



PAGADORIA DE PESSOAL DA MARINHA

Plano Semanal de Atividades



PLASA N° 40/2025 - PERÍODO DE: 06OUT A 12OUT2025

LEMA:

ORDEM,
PRONTIDÃO E
REGULARIDADE

MISSÃO:

Administrar
os sistemas
de
pagamentos
atinentes ao
pessoal da
Marinha do
Brasil, no
país e no
exterior, a
fim de
contribuir
com a
preparação e
eficácia do
Poder Naval

Telefones Úteis

Descrição	Externo	Retelma
Com1° DN – OF. Serviço	2104-6106	8110-3600
Com1° DN – Policiamento	2104-7261 2104-6142	8110-7261 8110-6139
Com1° DN – 3ª Seção do Estado-Maior ou Oficial Superior de Pernoite (OSP)	2104-6106	8110-6106
Hospital Central da Marinha	2253-5483	8126-4484
Hospital do AMRJ (emergência após às 16h30)	2178-6350	8126-6350
Hospital Naval Marcílio Dias	2599-5599	8118-5244
Elevador (ELBO Elevadores)	2263-0486 2263-0636 2263-0735	
AMRJ – Sala de Estado	2178-5190	8126-5190
AMRJ – Subestação Elétrica	2178-5379	8126-5379
AMRJ – Brigada de Incêndio	2178-9666	8126-5193 8126-9666
No-Break (plantão 24 horas)	99986-5096 97836-8882	
RSA Seguros – Sala de Servidores	0800-7049399	
Oficial de Serviço da PAPEM	99666-8567	8110-5497
Contramestre da PAPEM	99667-5183	8110-5497
Central Telefônica do Com1°DN	2104-6161	8110-6161
Corpo de Bombeiros	3852-8814 193	
CASNAV – Sala de Estado (Rota de Fuga em caso de Incêndio)	2197-7483	8172-7483

Oficial de Serviço

06OUT	07OUT	08OUT	09OUT	10 A 12OUT
1°TEN (IM) TAMIRES	CT (IM) DAYANA	1°TEN (RM2-T) LARISSA	1°TEN (IM) ALEXANDRIA	1°TEN (RM2-T) PINA TRIGO

Informações Gerais

Programação

DIA	HORÁRIO	LOCAL	ATIVIDADE/EVENTO
12OUT	-	-	Feriado Nacional em homenagem à Nossa Senhora Aparecida

Aniversariantes da Semana

DIA	POSTO/GRAD	NOME	DEPARTAMENTO
09OUT	3ºSG-AD	MAYARA	PAPEM-40
09OUT	FUNCIONÁRIO	VALCI	EURO

Sons do Museu Naval – 2ª Edição (BONO GERAL Nº 183 DE 26SET2025)

Em alusão ao tema “Envelhecimento Saudável”, o Núcleo de Assistência Social da Base Naval da Ilha das Cobras (NAS-BNIC) realizará dois eventos durante o mês de outubro.

a) "Envelhecer é uma arte" que será no dia 15OUT das 11h as 12h30min, nas proximidades do rancho dos oficiais e praças, em que haverá uma feira de artes, na qual MIL/SC poderão expor suas habilidades artísticas (por exemplo, pintura, artesanato, gastronomia, literatura, música, dentre outras). Convidamos MIL/SC que tenham as REF habilidades a participarem e realizarem a inscrição

até o dia 09OUT. POC: 1ºTen (RM2-T) Livia Heggendorn, tel/retelma: 2126-5341/8126-5341, cel funcional: (21) 97199-4816, zimbra:livia.heggendorn@marinha.mil.br;

b) "Corrida 40+" (com o apoio do setor de Educação Física da BNIC) ocorrerá no dia 24OUT, as 8h, nas proximidades do museu do amanhã com percurso de 2,4 km;

c) É obrigatório o porte do documento de identificação;

d) Uniforme: TFM/vestimenta própria para corrida;

e) Inscrições até 21OUT (via google forms), vagas limitadas;

f) Retirada do “Kit Corrida” nos dias 22 e 23OUT, no NAS-BNIC, localizado no Ed 49, 4º andar (em cima da Sala de Estado do CNIC)

g) POC: 2ºTen (RM2-T) Camilla Queiroz, tel/retelma: 2126-5341/8126-5341, cel funcional: (21)97199-4816, zimbra:camilla.queiroz@marinha.mil.br BT

Videoconferências com plataformas não homologadas na MB como Microsoft Teams, Google Meet, Zoom, etc.

A fim de possibilitar a realização prévia de testes com as plataformas não homologadas na MB, bem como a correção de possíveis problemas em tempo hábil, orienta-se as Assessorias e aos Departamentos que solicitem apoio, com antecedência mínima de 3 dia úteis, por meio de chamado pelo SisCSRECIM para a Divisão de Suporte à Rede e Microinformática (PAPEM-35).

As seguintes informações deverão constar no chamado:

a) Participantes da Videoconferência: Informar quem serão os interlocutores participantes;



- b) Software da Videoconferência: Informar qual software será utilizado (Microsoft Teams, Google Meet ou Zoom);
- c) Perfil na Videoconferência: Anfitrião ou Convidado;
- d) Local onde ocorrerá a videoconferência; e
- e) Informar período da videoconferência:
- Data de início:
 - Horário de Início:
 - Data de fim:
 - Horário de fim:
- f) Ponto de Contato.

Segurança de dispositivos móveis



Autenticação em dois fatores: Contas protegidas apenas por senha estão mais vulneráveis a invasões, especialmente se a senha for fraca. Ative a autenticação de dois fatores (2FA) para adicionar uma camada extra de segurança, dificultando o acesso não autorizado mesmo que a senha seja comprometida.

Outubro Rosa - Câncer de mama



O histórico familiar, diferentemente do que muitos acreditam, representa apenas 10% dos casos de câncer de mama. Então, saiba o que realmente faz a diferença na prevenção da doença.



Acesse www.marinha.mil.br/saudenaval/outubro-rosa-escolhas.

Cronograma do TAF 2025

Dia	Data	Teste (s)	Local	Post/Grad	Aplicadores
Qua	06/08	Natação	Escola Naval	OF, SO, SG, CB e MN	1ºTEN (RM2-T) Pina Trigo
Qua	13/08	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		
Qua	20/08	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		
Qua	27/08	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		
Seg	01/09	Corrida	Museu do Amanhã		SO-EP Fred
Qua	03/09	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		1ºSG-EP Leandro
Seg	08/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Qua	10/09	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		3ºSG-EL Hugo
Sex	12/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Seg	15/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Qua	17/09	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		

Sex	19/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Seg	22/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Qua	24/09	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		
Sex	26/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Seg	29/09	Corrida	Museu do Amanhã		
Qua	01/10	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		
Seg	06/10	Corrida	Museu do Amanhã		
Qua	08/10	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		
Sex	10/10	Corrida	Museu do Amanhã		
Seg	13/10	Corrida	Museu do Amanhã		
Qua	15/10	Natação e Corrida	EN - Mus. Amanhã		

Treinamento Físico Militar – TFM

Buscando a melhora do condicionamento físico de nossa tripulação, segue abaixo o cronograma de treinamento que será conduzido pelo SO-EP Fred:

<i>Treino</i>	<i>Dia</i>	<i>Hora</i>	<i>Local</i>
<i>Corrida</i>	<i>Segundas e quartas</i>	<i>8h00</i>	<i>Museu do Amanhã</i>
<i>Funcional</i>	<i>Quartas</i>	<i>8h00</i>	<i>Salão de Recreio</i>
<i>Natação</i>	<i>Quartas</i>	<i>9h00</i>	<i>Escola Naval</i>

“Procurar o que é verdadeiro não é procurar o que é desejável.”

Albert Camus

CRISTIANE JARDIM MORETTO
Capitão de Fragata (IM)
Vice-Diretora

ASSINADO DIGITALMENTE