

# **PROGRAMA PÓS-APOSENTADORIA**

## **“Juntos, ressignificamos o presente!”**

**Instituto de Previdência Social  
dos Servidores Municipais de Barueri**

Presidente: Weber Seragini

Gestor de Benefícios Previdenciários: Marcelo R. Larangeira

### **Equipe Técnica**

Carla de Matos Leorne – Analista Previdenciário – Assistente Social  
Natalia Rodrigues dos Santos - Analista Previdenciário – Psicóloga  
Sueli Santos Amorim – Gerente de Serviço Social e Perícias Médicas

**Dezembro/2023**

## Programa Pós-Aposentadoria

### 1 – INTRODUÇÃO:

A aposentadoria representa um momento de grande mudança na vida do trabalhador, em que se tem mais tempo livre para buscar novas oportunidades e vivenciar novas experiências. Pensando nisso e com o intuito de contribuir com a melhora da qualidade de vida dos segurados aposentados, a Divisão de Serviço Social e Perícias Médicas do IPRESB - Instituto de Previdência Social dos Servidores Municipais de Barueri, desenvolveu o Programa Pós Aposentadoria.

O Programa Pós Aposentadoria “Juntos ressignificamos o presente!”, conforme Resolução 41 de 06/11/2019, trata-se de oportunidade de apoio destinado aos segurados municipais aposentados pelo Regime Próprio de Previdência Social do Município de Barueri, proporcionando espaço para reflexão, informação, educação, cultura e lazer. Para tornar essa etapa mais proveitosa o IPRESB oferecerá no decorrer do ano oficinas, palestras, dinâmicas, atividades externas e cursos que abordarão temáticas como planejamento de vida, educação financeira, saúde, nutrição para longevidade buscando integrar os segurados e fortalecer seu vínculo com a autarquia.

Programas como estes se justificam pelas tendências de envelhecimento da população. No mundo, segundo estimativas da ONU, em 2020 havia cerca de 703 milhões de pessoas com 65 anos ou mais e a previsão é que esse número cresça para 1,5 bilhão em 2050. Outro fato notável é o aumento da expectativa de vida, em que se observa um crescimento ainda mais acelerado no número de pessoas com mais de 80 anos.

Em 2022, o número de pessoas com 65 anos ou mais no Brasil chegou a 10,9% da população, com alta de 57,4% frente a 2010 (Censo Demográfico 2022).

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que a tendência de envelhecimento vem se mantendo e dados do censo de 2022 mostram que a população maior de 65 anos aumentou e em contrapartida a de pessoas com menos de 14 anos

diminuiu. A previsão é que esse número de idosos continue subindo nas próximas décadas, chegando a 73 milhões de idosos em 2060, o que representará 34,1% da população total. Índices que denunciam a necessidade de a sociedade se organizar para cuidar de seus idosos.

Diante desse cenário, o envelhecimento com qualidade de vida delinea-se como desafio pessoal, societário e mundial, inclusive considerando-se que a revolução tecnológica e cultural associada às transformações econômicas e sociais, requer o constante empenho para acompanhar os processos de transformações e pela efetivação dos direitos.

A associação do envelhecimento com a aposentadoria pode trazer à tona uma série de preconceitos relacionados ao trabalho dos mais idosos e ao envelhecimento estereotipado (FRANÇA, 2014). Segundo Assumpção e Neri (2019), o processo de envelhecimento é complexo e caracterizado por diversas variáveis (genéticas, estilo de vida, socioeconômicas, culturais e psicológicas) o que o torna muito particular.

Desta forma, as atitudes dos trabalhadores após a aposentadoria parecem depender do envolvimento e da satisfação atribuídas ao trabalho, bem como de suas outras funções na sociedade. Uma forma de analisar as probabilidades de adaptação à aposentadoria é investigar como os grupos de trabalhadores, distribuem o tempo entre seus interesses, e quais são as suas expectativas para o futuro sem o trabalho. (SEGeT)

Cientes das mudanças que ocorrem nesta fase e como estratégia de valorização aos trabalhadores que vivenciam este significativo momento em seu ciclo vital elaborou-se o Programa Pós-Aposentadoria.

## **2 – JUSTIFICATIVA:**

Considerando:

- a) A relevância da atenção à população idosa, em função do aumento da expectativa de vida e consequente crescimento mensurado;
- b) Que a aposentadoria representa um momento de grande mudança na vida do trabalhador;
- c) A importância de um espaço de convivência, cultura, educação e lazer para a manutenção da qualidade de vida dos segurados aposentados;

- d) A demanda do município que conta com aproximadamente 12.000 segurados filiados ao IPRESB;
- e) O trabalho desenvolvido pelo IPRESB desde 2011 através do Programa de Preparação para a Aposentadoria – PPA, que promove um acompanhamento humanizado e personalizado aos segurados efetivos de Barueri na fase de transição para a aposentadoria;
- f) O atual quantitativo de 2491 segurados aposentados pelo IPRESB (ref setembro/2023) que poderão participar das atividades, oficinas, palestras e cursos .
- g) O IPRESB, ampliando as ações já desenvolvidas com o Programa de Preparação para Aposentadoria-PPA e fundamentando-se no Manual do Pro-Gestão RPPS, busca desenvolver o Programa Pós Aposentadoria em contexto local, acolhendo os segurados aposentados, proporcionando oportunidade de conscientização de vida após a aposentadoria, socialização, promoção de qualidade de vida, aprendizados e cultura com a oferta de atividades para esse público.

### **3 – OBJETIVOS:**

#### **3.1 – Geral:**

- Compreender a multidimensionalidade que envolve o processo de aposentadoria a partir dos conteúdos e experiências promovidos durante o programa.

#### **3.2 – Específicos:**

- Avaliar e fazer escolhas conscientes que promovam o envelhecimento ativo, saudável e autônomo;
- Identificar o IPRESB como serviço de apoio ao processo de aposentadoria;

- Compreender a importância do programa para a promoção de convivência social;
- Implementar as ações necessárias para os cuidados de saúde, conforme discussões com a equipe técnica;
- Construir novos projetos de vida a partir do conhecimento de suas potencialidades e capacidades;
- Protagonizar o seu processo de envelhecimento a partir das contribuições e experiências vividas durante o Programa Pós Aposentadoria.

#### **4 – PÚBLICO ALVO:**

Segurados efetivos aposentados da Prefeitura Municipal de Barueri, das autarquias e da Câmara Municipal de Barueri.

#### **5– ESPAÇO FÍSICO:**

Será utilizado espaço físico disponível nas dependências do IPRESB e demais prédios públicos do município, zelando-se pelo bem-estar dos participantes.

#### **6 – METODOLOGIA:**

6.1 – Divulgar o Programa Pós Aposentadoria (Site e redes sociais do IPRESB, Jornal Oficial do Município de Barueri, Whatsapp e InfoIPRESB);

6.2 – Enviar convite para todos os segurados aposentados vinculados ao IPRESB;

6.3 – Realizar encontro quinzenal com os segurados aposentados;

##### **6.4.1 – Eixo I – Cidadania:**

a) Protagonismo e Direitos Sociais;

b) Auto-gestão financeira.

---

#### **6.4.2 – Eixo 2 – Auto-conhecimento:**

- a) Envelhecimento e Saúde;
- b) Manejo de mudanças;
- c) Relacionamento Interpessoal;
- d) Produção de si e Empoderamento.

#### **6.4.3 – Eixo 3 – Desenvolvimento:**

- a) Cultura e Lazer;
- b) Inclusão digital.

### **7 – DESCRIÇÃO DOS GRUPOS E ENCONTROS:**

Prevê-se 1 (um) encontro presencial de abertura no primeiro semestre que sensibilizará sobre o Programa de Pós Aposentadoria “Juntos, ressignificamos o presente!”. Este encontro será realizado no período da manhã, com duração de 4 horas, contando com diferentes atividades, entre elas a participação de palestrante que explore aspectos relacionados ao tema da longevidade na aposentadoria.

Na sequência do encontro de abertura, teremos a constituição do grupo, na segunda e quarta quartas-feiras (manhã ) com o número de até 25 participantes por grupo nas oficinas e 40 participantes nas palestras e debates.

Serão **16** encontros de forma presencial no ano de 2024, que terão duração de **2 horas e 30 minutos** cada. Serão desenvolvidos a partir de diferentes técnicas, de acordo com o tema a ser abordado: exposição dialogada, roda de conversa, dinâmicas de grupo, oficinas, atividades lúdicas, colagem, atividade externa; contando, também, com palestrantes convidados para agregar aos temas propostos.

Cada encontro será desenvolvido a partir da seguinte estrutura geral:

- Aquecimento;
- Desenvolvimento do Tema (técnica específica para cada tema a ser abordado);
- *Coffe Break*;
- Assembléia Geral (debate, dúvidas, esclarecimentos...);
- Fechamento – Conclusões.

## 8 – PROGRAMAÇÃO 2024

Atividade	Data	Responsável
<b>Abertura do Programa Pós-Aposentadoria</b>	<b>21/02</b>	Palestrante contratado
Encontro 1 – Educação Financeira (Investimentos)	13/03	Eliezer
Encontro 2 – Oficina com folhas secas (oshibana)	10/04	Midori
Encontro 3 – Inclusão digital (redes sociais)	24/04	Fernanda
Encontro 4 – Oficina com flores (shorinka)	08/05	Suzana
Encontro 5 – Bate papo sobre alimentos orgânicos e aproveitamento integral dos alimentos/ Resíduos sólidos	22/05	Secretaria de Meio Ambiente
Encontro 6 – Passeio Externo	12/06	Divisão de Serviço Social
Encontro do Dia do Servidor Público Aposentado	17/06	Palestrante contratado
Encontro 7 – Festa Junina	26/06	Divisão de Serviço Social
Encontro 8 – Cinema e Debate	31/07	Divisão de Serviço Social
Encontro 9 – Palestra “A incrível arte de viver”	14/08	Dra Vania Zito (HMB)
Encontro 10 – Jogos	28/08	Divisão de Serviço Social
Encontro 11 – Bate papo sobre sexualidade e dança senior	11/09	Reinildo

Encontro 12 – Atividade física (atividades para fazer em casa/ dança)	25/09	Secretaria de Esportes
Encontro 13 – Oficina de bonecas	09/10	Zilda
Encontro 14 – Encontro Rosa e Azul com Karaokê	23/10	Divisão de Serviço Social
Encontro 15 – Oficina de Pintura em Tela	13/11	Graça/ Angelita
Encontro 16 - Encerramento e sarau	27/11	Divisão de Serviço Social

\*programação sujeita à alteração

## **09 – MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO**

9.1 – Avaliação de Reação, sobre os encontros por meio de formulário de pesquisa.

9.2 – Avaliação da equipe técnica semestral.

## **10 – RECURSOS**

10.1 – Materiais: *data show*, computador, caixa de som, *flip chart*, demais materiais disponíveis no IPRESB.

10.2 – Humanos: profissionais da Administração Direta, Indireta e segurados inativos aposentados.

10.3 – Financeiros: IPRESB *coffee break*



## 11 – CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADE	J A N	F E V	M A R	A B R	M A I	J U N	J U L	A G O	S E T	O T O	N O V	D E Z
Levantamento de dados	X	X										
Início do projeto			X									
Desenvolvimento do Projeto			X	X	X	X		X	X	X	X	
Avaliação e revisão do projeto										X		
Revisão geral para 2025												X

## 12- REFERÊNCIAS:

ALMEIDA, R. S.; MORAIS, L. S.; SILVA, E. A. **PPA – Programa de Preparação para Aposentadoria**. SEGeT – Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia.

Disponível em: [https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos08/194\\_lilian\\_e\\_elvis%20-%20programa%20para%20aposentadoria.pdf](https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos08/194_lilian_e_elvis%20-%20programa%20para%20aposentadoria.pdf)

Acessado em: 25/10/19

FRANÇA, Lucia. **Repensando a aposentadoria com qualidade: um manual para facilitadores de programas de educação para aposentadoria em comunidades**. CRDE UnATI UERJ. Rio de Janeiro: 2002.

Disponível em: <http://www.crde-unati.uerj.br/publicacoes/pdf/repensando.pdf>. Acesso em: 25/10/2019.

MINISTÉRIO DA FAZENDA, SECRETARIA DE PREVIDÊNCIA, SUBSECRETARIADOS REGIMES PRÓPRIOS DE PREVIDÊNCIA SOCIAL. **Manual do Pró-gestão RPPS**. 2018

MINISTÉRIO DO PLANEJAMENTO, ORÇAMENTO E GESTÃO – IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – **Censo 2017**.

Disponível: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/34438-populacao-cresce-mas-numero-de-pessoas-com-menos-de-30-anos-cai-5-4-de-2012-a-2021>. Acesso em: 23/10/2023.

BORIM, Flávia Silva Arbex; ASSUMPÇÃO, Daniela de; MOURÃO, Lucia Figueiredo; NERI, Anita Liberalesso. Trajetórias de Envelhecimento dos Participantes do estudo Fibra 2008-2009. *In*:

BORIM, Flávia Silva Arbex; ASSUMPÇÃO, Daniela de; NERI, Anita Liberalesso (orgs). **Octogenários em Campinas**. Campinas: Alínea, 2019 p. 197-211.

**Quantos dias, quantas noites.** Produção: MARIA FARINHA FILMES. Itaú Cultural. 12/10/2023, 91 min. Disponível em: <https://assista.itauculturalplay.com.br/ItemDetail/5ffc63f22d32c29ee8b29383/651c7d69d76cac0a7d7b6e63>.

Acesso em: 23/10/2023. Material de Apoio do documentário.

MINISTÉRIO DO PLANEJAMENTO, ORÇAMENTO E GESTÃO – IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – **Censo 2022.**

Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/noticias-por-estado/38186-censo-2022-numero-de-idosos-na-populacao-do-pais-cresceu-57-4-em-12-anos> Acesso em 30/10/2023