



**RBPREV**  
RIO BRANCO PREVIDÊNCIA

Instituto de Previdência do Município de Rio Branco

## O QUE É O PROGRAMA “DE BEM COM A VIDA SEMPRE”?

De modo a permitir ao aposentado a se manter em movimento e avançar em direção saudável com qualidade de vida, bem como aproximá-lo da Instituição, o RBPREV está implantando o Programa de Pós Aposentadoria.

O programa “De bem com a Vida Sempre” visa proporcionar aos aposentados atividades para o desenvolvimento pessoal, saúde e entretenimento.

### **QUAIS ATIVIDADES QUE O PROGRAMA OFERECERÁ?**

Palestras sobre saúde, qualidade de vida, envelhecimento saudável, planejamento financeiro, motivação, empreendedorismo, recolocação profissional, oficinas, workshops, atividades corporais, parcerias com instituições para descontos, dentre outros.

### **COMO SERÃO REALIZADAS AS ATIVIDADES?**

Serão palestras, em datas previamente agendadas, feitas por profissionais gabaritados e conhecedores dos assuntos abordados. Também cursos com pessoas qualificadas, sempre buscando parcerias com a Prefeitura de Rio Branco.

As atividades do Programa iniciaram-se em março com um evento realizado na sede do Instituto destinado às mulheres aposentadas, em comemoração ao mês da mulher. Foram oferecidas diversas atividades como relaxamento, massagem corporal, aferição de pressão, teste de glicemia, agendamento de preventivo do colo do útero – PCCU e mamografia, drenagens, peeling químico e ventosa terapia, além disso uma palestra com o tema ansiedade e depressão, por uma psicóloga da Secretaria Municipal de Saúde.



Em abril o instituto ofereceu curso de informática básica, visando orientação e informações básicas sobre os recursos tecnológicos, as redes sociais de modo a oportunizar a inclusão social.



A programação destinada ao aposentado será realizada uma vez por mês, em data e local previamente agendado. O RBPREV tem assistente social para acompanhar e dialogar diretamente com os segurados, faça-nos uma visita!

### **PROGRAMAÇÃO DE MAIO**

Roda de conversa com a terapeuta Kelly Yarzon sobre terapias complementares que ajudam a trabalhar para o equilíbrio emocional, além de oferecimento de reflexologia, forma de tratamento alternativo para várias doenças do corpo e do emocional.

Venha participar, dia 30 de maio, a partir das 9 horas da manhã, na sede do Instituto.

### **FIQUE ATENTO AS PROGRAMAÇÕES MENSAS!!**

*Travessa Campo do Rio Branco, 412 - Capoeira*

*Rio Branco – Acre – CEP: 69905-022*

*Tel.: (68) 3222-8493 / 3222-7542 / 3222-7563*

*E-mail: [rbprev@riobranco.ac.gov.br](mailto:rbprev@riobranco.ac.gov.br)*

*Site: [www.rbprev.riobranco.ac.gov.br](http://www.rbprev.riobranco.ac.gov.br)*