

A3 DA SEMANA

Das 46 caixas abertas à decisão sobre o que fazer, quando e com quem, em uma folha só



COMO USAR O A3

1. Preencha os blocos **1 a 4, à esquerda**, com o que Capturar, Esclarecer e Organizar já entregaram: contexto, número atual, meta e o que ficou visível ao organizar.

2. No bloco **5**, registre só a causa que o Diário de Energia (R13) e o Registro de Interrupções (R15) mediram, nunca uma impressão de "falta de tempo" ainda não medida.
3. Os blocos **6 e 7** resumem o que Engajar decidiu (G16-G18): não reescreva a análise, resuma a decisão.

4. O bloco **8** fecha o ciclo: como o Painel de Indicadores (R14) acompanha isso, e o que esta semana ainda não responde.

LADO ESQUERDO · A SEMANA, MEDIDA

1 CONTEXTO E PERGUNTA de onde a semana partiu (C01)

Rafael Nunes, Coordenador de Operações da Distribuidora Contimax, equipe de 8 pessoas, 10 horas de trabalho por dia, 5 dias por semana. Sensação constante de não entregar nada, apesar da jornada longa (Inventário de Compromissos, C01).

2 SITUAÇÃO ATUAL o número que mostra o tamanho do volume (C01, E04)

46 compromissos em aberto no inventário (C01); a Árvore de Decisão (E04) classificou 12 para delegar e 11 para agenda ou lista de próxima ação, mas nenhum dos dois tinha sistema até esta semana.

3 META o que sucesso significa nesta semana, com referência (R14)

Reduzir o inventário de compromissos abertos para 20, manter o Kanban dentro do limite de WIP de 3 e reduzir a interrupção evitável para 120 minutos por semana (Painel de Indicadores Pessoais, R14).

4 ACHADOS o que Organizar mostrou (O08, O10, O09)

9 tarefas em "Em andamento" ao mesmo tempo no Kanban (O08), 4 delas projetos de múltiplos passos sem próxima ação nomeada (O10); nenhum bloco da Agenda por Blocos (O09) reservado para trabalho de concentração.

LADO DIREITO · A DECISÃO, SUSTENTADA

5 CAUSA CONFIRMADA medida por Refletir, não só sentida no corpo (R13, R15)

O Registro de Interrupções (R15) mediu 141 minutos (4,7% da semana) perdidos em interrupção evitável ou parcialmente evitável, e o Diário de Energia e Foco (R13) mostrou que 5 dos 10 blocos de baixa energia da semana foram usados para tarefa que exige concentração: o problema não é a jornada de 10 horas, é a falta de decisão sobre o que fazer, quando e com quem.

6 RECOMENDAÇÃO a decisão que os números sustentam (E06, R12)

Adotar a Revisão Semanal (R12) como rito fixo de sexta-feira, delegar com critério (E06) em vez de decidir tudo sozinho, e proteger um bloco de concentração por dia às 8h, sempre no horário de energia mais alta.

7 PLANO DE AÇÃO quem faz o quê e até quando (G16, G17, G18)

3 prioridades escolhidas na véspera (G16), reunião só com pauta e ata em 24 horas (G17), e o 5W2H (G18) fechando cada ação com dono, prazo e custo.

8 ACOMPANHAMENTO E O QUE FICA EM ABERTO como saber se funcionou, e o limite desta semana

O Painel de Indicadores Pessoais (R14) é revisado a cada Revisão Semanal (R12), sempre no mesmo horário de sexta-feira. Um indicador em CRÍTICO por duas semanas seguidas volta para a Árvore de Decisão (E04) antes da próxima revisão.

ACOMPANHAMENTO E LIMITES os mesmos indicadores do Painel de Indicadores Pessoais (R14), revisados a cada Revisão Semanal (R12)

INDICADOR	ATUAL	META	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL	PRÓXIMA REVISÃO
Compromissos em aberto no inventário	23	20	Semanal	Rafael Nunes	26/09/2026
Tarefas "Em andamento" ao mesmo tempo (WIP)	3	3	Diária	Rafael Nunes	21/09/2026
% de blocos de baixa energia com tarefa de concentração	22%	20%	Semanal	Rafael Nunes	26/09/2026
Minutos de interrupção evitável por semana	141	120	Semanal	Rafael Nunes	26/09/2026

O QUE ESTA SEMANA NÃO RESPONDE

Se a equipe de 8 pessoas absorve as 12 delegações sem represar em outro ponto, e se os minutos recuperados da interrupção evitável viram entrega de verdade ou só alívio de curto prazo: as próximas Revisões Semanais (R12) que respondem.

SEMANA	RESPONSÁVEL	PATROCINADOR	PRÓXIMA REVISÃO
15 a 19/09/2026	Rafael Nunes, Coordenador de Operações	Diretoria de Operações	26/09/2026