



Inscrições abertas para aulas de Alongamento do Programa Bem Viver!

O Programa Bem Viver UFF está com inscrições abertas para as aulas de Alongamento, uma oportunidade para servidores investirem no bem-estar físico e na qualidade de vida. As aulas serão realizadas às Terças e Sextas-feiras, em dois horários disponíveis: Turma 1 (10h15 às 11h30) e Turma 2 (09h00 às 10h15). [Para mais detalhes sobre as regras e inscrição, acesse o formulário clicando aqui.](#)



Mova-se pela sua Saúde: Seu Corpo Agradece!

Tem horas que percebemos que estamos precisando de uma dose de energia e bem-estar. A gente sabe que a correria do dia a dia é grande, mas tem um "segredo" simples e poderoso que pode turbinar sua vida: **o exercício físico diário!**

Sabe aquela caminhada rápida de 30 minutos, uns alongamentos logo de manhã, ou até subir as escadas em vez de pegar o elevador? Isso já conta MUITO!

Quais são os superpoderes que o exercício te dá todo dia?

- **Energia Extra:** Parece contraditório, mas se exercitar te deixa menos cansado e com mais pique para encarar o dia.
- **Humor de Campeão:** Adeus, estresse! A atividade física libera endorfinas, aqueles hormônios que te deixam feliz e relaxado. É um santo remédio contra a ansiedade.
- **Sono de Qualidade:** Quem se movimenta dorme melhor. Ponto! Seu corpo relaxa e se recupera de verdade durante a noite.
- **Escudo Protetor:** Manter o corpo ativo fortalece seu coração, controla a pressão, ajuda a manter o peso e afasta um monte de doenças chatas como diabetes e problemas cardiovasculares.

E o melhor de tudo: é para todos! Não importa a idade ou o nível de condicionamento. O importante é **começar** e **encontrar algo que você goste**. Dançar na sala, pedalar no parque, fazer uma aula online... O que te faz sorrir enquanto se movimenta?

Então, que tal começar hoje? Deixe a preguiça de lado! Seu corpo é sua casa, e cuidar dele é o melhor investimento que você pode fazer. Dê o primeiro passo. **Mova-se pela sua saúde, pelo seu humor e pela sua qualidade de vida! Bora lá?**

Você sabia?

Todos os médicos da Divisão de Assistência à Saúde (DAS) são especializados.

Os médicos clínicos gerais são especialistas em clínica médica e estão preparados para atender os pacientes, desde a prevenção até o tratamento das doenças.

O clínico pode ser procurado para realizar exames de rotina e também para diagnóstico e tratamentos de muitas patologias.

Esse profissional tem um olhar geral de todos os sistemas do corpo humano e só em casos muito específicos ele encaminha para um outro especialista. Ele serve como ponto central do cuidado, atuando como médico de referência do paciente e garantindo um atendimento mais coeso.

A UFF oferece consultas em Clínica Médica para os servidores, docentes e técnicos administrativos, e dependentes adultos registrados no assentamento funcional em Niterói, e em outros campi do interior. Agende a sua consulta!

De olho na UFF

UFF sediará a 78ª Reunião Anual da SBPC em 2026; submissão de propostas está aberta

Pela primeira vez na história, a UFF sediará a 78ª Reunião Anual da Sociedade Brasileira para o Progresso da Ciência (SBPC), que acontecerá em Niterói entre 26 de julho e 1º de agosto de 2026. Servidores e pesquisadores podem submeter propostas de atividades como Conferências, Mesas-redondas e Minicursos para apresentar seus trabalhos e pesquisas no cenário científico nacional. As inscrições para submissão vão até 10 de novembro de 2025 e devem ser feitas pelo Sistema de Submissão de Propostas, onde as ideias serão avaliadas por uma comissão científica composta por membros da SBPC nacional e da Comissão Executiva Local da UFF. [Você pode acessar o edital de submissão de propostas clicando aqui.](#)

Aberta Agenda Acadêmica 2025 com foco em Oceanos e Mudanças Climáticas

A Agenda Acadêmica UFF 2025 foi aberta no último dia 20, no Núcleo de Estudos em Biomassa e Gerenciamento de Águas (NAB), com o tema “Planeta Água: a cultura oceânica para enfrentar as mudanças climáticas no meu território”. O evento, que ocorre simultaneamente com a Semana Nacional de Ciência e Tecnologia (SNCT) e segue até 26 de outubro, contou

com a participação do vice-reitor Fábio Passos e a apresentação do Quarteto de Cordas. Na abertura, o professor Márcio Cataldi do Departamento de Engenharia Agrícola e Meio Ambiente ministrou a palestra "O papel dos oceanos na variabilidade natural do clima e nas mudanças climáticas: uma reflexão sobre sua importância local e global", destacando a importância dos oceanos na regulação de calor e na modulação de fenômenos climáticos como El Niño e La Niña. [Para conferir as atividades que ocorrem até o fim da Agenda Acadêmica, clique aqui.](#)

UFF garante 10 novas vagas para o corpo docente do COLUNI

Foram conquistadas novas vagas para o corpo docente da Educação Básica, Técnica e Tecnológica (EBTT) destinadas ao Colégio Universitário Geraldo Reis (COLUNI). A medida, oficializada pela Portaria Conjunta MGI nº 70, de 8 de outubro de 2025, no Diário Oficial da União, assegura a incorporação de 8 vagas para professor efetivo e a autorização para preenchimento de 2 vagas de professor substituto. Essa conquista é fruto de um trabalho persistente da administração central da universidade em parceria com a Direção do COLUNI para atualizar o quadro funcional e reforçar a qualidade do ensino da unidade. [Clique aqui e leia a notícia completa.](#)

Professor vence Prêmio Nacional Abbtur como Pesquisador Científico

O professor Marcello Tomé, do Departamento de Turismo da UFF, foi o vencedor do Prêmio Nacional Abbtur: Mérito & Talento, na categoria Pesquisador Científico. A condecoração, considerada a maior do país na área e promovida pela Associação Brasileira de Bacharéis em Turismo e Profissionais do Turismo (Abbtur), ocorreu no último dia 9, durante a AbavExpo 2025 (Associação Brasileira de Agências de Viagens), no Riocentro, Rio de Janeiro. A AbavExpo é considerada o maior evento de Turismo e negócios da América Latina. [Saiba mais clicando aqui.](#)

Lançamento de livro da Eduff sobre Raciocínio Clínico na Faculdade de Medicina da UFF

Professores, médicos e estudantes reuniram-se na manhã desta sexta-feira, 17 de outubro, na Faculdade de Medicina da UFF, para o lançamento do livro "Raciocínio clínico: o segredo da lista de problemas" (Eduff, 2025). A obra, organizada por Ronaldo Gismondi, Victor Cortes, Luís Otávio Mocarzel e Ricardo Carneiro, marca uma celebração do ensino e da prática na formação médica, tendo nascido de aulas ministradas no curso de Medicina da UFF. [Para saber mais da cerimônia, clique aqui.](#)

Leilão online de 10 veículos oficiais em 13 de novembro

A UFF realizará um leilão público online de 10 veículos oficiais no dia 13 de novembro de 2025, às 11h30. O leilão será conduzido pelo leiloeiro João Emílio de Oliveira Filho, por meio do site www.joaoemilio.com.br. Os bens serão leiloados no estado em que se encontram, sem garantia e sem teste prévio. O edital completo e as condições de participação podem ser consultados no site do leiloeiro ou em seu depósito na Estrada dos Bandeirantes, 10.639, Recreio dos Bandeirantes, Rio de Janeiro/RJ. [Para saber mais, acesse o informe clicando aqui.](#)

Professor da UFF lança livro sobre ATER em Assentamentos de Reforma Agrária

O professor Flávio Castro da Silva, do Departamento de Engenharia Agrícola

e Meio Ambiente da UFF, lançou o livro “Profor-EXT: Programa Nacional de Formação em ATER para Assentamentos de Reforma Agrária e Contribuições para a Agenda 2030”. A obra, organizada por Graciella Corcioli, foi lançada na última sexta-feira (17) na Univasf, durante o 13º Congresso Brasileiro de Agroecologia (CBA), em Juazeiro, Bahia. O programa Profor-EXT, tema do livro, é desenvolvido em parceria com o MDA e o Incra, envolvendo 19 Instituições de Ensino Superior do país na formação em Assistência Técnica e Extensão Rural (Ater) para assentamentos. [Saiba mais sobre o lançamento clicando aqui.](#)

Cursos e Oportunidades

UFF abre inscrições para curso de coordenadores e vice-coordenadores de graduação

Estão abertas até o dia 10 de novembro de 2025 as inscrições para o curso “Apresentação da UFF para Coordenadores e Vice-coordenadores de Graduação”. O curso, com carga horária de 24 horas (18h síncronas e 6h assíncronas), será realizado de forma remota (Google Meet e Google Classroom) no período de 17 de novembro a 5 de dezembro de 2025. Os encontros síncronos ocorrerão das 9h às 12h nas seguintes datas: 18/11, 19/11, 26/11, 28/11, 03/12 e 05/12. [Para se inscrever, clique aqui.](#)

Semana do servidor

Semana do Servidor Público UFF 2025: venha celebrar!

Servidor, prepare-se! De **29 a 31 de outubro**, a UFF celebra você com uma programação especial, pensada com muito carinho para reconhecer sua importância. É o momento de celebrar o trabalho, o empenho e a dedicação de todos que fazem a UFF ser uma referência. Participe da **Semana do Servidor Público UFF 2025** e aproveite as oportunidades de cultura, lazer e bem-estar!

Confira as atividades e garanta seu ingresso!

A celebração está recheada de atrações, com destaque para a cultura do Centro de Artes (Ceart) e ações de saúde:

- **Dia de cinema gratuito:** No dia 28 de outubro, as sessões do Cine Arte UFF serão gratuitas para os servidores (sujeito à lotação)! Serão exibidos os filmes: “Paris, Texas”, “O Último Azul” e “Amores Brutos”.
- **Concerto e Show:** Garanta seu ingresso para o Concerto da Orquestra Sinfônica Nacional UFF (26 de outubro) ou para o show de Maurício Einhorn - Da Bossa Nova ao Jazz no Teatro da UFF (28 de outubro).
- **Distribuição de ingressos:** Serão disponibilizados 5 pares de ingressos para cada sessão de cinema durante a semana, 5 pares para o Concerto da OSN e 10 pares para o show de Maurício Einhorn.

- **Saúde nas Unidades:** Se você está em uma unidade fora de Niterói, fique atento! Haverá atividades de saúde programadas entre os dias 29 e 31/10.

Atenção: Os ingressos para as atividades culturais devem ser solicitados por meio do link disponibilizado no Programa Bem Viver. Venha participar e celebrar a sua semana conosco!

Mas não para por aí, a **Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas** (PROGEPE) também selecionou uma série de atividades para a Semana do Servidor Público. As comemorações começam no dia 29 de outubro, às 14h30, com a **VIII Mostra de Talentos da UFF**, que será realizada na Reitoria da universidade. Teremos também, no dia 30, um encontro virtual para falar de **Saúde Vocal e Comunicação**, às 10h, e a **Live: Conversando sobre o novo Programa de Gestão na UFF**, que acontece às 14h30. Fechando as atividades da PROGEPE, no dia 31 de outubro, acontece o **IV Seminário Científico de Servidores da UFF**. O Secien terá dois blocos, um das 9h30 às 12h e outro das 14h às 16. Não perca!

Resultado da VIII Mostra de Talentos da UFF é divulgado

Foi divulgado o resultado das inscrições para a **VIII Mostra de Talentos da UFF**, que acontecerá durante a Semana do Servidor 2025. A mostra, que busca valorizar as manifestações culturais dos servidores, será realizada no dia **29 de outubro de 2025 (quarta-feira)**, às **14h30**, no **Teatro do Centro de Artes UFF**. Os selecionados são:

- **Categoria Dança:** Graziela Venerável Silva e Helena de Aquino F. A. Souza
- **Categoria Música** Rodrigo Gicovate Paes, Vanja Nadja Ribeiro Bastos e Marcello Tomé

Inscrições abertas para ouvintes no IV Seminário Científico dos Servidores da UFF

A UFF convida a comunidade universitária para o IV Seminário Científico dos Servidores da UFF (SECIENUFF), um espaço de valorização e debate das produções técnico-científicas dos servidores. Com o tema “Educação e Diversidade: Perspectivas Teóricas e Estratégias para a Promoção da Inclusão”, o evento será realizado na sexta-feira, 31 de outubro de 2025, a partir das 9h30, em formato online. As inscrições como ouvinte estão abertas até o dia 31/10 e [podem ser feitas clicando aqui](#).



Pesquisa de Mestrado analisa o experimento da semana de trabalho de 4 dias no Brasil

Em meio ao debate sobre o fim da escala 6x1 e as transformações no mundo do trabalho, a UFF está investigando o experimento inédito 4 Day Week Brazil, que propõe a semana de quatro dias com produtividade integral. A pesquisa de mestrado em Administração, intitulada “Motivações, paradoxo e ressignificação do trabalho nas experiências brasileiras da semana de quatro dias”, está sendo conduzida por Alexssandro Moreira Tavares e orientada pelo professor Bruno Chapadeiro Ribeiro. O estudo, que investiga a vivência dessa mudança em empresas nacionais, é resultado de uma parceria e acordo de cooperação técnica entre a Escola de Administração de Empresas de São Paulo da Fundação Getúlio Vargas (FGV-EAESP) e a UFF. [Leia a matéria completa clicando aqui.](#)

Acontece na UFF



UFF nas Praças celebra 65 anos da universidade

Participe do evento “UFF nas Praças” no dia 25 de outubro, na Praça Juscelino Kubitschek, no Centro de Niterói. A iniciativa, que integra a Agenda Acadêmica e as celebrações pelos 65 anos da UFF, contará com cerca de 50 tendas para a apresentação dos projetos da universidade, incluindo uma dedicada ao aniversário da UFF. A abertura oficial está marcada para as 9h, com a presença do reitor. A programação incluirá ações de saúde (como aferição de pressão e testes de glicemia) e uma atração cultural especial: a apresentação da banda de rock Aversão, do professor Marcelo Tomé, às 11h30. O evento busca aproximar a comunidade das práticas e do conhecimento produzido na universidade. [Saiba mais clicando aqui.](#)

Inauguração Centro de Produção do Laboratório Multiusuário de Criogenia (CRIO-UFF)

Será realizada, no dia 23 de outubro de 2025, às 10h, a solenidade de inauguração do centro de produção do Laboratório Multiusuário de Criogenia (CRIO-UFF). O novo centro está instalado no Núcleo de Estudos em Biomassa e Gerenciamento de Águas (NAB) da universidade. [Para mais informações sobre o evento, clique aqui.](#)

2ª Semana do Acesso Aberto com foco em Desafios Globais

Últimos momentos para participar da 2ª Semana do Acesso Aberto. O evento, promovido pelo Núcleo de Ciência Aberta e Dados de Pesquisa da UFF, tem como tema “A importância da Ciência Aberta para enfrentar desafios globais” e integra o calendário oficial da Open Access Week. O objetivo é mobilizar a comunidade acadêmica para refletir sobre o papel estratégico do acesso aberto à informação científica, do compartilhamento de dados e da colaboração aberta na busca por soluções para os grandes desafios contemporâneos. [Para saber mais, clique aqui.](#)

HUAP em ação



Huap-UFF recebe exposições sobre maternidade, gravidez e amamentação na Agenda Acadêmica

O Hospital Universitário Antônio Pedro (Huap-UFF) está recebendo, entre 20 e 24 de outubro, as exposições itinerantes “Amor primeiro – um passeio fotográfico sobre as primeiras relações” e “Mãe Terra – fios do solo”. A iniciativa, que busca incentivar o aleitamento materno, é uma parceria com o Banco de Leite Humano (BLH) do hospital e integra a Agenda Acadêmica da universidade. A mostra “Amor primeiro”, da fotógrafa e enfermeira obstetra Fernanda Sá, reúne memórias de 30 anos, expressando momentos de gravidez, parto e amamentação, com o objetivo de promover o debate e uma assistência de qualidade. As fotos estão expostas no hall da ala azul dos ambulatórios, no andar térreo do Huap. [Leia a matéria completa clicando aqui.](#)



Dúvidas e sugestões de pauta: dms.scs@id.uff.br

Você está recebendo este e-mail porque está cadastrado na lista de contatos da Universidade Federal
Clique e acesse todos os eventos
Fluminense

Caso não tenha recebido alguma edição, [visualize aqui](#)

