

POR DENTRO DO RH



DEZEMBRO 2024



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.

DICA DO MÊS!

Confira o novo vídeo no Instagram do RH sobre os **21 Dias de Ativismo pelo Fim da Violência Contra a Mulher**
Leia o QR Code



No dia 27 de novembro, a Secretaria de Recursos Humanos realizou uma nova edição do **Café com RH**, desta vez, em uma versão **Expresso**, um formato mais compacto, com duração de 2 horas, pensado especialmente em razão do fechamento do ano.

A palestrante principal, Isabela Faggião (@isa_papodefinancas), especialista em planejamento financeiro e finanças comportamentais, compartilhou seus conhecimentos em uma palestra enriquecedora, enfatizando em como a organização financeira deve ser baseado em valores claros e no uso consciente dos recursos.

Também, o Diretor de Benefícios Previdenciários, Paulo César Ramos, abordou sobre Previdência Complementar, e a Gerente de Encargos e Consignações, Lusía Silva, sobre o uso do Sistema de Consignados, o e-Consig.

Apesar do curto período de tempo, o conteúdo foi muito bem trabalhado, mantendo a qualidade e a profundidade na discussão.

Assim, o Café com RH encerra mais uma edição com grande sucesso, reafirmando o compromisso da Secretaria de Recursos Humanos em promover o desenvolvimento dos servidores. Estamos ansiosos para as próximas edições!



PREFEITURA DE
LONDRINA

Secretaria Municipal de
Recursos Humanos

GRUPO Inovaamente

Saúde Mental



UNIVERSIDADE
ESTADUAL DE LONDRINA

No dia 05 de outubro, no encontro do **Grupo Inovaamente**, foi abordado o tema **“Redes Sociais e Saúde Mental”**, trabalhando como o ciclo vicioso entre ansiedade e o uso das redes sociais colabora para a manutenção de comportamentos compulsivos. A discussão também abordou sobre o prejuízo da comparação para a autoestima e a relação com a procrastinação.

Já no dia 19, a temática foi **“Estratégias para o Bem Estar”**, envolvendo reflexões sobre o entendimento das próprias emoções.



CAPACITAÇÃO Comunicação Não Violenta

No dia 12 de novembro, o encontro da **Capacitação Comunicação Não Violenta** trabalhou o tema **“Pilares da Saúde Mental”**, destacando os fundamentos essenciais para promover e preservar a saúde mental no dia a dia, um componente vital para qualidade de vida.



GRUPO Reabilitação Funcional



UNIVERSIDADE
ESTADUAL DE LONDRINA

Em parceria com estudantes de Psicologia da UEL, a **Coordenadoria de Reabilitação Funcional** realizou no dia 13 de novembro um encontro abordando a temática de **“Comunicação Assertiva”**.



No dia 13 de novembro, o **PPA** realizou um encontro de tema **“Como utilizar o tempo livre na aposentadoria e Saúde Emocional”**.

Já no dia 04 de dezembro, foi realizada a **Homenagem aos Aposentados da PML 2024**, celebrando esse momento de transição na vida dos servidores.



@rh.londrina

**POR
DENTRO
DO RH**



UM NOVO CICLO!

Um novo ano traz consigo novas oportunidades de aprendizado, crescimento e cuidado, como Secretária de Recursos Humanos, reiteramos nosso compromisso com a valorização dos servidores e o apoio à saúde mental.



PREFEITURA DE
LONDRINA

Secretaria Municipal de
Recursos Humanos