

POR DENTRO DO RH

SETEMBRO 2024

DICA DO MÊS!

Quando as metas são claras e você comemora cada pequena conquista, é muito mais fácil se manter motivado para os desafios diários!

Por dentro do RH é uma publicação da Secretaria Municipal de Recursos Humanos sobre as ações que estão ocorrendo no mês, levando conteúdo informativo de qualidade às servidoras e aos servidores municipais.

ENCARANDO AS NOVAS PERSPECTIVAS DE VIDA COM CONFIANÇA E PREPARAÇÃO

O Programa de Preparação à Aposentadoria (PPA) realizou, no dia 21 de agosto, no Auditório da PML, uma oficina de capacitação com o tema "Aposentadoria: Perspectivas de Vida", apresentando possibilidades de vida após a aposentadoria, contando com atividades de integração, reflexão e autoconhecimento.

O PPA é um programa que visa reduzir os efeitos e impactos que a aposentadoria traz com ela e a prevenção de situações que possam causar desequilíbrios na saúde física, psicológica e social do servidor em fase de aposentadoria.

O encontro, de tema "Aposentadoria: Perspectivas de Vida", foi conduzido pela psicóloga Camila Kauam Menezes Zulian. Durante a sessão, foram discutidas diversas possibilidades de vida para o período pós-aposentadoria, estimulando a descoberta de novos projetos pessoais, desde a dedicação a hobbies até o investimento em educação continuada.

Em um ambiente de apoio, os participantes foram convidados a explorar e a refletir sobre suas próprias visões de futuro, compartilhando suas histórias e experiências, e construindo um espaço de trocas e aprendizado. Respeitando sempre o processo individual de cada um presente, estes foram desafiados a pensar sobre suas ambições, com o propósito de alinhar e sintonizar suas ações com seus objetivos de vida. Ainda, foi realizada uma oficina de integração, conduzida pela servidora da SME, Geocelia.

Proporcionando um espaço inspirador, cada participante pôde clarificar suas metas e encontrar motivação para avançar em sua jornada pessoal, permitindo manter-se ativo e satisfeito em sua nova fase.





ANOTE NA AGENDA:

Próxima data de encontro do Programa de Preparação à Aposentadoria (PPA), será dia 18 de setembro, às 13h30 no auditório da Prefeitura Municipal de Londrina, sendo abordada a temática “Atualizações Previdenciárias”.

A palestra será conduzida pela Caapsml, referente às mudanças ou ajustes relacionados às normas e regras do sistema de previdência social, incluindo alterações nas leis, requisitos para a aposentadoria, valores dos benefícios, idade mínima, ou regras de contribuição para seguridade social.

Capacitação Comunicação Não Violenta

Em parceria com o Departamento de Psicologia Geral e Análise do Comportamento da Universidade Estadual de Londrina (UEL) e sob coordenação da Profª Josiane Cecília Luzia, com o apoio de estagiários, o projeto busca desenvolver habilidades de escuta ativa e resolução de conflitos, melhorando o bem-estar e a produtividade dos servidores.

No dia 03 de setembro ocorreu o primeiro encontro do semestre. A próxima data da palestra está prevista para dia 17 do mesmo mês.

Grupo Reabilitação Funcional

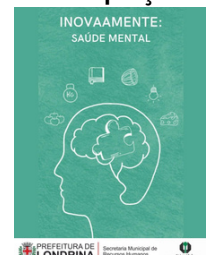
Em parceria com estudantes de Psicologia da UEL e supervisão da Assistente Social Marcelle Diório e da Psicóloga Cristiane Balan, a Coordenadoria de Reabilitação Funcional retornou com o grupo no dia 04 de setembro, oferecendo suporte aos servidores em reabilitação e às suas chefias, a fim de promover uma troca de perspectivas e apoio.

O próximo encontro do grupo será dia 18 de setembro, abordando sobre “Comportamentos Empáticos”.

Grupo INOVAAMENTE - Cuidando da Saúde Mental do Servidor

A Secretaria Municipal de Recursos Humanos (SMRH), comprometida com o bem-estar dos servidores, realizou dia 10 de setembro o encontro do Grupo Inovaamente, um espaço de reflexão e desenvolvimento emocional.

O próximo encontro está programado para o dia 24 de setembro, então fique atento e reserve na sua agenda!



@rh.londrina

POR DENTRO DO RH

