



1 IDENTIFICAÇÃO

Tipo:	<input type="checkbox"/> Programa	<input checked="" type="checkbox"/> Projeto	<input type="checkbox"/> Ação
Denominação:	Meditando e Vivendo Melhor		
Proponente:	TRT 14		
Responsável:	Jéssica Jévanny Rocha Goes do Santos		
Telefone:	(69) 99301-3553	E-mail:	jessica.santos@trt14.jus.br

2 NECESSIDADES E/OU PROBLEMAS QUE DERAM ORIGEM À INICIATIVA

Incrementar o modelo de gestão de pessoas em âmbito nacional.

3 OBJETIVO DA INICIATIVA

Melhoria da Qualidade de Vida no Trabalho.

4 BENEFÍCIOS

- Participantes das sessões de meditação relatam bem-estar, paz, tranquilidade e revigoramento.
- Há expectativa de que no curto e no médio prazo os números e a duração das Licenças para Tratamento de Saúde reduzam.

5 RESUMO DA EXECUÇÃO E ADOÇÃO DA INICIATIVA

Os interessados no projeto se inscrevem, recebem um texto inicial sobre meditação e seus benefícios, e em seguida são contatados pela servidora que conduz as meditações. São adicionados no evento do Google Agenda, e notificados com certo tempo de antecedência. As sessões de meditação duram de 20 a 30 minutos, no fim do expediente das sextas-feiras.



São realizadas sessões de meditação on-line com magistrados, servidores, estagiários e colaboradores do TRT 14a Região. Em breve serão disponibilizadas meditações gravadas.

APLICABILIDADE

Administrativa.

6 CUSTOS

Não houve custos.

7 PRAZO DE EXECUÇÃO

De 1º/2/2021 à 17/12/2021

8 IMPACTOS E RESULTADOS

Há expectativa de que no curto e no médio prazo os números e a duração das Licenças para Tratamento de Saúde reduzam.