

ICMBio

Edição Especial – Ano 12 – 7 de abril de 2020

em foco

**Servidores superam
desafios e realizam
tarefas diárias usando
a tecnologia**

Conheça as ferramentas para facilitar
seu trabalho

Home office: quando as crianças são
seus novos colegas de trabalho



Servidores superam desafios e realizam tarefas diárias usando a tecnologia

No dia 25 de fevereiro de 2020, o Brasil confirmou o primeiro caso do novo coronavírus no país. Foi um paciente de 61 anos que esteve na Itália, país que mais tarde seria o novo epicentro da pandemia. Dentro de um mês, os casos confirmados no país aumentaram cada vez mais até que os governos Municipais, Estaduais e o Distrital Federal recomendaram o isolamento social como maneira de conter o alastramento.

No ICMBio, desde o dia 23 de março, os servidores foram colocados oficialmente em regime de teletrabalho. Na semana anterior, servidores, colaboradores e estagiários que estivessem ou coabitassem com grupos de risco (idosos, pessoas com doenças congênitas), que fossem casos suspeitos da doença ou responsável por alguém que estivesse sob suspeita, já tinham aderido ao *home office*.

O *home office* não prejudicou as atividades dos servidores, terceirizados, bolsistas e estagiários do Instituto. Todos estão conseguindo cumprir suas tarefas diárias de trabalho usando a tecnologia on-line, com exceção das expedições de campo, que tiveram suas atividades afetadas. Algumas áreas enfrentaram desafios, mas foram superados com reuniões on-line, integração das equipes e soluções criativas. As áreas utilizam a tecnologia como meio de comunicação, seja por Skype, Zoom, Teams e Whatsapp. A COTEC prontamente forneceu VPNs que ajudam no acesso à rede interna do ICMBio.

Um dos maiores recursos utilizados é o da videoconferência. Por meio de aplicativos de mensagens de texto, voz e vídeo, as equipes procuram se manter conectadas e a par dos trabalhos. A suíte de aplicativos Office 365, que o ICMBio usa desde 2017, tem sido uma das principais ferramentas para a organização das demandas. Ela permite comunicação em tempo real, compartilhamento de arquivos, dentre outros.

As reuniões do Comitê Gestor, instância do ICMBio responsável pelos principais processos decisórios, são feitas por meio de videoconferência, a exemplo da reunião ocorrida na última segunda-feira (30), no período da tarde. Os diretores também têm se organizado com suas equipes por reuniões virtuais, bem como o Gabinete, que discutiu com as chefias subordinadas ações e estratégias para os próximos dias. O presidente e os diretores também realizaram encontros virtuais com os representantes das concessionárias para entender a situação e alinhar os objetivos, visto que a visitação nas unidades de conservação federais está suspensa até segunda ordem.

Em outros locais da Sede, as reuniões virtuais também são as principais ferramentas para substituir os encontros presenciais. A maioria dos servidores dispõe de Internet e computador em casa, mesmo que precisem revezar com seus esposos/esposas e filhos.

Os relatos dos gestores das equipes mostram que os servidores se encontram comprometidos com o trabalho, mesmo feito à distância. As equipes menores, como a Divisão de Operacionalização da Proteção Ambiental (DPRO) e a Divisão de Monitoramento e Informações Ambientais (DMIF), ambas vinculadas à Coordenação Geral de Proteção (CGPRO/Diman), utilizam as ferramentas do Office 365 para organizar as atividades, como o Word online (na qual mais de uma pessoa pode editar um mesmo documento) e grupos de Whatsapp. “Estamos priorizando a entrega dos resultados. E a equipe está disponível em todo o horário de trabalho para qualquer demanda extra”, conta a chefe da DMIF, Kelly Borges. Já para Janine Lopes Pereira, chefe-substituta da DPRO/GGPRO, a equipe não encontrou desafios. “O teletrabalho se mostrou uma alternativa eficiente em meio ao cenário de pandemia do COVID-19, pois através dele podemos continuar contribuindo para que as atividades na ponta não sejam prejudicadas.

Não tivemos dificuldades até hoje e todas as



demanda do setor estão sendo atendidas”, ressalta.

Uma situação que ocorre num órgão tão capilarizado como o ICMBio é ter que elaborar estratégias para os processos que não estão centralizados na sede. A COMAN adaptou sua estratégia de trabalho para manter o funcionamento da agenda e minimizar o impacto nas suas metas, inclusive na Meta GDAEM, relativa à publicação de planos de manejo elaborados e revisados. A Coordenação está priorizando a execução de atividades que possam ser integralmente realizadas pela internet e adaptando a realização de reuniões, que se dariam de forma presencial, para videoconferências e teleconferências. Eles estão realizando as demandas via SEI, a finalização de processos em andamento, o início de novos processos e a consolidação da metodologia.

Outra equipe que precisou fazer algumas adequações foi a Coordenação de Prevenção e Combate a Incêndios (Coin). No decorrer da crise, a Coin articulava junto às UCs os editais para contratação de brigadistas. Com a recomendação de isolamento, eles tiveram que fazer algumas alterações na seleção. “Não temos mais a opção de inscrição presencial

nem a realização dos Cursos de Formação e Seleção. Todo o procedimento agora será de inscrição a distância e análise curricular para ranqueamento”, conta o coordenador substituto da Coin, João Morita.

Morita ressalta que todo o processo de discussão sobre a mudança na seleção dos brigadistas envolveu uma discussão bem coordenada entre a equipe e o Comitê de Assessoramento Técnico, que ocorreu via Teams e Whatsapp. Ele afirma que os servidores estão com internet e computador em casa. “Estamos trabalhando por produtividade e sei que muitos estão trabalhando mais que 8 horas diárias, pois o momento requer”. Morita ainda adiciona a rede de apoio nas UCs, como voluntariado e o próprio Comitê de Assessoramento Técnico da Coin.

A Coordenação de Pesquisa e Gestão da Informação sobre Biodiversidade (COPEG/CGPEQ/Dibio) é responsável por processos como o SISBio (autorização para pesquisa em UCs), o Programa de Iniciação Científica (PIBIC) e a Revista BioBrasil. O coordenador Ivan Salzo, da COPEG, conta que o maior desafio da equipe foi comunicar os 900 operadores do sistema no ICMBio e os pesquisadores

usuários que as atividades de campo, durante a quarentena do Covid-19, estavam vedadas.

O trabalho da COPEG de gerenciar todas as autorizações de pesquisa, envolvendo coleta de material zoológico ou dentro de unidades de conservação, além de autorizações com finalidade didática, segue normalmente, já que é realizado por meio do Sisbio (Sistema de Autorização e Informação em Biodiversidade), que pode ser operado de qualquer computador com acesso à internet. "Foi essencial neste período fora do comum contar com um planejamento interno da Diretoria, que estipulou metas para cada coordenação. Assim, podemos nos orientar pelos produtos esperados pela diretoria e priorizar aqueles que são possíveis de serem elaborados por meio do trabalho remoto", relata Salzo.



UNIDADES DESCENTRALIZADAS

Em unidades que ficam fora da Sede, o trabalho também prossegue. Na Coordenação Regional 5, por exemplo, a coordenadora Ana Célia Coelho faz a comunicação com sua equipe por Whatsapp, e-mail e telefone. Nesta semana ainda haverá uma videoconferência para verificar as metas e os processos.

Outras unidades utilizam o expertise em trabalhar com base avançada para aplicar neste período de isolamento. Os centros de pesquisa estão entre eles. No Centro Nacional de Pesquisa e Conservação de Mamíferos Aquáticos (CMA), a coordenadora Fábia Luna acordou com a equipe que cada um fizesse um Plano de Trabalho, que pode ser ajustado dependendo do período que a quarentena durar. "Esse Plano de Trabalho foi definido com a coordenação que verifica o cumprimento de cada etapa a partir de acesso a arquivos e sistemas", explica Fábia.

O Centro Nacional de Pesquisa e Conservação de Mamíferos Carnívoros (Cenap) é outro centro que utiliza videoconferências e comunicação por mensagem. "Estamos fazendo videoconferência uma vez por semana, na qual avaliamos os acordos previos, ou seja, avaliações Sisbio, análises de dados e redação de artigos científicos. Com a secretaria mantendo contato diário por Whatsapp para atualizar SEI e outras demandas. A segurança mantém atividade normal e a limpeza, em sistema de rodízio", esclarece o coordenador Ronaldo Morato. "No caso de centros de pesquisa, há uma grande quantidade de dados coletados que necessitam ser analisados. Desta forma, o momento que estamos vivendo contribui para aceleramos estas análises", ressalta.

Mesmo em home office, as reuniões por videoconferência resolvem os encontros que não poderiam acontecer de forma presencial. Patrícia Serafini, do Cemave, por exemplo, promoveu encontros virtuais de 23 a 27 de março, com 15 pessoas de 11 instituições para realizar o segundo ciclo de avaliação do Plano Nacional (PAN) Papagaios. Segundo ela, devido às medidas de proteção, o Grupo de Assessoramento Técnico (GAT) e colaboradores do PAN Papagaios decidiram cancelar a reunião presencial. "Precisamos fazer

nossa parte para conter e reduzir o impacto do Covid-19", argumenta.

Já o Centro Nacional de Pesquisa e Conservação de Tartarugas Marinhas e da Biodiversidade Marinha do Leste (Tamar) coordena suas atividades pelo Whatsapp e pelo Skype, com mensagens de texto e chamadas por voz. "Por ter uma equipe distribuída entre a sede do Centro, no ES, e Bases Avançadas em quatro estados, promovemos reuniões Skype com frequência para alinhamento das atividades e metas entre servidores e coordenação - essenciais para que todos os servidores estejam atualizados sobre o que os outros estão fazendo", conta o coordenador João Thomé.

Apesar da situação inesperada e atípica, os gestores têm recebido boa devolutiva de suas equipes. Os servidores que estão em casa concentram toda a atividade doméstica em si: o cuidado com os filhos e pais idosos que coabitam com eles, e o cuidado e a manutenção da casa. Tarefas antes simples, como ir ao supermercado, precisam ser planejadas para evitar a contaminação pelo Covid 19. Mesmo

assim, os chefes têm cobrado metas factíveis e recebido boa produtividade. Segundo Joca, coordenador do Tamar, o maior desafio é fazer gestão por si só. "Esse já um desafio diário, independente se presencialmente ou a distância. É claro que as razões para estarmos todos separados são graves e fundamentadas, pois se trata de uma questão de segurança à saúde de todos", afirma Joca, elogiando o comprometimento da equipe com a causa da conservação das tartarugas marinhas.

ATIVIDADES PARALISADAS

Apesar de todo o esforço dos servidores, inevitavelmente algumas atividades terão que ser retomadas assim que o período de isolamento acabar e for seguro para todos os envolvimentos. Atividades de campo, como coleta de dados, visitas técnicas, visitas a comunidades, bem como as reuniões presenciais, voltarão assim que for possível. Outras atividades, como a fiscalização, continuam ocorrendo.

Equipe do CMA em videoconferencia



Trabalhar em casa significa se adaptar a uma nova rotina

A quarentena chegou e transformou a realidade de milhares de pessoas que precisam se adaptar a uma nova rotina: trabalhar em casa. Essa não é uma tarefa fácil, principalmente para quem tem filhos. A pessoa acaba se dividindo entre as tarefas de casa, os cuidados dos filhos e o cumprimento das atividades do trabalho. Por outro lado, ganha-se um pouco mais de tempo ao não precisar se deslocar para o trabalho. O fato é que a autodisciplina é um dos pontos mais importantes do home office. Se temos foco, ficamos mais rápidos e produtivos.

Além da nova rotina, temos que dar conta do aspecto emocional de viver em meio a uma pandemia. Estamos e devemos ficar o tempo todo em casa, saindo apenas para situações muito pontuais. Ficar em isolamento não quer dizer estar sozinho. Pelo contrário, esse é o momento de buscar estar mais perto dos nossos familiares e amigos. Para isso, a tecnologia ajuda. São vários os aplicativos para conversas com imagens.

Pense que talvez esse seja o momento de procurar ler um livro que nunca teve tempo para ler ou procurar aquela prática de meditação, que tanto acalma a mente e o coração. Ou, simplesmente, brincar mais com seus filhos.

DICAS

Defina um local de trabalho: monte neste espaço o seu escritório, escolha um lugar iluminado, com boa acústica e escolha uma boa cadeira, de preferência que tenha apoio para o pescoço. Coloque uma planta, um quadro, deixe o local aconchegante. Separe bem o espaço de trabalho e do descanso. Procure não trabalhar em cima da cama, pois reduz a produtividade. Além disso, tenha uma boa internet.

Vista-se: não precisa colocar a melhor roupa do seu guarda-roupa. Porém, é fundamental tirar o pijama e colocar uma roupa mais adequada para um dia de trabalho.



Defina um horário de trabalho: é fundamental ter um horário de trabalho, pois isso ajudará você a cumprir suas demandas. Porém, faça pausas para relaxar, tomar um chá, mandar uma mensagem para um colega de trabalho para ver como ele está etc.

Mantenha contato os colegas de trabalho: isso é importante para você trocar ideias, debater algum projeto. E a tecnologia ajuda muito. Há diversas ferramentas que podem ser utilizadas para uma conversa com seu colega, uma reunião on-line, chamadas por voz ou simplesmente uma troca de mensagens de texto. Se você é chefe, procure estar sempre em contato com sua equipe.

Defina objetivos diários: definir seus objetivos ajuda você focar no seu trabalho e não se perder na rotina do dia a dia.

Você tem alguma experiência durante o trabalho remoto e também quer nos contar? Entre aqui na Rede ICMBio e deixe seu comentário.

CORONAVÍRUS C O V I D - 1 9

O que você precisa saber e fazer.

Como posso me proteger?



Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.



Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

Como o coronavírus (Covid-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:



Gotículas de saliva



Espirro



Tosse



Catarro



Toque ou aperto de mãos



Objetos ou superfícies contaminadas

E quais são os principais sintomas?

O coronavírus (Covid-19) é **similar a uma gripe**. Geralmente é uma doença leve a moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:



Febre



Tosse



Dificuldade para respirar

Saiba como proteger você e sua família.

Acesse:
saude.gov.br/coronavirus

DISQUE
SAÚDE
136

SUS + | MINISTÉRIO DA SAÚDE | PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL



O que muda com o teletrabalho?

O teletrabalho alterou a rotina dos servidores, colaboradores, bolsistas, estagiários e todos os que fazem parte do ICMBio. Com isso, há algumas dúvidas que os servidores possuem. Veja algumas delas:

1. Preciso ir à sede para buscar um equipamento ou pertence pessoal. Como faço?

Apesar de não haver expediente na sede, quem precisar ir até o prédio buscar algum objeto pessoal pode comparecer normalmente, em horário comercial, munido de crachá ou documento que possa identificá-lo como servidor, estagiário, bolsista, colaborador etc.

No caso de equipamento institucional, o servidor deve instruir processo via SEI para empréstimo do material, junto à Chefia imediata, e depois com autorização da Secob. Recomenda-se a apresentação da comprovação do referido despacho ao porteiro/vigia na saída.

2. Haverá alguma dedução nos auxílios recebidos pelos servidores e colaboradores?

A orientação do Ministério da Economia e do Ministério do Meio Ambiente é promover a manutenção do Status Social do País, então não está prevista dedução nos auxílios pagos aos colaboradores.

Em função da inexistência de deslocamento, os servidores que recebem auxílio-transporte terão o pagamento do benefício suspenso até o reestabelecimento normal do expediente. Estagiários não terão qualquer dedução das bolsas.

3. Como os servidores devem preencher a frequência?

Neste momento, não haverá a necessidade do preenchimento da Folha de Ponto, porém, no envio do Boletim Mensal de Frequência (BMF) deve constar o código 387 - Trabalho remoto-COVID19.



Abertas inscrições para o PIBIC/ICMBio

Foi lançado nesta quarta-feira (01/04) o 14º Edital do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/ICMBio). Os servidores interessados em desenvolver projetos de iniciação científica e atuar como orientadores deverão submeter as propostas até o dia 04 de maio. Para participar, é necessário ter título de doutor ou mestre e atuar em atividades de pesquisa. Cada orientador pode ter até dois bolsistas e, no máximo, três estudantes sob sua orientação, incluindo voluntários. O ciclo 2020/2021 terá início em 01 de agosto de 2020 e se encerrará em 31 de julho de 2021.

As novidades deste edital são as vantagens para projetos que serão executados em novas unidades que ainda não haviam participado do PIBIC. Também houve mudanças na pontuação de projetos e currículos, no valor das bolsas CIEE e na forma de concessão. Consulte o edital [aqui](#).

O PIBIC/ICMBio

O Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica do ICMBio (PIBIC/ICMBio) foi criado em 2008, a partir de uma parceria com o Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e, desde então, tornou-se uma importante ferramenta de apoio à pesquisa no Instituto. Desta forma, o PIBIC/ICMBio integra a estratégia de fortalecimento da produção de conhecimento científico do Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade,

estimulando servidores-pesquisadores a envolverem estudantes de graduação em suas atividades científicas, tecnológicas e profissionais, construindo conhecimentos relevantes à gestão da biodiversidade brasileira e do conhecimento tradicional associado.

Ao logo de 13 ciclos, o PIBIC vem crescendo e ganhando maior relevância dentro do Instituto. Desde a criação do programa, foram mais de 300 trabalhos de iniciação científica desenvolvidos, e cada vez mais estas pesquisas vêm contribuindo para responder a questões-chave de interesse do Órgão e para subsidiar a tomada de decisão em ações de conservação. No atual ciclo, 44 projetos de iniciação científica estão em andamento, com a participação de 17 Unidades de Conservação e 4 Centros de Pesquisa, além da sede do Instituto. Neste ano houve a mudança da coordenação do PIBIC, que passou para o Dr. Carlos Abrahão, analista ambiental lotado no Centro Nacional de Pesquisa e Conservação de Répteis e Anfíbios (RAN).

"Acredito na importância da iniciação científica como ferramenta de mudança nas percepções e ações ambientais e, portanto, fico feliz em poder contribuir neste processo", comenta Carlos.

Saúde mental no teletrabalho

Os cuidados da saúde mental são fundamentais a todo instante da vida. Agora que estamos passando por um momento de crise é bom reforçar a atenção para o seu corpo e sua mente.

Lembre-se! Você ainda trabalha e tem que cumprir suas funções. A tecnologia tem bastantes recursos e hoje ela é essencial. Use o trabalho remoto a favor da sua saúde física e mental.

Abaixo, algumas dicas que podem te ajudar neste momento. Se sentir que não está funcionando e que os sintomas de ansiedade (por exemplo) estão aumentando, procure ajuda profissional e não tarde em cuidar da sua mente. Cuidar de você mesmo é imprescindível.

Rotina



Manter uma rotina nem sempre é fácil, agora que estamos trabalhando de casa parece ser mais difícil ainda (os que têm criança em casa sabem bem disso). Mas o momento é agora, e precisamos estabelecer hábitos para não ficarmos ansiosos.

Faça pausas, aproveite o momento para descansar a vista de telas. Se você mora em casa, vá para o quintal e tome uns minutos de sol (as chuvas estão acabando).

Ao mesmo tempo que você usa a tecnologia para trabalhar, use para fazer contato com amigos. Combine um horário e conversem sobre como cada um está, compartilhe sua história e escute as dos seus amigos. Assim, mais pessoas se distraem da crise. Uma boa risada ajuda a aliviar o estresse.

O importante é manter o foco na sua saúde e não passar todo o tempo preocupado. Mantenha a calma e saiba que é um momento passageiro.

É difícil, sabemos. Mas vai passar.

Alimentação



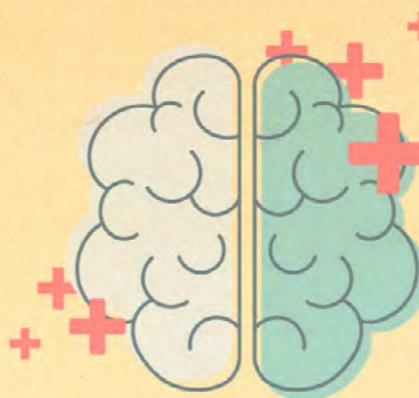
Mantenha uma dieta consistente e evite o que faz mal (açúcar, gordura e álcool).

Frutas e verduras são ótimos lanches durante o expediente e dão energia e ânimo.

Se você tinha uma garrafa de água na sua mesa no escritório, mantenha esse的习惯 em casa. Beba água sempre que puder.

Aos que puderem: conte seu nutricionista, faça uma chamada de vídeo e tire dúvidas.

Exercício

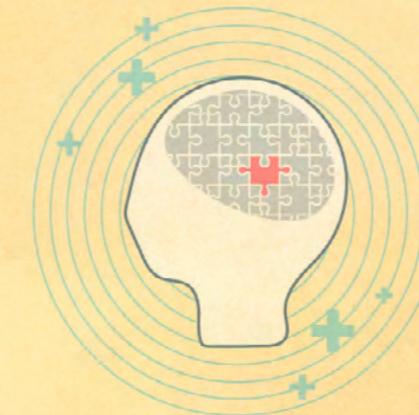


Aproveite o tempo que levaria no deslocamento e faça dele um momento de descanso da sua mente. Use esses minutos a favor do seu corpo.

Pratique exercícios simples como alongamento; faz bem para o corpo, pois trabalha a oxigenação e o relaxamento dos músculos.

As academias também estão fechadas, mas diversas delas estão fazendo bom uso da tecnologia. Procure alguma que tenha feito transmissões ao vivo e veja o que elas têm oferecido.

Meditação



Seguindo a orientação de exercícios, as dicas abaixo são específicas para a mente. São dois aplicativos de meditação que podem ajudar na rotina. Foi comprovado que a meditação ajuda nosso corpo e mente. Como dito antes, cuidar da saúde mental é muito importante.

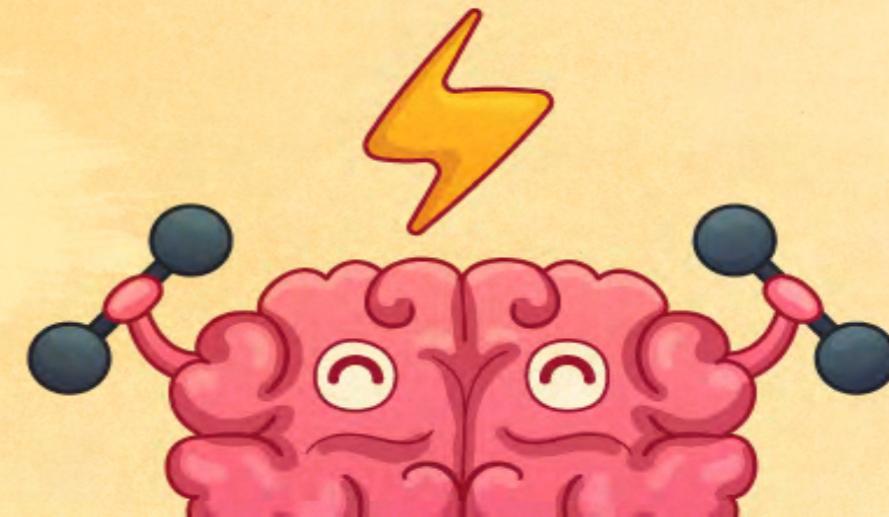
Aos que não gostam ou não conseguem fazer exercício físico em casa, essa é uma boa opção. Abaixo, segue sugestão de dois aplicativos disponíveis tanto para iOS quanto para Android.

5 Minutos ([App store](#)) ([Play store](#))

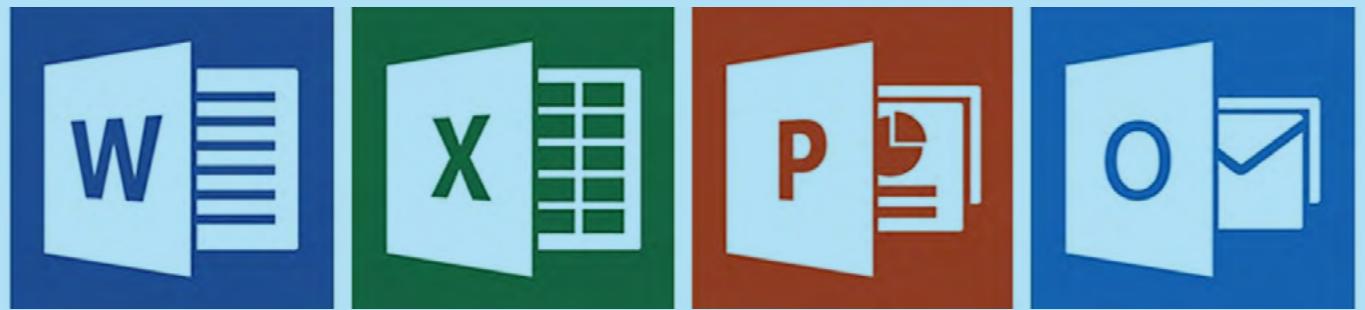
Ele te lembra de pausar o que estiver fazendo no momento por apenas cinco minutos. Isso é feito através de uma trilha sonora agradável, e também oferece orientações que envolvem a correção da postura e da forma que respiramos. O usuário tem a possibilidade de programar o agendamento.

Medite.se ([App store](#)) ([Play store](#))

Para quem está começando ou quer experimentar pela primeira vez, é o ideal. O aplicativo foi criado por brasileiros e é narrado por Tadashi Kadomoto, um terapeuta. É totalmente gratuito e durante as sessões são ensinadas algumas técnicas curiosas com vista à desmistificação da meditação.



Conheça as ferramentas para facilitar seu trabalho



Com a instituição em teletrabalho desde o dia 23 de março, ferramentas para gestão das equipes estão sendo necessárias, como: videoconferências, chat para manter a equipe em diálogo, armazenamento em nuvem, compartilhamento de arquivos, relatórios, entre outros. Para isso, os servidores de toda a autarquia contam com o Pacote Office 365, como parte do investimento do ICMBio na tecnologia da informação, desde novembro de 2017.

Cada usuário tem direito a instalar os aplicativos da suíte de programas em até cinco dispositivos: notebook, desktop, Mac, smartphones e tablets, permitindo o trabalho em qualquer lugar. Mas como saber qual é a ferramenta ideal para cada uso?

OUTLOOK

O Outlook é o serviço de e-mail da Microsoft. Para acessar diretamente, basta digitar no navegador: correio.icmbio.gov.br e entrar com login e senha. São mais de 100 GB de armazenamento para suas mensagens, 150 MB para anexos, agenda e tarefas compartilhadas.

Além do webmail, usado diretamente no seu navegador de internet, o Outlook pode ser instalado em seu computador pelo endereço www.office.com ou dispositivo móvel (pela loja de aplicativos de seu sistema operacional Android ou iOS). Clique aqui para mais dicas de como utilizar seu e-mail.

SHAREPOINT

O Sharepoint é a plataforma onde a intranet do ICMBio está instalada. Na intranet, você tem acesso aos telefones, e-mails, normativas, Diário Oficial da União, modelos, dados e documentos que podem ser úteis ao seu trabalho. Para acessar, esteja logado ao seu e-mail e digite no navegador o endereço: rede.icmbio.gov.br.

CALENDÁRIOS

Marque suas reuniões e compromissos no Calendário do Outlook. Ele permite inserir hora e local, a duração do seu compromisso e, ainda, compartilhar com a sua equipe. Assim, todo mundo fica a par de reuniões, compromissos e ausências.

TEAMS

O Teams é um “guarda-chuva” que possui várias utilidades e é muito útil no home office. Com o chat do Teams você pode conversar com qualquer um em sua organização em tempo real. O Teams também permite chat em grupo para toda a equipe. Assim, você pode manter a comunicação com todos no horário do expediente. Como no Whatsapp, se seu interlocutor possuir um microfone, também é possível realizar chamadas.

Outra utilidade é a ferramenta Equipe, bastante útil para quem organiza sua equipe para trabalhar por projetos ou, ainda, para instruir

cada processo no setor. Nesta ferramenta, é possível adicionar arquivos em Word, Excel etc; criar um formulário para registro de atividades; criar uma wiki para um tutorial sobre determinado assunto, e muito mais.

PLANNER

Se planejamento é tudo no teletrabalho, o Planner é o aplicativo perfeito para organizar suas demandas e projetos. Com o Planner, é possível organizar tarefas, estabelecer prazos e etapas; fazer checklists e atribuir o progresso de cada tarefa.

TO DO

Outra opção para planejamento é o To Do. Esta ferramenta é mais indicada para tarefas diárias. Com o To Do, é possível organizar por ordem de prioridade as atividades e verificar suas metas de cada dia.

ONE DRIVE

Não quer misturar seus arquivos pessoais com os de trabalho? Sem problemas! O One Drive é uma ferramenta para armazenamento de qualquer arquivo em nuvem, ou seja, mantém seus dados seguros de falhas de hardware. O One Drive permite hospedar e compartilhar arquivos com qualquer pessoa que tenha o link.

Quer mais dicas de como otimizar seu trabalho com o Office 365? [Clique aqui](#).

FERRAMENTAS PARA VIDEOCONFERÊNCIAS

Sem as reuniões presenciais, as equipes podem utilizar vários programas para realizar videoconferências. Confira alguns:

Discord: muito utilizado por gamers, o Discord é um dos programas multiplataforma mais usados no mundo. Como foi projetado para jogadores on-line, o programa tem baixa latência e servidor dedicado, o que não compromete a velocidade da internet. Por causa do coronavírus, os desenvolvedores aumentaram o limite máximo das conversas de 10 para 50 usuários. O Discord permite a comunicação por texto, voz e vídeo. O programa está disponível para

download para [Windows](#), [Mac](#), [Linux](#), [Android](#) e [iOS](#).

Google Hangouts: É uma plataforma de comunicação, desenvolvida pela Google, que inclui mensagens instantâneas, chat de vídeo, SMS e VOIP. É possível usar o Hangouts sem baixar o aplicativo [aqui](#), no [Gmail](#) ou com uma [Extensão do Chrome para o Hangouts](#). Basta ter uma conta Google.

COMUNIDADE

A ACADEBIO, em parceria com a DCOM, a COTEC e colegas de diferentes unidades do ICMBIO, está organizando uma estratégia de aprendizagem colaborativa para maior aproveitamento das ferramentas disponíveis do nosso Microsoft Office 365. Uma primeira iniciativa piloto será realizada com a ferramenta Microsoft Teams, uma plataforma unificada de comunicação e colaboração, que tem um potencial para ajudar as equipes na rotina de organização de trabalhos e tarefas em grupo, podendo ser especialmente útil na adaptação ao novo contexto de trabalho remoto.

Nos próximos dias, teremos uma comunidade de aprendizagem on-line que conterá um roteiro com vídeos e textos sobre o Teams, além de dispor espaços como fóruns, videoconferências e webnários para dúvidas e troca de conhecimentos. Por meio dessas ações, pretende-se criar um campo fértil para o compartilhamento de saberes e a cooperação solidária entre colegas e equipes. Mais informações sobre a iniciativa serão encaminhadas por e-mail institucional dentro dos próximos dias.

Home office: quando as crianças são seus novos colegas de trabalho



A analista ambiental Maria Goretti Sales, da Coordenação de Elaboração e Revisão de Plano de Manejo (Coman/CGCAP/Diman) tem duas filhas: uma de quatro e outra de 16 anos. Como ela possui apenas um computador de mesa em casa, ela fez um acordo com o esposo e ele utiliza o equipamento para trabalhar em horários alternativos. "É um desafio com a minha filha menor, pois ela me vê em casa e quer ficar comigo, mas ela está se acostumando. Meu marido dá o apoio, e a mantém entretida", relata. A filha adolescente começou nesta semana com as aulas à distância, procedimento adotado por algumas escolas para não impactar o ano letivo. Para as aulas, ela utiliza o tablet ou o smartphone. Goretti dispensou a faxineira, mas manteve o pagamento da diária, já que muitos trabalhadores dependem desta remuneração para sobreviver no isolamento.

A divisão dos afazeres domésticos também é o segredo adotado por Angela Garda, da Coordenação Geral de Uso Público (CGEUP). Por ser lactante, ela entrou no regime de teletrabalho no dia 15 de março. Com o decreto do governador do Distrito Federal, Ibaneis Rocha, o esposo de Angela também passou para o home office. Ela dispensou a babá, que cuida de seu filho Bernardo, de 11 meses, e se reveza com o marido no cuidado com o bebê. "Minha rede de apoio são meus sogros e cunhada, mas eles estão também no grupo de risco", diz Angela. "Então nos revezamos para cuidar do bebê, que exige cuidado em tempo integral". Ela e o marido dividem igualmente as tarefas domésticas para que ninguém fique sobrecarregado, já que ela costuma acordar de madrugada para amamentar o bebê. Angela procura manter o horário fixo para trabalhar e manter uma lista de tarefas atualizadas e com prazos definidos, que ajudam no revezamento.

"Desde a semana passada, a escola deles adotou um sistema de aulas remotas. Assim, sentamos juntos, eu trabalhando pelo ICMBio e os dois se revezando no notebook para fazermos as tarefas. Posso dizer que meus filhos são meus atuais colegas de sala! Enquanto trabalho, posso tirar dúvidas deles sobre as matérias e o sistema da escola de aulas on-line", relata Andrea Lamberts, chefe da Reserva Extrativista de Pirajubaé e mãe da Verena (11 anos) e do Érico (9 anos).

A manutenção de uma rotina é citada como um desafio para Bruna de Vita, coordenadora geral de Populações Tradicionais (CGPT). "Com o isolamento, eu e minha família vimos a necessidade de organizar uma nova rotina com



Momento de leitura relaxa as crianças antes de dormir

espaços preparados para trabalhar. Como chefe, ainda tenho o desafio de apaziguar a ansiedade dos colegas e manter a organização do trabalho da equipe", relata Bruna. "Faço listas para dividir as tarefas e deixar tudo correto aqui em casa e, ainda, organizo as atividades, pois as meninas também precisam usar o computador", conta Bruna, que é mãe de duas garotas.

O analista ambiental João Madeira, da Coordenação de Gestão de Conflitos em Interfaces Territoriais (COGCOT/ CGSAM/Disat) e sua esposa, a também analista ambiental Kátia Torres (CBC), são pais de duas moças, de 23 e 21 anos, e acabaram de aumentar a família. Em fevereiro, após quase três anos, eles finalizaram o processo de adoção de dois meninos, de três e oito anos. Apesar de Kátia ainda estar de licença-maternidade, a rotina em casa tem mobilizando as forças do casal.

O analista administrativo César Campos, da Coordenação de Orçamento e Finanças (COOR),

está em home office e sozinho em casa com os filhos, já que sua esposa trabalha na área da saúde, considerada essencial pelo governo. Os adolescentes, de 15 e 12 anos, dividem algumas tarefas domésticas, como limpeza da casa e o cuidado com os cães e gatos que a família possui. "Tenho estimulado o processo de leitura. Como eles estão maiores, é importante enfatizar este hábito para que eles formem opiniões embasadas e tenham uma reflexão crítica sobre os acontecimentos".

Para João Morita, da Coordenação de Combate e Prevenção a Incêndio (Coin), é um grande desafio o trabalho remoto para quem tem filhos em idade escolar. "É possível trabalhar 8 horas diárias? Sim, mas não das 8h às 12h e das 14h às 18h. Como todos estão em casa é preciso deixar tudo arrumado, a louça e a roupa lavadas, fazer café da manhã, almoço, jantar, fazer com que estudem e, ainda, acompanhar esse estudo. Por isso, acordo cedo, adianto as coisas", explana.

DICAS

"Em época de isolamento social, muitas crianças estão se sentindo ansiosas e entediadas diante da impossibilidade de saírem de casa. A quebra na rotina muitas vezes causa grande estresse para as mesmas", explica a psicóloga infantil Taís Bento. Segundo Taís, uma alternativa para os pais é buscar estabelecer o cotidiano mais próximo da rotina que se tinha, tanto com tarefas quanto com atividades lúdicas.

Taís explica que os pais podem começar a estruturar esta rotina ao estabelecer horários para almoço e tarefa de casa (caso a criança execute tarefas da escola). "Caso a criança tenha dificuldades para recordar as atividades, pode-se até mesmo juntar-se a ela na confecção de um quadro de rotinas, em um quadrado de papeião, quadro magnético ou até mesmo em folha sulfite, pedindo a opinião da criança sobre o que pode ser feito em determinado horário e utilizando o tempo como uma atividade em família", sugere.

Como as crianças demandam momentos lúdicos, Taís aconselha que os pais reservem um tempo para brincar com as crianças de maneira apropriada para a idade delas, como por exemplo, atividades simbólicas (faz-de-conta), jogos de cartas e jogos de tabuleiro para os mais velhos. "Caso a criança não se interesse por brincadeiras e jogos, tente trazer o interesse dela de forma criativa para esse momento em família", orienta a psicóloga.

É o que faz Amely Branquinho, do Centro de Pesquisa e Conservação de Primatas Brasileiros (CPB). Mãe de Clarice (9 anos) e Tales (2 anos), ela utiliza brincadeiras como forma de consumir a energia das crianças. "As crianças têm muita energia e precisam de muitas atividades. Minha filha de 9 anos já é bastante independente e me ajuda bastante, mas ainda assim precisa de atenção. O mais novo requer atenção quase que o tempo todo, e temos de fazer isso inclusive para evitar acidentes domésticos", conta. Na hora de dormir, Amely usa a leitura como método de relaxamento para que as crianças tenham uma noite mais tranquila.

Mesmo pais que possuem crianças com necessidades específicas podem otimizar o momento da quarentena para estimular o convívio familiar. "Até mesmo para crianças com

transtorno do neurodesenvolvimento ou outras demandas de aprendizagem, como por exemplo, transtorno do espectro autista [TEA], o momento em família pode auxiliar no treinamento de habilidades de aprendizagem que vão desde as básicas (sentar, apontar, realizar contato visual) até as mais complexas, como imitação, brincadeira compartilhada e comunicação".

AFAZERES DOMÉSTICOS

Ter mais pessoas em casa significa mais afazeres domésticos: refeições que antes eram feitas na rua ou na escola são feitas integralmente em casa; além da quantidade de louça e roupa gastas num dia. Ninguém pode ficar sobrecarregado, logo é importante que os adultos dividam a carga dos afazeres domésticos, bem como a "carga mental", que são as atividades de planejamento da casa (pagar contas, elaborar a lista do supermercado, cuidar da educação das crianças e organizar a rotina de afazeres).

Luciana Pacca, do Centro de Pesquisa e Conservação de Primatas Brasileiros (CPB), é mãe de uma menina de dois anos e dois meses. Luciana estava em licença-capacitação e solicitou o desligamento, pois na atual situação aprovou que era melhor fazer o trabalho que estava habituada. "Pedimos para a moça que trabalha em casa ficar em isolamento social, então, eu e meu marido nos dividimos nos cuidados de uma criança pequena e de todos os afazeres domésticos", relata Luciana.

"Crianças menores, por exemplo, podem ter na rotina a obrigação de guardar os brinquedos sempre ao final das brincadeiras; e os maiores podem ter tarefas mais específicas como lavar a louça, arrumar a cama.", orienta. Vale recordar que fica bem mais fácil para ensinar a criança a importância de seguir essa rotina se todos os residentes da casa participarem, tanto com suas obrigações e tarefas de casa quanto do momento lúdico em família.

Porém, as atividades domésticas não podem ser tratadas como uma imposição dos pais. A psicóloga orienta que uma boa saída para que a criança não entenda como um ato autoritário é que os pais executem junto com as crianças algumas tarefas domésticas, ensinando novas habilidades e aproveitando o momento juntos.



Pais podem usar brincadeiras para consumir a energia das crianças

CONCENTRAÇÃO

Um dos maiores desafios contados pelos pais é o da concentração. As crianças pequenas, sobretudo, não compreendem que os pais estão em casa trabalhando e podem interrompê-los ou pedir atenção.

Kelly Borges, chefe da Divisão de Monitoramento e Informações (DMIF/CGPRO), é mãe da Clara, de dez anos. Uma das estratégias para mantê-la ocupada são atividades on-line. "A escola dela ainda não começou a mandar as atividades, então, como a Clara queria muito fazer um curso de desenho on-line, ela está aproveitando o tempo para isso", conta Kelly.

A maior dica é não se cobrar demais. O isolamento é uma situação atípica, a qual nem os pais, nem os gestores de equipe, nem as crianças estavam preparadas. Então, obviamente a casa irá ficar mais suja, a criança assistirá mais TV do que está habituada e até fará refeições que não estão no seu dia a dia.

"Sabemos que mesmo em rotina domiciliar ou trabalhando em home office, entreter as crianças 24h é muito complicado, por isso o responsável não precisa se sentir culpado caso não consiga estabelecer uma rotina rígida para a criança", diz a psicóloga Taís Bento.

A MELHOR PARTE

Nem só de desafio é feita a vida do pai ou da mãe em home office. Uma das vantagens é que o período da quarentena aumentou o contato com os filhos. "Por conta da rotina, muitas vezes não damos a atenção devida a eles. Falta o tempo para uma conversa que a correria tira da gente", diz César Campos, da COOR.

"A parte boa é que deixo de ficar de três a quatro horas no trânsito por dia. Moro longe e pego muito engarrafamento, então o home office economiza meu tempo com deslocamento", relata Goretti.

Já para Angela, o momento da quarentena trouxe o seu benefício. "Meu filho está aprendendo a andar, graças ao home office estarei em casa para não perder os primeiros passinhos".

É pai ou mãe e está em home office? Você pode conferir mais dicas de como conciliar seu trabalho e o tempo com seus filhos [neste site](#).

Programa de Gestão para Resultados encerra 6º Ciclo de Formação

De 9 a 11 de março, a 6ª turma do PGR finalizou o Ciclo de Formação em Gestão para Resultados com a apresentação de seus Trabalhos Aplicativos Finais na Acadebio. O ciclo se iniciou em abril de 2019 e contou com sete módulos divididos entre presenciais e a distância.

"O PGR é um desafio por ser um curso extenso, que exige comprometimento de todos os envolvidos: instrutores, Acadebio e, principalmente, dos colegas que se dispõem a serem alunos nessa jornada. Ao mesmo tempo, a finalização do curso nos traz a satisfação de dever cumprido por contribuir com a capacitação em aspectos gerenciais no âmbito do ICMBio, propiciando a formação de massa crítica capaz de multiplicar e implementar práticas de gestão que gerem mais resultados efetivos e valor para sociedade." afirma Rossana Evangelista Santana, coordenadora do curso.

O PGR 6 foi construído a partir de uma reflexão sobre a experiência de execução da gestão estratégica ao longo dos 12 anos de existência do Instituto e do aprendizado do corpo de instrutores na prática de atividades de consultoria interna ao longo dos últimos seis anos. Levando-se em conta um cenário de mudanças constantes, tanto políticas quanto sociais, e sem perder de vista o propósito maior do serviço público em oferecer valor social, o PGR tem como propósito formar pessoas capazes de promover mudanças em um mundo caracterizado pelas

transformações constantes e a crescente complexidade da gestão ambiental pública, que gerem resultados para a conservação e valor para a sociedade.

Para Fernando Tatagiba, analista ambiental e aluno do PGR 6, foi extremamente edificante a oportunidade de participar do Ciclo de Formação "Além de sermos apresentados a uma ampla gama de técnicas e ferramentas gerenciais, tivemos a oportunidade de nos aprofundar e desenvolver habilidades relacionadas à dimensão humana da gestão, fundamentais para superar os desafios do cotidiano. Estou certo de que a rede de multiplicadores que o PGR tem formado ao longo dos anos irá contribuir para que o Instituto supere seus desafios estratégicos, nos aproximando cada vez mais de nossa missão."

EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

A novidade na 6ª turma do PGR foi o incremento do curso com módulos EaD. As etapas à distância integram, complementam e permitem o aprofundamento da formação presencial. O curso, em seu formato semipresencial, segue alinhado à mesma lógica de condução dos cursistas pelos fundamentos e Modelo de Excelência em Gestão Pública dos Ciclos anteriores, e aborda, também, os fundamentos e modelos de mudança organizacional e de inovação. A disponibilização de conteúdos virtuais foi possível graças à plataforma AVA – Ambiente Virtual de Aprendizagem do ICMBio.

HABILIDADES DESENVOLVIDAS DURANTE A FORMAÇÃO

- Manejar a performance da equipe de trabalho, para resultados, de acordo com perfis individuais e situação de liderança;
- Facilitar trabalhos de construção coletiva;
- •Comunicar-se de forma assertiva e colaborativa;
- Compreender o nível de escuta pessoal e exercer a escuta empática e generativa;
- Ser capaz de planejar e organizar o trabalho de sua unidade organizacional;
- Ser capaz de mapear e melhorar os processos de sua unidade organizacional.

O FUTURO DO PGR

Após o encerramento do ciclo, os instrutores do PGR realizaram, de 12 a 14 de março, a Oficina de Planejamento do Programa de Gestão para Resultados – PGR, com o objetivo de definir a atuação do grupo durante o ano de 2020 em ações de consultoria interna e capacitação.

Em 2020, o PGR entra em uma nova fase de atuar mais diretamente com o apoio à melhoria da gestão nas diferentes unidades organizacionais do Instituto. Isso foi possibilitado pela publicação da Ordem de Serviço nº 11/2019/ DIPLAN/ICMBIO, de 27 de novembro de 2019, que vincula a equipe de instrutores/consultores do PGR à Coordenação-Geral de Planejamento, Operacional e Orçamento – CGPLAN.

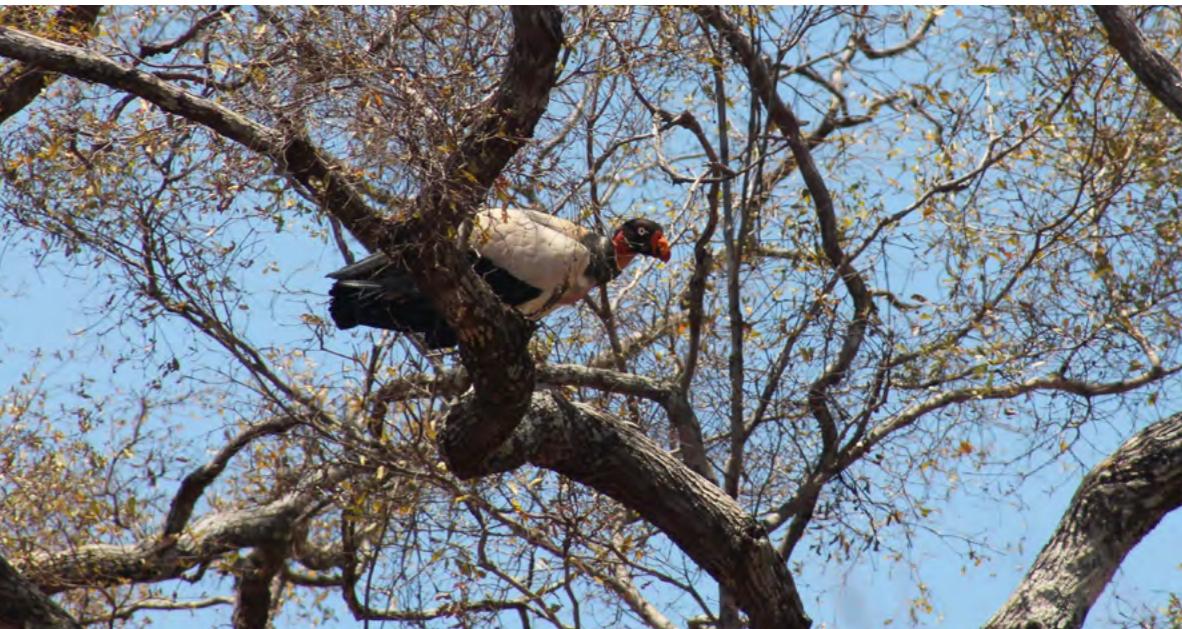
A proposta é que esse grupo de servidores especializados em práticas de gestão para resultados possam atuar enquanto consultores internos na promoção de melhorias gerenciais em processos críticos e estruturantes para o ICMBio, como a compensação ambiental e a gestão dos projetos especiais. Segundo Marina Kluppel, instrutora do PGR, "o Programa de Gestão para Resultados, em sua concepção original, já almejava ser multiplicador do modelo de gestão para resultados para além dos espaços formativos. Nesse ano teremos a oportunidade de formalizar esse objetivo, por meio de regulamentação específica, atualmente em construção pela equipe PGR e a CGPLAN".



Alunos apresentaram seus trabalhos finais no começo de março

APA Serra do Ibiapaba (CE)

Acervo APA Serra do Ibiapaba



ICMBio em Foco

Revista eletrônica

Edição

Ramilla Rodrigues

Projeto Gráfico

Bruno Bimbato

Narayanne Miranda

Diagramação

Marília Ferreira

Revisão

Marjoire de Carvalho Malaquias

Chefe da Divisão de Comunicação

Marjoire de Carvalho Malaquias

Foto da Capa

Freepik.com

Colaboraram nesta edição

Bruno Bimbato – DCOM; Carla Viviane – DCOM; Clarissa Lopes – DCOM; Gabriel Schulz – DCOM;

Divisão de Comunicação - DCOM

Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade - ICMBio

Complexo Administrativo Sudoeste - EQSW 103/104 - Bloco C - 1º andar - CEP: 70670-350 - Brasília/DF Fone +55 (61) 2028-9280 comunicacao@icmbio.gov.br - www.icmbio.gov.br



@icmbio



facebook.com/icmbio



youtube.com/canalicmbio



@icmbio