



IPC

Instituto de Previdência
dos Servidores de Cariacica

Educação Previdenciária

Programação das Atividades

Cariacica

2024



Evento comemorativo ao Dia Internacional da Mulher

Data: 08/03/2024

Local: Auditório do IPC

Exibição do filme "Legalmente Loira".

Conteúdo: Refletir sobre a forma que a mulher é enxergada pela sociedade.

Programa Pós-Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 02, 04, 09, 11, 16, 23, 25 e 30 de Abril de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Audiência Pública para Prestação de Contas

Data: 18/04/2024

Local: Auditório do IPC

Palestrante: Juliana de Lima Silva Rodrigues – Diretora Presidente/IPC.

Conteúdo: Prestação de contas das atividades do IPC referente ao exercício de 2023. Apresentação e divulgação do Relatório de Governança, dos resultados da Política de Investimentos e da Avaliação Atuarial.

Programa de Pré-Aposentadoria - Módulo 01- Integração dos participantes

Data: 24/04/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Apresentação do IPC e do Programa; reflexão sobre sentimentos e experiências relativas ao trabalho e a vida que estão prestes a deixar, sobre as concepções, histórias, os sentidos do trabalho; expectativas futuras (o que os espera após a aposentadoria).

Palestrantes Assistentes Sociais (Lígia e Érika) e Psicólogo (Rafael Valêncio).

Abril Verde: Mês de Conscientização Pela Saúde e Segurança no Ambiente de Trabalho

Data: 26/04/2024

Local: Auditório do IPC

Palestrante: Everaldo Silva do Carmo – Técnico em Segurança do Trabalho/PMC

Conteúdo: Celebração do Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho.

Informações sobre prevenção de acidentes, uso e conservação do Equipamento de Proteção Individual (EPI) e utilizando de extintores de incêndio.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 02, 07, 09, 14, 16, 21, 23, 28 e 30 de maio de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Evento comemorativo ao Dias das Mães

Data: 09/05/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Homenagear as mães servidoras públicas.

Programa de Pré-Aposentadoria Módulo 2 – Esclarecimentos legais sobre aposentadoria

Data: 22/05/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Fornecer os fundamentos legais para a aposentadoria, permitindo que conheçam as opções que possuem neste tempo de suas vidas.

Palestrante: Paula Furieri Guzzo (Procuradora Previdenciária IPC).

***** Programa IPC Itinerante**

Data: 23/05/2024

Local: Emef Nossa Senhora Aparecida, em Oriente

Palestrante: Jhawa Memelli de Moura - servidor do IPC

Conteúdo: Palestras direcionadas aos servidores da Prefeitura de Cariacica. O programa consiste em um bate-papo esclarecedor, cheio de informação e muita transparência.

Programa IPC Itinerante

Data: 24/05/2024

Local: Emef Valdici Alves Baier, em Areinha

Palestrante: Jhawa Memelli de Moura - servidor do IPC

Conteúdo: Palestras direcionadas aos servidores da Prefeitura de Cariacica. O programa consiste em um bate-papo esclarecedor, cheio de informação e muita transparência.

Programa IPC Itinerante

Data: 28 e 29 05/2024

Local: Emef Jocarly Gomes Salles, em Alto Lage

Palestrante: Jhawa Memelli de Moura - servidor do IPC

Conteúdo: Palestras direcionadas aos servidores da Prefeitura de Cariacica. O programa consiste em um bate-papo esclarecedor, cheio de informação e muita transparência.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 04, 06, 11, 13, 18, 20, 25, 27 de junho de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Junho Violeta: Conscientização e combate à violência contra os idosos

Data: 06/06/2024

Local: Auditório do IPC

Objetivo: Conscientizar sobre o combate à violência contra os idosos.

Conteúdo: Informar sobre a violência contra os idosos e também onde denunciar.

Programa de Pré-Aposentadoria Módulo 3 - A saúde sob aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais

Data: 25/06/2024

Local: auditório do IPC

Conteúdo: Conhecer e discutir os aspectos psicossociais do envelhecimento, os problemas de adaptação à velhice e ocupação do tempo livre. Estimular físicas que contribuem para a melhoria da qualidade de vida e realizar avaliação

física. Este módulo deverá contar com a presença de profissional de saúde.

Palestrante: Edson José da Costa Moraes (Médico).

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 02, 04, 09, 11, 16, 18, 23, 25 e 30 de julho de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Programa de Pré-Aposentadoria Módulo 4 - A família no processo de aposentadoria

Data: 24/07/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Propiciar um espaço de reflexão sobre as possíveis mudanças na rotina familiar advindas da aposentadoria; rever os pontos positivos e negativos que a aposentadoria traz em relação ao convívio familiar; pensar em maneiras saudáveis de enfrentar estas mudanças.



Palestrante: Psicólogo da rede municipal de saúde de Cariacica.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 01, 06, 08, 13, 15, 20, 22, 27 e 29 de agosto de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Agosto Lilás - Campanha de enfrentamento à violência doméstica e familiar contra a mulher

Data: 09/08/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Conscientizar sobre o combate à violência doméstica e familiar contra a mulher.

Programa de Pré-Aposentadoria Módulo 5 - Planos de ação para enfrentamento de uma nova fase da vida

Data: 28/08/2024

Local: auditório do IPC

Conteúdo: Refletir e discutir sobre a elaboração de novos projetos de vida, ou mesmo a viabilização de algum já existente a priori; estratégias necessárias para a concretização de tais projetos de vida; as possíveis mudanças de padrão financeiro.

Palestrante: Servidor da Secretaria Municipal de Desenvolvimento Econômico.

Comemoração IPC 30 anos

Data: 29/08/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Homenagear servidores e ex-servidores, diretores e ex-diretores do IPC.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 03, 05, 10, 12, 17, 19, 24 e 26 de setembro de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Setembro Amarelo - prevenção ao suicídio

Data: 12/09/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Conscientizar sobre a prevenção ao suicídio.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 01, 03, 08, 10, 15, 17, 22, 24 e 29 de outubro de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Outubro Rosa - Prevenção ao câncer de mama

Data: 08/10/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Conscientizar sobre a prevenção ao câncer de mama.

Passeio em comemoração ao Dia do Servidor Público

Data sugerida: 30/10/2024

Local: a definir.

Conteúdo: Comemorar o dia do servidor público.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 05, 07, 12, 14, 19, 21, 26 e 28 de novembro de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

Novembro Azul - Combate ao câncer de próstata

Data: 07/11/2024

Local: Auditório do IPC

Conteúdo: Conscientizar sobre a prevenção do câncer de próstata.

Programa Pós Aposentadoria - Cuidando da Saúde

Datas: 03, 05, 10, 12 de dezembro de 2024

Local: Auditório do IPC

Professor: Giovanni Buback

Conteúdo: Exercício funcional

***** Programa IPC Itinerante**

Os agendamentos para o Programa IPC Itinerante são realizados por demanda espontânea. Por essa razão, não é possível colocar todos os agendamentos do ano na Programação das Atividades. A periodicidade do IPC Itinerante é mensal e sempre na segunda quinzena do mês.