

## **POLÍTICA DE SAÚDE E BEM-ESTAR NO AMBIENTE DE TRABALHO**

### **Versão 1.0 – NCT INFORMÁTICA SUDESTE LTDA**

**Aprovado em 03/02/2025**

#### **1. Introdução**

A presente Política de Saúde e Bem-Estar no Ambiente de Trabalho visa garantir que todos os colaboradores da NCT INFORMÁTICA SUDESTE LTDA, doravante denominada CYBERVAULT SOLUÇÕES TI, trabalhem em um ambiente que promova a saúde, o bem-estar, a satisfação e o desenvolvimento pessoal e profissional. Reconhecemos que um ambiente de trabalho saudável favorece o desempenho, a retenção de talentos e a sustentabilidade da empresa.

#### **2. Princípios Éticos Fundamentais**

A CYBERVAULT SOLUÇÕES TI adota como princípios norteadores:

- Respeito à dignidade, integridade e individualidade de cada colaborador.
- Promoção de equilíbrio entre vida pessoal e profissional.
- Garantia de ambiente de trabalho seguro (físico, ergonômico e psicossocial).
- Desenvolvimento contínuo e capacitação dos colaboradores.
- Comunicação aberta, transparente e participativa.
- Monitoramento e melhoria contínua com base no feedback dos colaboradores.

#### **3. Aplicação**

Esta política aplica-se a todos os colaboradores da empresa (sejam efetivos, contratados ou estagiários), independentemente do cargo, local de trabalho ou regime (presencial ou remoto).

#### **4. Diretrizes de Ação**

##### **4.1. Saúde e segurança do trabalho**

- 4.1.1. Cumprimento das normas regulamentadoras (NRs) e boas práticas de saúde ocupacional.
- 4.1.2. Avaliação periódica das condições ergonômicas e psicossociais do trabalho.
- 4.1.3. Treinamentos e orientações sobre ergonomia, pausas e gestão de estresse
- 4.2. Equilíbrio vida profissional e pessoal
  - 4.2.1. Incentivo ao uso de pausas regulares e férias adequadas.
  - 4.2.2. Flexibilidade de horários e possibilidade de trabalho remoto, quando aplicável.
  - 4.2.3. Respeito ao direito ao descanso e desconexão fora do expediente.
- 4.3. Desenvolvimento, reconhecimento e engajamento
  - 4.3.1. Reuniões periódicas de feedback e acompanhamento de desempenho.
  - 4.3.2. Incentivo a cursos, certificações e eventos da área de cibersegurança.
  - 4.3.3. Reconhecimento de conquistas e boas práticas.
- 4.4. Ambiente de trabalho saudável e colaborativo
  - 4.4.1. Cultura de respeito, diversidade e combate a qualquer forma de discriminação.
  - 4.4.2. Comunicação aberta e canais de escuta segura para todos os colaboradores.
  - 4.4.3. Incentivo à cooperação e empatia no ambiente de trabalho.
- 4.5. Bem-estar e incentivos à saúde
  - 4.5.1. Pausas curtas para descanso e alongamento.
  - 4.5.2. Incentivo à alimentação saudável e prática de atividades físicas.
  - 4.5.3. Apoio psicológico ou encaminhamento, se necessário

## **5. Responsabilidades**

- 5.1. A liderança é responsável por promover esta política e garantir recursos para sua execução.
- 5.2. Os colaboradores devem participar ativamente das iniciativas e respeitar os colegas.
- 5.3. O setor de RH (ou responsável designado) monitorará a implementação e proporá melhorias.

## **6. Monitoramento e Melhoria Contínua**

- 6.1. Indicadores simples serão utilizados, como pesquisas de satisfação e controle de horas extras.
- 6.2. Revisão anual desta política para ajustes e aprimoramentos.
- 6.3. Divulgação de atualizações a todos os colaboradores.

## **7. Comunicação e Divulgação**

- 7.1. Disponibilização desta política no manual do colaborador e em formato digital.
- 7.2. Sessões de apresentação e onboarding de novos colaboradores com base nesta política. Este documento entra em vigor na data de sua aprovação e deverá ser revisado periodicamente para garantir sua efetividade e conformidade com a legislação.

## **8. Disposições Finais**

- 8.1. Esta política entra em vigor na data de aprovação.
- 8.2. Situações não previstas serão avaliadas pela liderança, mantendo os princípios deste documento.
- 8.3. Não substitui direitos garantidos pela legislação trabalhista brasileira.

**Brasília-DF**

**Crystine Joranezon Rodrigues**