



TRT DA 10ª REGIÃO
 SGAN - QUADRA 916 - LOTE A2 - Bairro Asa Norte - CEP 70790-160 - Brasília - DF - www.trt10.jus.br
 Complexo Administrativo da Fazendinha

PLANO DE CURSO

PROGRAMA CONTINUADO DE PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA	
OBJETIVO GERAL	Apoiar Magistrados e Servidores do TRT da 10.ª Região no desenvolvimento de projetos de vida que permitam aos participantes desfrutar da aposentadoria com foco na autonomia e saúde física, emocional, social e financeira, além de orientá-los sobre seus direitos.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	<p>Após a realização do curso, os participantes deverão ser capazes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver estratégias para se adaptarem à aposentadoria de maneira bem-sucedida; • Prevenir o surgimento de transtornos de saúde física e emocional, tais como quadros de estresse, depressão e doenças crônicas não transmissíveis, durante a carreira e no pós-carreira; • Promover a qualidade de vida, definida como a presença de independência funcional, engajamento em atividades sociais e ocupacionais, vivência de vínculos afetivos saudáveis e percepção de satisfação com a vida; • Construir um projeto de vida conforme valores e perspectivas de futuro; • Promover o aumento da longevidade e obtenção de um envelhecimento ativo.
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	<p>O curso está dividido em 8 (oito) módulos que abordarão os seguintes temas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1.º Encontro: Apresentação – Fatores determinantes de uma aposentadoria e envelhecimento bem-sucedido; • 2.º Encontro: Projeto de Vida Pós-Carreira; • 3.º Encontro: Autonomia e Finanças; • 4.º Encontro: Regras de Aposentadoria – Legislação Previdenciária; • 5.º Encontro: Alimentação Saudável; • 6.º Encontro: Autonomia e Atividade Física; • 7.º Encontro: Família, relações sociais, vínculos, habilidades sociais, gestão emocional, rede de apoio; • 8.º Encontro: Fechamento.
PROFISSIONAL DE ENSINO OU PROFISSIONAIS DE ENSINO	<p>LIANA MEDEIROS SEGUNDO DE SOUZA SILVA, SANDRA SUELY DE JESUS BASTOS E CRISTINA CARRIJO GALVÃO (Servidoras participantes do Curso de Formação de Facilitadores para o Programa de Preparação para Aposentadoria do TRT da 10.ª Região)</p>

PERÍODO DE REALIZAÇÃO	26/4, 3/5, 10/5, 24/5, 7/6, 14/6, 21/6 e 28/6 de 2018
HORÁRIO	Das 15 às 18 horas
CARGA-HORÁRIA TOTAL	24 horas-aula
MODALIDADE	Presencial
ÁREA	Responsabilidade Social/Saúde/Qualidade de Vida
PÚBLICO-ALVO	Magistrados e Servidores do TRT da 10. ^a Região, independente do tempo de serviço, em exercício ou aposentados.
NÚMERO DE VAGAS	Até 20 vagas para público interno
LOCAL DE REALIZAÇÃO	Sala de Treinamento da Escola Judicial do Tribunal Regional do Trabalho da 10 ^a Região (SGAN 916 - Lote A2 - CEP: 70790-160 - Asa Norte)
METODOLOGIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Exposição dialogada. • Dinâmicas em grupo. • Estudo de Casos/simulações. • Compartilhamento de boas práticas.
INSCRIÇÕES	A inscrição é de responsabilidade de cada interessado e deverá ser realizada no Portal da Escola Judicial (https://escolajudicial.trt10.jus.br/index.php/eventos/meus-eventos.html) até às 23h59 do dia 25 de abril de 2017 (quarta-feira) . Os inscritos receberão e-mail, automático, de confirmação da inscrição.
CRITÉRIOS DE FREQUÊNCIA	<ul style="list-style-type: none"> • Os participantes deverão ter frequência mínima de 75% das atividades durante todo o Curso - ou seja, frequentar, no mínimo, 18 horas. • A lista de frequência ficará disponível para assinatura até 30 (trinta) minutos após o início do aperfeiçoamento. Após esse período, o participante deverá preencher o "Registro de ocorrência", registrando a hora de chegada, para a aferição da carga horária total realizada. • Eventual ausência, em um dos dias do Curso, deverá ser justificada por meio do endereço eletrônico escola.judicial@trt10.jus.br.
AVALIAÇÃO	Após a conclusão do Curso, os participantes receberão no endereço de e-mail institucional o link para acessar o formulário eletrônico da Avaliação de Reação, que deverá ser preenchido no prazo de 5 (cinco) dias úteis.
CRITÉRIO DE CERTIFICAÇÃO	O recebimento do certificado ficará condicionado ao cumprimento dos dois quesitos: frequência mínima no Curso e preenchimento do formulário de Avaliação de Reação.
CRITÉRIOS PARA CANCELAMENTO DA INSCRIÇÃO E DESISTÊNCIA DE PARTICIPAÇÃO	O pedido de cancelamento de inscrição deverá ser realizado em até 2 dias úteis anteriores ao início do Encontro, <u>conforme art. 6º da Portaria PRE-DGA nº 276/2005, deste TRT-10</u> . Após o início do Curso, o pedido de desistência deverá ser elaborado por escrito e encaminhado ao e-mail escola.judicial@trt10.jus.br , devidamente

	fundamentado e com as comprovações que se fizerem necessárias, se for o caso, para análise e deliberação da Direção da Escola Judicial.
INVESTIMENTO	O curso foi inteiramente concebido durante o curso de Formação de Facilitadores para o Programa de Preparação para a Pré- e Pós-Aposentadoria e representa um valioso resultado da capacitação daqueles Servidores. A ação significa, também, o retorno do investimento feito pela Organização, na medida em que beneficiará inúmeros outros servidores e magistrados deste Tribunal que entrarão em contato com temática que permeia qualquer etapa da vida, contribuindo para a construção de projetos de vida. Portanto, não há o que se falar em custo de inscrição por participante para este Evento.
BIBLIOTECA	<p>A Biblioteca Fernando Américo Veiga Damasceno dispõe de um acervo de cerca de 7.000 livros e periódicos. As obras são em maioria da área do Direito, com prioridade para as relacionadas ao Direito do Trabalho.</p> <p>Conta também com obras de áreas do conhecimento correlatas, como filosofia, sociologia, português, administração, dentre outras, e obras de referência como dicionários e manuais.</p> <p>As obras da editora LTr podem ser acessadas por servidores e magistrados na biblioteca LTr digital, por meio do endereço eletrônico http://ltrdigital.com.br.</p> <p>Artigos e livros eletrônicos podem ser selecionados pela equipe de bibliotecários a partir de bases de dados jurídicas de legislação, doutrina e jurisprudência.</p>
INFORMAÇÕES GERAIS:	<ul style="list-style-type: none"> • Magistrados: <ul style="list-style-type: none"> ◦ Este Evento será <u>considerado para as horas de formação continuada</u>, nos termos do art. 3º da Resolução ENAMAT nº 9/2011, alterada pela Resolução ENAMAT nº 13/2013. ◦ Magistrados - Nos termos da Resolução Administrativa nº 38/2016 deste Regional, durante os dias deste Evento, "<u>ficam suspensos os prazos processuais e a realização de audiências e de sessões de julgamento ordinárias, relativos aos feitos em tramitação no âmbito do TRT da 10ª Região</u>". • Servidores: <ul style="list-style-type: none"> ◦ Nos termos do art. 9º, <i>caput</i>, da Resolução CSJT n.º 159, de 27 de novembro de 2015, "A <u>frequência em eventos presenciais de capacitação, oferecidos pelo órgão, será considerada como hora trabalhada</u>." ◦ Servidores - Este Curso será válido para fins de adicional de qualificação.

17.0.000007041-6



Documento assinado eletronicamente por **ROSANA OLIVEIRA DE ARAGAO SANJAD**, Secretário(a) Executivo(a) da Escola Judicial, em 23/04/2018, às 16:34, conforme art. 1º, III, "b", da Lei 11.419/2006.



A autenticidade do documento pode ser conferida no site <http://www.trt10.jus.br/validadorsei.htm> informando o código verificador **0893775** e o código CRC **5FC713C4**.

