

TEMPO DE COLHER

Programa de Preparação para Aposentadoria



PROGRAMAÇÃO - 1º DE JUNHO

09H30 às 10H

Café da manhã

10H às 11H30

Abertura oficial - Palestra Magna
Como se planejar para aposentadoria e uma vida longa?

Dra. Juliana Seild - Psicóloga (Longeva Psi)

11H30 às 13H

Almoço

13H às 13H15

Meditação - Atenção Plena

13H15 às 14H30

Conectando Histórias: Compartilhando Caminhos e Sonhos

Izabella Machado e Ethienne Tavares

Psicólogas da Divisão de Acolhimento e Ambientação Funcional

14H30 às 15H30

Caminhos para a Aposentadoria: Entendendo a Previdência

João Moura - Diretor da Divisão de Aposentadorias e Pensões

Analy Vilar - Diretora da Divisão de Atendimento aos Aposentados e Pensionistas

15H30 às 16H

Lanche

16H às 17H

O Dinheiro que habita em nós: emoções, limites e liberdade na aposentadoria

Ethienne Tavares - Psicóloga da Divisão de Acolhimento e Ambientação Funcional

TEMPO DE COLHER

Programa de Preparação para Aposentadoria



PROGRAMAÇÃO - 02 DE JUNHO

09H30 às 10H

Café da manhã

10H às 11H30

Saúde e cuidados para uma aposentadoria plena

Mediação: Hugo Cirilo - Diretor da Divisão de

Desenvolvimento de Pessoal e Qualidade de Vida

Dr. Paulo Henrique - Diretor de Saúde do TJGO

Dr. Marcos Aurélio - Fisioterapeuta da Diretoria de Saúde

Dimas Reis - Professor de Educação Física

11H30 às 13H

Almoço

13H às 13H15

Ginástica Laboral

13H15 às 14H30

Aposentadoria com Propósito: Lições de Quem Fez a Transição com Sucesso

Analy Vilar - Diretora da Divisão de Atendimento aos Aposentados e Pensionistas

Patrícia Magalhães - Diretora da Divisão de Acolhimento e Ambientação Funcional

14H30 às 15H30

Repensando a Aposentadoria: Diálogos sobre o Sentido e o Futuro

Adrienne Pinheiro e Eric Lopes - Psicólogos da Divisão de Desenvolvimento de Pessoal e Qualidade de Vida

15H30 às 16H

Lanche

16H às 17H

Caminhos do Amanhã

Maria Nilva - Assistente Social da Divisão de Acolhimento e Ambientação Funcional