

# PROGRAMAÇÃO

## DE NOVEMBRO

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
					1	2
3	4	5 PALESTRA: PRIMEIROS SOCORROS - UMA ABORDAGEM ABRANGENTE	6 OFICINA: SOBREVIVENDO AO FINAL DO ANO	7 OFICINA: SOBREVIVENDO AO FINAL DO ANO	8	9
10	11	12	13	14 +AULÃO DE DANÇA ORIENTAL	15	16
17	18 OFICINA: RECICLAGEM NATALINA	19 OFICINA: RECICLAGEM NATALINA	20	21	22	23
24	25	26 OFICINA: INTELIGÊNCIA EMOCIONAL	27 OFICINA: INTELIGÊNCIA EMOCIONAL	28 CASA ITINERANTE: SAÚDE MENTAL - ÁUREA E YOGA NO PARQUE	29	30



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)

**05**  
NOVEMBRO

**Palestra: Primeiros Socorros - Uma abordagem abrangente**  
De 8h30 às 11h

**06**  
NOVEMBRO

**Oficina: Sobrevivendo ao Final do Ano**  
De 8h30 às 11h30

**07**  
NOVEMBRO

**Oficina: Sobrevivendo ao Final do Ano**  
De 8h30 às 11h30

**14**  
NOVEMBRO

**Aulão: Dança Oriental**  
De 14h às 15h30

**18**  
NOVEMBRO

**Oficina: Reciclagem Natalina**  
De 13h30 às 16h30

**19**  
NOVEMBRO

**Oficina: Reciclagem Natalina**  
De 13h30 às 16h30



PROGRAMAÇÃO NOVEMBRO

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)

**26**  
NOVEMBRO

**Oficina: Inteligência Emocional e Empatia**  
De 8h30 às 11h30

**27**  
NOVEMBRO

**Oficina: Inteligência Emocional e Empatia**  
De 8h30 às 11h30

**28**  
NOVEMBRO

**Casa Itinerante: Imparh - PGV**  
De 8h30 às 11h

PROGRAMAÇÃO NOVEMBRO



# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)






Novembro na CASA

PALESTRA

## PRIMEIROS SOCORROS - UMA ABORDAGEM ABRANGENTE



Com **Bruniely Oliveira, Erlene Inácio, Guilherme Pereira, João Paulo Freire e Sarah Queiroz**

-  05 de Novembro
-  de 8h30 às 11h
-  Rua Major Virgílio Borba, 10  
(Ao lado do Parque Adahil Barreto)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)



Novembro na CASA

OFICINA DE FINANÇAS

## SOBREVIVENDO AO FINAL DO ANO

COMO FECHAR AS CONTAS E AINDA SOBRAR PARA A CEIA DE NATAL.



Com **Marcos Vinicius Gondim**

-  06 e 07 de Novembro
-  de 8h30 às 11h30
-  Rua Major Virgílio Borba, 10  
(Ao lado do Parque Adahil Barreto)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)



Novembro na CASA

OFICINA

## INICIAÇÃO AO CORTE E COSTURA

Venha explorar o mundo do corte e costura! Você vai descobrir como criar roupas sob medida, ajustes e até mesmo acessórios. Desenvolva suas habilidades e libere sua criatividade com tecidos e agulhas!



Com **Regina Gurgel**

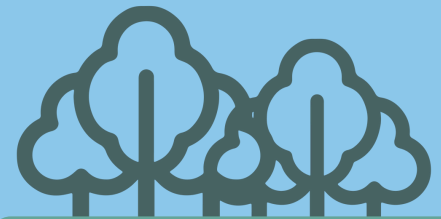
-  12 a 14 de Novembro
-  de 8h30 às 11h30
-  Rua Major Virgílio Borba, 10  
(Ao lado do Parque Adahil Barreto)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)



Novembro na CASA

**AULÃO**




## DANÇA ORIENTAL

Venha aproveitar os benefícios para sua saúde, com uma dança que auxilia no bem-estar emocional e eleva a autoestima e confiança da mulher.



Com **Sueli Araruna**

---

-  14 de Novembro
-  de 14h às 15h30
-  Rua Major Virgílio Borba, 10  
(Ao lado do Parque Adahil Barreto)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)



Novembro na CASA

OFICINA

## RECICLAGEM NATALINA

Que tal dar um toque sustentável ao seu natal? Aprenda a transformar materiais recicláveis em lindas decorações natalinas. Vamos juntos criar um natal mais criativo e consciente.

Com **Eveline Queiroz**

-  18 e 19 de Novembro
-  de 13h30 às 16h30
-  Rua Major Virgílio Borba, 10  
(Ao lado do Parque Adahil Barreto)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão



# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)



Novembro na CASA

OFICINA

## INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E EMPATIA:

FERRAMENTAS PARA MELHORAR RELAÇÕES E DESEMPENHO.

Com **Luciano Lopes**



- 📅 26 e 27 de Novembro
- 🕒 de 8h30 às 11h30
- 📍 Rua Major Virgílio Borba, 10  
(Ao lado do Parque Adahil Barreto)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão

# Programa de Apoio ao Servidor Aposentado (Prosa)

## CASA ITINERANTE IMPARH - PGM

Venha participar de uma palestra sobre Saúde Mental e entender mais sobre equilíbrio emocional e autocuidado. E mais, faremos uma super aula de yoga ao ar livre no parque! Respire, relaxe e renove suas energias. Não perca!

Com **Áurea Cedraz - Psicóloga PROSA**  
**Lídia Castro**

- 📅 28 de Novembro
- 🕒 de 8h30 às 11h
- 📍 Rua Major Virgílio Borba, 177  
PARQUE ADAHIL BARRETO



Novembro na CASA



**Fortaleza**  
PREFEITURA

Planejamento,  
Orçamento  
e Gestão