

PLANO DE ENSINO – ETP

IDENTIFICAÇÃO DO EVENTO	
Identificação do Evento	PDG - Oficina Anual para Servidores em Teletrabalho

ORGANIZAÇÃO DO EVENTO
Promotora: Escola Judicial do Tribunal Regional do Trabalho da 18ª Região em parceria com a CESANA CONSULTORIA LTDA.
Direção: Diretora da Ejud18: Desembargadora do Trabalho Rosa Nair da Silva Nogueira Reis Coordenador Pedagógico: Juiz do Trabalho Kleber de Souza Waki
Integrantes da Equipe de Planejamento e Execução: Gil César Costa de Paul, Secretário da Ejud18 Keyla de Moraes Monteiro Fonseca, Diretora da Divisão de Planejamento e Acompanhamento das Ações Educacionais Marcelo Oliveira de Souza, Diretor da Divisão de Capacitação de Magistrados e Servidores Gestor do Projeto: Jesus Hernane de Macêdo Zorzetti

DEMANDANTE	
Unidade	Divisão de Desenvolvimento de Pessoas
Responsável	Elmo César Coevas Loubet
E-mail	elmo.loubet@trt18.jus.br

DESCRIÇÃO DO EVENTO	
Data ou período de realização	14 de outubro de 2025
Inscrições	Serão abertas inscrições no sistema da EJ



TRT-18ª REGIÃO

Escola Judicial

Local do evento	Plataforma Zoom
Modalidade	☐ Presencial ☐ Híbrido: parte presencial e parte a distância ☒ On-line (zoom) ☐ On-line (google meet) ☐ EAD
Tipo Metodologia	☐ Palestra ☐ Encontro ☒ Curso ☐ Seminário ☐ Grupos de Trabalho
Apresentação	O teletrabalho já faz parte da realidade contemporânea e traz consigo novas oportunidades, desafios e responsabilidades. Pensando nisso, o TRT da 18ª Região promove esta oficina anual, prevista na RA nº 160, destinada a servidores em teletrabalho e seus gestores. O encontro tem como objetivo difundir conhecimentos e práticas relacionadas ao teletrabalho, com foco em saúde, ergonomia e bem-estar psicológico, de modo a fortalecer a produtividade e a qualidade de vida no ambiente remoto. Ao longo da oficina, os participantes irão: • Refletir sobre os impactos da hiperconexão e da virtualização nas relações de trabalho; • Conhecer estratégias para estabelecer limites entre vida pessoal e profissional, criar rotinas saudáveis e adotar micro-hábitos de bem-estar; • Explorar recursos práticos para equilíbrio e engajamento, como técnicas de mindfulness, gestão do tempo e comunicação assertiva.
Eixo Subeixo	Governança, Administração e Gestão de Pessoas
Público-alvo	Servidores do TRT 18ª Região e seus gestores
Nº. de vagas	250 participantes

Pagamento de diárias aos alunos?	() Sim (X) Não
Alinhamento Estratégico	OE8 - Incrementar modelo de gestão de pessoas em âmbito nacional
Justificativa	A realização da Oficina Anual – Servidores em Teletrabalho e seus Gestores justifica-se pela necessidade de assegurar ambientes de trabalho saudáveis, produtivos e alinhados às novas formas de organização laboral, em consonância com as disposições da Resolução Administrativa nº 160/2020 do TRT da 18ª Região, que prevê a realização de capacitações periódicas voltadas ao teletrabalho, com ênfase em saúde, ergonomia e bem-estar. A ação educativa visa oferecer subsídios para que servidores e gestores desenvolvam práticas de teletrabalho mais equilibradas, promovendo a saúde física e psicológica, a gestão eficaz do tempo, o autocuidado e a sustentabilidade das rotinas laborais. Busca-se, ainda, fortalecer a cultura institucional de respeito às condições de trabalho remoto, garantindo a efetividade das medidas implementadas pelo Tribunal. Além de atender às exigências normativas, a oficina contribuirá para a difusão de conhecimentos e estratégias relacionadas à prevenção de riscos psicossociais, ao aumento da motivação e à promoção de relações de trabalho mais saudáveis, reforçando o compromisso do Tribunal com a modernização da gestão de pessoas e com a valorização da qualidade de vida no trabalho. Portanto, a realização desta ação formativa apresenta-se como medida estratégica e necessária para o fortalecimento da cultura de bem-estar no teletrabalho, a promoção da produtividade sustentável e o aprimoramento da qualidade institucional.

Objetivo Geral	Capacitar servidores em teletrabalho e seus gestores para a promoção de rotinas laborais mais saudáveis, equilibradas e produtivas, por meio da difusão de conhecimentos sobre saúde, ergonomia e bem-estar psicológico. A ação busca desenvolver competências voltadas ao autocuidado, à gestão do tempo, à disciplina digital e à sustentabilidade das práticas de trabalho remoto, alinhadas às disposições da Resolução Administrativa nº 160/2020 do TRT da 18ª Região. Dessa forma, contribui-se para a prevenção de riscos psicossociais, para o fortalecimento da cultura institucional de qualidade de vida no trabalho e para a modernização da gestão de pessoas no âmbito do Tribunal.
Objetivos Específicos (ao final do evento espera-se que os alunos sejam capazes de)	• Sensibilizar os participantes quanto aos impactos do teletrabalho nas relações de trabalho, destacando oportunidades e desafios da hiperconexão e da virtualização. • Desenvolver estratégias para que servidores e gestores estabeleçam limites entre vida pessoal e profissional, promovendo rotinas mais equilibradas. • Incentivar o autocuidado e a adoção de micro-hábitos de bem-estar, como pausas ativas, técnicas de respiração e organização adequada do espaço de trabalho. • Difundir práticas de gestão do tempo, disciplina digital e manutenção da produtividade de forma sustentável. • Promover o uso de ferramentas de mindfulness e comunicação assertiva como recursos para aumentar o equilíbrio emocional, a motivação e o engajamento no ambiente remoto. • Reforçar a importância das normas e orientações institucionais do TRT-18 relativas ao teletrabalho, assegurando a sua aplicação prática no cotidiano laboral.

Instrutora	Marielle Nery Fernandes Barro
Certificação	Será aprovado o acadêmico que obtiver: a) Presença e participação na palestra.

INVESTIMENTO	
Instrutoria	R\$ 1.440,00
Filmagem do evento	não
Confecção de banner físico	não
Pagamento de diária ao(s) instrutor(es)	não
Pagamento de diária aos alunos	não
Indenização de transporte para os alunos	não
Passagens aéreas	não
Mestre de Cerimônias	não
Coffee break	não
Tradutor de Libras	não
Investimento total	R\$ 1.440,00
Origem do custeio	(X) Formação de Servidores () Formação de Magistrados () Orçamento Geral da Administração, demais despesas

PROCESSO AVALIATIVO	
Nível de Reação	Satisfação dos alunos em relação aos aspectos gerais do evento (instrutor, carga horária, material do curso, etc).
Nível de Aprendizagem ou Conhecimento	-
Nível de Eficácia ou Transferência	-
Nível de Resultados Organizacionais (Impacto)	-
Não será aplicada avaliação neste evento	-

Goiânia/GO, data da assinatura eletrônica.

Keyla de Moraes Monteiro Fonseca

Diretora da Divisão de Planejamento e Acompanhamento das Ações Educacionais

Jesus Hernane de Macêdo Zorzetti

Divisão de Capacitação de Magistrados e Servidores
Escola Judicial – TRT18