

Conheça os serviços de medicina alternativa da UFF

Chás, pomadas caseiras, infusões de ervas: você provavelmente já utilizou uma ou mais destas técnicas quando estava se sentindo fraco ou doente. Estes são alguns exemplos de terapias e remédios da chamada medicina alternativa, que ainda incluem práticas de acupuntura, quiropraxia, hipnose e outros tipos de terapias que atuam como um complemento. A medicina alternativa busca assim potencializar a melhora do quadro clínico e envolve corpo, espírito e mente, além de proporcionar mais alternativas de cura, com efeitos colaterais reduzidos, dando ao paciente maior qualidade de vida.



Uma das práticas que essa medicina oferece é o shiatsu, e você pode ter acesso a ela aqui na UFF, servidor. O shiatsu é uma forma de manipulação aplicada com os polegares, dedos e palmas das mãos que aplica pressão em determinados pontos do corpo para corrigir disfunções internas, promover a saúde, tratar doenças específicas e melhorar a dor física local. Além disso, o shiatsu restabelece o fluxo do Ki (energia), pois de acordo com a medicina oriental, através da pressão exercida sobre os pontos, o órgão relacionado irá produzir mais Ki para circular.

O shiatsu está disponível para os servidores ativos de todas as idades no Espaço de Saúde (Rua Miguel de Frias, nº 9 - Térreo, prédio anexo à Reitoria). O atendimento ocorre às sextas-feiras, mediante agendamento, e existe uma fila de espera. O servidor pode realizar até 5 sessões e os interessados devem agendar o atendimento por telefone (21 2629-5278 ou 21 2629-5279) e informar os seguintes dados: nome, telefone de contato e e-mail.

Além do shiatsu, o NEPIC (Núcleo de Estudos e Práticas Integrativas e Complementares da UFF) foi criado pelo Departamento de Saúde e Sociedade para divulgar as diversas práticas integrativas e complementares dentro e fora da universidade. Oferecido pelo Núcleo, a MOSTRA PICs foi proposta para divulgá-las. No dia 3 de julho, por exemplo, serão oferecidas duas delas: Constelação Familiar (vivência em grupo) com a professora Gleyce Moreno Barbosa e o Projeto Cuidar (atendimentos com várias práticas integrativas) com a professora Fátima Helena do Espírito Santo. A primeira prática consiste em uma breve terapia e seu principal objetivo é restabelecer a harmonia do indivíduo para que as diferentes áreas de sua vida possam 'fluir'. Diversos temas podem ser constelados, como: relacionamento conflituoso com a mãe ou o pai; dificuldade de conseguir emprego; dificuldade em estabelecer um relacionamento afetivo; temas

relacionados à saúde, etc. Serão realizadas atividades, dinâmicas e exercícios relacionados. Já o Projeto Cuidar é uma atividade de extensão em que serão vivenciadas práticas como auriculoterapia, acupuntura, shiatsu, reflexologia das mãos e terapia floral, com o objetivo de proporcionar equilíbrio, autoconhecimento e saúde integral.

A MOSTRA PICS acontecerá no dia 03 de julho, entre 13h e 17h no Campus do Gragoatá - Bloco F, nas salas 304 e 306, e tem como público-alvo estudantes, docentes e técnicos administrativos, além da comunidade externa. As vagas são limitadas, então os interessados devem chegar com 20 minutos de antecedência. Para mais informações, envie um e-mail: mostrapicsuff@gmail.com.

A MOSTRA PICs teve o seu primeiro dia de atividades em 5 de junho e contou com as práticas de Educação em Saúde com Aplicação de Auriculoterapia, com a professora Liliane Belz, e a Radiestesia e Cristais Radiônicos, com Ana Cristina Miranda. Resta um dia de atividades, em **3 de julho**. Então não deixe de participar!

INFORMES

- PROEX produz programa de TV com o tema "Vacinação para adultos"
- Divulgação da Revista PIBIC 2017/2018
- São do interior 3 entre os 10 cursos com a menor taxa de evasão em 2018
- PPGA, NUFEP, InEAC e ICHF recebem sociólogos franceses
- Estão abertas as inscrições para o curso presencial de Desenho Didático de Disciplina no Moodle
- Suspensão Temporária de Atividades da Divisão de Gestão de Lotação/CPTA
- A PROEX divulga o projeto de extensão Clínica de Insuficiência Cardíaca Coração Valente
- Nota sobre a suspensão dos serviços de transporte
- Divisão de Transporte informa sobre alterações no processo de autorização para conduzir veículo oficial no SEI
- Matrículas abertas no Confucius Classroom UFF
- PROEX passa a integrar o Repositório Institucional da UFF (RIUFF)

[Acesse aqui estes e outros informativos](#)

Confira aqui a notícia em destaque no site da UFF!

[UFF auxilia o trabalhador autônomo em sua inserção no mercado de trabalho](#)

ACONTECE NA UFF

- Já estão abertas as inscrições para a palestra promovida pelo MCTIC: ["Iniciativas do MCTIC para promoção do Empreendedorismo "Inovador"](#). | Dia 27 de junho.
- A Superintendência de Documentação realizará uma Roda de Conversa com autores do livro ["Vértice: escritas negras"](#). O evento é gratuito, aberto ao público e não necessita de inscrições |

Dia 27 de junho das 17h30 às 19h, na Biblioteca Central do Gragoatá (BCG)

- O Departamento de Empreendedorismo e Gestão da UFF inaugura o programa de extensão '[Espaço aberto de aprendizagem em gestão](#)'. O programa visa apresentar à sociedade temas atuais relacionados à gestão de negócios | Dia 27 de junho às 19h, no Campus do Valonguinho
- O Projeto Café com RH - LAPEEX PSOT estará na Acim para realizar o evento com o tema '[Cultura de Alto Desempenho](#)', e discutirá sobre o conjunto de comportamentos que levam uma organização a ter melhores resultados | Dia 27 de junho, das 18h até 20h, em Macaé
- O [II Simpósio de Acidente de Trabalho na UFF](#) tratará sobre a temática de adicionais ocupacionais e acidentes de trabalho os quais têm causado grandes preocupações aos trabalhadores | Dia 2 de julho das 8h às 16h, no HUAP, em Niterói

[Acesse aqui todos os eventos](#)

DE OLHO NA UFF



A Escola de Governança em Gestão Pública (EGGP/Progepe) acaba de lançar o edital do Programa de Auxílio-Qualificação da UFF (PQUFF) 2019. O objetivo do programa é oferecer apoio financeiro aos servidores técnico-administrativos que estejam cursando graduação (Bacharelado, Licenciatura e Tecnólogo) ou pós-graduação Lato Sensu (Especialização) e Stricto Sensu (Mestrado e Doutorado). Serão distribuídas 50 bolsas, e as inscrições estarão abertas até o dia 28/07. Para obter mais informações, [clique aqui](#).

DICAS CULTURAIS

[Teatro: VERMELHA](#)

28 a 30 de junho, às 20h (sexta e sábado) e 19h (domingo)

Vermelha é o terceiro espetáculo da Cia. de Teatro Manual, um solo com dramaturgia de Cecília Ripoll, direção de Marcela Andrade e atuação de Matheus Lima. Em cena, Matheus conta a história de um menino que trabalha exaustivamente em uma fábrica de sapatos, mas que contraditoriamente não tem condições de juntar dinheiro para comprar o seu próprio calçado. Um dia, ele descobre que as mercadorias que eles produzem na fábrica, situada no país de baixo, são vendidas a um preço bem menor se compradas no país de cima, para onde são exportadas. Começa então uma batalha entre a classe trabalhadora, que quer ter acesso aos sapatos, e o presidente daquele país que propõe a construção de um muro para impedir a entrada dos imigrantes descalços.



Teatro da UFF - Rua Miguel de Frias 9, Icaraí, Niterói

Ingressos - R\$40,00 (inteira) e R\$20,00 (meia)

Classificação etária: 12 anos

Duração do espetáculo: 60 minutos

E o sorteio do Eco Kit da Semana do Meio Ambiente foi para...

A Comissão Permanente de Sustentabilidade da UFF promoveu o **sorteio de um ecokit** em comemoração a Semana Mundial do Meio Ambiente, e a grande vencedora foi Neuziane de Araujo Cardoso Ribeiro. **Parabéns, Neuziane!** A Comissão agradece a todos que participaram do sorteio, e pede para que fiquem ligados em sua [página](#) na rede social para mais novidades.

[Receba](#) as novidades do site da UFF diretamente no seu e-mail.

Informativo eletrônico da Superintendência de Comunicação Social da UFF.

Dúvidas e sugestões de pauta: dms.scs@id.uff.br ou 2629-5249

Você está recebendo este email porque está cadastrado na lista de contatos da Universidade Federal Fluminense

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

