

## Visitas do Programa Instalações Eficientes e Sustentáveis (IES)

No período de 12 a 16 de maio, técnicos da Diretoria de Planejamento, Orçamento e Finanças (DPOF), visitaram as Unidades da AGU na 1ª Região, localizadas nas cidades de Ji-Paraná, Porto Velho, Rio Branco e Manaus. Na 5ª Região, foram visitadas as cidades de Campina Grande, João Pessoa, Juazeiro do Norte, Sousa, Mossoró e Natal, para avaliação das condições físicas dessas Unidades.

A vistoria *in loco* faz parte do cronograma de visitas técnicas previstas no Programa Instalações Eficientes e Sustentáveis (IES) e consiste em aplicação do *Check List* e levantamento de ações emergenciais. O objetivo é traçar um plano de prioridades e ações com vistas a tornar as instalações da AGU eficientes e sustentáveis.

O IES servirá também como ferramenta de gestão para nortear os investimentos e planos de melhoria de todos os imóveis da AGU. Além disso, o cumprimento da agenda do IES é uma das metas de desempenho que a Secretaria—Geral de Administração (SGA) estabeleceu para fins de percepção da GDAA e GDACE.

Até o final do ano, serão visitadas todas as instalações da AGU.



# A Avaliação de Desempenho é fundamental



As MUDANÇAS acontecem a todo momento no mundo e na AGU não é diferente. Por isso, é importante que as pessoas estejam dispostas e, principalmente, preparadas para se adaptarem ao novo. Assim, a avaliação de desempenho tem um papel fundamental, seja com o servidor, que tem a chance de ampliar seus conhecimentos e melhorar suas atitudes, seja com a organização, que tem a possibilidade de executar os planos de ação que os

resultados da avaliação sugerirem. APROVEITE A OPORTUNIDADE DE CUMPRIR O SEU PAPEL NESSE PROCESSO TÃO IMPORTANTE!

## Copa do Mundo e Expedientes Locais

A Secretaria-Geral de Administração retransmite as informações quanto aos horários de expediente durante a realização da Copa do Mundo FIFA 2014, conforme arquivo anexo.

Na primeira parte se apresentam os dias em que os jogos serão realizados, as respectivas cidades-sede e expedientes nessas cidades. Na segunda, se apresentam os doze calendários das cidades-sede e o calendário consolidado das demais cidades da Federação.

## Espaço AGU Mais Vida

# Lesão por Esforço Repetitivo

A LER não é considerada uma fatalidade e sim um acidente resultante de práticas e hábitos que agredem o corpo, e que podem ser evitadas por meio de algumas ações simples, como:

- Para pessoas que trabalham com atividades repetitivas, é preciso que a cada 25 minutos se faça uma pausa de 5 minutos para descanso, e a cada hora de trabalho, saia da cadeira e se movimente;
- Durante o tempo de pausa faça exercícios de alongamento para manter os tecidos irrigados;
- Beba água regularmente durante o dia;
- Mantenha uma postura adequada, com os ombros relaxados, apoiando-se no encosto da cadeira, e os pulsos retos;
- Mantenha as plantas dos pés totalmente apoiadas no chão;
- Sente-se de forma que o assento da cadeira e as suas costas formem um ângulo reto;
- Use uma cadeira que se ajuste à mesa de trabalho, de forma que ela se ajuste a você;
- Caso trabalhe com computadores, prefira que o monitor fique a altura dos olhos, e a uma distância equivalente à distância do seu braço;
- Ar condicionado muito forte no ambiente de trabalho afeta a circulação e pode contribuir para a ocorrência de LER;

