Ações Voltadas à Semana do Servidor Público

Cronograma Oficial e Detalhamento das Atividades · Outubro de 2026

Cronograma Geral da Semana do Servidor

Data	Dia da semana	Horário	Local	Evento / Atividade	Setor
21/10	Quarta-feira	17h às 19h	Salão Nobre	Entrega de Prêmios (Data Vênia Eu Sou Artista), apresentação musical com servidores do tribunal, sorteio de brindes e coquetel de confraternização. Interessados em participar da apresentação musical devem ligar para a ARIC: 2282-8181, até 20/10.	ARIC
23/10	Sexta-feira	15h às 16h30	Auditório (híbrido)	Workshop “Golpes digitais e seus impactos psicológicos”, presencial no auditório e virtual via Zoom.	DISAU e GSI
26 a 29/10	Segunda a quinta	Horário comercial	Núcleo de Qualidade de Vida	Sessões gratuitas de shiatsu, drenagem linfática e avaliação postural.	DISAU
27/10	Terça-feira	12h às 16h	DISAU, 9º andar, sala 905	Ação presencial Seguros Unimed/Unimed Odonto: medição corporal, bioimpedância, orientação nutricional, roleta de prêmios e estandes. Agendamento prévio.	DPLAS
28/10	Quarta-feira	17h	Zoom (online)	Bate-papo online “Canetas Emagrecedoras: Mitos e Verdades”.	DPLAS
03 a 06/11	Terça a sexta	11h às 16h	Odontologia/DISAU, 9º andar	Campanha de Saúde Bucal 2026: “O cafezinho nosso de cada dia e a saúde bucal”.	DISAU

Acesso online – 23/10: https://trf2-jus-br.zoom.us/j/88548071251?pwd=PwUaGAbAAigsO4bE9aJ93xwTYBbVFL.1

Acesso online – 28/10: https://meet.google.com/zrr-eqii-isv

Detalhamento Diário: Abertura e Workshop

- **Dia 21/10 (quarta-feira) – Abertura e Cultura:** Salão Nobre, das 17h às 19h. Entrega de Prêmios (Data Vênia Eu Sou Artista), apresentação musical com servidores do tribunal (interessados devem ligar para a ARIC pelo telefone 2282-8181 até 20/10), sorteio de brindes e coquetel de confraternização. O evento conta com o apoio do SISEJUFE – Sindicato dos Servidores das Justiças Federais no Estado do Rio de Janeiro, que viabilizou o coquetel, a premiação e os brindes.
- **Dia 23/10 (sexta-feira) – Bem-estar e Segurança:** Auditório, das 15h às 16h30. Workshop com a equipe de psicologia da DISAU, em parceria com a Assessoria de Gestão de Segurança da Informação do TRF2, voltado à conscientização sobre segurança digital, com o tema “Golpes digitais e seus impactos psicológicos”. O evento será híbrido, com participação presencial no auditório e virtual pela plataforma Zoom.

https://trf2-jus-br.zoom.us/j/88548071251?pwd=PwUaGAbAAigsO4bE9aJ93xwTYBbVFL.1

Detalhamento dos Dias 26/10 a 28/10

Ação conjunta DISAU, DPLAS e Seguros Unimed.

- **De 26 a 29/10 – Qualidade de Vida e Saúde Bucal:** o Núcleo de Qualidade de Vida oferecerá sessões gratuitas de shiatsu, drenagem linfática e avaliação postural com fisioterapeutas credenciados. O Serviço Odontológico realizará o período de inscrições prévias para a Campanha de Saúde Bucal 2026.
- **27/10 (terça-feira) – Ação presencial:** das 12h às 16h, na DISAU, 9º andar, sala 905. Público-alvo: todos os servidores, com ou sem plano da Seguros Unimed. Atendimento com medição corporal por balança de bioimpedância e orientação nutricional.
- Inscrições: pela página da Divisão de Acompanhamento do Plano de Saúde (DPLAS): https://www10.trf2.jus.br/plano-de-saude/agendamentos/
  - **Atenção – Formulário de Saúde:** obrigatório para inscritos no plano e opcional para os demais servidores. Acessar no aplicativo Seguros Unimed, em Perfil > Avaliação de Saúde.
  - **Atrações:** roleta de prêmios com brindes, estande de programas de emagrecimento saudável e estande do Programa Laços (atendimento multidisciplinar domiciliar ao idoso), além de orientações sobre os planos de saúde e odontológico.
  - **28/10 (quarta-feira) – Ação online:** transmissão via Zoom. O bate-papo “Canetas Emagrecedoras: Mitos e Verdades” será ministrado pelo Dr. Leandro Pedro Goloni Bertollo, Médico de Família pela Faculdade de Medicina da USP. Atua como Médico de Gestão em Saúde dos Programas de Saúde da Seguros Unimed e é fundador do Núcleo de Cuidado Integrado, com experiência clínica no atendimento de pessoas com sobrepeso e obesidade. A atividade é aberta a todos os interessados, com espaço para dúvidas ao vivo pelo chat.

Link da reunião: https://meet.google.com/zrr-eqii-isv

Campanha de Saúde Bucal 2026

- **Tema:** O cafezinho nosso de cada dia e a saúde bucal.
- **Público-alvo:** Magistrados e servidores do TRF da 2ª Região.
- **Local:** Odontologia/DISAU, 9º andar.
- **Período de atendimento:** 03/11 a 06/11/2026.
- **Horário:** 11h às 16h.
- **Agendamento:** As marcações serão feitas diretamente com a Odontologia, pelo ramal 8536.

Detalhes dos atendimentos: serão realizados atendimentos para 20 servidores ao longo dos quatro dias (03/11 a 06/11). As consultas individualizadas incluem avaliação da saúde bucal (exame clínico básico), instrução de higiene oral, remoção de cálculo (tártaro) e/ou placa, se necessário, e aplicação de questionário sobre o consumo de café. O objetivo é examinar, orientar e conscientizar magistrados e servidores sobre a importância da escovação correta, do uso do fio dental e dos cuidados relacionados ao consumo de café, minimizando seus impactos na saúde bucal.

Informações Adicionais e Orientações Gerais

Inscrições e vagas

- As inscrições para as sessões gratuitas de shiatsu, drenagem linfática e avaliação postural serão realizadas pelo ramal 8434, das 12h às 17h.
- As inscrições para a Campanha de Saúde Bucal serão realizadas diretamente com o Serviço Odontológico da DISAU, pelo ramal 8536.
- As inscrições para o workshop “Golpes digitais e seus impactos psicológicos” serão realizadas pelo Portal Educacional, em link a ser divulgado pelas Assessorias de Comunicação.
- As inscrições para a medição corporal com balança de bioimpedância e orientação nutricional serão feitas com agendamentos de 10 em 10 minutos pelo link: https://www10.trf2.jus.br/plano-de-saude/agendamentos/