

	27/09/2023	28/09/2023	29/09/2023
HORA	1º DIA	2º DIA	3º DIA
8h30	Abertura		
9h	Momento de Integração: Transição para a Aposentadoria Condução: Psicólogos da Seção Psicossocial Organizacional/Diretoria de Gestão de Pessoas	Qualidade de Vida e Saúde Dra. Graciela de Oliveira Richter Schmidt Médica/Diretoria de Saúde	Saúde Mental na Prática: adicionando pequenos hábitos para o nosso bem-estar Indionara Moreira Psicóloga/Unimed
10h30 – 10h45	Intervalo	Intervalo	Intervalo
10h45	Momento de Integração: Transição para a Aposentadoria Condução: Psicólogos da Seção Psicossocial Organizacional/Diretoria de Gestão de Pessoas	Reprograme a sua Alimentação: melhore o seu desempenho Daiana Forner Araujo Nutricionista/Unimed	A arte de realizar sonhos: quando é o tempo certo? Ieda Frasson Servidora do Executivo Estadual que atua como voluntária do Projeto de Humanização Hospitalar “XuvaPalhaços”
12h – 13h20	Almoço	Almoço	Almoço
13h30	Aspectos Legais da Aposentadoria Carolina Ramos Dalló e Michelly Nascimento Silva Divisão de Registros Funcionais/Diretoria de Gestão de Pessoas	Roda de conversa: expectativas e sentimentos diante da aposentadoria. Condução: Psicólogos da Seção Psicossocial Organizacional/ Diretoria de Gestão de Pessoas	Atividade Vivencial: caminhos Condução: Psicóloga da Seção Psicossocial Organizacional/Diretoria de Gestão de Pessoas
15h30 – 16h	Intervalo	Intervalo	Sem Intervalo
16h	Educação Financeira Leandro Gallon Equipe do Programa de Educação Financeira/ Projeto Você em Foco	Importância da atividade física para o controle do estresse e ansiedade.	Atividade Vivencial: caminhos
17h	Término do 1º dia	Término do 2º dia	Coffee break de encerramento