

Equipe de Sinuca da AAPML participa da 3ª Etapa do Campeonato Paranaense

Participaram 20 clubes de sinuca do Estado do Paraná. A equipe da AAPML ficou posicionada em 4º lugar do ranking

No dia 19 de agosto, a equipe de sinuca da Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina (AAPML) participou da 3ª Etapa do Campeonato Paranaense Interclubes de Sinuca da série B, que aconteceu no Clube Duque de Caxias em Curitiba. Participaram da competição 16 clubes de sinuca do Estado do Paraná. Representando a AAPML/RS Transportes: Marcelo Magalhães, Eusébio Romanzini, José Lima Moisés, João Cateoni e Michel Lucas. A equipe ficou posicionada em 5º lugar no ranking.

De acordo com José Lima Moisés, a expectativa é sempre ganhar, mas a equipe considera que foi um bom resultado. "Nós fomos bem de uma maneira geral, perdemos na semifinal do campeonato para o time que já foi campeão das duas etapas anteriores (Clube Santa Monica). Ficamos felizes com o resultado", afirmou.



Vencendo a Angústia é tema de palestra na 3ª Tarde Festiva

Aproximadamente 60 pessoas participaram da palestra e atividades recreativas



A 3ª Tarde Festiva do ano foi realizada no dia 25 de agosto, na sede da AAPML. O psicanalista clínico, Juarez Torres ministrou uma palestra com o tema "Vencendo a angústia" e a educadora física, Vânia Cristina, promoveu atividades recreativas como alongamento e sorteios de prêmios. Aproximadamente 60 pessoas participaram da Tarde Festiva, entre elas, aposentados, pré-aposentados e servidores ativos da Prefeitura Municipal de Londrina.

De acordo com a secretária municipal de Recursos Humanos e aposentada, Margareth Socorro de Oliveira, foi surpreendida positivamente com a Tarde Festiva. Aposentada desde 2013 e não tinha conhecimento sobre as atividades que eram realizadas na AAPML. "Eu gostei muito da palestra do Dr. Juarez, porque veio muito ao encontro do que a vivemos depois de aposentada, tudo o que ele falou são coisas que os aposentados passam, e eu também passei por isso. É importante você ouvir outra pessoa falar sobre o assunto para repensarmos", disse.



Durante a palestra o doutor citou três sentimentos que estão atrelados à angústia: ansiedade física, opressão dolorosa e inquietação. E a angústia pode ser de dois tipos: a racional e irracional. E como conter a angústia? – Fortalecendo a personalidade; modificando como se encara as situações da vida e eliminando o negativo das informações que chegam até nós.

Segundo o psicanalista clínico, Juarez Torres, o objetivo da palestra é demonstrar como administrar tudo que gera angústia em nossas vidas. "O primeiro passo é olhar para nós mesmos e que possa curar a nós mesmos. A pergunta chave que devemos fazer é – onde eu quero chegar? E diante de todas as situações do cotidiano precisamos buscar a superação, para que a angústia não gere pânico, por isso digo que a atitude é o foco da mudança", concluiu.

Fundação de Esporte lança o projeto Ginástica para Todos

As aulas são gratuitas e vão acontecer no Ginásio de Esportes Moringão duas vezes por semana

A Prefeitura de Londrina, por meio da Fundação de Esportes de Londrina (FEL), realizou no dia 15 de agosto no Ginásio de Esportes do Moringão, a primeira aula inaugural do Projeto "Ginástica para Todos" que está inserido no Projeto + Saúde.

O projeto oferece aulas gratuitas para pessoas com mais de 18 anos e as aulas buscam fortificar o corpo, proporcionar mais elasticidade, flexibilidade, desenvolver habilidades e coordenação motora, além de noção de espaço e tempo. As atividades físicas envolvem ginástica postural, funcional, localizada e de coordenação.

Segundo o educador físico da FEL, José Eugênio o projeto trabalha com o equilíbrio e movimento do aluno, percepção do espaço e tempo, com direcionamento para postura, fortalecimento e no desenvolvimento cognitivo. "Temos metas de saúde e bem estar, como a melhora da flexibilidade e as aulas são também direcionadas para evitar distensões e outros tipos de lesões", afirmou.

As aulas serão realizadas sempre no Ginásio de Esportes Moringão (Rua Gomes Carneiro, 315) de terça e quinta-feira, das 7h45 às 8h30. Os interessados em participar devem realizar a inscrição pessoalmente, na FEL, de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 14h às 18h. As inscrições são gratuitas e isenta de taxas. Para mais informações, (43) 3372-9114.



RESUMO DO BALANÇO 2017

AAPML - ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DA PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDrina
SÍNTESIS DO BALANÇO DO 2º SEMESTRE DE 2017

ATIVO	
DISPONIBILIDADES	
CAIXA	762,43
BANCOS CONTA MOVIMENTO	3.914,80
BANCOS CONTA APlicaçãO FINANCEIRA	211.857,95
PERMANENTE	216.535,18
IMOBILIZADO	1.073.398,81
DEPRECIAÇÕES E AMORTIZAÇÕES	46.014,77
TOTAL DO ATIVO	1.243.919,22

PASSIVO E PATRIMÔNIO LÍQUIDO	
CIRCULANTE	
FORNECEDORES	1.459,61
OBRIgaçõEs COM PESSOAL	6.941,34
OBRIgaçõEs SOCIAIS E FISCAIS	3.773,60
OUTRAS OBRIgaçõEs	1.471,00
RECEBIMENTO DE VERBAS PARA REPASSE	166,00
RECEBIMENTO DE VERBAS PARA RESTITUIÇÃO	9.984,38
PATRIMÔNIO LÍQUIDO	23.795,93
TOTAL DO PASSIVO E PATRIMÔNIO LÍQUIDO	1.220.123,29
TOTAL	1.243.919,22

RECEITAS	
MENSAJADES	153.951,85
LOCACõES	10.671,00
COMISSÕES	34.844,49
TAXA DE USO DA PISCINA	2.190,00
TAXA DE USO DAS CHURRASQUEIRAS	785,00
MENSAJADES HIDROGINÁSTICA	5.830,00
TAXAS DIVERSAS	20,00
EVENTOS E PROMOÇÕES	4.285,00
RECETAS FINANCEIRAS	12.362,66
OUTROS INGRESSOS NA MOVIMENTAÇÃO FINANCEIRA	
RESGATE DE APlicaçõEs FINANCEIRAS	72.925,48
UTILIZAÇÃO DE RECURSOS DE DEPÓSITOS BANCÁRIOS	16.922,73
TOTAL GERAL	89.848,21
314.788,21	

. Traga a sua matrícula e senha, que imprimimos o seu holerite de pagamento da Caapsml. Sem custo.

. Horário de funcionamento da secretaria: Segunda a sexta-feira: 8h às 12h e das 13h às 18h

. Atividades disponíveis na AAPML: Academia de sinuca; hidroginástica; academia de ginástica.

. Aposentados da Prefeitura e Câmara de Londrina, autarquias, fundações e companhias municipais, filiem-se a AAPML. Os interessados, entrar em contato pelo telefone (43) 3342 2435.
VALORES A EXCLUIR:
DESPESAS A PAGAR EM 30/06/2017 - 13.645,55 - 13.645,55
314.788,21

AAPML
Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina

Notícias da

AAPML
Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina

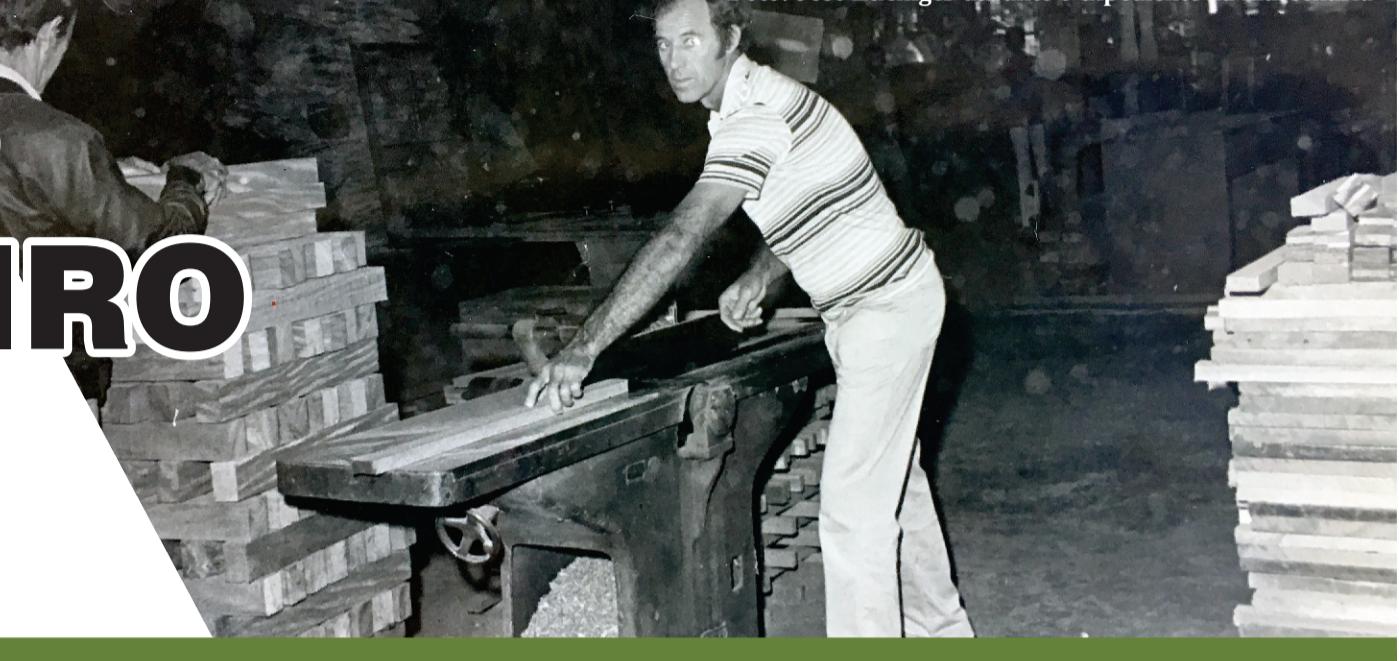
Eu Amo Londrina
SETEMBRO 2017

Malha Direta Postal Básica
AAPML Cliente
CORREIOS
CNPJ: 01.210.891/0001-73
Fechamento Autorizado.
Pode ser aberto pela ECT.

Jornal informativo da Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina - Edição nº14

Foto: José Lucinger durante o expediente na marcenaria

LEMBRANÇAS DO MARCENEIRO ZÉ LUCINGER



O trabalho na Prefeitura de Londrina como marceneiro é lembrado com saudades e grande alegria

José Lucinger, nascido em 2 de janeiro de 1941 na cidade de Guararapes – SP, mudou-se para Londrina em 1948 com seus pais, Vilim Lucinger (Iugoslávia) e Maria Lucinger (Brasileira) e oito irmãos. Filho primogênito, aos sete anos ajudava seu pai na roça e na produção de ferragens. Da sua adolescência até a idade adulta, já trabalhou abrindo fazendas, montando serrarias, como soldado do Exército Brasileiro, reformando e construindo casas em fazendas. Já morou em cidades como, Brasília, Barra dos Bugres (MT), São João do Ivaí (PR), Alto Alegre (SP), Juciara (PR), Ibiporã (PR), Nova Esperança (PR), Bela Vista do Paráíso (PR), Assaí (PR) e outras seis cidades.

Logo que se mudou para Londrina, aos 30 anos de idade, casou-se com Maria Izabel Pires Lucinger em 7 de março de 1971 e três meses depois foi convocado para trabalhar na Prefeitura Municipal e esse trajeto profissional foi contado com um grande sorriso no rosto e destaque por "Zé Lucinger", como é conhecido pelos amigos e familiares. Trabalhou na equipe de manutenção de escolas que ficava localizada entre as ruas Santa Catarina e Minas Gerais, realizando pequenos concertos (portas com defeitos, troca de lâmpadas e torneiras, entre outros).

Durante o bate papo, Lucinger recorda como eram feitos os atendimentos nas escolas de Londrina. "Eu ia até as escolas de bicicleta, saia do centro da cidade e ia até o Jardim Paraíso e Jardim Ouro Verde com uma sacola de ferramentas, para ligar um fio que estava desligado ou trocar uma torneira, por exemplo".

Em novembro foi convidado pelo secretário de educação, Manoel Barros Azevedo, para fazer parte da equipe da marcenaria, localizada no hangar do aeroporto – "O secretario me chamou e me deu 30 dias pra trabalhar e ver se dava certo. Depois de um mês ele voltou a me chamar. E eu muito vergonhoso e acanhado, porque era muito difícil pra mim, pois achava que ele era muito importante pra eu me aproximar fui até lá. Então ele me perguntou – O que você me diz? – e eu respondi que dava para produzir – Ele me deu todo o apoio".

A mudança de local de trabalho para a marcenaria foi algo novo para Zé Lucinger, pois se deparou com maquinários e ferramentas que não conhecia, apesar de já ter ajudado o pai, quando ainda era adolescente a fazer mesas e cadeiras. Quando chegou eram em apenas seis funcionários e no início não havia demanda de trabalho. Após dois anos, a marcenaria foi transferida para a rua

Piquiri - Vila Recreio e com pouco tempo o número de funcionários dobrou e a demanda de serviços aumentou.

Conta ainda que por mês chegavam cerca de quatro carretas de madeira bruta do Mato Grosso para os funcionários transformarem em móveis para as escolas e secretarias e não era apenas para a cidade de Londrina. "Chegou a um ponto que atendíamos Londrina e os distritos, além das cidades vizinhas, de Jataizinho a Apucarana. Na época a Prefeitura fazia um acordo com as outras cidades e era permitido". Em uma semana era produzidos móveis para aproximadamente doze salas de aulas. Praticamente tudo era feito manualmente, com poucas ferramentas. "Acredito que foram produzidos móveis para cerca de 380 escolas municipais, além das secretarias e autarquias da Prefeitura, enquanto eu trabalhava na marcenaria".

Zé morava no Jardim Europa e caminhava cerca de 14km diariamente para chegar ao trabalho e voltar para casa. Para chegar pontualmente na marcenaria, acordava às 5h30 e retornava para casa às 19h30. Conta, que quando era eleito outro prefeito, havia manutenções e mudanças para serem feitas na Prefeitura, além das urgências, eventos, inaugurações ou festas em escolas que surgiam e era necessário realizar horas extras para não atrapalhar o expediente, pois havia muita demanda durante o dia todo. Por isso, algumas vezes chegava às 01:00 da manhã em sua casa.

Após 27 anos como marceneiro na Prefeitura, foi convidado pelo chefe do setor, Isobel Carrara para substituí-lo. Na nova função, Zé Lucinger realizou diversas melhorias como, reforma do banheiro e do escritório, construção do espaço de lazer para os funcionários com churrasqueira, aquisição de novas máquinas e automóveis, entre outras. Zé Lucinger permaneceu no cargo durante três anos. Trabalhou na Prefeitura de Londrina por 30 anos e 3 meses e se aposentou em setembro de 2001, aos 62 anos de idade, com o coração alegre, satisfeito e cheio de saudades.

"Com toda a certeza, foi meu trabalho preferido. Eu amava o que fazia e onde trabalhava, realizava tudo com muito amor. Se eu voltasse a trabalhar iria fazer melhor ainda. Não havia nada mais gratificante do que ver as crianças entrando nas salas novinhas e a admiração das professoras pelo local de trabalho, além dos elogios que recebíamos. Pra mim era a maior alegria e o maior prazer".



Foto: Inauguração de uma escola no distrito de Guairacá na Fazenda Figueira



Foto: Intervalo dos funcionários após a inauguração da área de lazer



Foto: José Lucinger, 76 anos, marceneiro aposentado da Prefeitura de Londrina



Telefone Úteis

POLÍCIA MILITAR: 190
POLÍCIA CIVIL: 197
DELEGACIA CENTRAL:
 3322-2000
BOMBEIROS: 193
CÂMARA DE VEREADORES:
 (43) 3374-1300
CENTRO DE VALORIZAÇÃO DE VIDA:
 141 - 3356-4111
CONSELHO TUTELAR:
 (43) 3378-0374
COPEL/TELECOMUNICAÇÕES:
 0800-4141 181
CORREIOS: (43) 3377-3501
DETRAN: 0800 - 6437373
DISQUE-EMPREGO: 157
FÓRUM: (43) 3371-3124
HORA CERTA: 130
INFORMAÇÕES TELEFÔNICAS (TARIFADO): 102
INSTITUTO MÉDICO LEGAL (IML): 3357-0404
JUSTIÇA ELEITORAL: 148
PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA: 3372-4000
PROCON: 151
RECEITA FEDERAL:
 (43) 3294-8000
SANEPAR: 115
TERMINAL RODOVIÁRIO:
 3372-1800
TERMINAL URBANO:
 3356-5252
ALCOÓLICOS ANÔNIMOS:
 (43) 3326-3224
AGÊNCIA DO TRABALHADOR:
 (43) 3334-2525
CAAPSMEL:
 (43) 3376-2535

EXPEDIENTE Notícias da AAPML

Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina

Rua Kozen Igue, 270
 Jd. Granville - CEP: 86047-220
 CNPJ: 01210891 0001- 73
 Fone (43) 3342 2435
 De segunda a sexta-feira das 8h às 18h
 E-mail: aapml@hotmail.com

Jornalista Responsável:
 Thalita Alves da Silva
 Registro profissional: 0010938/PR
 Diagramação: Froid
 Impressão: Aba Gráfica
 Tiragem: 1.000 - Publicação mensal

DIRETORIA EXECUTIVA
 Presidente: Dilza Ramos
 Vice Presidente:
 Deusimar Leite Farias
 Secretário: Leni Vivian Branco
 Vice Secretário:
 Lucília de Godoy Garcia Duarte
 Tesoureiro: Juvenal Futagami
 Vice Tesoureiro: Célio Torres
 Dir. de Patrimônio: Rudolpho Horner
 Vice Dir. de Patrimônio:
 Wagner Sambatti
 Dir. Social: Dirceu Pivaro
 Vice Dir. Social: Américo Sambatti
 Dir. de Esportes: Henrique Marinho
 Vice Dir. de Esportes:
 Paulo Roberto Alves Pedra

Provando a sabedoria

O pai de um fazendeiro deixou 35 cavalos de raça para seus 3 filhos, com a seguinte divisão:

O filho mais velho deve receber a metade dos cavalos; o filho do meio receberá um terço; e o filho mais novo receberá apenas a nona parte.

A pergunta é como dividir os 35 cavalos para os 3 irmãos; pois a metade de 35 é 17 e meio. Como fazer a partilha se a terça parte e a nona parte de 35 também não são exatas? Como calcular corretamente!

Fique atento a próxima edição do jornal "Notícias da AAPML"

Américo Sambatti

Se deseja partilhar suas ideias, comentários, sugestões de pautas, histórias, vivências e textos sobre qualquer tema, não hesite e envie-nos para o e-mail: aapml@hotmail.com ou nos entregue pessoalmente. Ficaremos felizes com a sua participação.

Mês do Servidor promove cursos, palestras e jogos esportivos

A expectativa é integrar e mobilizar servidores ativos e inativos nas atividades desenvolvidas para comemorar o dia do servidor

Em comemoração ao dia do servidor, comemorado no dia 28 de outubro, a Secretaria Municipal de Recursos Humanos, por meio da Gerência de Treinamento e Desenvolvimento da Diretoria de Desenvolvimento Humano, irá realizar diversos cursos, palestras, jogos e passeios que farão parte da programação do "Mês do Servidor 2017". As atividades são gratuitas e serão destinadas aos servidores ativos, inativos e seus familiares.

As realizações de algumas modalidades vão depender da quantidade de inscritos. Os jogos disponíveis para participação são futebol, futsal, vôlei, voleibol, natação, malhas, buraco, cacheta, cachê, dominó, tranca, truco, pebolim, sinuca, tênis e xadrez. As atividades são destinadas para o público masculino e feminino.

Além dos jogos também serão disponibilizados cursos para os aposentados, mês do servidor será para integrar os servidores ativos e aposentados. "A participação dos servidores inativos serão de suma importância para trazer aos ativos a experiência deles. Além disso, o aposentado terá a oportunidade de reencontrar colegas de trabalho, conhecer novas pessoas e os servidores ativos poderão

3342 2435.

As inscrições prévias deverão ser feitas na sede da associação (Rua Kozen Igue, 270 – Jd. Granville) até o dia 18 de setembro. Para a efetivação da inscrição, será solicitado 1kg de alimento não perecível, materiais de higiene pessoal, fraudas geriátricas, dentre outros. A arrecadação será destinada ao Provoce Londrina e aos servidores ativos e aposentados que estão com necessidades financeiras. As vagas são limitadas.

O Mês do Servidor é uma ação da Prefeitura de Londrina por meio da Secretaria Municipal de Recursos Humanos, em parceria com AAPML, FEL, AFML, SINDSERV-LD, Secretarias Municipais e demais órgãos da Administração Direta e Indireta.

Agenda:

04 a 18/09: Inscrições para jogos e cursos (na AAPML);
15 a 31/10: Exposição Cultural;
19/10: Barzinho do servidor;

02 a 18/10: Jogos esportivos;
21/10: Concurso de dança;
02 a 31/10: Cursos, oficinas e palestras;
27/10: Bingo AAPML

Locais:

AFML – R. Funcionários, 363 - Jd Mediterrâneo
AAPML – R. Kozen Igue, 270 – Jd. Granville
FEL – R. Gomes Carneiro, 315 - Boa Vista
Prefeitura de Londrina – Av. Duque de Caxias, 635.
Sindserv – R. Bélgica, 821 – Jardim Ipópolis.

ESPAÇO DO APOSENTADO

COMO SERIA...

Os funcionários municipais, principalmente os mais antigos; os aposentados sentem-se mais londrinenses. Viveram em função da cidade, participaram da sua administração. Muitos participaram da elaboração de planos e projetos, e conduziram sua efetivação. Essas realizações da comunidade são assumidas pelos funcionários como realização pessoal em muitos casos.

Do mesmo modo, iniciativas julgadas importantes, na qual se trabalhou intensamente e que não se realizou, os diretamente envolvidos sabem e entendem por que o plano não se efetivou, mas permanece a frustração. Fica-se imaginando como estaria a cidade agora se aquele projeto tivesse sido realizado.

No começo dos anos 60 completaram-se os estudos, sob todos os aspectos, da cidade de Londrina. Em conjunto com o setor de planejamento do Estado do Paraná, e a participação de urbanistas de renome nacional, elaborou-se o primeiro Plano Diretor de Londrina. Das inúmeras sugestões e planos propostos, talvez seja interessante avaliar o que se tornou realidade. É o que veremos em outra ocasião.

Rudolfo Horner



FIQUE ATENTO

No dia 20 de setembro na AAPML, das 8h às 12h o Programa de Preparação à Aposentadoria da Secretaria Municipal de Recursos Humanos da Diretoria de Saúde Ocupacional da PML em parceria com a AAPML, irá realizar a palestra e oficinas de auto cuidado. O tema do evento é "Saúde e Auto Cuidado". A palestra será ministrada pelo médico da Secretaria Municipal de Saúde, Eduardo Shiratori. Também terá ações desenvolvidas no pátio como, maquiagem, cortes de cabelo, auriculoterapia, massoterapia, entre outras. A participação é

gratuita. Será na AAPML

A 4ª Tarde Festiva na AAPML será realizada no dia 29 de setembro, das 14h às 17h. O palestrante será o psicanalista clínico, Juarez Torres, abordando o tema "Abrindo mão da ansiedade – Eu não quero mais ser uma pessoa ansiosa". Além da palestra será realizada atividades recreativas. É gratuito e não é necessária confirmação prévia.

Eleição dos integrantes do Conselho Administrativo da Caapsml

Ao todo são seis integrantes efetivos do conselho e suplentes. O mandato terá início em 2018 e encerrará em 2021

A Caixa de Assistência, Aposentadoria e Pensões dos Servidores Municipais de Londrina (Caapsml) irá realizar a eleição para escolha dos membros efetivos e suplentes que vão compor o Conselho Administrativo do órgão. A divulgação oficial dos candidatos foi publicada no dia 11 de setembro, no edital nº 36/2017 no portal da Caapsml. Os candidatos representando os aposentados são, Luiz Evaldo da Silva Ferreira e Rosangela Maria Cebulski.

O Conselho Administrativo na Caapsml é um órgão colegiado que faz parte da direção da Autarquia, auxiliando em diversas e importantes decisões, como na definição do Orçamento da Autarquia, elaboração de regulamentos internos, processos de Licitação, análise dos processos de reconsideração dos usuários, entre outras atividades. Ao todo são seis integrantes efetivos do conselho e suplentes. O mandato terá início em 2018 e encerrará em 2021.

Mandato de 2013 a 2017 - Os integrantes do Conselho Administrativo da Caapsml aprovaram durante quatro anos de mandato, reforma do prédio da Caapsml; política de investimentos com resultados colhidos acima das metas estabelecidas; estudo e compilação, juntamente com a administração das resoluções do plano de saúde, na qual resultou em apenas uma resolução; aprovação da instalação da fisioterapia e ambulatório; aprovação das contas da Caapsml; aquisição de novos veículos para a Caixa; aprovação de compra de novos e modernos sistemas de informáticas para o plano de saúde e previdência.

Eleições - A votação acontecerá no dia 7 de outubro, das 10h às 20h, no prédio da Caapsml (Av. Duque de Caxias, 333). A votação será aberta à todos os segurados. O voto será secreto e intransferível e cada servidor deverá votar em um candidato, da seguinte forma: Inativos votam nos candidatos dos inativos, servidores da CAAPSML votam nos candidatos da Caapsml e servidores da ativa votam nos candidatos dos servidores ativos. O resultado final será publicado no dia 18 de outubro, até às 18h.

ACONTECEU NA AAPML

Cerca de 100 pessoas compareceram no Jantar do Dia dos Pais

O evento teve show cover do Elvis Presley e sorteios de inúmeros prêmios

O jantar em comemoração ao Dia dos Pais foi realizado no dia 5 de agosto na sede da AAPML. Aproximadamente 100 pessoas compareceram e prestigiam o show cover do Elvis Presley, realizado por Jeferson Inácio.



Foto: Aproximadamente 100 pessoas participaram do jantar do Dia dos Pais

Segundo a aposentada, Maria Aparecida Camargo, foi a primeira vez que participou de uma festa realizada na AAPML e se surpreendeu positivamente. "Eu amei o buffet e o show. Fiquei feliz por ter sido homenageada juntamente com meu esposo, Danilo José Ricardo, pelos nossos dez anos de casados", afirmou.

Além da apresentação musical, também aconteceram sorteios de duas poupanças no valor de R\$100,00 do Banco Sicredi; dois almoços para casais no Restaurante Caco Self Service, oferecido por Caco Piacenti (Av. Paraná 38-A); entre outras premiações.

De acordo com o apresentador cover, Jeferson Inácio, participar deste momento especial o deixou extremamente feliz. "Agradeço pela oportunidade e parabenizo pela linda festa que



Foto: Jeferson Inácio e Danilo Ricardo sendo homenageados pelos 10 anos de casados

Planejando a aposentadoria é tema de encontro na AAPML

A assistente social aposentada do H.U, Rosa Yoko Okabayashi ministrou a palestra para cerca de 50 aposentados e pré-aposentados

O Programa de Preparação à Aposentadoria da Secretaria Municipal de Recursos Humanos da Diretoria de Saúde Ocupacional da PML em parceria com a AAPML realizou no dia 16 de agosto, a palestra "Planejando a Aposentadoria", ministrada pela assistente social aposentada do Hospital Universitário, Rosa Yoko Okabayashi, além de relatos de aposentados sobre sua vida pós-aposentadoria. O evento foi realizado na sede da AAPML.



Foto: Cerca de 50 aposentados e pré-aposentados da rede municipal participaram do evento

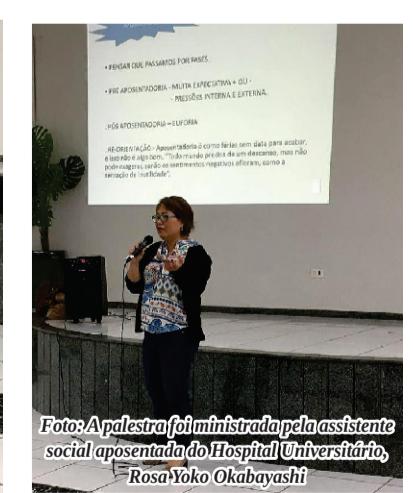


Foto: Relatos sobre pós-aposentadoria da enfermeira aposentada, Lidia Kohatsu

Segundo Rosa Yoko Okabayashi, a ideia central é que a aposentadoria fecha-se um ciclo de trabalho e de vida, mas abre-se um caminho para um novo ciclo. "Há várias perspectivas e uma delas é a opção de continuar trabalhando. Não se trabalha mais por obrigação, mas por escolha, porque isso lhe faz bem e você tem inúmeras atividades que podem lhe satisfazer", disse.

Os principais assuntos citados na palestra foram, como se planejar para uma aposentadoria saudável, as fases da aposentadoria e do pré-aposentado, a fase da reorientação da aposentadoria, a necessidade de desconstruir a identidade que se constrói de acordo com a vida profissional, como ocupar o espaço do trabalho com atividades prazerosas e estereótipos do aposentado feliz.

Segundo a enfermeira aposentada, Lidia Kohatsu, o processo de aceitação da aposentadoria foi bastante difícil, com diversos questionamentos, dúvidas, devido ao vínculo com o trabalho e a equipe. "Eu sempre estive muito presente no meu trabalho, na realidade eu tinha muita dúvida se eu deveria ou não me aposentar. Hoje, eu posso dizer que tudo isso, que todos os meus temores, do que eu iria fazer, se ficaria ociosa ou deprimida, estão superados. Acredito que uma coisa que ajuda muito é participar dessas reuniões preparatórias, que contribui para a tranquilidade em estar definindo a aposentadoria", explicou.