

ANEXO A – Ações e Encontros voltados à Cultura de Cuidado e Bem-Estar

Figura 1- Café dos Aniversariantes com a Diretoria



Fonte: Autor (2026).

Figura 2- Café dos Aniversariantes com a Diretoria



Fonte: Autor (2026).

Figura 3- Sensibilização Jeito de Cuidar Unimed



Fonte: Autor (2026).

Figura 4- Sensibilização Jeito de Cuidar Unimed



Fonte: Autor (2026).

Figura 5- Ação de Incentivo a Atividades Físicas (Bora Começar)



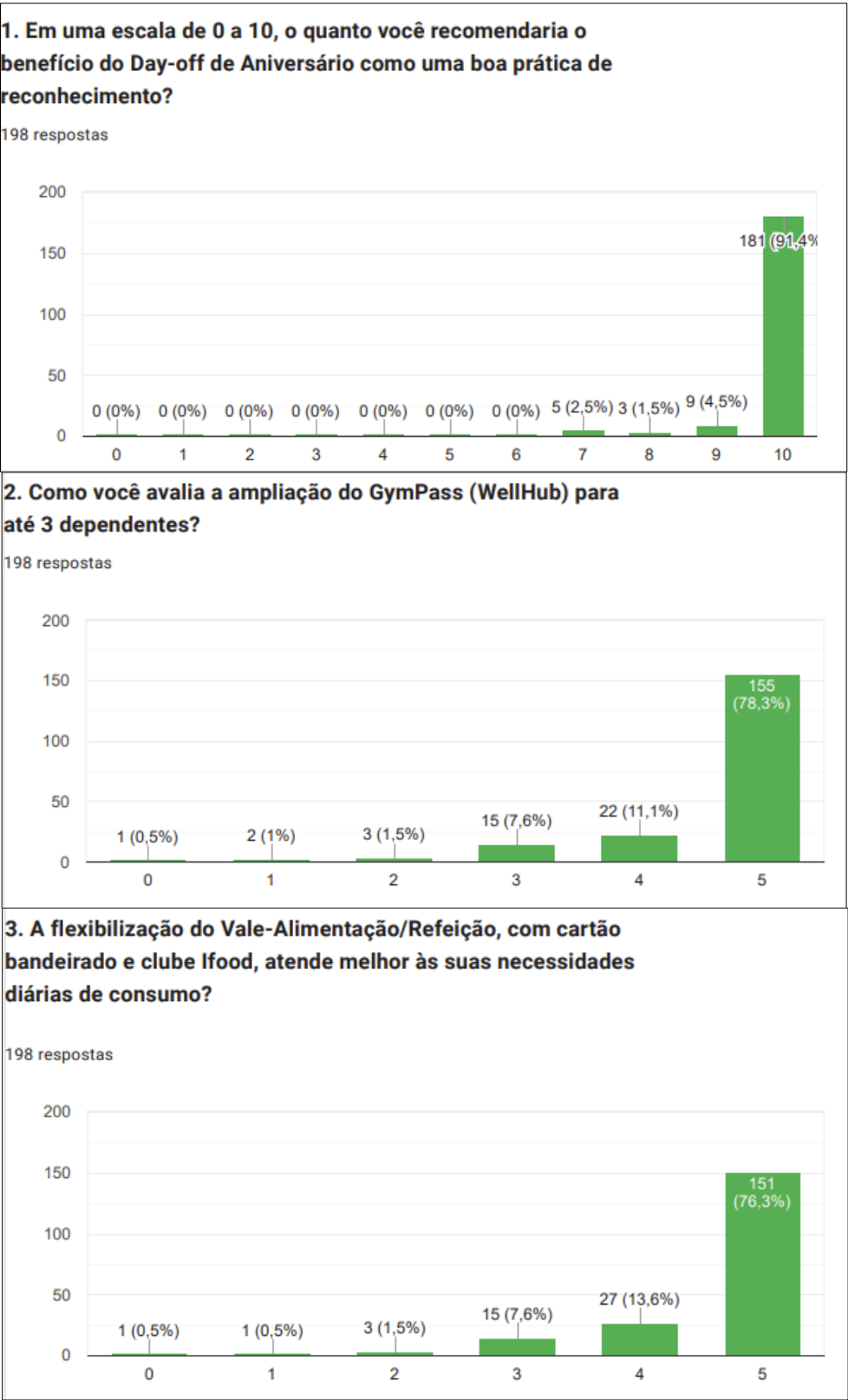
Fonte: Autor (2026).

Figura 6- Ginástica Laboral



Fonte: Autor (2026).

ANEXO B – Resultados Quantitativos Pesquisa de Satisfação Interna



Fonte: Pesquisa via Google Forms, Autor (2026).

ANEXO B (continuação)



Fonte: Pesquisa via Google Forms, Autor (2026).

ANEXO C – Análise Qualitativa da Pesquisa de Satisfação Interna dos Benefícios

Tabela 1 – Análise de Melhorias Sugeridas via Pesquisa Interna

Categoria de Demanda	Frequência Amostral	Principais Pleitos Identificados (Evidências da Lista)	Impacto Estratégico e Avaliações Internas
1. Flexibilização do iFood para a Modalidade Transporte e Reajustes do Vale-Alimentação	31,4%	Ativação da função mobilidade/combustível no iFood, liberação para farmácias/Uber, VA extra de Natal e reajustes percentuais.	Concede autonomia de consumo, elevando a flexibilidade e o valor percebido. Entretanto, devido as restrições do PAT e do acordo coletivo não é possível incluir esta modalidade.
2. Coparticipação e Dependentes no Plano de Saúde	21,2%	Redução da mensalidade para filhos/cônjuges e isenção de coparticipação para colaboradores.	Visa a redução dos custos para dependentes e procedimentos específicos. Atualmente o valor dos familiares já é 53% menor que o valor de balcão. Como impacta em custos financeiros e na sustentabilidade do plano a demanda foi encaminhada a alta gestão.
3. Auxílios de Transporte e Deslocamento (Fora iFood)	13,1%	Criação de auxílio-combustível puro (gasolina/Uber), fretado hospitalar e alternativas ao vale-transporte de ônibus comum.	Solução que flexibiliza o deslocamento para quem prefere não utilizar transporte público. A implementação depende de investimento expressivo de recursos, realizado o estudo de impacto e encaminhado à administração.
4. Manutenção/ Satisfação Plena	11,1%	Manifestações de que os benefícios são ótimos ("nada a mudar", "tudo maravilhoso", "empresa oferece muito mais que outras").	Valida as políticas atuais, servindo como incentivo a manutenção dos benefícios para a satisfação interna.
5. Desenvolvimento de Carreira, Treinamento e Educação	10,1%	Reestruturação de plano de carreira, bolsas na Faculdade Unimed, auxílio escolar estendido e ampliação de treinamentos práticos (ex: carrinho de parada).	Alinha o crescimento do colaborador ao desenvolvimento técnico e à qualidade assistencial. Reformulação do plano de carreira com gestão por competências em andamento (consultoria Unimed Central). Investimento em capacitação ampliado para 2026
6. Jornada de Trabalho, Clima e Folgas	9,1%	Folga mensal fixa para escala 12x36 e colaboradores de escala noturna.	Favorece o equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Tendo em vista que o Day-off foi implementado recentemente e existem projeto de lei prevendo a alteração dos regimes de escala, a demanda está sob análise da administração.
7. Respostas em Branco /	4,0%	Respostas enviadas sem texto (campo opcional).	
TOTAL	100%	Material encaminhado na íntegra ao superintendente de operações e avaliado em reunião com a área de DHO, servindo de base para o processo de melhoria continua	

Fonte: Autor (2026).

ANEXO D – Resultados Qualitativos: Amostragem da Pesquisa de Satisfação

6. Justifique: por que este benefício, atualmente, gera o maior impacto positivo em sua qualidade de vida?

161 respostas

vale alimentação

Segurança

.

PLANO DE SAUDE: caso eu precise estou nas dependências, VALE ALIMENTAÇÃO: não preciso tirar valor do salario por se tratar de valor bem considerável AUXILIO CRECHE - Da um UP no salario

Pela qualidade de vida proporcionada por todos eles

Os benefícios demonstram o quanto a cooperativa se preocupa com o bem-estar dos colaboradores, fortalecendo o sentimento de pertencimento, a qualidade de vida no trabalho e, conseqüentemente, o engajamento e o desempenho das equipes. Acredito que benefícios vão além de um diferencial: são uma forma de valorização humana e estratégica.

é o que faz a diferença comparado á outras empresas

Devido a grande importância de poder complementar com o salário

Os benefícios como GymPass, Plano de Saúde, Vale Alimentação, Uniodonto, Day-Off e Auxílio Escolar gera impacto muito positivo e significativo na minha qualidade de vida, pois contribuem diretamente para o bem-estar físico, emocional, financeiro e familiar. Além de me proporcionar mais segurança e qualidade de vida, esses benefícios fortalecem a minha motivação, valorização profissional e equilíbrio entre vida pessoal e trabalho, refletindo diretamente no engajamento, produtividade e satisfação.

São todos muitos importantes!

Consigo fazer exames e consultas, que antes eu não tinha acesso e através do vale alimentação eu e minha familia estamos nos alimentando melhor

Pelos descontos significativos no Uso dos Benefícios.

Benefícios com qualidade e valores acessíveis

Ajuda financeira

vale alimentação ajuda muito como complementação de renda.

https://docs.google.com/forms/d/1anvjUw3q1WTEYKxeKy8ihNIjSVui_7Ixa0luG_Xmrw5A/viewanalytics

Fonte: Pesquisa via Google Forms, Autor (2026).

ANEXO D (continuação)

Hoje são os benefícios que eu mais utilizo, possibilitando cuidados com a minha saúde principalmente de forma preventiva, e o vale alimentação proporciona organização e facilidade.

O plano de saúde proporciona tranquilidade e segurança, o vale-alimentação auxilia na organização financeira e o Gympass incentiva e reflete na minha saúde física e mental.

Ajuda financeiramente e o day off ajuda a melhorar a qualidade da saúde mental

O plano de saúde traz mais segurança e tranquilidade, principalmente por saber que tenho acesso a atendimento médico de qualidade quando necessário.

O vale alimentação auxilia diretamente na organização financeira e nas despesas do dia a dia, contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

Já o auxílio creche é um benefício muito importante, pois ajuda nos custos relacionados ao cuidado e bem-estar do meu filho, trazendo mais estabilidade e permitindo que eu consiga desempenhar minhas atividades profissionais com mais tranquilidade e segurança.

Por outras instituições não ofertarem esses benefícios aos trabalhadores que nos garante ter uma assistência de saúde boa e também nos dá um pequeno alívio financeiro no que se trata de alimentação com o vale Ifood

Uso o planos para manutenção e avaliação periódica de meu estado de saúde, e os outros benefícios auxiliam no orçamento familiar o gympass eu e meu filho usamos.

Auxilia no tratamento de minha saúde e complementa a minha renda e afolga no aniversário é ótimo.

Complementa a renda para manter uma boa alimentação

São benefícios que ajudam no bem estar e financeiramente, dando oportunidade de melhorar nossa condição de qualidade de vida.

Esses benefícios representam qualidade de vida e segurança familiar. Ter um Plano de Saúde robusto que inclua meu filho é minha maior prioridade de segurança, somado ao Vale Alimentação iFood (com suas vantagens e flexibilidade) complementam minha renda de forma estratégica. A manutenção do modelo Híbrido é o que equilibra essa equação. Sem o estresse do deslocamento diário, consigo iniciar o dia com muito mais energia e trabalhar em um ambiente que favorece a concentração profunda. Manter essa modalidade é, para mim, sinônimo de aumento de produtividade e bem-estar físico e emocional.

Saber que temos o Plano de Saúde com qualidade nos traz segurança, caso haja necessidade em problemas de saúde, principalmente para meu filho pequeno.

Pois é uma boa ajuda mensal que não sai diretamente do salário.

esses Benefícios são muito importantes para qualidade de vida

O vale alimentação trás uma grande ajuda para a qualidade de vida e diminui o impacto

https://docs.google.com/forms/d/1anvUw3q1WTEYKxeKy8ihNIjSVui_7Ixa0luG_XmW5A/viewanalytics

Fonte: Pesquisa via Google Forms, Autor (2026).

ANEXO D (continuação)

financeiro mensal.

Plano de saúde apesar de estar muito demorado para consultas com especialista mas melhora nossa qualidade de vida .

Profissionais doentes não conseguem entregar seu melhor.

é um extra que ajuda demais, um benefício pra vida da minha família e para minha

tualmente, o benefício que gera o maior impacto positivo é o vale. A justificativa reside no fato de que ele atua diretamente na minha estabilidade financeira permitindo que eu desempenhe minhas funções com menos preocupações externas. Embora todos os benefícios citados sejam excelentes, este em específico me proporciona a base necessária para manter minha produtividade e qualidade de vida em equilíbrio, funcionando como um pilar de suporte essencial no meu cotidiano.

segurança

Devido a minha situação atual com uma filha pequena.

Benefício ta ok, tem que melhorar o salário. Uma coisa não pode substituir a outra.

Alimentação e saúde presentes na qualidade de vida.

Marquei os que uso habitualmente

Pois incorpora ao valor do salário, auxiliando no sustento familiar

Possuem impacto positivo principalmente em minha saúde mental e física, pois contribuem diretamente para meu bem-estar e qualidade de vida. O vale alimentação auxilia na manutenção de uma alimentação adequada, o plano de saúde proporciona segurança e acesso aos cuidados necessários, o auxílio atividade física incentiva hábitos saudáveis e o day off favorece momentos de descanso e equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

ter o plano de saúde é uma segurança, e o fato do vale alimentação ser um cartão banderado possibilita o uso em diversos estabelecimentos

São benefícios que contribuem para saúde física e financeira dos colaboradores, aumento ainda mais a satisfação em trabalhar na cooperativa.

Devido não ter folga, o descanso na folga do aniver traz qualidade mental e física

Geram impacto na qualidade de vida devido poder dar um conforto melhor para família e com por exemplo o day-off aproveitar mais com os filhos.

Principalmente o Vale alimentação e o Plano de Saúde permitem que cada um de nós consiga focar em pagar as contas com menos preocupações.

Os benefícios fazem muita diferença pra mim, porque com o vale eu consigo comprar a comida do mês sem precisar mexer no meu salário, e isso ajuda muito. E com o plano eu

https://docs.google.com/forms/d/1anvjUw3q1WTEYKxeKy8ihNIjSVui_71xa0luG_Xmw5A/viewanalytics

Fonte: Pesquisa via Google Forms, Autor (2026).

ANEXO D (continuação)

consigo fazer consultas, ir ao psicólogo, fisioterapia e exames quando preciso, o que traz melhora na minha qualidade de vida.

Sobre o alimentação, é um valor muito bom que ajuda nas despesas de casa. E o plano de saúde, segurança quanto a assistência de saúde segura em casos de necessidade.

Não teria condições financeiras de custear caso não trabalhasse na Unimed.

Pois o vale alimentacao, faz muita diferenca para quem tem filhos.

Posso proporcionar uma qualidade de vida melhor pra minha familia.

ajuda em áreas importantes da minha vida, trazendo qualidade de vida.

Estou trabalhando somente na Unimed e ter o vale alimentação traz tranquilidade, saber que a alimentação é garantida é de grande valia. E ter um plano de saúde nem se fala, a saúde na nossa cidade é muito precária e ter um plano de saúde como o nosso é incrível.

Ajuda financeira nas despesas

Vale Alimentação

Com o plano de saúde, conseguimos realizar nossas consultas, de modo prático e rápido. Não tomando muito do nosso tempo em longas filas de espera. E com o vale alimentação é uma excelente opção pois não precisamos tirar parte de nosso salario para realizar compras de mercados e etc, assim fica mais fácil economizar e guardar parte dele no "cofrinho"

Possibilidade de atividades físicas por um valor justo; Segurança relacionada à minha saúde; Auxílio nas compras mensais familiares.

Acaba somando ao salario oque ajuda nas despesas da casa.

No meu caso são mais usuais, e colaboram com a qualidade de vida e minha e da minha familia

Plano de saúde - prevenção; vale alimentação - impacto positivo na remuneração; day-off - passar o dia com a família.

Vejo que o vale alimentação é o complemento do nosso salário, tendo em vista os últimos dissídios onde nossos aumentos salariais não acompanharam as subas de preços e inflação, temos o vale como peça compensadora.

Day off traz a qualidade de termos uma folga dentro de uma cultura onde parece que estamos sempre que estar mostrando trabalho e mais trabalho, mesmo que isso não signifique performance.

O seguro me traz mais segurança em saber que se algo acontece comigo minhas filhas estarão minimamente amparadas.

Vale Alimentação - compõe um valor considerável da renda mensal.

https://docs.google.com/forms/d/1anvJUw3q1WTEYKxeKy8ihNIjSVui_7Ixa0luG_Xmw5A/viewanalytics

Fonte: Pesquisa via Google Forms, Autor (2026).

ANEXO D (continuação)

O plano de saúde gera uma maior segurança com a saúde própria no dia a dia, e o vale alimentação cobre um bom valor mensal

O plano de saúde , pois acredito que seja um ótimo benefício pois pensa na qualidade de vida do colaborador , dando a ele a condição de tratar de sua saúde .

Plano de saúde e Vale alimentação complementam o valor do salário e acho muito importante. Os auxílios para

O vale alimentação e o plano de saúde para mim são os principais benefícios que auxiliam impactam na qualidade de vida, pois o vale é complemento importante ao salário e o plano sem ele não teríamos condições de manter a saúde em dia

Plano: pela facilidade de acesso a exames, médicos e etc. Vale: por contribuir consideravelmente no orçamento mensal.

Consigo planejar melhor meu aniversário, não me preocupo com o rancho e o convênio me ajuda muito, e o gympass faz ter melhor acessos a academias que o valor é um pouco mais alto.

Atualmente, este benefício gera um grande impacto positivo em minha qualidade de vida, pois me permite manter uma vida mais saudável, além de proporcionar recursos financeiros que contribuem para alcançar uma vida digna, com mais segurança, bem-estar e estabilidade.

Moro sozinho e não tenho família no estado. Por isso, cuidar da saúde é um ponto crucial para que eu consiga continuar trabalhando e estudando. Nesse sentido, contar com plano de saúde e plano odontológico é muito importante para mim. Os demais benefícios, como vale-alimentação, day off e auxílio escolar, contribuem como diferenciais no mercado de trabalho. Para mim, eles funcionam como fatores de engajamento e, além disso, representam um importante alívio financeiro.

Vale alimentação agrega valor em minha família, plano me dá segurança de onde ir quando preciso. Gympass comecei a usar a pouco, estou gostando e o valor bem bom.

Permite acesso a itens que ajudam a ter uma melhor qualidade de vida

Vale alimentação ajuda na situação financeira, day-off como um dia de descanso, gympass como ajuda financeira para cuidar do corpo, plano de saúde para poder cuidar melhor da saúde

plano de saúde é essencial , apesar do alto custo dos dependentes e limitação para inclusão de conjuges, ainda é um benefício essencial, bem como a uniodonto. O vale alimentação complementa a renda de forma muito significativa, bem como o auxílio creche. o auxílio Escola, apesar de menos significativo auxilia de forma indireta. E o Day-off traz mais leveza a um dia especial.

Plano de saúde é essencial para podermos trabalhar com saude, uniodonto maravilhoso para podermos cuidar de nosso sorriso, vale alimentação ótimo.

https://docs.google.com/forms/d/1anvUw3q1WTEYKxeKy8ihNIjSVui_7Ixa0luG_Xmw5A/viewanalytics

ANEXO E – Comparativo do Índice de Faltas Não Justificadas após o *Day-off*

Tabela 2 – Índice de Trimestral de Faltas Não Justificadas

COMPARATIVO TRIMESTRAL DE FALTAS 2025 X 2026					
	Competência	Horas esperadas (Hrs)	Horas absenteísmo (total Hrs)	% total absenteísmo	Horas Faltas Não Justificadas
4º trimestre 2025	outubro/25	137.134,00	8.598,97	6,27%	149,33
	novembro/25	136.834,00	8.193,12	5,99%	261,67
	dezembro/25	135.555,00	7.334,83	5,41%	153,33
	Total	409.523,00	24.126,91		564,33
	Média	136.507,67	8.042,30	5,89%	188,11
1º trimestre 2026	Janeiro/26*	134.927,00	6.814,61	5,05%	178,33
	Fevereiro/26	134.497,00	6.062,45	4,51%	77,00
	Março/26	133.309,00	5.974,02	4,48%	121,33
	Total	402.733,00	18.851,07		376,67
	Média	134.244,33	6.283,69	4,68%	125,56
Variação absoluta			1.758,61	1,21%	62,56
% Redução			-21,87%	-20,54%	-33,25%
* A concessão de folgas do Day-off de aniversário foi implementada a partir de janeiro/2026.					

Fonte: Autor (2026).

ANEXO F – Cronograma do Café dos Aniversariantes com a Diretoria 2026

Tabela 3 –Cronograma Mensal de 2026: Café dos Aniversariantes com a Diretoria

 Café Dos Aniversariantes com a Diretoria Cronograma 2026			
Período	Data	Horário	Local
janeiro/2026	27/01/2026	7:30h	Auditório do Complexo
fevereiro/2026	24/02/2026	7:30h	Auditório do Complexo
março/2026	31/03/2026	7:30h	Auditório do Complexo
abril/2026	28/04/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
maior/2026	26/05/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
junho/2026	30/06/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
julho/2026	28/07/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
agosto/2026	25/08/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
setembro/2026	29/09/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
outubro/2026	27/10/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
novembro/2026	24/11/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio
dezembro/2026	15/12/2026	7:30h	Novo Refeitório do Prédio de Apoio

Fonte: Autor (2026).