



EDITAL

A ESCOLA JUDICIAL DOS SERVIDORES comunica a realização da palestra ‘GESTÃO DO TEMPO COM PROPÓSITO: PLANEJAMENTO INTELIGENTE PARA UM 2026 LEVE E EFICIENTE’, sob a coordenação de Miguel da Costa Santos, coordenador da EJUS 1, Pedro Cristovão Pinto e Walter Salles Mendes, escreventes técnicos judiciários da EJUS 1, no dia **29 de janeiro de 2026**.

OBJETIVOS: Promover a reflexão sobre a relevância de planejamento, divulgar e incentivar o uso de ferramentas para que os participantes planejem e gerenciem melhor o seu tempo em 2026, alinhando metas pessoais e profissionais ao seu propósito, de forma inteligente, leve e eficiente. Elaborar um planejamento anual com vistas a promover equilíbrio entre produtividade e bem-estar. Compreender a importância de definir metas com intenção, conectadas ao propósito pessoal e profissional. Refletir sobre a importância da utilização de planejamento como ferramenta consciente de direcionamento da vida e do trabalho. Analisar a própria utilização do tempo, diferenciando atividades urgentes e importantes, com base na Matriz de Eisenhower. Reconhecer os principais fatores de distração que comprometem o foco, a produtividade e o equilíbrio diário. Desenvolver a capacidade de priorizar metas, evitando sobrecarga e decisões reativas. Aplicar o conceito de metas SMART na construção de objetivos claros, mensuráveis e alcançáveis. Entender o planejamento em camadas, integrando curto, médio e longo prazos. Valorizar a gestão da energia, reconhecendo limites físicos, emocionais e mentais como parte da produtividade sustentável. Estabelecer compromissos práticos e possíveis para 2026, alinhados à realidade de cada participante. Conhecer ferramentas e recursos que auxiliam na organização, no acompanhamento de metas e na gestão eficaz do tempo. Ao final do evento cada participante dever ser capaz de elaborar um planejamento pessoal e profissional para o ano de 2026, utilizando as ferramentas apresentadas.

PÚBLICO-ALVO: Servidores do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo.

VAGAS OFERECIDAS: 10.000 (dez mil) vagas para a modalidade a distância.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

1. A participação importará o conhecimento de todas as instruções, tais como se acham estabelecidas neste Edital, não podendo ser alegada qualquer espécie de desconhecimento.
2. Os servidores do Tribunal de Justiça deverão observar as normas contidas na Portaria Conjunta nº 1, de 3 de setembro de 2012, publicada no DJE em 28/9/2012, págs. 1 a 4 e alteração publicada no DJE em 1º/2/2013, pág. 1.
3. A palestra será realizada via Microsoft Teams, com acesso em tempo real, dispensado o ato de inscrição, bastando acessar o link informado ao final do edital.
4. Os participantes desde já ficam cientes de que não será computada a frequência para aqueles que acessarem a palestra por meio de smartphones ou tablets.
5. Haverá emissão de certificado eletrônico àqueles que apresentarem no mínimo 75% (setenta e cinco por cento) de frequência.
6. Eventuais dúvidas poderão ser encaminhadas para ejus.eventos@tisp.jus.br.

PROGRAMAÇÃO:

Data: 29/1/2026 (quinta-feira)

Horário: das 10h às 12h

Tema: Gestão do tempo com propósito: planejamento inteligente para um 2026 leve e eficiente.

Conteúdo programático: Metas com intenção. Planejamento com propósito: o porquê antes do como. Análise da utilização do tempo (urgente x importante) – Matriz de Eisenhower. distrações. Priorização de metas. Metas SMART. Planejamento em camadas. Agenda realista (compromissos pessoais e profissionais). Gestão de energia. Compromissos práticos para 2026. Ferramentas que auxiliam na construção de metas e na gestão eficaz do tempo.

Palestrante: Marjani Letícia Anschau – Bacharel em Direito e Especialista em Direito Processual Civil (Novo Código Civil). Técnica Judiciária do Tribunal de Justiça do Estado do Rio Grande do Sul, com experiência na área jurídica e na formação de magistrados e servidores. Professora e Tutora no Centro de Formação do Judiciário Gaúcho (CJud) e Formadora habilitada pela ENFAM. Atua como palestrante em temas voltados à gestão do tempo e desenvolvimento profissional. Possui extensão universitária pelo Instituto Brasileiro de Coaching (IBC) em Profissional e Self Coaching, Analista Comportamental e Leader Coach, com foco em Gestão Eficaz do Tempo.

METODOLOGIA: Aula teórico-expositiva, com apresentação de exemplos práticos de como aplicar ferramentas para a gestão do tempo e construção de metas, com apoio em slides, envio de apostila/artigos aos alunos, e possibilidade de interação entre palestrante e participantes.

[Clique aqui para acessar o evento](#)