

Unidade Despesa:

75 - Instituto de Química de São Carlos

Centro Gerencial:

\\DIR\\ATAC\\SVGRAD ((Serviço de Graduação))

DFD PNCP:

102159-10/2025

Valor Total Estimado:

6.375,00

Requisitante:

9800270 - Maria Beatriz Oliveira Rosa (maria.beatriz.rosa@iqsc.usp.br)

Telefone:

(0xx16)3373-9904

Endereço de Entrega:

Av. Trabalhador São-carlense, 400 - Centro - São Carlos/SP - CEP: 13566-590 | Edifício Q8 - Prédio Administrativo - Serviço de Materiais - Andar: Térreo - Bloco: Q-8

Finalidade:

Contratação de serviço de condução de práticas de meditação e yoga, parte de projeto de bem-estar para funcionários.

Data de Cadastro:

23/05/2025 15:23

Última Alteração:

22/07/2025 14:35

Nº Item	Classe Contabiliza	Cód.Mat.	Cód.Bem	Cód.Contabiliza	Cód.Compras Gov	Qtd.	Unid.Compra	Situação
1	233	488852	9770127	276790	22802	1	1 - UN	Em análise
Preço Unitário						Item Despesa		
Item PCA (gov.br)						33903957		
6.375,0000								
Descrição - Grupo/Item/Subitem						Processo		
						Compra		
SERVICOS ESPECIALIZADOS / SERVICOS CULTURAIS, EDUCACIONAIS E ESPORTIVOS /						80321		
SERVICO DE PRODUCAO CULTURAL, EDUCACIONAL E ESPORTIVO						/2025		
Características								
DESCRIÇÃO: SERVICO DE PRODUCAO CULTURAL, EDUCACIONAL E ESPORTIVO - YOGA								
UNIDADE DE COMPRA: 1 - UN								
Complemento:								
Utilizado o catálogo eletrônico de padronização de compras, serviços e obras? Sim								

Tendo como base o disposto no artigo 18 - § 1º - o estudo técnico preliminar deverá evidenciar o problema a ser resolvido e a sua melhor solução, de modo a permitir a avaliação da viabilidade técnica e econômica da contratação, e conterá os seguintes elementos:

I - Descrição da necessidade da contratação/aquisição, GLOBAL ou por ITEM, conforme o caso, considerado o problema (ou necessidade) a ser resolvido sob a perspectiva do interesse público.

A presente solicitação se faz necessária visto que um projeto do IQSC foi contemplado pela Pró-Reitora de Inclusão e Pertencimento (PRIP) da Universidade de São Paulo, por meio do Edital PRIP nº 01/2024 - Bem-Estar e Pertencimento, que visa a promoção do bem-estar físico, mental e social dos servidores técnico-administrativos, a melhoria do ambiente de trabalho e a ampliação da sensação de pertencimento a este. O projeto contemplado prevê aulas semanais de meditação e de yoga, além de palestras e workshops, com o objetivo de fortalecer o vínculo dos servidores com a instituição, aumentar a motivação e a produtividade no ambiente de trabalho, estimular a realização de atividades relacionadas ao bem-estar funcional, e qualificar a convivência e as relações interpessoais em ambiente de trabalho.

Vide anexo para o elemento I.

II - Demonstração da previsão da contratação no plano de contratações anual, sempre que elaborado, de modo a indicar o seu alinhamento com o planejamento da Administração.

Contratação prevista no Documento de Formalização da Demanda n. 10/2025.

Vide anexo para o elemento II.

III - Requisitos da contratação.

A contratação deve tratar do serviço de 25h de práticas presenciais de meditação e 25h de práticas presenciais de yoga para até 30 pessoas. Cada prática deve ter duração de 1h, sendo o dia, o horário e frequência das práticas definidos pela contratante em comum acordo com a contratada.

Ademais, a contratação do referido serviço deverá obedecer, no que couber, ao disposto na Lei 14.133/2021.

IV - Estimativas das quantidades para a contratação, acompanhadas das memórias de cálculo e dos documentos que lhes dão suporte, que considerem interdependências com outras contratações, de modo a possibilitar economia de escala.

A contratação prevê a execução do serviço descrito até 17/11, data prevista no edital para o fim da realização das atividades. Estabeleceu-se o total de 50h de práticas a partir da quantidade de semanas que haverá entre a data prevista para contratação e a data mencionada, com 2h de práticas por semana.

V - Levantamento de mercado, que consiste na análise das alternativas possíveis, e justificativa técnica e econômica da escolha do tipo de solução a contratar.

A definição pelas práticas presenciais justifica-se pelo ganho no engajamento dos participantes e na efetividade das atividades conduzidas in loco, uma vez que isso permite uma interação mais espontânea entre instrutor e participante e uma melhor avaliação da execução dos exercícios pelo/a instrutor/a, com a sugestão de ajustes.

Quanto à economia, a partir da consulta de propostas de prestadores locais especializados, tem-se que o custo médio de R\$127,50 por hora de prática é valor compatível com o mercado regional e com o orçamento previsto no projeto selecionado.

VI - Estimativa do valor da contratação, acompanhada dos preços unitários referenciais, das memórias de cálculo e dos documentos que lhe dão suporte, que poderão constar de anexo classificado, se a Administração optar por preservar o seu sigilo até a conclusão da licitação.

O valor para o serviço é uma média entre três cotações com empresas locais especializadas no ramo.

Vide anexo para o elemento VI.

VII - Descrição da solução como um todo, inclusive das exigências relacionadas à manutenção e à assistência técnica, quando for o caso.

Contratação de profissional para condução de práticas presenciais semanais de meditação e yoga, com abordagem diversificada e adequada a iniciantes. A proposta abrange tanto aspectos físicos (mobilidade, respiração, postura) quanto mentais (atenção plena, foco, equilíbrio emocional). Não se aplica a exigência de manutenção ou assistência técnica.

VIII - Justificativas para o parcelamento (divisão do objeto em lotes) ou não da contratação/aquisição.

Não cabe parcelamento.

IX - Demonstrativo dos resultados pretendidos em termos de economicidade e de melhor aproveitamento dos recursos humanos, materiais e financeiros disponíveis.

Pretende-se com a dispensa eletrônica obter um mecanismo ágil e seguro para realização de aquisição de forma única, sem comprometimento da execução orçamentária.

X - Providências a serem adotadas pela Administração previamente à celebração do contrato, inclusive quanto à capacitação de servidores ou de empregados para fiscalização e gestão contratual.

Para esta solução, não há providências necessárias quanto ajustes ou adequações do órgão ou fornecimento de serviço adicional para que a contratação surta seus efeitos. A servidora Sabrina Marucci Rodrigues ficará responsável pela gestão e fiscalização do contrato.

XI - Contratações correlatas e/ou interdependentes.

Não se aplica.

XII - Descrição de possíveis impactos ambientais e respectivas medidas mitigadoras, incluídos requisitos de baixo consumo de energia e de outros recursos, bem como logística reversa para desfazimento e reciclagem de bens e refugos, quando aplicável.

Não se aplica: não há riscos ambientais por se tratar de atividades corporais.

XIII - Posicionamento conclusivo sobre a adequação da contratação/aquisição para o atendimento da necessidade a que se destina.

A contratação atende plenamente à necessidade institucional de promoção do bem-estar dos servidores técnico-administrativos do IQSC-USP, estando alinhada ao planejamento estratégico, ao orçamento previsto e aos princípios da administração pública. Gera impacto positivo no ambiente de trabalho, valoriza o servidor e contribui para o fortalecimento da cultura institucional.

Edital PRIP nº 01/2024 - Bem-Estar e Pertencimento

A Pró-Reitora de Inclusão e Pertencimento da Universidade de São Paulo apoiada pelas unidades de ensino e pesquisa, museus e institutos especializados e demais órgãos da USP, e usando de suas atribuições, nos termos do art. 42 do Estatuto e do art. 15 do Regimento Geral, respectivamente e considerando:

- a criação, em 06 de maio de 2022, da Pró-Reitoria de Inclusão e Pertencimento, com a missão de propor ações para o fomento de oportunidades mais igualitárias, com respeito, estímulo e valorização do pertencimento;
- a relevância em fomentar ações que objetivem a constituição de um ambiente laboral mais acolhedor, saudável e integrativo;
- a Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”:

Tornam público o presente edital, que visa a valorizar os servidores técnico-administrativos da USP, estimulando a realização de atividades relacionadas ao bem-estar funcional e qualificando a convivência e as relações interpessoais em ambiente de trabalho.

O objetivo deste Edital é apoiar financeiramente projetos que demonstrem, de maneira clara e objetiva, vínculos com ações que estimulem, no âmbito da USP, a construção do pertencimento associado ao bem-estar físico, mental e social dos servidores técnico-administrativos.

1. Finalidade

1.1. Serão concedidos apoios financeiros a projetos que visem à promoção do bem-estar físico, mental e social dos servidores técnico-administrativos, à melhoria do ambiente de trabalho e à ampliação da sensação de pertencimento a este.

2. Da elegibilidade e dos procedimentos para submissão e aprovação das propostas

2.1. Os servidores técnico-administrativos poderão, no prazo estabelecido no cronograma (item 6), submeter, por e-mail, propostas de projetos às Comissões de Inclusão e Pertencimento das unidades/órgãos onde estejam lotados, observados os valores máximos previstos no Anexo 1 deste Edital.

2.2. Caso a unidade/órgão não tenha criado Comissão de Inclusão e Pertencimento, as propostas deverão ser submetidas ao representante da unidade/órgão no Conselho de Inclusão e Pertencimento (CoIP); no caso de inexistência desse representante, elas deverão ser submetidas ao Conselho Técnico-Administrativo (CTA), ou órgão equivalente.

2.3. As propostas deverão ser submetidas no e-mail a ser informado pela unidade, museu, instituto especializado e órgão, e deverão ser acompanhadas de uma previsão de orçamento e de cronograma compatíveis com a verba destinada a unidade e o prazo de realização das atividades, descritos neste edital.

2.4. Os colegiados mencionados nos itens 2.1 e 2.2., após analisarem as propostas, deverão encaminhar à PRIP, no prazo estabelecido no cronograma (item 6), o projeto que tiver sido mais votado (um único projeto por unidade/órgão).

2.5. A PRIP publicará, na data prevista no cronograma (item 6), o resultado final dos projetos aprovados.

3. Valor do auxílio e itens financiáveis

3.1. A Pró-Reitoria de Inclusão e Pertencimento da USP (PRIP) distribuirá um único auxílio por unidade, museu, instituto especializado ou órgão, nos valores máximos estipulados no Anexo 1 do presente edital.

3.2. A PRIP poderá instituir alterações sobre o projeto originalmente proposto, a fim de adequá-lo aos referidos valores máximos.

3.3. Os recursos concedidos deverão ser fiel e integralmente aplicados na realização das atividades previstas no projeto.

3.4. É vedada a utilização do recurso para remuneração de qualquer servidor da Universidade.

4. Da Execução dos Recursos

4.1 O projeto deve ser realizado em até oito meses após a publicação de sua aprovação pela PRIP. Os recursos não despendidos deverão ser devolvidos quando da entrega da prestação de contas (Relatório Final de Atividades).

5. Disposições Gerais

5.1. A responsabilidade pela administração do recurso é da Assistência Financeira da Unidade sede do projeto.

5.2. O apoio da Pró-Reitoria de Inclusão e Pertencimento deverá ser mencionado em todo material de divulgação das atividades.

5.3. É obrigação dos contemplados apresentar relatório de atividades e informe de gastos, que deverá ser entregue até 30 dias após o fim da vigência do projeto, sob pena de obrigatoriedade de restituição dos recursos.

5.4 Em caso de solicitação de prorrogação, o relatório de atividades deverá ser entregue em até 45 dias antes da data prevista para o encerramento do projeto

5.5 A prestação de contas é de responsabilidade da unidade executora.

6. Cronograma

Publicação do Edital nº 01/2024	24/10/2024
As unidades, museus, institutos especializados e órgãos da USP deverão enviar e-mails a todos os seus servidores informando-os para qual e-mail eles deverão enviar as propostas de que trata o Edital 01/2024 e até quando eles poderão enviá-las.	até 31/10/2024

Envio dos Relatórios Finais de Atividades do Edital PRIP nº 03 - Bem Estar e Pertencimento/2023 para o e-mail: projetos.prip@usp.br .	Até 15/01/2025
Envio por e-mail das propostas dos servidores técnico-administrativos (Edital 01/2024) para votação pelas comissões de inclusão e pertencimento das unidades/órgãos, ou órgãos equivalentes.	Até 24/01/2025
Envio de uma única proposta (a mais votada) pela unidade, museu, instituto especializado e órgão à PRIP através do e-mail: projetos.prip@usp.br . Obs.: Somente poderão enviar novas propostas, as unidades que finalizarem os processos do Edital Bem Estar e Pertencimento/2023.	Até 21/02/2025
Publicação do resultado final dos projetos aprovados pela PRIP	18/03/2025
Realização das atividades	18/03/2025 a 17/11/2025
Data de entrega do Relatório Final de Atividades	Até 10/12/2025
Avaliação / Aprovação dos Relatórios Finais de Atividades	31/01/2026

7. Disposições Finais

7.1. A inscrição neste edital implicará o conhecimento das presentes instruções e a aceitação de suas condições, bem como de eventuais aditamentos e instruções específicas para a realização do processo, acerca das quais não poderá alegar desconhecimento.

7.2. Os casos omissos neste Edital serão resolvidos pela Pró-Reitoria de Inclusão e Pertencimento (PRIP) por meio do e-mail: prip@usp.br

**ANEXO 1 - VALORES MÁXIMOS DESTINADOS AOS PROJETOS DE DIFERENTES
UNIDADES E ÓRGÃOS DA USP**

Fonte: Anuário Estatístico da USP - ano de 2023

UNIDADE	Nº TOTAL DE SERVIDORES	CLASSIFICAÇÃO
SEF	84	R\$ 5.000,00
MP	79	
MAC	74	
EEFE	76	
SCS	69	
MZ	64	
FEARP	61	
EDUSP	52	
FDRP	49	
SVOC	47	
MAE	44	
EEFERP	39	
IEB	39	
IAU	35	
ABCD	32	
CEBIMar	31	
CDCC	29	
IRI	28	
IEA	28	
FMVZ	238	R\$ 10.000,00
ICB	235	
IF	231	
STI	219	
PUSP-LQ	209	
FSP	203	

FOB	203
PUSP-SC	201
FFCLRP	197
IQ	176
EEL+PUSP-L	176
ECA	175
EACH+PUSP-CL	183
FCFRP	173
FE	165
FO	163
PUSP-FC	160
IB	159
IFSC	158
PUSP-C	157
FORP	132
FZEA	129
IEE	128
FCF	121
FAU	119
FD	119
IO	116
IQSC	114
CEPEUSP	117
IP	110
CENA	115
IGc	111
FEA	101
IAG	100
PUSP-B	100
ICMC	97
EERP	94

IME	93	
EE	89	
RUSP	1446	R\$ 15.000,00
HU	1303	
HRAC	507	
ESALQ	432	
FMRP	412	
FM+PUSP-QSD	402	
PUSP-RP	387	
EP	368	
EESC	291	
FFLCH	277	



2024/01 À Comissão de Inclusão e Pertencimento do IQSC/USP

Ref.: Edital PRIP Bem-Estar & Pertencimento para Servidores

Bem estar e convivência: construindo um ambiente de trabalho saudável.

Proponentes:

Andreia Cristina Cardozo de Moraes

Clelia Junko Kinzu Dimario

Luiz Henrique Barra

Maria Beatriz Oliveira Rosa

Sabrina Marucci Rodrigues

Vanessa Adriana Jarina

Resumo: O projeto de bem-estar e pertencimento oferece atividades para promover e incentivar a integração entre os servidores técnico-administrativos do IQSC-USP, favorecendo assim o equilíbrio emocional e o fortalecimento dos laços da comunidade. Ele inclui práticas de meditação para todos os níveis de habilidade, aulas de ioga destinadas a iniciantes e espaços de discussão coletiva, mediados por profissionais da saúde, abordando temas relacionados ao bem-estar físico e mental. Essas ações visam criar um ambiente acolhedor, incentivar hábitos saudáveis, reduzir o estresse e proporcionar um espaço de apoio e pertencimento para todos os envolvidos.

Justificativa: A realização de práticas inclusivas para os funcionários do Instituto de Química de São Carlos (IQSC) da Universidade de São Paulo (USP) visa não apenas promover o bem-estar dos servidores, mas também fortalecer o vínculo com a instituição, aumentando a motivação e a produtividade no ambiente de trabalho.

Objetivo geral: Promover um ambiente de trabalho saudável, um maior engajamento dos funcionários e o fortalecimento das relações interpessoais.

Objetivos específicos:

- Ampliar a conscientização sobre bem-estar:



- ✓ Sensibilizar os servidores sobre a importância do equilíbrio entre vida pessoal e profissional.
- ✓ Promover o conhecimento sobre saúde mental e emocional, oferecendo ferramentas de apoio e acolhimento.

- Promover saúde física e mental:

- ✓ Reduzir os níveis de estresse e de ansiedade dos funcionários por meio de práticas voltadas ao autocuidado e à atenção plena (*mindfulness*).
- ✓ Incentivar hábitos saudáveis, como a prática de exercícios físicos, alimentação equilibrada, a prática de meditação e ioga regulares para aliviar o estresse e melhorar o foco.

- Aumentar o engajamento e a satisfação no trabalho

- ✓ Oferecer momentos de descontração e integração que melhorem a qualidade de vida no ambiente profissional.
- ✓ Reconhecer os servidores como peças fundamentais para o sucesso da instituição, valorizando suas contribuições.

- Estimular a integração e o espírito de equipe

- ✓ Fortalecer os laços interpessoais entre os funcionários, promovendo um ambiente colaborativo e harmonioso.
- ✓ Criar oportunidades para o desenvolvimento de relações de confiança, empatia e integração entre diferentes setores da instituição.

Atividades previstas:

- ✓ Práticas de meditação para todos os níveis de habilidade.
- ✓ Práticas de ioga para o nível iniciante.
- ✓ Espaços de discussão coletiva com orientação de um profissional da saúde e especialistas sobre diversos temas de bem estar.

**Avaliação:**

Ao final da fase de implementação do projeto, serão solicitados aos participantes um feedback das atividades realizadas e sugestões de atividades futuras.

Parcerias:

Buscar estabelecer parcerias com profissionais da área da saúde, instrutores de meditação, psicólogos, organizações locais e outras entidades relevantes para garantir uma oferta diversificada e abrangente de atividades de bem-estar.

Cronograma de atividades:

Fase 1: Pesquisa e planejamento das atividades – 1 mês

Fase 2: Implementação – 6 meses

Fase 3: Avaliação e prestação de contas – 1 mês

Planilha orçamentária:

Item	Quantidade	Valor unitário (R\$)	Valor total (R\$)
Palestras, workshops e palestras educativas <i>in company</i>	2	-	R\$ 4.420,00
Meditação e ioga	6 meses	R\$ 930,00	R\$ 5.580,00
Total			R\$ 10.000,00



Documento de Formalização da Demanda

Número do Documento de Formalização da Demanda: 10/2025

1. Informações Gerais

Área requisitante	Data da conclusão da contratação	UASG	Editado por
ATAD-DIVERSOS	03/02/2025 00:00	102159	CLELIA JUNKO KINZU DIMARIO

Descrição sucinta do objeto

Contratar profissional de saúde para ministrar práticas de meditação e ioga. Projeto da pró reitoria de inclusão e pertencimento Edital PRIP 01/2024 - Bem estar e pertencimento.

Justificativa da prioridade

Incluir práticas de meditação para todos os níveis de habilidade, aulas de yoga destinadas a iniciantes e espaços de discussão coletiva, mediados por profissionais da saúde, abordando temas relacionados ao bem-estar físico e mental. Essas ações visam criar um ambiente acolhedor, incentivar hábitos saudáveis, reduzir o estresse e proporcionar mais um espaço de apoio e pertencimento para todos os envolvidos.

2. Justificativa de Necessidade

Incluir práticas de meditação para todos os níveis de habilidade, aulas de yoga destinadas a iniciantes e espaços de discussão coletiva, mediados por profissionais da saúde, abordando temas relacionados ao bem-estar físico e mental. Essas ações visam criar um ambiente acolhedor, incentivar hábitos saudáveis, reduzir o estresse e proporcionar mais um espaço de apoio e pertencimento para todos os envolvidos.

3. Materiais/Serviços

3.1 Materiais

Nenhum material incluído.

3.2 Serviços

Nº do item	Grupo	Descrição	Qtd	Val. unit. (R\$)	Val. total (R\$)
1	OUTROS SERVIÇOS DE EDUCAÇÃO E TREINAMENTO		1,00	5.600,00	5.600,00

4. Responsáveis

Todas as assinaturas eletrônicas seguem o horário oficial de Brasília e fundamentam-se no §3º do Art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).

CLELIA JUNKO KINZU DIMARIO

Responsável pela contratação direta

5. Acompanhamento

Nenhum acompanhamento incluído.

6. Relacionamentos

Nenhum relacionamento encontrado.

ORÇAMENTO - PROJETO DE YOGA E MEDITAÇÃO NA USP

Proponente: Luana Próspero

CNPJ: 47.337.722/0001-08

Telefone: (16) 99199-5818

Destinatário: IQSC/USP São Carlos

Data: 23 de Maio de 2025

Descrição dos Serviços:

Prestação de serviços para condução de práticas presenciais de Yoga e Meditação, a serem realizadas no IQSC da USP de São Carlos.

Carga Horária Total: 50 horas, sendo:

- 25 horas de prática presencial de Yoga
- 25 horas de prática presencial de Meditação

Valor por aula: R\$ 150,00

Valor total do projeto: R\$ 7.500,00

Os pagamentos ocorrerão após 4 semanas de prática.

As práticas serão marcadas conforme disponibilidade da professora e do departamento.

Validade desta proposta: 90 dias a partir da data deste documento.

PROJETO DE YOGA E MEDITAÇÃO

Química/Usp - IQSC

Instrutora: Gabriela Paris

CNPJ: 37501989/0001-27

Carga Horária Total: 50 horas

- 25 horas dedicadas às práticas de yoga
 - 25 horas dedicadas às práticas de meditação
-

OBJETIVO DO PROJETO

Este projeto tem como objetivo proporcionar um mergulho profundo nas práticas de yoga e meditação, promovendo o autoconhecimento, a consciência corporal e mental, e o bem-estar integral. Através da combinação dessas técnicas, os participantes poderão experimentar uma melhora significativa na saúde física, mental e emocional.

ESTRUTURA DO PROGRAMA

O programa será dividido em dois eixos principais:

- Yoga: fortalecimento corporal, alinhamento postural, flexibilidade e respiração consciente, posturas como um meio para alcançar consciência plena, saúde física e mental.
- Meditação: desenvolvimento da atenção plena (mindfulness), foco, regulação emocional e serenidade interior.

PRÁTICAS DE YOGA (25 HORAS)

As práticas de yoga serão conduzidas de forma progressiva, abrangendo:

1. Hatha Yoga – Posturas clássicas para alinhamento e fortalecimento do corpo.
2. Atenção ao corpo – Sequências dinâmicas para aumentar a vitalidade.
3. Pranayamas – Técnicas de controle respiratório para regular a energia vital.
4. Movimentos proprioceptivos - Posturas que trazem consciência corporal para educação corporal.
5. Relaxamento Guiado (Yoga Nidra) – Indução ao relaxamento e ao autoconhecimento.

PRÁTICAS DE MEDITAÇÃO (25 HORAS)

As sessões de meditação incluirão diferentes abordagens para atender a diversos perfis de praticantes:

1. Meditação Mindfulness – Atenção plena no momento presente.
2. Meditação Zazen – Prática meditativa com foco na postura e na respiração.
3. Meditação Guiada – Uso de visualizações para despertar estados de relaxamento profundo.
4. Meditação com Mantras – Entoação e repetição de mantras para elevação vibracional.
5. Meditação em Movimento/contemplativa – Integração da atenção plena ao movimento corporal ao ar livre.

BENEFÍCIOS DO PROGRAMA

- Físicos: aumento da flexibilidade, melhora postural, fortalecimento muscular, regulação do sistema nervoso.
- Mentais: redução do estresse, desenvolvimento da concentração, regulação emocional.
- Emocionais: aumento da autoestima, desenvolvimento de paciência e empatia, maior sensação de bem-estar.
- Espirituais: maior conexão consigo mesmo e com o momento presente.

PÚBLICO-ALVO

Este programa é indicado para qualquer pessoa interessada em desenvolver maior equilíbrio físico e emocional, independentemente do nível de experiência com yoga e meditação.

METODOLOGIA

Cada sessão será conduzida de forma didática e progressiva, permitindo que os participantes absorvam os ensinamentos de maneira natural e eficaz. Serão utilizados recursos como apostilas (se necessário), práticas guiadas, e reflexões sobre os ensinamentos filosóficos do yoga e da meditação.

Orçamento:

Valor total: 5.500 /50 horas

25 horas para yoga

25 horas para meditação

Sendo 110\$ 1 hora de prática.

*Os pagamentos ocorrerão após 4 semanas de prática.

Vencimento da proposta: 30 dias.

*As práticas serão marcadas conforme disponibilidade da professora e do IQSC.

Elaine Dantas | Profº Yoga e Meditação



Orçamento

Data: 14/04/25

Aulas de Yoga

Descrição do serviço: aulas de Kundalini Yoga com instrutora formada pelo Kundalini Institute Research (KRI) Nível I. As aulas serão efetivas para alívio dos sintomas de estresse e ansiedade. Ajudará na concentração e bem estar dos colaboradores.

Valor hora/aula

R\$ 130,00

Valor total (25 horas)

R\$ 3250,00

Dados pessoais:

Nome: Elaine Dantas de Souza

RG: 32.377.477-5

CPF: 327.118.948-00

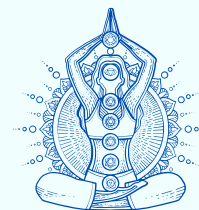
Endereço: Major Manoel Antônio de Mattos, 146, JD Ricetti,
São Carlos - SP

E-mail: yoga.kundalini.hari@gmail.com

Whatsapp: (16) 98206-8579

Instagram: [@elainedantas.yoga](https://www.instagram.com/elainedantas.yoga)

Elaine Dantas | Profº Yoga e Meditação



Orçamento

Data: 14/04/25

Aulas de Meditação

Descrição do serviço: aulas de Meditação com instrutora. de Yoga formada pelo Kundalini Institute Research (KRI) Nível I. As aulas serão efetivas para atingir estados de atenção plena e maior bem estar e concentração dos colaboradores.

Valor hora/aula

R\$ 115,00

Valor total (25 horas)

R\$ 2875,00

Dados pessoais:

Nome: Elaine Dantas de Souza

RG: 32.377.477-5

CPF: 327.118.948-00

Endereço: Major Manoel Antônio de Mattos, 146, JD Ricetti,
São Carlos - SP

E-mail: yoga.kundalini.hari@gmail.com

Whatsapp: (16) 98206-8579

Instagram: [@elainedantas.yoga](https://www.instagram.com/elainedantas.yoga)



USPAssina - Autenticação digital de documentos da USP

Registro de assinatura(s) eletrônica(s)

Este documento foi assinado de forma eletrônica pelos seguintes participantes e sua autenticidade pode ser verificada através do código DHJ6-JKMB-E8SS-9FG2 no seguinte link: <https://portalservicos.usp.br/iddigital/DHJ6-JKMB-E8SS-9FG2>

Sabrina Marucci Rodrigues

Nº USP: 5667984

Data: 23/05/2025 16:46



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

ANÁLISE DE RISCO PRELIMINAR

DEMANDA DE COMPRA N° 161542/2025

Com base nos aspectos abordados para elaboração do Estudo Técnico Preliminar e Termo de Referência e para atendimento do Inciso X artigo 18 da Lei 14.133/2021, que dispõe sobre a análise dos riscos que possam comprometer o sucesso da licitação e a boa execução contratual, descrever os riscos avaliados:

Risco: Falta de potenciais fornecedores

Probabilidade de ocorrência: 2 - moderada

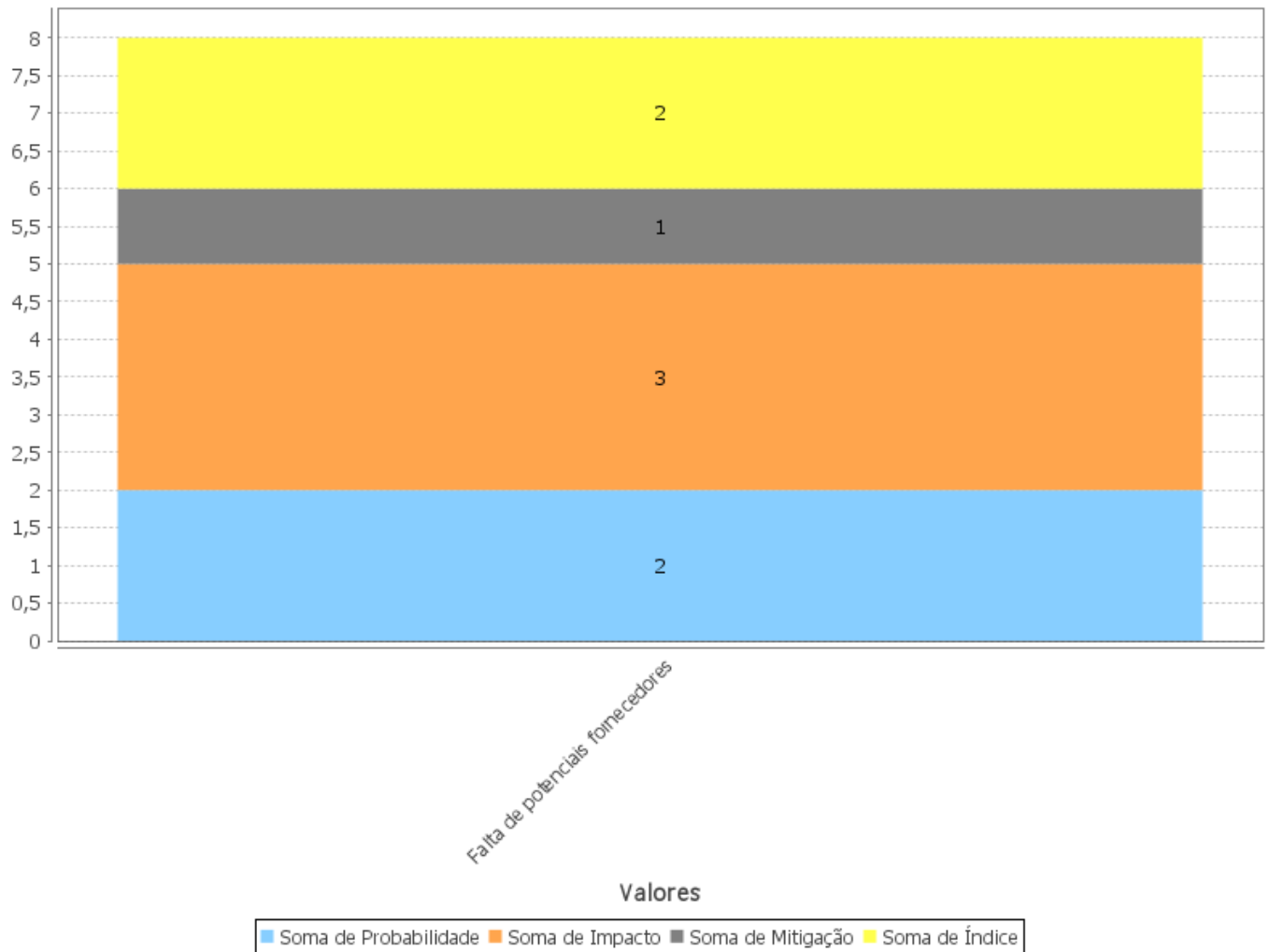
Impacto estimado: 3 - alto

Possibilidade de mitigação: 1 - potencial

Índice do risco: 2 - médio

Soluções: Consulta aos fornecedores na linha de fornecimento do objeto pretendido

ANEXO GRÁFICO DE ANÁLISE DE RISCO PRELIMINAR





USPAssina - Autenticação digital de documentos da USP

Registro de assinatura(s) eletrônica(s)

Este documento foi assinado de forma eletrônica pelos seguintes participantes e sua autenticidade pode ser verificada através do código H6TP-7BBD-5VRF-QIV5 no seguinte link: <https://portalservicos.usp.br/iddigital/H6TP-7BBD-5VRF-QIV5>

Sabrina Marucci Rodrigues

Nº USP: 5667984

Data: 23/05/2025 16:43



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

TERMO DE REFERÊNCIA PRELIMINAR

DEMANDA DE COMPRA Nº 161542/2025

Contemplar os requisitos do inciso XXIII, art. 6º, Lei nº 14.133/2021.

Observação -

Anexo: Vide anexo para "Termo de Referência Preliminar".



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO INSTITUTO DE QUÍMICA DE SÃO CARLOS

Av. Trabalhador São-Carlense, 400 - Centro
CEP 13566-590 – São Carlos – SP – Brasil
Fone: (16) 3373-9900 Fax: (16) 3373-9903
site: www.iqsc.usp.br

TERMO DE REFERÊNCIA

INSTITUTO DE QUÍMICA DE SÃO CARLOS – IQSC/USP

1. CONDIÇÕES GERAIS DA CONTRATAÇÃO

1.1. Aquisição de materiais ou serviços, nos termos da tabela abaixo, conforme condições e exigências estabelecidas neste instrumento.

ITEM	ESPECIFICAÇÃO	CATMAT
1	Contratação de serviço de práticas presenciais de meditação e de yoga durante os meses de maio a novembro, totalizando 50h de aula no período (25h de meditação e 25h de yoga), para cerca de 40 pessoas. O dia, horário e frequência das práticas serão definidos pela contratante em comum acordo com a contratada. As práticas de yoga devem abordar, pelo menos, <i>hatha yoga</i>; <i>pranayamas</i>; movimentos proprioceptivos e <i>yoga nidra</i>. As práticas de meditação devem seguir diferentes técnicas, sendo obrigatórias: <i>mindfulness</i>, <i>zazen</i>, guiada, com mantras, e em movimento ou contemplativa. Considerando a diversidade do público, as práticas devem abranger os diferentes níveis de conhecimento e as variadas necessidades dos participantes.	22802



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO INSTITUTO DE QUÍMICA DE SÃO CARLOS

Av. Trabalhador São-Carlense, 400 - Centro
CEP 13566-590 – São Carlos – SP – Brasil
Fone: (16) 3373-9900 Fax: (16) 3373-9903
site: www.iqsc.usp.br

2. LOCAL DE EXECUÇÃO DO SERVIÇO

Área 1 do campus USP São Carlos – Av. Trabalhador São-Carlense, 400 - Parque Arnold Schmidt
- São Carlos - SP - CEP: 13566-590.

3. OBSERVAÇÕES GERAIS DA CONTRATAÇÃO

A empresa contratada deverá apresentar como atestado de capacidade técnica:

- I. Certidão de Registro de Pessoa Jurídica, emitida pela entidade profissional competente.
- II. Dois atestados de desempenho anterior em nome da licitante, expedidos por pessoa jurídica de direito público ou privado, contendo, para fins de verificação da compatibilidade e pertinência do seu conteúdo em relação ao objeto desta licitação, demonstração de haver **lecionado práticas de yoga e/ou meditação** com, no mínimo, 50% da carga horária total do objeto e 50% do número previsto de participantes por aula do objeto, ou seja, **25h de práticas** de yoga e/ou meditação para no **mínimo 20 pessoas**.

São Carlos, na data da assinatura digital.



USPAssina - Autenticação digital de documentos da USP

Registro de assinatura(s) eletrônica(s)

Este documento foi assinado de forma eletrônica pelos seguintes participantes e sua autenticidade pode ser verificada através do código XC2R-ARRR-3EPA-T5TJ no seguinte link: <https://portalservicos.usp.br/iddigital/XC2R-ARRR-3EPA-T5TJ>

Sabrina Marucci Rodrigues

Nº USP: 5667984

Data: 23/05/2025 16:48