



MINUTO DA ÉTICA

Boletim da Rede Ética do Poder Executivo Federal

Julho 2024

Ética - na rua, na chuva ou na fazenda!

Julho chegou e, para muitos de nós, é época de férias! O descanso da rotina de trabalho – que inclui os finais de semana e as férias – é fundamental para o bom rendimento profissional, pois o trabalho contínuo, especialmente em atividades de alta demanda intelectual ou física, pode levar ao esgotamento. Sendo assim, as pausas são necessárias para a recuperação do corpo e da mente, sendo fundamental para reduzir os níveis de estresse e prevenir o risco de *burnout*.

Além de influenciar na saúde, o descanso também permite um melhor equilíbrio entre a vida profissional e pessoal. Alguns dias de folga podem ser ótimos para brincar com a criançada, aproveitar passeios em família ou simplesmente não fazer nada sério. Alguns dias longe do trabalho também pode ser bom para reavaliarmos nossos projetos profissionais, ponderarmos sobre eventuais mudanças de rumo e buscar

sentir se estamos no caminho certo para alcançar eventual progressão.

Independente de qual seja a sua programação de férias, lembre-se dos ensinamentos do nosso [Código de Ética](#), item I:

I - A dignidade, o decoro, o zelo, a eficácia e a consciência dos princípios morais são primados maiores que devem nortear o servidor público, **seja no exercício do cargo ou função, ou fora dele**, já que refletirá o exercício da vocação do próprio poder estatal. Seus atos, comportamentos e atitudes serão direcionados para a preservação da honra e da tradição dos serviços públicos.

Assim, mesmo durante as férias, na praia, na rua ou no mercado perto de casa, nós todos, empregados ou servidores públicos, continuamos sob a égide dos normativos éticos, devendo ter a ética sempre ao nosso lado, como companheira inseparável. Pois, mesmo já tendo completado 30 anos no dia 22 de junho, o Código de Ética Profissional



MINUTO DA ÉTICA

Boletim da Rede Ética do Poder Executivo Federal

Julho 2024

do Servidor Público Civil se mantém atual em muitos pontos, com regras pertinentes para o nosso dia a dia, dentro e fora do expediente de trabalho:

VI - A função pública deve ser tida como exercício profissional e, portanto, **se integra na vida particular de cada servidor público**. Assim, os fatos e atos verificados na conduta do dia-a-dia em sua vida privada poderão acrescer ou diminuir o seu bom conceito na vida funcional.

Se restar alguma dúvida sobre o assunto, a Comissão de Ética da UFVJM está à disposição para propagar os preceitos do [Código de Ética](#).

Conte conosco!