



**PQV** PROGRAMA  
QUALIDADE  
DE VIDA

de bem com a vida

O Programa de Qualidade de Vida – PQVT, foi criado pela Portaria nº 209, de 12 de Dezembro de 2006, com vistas a proporcionar aos servidores e colaboradores um sistema integrado e contínuo de ações voltadas para a melhoria da qualidade de vida e para a manutenção ou o restabelecimento de ambiente de trabalho saudável.

Desde sua criação vem cumprindo seu papel, desempenhando ações nas áreas de saúde, social, ambiental.

**QUALIDADE DE VIDA É CUIDAR DO MEIO  
AMBIENTE E DAS PESSOAS**



# A3P

AGÊNCIA AMBIENTAL NA  
ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA



# Ações do PQV

Criação da identidade visual com várias Aninhas e peças promocionais, associando projetos e programas gestão ambiental e PQVT



Aninha



Aninha  
Esporte



Aninha  
Saúde



Aninha  
Ação Social





**Linhas de atuação:**

**Mensagens de sensibilização e conscientização, realização de Campanhas sazonais de saúde e socioambiental, realização de eventos comemorativos, de saúde e esportivos e pesquisas de satisfação:**

**Realização de pesquisa agenda ambiental e de qualidade de vida; pesquisa restaurante e pesquisa *transfer* sustentável.**

**Realização de ações de melhora da infraestrutura**



# Ações do PQV





# Ações do PQV

## Ações de Infraestrutura: criação e reformas. Bicicletários e vestiários



## Construção e ampliação da Área de Saúde





# Ações do PQV

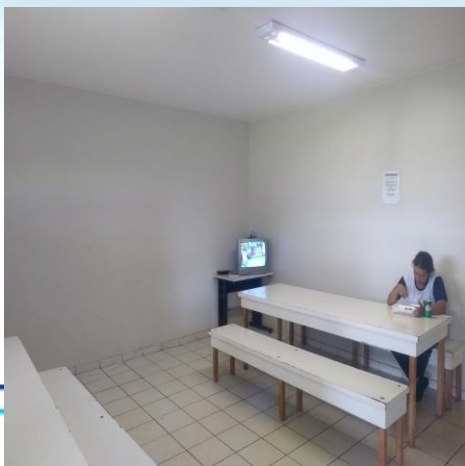
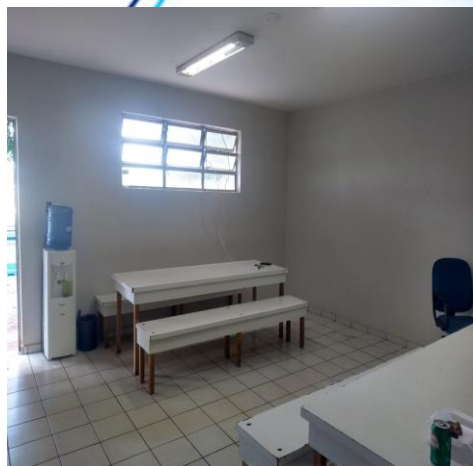
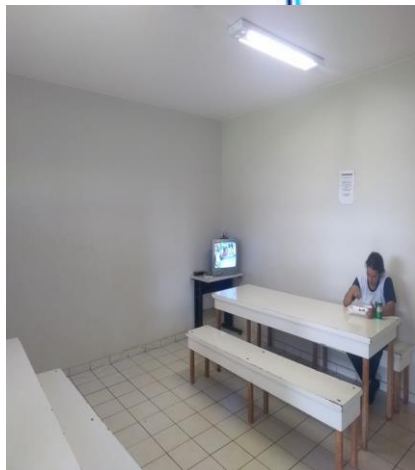
**Instalação da Academia, Espaço de convivência ao ar livre e reforma do refeitório dos terceirizados**



## Reforma do refeitório dos terceirizados



# Ações do PQV



# Primeira semana da saúde em 2005 e convênio com AMIL





## Primeira Semana da Saúde e campanha vacinação



# Ações do PQV



## Campanha de Vacinação Contra Gripe





# Ações do PQV

## Realizações Diárias

**Ginastica Laboral**  
**-Blocos B, L, M, T, N e O**



## Área de Saúde

**Atendimentos**  
**8h às 12h**  
**14h às 18h**





# Ações do PQV



Foco na Saúde – Outubro rosa e Novembro azul





# Ações do PQV



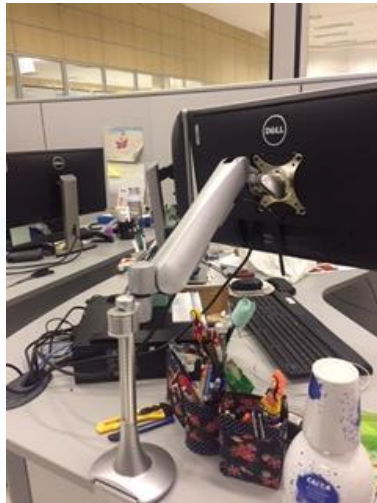
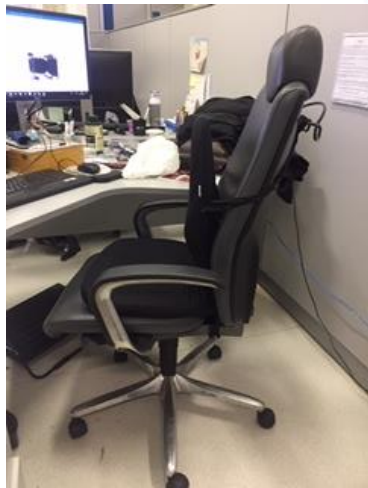


## Qualidade de vida e ergonomia

A ergonomia verifica as condições gerais de trabalho, principalmente os agentes causadores de males à saúde física e mental, tais como a iluminação, os ruídos e a temperatura, e estuda formas de reduzir o impacto desses agentes sobre o trabalhador. O seu objetivo é aumentar a eficiência humana a longo prazo, reduzindo os mais variados tipos de incapacidades físicas. A A3P recebeu várias sugestões de como melhorar o ambiente de trabalho, embora muito ainda precise ser feito. Neste sentido, objetivando melhorar as condições físicas de trabalho, a A3P, em parceria com a SAF, incidiu na aquisição de materiais ergonômicos, a saber:

1.000 Unidades do Mouse Pad modelo CLASSIC - que equivalem a 3.000 Garrafas PET de 2 litros; e  
200 Unidades do Apoio para os Pés modelo APTG3 - que equivalem a 6.400 Garrafas PET de 2 Litros;

No total, 9.400 garrafas PET de 2 Litros, que equivalem a 404,2 KG de PET, deixaram de ser descartadas em lixões ou aterros sanitários e foram reaproveitadas para a confeção dos produtos adquiridos. E mais protetores de coluna acolchoados, de ajustadores de postura e braços mecânicos para monitores e cadeirais específicas sobre relatório médicos.





# Ações do PQV

Aquisição de Computadores com tecnologia diferenciada em duas telas e tv smart



# Capacitações em educação ambiental e qualidade de vida

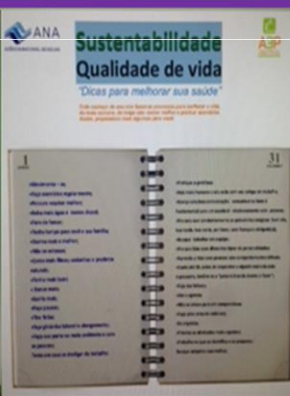
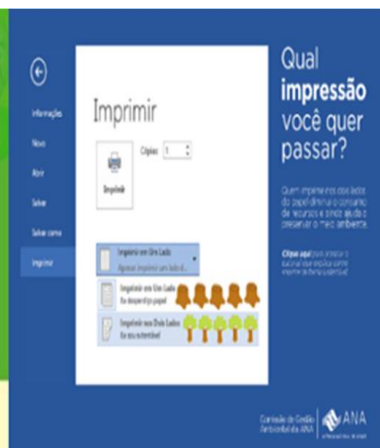






# Ações do PQV

## Projeto Ecoalfabetizando: Servidor Consciente Colabora com Meio Ambiente





# Ações do PQV



**Abril Verde:** “Todos juntos pela saúde e segurança no trabalho”. Campanha para prevenir acidentes e doenças do trabalho;



**Maio Amarelo:** “Todos juntos na atenção pela vida no maio amarelo”. Campanha para **chamar a atenção da sociedade para o alto índice de mortes e feridos no trânsito**



**Setembro Amarelo:** “Falar é a melhor solução”. Campanha para prevenção do suicídio;



OutubroROSA  
NovembroAZUL

**Outubro Rosa e Novembro Azul:** “Agende esse compromisso com você. Ame-se! Cuide-se! Previna-se!”. Campanha para a prevenção do câncer de mama e de próstata.



**Dezembro Laranja:** “Se exponha, mas não se queime”.



# Ações do PQV

Campanhas sazonais: semana do Carnaval





# Ações do PQV

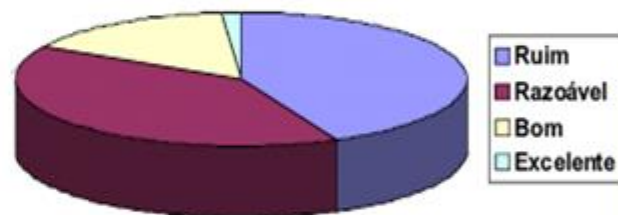


## Campanha de Prevenção à AIDS



## Pesquisa de satisfação com o Restaurante

Quanto a variedade dos alimentos



## Campanha de Prevenção a Acidentes de Trânsito



SETEMBRO AMARELO  
MÊS DE COMBATE  
AO SUICÍDIO





Evento saúde. Abril verde



# Ações do PQV





# Ações do PQV

**Feira de orgânicos** (esporádica e projeto para implantar em andamento )





# Ações do PQV



## Dia Internacional da Mulher



Dia da Mulher: palestras e oficinas



# Ações do PQV

**A Mulher e a Água**  
na Agricultura Familiar

12 de março - 8h30 às 17h  
Complexo do Cerrado  
(Setor Policial Sul, área 6, Quadra 2)

**Programação**

**Auditório da ANA (Bloco L)**  
8h30 - Apresentação musical: BandANA  
9h - Cerimônia de abertura  
10h - Palestra: "Gênero e a Água na Agricultura Familiar"  
e Músicas Populares e a identidade das mulheres Rurais no Brasil  
11h - Jogo da Mulher - Oficina sobre direitos das mulheres  
14h30 - Workshop "Atos e comportamento no Ambiente Profissional"

**Auditório do Cine AEB (Bloco A)**  
8h - Oficina Hortas em Pequenos Espaços\*

**Bloco E (Térreo)**  
10h às 16h - Oficina da Mãe (prevenção de câncer)  
12h às 13h  
- Exames médicos  
- Curso de automassagem\*  
- Sinais de alerta\*  
Massagem, cabeleira, sol e proteção da pele  
design de sobrancelhas, manicure, maquiagem,  
química de unhas para o rosto, ultrassom e  
aprendizado por aparelhos  
- Experiência de produtos da agricultura familiar  
Novas gerações: laboral e comercial de bebidas,  
química de produtos e oficina  
Mais informações:  
ana@ana.gov.br ou no telefone 0800 010 000

ANA  
Agência Nacional de Águas

Ministério de  
Ciência, Tecnologia  
e Inovação

Ministério do  
Meio Ambiente

BRASIL  
PAZ E BOM SUCESSO



# Ações do PQV



4. CAMPANHA DO HEMOCENTRO



# Ações do PQV



## Campanha de Coleta de Sangue - Hemocentro





# Dia das Mães



# Ações do PQV



**PROGRAMAÇÃO**  
09/05/2018 Local: Centro de Convenções da PRF

| HORÁRIO        | ATIVIDADE                                                                                                                                                                                               |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08h às 12h     | Feira de Origens                                                                                                                                                                                        |
| 09h às 09h15   | Alongamento                                                                                                                                                                                             |
| 09h15 às 10h   | Caminhada                                                                                                                                                                                               |
| 10h            | Sorteio de Brindes                                                                                                                                                                                      |
| 10h às 16h     | Feira de artesanato e outros                                                                                                                                                                            |
| 10h às 16h     | Serviços de Saúde                                                                                                                                                                                       |
|                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Atenção de pressão ocular</li> <li>Atenção de pressão arterial</li> <li>Audição notacional</li> <li>Acupuntura</li> <li>Biomecânica</li> <li>Massagem</li> </ul> |
| 10h às 16h     | Serviços de Beleza                                                                                                                                                                                      |
|                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Corte de Cabelo</li> <li>Design de sobrancelha</li> <li>Escova</li> <li>Limpes de pele</li> <li>Manicure e pedicure</li> </ul>                                   |
| 12h30          | Aula de Dança                                                                                                                                                                                           |
| 13h30 às 14h30 | Food Trucks                                                                                                                                                                                             |
|                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Amor carnívoro</li> <li>Croque Voyage</li> <li>Hamburguer do Chef</li> <li>Vim's Piza</li> <li>Dineas</li> <li>Picnic Natural</li> </ul>                         |

Os agendamentos para os serviços de beleza, serão realizados no local de evento. Para o corte de cabelo, os clientes deverão estar limados.





# Ações do PQV

**ANA é ponto focal do HEMOCENTRO COM UM BANCO DE DADOS DE DOADORES PERMANENTES.**





# Ações do PQV





# Ações do PQV

Parceria com o GDF e Convênio com o SESC para campanhas de saúde da mulher com a **CARRETA da Mulher** e serviço Odontológico na Unidade Móvel de Odontologia – Carreta OdontoSesc – DF.

**Campanhas: “adote um sorriso” e Se ame, se cuide e se previna”.**





# Ações do PQV



**Dia da Secretária: capacitação, palestras e dia da beleza**



# Ações do PQV

**Comemoração dos Aniversariantes da Agência (ações isoladas e mensagem para todos os servidores. Ação parada.**





**Dia dos Pais**



# Ações do PQV





# Ações do PQV



Incentivo a atividades esportivas para servidores e colaboradores





# Ações do PQV





# Ações do PQV

## Evento Institucional anual: Corrida e Caminhada pela Água e Dia do meio Ambiente



# Festa Junina evento anual





# Ações do PQV



## Sarau Cultural





# Ações do PQV



## Festa Julina





# Ações do PQV

## Mostra de Talentos: “feito por mim” e Sarau cultural”



## Dia das crianças



# Ações do PQV



**Diã das Crianças**  
**17 de outubro**  
(sexta-feira)

A Agência Nacional de Águas, a Agência Especial Brasileira e a Polícia Rodoviária Federal convidam os servidores e colaboradores do Complexo Administrativo do SPO para a festa em comemoração ao Dia das Crianças, a ser realizada na praça localizada entre os blocos L e E (Banco do Brasil).

O evento terá a seguinte programação:

- 14h30 - Contação de Histórias - Nyedja Gennari (Universo das Crianças)
- 15h30 - Brinquedos Infláveis
- 16h - Oficina de Foguetes
- 17h - Exposição de Carros da Polícia Rodoviária Federal - PRF

Contamos com a participação de todos, tragam suas crianças.

CAMPANHA FAÇA UMA CRIANÇA FELIZ  
TRAGAM BRINQUEDOS E ROUPAS PARA SEREM DOADOS A UMA INSTITUIÇÃO DE CARIDADE



## Transfer sustentável e deslocamento seguro



# Ações do PQV



## Construções sustentáveis



# Ações do PQV



Conforto ambiental;  
Eficiência energética;  
Uso racional dos recursos naturais (reaproveitamento de água da chuva);  
Sistema de limite de vazão de água da descarga das louças sanitárias;  
Áreas para convívio.



Transformadores de energia solar para elétrica



Mictório com pia – água potável



Vaso sanitário – reúso da água de chuva



Conforto térmico e luminoso  
economia de energia e ar condicionado – brises  
Conforto acústico – forro mineral

## Projeto de Eficiência Hidráulica



# Ações do PQV

**Como o uso sustentável da água é nosso negócio, tínhamos que dar o exemplo.**

Consistiu na substituição de toda a rede hidráulica externa do Complexo Administrativo do SPO (troca de toda tubulação por PVC, pois antes era de ferro, antiga e com muitos vazamentos), com individualização dos medidores/hidrômetro por blocos.

Tal medida trouxe uma grande economia financeira e reduziu o consumo de água em aproximadamente 58%, o que representa 1.528,75 m³ de água e uma economia financeira de mais de 40%. Instalou torneiras monocomandos em todos os blocos, redutores de vazão, adesivou toda a Agência e enviar mensagens par ao uso racional da água.



# Praça Sustentável projeto arquitetônico



## Ações do PQV



Prevê redário, espaços convivências, salas para yoga, dança de salão, espaços kids e academia.

# 5 ECOpontos



## Ações do PQV



Em cada um dos ECOpontos, os servidores e colaboradores do Complexo poderão fazer o descarte sustentável dos seguintes materiais:

- resíduos eletrônicos;
- papel branco e misto;
- Metal;
- lacre de metal;
- kit de higiene;
- bitucas de cigarro;
- óleo de cozinha;



# Combate ao ZICA Vírus

## Palestra, afixação de cartazes e mutirões de limpeza



# Ações do PQV

ZIKA VIRUS





## Ações ambientais: Adote uma Árvore. Revegetando o Complexo





# Ações do PQV

**Ações ambientais: Adote uma Árvore. Revegetando o Complexo minimizando o impacto ambiental. Mais árvores , mais pássaros e mais qualidade do ar.**





## Campanhas socioambientais



# Ações do PQV



Campanhas do agasalho e  
brinquedos usados



# Ações do PQV





# Ações do PQV

## Confraternização de Final de ANO



# Campanha Natal Solidário



# Ações do PQV





**PQV** PROGRAMA  
QUALIDADE  
DE VIDA

*de bem com a vida*

Todas essas ações e projetos estão disponibilizadas em relatórios no link:  
<http://a3p.ana.gov.br/Paginas/A3PnaANA.aspx>

Magaly Vasconcelos Arantes de Lima  
Coordenadora de Gestão Ambiental e Sustentabilidade

**Coordenação Geral de Gestão de Pessoas - CGGEP**

**Coordenação de Gestão Ambiental e Sustentabilidade - COSUS**