

Orientações para inscrições Projeto Movimenta

Orientações para inscrições de servidores(as) APOSENTADOS(AS):

As inscrições para os(as) servidores(as) aposentados(as) podem ser realizadas pelo e-mail movimenta@ufsm.br, pelo telefone (55) 3220-8134, pelo Whatsapp (55) 99165-8496 ou presencialmente, na Secretaria do Prédio 48C.

Serão reservadas vagas em todas as modalidades para os(as) servidores(as) aposentados(as). O critério de seleção será a ordem de inscrição.

Orientações para inscrições de servidores(as) ATIVOS(AS):

As inscrições serão realizadas nos períodos previamente divulgados, via Portal de Agendamentos da UFSM (<https://portal.ufsm.br/agendamento/index.html>.)

O(a) servidor(a) pode participar de apenas uma modalidade de atividade física. Caso se inscreva em mais de uma modalidade, será considerada a primeira inscrição e as demais serão canceladas.

Para realizar a inscrição acesse “especialidade” e escolha a modalidade da atividade.

No campo “tipo de atendimento”, manter a opção “qualquer tipo”. Após “visualizar horários” para o mês. Cada modalidade estará disponível no primeiro dia da semana em que as aulas são realizadas e o(a) servidor(a) deve se inscrever apenas uma vez na modalidade escolhida. Enquanto há vagas na turma, o dia aparece na agenda em verde ou amarelo. Quando terminam as vagas da turma, a data na agenda fica vermelha.

Solicitamos que, ao realizar o agendamento, o(a) servidor(a) informe seu telefone/whatsapp para que possa ser contatado e adicionado ao grupo da turma.

O critério de seleção é a realização do agendamento pelo portal, que, uma vez realizado, indica que o(a) servidor(a) conseguiu a vaga na turma. O(a) servidor(a) pode conferir seus agendamentos em “listar meus agendamentos” no Portal.

Não haverá fila de espera/suplentes. Mensalmente, na primeira quarta-feira de cada mês, a partir das 13 horas, serão liberadas as vagas disponíveis em cada modalidade, pelo Portal de Agendamentos.

Cada servidor(a) pode participar de uma turma/modalidade, com exceção para a oficina de atividades cognitivas e funcionais para os(as) aposentados(as) e servidores(as) ativos(as) 60+, que pode ser realizada concomitante com outra atividade física.

Orientações gerais:

É obrigatória a apresentação de atestado médico de aptidão física, no prazo de até 15 dias após o início das atividades. Mais informações sobre obtenção dos atestados no site da PROGEP, Serviços, Saúde e Qualidade de Vida, no link: [Protocolo para liberação de atestado para prática de Atividades Físicas pela Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida da UFSM – PROGEP.](#)

Servidores(as) que participam apenas da modalidade de atividades cognitivas e funcionais não precisam apresentar atestado.

Os(as) servidores(as) inscritos(as) no Movimenta deverão realizar a avaliação antropométrica, comportamental e funcional, ofertada pelo projeto, mediante agendamento, conforme informações divulgadas aos participantes.

Mais informações podem ser obtidas pelo e-mail movimenta@ufsm.br ou pelo telefone/WhatsApp (55) 99165-8496.