

Informações para Divulgação na FFLCH

O livro foi lançado em Ribeirão Preto em 17/ago./2024:

<https://jornal.usp.br/campus-ribeirao-preto/livro-traz-as-possibilidades-para-se-alcancar-o-bem-estar-na-aposentadoria/>

<https://jornal.usp.br/campus-ribeirao-preto/entrevista-com-a-professora-helena-nobrega-e-o-destaque-do-express-cultura-desta-quinta-feira-15-8/>

O próximo lançamento será em São Paulo:

<https://blog.livrariadavila.com.br/event/nao-quero-me-aposentar-lena-nobrega-ed-independente/>



O livro abre caminho para uma abordagem introspectiva da aposentadoria. Essa fase de transição pode gerar insegurança e ansiedade mais fáceis de serem superadas com pequenos ajustes às vezes imperceptíveis ao aposentado. Uma vez que esse assunto costuma estar associado à tristeza e solidão, a alternativa é virar a chave e abrir a porta para o bem-estar, a relação consigo e com os outros. Além disso, a temática destaca o contexto da aposentadoria para as mulheres, já que o viés marcadamente subjetivo encontra mais ressonância no universo feminino. Identificar as pautas femininas pode ajudar mulheres e homens a aperfeiçoar o seu próprio letramento emocional.

Sobre a venda do livro

O livro pode ser adquirido em A degustadora de histórias, na Rua Garibaldi, 485, Centro, Ribeirão Preto. Ou pelo WhatsApp (16) 99799-0839. Ou na Estante Virtual

<https://www.estantevirtual.com.br/livro/nao-quero-me-aposentar-desejos-e-possibilidades-em-novas-paisagens-EJN-7215-000>

Currículo Lattes

<http://lattes.cnpq.br/6680535420142488>

Creio que seria mais adequado divulgar na semana de 23/set., para ficar mais próximo da data do evento.

Atenciosamente.

Maria Helena da Nóbrega
mhn135@usp.br
mhn135@gmail.com
Celular: 16 9 9626-9073