



Ministério da Educação
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Roraima

PROGRAMA DE PREPARO PARA A APOSENTADORIA - IFRR

1. Título:	2. Carga horária: 30h
-------------------	------------------------------

Programa de Preparação para a Aposentadoria.

3. Situação Problema:

O aumento da expectativa de vida da população brasileira leva-nos a pensar sobre esse segmento e em um processo de envelhecimento saudável com qualidade de vida. O momento da aposentadoria ocasiona impactos econômicos e emocionais na vida do indivíduo. O indivíduo pode reagir de maneira ambivalente quanto a aposentadoria, visto que mesmo sentindo ter alcançado um momento de liberdade, depara-se com sentimentos de exclusão social e de invalidez. Dessa forma, a aposentadoria pode ser considerada como um momento estressante que resulta muita ansiedade para a vida do indivíduo.

4. Objetivo Geral:

Contribuir com um processo de aposentadoria saudável para os servidores do IFRR.

4.1 Objetivos Específicos:

1. Discutir os aspectos biológicos, sociais, financeiros, culturais, psicológicos, que se manifestam com maior intensidade no período anterior à aposentadoria;
2. Reduzir ansiedades e dificuldades associados a esta fase;
3. Oportunizar a reflexão a respeito de um planejamento de vida após a aposentadoria;
4. Estimular o interesse por realizações pessoais e novas possibilidades sociais;
5. Incentivar os processos de socialização, favorecendo a interação do grupo dos servidores



Ministério da Educação
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Roraima

aposentados com os que estão com expectativa de aposentadoria.

5. Justificativa:

O envelhecimento é consequência do desenvolvimento humano e a aposentadoria um fato natural no mundo do trabalho, entretanto a proximidade dessas duas condições podem ser motivo de angústias e desconfortos, para tanto se torna importante uma reflexão sobre o assunto de modo a ajudar as pessoas a lidar com isso de forma tranquila e com dignidade.

A chegada da aposentadoria tem significado um período de expectativas e ansiedade para o indivíduo, uma vez que nesse desligamento encontram-se envolvidos os domínios psíquicos, sociais, espirituais e físicos do homem.

Somado a isso a falta de informação sobre as regras de aposentadoria e os direitos inerentes favorecem para aumentar a ansiedade muitas vezes presente nesse momento.

O desligamento representa o encerramento de um ciclo profissional/laboral e o acesso à aposentadoria e não o desligamento da vida afetiva, social, cultural e produtiva, que continuam e podem ser vividas de maneira diferente.

06. Metodologia:

Entrevistar os participantes no momento de inscrição no projeto a fim de adequar os temas a serem trabalhados ao interesse e necessidade do grupo;

Promover oportunidades de encontro desse grupo;

Propiciar a troca de experiências com grupos de servidores que já estão aposentados.

7. Realização

Local: Sala de teatro do
Complexo de Artes –
Campus Boa Vista

**Período (início e término –
mês e ano):**

21/08/2014 a 02/10/2014

**Dia(s) da
semana:**

Quintas-feiras

Horário:

16 às 18 horas

15. Emissão de Certificados Para participantes:

Sim Não

Cronograma das atividades		Responsável
Divulgação e inscrição para	01/08/14 a 21/08/2014	CGPs, DGP e site do IFRR



Ministério da Educação
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Roraima

o curso		
Oficina de Integração do grupo Dinâmica: carta pra si proprio	21/08/14 Adaptação a uma nova vida; auto estima; planos para o futuro; convívio familiar	Joselita
Legislação aposentadoria	28/08/14 Aspectos legais da aposentadoria	Luís
Dinâmica: a cor do sentimento	28/08/2014	Amanda/ Tatiana
Palestra Redes Sociais Vivencia – A casa	04/09/14 - Interação Social Familiar - Amizade - Lazer	Buscar palestrante
Palestra saúde e qualidade de vida	18/09/14 – Aspectos biológicos e fisiológicos; acompanhamento médico; doenças e atividade física.	Gilvan
Palestra Planejamento financeiro	25/09/14	Luciano
Confraternização de encerramento	02/10/14	Participantes

17. Ementas:

Sáude e qualidade de vida, legislação e regras de aposentadoria, planejamento financeiro, sentido do trabalho e qualidade de vida, projeto de vida, convivência familiar, lidando com as emoções e sentimentos, direitos sociais, legislação e políticas públicas

Equipe de trabalho

Amanda Karine Monteiro Lima
Tatiana Pereira Sodré



Ministério da Educação
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Roraima