



# 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 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 crescer ou diminuir o seu bom conceito na vida funcional.

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

Conte conosco!