



PPA

PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA
APOSENTADORIA

Diretoria de Desenvolvimento de Pessoas – DIDP

Superintendência de Gestão e Desenvolvimento de Pessoas – SGDP

Subsecretaria de Tecnologia, Administração e Finanças – Sutaf

Secretaria de Estado de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável – Semad

OUTRAS AÇÕES DO PPA

- Palestra para chefias (15/09): *Práticas de Gestão do Conhecimento no PPA*
- Apoio na Construção do Projeto de Vida
- Apoio na Gestão do Conhecimento

Informações e agendamentos:
saude.qvt@meioambiente.mg.gov.br

O PRESENTE É AGORA

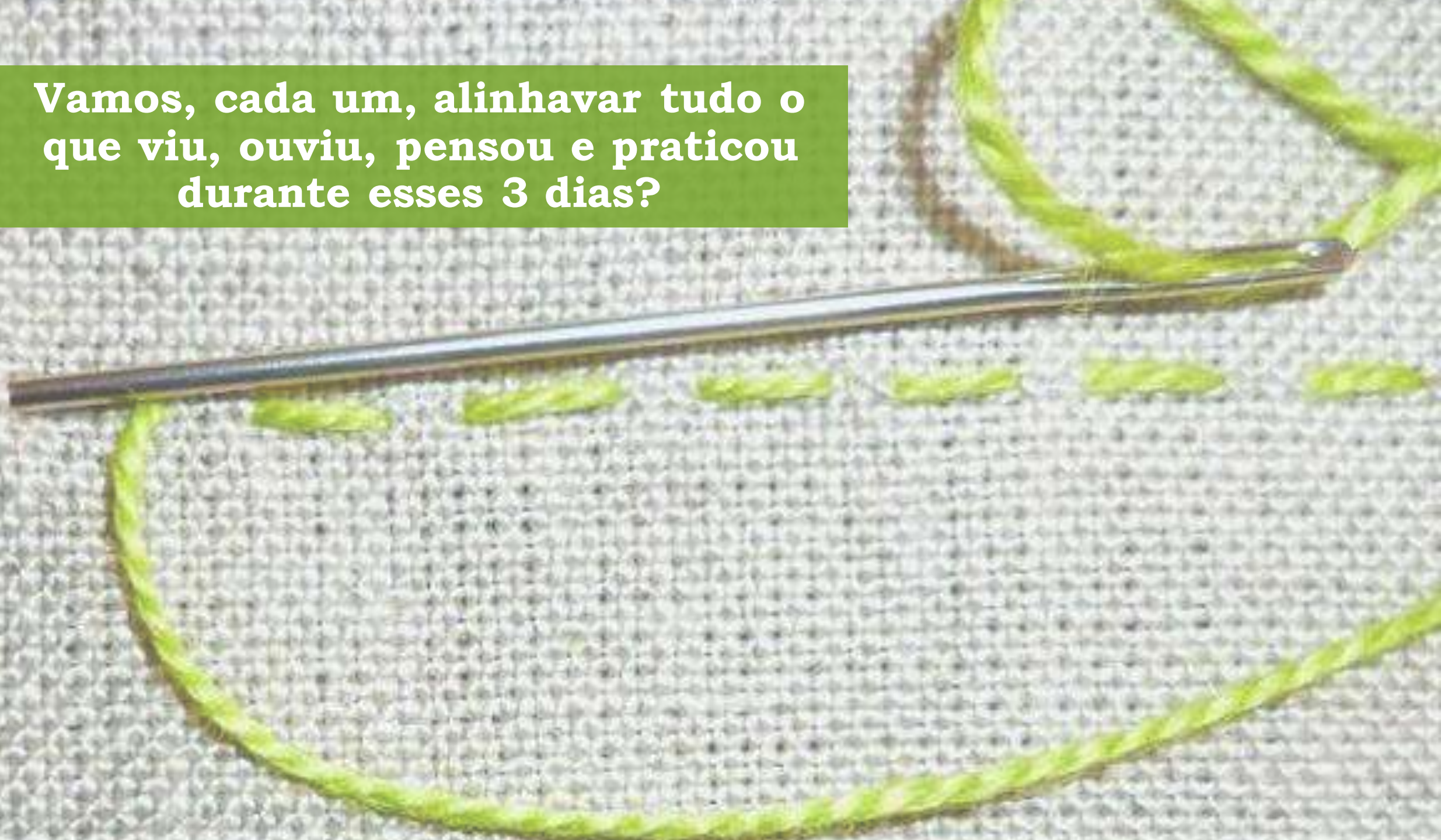


Bordado de "nós"

LOVE

VERSO
QUE SE
ESCREVE

Vamos, cada um, alinhar tudo o que viu, ouviu, pensou e praticou durante esses 3 dias?



Esse momento final do seminário foi pensado, pela equipe organizadora, com muito carinho para que possamos auxiliá-los a avaliar e a compreender não apenas o continuar da caminhada na preparação para aposentadoria, mas, também, novos pontos de partida!



Nosso convite é para que, considerando **TUDO** o que construíram e constroem na vida de vocês, identifiquem, lancem luz e compreendam os pontos que pedem atenção na preparação para aposentadoria de vocês.



Cada um, com as suas vivências, com os seus potenciais e desafios, pode entender o seu próprio cenário de preparação para aposentadoria, que é ÚNICO E PARTICULAR.



COMEÇANDO

DO COMEÇO



ETAPA 1...



ETAPA 2...



ETAPA 3...





RESULTADO



**NÃO ACABA
QUANDO
TERMINA**



RETOMANDO AS TEMÁTICAS



BOAS-VINDAS AO PPA DO SISEMA

Compartilhamento da trajetória da
Valéria Cristina Rezende e mensagem
deixada por ela.

O que ouvi e posso levar comigo?



**PROJETO DE VIDA: UM CAMINHO PARA
LONGEVIDADE COM QUALIDADE.**

*Qual é a prioridade da minha vida
agora?*



REGRAS ATUAIS DO REGIME PRÓPRIO DE APOSENTADORIA

*Tenho clareza sobre qual é a minha
atual situação quanto aos critérios para
me aposentar?*



ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: A IMPORTÂNCIA DO TREINAMENTO FÍSICO NA APOSENTADORIA

*Faço o que está sob meu controle para
ter uma boa saúde física?*



**COMO MANTER SEU CÉREBRO
SAUDÁVEL POR MAIS TEMPO: A
IMPORTÂNCIA DA CONSTRUÇÃO DA
RESERVA COGNITIVA PARA A SAÚDE
MENTAL.**

*Como o exercício cognitivo ajudará na
manutenção da saúde do meu cérebro?
Cuido da minha reserva cognitiva?*



SAÚDE MENTAL: UM PRESENTE PARA SUA APOSENTADORIA

*Como andam meus pensamentos,
sentimentos e emoções?*



DE COLEGA PARA COLEGA


O reconhecimento da minha própria trajetória profissional facilita ou dificulta a minha transição para a aposentadoria?



**PLANEJAMENTO FINANCEIRO PARA
APOSENTADORIA: TODO O CONTEXTO
IMPORTA**

*O planejamento financeiro é ficção, tabu
ou saída?*





**São muitas perguntas,
talvez algumas respostas
bem claras, outras nem
tanto...**

**Vale lembrar que não
somente a transição
para a aposentadoria,
mas, sim, toda a vida é
repleta de certezas,
incertezas, conquistas e
desafios.**

**Preparação e
planejamento não se
confundem com controle
absoluto, afinal, ele não
existe.**



Um menino caminha
E caminhando chega num muro
E ali logo em frente
A esperar pela gente o futuro está

E o futuro é uma astronave
Que tentamos pilotar
Não tem tempo, nem piedade
Nem tem hora de chegar
Sem pedir licença, muda a nossa
vida
E depois convida a rir ou chorar

Nessa estrada não nos cabe
Conhecer ou ver o que virá
O fim dela ninguém sabe
Bem ao certo onde vai dar

Vamos todos numa linda
passarela
De uma aquarela
Que um dia enfim descolorirá

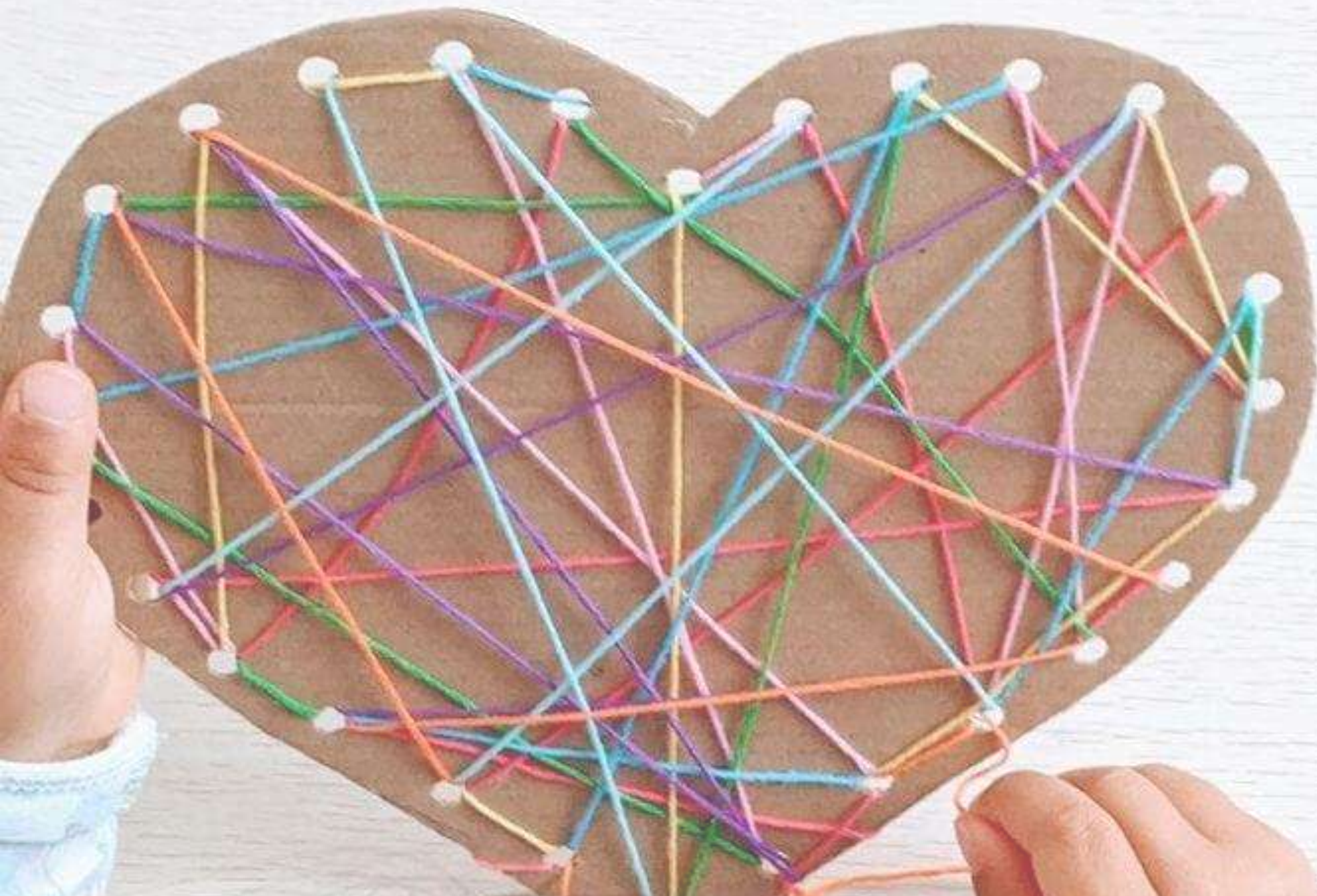
Trecho da música “Aquarela”, de Toquinho

O que você
identificou como
maior
necessidade
atual na sua
preparação para
aposentadoria?



Qual será seu
ponto de partida
para atender a
necessidade
identificada?





**Respeite
o seu
alinhavo,
a sua
vivência,
a sua
obra.**

OBRIGADA

Érica Rigueira Abou-Id

Gestora Ambiental

DIDP/ Semad

