

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO OESTE, UNICENTRO**

**SETOR DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS, SESA**

**MBA ESTRATÉGIAS COOPERATIVAS**

**Ênfase Gestão de Pessoas**

**SIBELI DILETA VANI**

**BENEFÍCIOS CORPORATIVOS: PROJETO DE  
INCENTIVO A ATIVIDADE FÍSICA PARA OS  
COLABORADORES DA CRESOL**

**Frederico Westphalen/RS**

**2020**

**SIBELI DILETA VANI**

**BENEFÍCIOS CORPORATIVOS: PROJETO DE  
INCENTIVO A ATIVIDADE FÍSICA PARA OS  
COLABORADORES DA CRESOL**

Plano de intervenção apresentado ao curso de MBA Estratégias Cooperativas – Ênfase em Gestão de Pessoas da Universidade Estadual do Centro Oeste, UNICENTRO, como requisito para conclusão do curso.

Prof.(a) Orientador(a). Ms. Wellington Alvim da Cunha

**Frederico Westphalen/RS**

**2020**

## CARTA DE ABERTURA

A Cooperativa de Crédito Rural com Interação Solidária de Frederico Westphalen/RS é uma singular pertencente a Central Cresol Sicoper, uma das Centrais que compõe a Cresol Confederação. Esse plano tem o intuito de obtenção do título em MBA Estratégias Cooperativas – Ênfase em Gestão de Pessoas, bem como trazer melhorias para as agências de relacionamento do Sistema Cresol.

A gestão de pessoas busca proporcionar mais organização e engajamento entre equipes, e também agregar valores aos relacionamentos. Analisar e avaliar as relações humanas dentro de uma organização bem como traçar estratégias de como melhor aproveitar seus profissionais, é por vezes algo desafiador, ao mesmo tempo de muita importância para as organizações.

A nova economia formada também por fatores intangíveis direcionada a experiências em agregar valor, não apenas monetário, mas também uma visão voltada ao conhecimento e baseada em relacionamento, trazem mudanças ao cenário dos dias atuais. O movimento de evolução contínua, além de comprometer os colaboradores, também os faz sentirem-se valorizados.

A qualidade de vida é, sem dúvida, o quesito mais importante na vida das pessoas, o equilíbrio tanto no âmbito pessoal como profissional impacta diretamente na produção de resultados. Podendo ainda influenciar outras pessoas dentro da organização.

[...] as mudanças nas organizações e na natureza do trabalho se aprofundaram, em decorrência, sobretudo, da globalização, das fusões e reestruturações, da aceleração do desenvolvimento tecnológico e da necessidade de as empresas sobreviverem em um mercado cada vez mais competitivo (SILVA; FERREIRA, 2013, p331).

Toda forma de mudança nos remete há um novo modelo de gerir, e com isso nos leva a um processo de inovação. Dentro deste contexto vale mencionar que não apenas o novo é inovar, e sim por vezes desaprender para aprender, ou seja, desaprendo da forma como faço hoje para reaprender de uma forma diferente.

No entanto, uma das principais preocupações dos líderes e gestores é sem dúvida a motivação, que está intimamente ligada com o rendimento no

trabalho e conseqüentemente ao resultado da organização. Além do mais estar motivado impacta diretamente na qualidade de vida de cada pessoa, e com isso no que ela está ou não focada no momento.

Manter o quadro de profissionais engajados requer ainda um objetivo, o que alcança uma maior produtividade e qualidade, elevando assim a performance de toda organização.

E para que a equipe esteja focada e buscando maiores e melhores resultados precisam estar motivados, e então como podemos através do exercício físico e mental engajar ainda mais nossas equipes ao propósito da nossa instituição? Como incentivar as pessoas a realizarem exercícios físicos e com isso terem qualidade de vida?

## **FOLHA DE ROSTO**

NOME DA CENTRAL/CONFEDERAÇÃO: Cooperativa de Crédito com Integração Solidária de Frederico Westphalen – Cresol Sicoper

ENDEREÇO: Rua Maurício Cardoso – 482 – Centro – Frederico Westphalen/RS

TELEFONE: (55) 3744-4522 ou (55) 3744-2308

PROJETOS E/OU PRODUTOS E/OU SERVIÇOS E/OU OUTROS: Gestão de Pessoas

RAMO DE ATIVIDADE: Cooperativa de Crédito

PESSOA RESPONSÁVEL: Presidente Sr. Cledir Magri

LOCAL E DATA: Frederico Westphalen/RS, 23 de julho de 2020

## SUMÁRIO

<b>1 RESUMO EXECUTIVO.....</b>	<b>2</b>
<b>2 A COOPERATIVA/CENTRAL/CONFEDERAÇÃO OU OUTRA E O SEU PRODUTO/SERVIÇO OU MELHORIA DE PROCESSO DE GESTÃO.....</b>	<b>4</b>
<b>3 O Projeto .....</b>	<b>8</b>
3.1 Características Gerais.....	9
3.2 A Análise de Mercado .....	10
3.3 Tamanho e Localização .....	12
3.4 Mapa da área de atuação .....	12
<b>4 Orçamento e estrutura de capital .....</b>	<b>14</b>
<b>5 Plano Econômico-Financeiro .....</b>	<b>15</b>
5.1 Demonstração de Resultados .....	15
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>17</b>
<b>8 REFERÊNCIAS.....</b>	<b>18</b>

## 1 RESUMO EXECUTIVO

Ao investir nas pessoas, as organizações ganham muito mais do que reconhecimento, transformam seus colaboradores nos principais vendedores da sua missão como empresa.

Entre aproximações e distanciamentos, as pessoas interagem no trabalho e as relações interpessoais definem o nível de bem-estar psicológico tanto individual, quanto organizacional. Individualmente, pode-se analisar que sentir-se bem em um local pode interferir na forma como o sujeito reage naquele ambiente.

Carvalho (2009) acrescenta que a harmonia é fator primordial para os relacionamentos positivos nos espaços de trabalho, pois, se há harmonia entre os membros surge a cooperação citada por Chiavenato (2010). Neste caso, a harmonia é condição primária para a cooperação, além de possibilitar a simpatia, afeto e gerar uma sinergia que possibilita resultados produtivos para o indivíduo e para a organização.

A cooperativa Cresol Frederico Westphalen com 12 anos de atuação na região noroeste do Rio Grande do Sul mais conhecida como região Médio Alto Uruguai, é composta por mais de sessenta e cinco colaboradores, e tem como propósito de agregar valor ao cooperativismo e ao cooperado, levando novas maneiras de trabalhar a gestão da equipe. Cooperar por sua essência requer comprometimento, união e benefício para ambas as partes, e é pensando nisso que é apresentado mais uma inovação para o Sistema Cresol.

Com isso proponho criar um convênio onde a Cooperativa Cresol juntamente com as academias dos municípios onde possuímos agências físicas, disponibilize aulas com condições específicas e melhores, incentivando os colaboradores a realizarem de alguma forma atividades físicas.. Além disso, o exercício físico comprovadamente traz sensação de bem-estar, alívio do estresse, disposição e energia aos praticantes.

Por meio de mudanças de atitude e hábito, a Cooperativa valoriza seus colaboradores quando estimula a prática de algum exercício físico. Isso é uma forma de proporcionar melhoria não só na qualidade de vida, mas também na produtividade e no desempenho deles.

O desconto repassado aos alunos que se dispuserem a fazer o uso deste convênio será expresso no título que a academia emitirá, junto ao convênio da cobrança bancária com a cooperativa, e precisará obter certa frequência da atividade.

Vindo ao encontro deste projeto, trago ainda a ginástica laboral como complemento a prática de exercícios físicos e toda gama de benefícios que causam na vida do profissional. Assim, os colaboradores ficam mais bem-humorados e mantêm o estresse e a depressão bem longe. As endorfinas também deixam as pessoas relaxadas e otimistas trazendo melhores resultados para vida pessoal e profissional, e o resultado é expresso no rendimento dos profissionais e no atingimento das metas da cooperativa.



## **2 A COOPERATIVA/CENTRAL/CONFEDERAÇÃO OU OUTRA E O SEU PRODUTO/SERVIÇO OU MELHORIA DE PROCESSO DE GESTÃO**

### **2.1 História**

O Sistema Cresol completou 25 anos de atuação em 24 de junho de 2020. Fundada por um grupo de agricultores familiares que não tinham acesso ao crédito rural, em 1995 teve início as primeiras Cooperativas Cresol, que hoje está presente em 17 estados do Brasil, com mais de 571 agências de relacionamento. Composta por quatro centrais: Baser, Central SC/RS, Sicoper e Ascoob com área de abrangência de mais de 1.700 municípios no total.

Com o aumento da adesão de sócios em 1996, foi criada uma Base de Serviços, em Francisco Beltrão (PR), mais tarde, essa Base se transformaria em uma das Centrais, a Central Cresol Baser.

Os 5 primeiros anos da Cresol foram marcados pelo crescimento do sistema, e já em 2001, atingiu as marcas de 46 cooperativas, 20.540 cooperados e mais de R\$ 30 milhões em repasse de crédito. Em 2004, foi constituída a segunda Central de Crédito, a Cresol Central SC/RS, localizada em Chapecó (SC). E então no ano de 2008 integra-se ao Sistema Cresol a Central Ascoob (Cresol, 2020).

No ano de 2014, com intuito de ampliar o acesso, o volume de negócios, a eficiência dos serviços prestados, número de associados e fortalecer ainda mais a marca Cresol, criou-se a Cresol Sicoper. Com sede em Passo Fundo (RS) e também com um Centro Administrativo localizado em Chapecó (SC)(Cresol, 2020).

A Cooperativa de Crédito Rural com Interação Solidária de Frederico Westphalen – Cresol Frederico Westphalen, pertencente a Central Cresol Sicoper da Confederação Nacional das Cooperativas – Cresol Confederação, inaugurada em 05 de setembro de 2008, possui hoje nove agências de relacionamento sendo que a sede em Frederico Westphalen está localizada junto a agência desta cidade. Quando inaugurada pertencia a Central SC/RS, sendo unidade de atendimento da Cresol Constantina. Após quatro anos, em 15 de setembro de 2012, o Posto de atendimento desmembra-se de Constantina formando outra Singular, ainda pertencente a Cresol Central SC/RS. Anos mais tarde, com a criação da Cresol Sicoper passou a pertencer a esta central no ano de 2014.

Após 5 anos de atuação abre sua primeira unidade na cidade de Palmitinho em 27 de setembro de 2013. Em 18 de setembro de 2015 inaugura outra unidade na cidade de Planalto, e em 16 de setembro de 2016 na cidade de Caiçara. E então no ano 2019 o auge da Cooperativa, em 25 de janeiro na cidade de Pinheirinho do Vale, em 05 de julho na cidade de Pinhal, em agosto nas cidades de Taquaruçu do Sul no dia 16 e Vista Alegre no dia 23 e em 13 de dezembro na cidade de Alpestre. Para este ano o planejamento prevê a abertura de uma nova agência na cidade de Rodeio Bonito, e estuda-se a possibilidade de abertura de outra agência na cidade de Ametista do Sul.

Em setembro de 2019 a Cresol Frederico Westphalen apresentou aos seus associados uma nova estrutura, sendo reinaugurada em outubro a sede administrativa. Com a reforma e ampliação, hoje a sede conta com mais de 900 m<sup>2</sup>, distribuída em dois andares com ambientes de agência de atendimento e na parte superior com a retaguarda operacional e ambientes como sala de reuniões para equipe e conselho administrativo e fiscal. A Cooperativa planeja ainda no decorrer deste ano com a reinauguração da agência de Palmitinho onde está sendo construído nova unidade, mais ampla e moderna para melhor atender aos associados daquele local.

### **2.3 Estrutura Organizacional**

**Missão:** Fomentar a cooperação entre associados, especialmente agricultores familiares e cooperativas, por meio do crédito orientado e da educação financeira, construindo novos saberes, visando o desenvolvimento regional de forma sustentável e solidária.

**Visão:** Ser referência das cooperativas de crédito solidário do Brasil, atuando em prol da agricultura familiar.

**Valores:** Democracia; Transparência e Confiança; Cooperação e Solidariedade; Ética e Profissionalismo; Articulação com movimentos populares; Governança pelos agricultores familiares; Sustentabilidade Institucional.

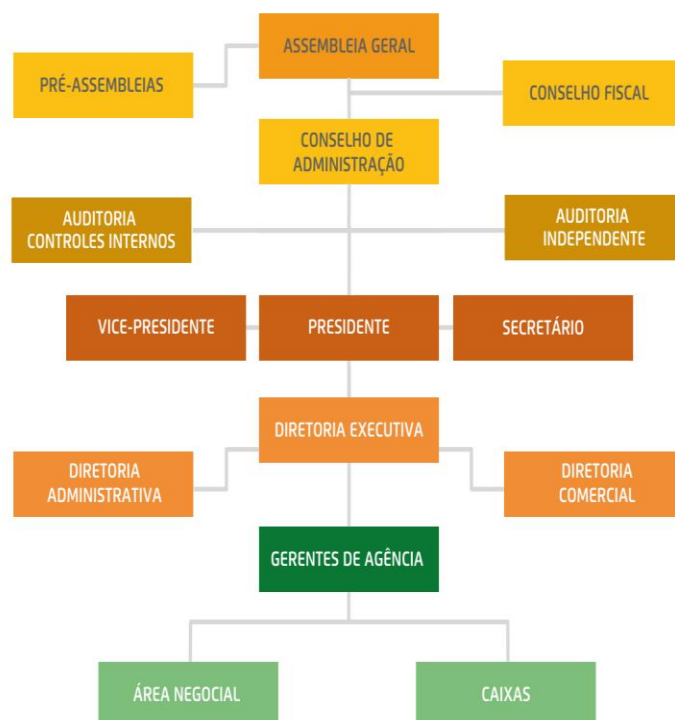
Equipe composta pela grande maioria de colaboradores oriundos da agricultura familiar, de várias regiões do noroeste do Rio Grande do Sul. Temos a frente da Cooperativa como Presidente Sr. Cledir Assisio Magri, que também é Presidente da Confederação, Vice-Presidente Sr. Loreno Carlos Cerutti, Diretor Secretário Sr. Sidnei

Jose Barbieri, e na Diretoria Executiva, Diretora Administrativa Sr. Claudiane Buzatto Piovesan e Diretor Comercial Sr. Claudiovani Ferigollo. Somado a seis Conselheiros Fiscais, nove Conselheiros de Administração e ainda dois Conselheiros Convidados. Contamos hoje com uma equipe de sessenta e cinco colaboradores distribuídos nas nove agências de relacionamento.

Com cerca de 9 mil associados e 127 milhões em ativos, a Cresol Frederico Westphalen apresenta um constante crescimento. No fechamento do último exercício atingiu uma evolução de 40%, enquanto o Sistema Cresol como um todo obteve uma média de 25% de crescimento. Os demais setores de forma geral obtiveram um aumento de cerca de 15 a 20% de evolução no período anterior.

Este crescimento se deve a muito esforço e sem sombra de dúvida ao trabalho realizado pelas pessoas que compõe o quadro de colaboradores e que fazem a diferença no dia a dia. Por isso investir nas pessoas faz a diferença, pois são elas que conduzem a imagem da instituição, em contato direto com nossos associados aqueles e aquelas que constituem nossa Cooperativa.

# Cresol Frederico Westphalen



Fonte: Central Cresol Sicoper (2020)

### 3 O PROJETO

O grande desafio dos dias atuais é, sem dúvida, produzir mais e melhor, ter agilidade, praticidade e levando cada vez mais confiança aos cooperados. E para que as pessoas em suas funções e/ou cargos que ocupam possam cada vez mais produzir, com eficiência e eficácia é de suma importância que ela tenha qualidade de vida e motivação.

E nós como cooperativistas onde o nosso maior foco são as pessoas, como podemos cada vez mais trabalhar isso internamente com nossos colaboradores? Qual é o ponto onde podemos extrair mais e melhor desempenho de nossas equipes? Como manter nossa equipe motivada e sempre buscando negócios?

Sem dúvida é dentro de uma equipe engajada, comprometida, focada, que tenham um propósito de vida e que traga todos os dias o seu melhor para nossa instituição. Uma vez que obtivemos o conhecimento do funcionamento das engrenagens mentais, torna-se possível direcionar a sua operação para conquistas de sonhos e objetivos. Os limites de cada pessoa passam a depender apenas da vontade e do esforço pessoal dela mesma. Entender, trabalhar e melhorar a mente das pessoas não é uma tarefa fácil, porém traz um excelente resultado.

A qualidade de vida está diretamente ligada a motivação, as ações que hoje realizo fazem com que eu tenha saúde mental e saúde física para criar um ambiente agradável ao meu redor? Essa questão está interligada com minha forma de pensar e agir e em cima disso apresento meu carácter, minha personalidade e assim como sou.

A motivação de cada pessoa depende de um conjunto de fatores, primeiramente interno, de cada um, posterior ao que as rodeiam e o grau de influência que isso impacta em cada um, e ainda um peso maior seu trabalho. É através desse conjunto que integra a motivação de uma equipe. Por vezes até mesmo para a desmotivação que pode ter vindo por algum fator dentre eles.

Quanto mais se usa a mente de maneira ativa, mais as falhas de entendimento e a fraqueza diante de vícios comportamentais diminuem consideravelmente, o que está diretamente relacionado com o desempenho e eficiência pessoal.

A constante busca por melhorias dentro das empresas e com seu quadro de colaboradores e assim sendo cada vez mais discutida. A preocupação não só com a

saúde mental, mas também a saúde física das pessoas está ligada aos altos benefícios que trazem e com baixo custo de investimento.

O equilíbrio emocional, uma vida saudável com a prática de exercícios físicos e uma alimentação saudável podem reduzir em até 40% os atrasos e as faltas. Além disso proporciona melhoria da concentração, ampliação da produtividade, aprimoramento da postura, aumento da energia, alívio da tensão, estímulo ao bom humor e, conseqüentemente, melhoria no relacionamento interpessoal.

### **3.1 Características Gerais**

Uma pesquisa recente mostrou, que no Brasil há, hoje, uma média de 27 milhões de envolvidos em criação de negócios por conta própria. Esse pessoal é responsável por mais de 60 milhões de empregos formais e informais. Apesar de se tratar de números que podem parecer assombrosos, eles apenas comprovam o fato de que cada vez mais pessoas vão em busca de seus propósitos de vida e de trabalhar com prazer na atividade diária no seu trabalho.

Apesar de termos delimitado a ideia de “pessoal x profissional”, a verdade é que estamos num momento tão fluido das relações que é praticamente inexistente essa separação de “vidas”. E nessa busca pelo propósito de vida, por aquilo que faz os seus olhos brilharem, muitas empresas deixam de tratar os funcionários apenas como números e passam a vê-los como pessoas reais, com necessidades, medos e prazeres reais.

Entretanto trazer novas estratégias de motivação para equipe, buscando zelar pelo bem-estar do quadro de colaboradores bem como sua saúde, demonstra um diferencial dentre as organizações. Transmitir a preocupação e trazer atividade prática para o dia a dia faz com que a equipe se motive.

E neste cenário trago a proposta de criação de um convênio da Cresol com academias das cidades onde estão instaladas as agências de relacionamento. O Plano Move (convênio entre Cresol+academias) tem como objetivo, primeiramente valorizar nosso associado empreendedor que esteja no ramo de academias, ofertando para ele uma conta-corrente isenta com a possibilidade de emissão de títulos e demais produtos e serviços que venha a atender suas necessidades.

E para os colaboradores da Cresol que tiverem interesse em adquirir este convênio teriam um desconto na mensalidade de 50%, fornecidos 30% de desconto por parte do estabelecimento, e 20% subsídio da Cooperativa.

O Plano Move seria acordado entre o Estabelecimento e a Instituição com a firmação expressa em um contrato assinado pelos sócios-proprietários e diretoria da Cooperativa. Após isso o colaborador que tem interesse em aderir entra em contato com a empresa e faz seu cadastro com pacotes semestrais sendo que será feito pagamento através de boleto bancário emitido pelo estabelecimento diretamente para o colaborador, incluindo o desconto acordado. A escolha do pacote de atividade de treinos contemplando quantos dias na semana, horários e exercícios fica a critério e escolha de cada um.

Os 20% de desconto que a Cooperativa está subsidiando será creditado em conta corrente da empresa, sendo que todo final de mês a empresa emita uma nota de prestação de serviços à cooperativa para que seja feito o lançamento. Cada aluno assina a aula que está presenciando para confirmar sua frequência, e caso esteja com mais de três ausências a cada mês perderia o direito do desconto no mês subsequente.

No título constará o desconto acordado até a data do vencimento, após esta data caso não haja pagamento perderá o desconto acordado. E quando da ausência da presença do aluno nas aulas o estabelecimento altera o valor do título no seu próprio sistema de cobrança bancária atualizando para o valor integral da mensalidade.

### **3.2 A Análise de Mercado**

O mercado de trabalho está cada vez mais competitivo, a exigência de profissionais com capacidade, conhecimento, informação e destreza é o perfil de colaboradores que ganha seu lugar em destaque dentre as equipes. Trabalhar as crenças de cada um, diagnosticar as fraquezas e identificar seus pontos fortes onde possam ser potencializados, tudo isso vem trazendo um maior desempenho no âmbito profissional.

A pandemia que estamos vivenciando (Covid-19) nos faz repensar nossas prioridades, redirecionar tempo ao que antes não era mais importante, priorizar o

cuidado com a família, o zelo pela saúde, e o que antes era tido como hábito (o abraço), hoje fica restrito. Com isso tudo em movimento em nossas vidas, torna-se essencial olhar para dentro, buscar olhar as pessoas não mais como máquinas que produzem resultados dentro das organizações, mas também como seres humanos formados de sentimentos.

Na grande maioria das instituições o setor de gestão de pessoas é formado por psicólogos ou profissionais do ramo, no entanto dentro da nossa cooperativa de Frederico a gestão fica a cargo da Diretora Administrativa, Sra. Claudiane Buzatto Piovesan que possui mais de 10 anos de experiência dentro desta instituição. E num âmbito maior na nossa Central Sicoper, a gestão está com a Gerente do Setor Fabiana Sacheti e uma equipe de profissionais com experiência na cooperativa e formação específica, equipe do DEGEP, formada por sete profissionais, que são responsáveis por campanhas internas, recrutamento e seleção e por controle e gestão das cooperativas singulares da Central Sicoper como um todo.

A criação do Plano Move demonstra o reconhecimento que a instituição tem para com seus colaboradores, e quanto está disposta a melhorar sua equipe como pessoas, e que ainda podem desenvolverem melhores resultados. Na nossa região não se tem conhecimento que outra instituição ofereça aos colaboradores convênio para atividades físicas, mais uma vez a Cresol inova e agrega valor aos relacionamentos, tanto internos como externos.

De acordo com o Blog Corporativo Gympess – Brasil onde destaca em uma de suas matérias a importância e o benefício que a atividade física incentive todos os funcionários, inclusive os sedentários e os atletas de fim de semana. É fundamental que os colaboradores encontrem alguma atividade física com a qual se identifiquem e sintam prazer. Assim, vão poder conferir resultados e incluí-la em seus respectivos cotidianos, com disciplina e periodicidade.

Uma vez que ao realizar o acompanhamento periódico da saúde promove a prevenção e permite o diagnóstico precoce de enfermidades graves. Além de efetivar o seu papel social de zelar e cuidar da saúde de todas as pessoas que compõem a nossa instituição.



### **3.3 Tamanho e Localização**

Estamos situados na região Sul do Brasil, no Noroeste do estado do Rio Grande do Sul. Localizados em municípios de pequeno porte, Frederico Westphalen que concentra um número maior de pessoas, e as demais agências situadas em municípios com média de 2 a 4 mil habitantes.

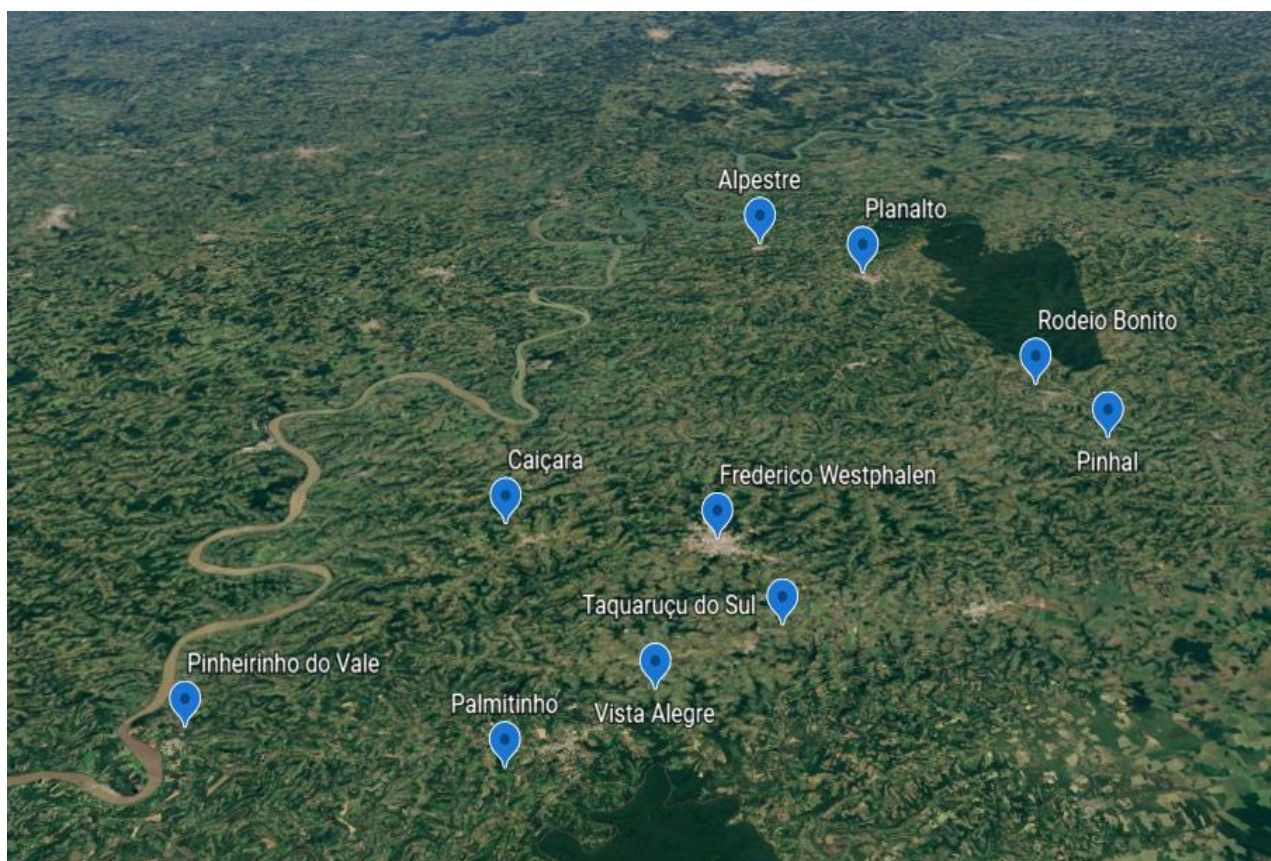
Com cerca de um total de ativos de R\$ 129.114.515,73 e R\$ 14.025.169,58 de Patrimônio de Referência a Cresol Frederico Westphalen que possui mais de 9 mil associados é um dos destaques singulares dentro da central Sicoper. Com resultados em constante crescimento, e com inovações em diversos trabalhos desenvolvidos, como por exemplo, nos Projetos Sociais onde a Cresol Frederico Westphalen tornou-se uma das mais atuantes instituições inseridas nas comunidades e exemplo dentro do sistema Cresol. Alguns projetos que hoje estão em andamento:

- Agentes comunitários de desenvolvimento cooperativo;
- Gestão na propriedade;
- Empreendedorismo rural;
- Na Cresol as mulheres cooperam;
- Na Cresol a melhor idade coopera;
- Na Cresol a juventude coopera;
- Mesadinha e sua turma;
- Cresol cooperando com as comunidades.

### **3.4 Mapa da área de atuação**

O mapa abaixo demonstra a nossa microrregião de atuação da Cresol Frederico Westphalen, onde as agências estão localizadas, nas cidades de Frederico Westphalen, Caiçara, Pinheirinho do Vale, Palmitinho, Vista Alegre, Taquaruçu do Sul, Pinhal, Rodeio Bonito, Planalto e Alpestre, conforme destacado no mapa abaixo.

**Figura 2:** Municípios de atuação da Cresol Frederico Westphalen



**Fonte:** Elaboração própria autora com base no Google Earth (2020)

#### **4 ORÇAMENTO E ESTRUTURA DE CAPITAL**

O convênio que proponho, trata-se de uma parceria, a empresa (academia) seria beneficiada com a isenção da tarifa de manutenção de conta corrente, podendo movimentar e usufruir de todos benefícios de uma conta dentro da instituição, isso inclusive sem alterar as despesas da cooperativa. Entretanto o desconto de 30% fornecido aos colaboradores da Cooperativa possui intuito também de aumentar a gama de clientes do estabelecimento e fidelizar os mesmos.

De outro lado a cooperativa teria um aporte financeiro variável pois o investimento será avaliado mensalmente, conforme a presença dos alunos nas aulas. O valor em média de mensalidade de academias da nossa região para aulas de 2 a 3 vezes semanais, é de R\$ 100,00 mensais, sendo assim o investimento por colaborador seria de uma média de R\$ 20,00 ao mês. Sendo este valor extraído do resultado do exercício anterior vindo ao encontro de um investimento ao quadro de colaboradores e gerando valor agregado a instituição.

As agências são normalmente formadas por cerca de 4 a 5 colaboradores, exceto a sede que possui um maior número de pessoas, com isso o valor gasto mensalmente com este Plano é de baixo custo, média de R\$ 80,00 por agência. Se existir frequência dos colaboradores cada unidade terá um aporte de R\$ 960,00 anualmente, na Sede esse valor ficaria na média de R\$ 4.300,00 anual, levando em consideração que hoje possui cerca de 24 colaboradores e que destes 80% do quadro de colaboradores estejam fazendo parte deste programa.

As aulas serão limitadas conforme o estabelecimento fornecer estrutura e puder atender, sendo que fique em comum benefício, estabelecimento e colaboradores.

Levando em consideração o aumento na produção que estes colaboradores podem desenvolver no rendimento no trabalho, o investimento se torna viável e até mesmo lucrativo, dependendo do caso. Colaboradores em estado físico saudável, níveis de stress controlados e qualidade de vida, comprovadamente produzem mais e melhor.

## 5 PLANO ECONÔMICO-FINANCEIRO

Uma equipe que entende seu papel na empresa e é apaixonado por cumpri-lo com destreza entrega melhores resultados, tem menos faltas, sofre menos acidentes e ainda ajuda a desenvolver soluções melhores para os problemas que podem surgir no horizonte, pois se importa com eles.

A maioria das pessoas passa boa parte do seu dia em seu local de trabalho e no deslocamento de sua residência para esse lugar. Neste sentido, o tempo de convivência com a família e com os amigos é menor que o tempo gasto em suas atividades profissionais. Assim sendo, é fundamental que elas possam executar atividades de que gostem e em ambientes nos quais se sintam confortáveis, para que possam realizá-las com eficiência e qualidade.

Funcionários satisfeitos trarão uma nova dinâmica de grupo para o ambiente de trabalho. Isso reduz o número de problemas, aumenta a qualidade organizacional e cria um círculo virtuoso onde o sucesso será uma consequência esperada.

Proposta do projeto:

<b>Academia</b>	<b>Cresol</b>	<b>Colaborador</b>
Desconto 30%	Subsídio 20%	Custo 50%

### 5.1 Demonstração de Resultados

O mercado está cada vez mais competitivo e exigente, priorizando a rapidez e a eficiência. Toda essa pressão tende a gerar problemas físicos (lesões por esforço repetitivo e dores crônicas) e psicológicos (síndrome de burnout e depressão) aos colaboradores, levando-os a desenvolver até mesmo o alcoolismo, o tabagismo e o consumo de outras drogas.

A alguns anos os colaboradores da cooperativa praticavam ginástica laboral, onde dois dias por semana na primeira hora da manhã fazíamos a ginástica conforme vídeo disponibilizado pela Central Sicooper, onde possuía dez treinos diferentes de quinze minutos cada. Porém com o decorrer do tempo, o aumento de trabalho e a

antecipação da abertura das agências para atendimento que alterou das 10:00 horas para as 09:00 horas se tornou mais difícil a prática desse incentivo.

Notávamos neste pequeno exercício realizado que muitos colaboradores eram sedentários, não praticavam nenhum tipo de exercício físico e por vezes o único alongamento que faziam era neste horário da ginástica laboral. Por muitas vezes “estalos” do corpo era ouvido produzidos pelos alongamentos praticados e até mesmo um momento de descontração entre a equipe, pois a convivência diária se torna tão formal que neste momento havia uma forma de aproximação entre eles.

A própria tensão que criamos no ambiente de trabalho pode causar doenças, problemas nas costas em virtude da postura, desencadear problemas na alimentação por causa da ansiedade, enfim são inúmeros os prejuízos causados pelo stress, pelo nervosismo e pela busca de resultados constante.

Sendo que a forma de minimizar todos esses problemas pode ser através do exercício físico. Com isso o Plano Move traz a prática regular de atividade física, que é capaz de melhorar a circulação sanguínea, fortalecer o sistema imunológico, ajudar a emagrecer, diminuir o risco de doenças cardíacas e fortalecer os ossos, além de aumentar a disposição, aumentar os níveis de energia e estimular a autoestima.

A ginástica laboral poderá desencadear aos colaboradores o desejo de realizar mais atividades físicas. A própria influência entre colegas leva a prática, e o estímulo ao exercício proporciona ainda maior concentração, podendo auxiliar na memória e qualidade do sono do praticante.

Segundo descrito no Blog Corporativo Gympess – Brasil em seu texto de “Como o benefício de atividade física pode motivar colaboradores?”, pesquisas comprovam que a cada 1 dólar investido na saúde dos empregados há o retorno de US\$ 4 para a empresa, com o aumento da produtividade.

Quando as organizações oferecem a possibilidade de praticar esportes como benefício, a companhia se mostra competitiva, moderna e preocupada com a saúde e a produtividade dos seus colaboradores. E estes usufruem de benefícios que apresentam resultados visíveis na vida pessoal e profissional deles.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Fazer o que gostamos não se torna um trabalho árduo, agregar valor ao nosso dia a dia, com ânimo e entusiasmo tornam a vida mais leve e traz felicidade constante. O nosso trabalho deve ser algo prazeroso, além do mais é onde passamos a maior parte de nossas vidas.

Desde que as empresas entenderam que colaboradores mais felizes e motivados produzem mais e melhor, a preocupação com a qualidade de vida no trabalho passou a ser um dos maiores desafios no meio corporativo. No entanto, a harmonia no ambiente de trabalho não está apenas relacionada ao clima organizacional.

Investir em quem traz o maior retorno para a organização não é despesa e sim investimento, com esse intuito e também de melhorar o clima organizacional e impulsionar o valor de fazer parte desta instituição, o Plano Move ressalta ainda mais a importância que é ter uma vida saudável, com a prática de exercícios, desencargo de stress, melhora no humor e qualidade de vida.

O convênio é algo novo para nosso meio, porém com grande potencial de vinculações, pois grande maioria das pessoas já adotaram o exercício físico como parte componente da sua rotina. Após análise de mercado de trabalho e buscando informações sobre a importância que tem na vida social a prática de atividades físicas, proponho que seja realizado concretamente o Plano Move dentro da Cooperativa, visto que o investimento se tratar de aportes financeiros de baixo valor que não demonstra preocupação com o resultado final de cada exercício.

Além de contar com plano de saúde, Unimed, seguro de vida em grupo, Vale-alimentação e salários compatíveis com a função e ainda Programa de Participação de Resultados, a Cresol hoje prepara cada vez mais melhorias para sua equipe, o que faz com que muitas pessoas queiram estar inseridas nesta organização.

Uma gestão adequada faz tudo isso e muito mais pela sua empresa. É com ela que você pode ditar novos rumos e finalmente alcançar os seus objetivos.

## 8 REFERÊNCIAS

BEECORP. <https://beecorp.com.br/> **Por que o incentivo à atividade física nas empresas é importante?** Disponível em: <https://beecorp.com.br/blog/incentivo-a-atividade-fisica-nas-empresas/> Acesso em 19.junho.2020

BLOG CORPORATIVO DO GYMPASS – Brasil <https://blog.gympass.com> **Como o benefício de atividade física pode motivar colaboradores?** Disponível em: <https://blog.gympass.com/beneficio-atividade-fisica-motiva-colaboradores/> Acesso em 21.junho.2020

BLOG SAÚDE NA EMPRESA. <https://saudenaempresa.sesirs.org.br> **Incentivo ao esporte: por que as empresas estão aderindo à prática?** Disponível em: <https://saudenaempresa.sesirs.org.br/incentivo-ao-esporte-por-que-as-empresas-estao-aderindo-a-pratica/> Acesso em 21.junho.2020

BUSCA DE VAGAS DO GLASSDOOR. <https://www.glassdoor.com.br/> **Como o esporte pode estimular a produtividade no trabalho** Disponível em: <https://www.glassdoor.com.br/blog/como-o-esporte-pode-estimular-produtividade-no-trabalho/> Acesso em 21.junho.2020

CRESOL. Disponível em: <https://cresol.com.br/> Acesso em 26.junho.2020

EXAME - NOTÍCIAS, NEGÓCIOS, ECONOMIA, CARREIRA e Mais <https://exame.com/> **Como 8 empresas incentivam a prática de esportes** Disponível em: <https://exame.com/negocios/8-empresas-que-incentivam-os-funcionarios-a-praticar-esporte/> Acesso em 08.junho.2020

JORNAL ESTADO DE MINAS | Notícia Online <https://www.em.com.br/> **Na medida certa: empresas incentivam prática de atividade física dos funcionários** Disponível em: [https://www.em.com.br/app/noticia/emprego/2018/06/22/interna\\_emprego,96877\\_5/empresas-incentivam-pratica-de-atividade-fisica.shtml](https://www.em.com.br/app/noticia/emprego/2018/06/22/interna_emprego,96877_5/empresas-incentivam-pratica-de-atividade-fisica.shtml) Acesso em 08.junho.2020

PORTAL DA EDUCAÇÃO FÍSICA <https://www.educacaofisica.com.br/> **Empresas investem em saúde e incentivam a prática esportiva entre funcionários** Disponível em: <https://www.educacaofisica.com.br/noticias/empresas-investem-em-saude-e-incentivam-a-pratica-esportiva-entre-funcionarios/> Acesso em 27.junho.2020

UNIRITTER <https://www.uniritter.edu.br/> **Empresa: oferecer lazer aumenta produtividade** Disponível em: <https://administradores.com.br/noticias/empresa-oferecer-lazer-aumenta-produtividade> Acesso em 08.junho.2020