



VIVA MAIS

PLANEJAMENTO PARA A VIDA NA APOSENTADORIA

9 encontros - 36 horas/aula
Às 5ª feiras das 08h às 11h30
75% frequência para certificados

- 02/02
- 09/02
- 16/02
- 23/02
- 03/03 *6ª de manhã
- 09/03
- 16/03
- 23/03 *5ª à tarde
- 30/03

CRONOGRAMA

02/02 - Representações sociais da aposentadoria;
09/02 - Resgate da trajetória de vida e carreira &
Novas carreiras e voluntariado após aposentadoria;
16/02 - Vida social e familiar & ocupação do tempo;
23/02 - Empreendedorismo e geração de renda;
03/03 - Planejamento financeiro;
09/03 - Exibição de documentário e plano de ação
para uma aposentadoria bem sucedida;
16/03 - Alimentação saudável & atividade física;
23/03 - Prevenção de doenças, sexualidade &
reavaliação dos progressos no programa, medos e
barreiras ainda presentes e sua superação
30/03 - Modelos vigentes de aposentadoria e os
benefícios da Maringá Previdência;

