



PODER JUDICIÁRIO DO ESTADO DO ACRE
Escola do Poder Judiciário

EDITAL Nº 43/2023

O Desembargador **Elcio Sabo Mendes Júnior**, Diretor da Escola do Poder Judiciário – ESJUD, no uso de suas atribuições legais e de acordo com a legislação pertinente, faz saber pelo presente Edital que as inscrições estarão abertas para o seminário de **"Voz que Brilha – Programa de Cuidados e Exercícios Vocais para Profissionais da Voz"**, conforme as regras a seguir.

1. DAS INFORMAÇÕES GERAIS

- 1.1. **Formação:** Voz que Brilha – Programa de Cuidados e Exercícios Vocais para Profissionais da Voz.
- 1.2. **Modalidade:** Presencial.
- 1.3. **Carga horária:** 16 h/a.
- 1.4. **Realização:** 17 a 20/07 e 24 a 27/07 - Das 12h às 14h.
- 1.5. **Local de realização:** Escola do Judiciário do Acre - Esjud/TJAC.
- 1.6. **Inscrições:** de 6 a 12 de julho de 2023.
- 1.7. **Objetivo:** Promover a conscientização sobre a importância da saúde vocal, prevenir possíveis problemas vocais e fornecer técnicas fonoaudiológicas para o aprimoramento da produção vocal.
- 1.8. **Justificativa.**

A voz é uma ferramenta essencial para os profissionais da comunicação, que têm sua voz como principal instrumento de trabalho.

No entanto, o uso excessivo e inadequado da voz, juntamente com a exigência de desempenho vocal de alta qualidade, pode levar a problemas de saúde vocal e comprometer o desempenho desses profissionais. Eles estão expostos a fatores de risco como a fala contínua, uso de tons variados, projeção vocal intensa, longas jornadas de trabalho e até mesmo o estresse decorrente do ambiente de trabalho.

Portanto, é fundamental realizar um trabalho de voz direcionado aos profissionais da comunicação, com o objetivo de promover a conscientização sobre a importância da saúde vocal, prevenir possíveis problemas vocais e fornecer técnicas fonoaudiológicas para o aprimoramento da produção vocal.

Ao investir em um programa de trabalho de voz específico para profissionais da comunicação, espera-se alcançar os seguintes benefícios:

- **Preservação da saúde vocal:** A conscientização sobre práticas vocais saudáveis e a implementação de exercícios de aquecimento, relaxamento e cuidados vocais adequados podem ajudar a prevenir lesões, fadiga vocal e o desenvolvimento de distúrbios vocais, garantindo uma voz saudável e de qualidade ao longo da carreira;
- **Melhoria do desempenho vocal:** Através do treinamento vocal e da utilização de técnicas específicas, os participantes poderão aprimorar aspectos fundamentais da produção vocal, como projeção, articulação, dicção e expressividade, proporcionando uma comunicação mais clara, impactante e cativante;
- **Aumento da autoconfiança e segurança vocal:** O trabalho de voz auxiliará os participantes a desenvolverem uma consciência corporal e vocal mais apurada, aumentando sua autoconfiança na hora de se comunicar. Isso resultará em maior segurança vocal, redução do estresse e melhoria na transmissão da mensagem aos ouvintes;
- **Redução do absenteísmo e do turnover:** Ao promover a saúde vocal e o bem-estar dos profissionais da comunicação, é possível reduzir a ocorrência de afastamentos por problemas vocais, diminuindo o absenteísmo e garantindo maior continuidade nas atividades profissionais. Além disso, um ambiente de

trabalho que valoriza a saúde vocal e oferece suporte aos profissionais tende a aumentar a satisfação e o engajamento, contribuindo para a retenção de talentos;

Promover o bem-estar emocional dos participantes, reduzindo a ansiedade relacionada à fala em público e proporcionando uma experiência profissional mais positiva;

- Preservar a identidade vocal dos profissionais, permitindo que desenvolvam uma expressão única e autêntica em suas atividades de comunicação.

Em resumo, o trabalho de voz direcionado aos profissionais da comunicação é fundamental para preservar a saúde vocal, aprimorar a comunicação, valorizar os profissionais, promover o bem-estar e preservar a identidade vocal. Ao investir nesse aspecto, a instituição demonstra comprometimento com a qualidade da comunicação, valorização de seus colaboradores e cuidado com a imagem institucional, além de contribuir para a construção de uma cultura de excelência e cuidados com a voz.

Essa iniciativa não só beneficia diretamente os profissionais, mas também impacta positivamente os ouvintes, que desfrutam de uma experiência auditiva mais agradável e envolvente. Ao investir na saúde vocal de seus colaboradores, as instituições promovem a valorização da voz como ferramenta de trabalho e reforçam seu compromisso em oferecer conteúdos de qualidade, potencializando sua relevância e influência no âmbito da comunicação.

2. DO PÚBLICO-ALVO

2.1. Público-Alvo Prioritário: Servidoras(es) lotados na Diretoria de Informação Institucional - DIINS do Poder Judiciário do Acre.

2.1.1 Público-Alvo Remanescente: Servidoras(es) do Poder Judiciário do Acre que atuam em atividades essenciais à voz.

2.2 Número de Vagas: 15.

3. DAS INSCRIÇÕES

3.1. Pré-requisitos:

3.1.1. Possuir endereço de correio eletrônico (*e-mail*) válido e atual; o *e-mail* deverá ser de uso exclusivo do(a) aluno(a) e consultado, preferencialmente, diariamente.

3.2. A inscrição será registrada no sistema EmeronWeb, via <https://escola.tjac.jus.br/emeronWeb/externas/inscricoes/listar.xhtml>.

3.3. A Gerência da Administração de Ensino – GEADE fará o controle de frequência dos(as) alunos(as) mediante lista de frequência no evento.

3.4. Ao final da ação educacional a Gerência da Administração de Ensino – GEADE fará os devidos registros no Sistema EmeronWeb para a liberação da certificação.

4. DO PREENCHIMENTO DAS VAGAS

4.1. As vagas serão preenchidas pelo público-alvo do item 2.1 deste edital.

4.2. Para efeito do preenchimento das vagas será considerado o público-alvo descrito no item 2.1 deste Edital, seguido da ordem de inscrição realizada no Sistema de Gestão do Ensino da ESJUD.

4.3. O deferimento de inscrições em número superior à disponibilidade de vagas do item 2.2 será decidido pela Direção da ESJUD.

5. UNIDADES E CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

5.1 DIAGNÓSTICO

5.1.1 Aplicação de Questionário “Você Abusa da Sua Voz”, para ter um parâmetro de abusos vocais cometidos pelo trabalhador.

5.2 VOZ: COMO ACONTECE

5.2.1 Produção da Voz;

5.2.2 Cuidados com a Voz.

5.3 RELAXAMENTO CORPORAL

5.3.1 Relaxamento Corporal – trabalhando as tensões do corpo.

5.4 RESPIRAÇÃO DIAFRAGMÁTICA

5.4.1 Respiração diafragmática: o segredo de uma voz poderosa.

5.5 AQUECIMENTO E DESAQUECIMENTO VOCAL – AQUECENDO PARA A AÇÃO

5.6 IMPOSTAÇÃO DA VOZ

5.6.1 Ressonância de Voz;

5.6.2 Projeção Vocal.

5.7 ENTONAÇÃO VOCAL

5.7.1 Ênfases, Pausa e Ritmo.

5.8 ENCERRAMENTO

5.8.1 Atividades práticas do cotidiano de trabalho

5.1 FORMADORA

Gabriela Lima é fonoaudióloga pela PUCPR, especialista em Saúde Mental pela UFAC, especialista em Motricidade Orofacial pela Universidade São Lucas, especialista em Processos Educacionais na Saúde pelo Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa, Mestre em Fonoaudiologia pela FOB/USP. Analista Comportamental e Coach pelo Instituto Brasileiro de Coaching – IBC e pelo Instituto Gerônimo Thelm. É Especialista em Coaching Criacional Avançado pelo IGT. Atuou como fonoaudióloga da rede pública de saúde de Rio Branco por 15 anos, destacando-se o trabalho junto ao Centro de Referência Estadual em Saúde do Trabalhador – CEREST/SESACRE, com oficinas de voz para trabalhadores da Educação. Também coordenou a Divisão de Educação na Saúde da Secretaria Municipal da Saúde de Rio Branco. Foi instrutora e idealizadora de cinco projetos de Oficinas de Voz e Comunicação, financiados por leis de fomento à Cultura, por onde passaram centenas de pessoas. Atuou como facilitadora de aprendizagem em especializações pelo Instituto Sírio Libanês de Ensino e Pesquisa e pela Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul (UEMS). Foi coordenadora geral do projeto do Ministério da Saúde PET-Saúde/GraduaSUS. Atualmente é radialista da Rádio Aldeia FM do Sistema Público de Comunicação. Há 19 anos desenvolve cursos, workshops e treinamentos com grupos na área de voz, oratória, liderança, gestão, além de trabalhos individuais e para empresas em consultoria, treinamento, coaching de carreira com ênfase em voz e comunicação, liderança, gerenciamento de equipes e projetos.

6. DA CERTIFICAÇÃO

6.1. Terá direito ao certificado de participação no seminário o aluno devidamente matriculado na ação educacional e que participe da carga horária total do evento.

6.2. O concludente obterá o certificado no Sistema EmeronWeb, acessando o [link https://escola.tjac.jus.br/emeronWeb/](https://escola.tjac.jus.br/emeronWeb/), após preenchimento da Avaliação de Reação.

6.3. Avaliação de Reação:

Ao final do curso, o(a) estudante apontará o seu grau de satisfação com relação ao seminário.

7. DA METODOLOGIA

7.1. O curso será presencial sem conduzido pela formadora, onde além da fundamentação teórica, serão trabalhados exercícios práticos sobre o cuidado com a voz. Serão disponibilizados materiais complementares e exposições dos formadores no Ambiente Virtual de Aprendizagem da Esjud - AVA/ESJUD.

7.2. **Necessidades para realização do curso:** Sala de aula climatizada, equipamento de audiovisual (computador e telão), caixa de som, cabo HDMI (para conectar notebook próprio, internet e microfone. Caso possível, colchonetes, para atividade de relaxamento e respiração.

8. DO CONTROLE DE FREQUÊNCIA

8.1. Tratando-se de atividade a ser realizada presencial, a ESJUD fará a aferição da presença por meio da confirmação durante o evento.

9. DA ESTIMATIVA DE GASTOS PARA A REALIZAÇÃO DO TREINAMENTO

9.1 O curso não afetará o orçamento da ESJUD.

10. DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

10.1. O cancelamento de inscrição poderá ser feito pelo participante até 48 (quarenta e oito) horas antes da data do início da ação educacional, mediante envio dessa solicitação ao *e-mail* da Gerência de Administração de Ensino - GEADE: geade@tjac.jus.br.

10.2. A Gerência de Administração de Ensino - GEADE será responsável pelo monitoramento da frequência do(a) aluno(a) em cada aula ministrada no curso e poderá disponibilizar lista de presença a ser assinada pelos(as) participantes, bem como contatar diretamente o(a) aluno(a) faltante para obter informações a respeito de sua ausência.

10.3. O(a) aluno(a) faltoso(a) poderá justificar sua ausência, por meio de envio de *e-mail* à Gerência de Administração de Ensino - GEADE (geade@tjac.jus.br), no prazo de até 48 (quarenta e oito) horas a contar da última aula de que não participou.

10.4. A GEADE irá repassar a justificativa da ausência à Direção da Escola do Poder Judiciário do Acre - ESJUD para decisão acerca do acolhimento da justificativa apresentada pelo(a) aluno(a) faltoso(a).

10.5. A Direção da ESJUD poderá, diante de eventual ausência de justificativa de não participação por parte do(a) aluno(a) faltoso(a), substituí-lo(a) por outro(a) aluno(a) constante das vagas remanescentes, o qual será selecionado conforme a ordem de inscrição do curso no Sistema.

10.6. Demais omissões verificadas neste Edital serão sanadas pela Direção da ESJUD.

Anexo I

Cronograma

DATA	HORÁRIO	LOCAL	ETAPA
Em 05 de julho de 2023	8h	https://esjud.tjac.jus.br	Publicação do Edital
De 6 a 12 de julho de 2023	Das 8h do dia 6 de julho até 23h59min do dia 12 de julho de 2023	https://esjud.tjac.jus.br	Período de divulgação e inscrições
17 a 27 de julho de 2023	De 12h às 14h	Escola do Poder Judiciário do Acre	Curso



Documento assinado eletronicamente por **Elcio Sabo Mendes Junior**, Diretor da ESJUD, em 04/07/2023, às 19:29, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



A autenticidade do documento pode ser conferida no site <https://sei.tjac.jus.br/verifica> informando o código verificador **1511097** e o código CRC **5A659CCA**.