

Inscrição 1º Concurso Interno de Inovação do Lins de Vasconcellos

Chegou o momento de inscrever sua Prática ! Faça tudo com cautela. Elabore o seu relato com objetividade, de forma a transmitir a essência da sua iniciativa inovadora e os seus benefícios mais significativos.

INSCRIÇÕES DE 18/11/2020 A 01/12/2020.

Endereço de e-mail *

carla.psicologa@linsdevasconcellos.org.br

Dicas

- ☆ Contextualize sua iniciativa, tendo em vista a percepção do usuário.
- ☆ Evite repetição de informações ao longo do texto.
- ☆ Consulte seus colegas de trabalho a respeito do texto do relato para garantir que você está se comunicando de forma clara e objetiva.
- ☆ Evite jargões e termos técnicos. Se o uso for imprescindível, explique o significado.
- ☆ Destaque, nos campos específicos, os aspectos da iniciativa que dialogam com os critérios de avaliação descritos no item 6 do edital.

Categoria da Prática *

- Inovação em processos organizacionais
- Inovação em serviços ou políticas institucionais

E-mail de um dos participantes *

carla.psicologa@linsdevasconcellos.org.br

Nome do(s) Participante(s) - limite de até 02 participantes por Prática *

Carla Landim e Josiane Picoloto

Qual é a situação-problema a ser enfrentada? Descreva a situação encontrada antes da inovação: o diagnóstico, o contexto e a gravidade do problema encontrado e porque razão é necessária uma mudança nesse contexto *

Situação Problema: Sedentarismo.

Para maioria de nós, colaboradores, a prática esportiva inexistente; principalmente neste momento em que atravessamos medidas restritivas.

Para a maioria de nós, colaboradores do Lins, principalmente neste momento de pandemia as atividades profissionais são desenvolvidas através da permanência por longas horas sentadas realizando movimentos repetitivos (digitação).

Estas atividades podem ocasionar LER (lesão por esforço repetitivo) – pode desenvolver situações referentes a postura, ocasionando dores e substanciais possibilidades de afastamento gerando déficit no quadro de funcionários., ou dores que atrapalham a disposição dos colaboradores, acarretando em uma diminuição da produtividade.

Criando uma rotina semanal de atividades relacionadas à preparação, compensação, relaxamento e corretiva.

Descreva qual é a inovação proposta. Descreva a solução para o problema (ex.:desenvolvimento de uma tecnologia, política, um processo etc.). *

Solução apresentada: A Ginástica Laboral

é a atividade física destinada aos funcionários durante o expediente de trabalho. Possui atividades entre 10 e 20 minutos, baseadas em técnicas de alongamento, respiração, percepção corporal, reeducação postural e compensação dos músculos. No caso a ideia seria a realização desta atividade duas ou três vezes na semana entre 10 e 20 minutos, orientado por um profissional de Educação física. Devido as diferenças de horário de entrada/saída dos trabalhadores do Lins, a ideia seria fazer dois horários dentro do período de de almoço, as 11h30 e as 12h10, por exemplo, em um lugar amplo, como o auditório maior ou a quadra, para que o distanciamento seja respeitado.

Quais são os objetivos da iniciativa? Liste os objetivos da inovação por ordem de prioridade e, preferencialmente, com foco nos resultados. *

- Apresentar uma opção para melhoria da saúde física dos colaboradores,
- Trazer uma opção que traga maior interação entre colegas.
- Buscar uma solução que também esteja diretamente ligada a maior produtividade dos funcionários

Na ginástica preparatória o objetivo é movimentar os músculos que serão utilizados no processo de trabalho e isto traz diversos benefícios agregados como: a quebra na rotina longa de trabalho, diminui o estresse, evita o sedentarismo, tensões musculares, aumenta a oxigenação do cérebro, promovendo bem-estar, maior produtividade, minimiza lesões, reduzindo o número de acidentes de trabalho, promovendo a integração dos funcionários, trazendo mais satisfação a estes, além de trazer o sentimento de que a contratante se preocupa com a saúde dos colaboradores.

Pessoas mais satisfeitas, alegres e dispostas se dedicam mais as suas funções, trabalham com mais prazer e criatividade, produzem mais e melhor, pensando em novas atividades, recursos e projetos para o crescimento da entidade.

Qual é o público-alvo da iniciativa? Indique quem é ou quais são os públicos direta e indiretamente beneficiados pela iniciativa, nessa ordem. *

O público alvo são os colaboradores da instituição.

Trabalhadores dos setores: administrativo. SCFV e aprendizagem – passam longos períodos sentados e realizando atividades repetitivas; os instrutores que em suas atividades também necessitam da atividade para controlar estresse e suportar os desafios referentes as atividades. Como também para os colaboradores de serviços gerais, capacitando para um condicionamento devido a grandes esforços realizados.

A partir de um melhor desempenho e maior satisfação dos colaboradores, toda a entidade é afetada, todos os usuários e parceiros, desde uma comunicação mais assertiva, a ter disposição para resolver os problemas.

Por que a iniciativa é inovadora? Lembre-se do item 6.1 do Edital, deve-se demonstrar um dos critérios estabelecidos, de forma clara. *

Esta prática é inovadora por trabalhar com a prevenção, porque trará novas condições de condicionamento aos nossos colaboradores, diminuindo os riscos de doenças cardíacas, de lesões, além de promover a aproximação entre os setores de trabalho e maior união, interação.

Muitas vezes dentro de empresas é trabalhado a parte mental, psicológica do colaborador, para desenvolvimento de competências, porém muitas vezes se o físico não está bem, a mente também não corresponde de forma produtiva. Desenvolver corpo e mente é algo aparentemente simples, porém cheia de grandes impactos, tem-se uma chance imensa de funcionários altamente competentes e produtivos, o que acarreta numa melhora de qualidade nos atendimentos, entregas e demandas dos Lins.

Quais os principais resultados que serão obtidos com a Iniciativa e como serão melhor utilizados todos os recursos (eficiência)? Lembre-se do item 6.1 do Edital, deve-se demonstrar um dos critérios estabelecidos, de forma clara. Exemplo de recursos: a) Recursos humanos; b) Recursos financeiros; c) Recursos tecnológicos; d) Outros recursos *

A ideia é atingir os seguintes resultados:

-Aumento da produtividade

Segundo a pesquisa realizada pelo Manpower Group, uma empresa de consultoria organizacional, mostrou que companhias que possuem programas de bem-estar e saúde são avaliadas como mais produtivas e mais propensas a serem identificadas como estimuladoras de inovação e criatividade. Isso gera maiores recursos financeiros e tecnológicos, além de agregar no bem estar dos recursos humanos da entidade.

-Diminuição dos acidentes e absenteísmo

Um dos principais efeitos da ginástica laboral é no aumento da atenção e de estímulo ao sistema neuromotor. Isso diminui acidentes causados por desequilíbrio, concentração de cargas e esforço repetitivo, além de disso atividades físicas frequentes ajuda a diminuir para absenteísmo por contras de problemas como pressão alta e diabetes.

-Melhoria do clima organizacional

Os exercícios laborais ajudam a proporcionar melhora na qualidade de vida, maior integração e harmonia.

Como a Iniciativa identificou as necessidades dos seus usuários/cidadãos? Lembre-se do item 6.1 do Edital, deve-se demonstrar um dos critérios estabelecidos, de forma clara. *

Primeira identificação é relativo as várias faixas etárias e também pelas dificuldades existentes para que nossos colaboradores tenham uma rotina de atividades físicas.

Quais são os mecanismos de transparência e controle institucional que a iniciativa promove?? Lembre-se do item 6.1 do Edital, deve-se demonstrar um dos critérios estabelecidos, de forma clara. *

Pela própria satisfação dos colaboradores, pode-se realizar mensalmente pesquisa vi Google forms para medir a satisfação e percepção de como essa ginástica irá afetar a rotina de cada um.

Quais são as principais dificuldades a serem encontradas na implantação da Iniciativa e como pretende superá-las? *

As vezes por acomodação os colocadores podem não aderir a ginastica na hora do almoço, porém será importante explicar os pontos positivos e benefícios a longo prazo, para que estes não desanimem e entendam o valor desse projeto.

Outra dificuldade pode ser relacionada ao custo do profissional de Educação Física para aplicar o treino, em uma pesquisa realizada verificou-se que é cobrado R\$21,50 por hora para aplicação desses treinos. Porém como a entidade possui poucos recursos pode ser feito um convênio com alguma instituição de graduação em educação física para que os estudantes apliquem o a ginastica, servindo como estágio não remunerado ou a verificação de um profissional que atenda de forma voluntaria.

Resumo detalhado da iniciativa. Lembre-se que, caso a iniciativa seja premiada, esse resumo será usado para divulgar a sua iniciativa. Por esse motivo, recomendamos extrema clareza. O texto deve descrever objetivamente: a) Qual era o cenário atual/anterior à inovação? b) Qual a inovação a ser implementada? c) Qual o principal resultado a ser atingido pela inovação? *

Trabalhar oito horas por dia, muitas vezes realizando atividades repetitivas, além de lidar com demandas estressantes essa é realidade de grande parte dos trabalhadores brasileiros, que cada vez mais se queixam de dores físicas, no caso a ideia é propor uma plano de ginastica laboral, onde o é trabalhador vai estimular também seu corpo durante o trabalho, fazendo movimentos adequados, alongamentos que vão propiciar maior bem estar e satisfação dos colaboradores

A partir do momento que os colaboradores estão se sentindo bem fisicamente, satisfeitos, mais integrados e dispostos isso colabora para melhor desempenho dos mesmo, consequentemente trazendo maior produtividade e melhoria dos processos.

Caso você tenha vídeos, imagens ou áudios que ilustrem a sua iniciativa, informe os links aqui. *

<https://blog.fasegueros.com.br/4-vantagens-incriveis-da-ginastica-laboral-no-trabalho/>

<https://www.youtube.com/watch?v=vBpF3wQi7DM>

<https://nucleohealthcare.com.br/2019/03/20/voce-conhece-os-beneficios-da-ginastica-laboral-na-saude-ocupacional/>

<https://www.youtube.com/watch?v=4sInvWrwa-4>

Este formulário foi criado em Lins de Vasconcellos Encontro Fraterno.

Google Formulários