolha dos servidores a estas novas ações, assim como a criação de uma cultura organizacional equilibrada no trabalho.

Muitas vezes simples adequações no arranjo dos materiais nos espaços podem provocar uma mudança significativa na frequência e uso dos mesmos pelos servidores. Como

exemplo citamos o caso da sala dos servidores (fig.1). Este espaço no ano de 2017 veio servindo apenas de espaço de planejamento para os professores e não havia uma frequência dos servidores técnicos ao local. Através de uma sugestão dos técnicos, as mesas de sinuca e pebolim foram alocadas para esta sala e atualmente a frequência dos servidores técnicos nos intervalos de trabalho tornou-se elevada e fato novo no campus.



Fig. 1. Sala dos Servidores

Além da manutenção destes espaços já existentes para o projeto, foram feitas adequações temporárias de outros espaços existentes no campus, que oferecem potencial de uso para a aplicação das ações, mesmo que sejam de natureza provisória - como a sala de práticas corporais (Fig.2 e 3). Não demanda custos elevados, mas sim uma reorganização e uso mais eficiente dos recursos e espaços. Neste ano a experiência de protagonismo de alguns servidores permitiu a criação da oferta de Karatê aos estudantes e servidores interessados nesta modalidade de luta. Esta ação não estava nos planos de 2017, mas trouxe importantes reflexões para pensarmos o potencial de contribuição dos servidores na construção dos próprios processos de bem-estar.



Fig.2



Fig.3

Aulas ministradas pelo professor de Química

Para decidir quais ações devem ser desenvolvidas em 2018, foi realizada uma consulta, por meio de formulário eletrônico, realizada com os servidores a fim de se obter informações sobre os hábitos de vida e saúde e sobre quais atividades eles gostariam que o projeto QVT 2018 englobasse. Obtivemos uma devolutiva de 23 formulários, dos quais iremos apresentar alguns dados

A pesquisa realizada no ano de 2018 mostrou que 60,9% dos servidores respondentes praticam alguma atividade física. Com relação a frequência semanal dessa prática, o gráfico (Fig.4) a seguir, aponta para uma frequência considerada como regular mínima.

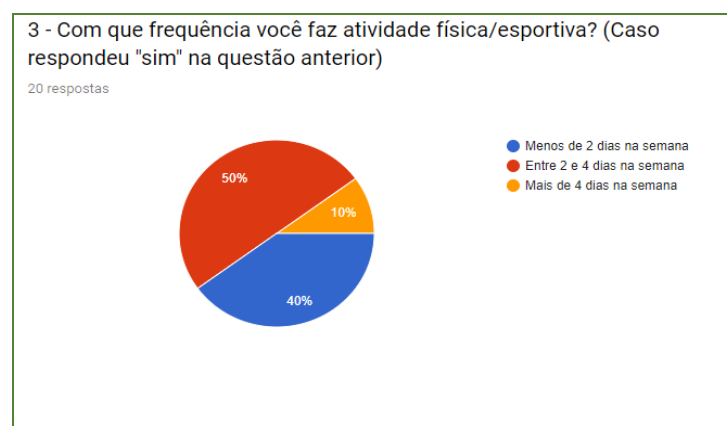


Fig. 4. Frequência da prática de atividade física/esporte

Com relação aos dias para a realização das ações, os servidores apontaram a terça-feira como um dos dias mais propícios para sua participação. Este dado nos dá um indicativo quanto o grau potencial de adesão dos servidores para certos dias da semana. Convém, posteriormente, pesquisarmos sobre a relação entre estes dias e a tendência de escolha dos dois grandes grupos de servidores docentes distribuídos na semana (grupo que frequenta os três primeiros dias da semana e o grupo dos últimos dias da semana).

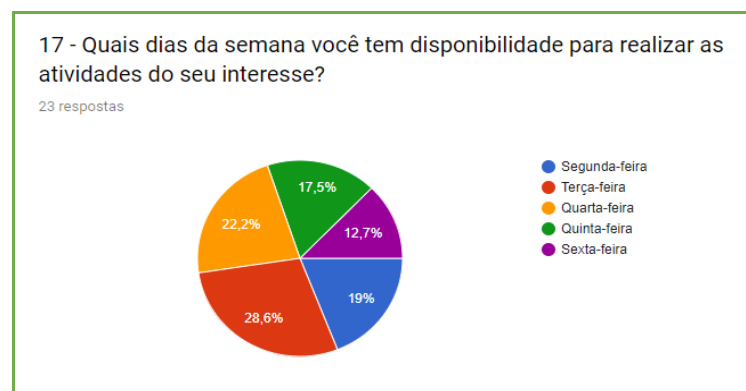


Fig.5 – Dias para a realização das práticas

Consultados sobre o que o projeto deveria oferecer em 2018 (Fig.6), obtivemos sugestões diversificadas quanto as ações a serem promovidas.

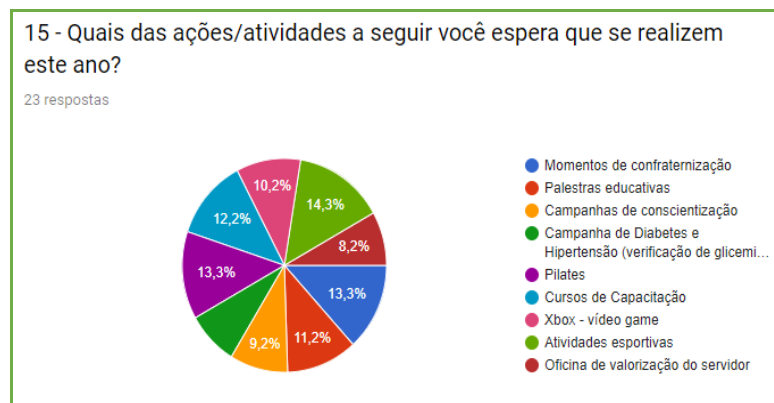


Fig.6 -Ações a atividades sugeridas pelos servidores para 2018

Destacaram-se, no eixo **Estilo de Vida**, a oferta de práticas esportivas e aulas de Pilates. Importante destacar que o público feminino não tem tido uma atenção às suas demandas. A sugestão da oferta da prática de Pilates foi dada pelo público feminino. Majoritariamente o público beneficiado com as ações do projeto de Qualidade de Vida tem sido o masculino. Essa condição requer uma atenção especial para o ano de 2018 no sentido de promover uma participação mais equânime entre os servidores. Se observarmos os materiais adquiridos no ano de 2017, como Pebolim, Sinuca, Xbox (ainda no aguardo), fica claro o direcionamento e escolha feita pelo público masculino do campus em edições anteriores do projeto de QVT.

No eixo **Saúde Integral** observamos a manutenção das ações já realizadas de campanhas informativas e palestras sobre temáticas relacionadas a saúde geral dos servidores. Para o ano de 2018 temos a expectativa de integrar as ações e torna-las mais sistêmicas entre os servidores, principalmente, quanto ao acompanhamento de indicadores de saúde após o início nas atividades ligadas ao estilo de vida.

No eixo **Política Organizacional** os servidores apontaram para a importância da promoção de cursos de capacitação que, ao nosso ver, apresentam duas importantes tendências, uma relacionada a formação/construção da carreira profissional, em virtude das expectativas positivas de se trabalhar no campus, a outra, relacionada a tomada de consciência sobre os processos organizacionais inerentes ao campus – (processos burocráticos e suas dinâmicas), sobre a ergonomia, assim como a apropriação das funções/atribuições sobre os setores e suas siglas. Os momentos de confraternização tem sido uma tônica no campus,

especificamente no dia do aniversariante do mês. Essa ação foi a que mais trouxe momentos de encontro entre os servidores, assim como uma caminhada (Fig.7) promovida para os servidores que envolveu a ida a um sítio arqueológico local – Sítio do Mirador.



Fig.7 – Visita ao Sítio do Mirador – Parelhas

Este projeto de intervenção justifica-se na medida em que constitui um instrumento de sistematização de ações para oportunizar a promoção da saúde do servidor, prevenindo e combatendo os fatores intervenientes relativos ao sedentarismo, bem como propiciar melhores condições para o exercício da atividade profissional através da oferta de capacitações que a favoreçam, para que esta seja desenvolvidas de forma efetiva, participativa e reconhecida num ambiente com condições adequadas.

Portanto, considerando a importância da implementação de políticas e programas que possam favorecer a promoção da saúde, uma melhora na qualidade de vida dos servidores e mediante todos os aspectos anteriormente levantados, a equipe responsável pelo mesmo se sente motivada a formatar o presente projeto, ajudando na promoção de ações que possam alavancar no *Campus* Avançado de Parelhas a reflexão e vivência de práticas corporais, lúdicas e profissionais para um melhor ambiente de trabalho.

4. OBJETIVOS

4.1 Geral:

Promover ações nos três eixos relacionados a Qualidade de Vida no Trabalho: Estilo de vida, Saúde Integral e Política organizacional no *Campus* Avançado Parelhas.

4.2 Específicos:

- Implantar um programa de intervenção multidisciplinar com profissionais da saúde, visando à melhoria dos hábitos de vida por meio de práticas esportivas e atividades corporais no interior no campus;
- Ofertar massagem no local de trabalho, dentro de uma escala de atendimento;
- Promover curso de capacitação para os servidores
- Promover a disseminação de conhecimentos nas áreas de saúde, segurança no trabalho e Qualidade de Vida no Trabalho, por meio de palestras e das comissões internas do campus responsáveis por essas temáticas.

5. METAS

- Obter a participação de, no mínimo, 25% dos servidores lotados no IFRN *Campus* Avançado de Parelhas nas diversas atividades propostas nesse projeto;
- Realização de duas palestras referentes aos temas de promoção à saúde;
- Oferecer massagem para os servidores;
- Realizar curso de capacitação para 30 servidores (conforme previsto no pregão da COASS)
- Realizar uma corrida/caminhada promovendo um momento integrador e de incentivo à prática de exercícios físicos.

6. PÚBLICO-ALVO

As ações do projeto abrangerão os servidores efetivos e substitutos, colaboradores terceirizados e estagiários. Conforme dados extraídos do SUAP, este público é considerado relativamente jovem (idade entre 24 a 35 anos), estado civil casado/união estável, com qualificação profissional caracterizada pelo ensino superior e início recente de experiência profissional no serviço público.

7. METODOLOGIA

Considerando o Edital Nº 01/2018-COASS/IFRN e seus três eixos da Política de Promoção à Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho – Saúde Integral, Estilo de Vida e Política Organizacional -, são propostas as seguintes ações:

7.1 SAÚDE INTEGRAL

7.1.1. Avaliações mensais

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Avaliações de indicadores como pressão arterial, composição corporal</i>	- Na sala de enfermagem do campus.	- Mostrar a importância do controle sistemático dos indicadores de saúde e sua relação com a prática de hábitos saudáveis.	- Enfermeiro da instituição e o professor de Educação Física.	- As avaliações serão realizadas periodicamente (mensal) após o início dos servidores nas atividades oferecidas pelo projeto QVT; - Com o auxílio de divulgação em locais estratégicos, com fixação de cartazes	- Servidores; - Alunos; - Terceirizados.

7.1.2 Palestra de Saúde Bucal

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Palestra de Saúde Bucal</i>	- No auditório do <i>campus</i> .	- Mostrar a importância do cuidado com a saúde bucal na saúde em geral; - Incentivar práticas de saúde bucal.	- Odontólogo a ser destinado através de colaboração de outro <i>campus</i> ou reitoria ou Prefeitura Municipal.	- O evento será realizado em outubro, em comemoração ao Dia Nacional da Saúde Bucal (25 de outubro). - Com o auxílio de divulgação massiva nas redes sociais, sítio eletrônico do <i>campus</i> e locais estratégicos, com fixação de cartazes e distribuição de panfletos, o(a) profissional realizará uma palestra acerca da importância do cuidado da saúde bucal.	- Servidores; - Alunos; - Terceirizados.

7.1.3 Palestra Saúde Nutricional

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Palestra sobre importância da alimentação saudável para a saúde.</i>	- No auditório do <i>campus</i> .	- Mostrar a importância da aquisição de hábitos alimentares saudáveis e da sua relação com o bem-estar no trabalho.	- Nutricionista do Campus Currais Novos ou Prefeitura Municipal.	- O evento será realizado no mês de julho mediante palestra, utilizando-se de exposição de slides e vídeos. - Com o auxílio de divulgação massiva nas redes sociais, sítio eletrônico do <i>campus</i> e locais estratégicos, com fixação de cartazes e distribuição de panfletos, o profissional realizará uma palestra de 40 a 50 minutos.	- Servidores; - Alunos; - Terceirizados.

7.2. ESTILO DE VIDA

7.2.1 Práticas Esportivas e corporais.

Tendo em vista que a estrutura do *Campus* Avançado de Parelhas ainda não possui um espaço destinado às atividades esportivas - como uma quadra poliesportiva -, as práticas de exercícios físicos serão realizadas em espaços que favoreçam tais práticas. Desse modo, as práticas esportivas a serem realizadas por este projeto serão:

- Treinamento funcional e Massagem Laboral;
- Futsal (Ginásio Municipal “Miguelão”);

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Treinamento Funcional e Massagem Laboral</i>	- Sala de Práticas Corporais.	- Combater o sedentarismo; -Promover relaxamento corporal; - Prevenir lesões, gerar melhorias cardiovasculares, combater o aumento do percentual de gordura, buscar o emagrecimento e definição muscular.	- Professor de Educação Física.	- Será realizado no espaço de vivência e sala de práticas corporais (ginástica, práticas corporais alternativas), a qual a sua prática acontece dispondo diferentes materiais (cone, cordas etc.) em forma de circuito com estações de realização prática, de modo que em cada estação haverá uma pessoa realizando movimentos diferentes ao mesmo tempo, com duração de 50 minutos, duas vezes por semana.	- Servidores; - Estagiários; - Terceirizados.
<i>Futsal</i>	-Ginásio Municipal “Miguelão”	- Combater o sedentarismo, estimular a prática desta modalidade esportiva e promover interação entre os participantes.	- Participantes da comissão e demais servidores do <i>campus</i> .	- A modalidade acontecerá no ginásio municipal nos horários das 17:00 às 18:00 horas nas terças e quintas-feiras	- Servidores - Terceirizados - Estagiários.

<i>Grupo de caminhada - Corrida</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Na Praça Municipal em Frente à Igreja Matriz de São Sebastião; - Na área do estacionamento e campo localizados na instituição. 	<p>Combater o sedentarismo, estimular a prática desta modalidade esportiva e promover interação entre os participantes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Membros da Comissão do Projeto QVT 2018 	<ul style="list-style-type: none"> - Será organizado um grupo de corrida onde este receberá orientações do professor de educação física com objetivo de estabelecerem progressões nos níveis de condicionamento físico, tendo como culminância deste trabalho a participação num evento de caminhada e corrida a ser realizado na instituição. - O Grupo se reunirá duas vezes por semana para prática da caminhada e da corrida. 	<ul style="list-style-type: none"> - Servidores - Terceirizados
-------------------------------------	---	--	---	---	---

7.3. POLÍTICA ORGANIZACIONAL

7.3.1 Sala de jogos dos servidores

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Estruturação de uma Sala de Jogos para utilização dos servidores.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Espaço no prédio central do campus que será destinado à Sala de Jogos do Servidor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Os servidores necessitam de um ambiente de integração e descontração. - Combater o estresse da jornada de trabalho dos servidores e estimular a interação. 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordenação do Projeto e demais servidores. 	<ul style="list-style-type: none"> - A sala será toda adequada para o fim proposto, estruturada com Jogos de tabuleiro, tênis de mesa, videogame com sensor de movimento e TV, cadeiras, mesinhas e Puffs. 	<ul style="list-style-type: none"> - Servidores;

7.3.2. Curso de capacitação

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
Serviços técnicos de realização de cursos de capacitação nos campi do IFRN. Tema: Gerenciamento da rotina com análise e solução de problemas.	- Auditório.	- Os servidores necessitam de uma capacitação conforme demanda no questionário avaliativo	- Coordenação do Projeto e demais servidores.	- Curso proferido pelo prestador de serviço conforme edital do Projeto QVT, com carga horária de 20h	- 30 Servidores;

7.3.3. Práticas de Integração de Servidores

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Corrida e Caminhada</i>	- Será realizada em percurso nos arredores da instituição.	- Com o propósito de criar uma cultura sistemática de prática desta atividade física e objetivando confraternizar com a comunidade do campus em um evento de culminância do projeto QVT 2018.	-Coordenação do Projeto e demais servidores.	- Será organizada uma corrida de 5km pelo entrono do campus com o apoio de batedores de trânsito e segurança.	- Servidores; -Terceirizados - Alunos

7.3.4 Palestra sobre Segurança no trabalho

O que vai fazer?	Onde vai fazer?	Por que vai fazer?	Quem irá fazer?	Como será feito?	Público-alvo
<i>Palestra sobre Segurança no trabalho</i>	- No auditório do campus	-Promover a conscientização sobre os riscos a saúde e integridade física inerentes ao trabalho laboral	-Professor de Educação Física e Enfermeiro do campus	- Através de uma palestra a ser agendada e comunicações sistemáticas nas reuniões pedagógicas e administrativas através de informes	- Servidores; -Terceirizados - Alunos

8. EQUIPE PROFISSIONAL

ATIVIDADES	SERVIDORES RESPONSÁVEIS
Palestra Saúde Nutricional	Nutricionista a ser cedido em parceria com outro <i>campus</i> do IFRN ou município Parelhas.
Palestra Saúde Bucal	Odontólogo a ser cedido em parceria com outro <i>campus</i> do IFRN ou município de Parelhas.
Palestra sobre Segurança no Trabalho	Engenheira de Segurança no trabalho
Treinamento Funcional Grupo de caminhada - corrida	Professor de Educação Física lotado no campus.

9. RECURSOS

O orçamento utilizado para a realização do Projeto “Em Movimento: Promovendo Qualidade de Vida no Trabalho no *Campus* Parelhas” tem como base o recurso descentralizado no valor de R\$ 7.000, 00 (sete mil reais) anual, financiado por meio do recurso orçamentário destinado ao Macroprograma “Promoção da Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho”, da Diretoria de Gestão de Pessoas do (DIGPE) do IFRN.

ITEM	Material de Consumo	Quantidade	Estimativa de Preço Unitário	Preço Total
	Serviços técnicos de realização de cursos de capacitação nos campi do IFRN. Tema: Gerenciamento da rotina com análise e solução de problemas	1	R\$ 4.519,67	R\$ 4.519,67
	Serviço de Massagem laboral	-	R\$ 2.480,33	R\$ 2.480,33
Total:				R\$ 7.000,00

10. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

PRÁTICAS/AÇÕES	EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES - 2018								
	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
<i>Sala de Jogos</i>	X	X	X	X	X	X	X	X	
<i>Massagem</i>		X	X	X	X	X	X	X	
<i>Futsal</i>	X	X	X	X	X	X	X	X	X
<i>Treinamento Funcional</i>	X	X	X	X	X	X	X	X	
<i>Palestra de Saúde Bucal</i>							X		
<i>Palestra Saúde Nutricional</i>				X					
<i>Grupo de Corrida</i>		X	X	X	X				
<i>Curso de capacitação</i>						X			

11.MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Considerando a importância em monitorar e controlar o trabalho do projeto, principalmente, para identificar pontos que merecem uma atenção especial e sugerir ações para corrigir ou evitar os desvios, serão realizadas ações como:

- **Cadastro dos participantes:** será feito um cadastro para cada ação (e/ou terá uma lista de frequência) com o objetivo de verificar a frequência de adesão nas ações realizadas pelo projeto;
- **Registro de imagens:** como uma forma de coletar imagens que sirvam de demonstração que determinada ação está sendo realizada ou foi concluída.
- **Pesquisa de avaliação:** será realizado um questionário ao final de cada ação (ou durante a mesma, dependendo do tempo de execução) a serem respondidos pelos participantes do projeto, onde estes poderão avaliar e fazer sugestões.
- **Relatório final:** os servidores responderão um formulário on-line, bem como terão a oportunidade de acompanhar a reunião de encerramento do Projeto onde serão os impactos do mesmo para a instituição e para os participantes e o envolvimento destes no programa serão divulgados coletivamente.

Portanto, através destas ações poder-se-á identificar os problemas e buscar soluções com o intuito melhorar a qualidade do projeto, não somente para o ano em execução, mas também para os próximos projetos.

REFERÊNCIAS

BARCELLOS, C. **Conheça os benefícios da dança para a sua saúde.** Disponível em: <<http://idmed.terra.com.br/viva-melhor/dicas-basicas/conheca-os-beneficios-da-danca-para-a-sua-saude.html>> Acesso em: 10 mar. 2016.

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações.** 3 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2008.

GIL, Antônio Carlos. **Gestão de pessoas: enfoque nos papéis profissionais.** 1 ed. São Paulo: Atlas, 2001.

IFRN. **Plano de desenvolvimento institucional 2009-2014.** Disponível em: <http://portal.ifrn.edu.br/institucional/arquivos/planejamento/PDI_2009-014_Versao_Final%20-%2029%2006%2009%20%20as%2018h30%20-%20encaminhada%20ao%20MEC.pdf/view>. Acesso em: 20 de jan. 2014.

IFRN. **Programa de promoção à saúde e qualidade de vida no trabalho do IFRN.** Disponível em: <<http://portal.ifrn.edu.br/ifrn/servidores/saude-do-servidor/lateral/documentos/programa-de-promocao-a-saude-e-qualidade-de-vida-no-trabalho-do-ifrn>>. Acesso em: 20 de jan. 2014.

LIMONGI FRANÇA, Ana Cristina. **Qualidade de vida no trabalho – QVT: conceitos e práticas nas empresas da sociedade pós-industrial.** 2 ed. Atlas, 2004.

MELO, Eliane Maria Magalhães Cunha. **Projeto para implantação do programa de qualidade de vida no trabalho no hospital das clínicas da UFMG.** Belo Horizonte, Minas Gerais 2012.

VERGARA, Sylvia Constant. **Gestão de pessoas.** 15 ed. Atlas, 2014.