

# Plano de ação de **2017** da Divisão de Qualidade de **VIDA**

Macapá/AP, 19 de Janeiro de 2016.

# Planejamento Estratégico da DQV de 2016 a 2020

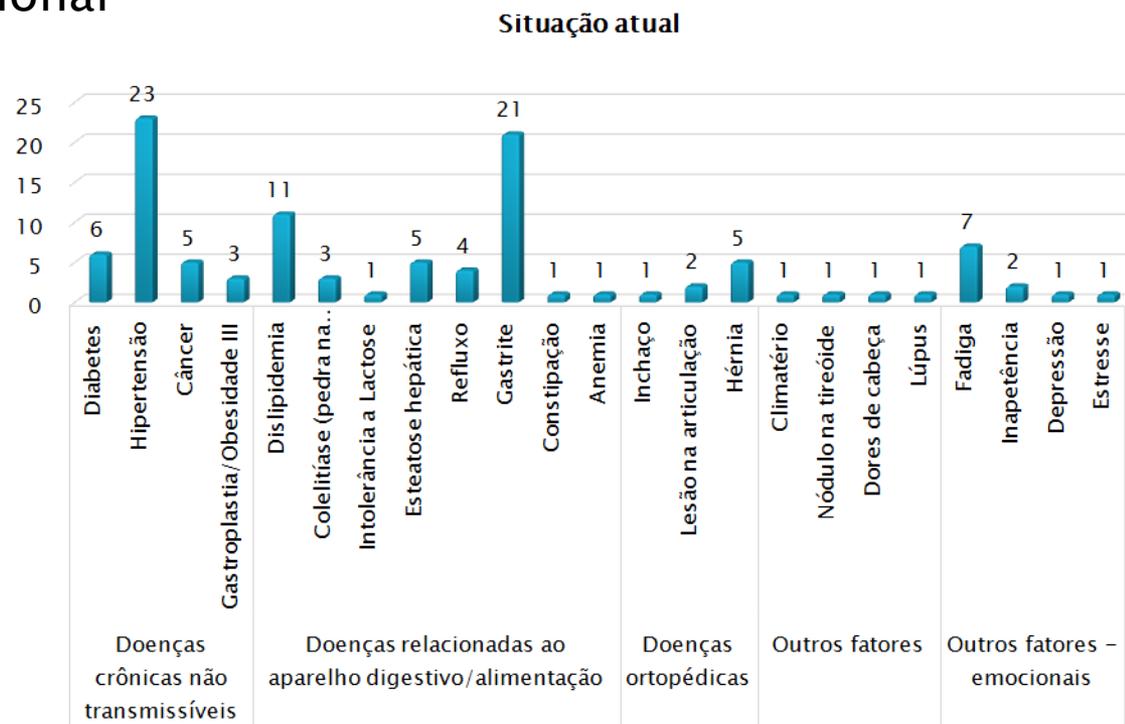
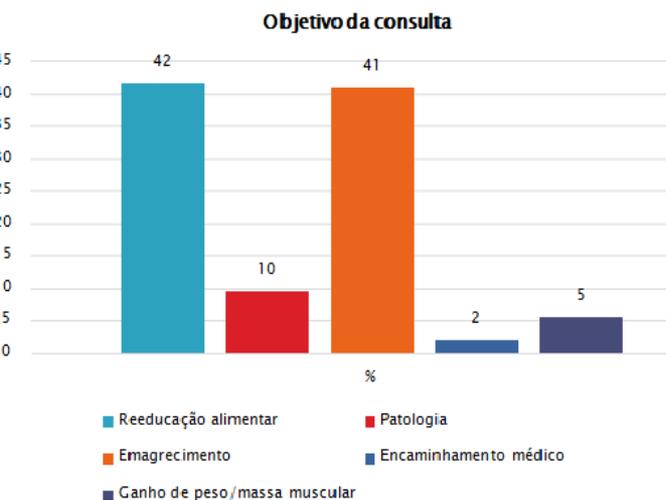
Objetivo setorial	Objetivos Específicos
<b>Promover a valorização humana e profissional do servidor.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Elaborar e implantar projeto de acesso à informação na área da saúde.</li><li>2. Elaborar e implantar programa de preparação/valorização do aposentado.</li><li>3. Elaborar e implantar programas que visem o bem-estar dos servidores com necessidades especiais.</li><li>4. Elaborar e implantar programa de integração relacional.</li><li>5. Elaborar e implantar programas de atividades culturais e de lazer.</li></ol>
<b>Ampliar os serviços de atenção à saúde e realizar ações de promoção à saúde.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>6. Criar protocolo de atendimento da equipe multiprofissional.</li><li>7. Alimentar sistema de registro de informações dos programas de promoção da saúde.</li><li>8. Elaborar e implantar protocolo de diagnóstico organizacional.</li><li>9. Elaborar manual da Divisão de Qualidade de Vida.</li></ol>
<b>Implantar programas de promoção à saúde.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>10. Implantar programa de acompanhamento dos servidores portadores de doenças crônicas não transmissíveis.</li><li>11. Elaborar e implantar programa de prática corporal e atividade física.</li><li>12. Elaborar e implantar programa de atenção multiprofissional aos servidores e seus dependentes.</li><li>13. Elaborar e implantar programa de educação alimentar saudável.</li></ol>

# Diagnóstico

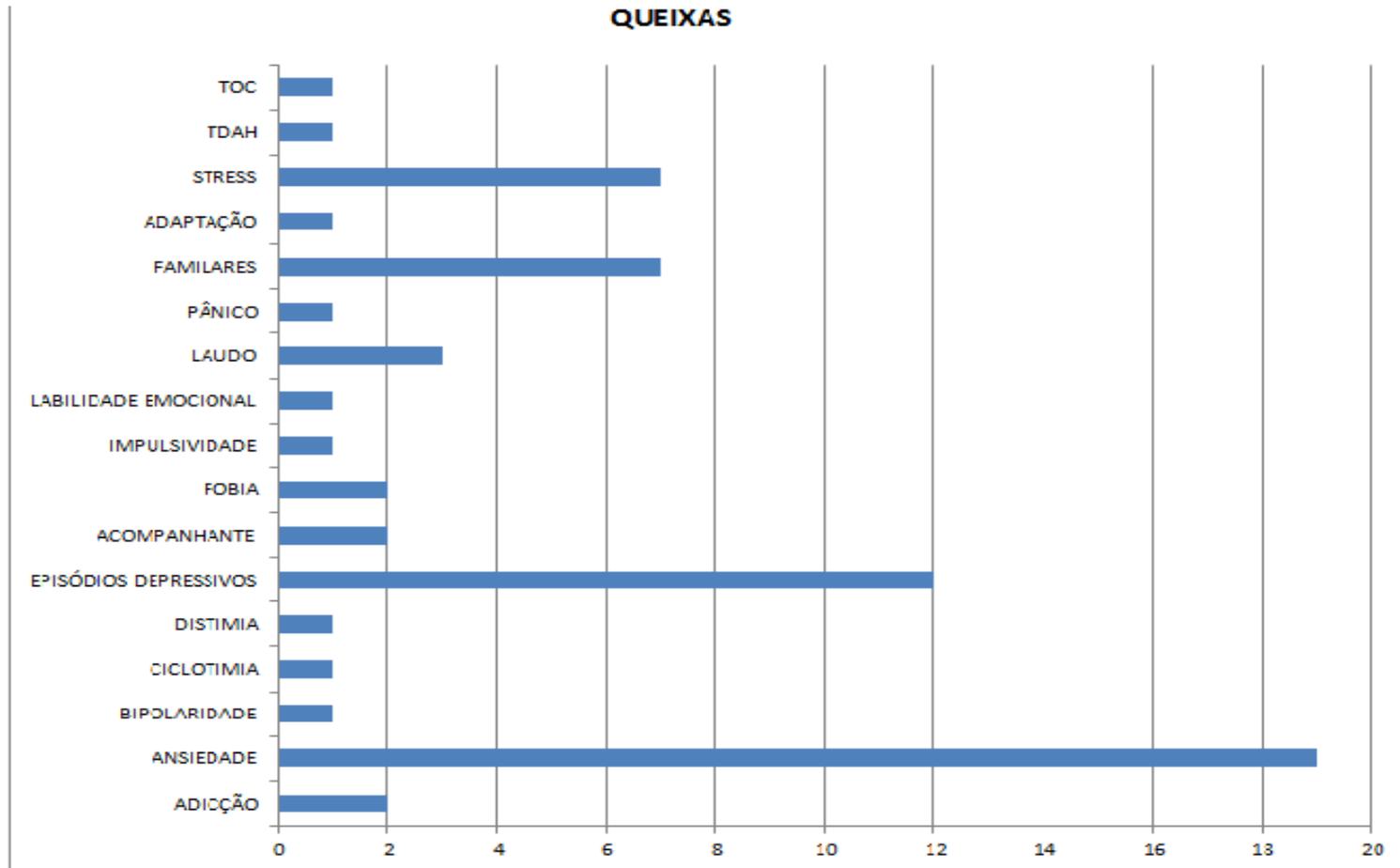
São importantes na elaboração deste Plano, os conhecimentos e vivências adquiridos no ano de 2016.

## Atendimento da Equipe Multiprofissional

### ✓ Atendimento Nutricional



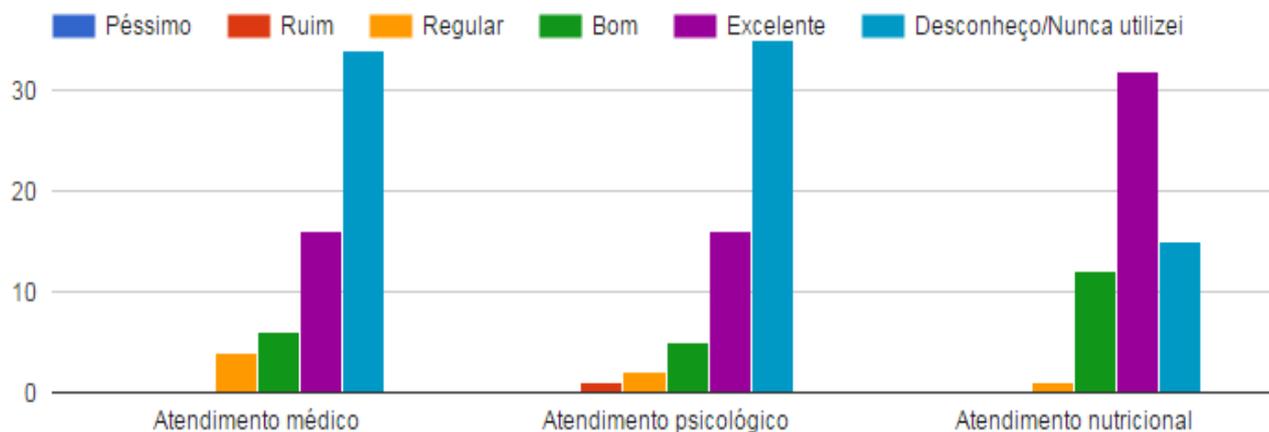
## ✓Atendimento Psicológico



## Pesquisa Organizacional da Divisão de Qualidade de Vida – 2016

Com relação à sua percepção acerca das ações e programas atualmente executados pela Divisão de Qualidade de Vida, avalie:

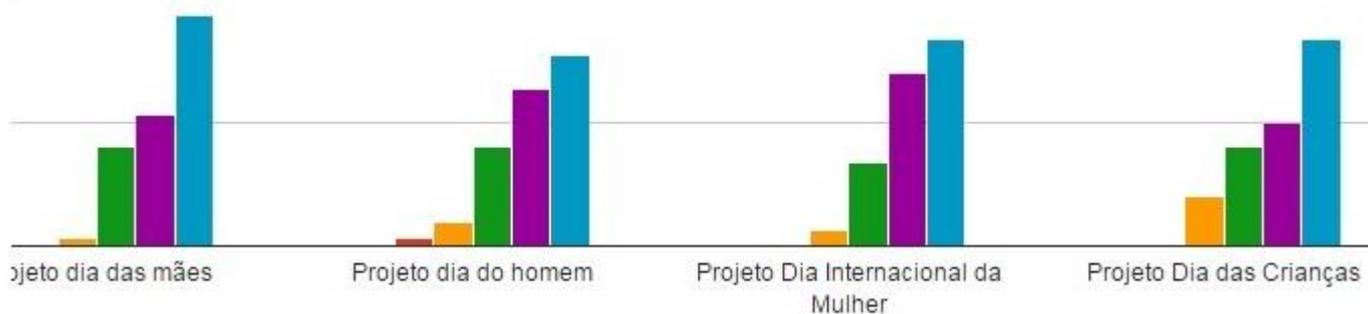
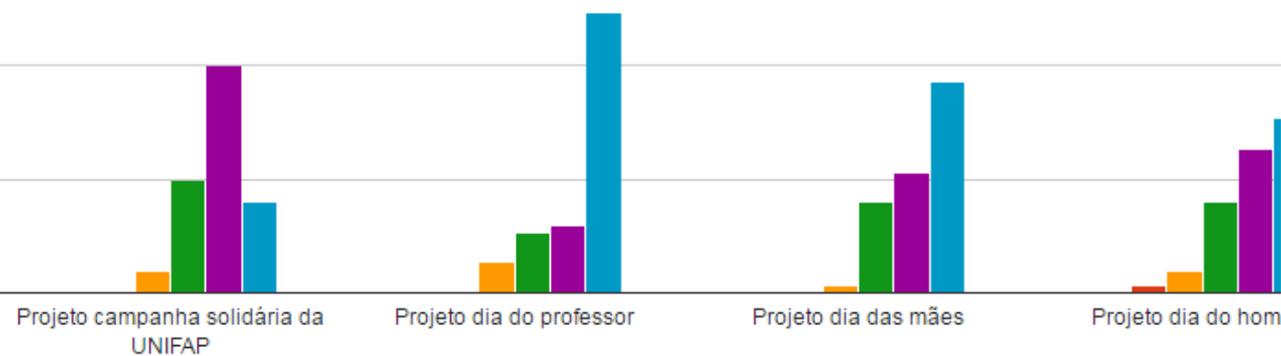
Atendimento com a a Equipe Multiprofissional:



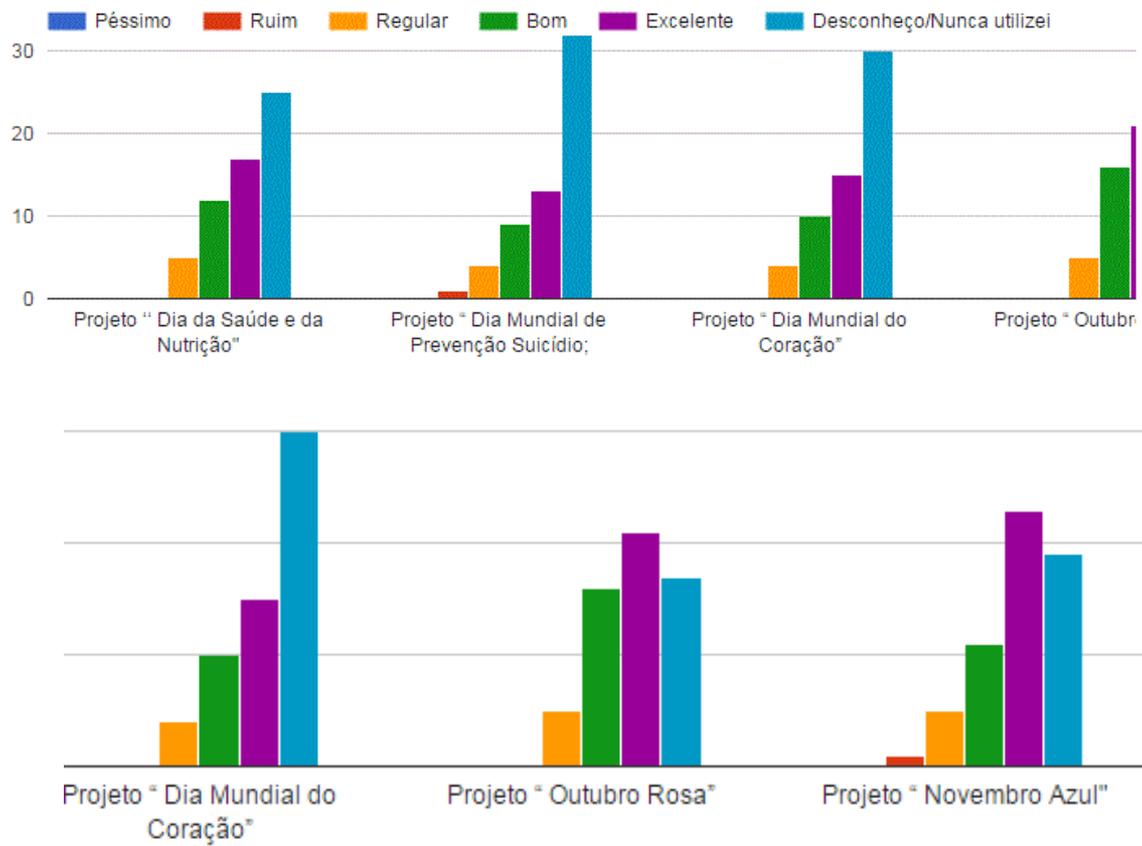
# Programa de Cultura, Lazer e Integração Relacional



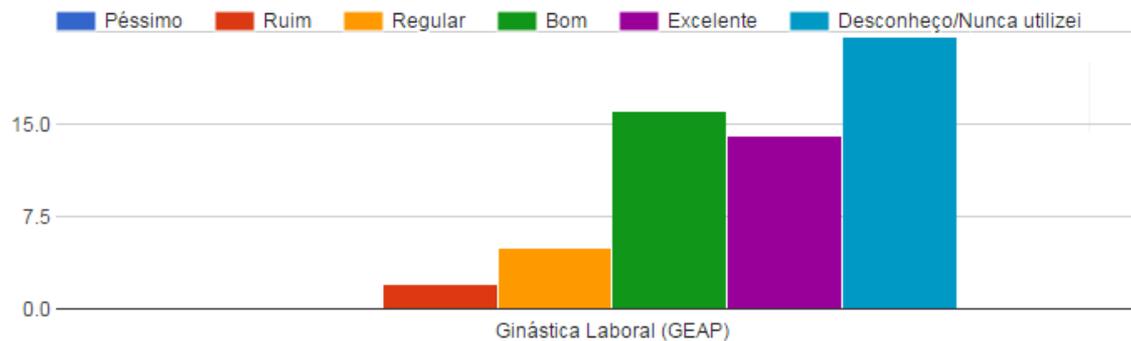
ca utilizei



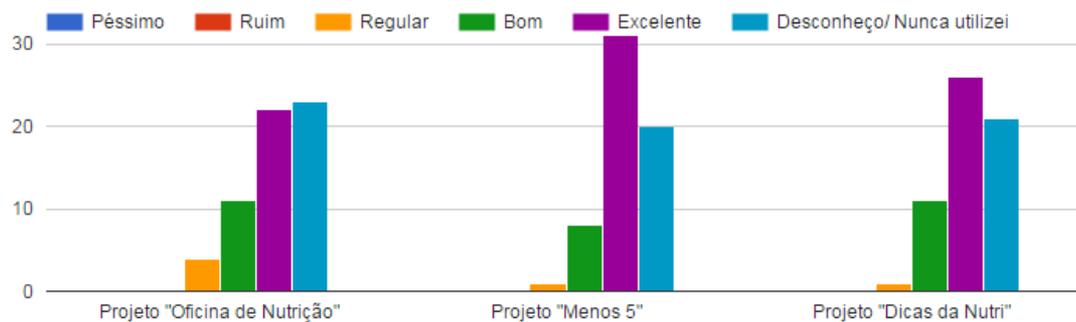
## Programa de Educação em Saúde na UNIFAP



## Programa de Prática Corporal e Atividade Física

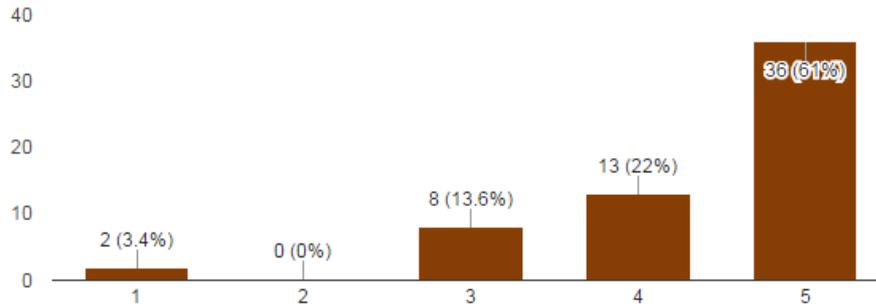


## Programa de Educação Alimentar e Nutricional

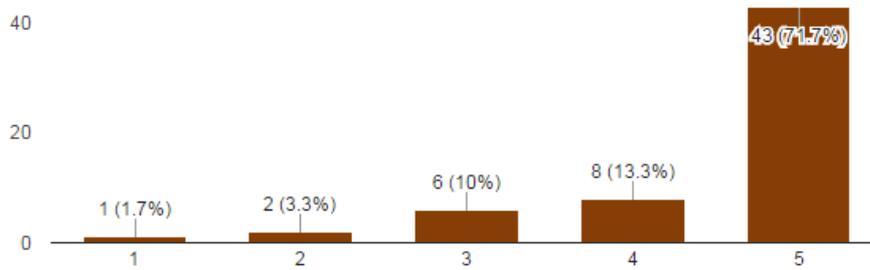


Para o ano de 2017, há uma previsão de implantação dos projetos abaixo elencados. Avalie qual o seu nível de interesse sobre eles:

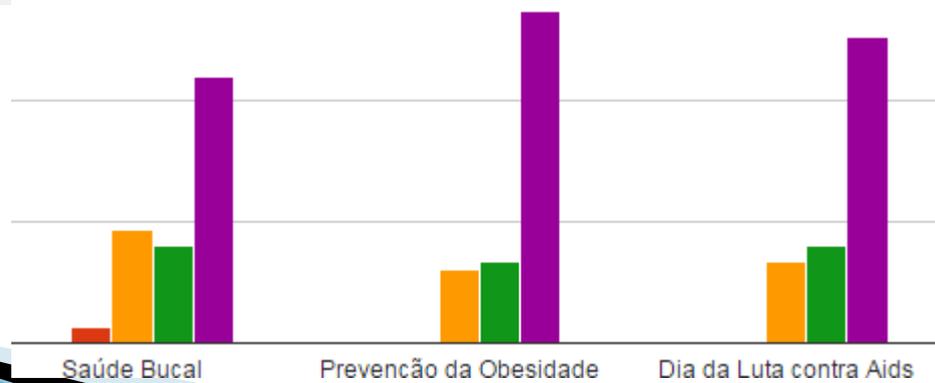
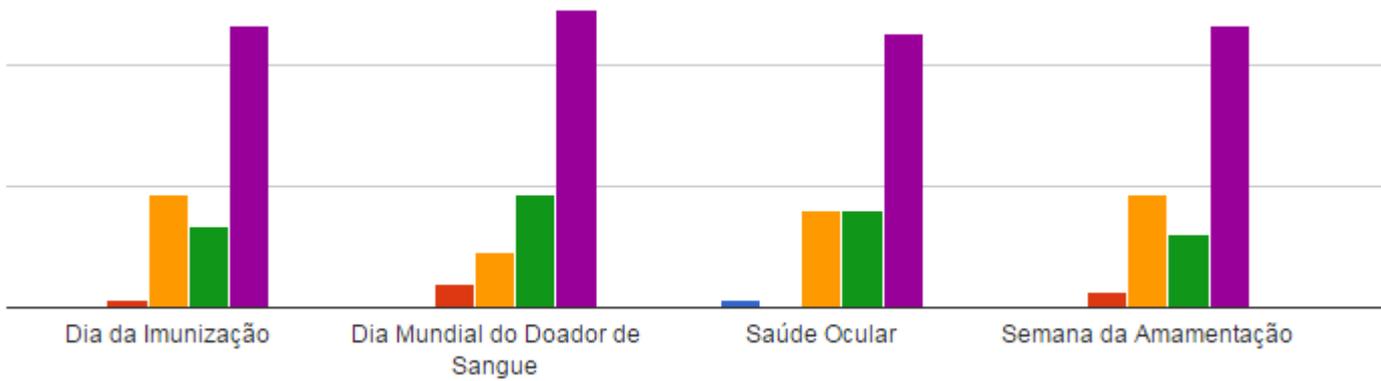
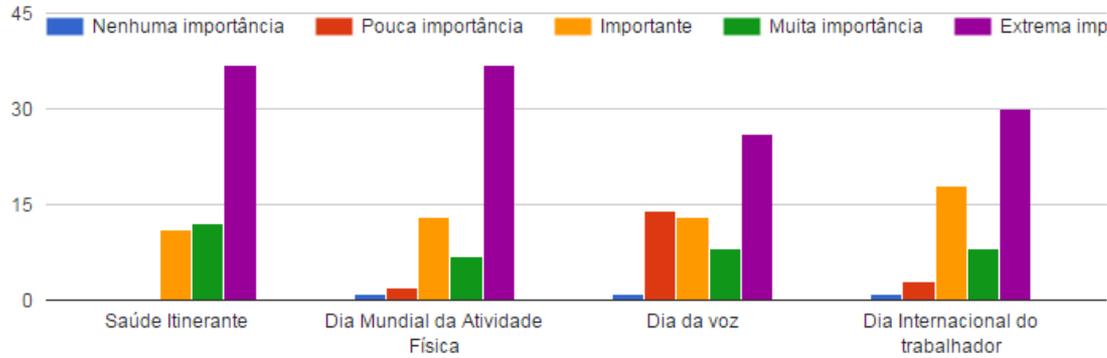
Programa de Preparação / Valorização do Aposentado. (59 respostas)



Programas que visam o bem-estar dos servidores com deficiência (60 respostas)



# Programa de Educação em Saúde na UNIFAP



Qual a sua sugestão para 2017? Quais são as ações que propõem e que a Divisão de Qualidade de Vida oferece aos servidores / dependentes?

📌 Criação de ficha nutricional para acompanhar a evolução física ao passar dos meses.

📌 Aumento nos serviços itinerantes.

📌 Natação para adultos e crianças.

📌 Em parceria com curso de Educação Física, oferta de modalidades esportivas periódicas, como futebol, voleibol, basquete, etc.

📌 Oficinas de dança e atividades esportivas voltadas para o público feminino, como volantes de praia / quadra, boxe, defesa pessoal, correios, servidores de servidores da UNIFAP.

👍 Manter como se estivesse em 2016.

📌 Exames médicos periódicos

📌 Projeto: Vivendo o estado de bicicleta.

👍 Projeto: Caminhada pela cidade

Eu gostaria de uma visita de um médico, psicológico, nutricionista a minha sala.

Projeto de arte sustentável

Oficina de horta orgânica

## JUSTIFICATIVA

Plano de Ação da Divisão de Qualidade de Vida foi elaborado a partir de discussões coletivas da equipe das necessidades apontadas na análise do diagnóstico organizacional 2016, bem como do relatório dos atendimentos da equipe multiprofissional, considerando o Planejamento Estratégico da DQV de 2016 a 2020 como eixo norteador do trabalho que se concretiza no plano de ação anual, onde este permeia as ações integradas nas atividades.

Esse plano é um documento norteador das ações a ser desenvolvida no âmbito de promoção a saúde detalhando as diretrizes, metas, ações e atividades programadas a serem desenvolvidas na Divisão de Qualidade de Vida/ DDP/PROGEP no biênio de 2017. Sua elaboração visa direcionar ações em prol e em conjunto com os setores e Campus da UNIFAP, afim de que haja integração das atividades em todos os segmentos.

O desafio de promover a melhoria da qualidade de vida, fazendo com que haja mais participação nas atividades ofertadas, além de firmar parcerias para desenvolver atividades coletivas bem como o envolvimento de pessoas, que não só coloquem ideias, mas, que influenciem no ato de fazer.

Nesse processo, é imprescindível a avaliação institucional, como ferramenta de aferimento das ações desenvolvidas na busca da excelência, e que os indicadores sejam instrumentos para mudança no sentido de alcançar as metas estabelecidas considerando o contexto de cada projeto.

Cabe-nos, portanto, neste Plano de Gestão, planejar e cumprir e fazer cumprir do que aí está disposto, segundo as políticas e legislação específica da Administração Pública Federal.

## Dimensões

- Programa de Educação em Saúde na UNIFAP;
- Programa de Educação Alimentar e Nutricional;
- Atendimento da Equipe Multiprofissional;
- Programa de Preparação para aposentadoria – PPA;
- Programa de Cultura e lazer;
- Programa de Integração Relacional;
- Programa de Praticas Corporal e Atividades Físicas;
- Programa de bem-estar para servidores com deficiência;
- Saúde Itinerante;
- 2º Ciclo de Integração e Saúde em OIAPOQUE;
- Programa na Radio da DQV;
- Clube de Vantagem .

# Plano de ação da DQV 2017

Atividade	Ação		Cronograma		
<b>Programa de Educação alimentar</b>  Responsável; LUANA CAROLINA DE M. PAIVA RIBEIRO (Nutricionista)  FRANCIANE NUNES DE SOUZA (Nutricionista)	Oficinas de Nutrição	Horta orgânica	Junho		
		2º Nutrição Infantil	Julho		
		Gastronomia saudável	Abril		
	Projeto "Dicas da NUTRI"	Todas as quartas feiras na Radio Universitária 96,9 - FM Com temas diversos			
	Projeto "menos- 5"	Seis meses de duração Início – janeiro Termino - julho		Atividades em grupo quinzenalmente (sexta).	
Projeto "Estilo de Vida Saudável"	Seis meses de duração Início – janeiro Termino - julho		Atividades em grupo mensalmente (Quintas feira).		
<b>Programa Relacional</b> <b>Integração</b>          Responsável; REVAN ARAÚJO (Psicólogo)	Projeto Comemorativas	Dia das Mães	Maio		
		Dia dos Pais	Agosto		
		Dia das Crianças	Outubro		
		Dia do Professor	Outubro		
		Dia Internacional da Mulher	Março		
		Dia do Servidor	Em parceria com assessoria e DSMT		
	Oficinas de vivência	Terapia Comunitária	Março		
		Cuidando de mim e do outro	Maio		
		Diminuindo as tensões do dia a dia.	Agosto		
	Curso "Aprendendo a ser e a conviver".	Curso de capacitação	Outubro		
Rodas Terapêuticas	Roda "Luta por morte"	Início – Março			
	Roda "Terapia comunitária"	Encontro mensal			
	Roda "Depressão"				
	Roda "Ansiedade"				
Ciclo de Vivência	Técnica de integração nos setores	1º Semestre - Quinta e Sexta / Manhã 2º Semestre – Todas as segundas /Manhã			

Atividade	Ação		Cronograma
<b>Programa de Educação em Saúde na UNIFAP</b>  Responsável; MIRIAM DAS. PERRANDO (Enfermeira)	Projeto “Dia Mundial da Atividade Física”		1° corrida na UNIFAP- Abril
	Projeto “Dia Nacional da Voz”		Abril
	Projeto “Dia Mundial do Doador de Sangue”.		Junho
	Projeto “Saúde Ocular”		Julho
	Projeto “Dia Mundial do Coração”.		Setembro
	Projeto “Semana Mundial da Amamentação”.		Agosto
	Projeto “Outubro Rosa”.		Outubro
	Projeto “Prevenção da Obesidade”.		Outubro
	Projeto “Novembro Azul”		Novembro
	Projeto “Prevenção do Diabete”		Novembro
	Projeto “Dia Mundial de Luta contra Aids”		Dezembro
	Projeto “Revigora”.  Projeto “Acompanhamento dos servidores portadores de Hipertensão e Diabetes””.		Saúde Itinerante (Janeiro, fevereiro, março).  Formação de grupo - Junho Atividades em grupo mensalmente (Sextas - feiras).
Projeto “Acompanhamento dos servidores portadores de Hipertensão e Diabetes””.		Saúde Itinerante (Janeiro, fevereiro, março). Formação de grupo - Junho Atividades em grupo mensalmente (Terça – feira).	
<b>Programa de Cultura e lazer</b>  Responsável; EQUIPE DQV	Coral da UNIFAP		Início previsto para Maio
	Oficinas de Arte	Grafitando e Encantando	24,25 e 26 de Janeiro
		2° Oficina de reciclagem com pellets	Maio
		Pirogravura	Setembro em Oiapoque

Atividade	Ação	Cronograma																												
<b>Programa de Práticas Corporais e Atividades Físicas</b>  Responsável; Equipe DQV	Ginástica laboral.	Em parceria com GEAP Duas vezes na semana																												
	Projeto "Leve vida" (TREINO FUNCIONAL).	Início – Fevereiro Uma vez na semana Parceria: - Coordenação de Educação Física; - CLUBE DE VANTAGENS.																												
<b>Atendimento da equipe multiprofissional</b>  Responsável; Equipe DQV, DAA e Central de Atendimento da PROGEP.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Medico</li> <li>✓ Nutricionista</li> <li>✓ Psicólogo</li> <li>✓ Enfermagem</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="width: 10%;">Horário</th> <th style="width: 15%;">Segunda-Feira</th> <th style="width: 15%;">Terça-Feira</th> <th style="width: 15%;">Quarta-Feira</th> <th style="width: 15%;">Quinta-Feira</th> <th style="width: 15%;">Sexta-Feira</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>08h às 12h</td> <td>Nutricionista Luana</td> <td>Médico Helder</td> <td>Psicólogo Revan</td> <td>Médico Helder</td> <td>Camila Psicólogo</td> </tr> <tr> <td>14 às 18h</td> <td>Psicólogo Revan</td> <td>Nutricionista Franciane</td> <td>Camila Psicólogo</td> <td>Nutricionista Luana</td> <td>Consulta de ENFERMAGEM</td> </tr> </tbody> </table>	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	08h às 12h	Nutricionista Luana	Médico Helder	Psicólogo Revan	Médico Helder	Camila Psicólogo	14 às 18h	Psicólogo Revan	Nutricionista Franciane	Camila Psicólogo	Nutricionista Luana	Consulta de ENFERMAGEM										
Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira																									
08h às 12h	Nutricionista Luana	Médico Helder	Psicólogo Revan	Médico Helder	Camila Psicólogo																									
14 às 18h	Psicólogo Revan	Nutricionista Franciane	Camila Psicólogo	Nutricionista Luana	Consulta de ENFERMAGEM																									
<b>Saúde Itinerante</b>  Responsável; Equipe DQV	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Divulgação dos Programas da DQV</li> <li>✓ Aferição Pressão Arterial</li> <li>✓ Teste de GLICEMIA</li> <li>✓ IMC</li> <li>✓ Aplicar questionário para identificar o perfil do servidor.</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="width: 60%;">LOCAL</th> <th style="width: 20%;">DATA</th> <th style="width: 20%;">HORÁRIO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Bloco das Coordenações</td> <td>26/01</td> <td rowspan="13" style="vertical-align: middle;">Das 09h às 12h</td> </tr> <tr> <td>DCET</td> <td>27/01</td> </tr> <tr> <td>DCBS</td> <td>02/02</td> </tr> <tr> <td>Bloco de Letras/Artes e Jornalismo</td> <td>03/02</td> </tr> <tr> <td>Santana</td> <td>09/02</td> </tr> <tr> <td>Mazagão</td> <td>10/02</td> </tr> <tr> <td>PROEAC</td> <td>16/02</td> </tr> <tr> <td>Derca</td> <td>17/02</td> </tr> <tr> <td>Reitoria</td> <td>23/02</td> </tr> <tr> <td>Bloco Aranha</td> <td>24/02</td> </tr> <tr> <td>Prefeitura</td> <td>09/03</td> </tr> <tr> <td>NTI</td> <td>10/03</td> </tr> </tbody> </table>	LOCAL	DATA	HORÁRIO	Bloco das Coordenações	26/01	Das 09h às 12h	DCET	27/01	DCBS	02/02	Bloco de Letras/Artes e Jornalismo	03/02	Santana	09/02	Mazagão	10/02	PROEAC	16/02	Derca	17/02	Reitoria	23/02	Bloco Aranha	24/02	Prefeitura	09/03	NTI	10/03
LOCAL	DATA	HORÁRIO																												
Bloco das Coordenações	26/01	Das 09h às 12h																												
DCET	27/01																													
DCBS	02/02																													
Bloco de Letras/Artes e Jornalismo	03/02																													
Santana	09/02																													
Mazagão	10/02																													
PROEAC	16/02																													
Derca	17/02																													
Reitoria	23/02																													
Bloco Aranha	24/02																													
Prefeitura	09/03																													
NTI	10/03																													

Atividade	Ação	Cronograma
<b>2º Ciclo de Integração e Saúde em OIAPOQUE</b>  Responsável; Equipe DQV	Saúde Itinerante Atendimento da equipe multiprofissional Ciclo de Vivência	JUNHO
<b>Programa de bem-estar para servidores com deficiência</b>  Responsável; MIRIAM DAS. PERRANDO (Enfermeira). REVAN ARAÚJO (Psicólogo)	Saúde itinerante	Janeiro, fevereiro e março de 2017.
	Estudo de Caso	Abril
<b>Programa na Radio da DQV</b> Responsável; Equipe DQV e DSMT	Promoção da Saúde	FIRMA PARCERIAS - ABRIL
<b>Clube de Vantagem</b> Responsável; Equipe DQV	Meta	INCLUSÃO DE 10 NOVAS EMPRESAS PARCERAS EM 2017
<b>Programa de Preparação para aposentadoria – PPA</b>  Responsável; REVAN ARAÚJO (Psicólogo) MIRIAM DAS. PERRANDO (Enfermeira).	Saúde itinerante	Janeiro, fevereiro e março de 2017.
	Projeto Encontro dos saberes	Encontro mensal aparte de maio de 2017.

Qualidade de  
VIDA

## Equipe DQV/DDP/PROGEP- UNIFAP

EDIANE CAROLINE CUNHA (Chefe)  
REVAN ARAÚJO (Psicólogo)  
LUANA RIBEIRO (Nutricionista)  
FRANCIANE NUNES (Nutricionista)  
MIRIAM DA PERRANDO (Enfermeira)

*Sua qualidade de vida  
é nossa prioridade!*