



PROPOSTA DE TRABALHO PARA O SUPERIOR TRIBUNAL MILITAR

Título do webinar: “Viver com sentido: Identificando propósitos”

Objetivo: Ter mais clareza sobre seus Propósitos de Vida, a partir de uma combinação de conceitos sobre o tema, atividades de reflexão individual e troca em pequenos grupos.

Informações básicas:

- Público: servidores em momento de preparação para a aposentadoria
- Modalidade: presencial (com parte da turma a distância) ou totalmente a distância – a definir
- Local: Brasília (TSM)
- Data e horário: início de abril (dia e horário a definir)
- Duração: 3-4 horas
- Número de participantes: até 75 (com gravação e disponibilização para mais de 1.000 servidores)

Sobre a facilitadora:

- Autora dos livros: “Propósito de Vida: um guia prático para desenvolver o seu” e “Realizados: aprenda a criar caminhos para viver com felicidade e propósito” (ambos pela editora Benvirá, do grupo Atlas GEN).
- Mestre e Doutora pela FEA/USP, graduada pela FGV. Tese sobre Desenvolvimento do Propósito de Vida.
- Coordenadora Acadêmica do MBA USP/ESALQ de Gestão de Projetos e parte da equipe de coordenação do MBA de Gestão de Pessoas.
- Coach formada pela Escola de Coaches (antigo EcoSocial; 1 ano e meio de formação).
- Palestrante e facilitadora de workshops nos temas de Propósito de Vida, Autoconhecimento e Carreira.

Tópicos da palestra:

- Apresentação: importância do tema de Propósito, breve apresentação da facilitadora e fala inicial sobre transições de carreira
- Conceitos fundamentais: pilares do Propósito de Vida, diferenças entre Propósito e Felicidade, Propósito ao longo das fases da vida, Zonas Azuis e os centenários
- Pilar 1 – Autoconhecimento: História de Vida e Pontos Fortes (competências, talentos, qualidades)



- Pilar 2 – Empatia e Ikigai
- Pilar 3 – Experimentações e Transições de Carreira
- Pilar 4 – Visão de Futuro: visualização
- Pilar 5 – Sustentação: pilares da vida e rituais
- Lições aprendidas com as pessoas Realizadas (livro)

Condições:

Webinário online (03 horas): R\$ 12.000 (doze mil reais)

- Esse valor já inclui impostos.
- O webinário poderá ser gravado e disponibilizado internamente no STM.
- Será emitida uma Nota Fiscal após o workshop para pagamento em 30 dias.

Dados da palestrante:

- Nome completo: Ana Carolina Messias Shinoda
- CPF: 330.959.848-98
- E-mail: carol.shinoda@alumni.usp.br
- Telefone: 11 98961-6681

Ana Carolina Messias Shinoda, 30/04/2025.



LUIZ DOS SANTOS ARAUJO <luizs@stm.jus.br>

Re: Workshop viver com sentido - Solicitação de proposta atualizada

1 mensagem

Ana Carolina Messias Shinoda <carol.shinoda@almni.sp.br>

30 de abril de 2025 às 09:4

Para: STM/SEÇÃO DE COMPRAS E APOIO AO REQUISITANTE <secar@stm.jus.br>

Douglas,

Eu passei o conteúdo da proposta para o Word para facilitar a impressão. E já dei a opção da modalidade online, que foi a escolhida.

Segue o documento assinado.

Um abraço,
Carol.

Em Ter., 29 de abr. de 2025 às 13:57, STM/SEÇÃO DE COMPRAS E APOIO AO REQUISITANTE

<secar@stm.jus.br> escreveu:

Prezados, boa tarde!

Em anexo ao processo de inscrição de 75 servidores no Workshop viver com sentido: identificando pr - Programa de preparação para aposentadoria do STM, a realizar-se no dia 8 de maio de 2025, na modalidade online, solicita-se a proposta atualizada e assinada pelo responsável legal da empresa.

Atenciosamente,

Douglas Fernandes Borges

SUPERIOR TRIBUNAL MILITAR

Setor de Arquivos S - Quadra 01 - Bloco B Edifício Sede do STM - s/n

DIRETORIA DE LICITAÇÕES E EXECUÇÃO ORÇAMENTÁRIA

SEÇÃO DE COMPRAS E APOIO AO

REQUISITANTE - SECAR Sala 1101

CEP: 70.098-900

**Proposta assinada.pdf**

298K