



3º CONGRESSO DE  
QUALIDADE DE VIDA  
E SAÚDE NO TRABALHO

---

DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE



**PROAP**

**PROGRAMA DE APOIO A APOSENTADORIA**  
GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE

SENISE DORIANA DE SOUSA FEITOSA

PSICÓLOGA – CRP 17/1435

[escoladegoverno@rn.gov.br](mailto:escoladegoverno@rn.gov.br)

# O QUE É?



Um espaço de acolhimento, orientação, reflexão e discussão sobre trabalho-aposentadoria e os aspectos psicossociais envolvidos.



GOVERNO  
DO ESTADO  
DO RIO GRANDE  
DO NORTE  
Secretaria de Administração  
e Recursos Humanos  
Estado



PROGRAMA  
  
Qualidade de Vida  
e Saúde no Trabalho  
GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE

# Por que?



- Lei N. 8.842, de 04/01/1994, dispõe que é competência dos órgãos e entidades públicas **criar e estimular a manutenção** de programas de preparação para aposentadoria. (Política Nacional do Idoso)
- Lei N. 10741, de 01/10/2003, Artigo 28, dispõe que o Poder público criará e estimulará programas de preparação dos trabalhadores para a aposentadoria. (Estatuto do Idoso)
- Plano Internacional para o envelhecimento, aprovada na II Assembleia Mundial do Envelhecimento (Madri/Espanha) / Organização Mundial de Saúde.

# Como?



- Cursos de Preparação a Aposentadoria, para servidores em fase de transição;
- Atividades Físicas e Nutricionais, preparando para o envelhecimento;
- Atividades de Empreendedorismo preparando o servidor para a vida pós-aposentadoria;
- Cursos, oficinas, palestras voltados para este público-alvo.
- Encontros com aposentados e servidores na transição trabalho-aposentadoria.
- Apoio e aconselhamento psicológico.

# OBJETIVOS :



- Discutir temáticas que amadureça o servidor, estimulando-o a construir seu projeto de vida pós-carreira;
- Proporcionar um espaço que auxilie o servidor a se compreender melhor e entender o processo de aposentadoria e suas peculiaridades;
- Auxiliar no resgate da autoestima do servidor público estadual em fase de transição trabalho-aposentadoria;
- Trabalhar a ansiedade, medo e outros aspectos que marcam a fase pré-aposentadoria;

# OBJETIVOS:



- Trabalhar as perdas e os novos papéis sociais, refletindo sobre outras áreas da vida.
- Discutir os reflexos dos aspectos biológicos, sociais, psicológicos, financeiros e culturais na fase de transição trabalho-aposentadoria em paralelo a fase de envelhecimento;
- Esclarecer sobre a legislação previdenciária e participação cidadã, além de novos rumos para a fase pós carreira.
- Auxiliar o servidor público a pensar novos caminhos. (ex. novos negócios, cursos e capacitações, oficinas programações culturais da cidade/lazer).

# CURSO

## OBJETIVO:

Capacitar o servidor público estadual, enquanto protagonista de sua própria história, na transição trabalho – aposentadoria.

## ÊNFASE :

- Autoconhecimento
- Perdas
- Ganhos



## ESTRUTURA:

- 06 módulos;
- Encontros semanais (quartas-feiras);
- Duração de 04h/aula.
- Horário: 08h às 12h
- Intervalo de 15 minutos
- Modalidade: presencial.
- Turma: Mista.



# MATRIZ



- Módulo I) O significado e o lugar do trabalho na vida: aspectos psicossociais.
- Módulo II) Os significados da aposentadoria.
- Módulo III) Transição Trabalho-aposentadoria/envelhecimento.
- Módulo IV) Maturidade Ativa – cuidados com o corpo e alimentação.
- Módulo V) Legislação Previdenciária, Participação Cidadã e Novos Caminhos Pós Carreira.
- Módulo VI) Projeto de Vida.



# AValiação



- Demanda existente ( Projeção para 5 anos: 9.789 servidores/SEARH)
- Viabilidade do Programa X Parcerias;
- Relevante para os servidores públicos estaduais ( aptos à aposentadoria hoje: 9.367 SEARH)
- Cumprimento da legislação;
- Cuidado e aceitação positiva do servidor;
- Servidor enquanto protagonista de sua própria historia, sendo capaz de (re)organizar Projetos de Vida e criar novas possibilidades
- Consequências: Associações e Políticas Públicas para a demanda (Carta de Intenção).

# CONCLUSÃO



- PROAP: início abril/2016. Três turmas em Natal/RN(abril, junho e agosto) e uma em Mossoró/RN(setembro);
- Realização de dois "Encontros sobre Aposentadoria: Ressignificando caminhos“ ( junho e outubro );
- Palestras: Finanças pessoais e Empreendedorismo;
- 100 servidores públicos estaduais capacitados.

# MEU PROJETO DE VIDA



A grande parte da tarefa já foi cumprida

Passado é passado, o presente chegou

O tempo não espera por quem ficou

Só reclamando que não presta a vida

Entender que a maioria da poeira subida

Não volta mais para o mesmo lugar

Temos mesmo é que curtir e aproveitar

A terceira idade boa que ainda resta

De cada dia vivido fazer uma festa

O amanhã é incerto. Só Deus saberá!

*Luiz Umberto de Sales - SESAP*



GOVERNO  
DO ESTADO  
DO RIO GRANDE  
DO NORTE  
Secretaria de Administração  
e das Finanças Públicas  
Estado



# MEU PROJETO DE VIDA



Gostaria enfim, de uma proposta lançar:  
Não vamos deixar passar essa oportunidade  
Já que alcançamos nossa terceira idade  
É momento de pensar positivo e comemorar  
De outros eventos vamos juntos participar  
Defender nossos direitos conforme a lei diz  
Conscientes que cada um poderá ser feliz  
Seguir com fé e autoestima em cada alvorecer  
Acreditar que **Aposentadoria** não significa sofrer  
Vamos em frente e um grande abraço de Luiz!

**OBRIGADO!!!**

*Luiz Umberto de Sales - SESAP*

