



Bem Viver UFF abrirá novas inscrições para servidores

O Programa Bem Viver UFF, criado para promover a saúde e qualidade de vida dos servidores da Universidade Federal Fluminense, abrirá novas inscrições para atividades em breve. Na ocasião, serão oferecidas vagas para as aulas de Alongamento, Ginástica Localizada, Treinamento Funcional, Yoga e Nado Livre. As inscrições serão divulgadas no site do Bem Viver UFF e no perfil oficial da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas no Instagram. É fundamental que os participantes fiquem atentos às regras específicas, como horários, local e frequência mínima, para garantir a participação responsável no programa.

Bem Viver UFF abre editais para Instrutores de Shiatsu em unidades fora de sede

O Programa Bem Viver UFF lançou editais para a seleção de Instrutores de Shiatsu para atuar nas unidades da universidade fora da sede. Podem se inscrever profissionais de Educação Física, Fisioterapia ou Massoterapeutas com experiência na prática. A oportunidade é destinada a profissionais da comunidade interna da UFF, assim como externa. A bolsa oferecida é de R\$ 1.600,00 para uma carga horária presencial de 5 horas semanais. As inscrições estão abertas e podem ser realizadas até 21 de outubro de 2025. [Os editais completos estão disponíveis para consulta no Portal de Editais da UFF.](#)

Clube do Livro Bem Viver UFF: vagas abertas para discussão de "Ironias do tempo"

O Clube do Livro do Programa Bem Viver UFF realizará seu primeiro encontro na sexta-feira, 14 de novembro, das 16h às 18h, na livraria da EdUFF, no Gragoatá. O livro escolhido pelos servidores para discussão é "Ironias do tempo", de Luiz Fernando Veríssimo, que poderá ser adquirido na livraria com 30% de desconto, pelo valor de R\$ 52. Ainda há vagas disponíveis para participação! Inscreva-se em: bemviver.eduff@id.uff.br.
