

# Livro de memórias

---

Relatos dos servidores e colaboradores da CGU-R/MG sobre como têm vivenciado e se adaptado a nova rotina durante a pandemia da COVID-19.



De bem com a  
 VIDA

CONTROLADORIA-GERAL  
DA UNIÃO

 **PÁTRIA AMADA  
BRASIL**  
GOVERNO FEDERAL

**CONTROLADORIA-GERAL DA UNIÃO**  
SAS, Quadra 01, Bloco A,  
Edifício Darcy Ribeiro, Brasília/DF CEP: 70070-905

**WAGNER DE CAMPOS ROSÁRIO**  
Ministro da Controladoria-Geral da União

**JOSÉ MARCELO CASTRO DE CARVALHO**  
Secretário-Executivo da Controladoria-Geral da União

**ANTÔNIO CARLOS BEZERRA LEONEL**  
Secretário Federal de Controle Interno

**GILBERTO WALLER JÚNIOR**  
Corregedor-Geral da União

**VALMIR GOMES DIAS**  
Ouvidor-Geral da União

**CLÁUDIA TAYA**  
Secretária de Transparência e Prevenção da Corrupção

**JOÃO CARLOS FIGUEIREDO CARDOSO**  
Secretário de Combate à Corrupção

**VIVIAN VIVAS**  
Diretora de Gestão Interna

**SIMEI SUSÃ SPADA**  
Coordenadora-Geral de Gestão de Pessoas

Edição produzida pela Controladoria Regional da União no Estado de Minas Gerais

Equipe responsável por esta obra (em ordem alfabética):

Breno Barbosa Cerqueira Alves • Conceição Policarpo Correia Mourão de Oliveira • Ivana Paula de Oliveira  
Agostinho • Tânia Santiago Braga Oliveira

Fevereiro/2021

Diagramação: Assessoria de Comunicação Social - Ascom / CGU

# APRESENTAÇÃO

A trajetória de uma instituição pode ser caracterizada pelo cumprimento de sua missão, pelo atingimento de suas metas, ou até pelos problemas e dificuldades que precisa lidar. Há momentos gloriosos, assim como pode haver situações que colocam em risco a própria perpetuidade de uma organização. No final, o que importa é como todos os colaboradores se dedicam a aproveitar as oportunidades que surgem, ou a superar os desafios que se impõem, conjugando seus esforços a cada dia e materializando a instituição que idealizaram, a partir de suas perspectivas pessoais.

Nesse ano de 2020, a CGU-Regional/MG, parte integrante da instituição CGU, enfrentou, como todos os demais entes públicos e privados, o desafio de prosseguir em sua missão institucional no cenário da emergência em saúde pública causada pela pandemia do COVID-19. Esse período desafiador, que no início de 2021 ainda não se concluiu, pode ser retratado pelas entregas da CGU à sociedade, em contundente resposta ao momento crítico. Porém, um olhar pormenorizado irá demonstrar como a superação de dificuldades vem ocorrendo em seu plano mais elementar: as pessoas.

E assim, a partir de uma perspectiva humanizada, a CGU-R/MG apresenta o relato individual sobre como os seus agentes públicos têm construído a história e a trajetória da CGU, lidando com as dificuldades circunstanciais e carregando sempre o propósito de contribuir com a sociedade.

Emocionante e encorajador, esse material também espelha, em alguma medida, o que todos nós temos vivenciado durante o período da pandemia, no contexto profissional e pessoal.

**Breno Barbosa Cerqueira Alves**  
Superintendente Regional da CGU-MG

A quarentena começou de maneira absolutamente abrupta. Sem planejar nada, e de uma hora para outra, ficamos sabendo que iríamos trabalhar em casa e que a escola das crianças estaria fechada. A princípio, havia uma previsão otimista de que o isolamento iria durar alguns dias ou semanas. Nunca imaginei que iriam se passar 100 dias e que ainda estaríamos assim, sem perspectiva de retorno.

Neste longo período, imagino que todos nós já tenhamos experimentado, em maior ou menor grau, um misto de emoções de esperança, otimismo e fé, mas também de cansaço, medo e incredulidade. Como já se passou muito tempo, essas emoções se repetem, e a gente vive como em uma roda-gigante. Já tentei saber tudo sobre a covid-19, números, estatísticas e prognósticos, mas também já me alienei totalmente, já quis fazer dieta e aulas de ginástica on-line, mas também já desejei fazer brigadeiro de colher todas as noites, já me senti feliz por ter um emprego "garantido" e um bom salário, mas também já chorei ao ver a recessão e o desemprego se agigantando...Enfim, "tudo ao mesmo tempo agora", como diria o disco dos Titãs.

Porém, o ser humano é altamente adaptável...e passados 100 dias, acho que consegui estabelecer uma rotina que, minimamente, tem dado certo. Essa rotina é fruto de uma contínua negociação com marido e filhos, de 10 e 13 anos, a respeito da divisão do trabalho doméstico, da distribuição dos eletrônicos disponíveis na casa, do respeito ao espaço de quem está em reunião on-line, e por aí vai... são muitos conflitos diários e muito aprendizado também. Acredito que todos nós estejamos evoluindo e entendendo na prática o que significa resiliência.

A CGU, de certa maneira, não foi pega de surpresa com a impossibilidade de se realizar trabalhos presenciais. Desde 2016, com a edição da primeira portaria de PGD, nos foi permitido realizar diversas atividades a partir de casa, com acesso à maioria dos sistemas. Hoje, com todas as ferramentas de que dispomos, é incrível pensar que o trabalho possa ser executado de qualquer lugar.

Fui entusiasta do home-office por anos, quando trabalhava no setor de RH e meus filhos eram menores. Passado algum tempo, quis voltar para a CGU, por conta, sobretudo, do convívio com as pessoas. Entendo, porém, que o home-office nos traz, como ganho, estar junto com a nossa família e a flexibilidade de utilização do nosso tempo. Me esforço para não abusar dessa flexibilidade, porque acho que ela acaba se voltando contra nós, de alguma forma! Por isso, tento manter uma rotina com horários mais ou menos fixos de trabalho.

Dizem que, no mundo pós-pandemia, trabalhar em home-office será o "novo normal". A conferir...Espero que, no futuro, possamos encontrar um equilíbrio entre o trabalho presencial e o não-presencial, certos de que nada substitui o contato com os colegas, principalmente, e acima de tudo, porque em nossa Regional temos uma convivência tão harmônica e feliz. Muitas saudades de todos!



**Léia Baeta  
Cavalcante**





**Paulo Cesar  
Mirando Bruno**

Primeiramente mando abraços a todos os colegas da CGU MG. Antes dessa necessidade de home office, eu não me dispunha muito a fazê-lo com frequência. Achava que seria monótono ficar muito tempo em casa, considerava precária a infraestrutura do meu apto em termos de escritório de trabalho (notebook, espaço, mesa, cadeira, sem ar-condicionado, etc).

Como já tinha que tirar o carro da garagem para levar meu filho para a escola, era só continuar até nossa sede. Achava bom, depois do trabalho, chegar e curtir a casa, o lar. E se eu ficasse o dia inteiro em casa, perderia essa satisfação? E ainda pensava como seria trabalhar sem o contato próximo dos colegas, devido a consultá-los nos casos de dúvidas. E ainda perderia as relações sociais?

Ocorre que tivemos que encarar esse home office mesmo com essas dúvidas. Mas não tínhamos outra alternativa. Evitar a contaminação e preservar a vida eram as prioridades. E esse fato nos leva a superar qualquer outra dificuldade, que se torna irrelevante. Uma primeira surpresa agradável foi verificar que as plataformas da CGU estão bem mais amigáveis agora. Foi bem fácil iniciar os trabalhos em home office.

O contato com colegas faço pelo WhatsApp. Uma dificuldade foi manusear o notebook. Muitas vezes apertava teclas de forma involuntária, o que me causava probleminhas. E a ergonomia não é das melhores com notebook. Há necessidade de se fazer algumas adaptações.

Estou trabalhando com recursos de acesso à informação, o que tenho feito desde 2013 de forma intermitente. Trata-se de um trabalho bem delimitado em termos de legislação e infraestrutura na CGU.

A equipe de Brasília que compõe essa coordenação de recursos da LAI (CGRAI) é quase toda nova em relação ao último período em que colaborei nesse tema, incluindo chefe de serviço, coordenadora e ouvidor-adjunto, que é atualmente o signatário dos pareceres. Mas não tenho tido grandes dificuldades com essa nova equipe.





**Paulo Cesar  
Mirando Bruno**

Aqui em casa, agora, estamos todos exclusivamente em home office ou em home school. Minha esposa, que trabalha no Tribunal de Justiça - MG, está organizando vídeo audiências e meu filho tendo exclusivamente vídeo aulas e vídeo provas. Como só tinha dois notebooks disponíveis, tive que trazer meu computador da CGU para casa.

A Cléo, secretária daqui de casa, é que está numa situação inversa, está em office home, ou seja, está permanecendo no trabalho (aqui em casa) de 2ª a 6ª feira. Na sexta-feira eu a levo para sua casa e a busco na segunda-feira. Isso para ela não utilizar transporte coletivo e correr o risco de se contaminar. Acho que ela está gostando.

Quando termina o trabalho por volta de 15:00h vai para a sala ler livros e depois vai para o quarto assistir filmes na NETFLIX, deitada na cama.

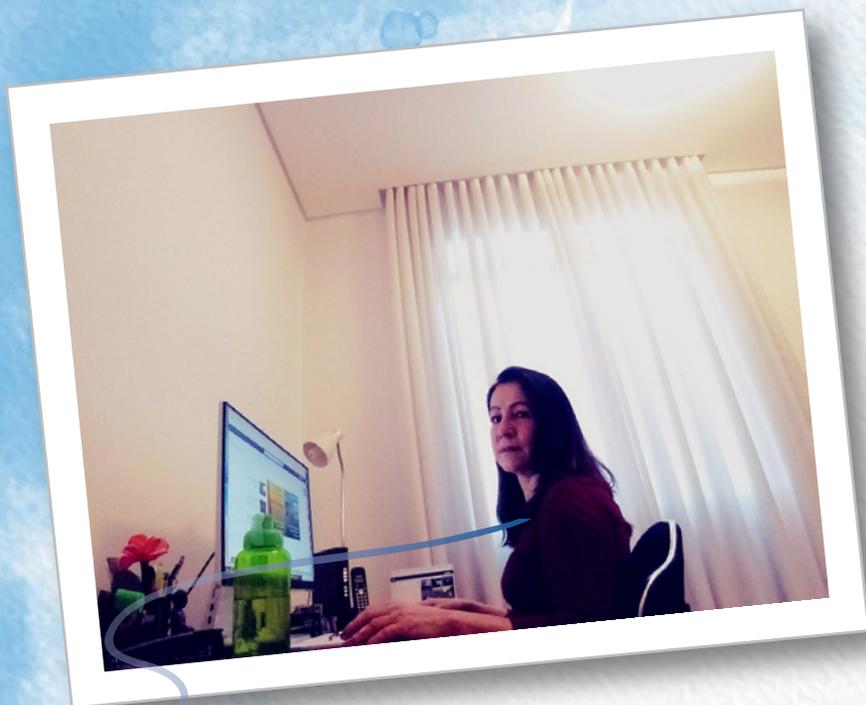
Enfim, estou gostando bastante de trabalhar em casa. Há inúmeras vantagens tais como não “enfrentar” o trânsito caótico com a conseqüente perda de tempo; almoçar em casa (principalmente agora na pandemia); local silencioso para trabalhar (a sala do NAOP é triste neste aspecto devido ao barulho da rua); a temperatura está agradável, pelo menos até agora (meu apto não tem aparelho de ar condicionado, mas agora tem ventilador de teto), e o que é o melhor é dar aquela cochilada após o almoço. E numa cama!

Após o trabalho, às 17:30h aproximadamente, desço para o pilotis do prédio e caminho em torno do prédio por 60 minutos. O prédio é pequeno, portanto, tenho que revezar para não ficar tonto, 15 min caminhando no sentido horário; 15 min, no sentido anti-horário. Sinto falta é do convívio com os colegas e das discussões sobre temas de trabalho.

Além disso, sinto falta também do papo na copa do 1º andar (que tem contribuído para o meu amadurecimento intelectual), dos sucos e saladas de frutas da Lili, do café com música (incluindo os quitutes), dos aniversários e das informações da DIVA (Divisão de Investigação da Vida Alheia).

Espero voltar logo a poder trabalhar na sede. Mas não tenho pressa.





**Elizabeth da Silva  
Ávila**

Fim de Março 2020, meu Deus: Pandemia, trabalhar em casa!!!!

Nesses muitos anos da minha vida de servidora pública federal, trabalhei em várias áreas, aprendi muitas coisas nestas atividades que exerci, mas nunca passei mais do que uns dois ou três dias esporadicamente na minha vida profissional para realizar uma atividade assim em casa, sem prazo determinado.

Como enfrentar essa situação totalmente imprevista?

- Primeiro pensamento: Estamos numa guerra invisível, preciso me armar!

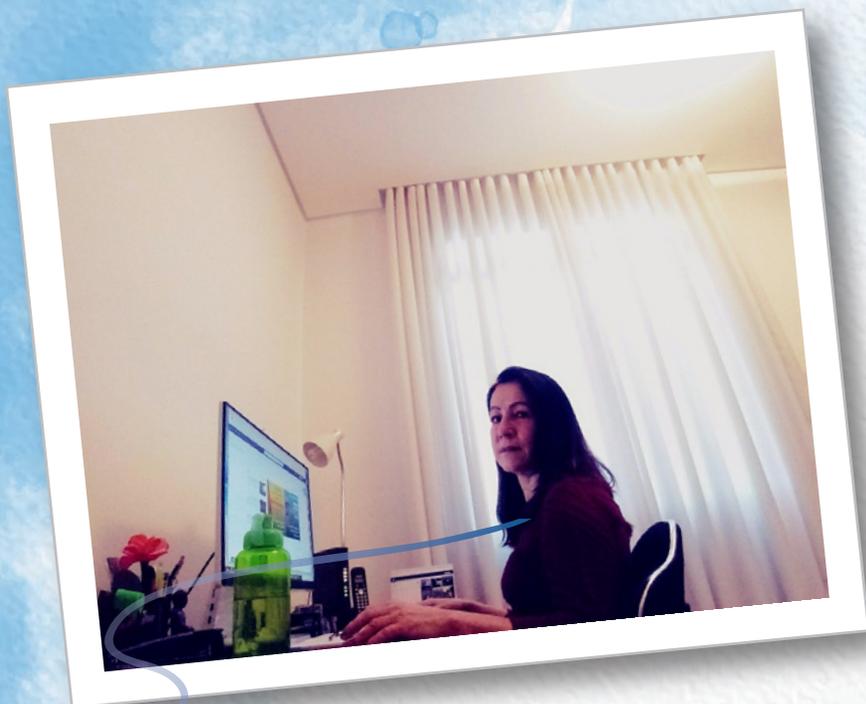
Entrei para o NA – Neuróticos Anônimos. Máscara, luvas, álcool gel, cabelo preso, roupas de mangas longas, sapato fechado, rumo ao supermercado para comprar de tudo um pouco, até mesmo coisas que não tinha muito costume de consumir, mas nunca se sabe quanto tempo isso pode durar.

- Segundo pensamento: Agora sim, preparada, mãos à obra! Colocar minhas ferramentas de trabalho para funcionar, computador, impressora, scanner que estavam meio parados em casa, mas deu certo!

E com isso fui descobrindo os Sistemas da CGU, que da minha mesa de trabalho em casa podia ver e acessar tudo, como se estivesse na CGU/MG. Acalmei, e comecei a ficar encantada com isso.

Celular, telefone fixo, HD externo, acabei de montar meu Home Office e o trabalho começou a fluir com o contato com os colegas do Setor, que estavam do outro lado, também em casa dando força para as coisas acontecerem; assim como os colegas de outras áreas da CGU/MG; colegas da CGU Brasília; prestadores de serviços; colegas da SAMF/MG, tudo de dentro da minha casa!





Elizabeth da Silva  
Ávila

Mas tudo isso não foi tão fácil como num “conto de fadas”. E aí, com o passar dos dias, o que era um certo conforto, não ter que enfrentar o trânsito para chegar ao trabalho todos os dias, ao mesmo tempo se tornou um desconforto ao esbarrar nas atividades domésticas, atividades pessoais, relacionamentos familiares.

Eu ainda não estava muito segura entre, agora estou trabalhando, agora estou cuidando das pessoas que amo, agora estou cuidando da minha casa, agora estou descansando, entre outras atividades cotidianas. Mas enfim, tudo isso a gente aprende, aprendendo a cada dia.

Mais de 100 dias se passaram e o aprendizado do “trabalhar em casa” está sendo uma grande experiência tanto pessoal como profissional. Aprendi a administrar meu tempo, não muito ainda, mas já melhorou bastante. Fiz vários cursos virtuais, que talvez não teria feito se estivesse apenas em atividade presencial. Aprendi que não tinha um colega ao lado para pedir um HELP, aprendi no “se vira”.

Aprendi que, por não estar no meu local e horário de trabalho de forma presencial, a falta da companhia dos colegas, as reuniões, os cursos e eventos, os aniversários, entre outras atividades, são muito importantes para o crescimento pessoal, mas a dedicação, o profissionalismo e a união de todos da CGU/MG continua, mesmo à distância !!!!





**Suzana Kroehling  
Rodrigues**

2020 começou cheio de planos e sonhos, como todo início de ano.

Eu e Manoel vamos comemorar “Bodas de Prata” – 25 anos de casados e planejávamos uma viagem para o exterior, em julho, como 2ª Lua de Mel. Para meus filhos, eu sonhava com a tão esperada “Colação de Grau” em “Comunicação Social”, na UFMG, da Aline e a oportunidade do primeiro emprego; com uma experiência de emprego temporário, nos Estados Unidos, nas férias da faculdade, para o Arthur; e com o início da vida universitária para a Letícia.

Mas quem poderia imaginar? Quando o ano de 2020 parecia que ia começar, pois o carnaval passou, TUDO MUDOU! De repente, nos vimos obrigados a nos isolar socialmente. Cada um vivendo 24h dentro de suas casas e reaprendendo a dividir o tempo e o espaço com seus familiares. O mundo mudou e todos foram obrigados a reaprender a VIVER! Nada fácil! Nos obrigou a repensar valores e mudar hábitos. Principalmente, a viver o momento presente e controlar a ansiedade de querer estar sempre planejando o futuro.

Eu que nunca gostei dos trabalhos domésticos, me vi obrigada a assumi-los na integralidade (apesar de tentar dividir as tarefas...): comprar, desinfetar, organizar, lavar, passar e cozinhar.... Ufa, como cansa!

Apesar disso, não me canso de agradecer por ser tão privilegiada! Moro em uma casa muito espaçosa e confortável e posso desfrutar de um quintal com um gramadinho e várias plantas, além de uma hortinha. Desfrutar de um pouquinho da natureza na própria casa é uma terapia! E o Manoel virou o “jardineiro”. Além disso, tenho duas cadelinhas que são só alegria!

Mais gratidão pela minha situação de funcionária da CGU, órgão de que sempre me orgulhei e que mais uma vez está demonstrando ser inovador e eficiente. Não tive problemas para me adaptar a trabalhar com o escritório digital e continuar exercendo minhas atribuições.

Minha rotina diária tem se dividido entre os afazeres domésticos e a supervisão e acompanhamento dos trabalhos dos 12 servidores, e grandes colegas, do Nac Saúde. Ainda preciso encaixar nessa rotina a prática de exercícios físicos, que têm sido feitos apenas esporadicamente.

Mas, apesar de tudo, os sonhos não podem morrer, apenas se modificar/atualizar. Aline colou grau virtualmente e está num “empreendimento solo” de marketing virtual; Arthur já se conformou em ter que adiar a experiência de trabalho temporário no exterior; e Letícia aguarda o reinício das aulas na UFMG fazendo cursos virtuais e se distraindo como artesã. E minha viagem vai aguardar a vacina contra a Covid 19 e reabertura das fronteiras!



**Gustavo Bicalho  
dos Santos**

Caros colegas, espero que todos estejam bem e com saúde. Acredito que assim como ocorreu com todos, não acreditava que seria possível o mundo passar por algo parecido com o que estamos vivendo, e confesso, essa mudança drástica me deixou inseguro. Quando houve a determinação da superintendência da CGU-R/MG em pausar as atividades no edifício Sede, temi por meu emprego, e o de todos os colaboradores terceirizados. Evidentemente o risco persiste, porém hoje, percebo como existe por parte da chefia da casa a preocupação em minimizar as perdas para todos. Nesse sentido, vale o reconhecimento de que sempre a saúde de todos foi colocada à frente pela chefia.

O home office começou para mim com uma ligação da Tânia, que, com a seguinte expressão, me fez compreender o que teríamos pela frente: “Meu colega, eu disse ao Breno que você continuaria a desenvolver em casa a maioria das atividades realizadas na Sede, porque acredito que isso não vai passar tão rápido assim!” Claro não imaginávamos que seria tão longo o tempo. Logo de início, precisava me estruturar. Tinha um notebook que necessitava de reparo. Neste primeiro momento, minha esposa Clarissa me emprestou um computador que conseguiu me atender muito bem até resolver o problema com o meu notebook. Em termos de trabalho, em pouco tempo consegui me adaptar às ferramentas disponíveis, e acredito que pude desenvolver as demandas que me foram propostas.

Pessoalmente, o início do período de isolamento foi muito difícil pois, assim como eu, a Clarissa também está trabalhando em casa. Então, esse ajuste foi o mais complicado. Sentia muita vontade de voltar à Sede, local que valorizo pela convivência e estruturas fantásticas. Entretanto, hoje me sinto privilegiado pois estou conseguindo acompanhar a gestação da minha primeira filha de uma maneira que nunca imaginei que seria possível. Estamos passando muito bem por esta turbulência, e com fé que em breve estaremos com nossa Manuela nos braços.

Espero em breve retornar ao trabalho presencial, não porque o home office é ruim, mas sim porque a CGU-R/MG é um local muito bom de estar. Saudades dos papos sem fim sobre futebol (ainda bem que a Tânia consegue se desligar do mundo). Saudades do café da Lili. Sinto saudades das pessoas, pois tenho certeza que nosso trabalho estamos desenvolvendo bem. Se Deus quiser isso vai passar gente, e em breve estaremos juntos novamente. Abraços!



**Adriana Salles  
Loureiro**

Minha casa tinha um ritmo bem intenso. Em março, de repente, vi meus dois adolescentes em casa, sem atividades. Neste momento, vieram a angústia e uma porção de perguntas sem respostas: Quanto tempo? Como se proteger? Como serão as aulas e as outras atividades? Quais os sintomas?

Com um primeiro panorama mais claro, tivemos que nos adaptar à nova realidade: resgatamos um computador antigo e triplicamos a velocidade da nossa internet. Começamos a viver em isolamento, mas em contato com o mundo.

Em relação ao trabalho doméstico, como já fazíamos a maior parte, não tivemos muitas dificuldades para nos adaptar. Resgatei a Creusa, meu robô que limpa a casa, mas infelizmente ele não sobreviveu ao primeiro mês de quarentena e tive que voltar ao velho e bom pano com rodo.

Hoje conseguimos ter uma rotina muito boa, dentro do possível. A Julia e o Rafael com aulas online, Júnior e eu trabalhando no quarto ao lado. Com mais tempo em casa, resgatei bons e velhos hábitos como montar quebra-cabeça e dar uma cochilada depois do almoço. Também introduzimos os jogos de truco e ludo no final de semana, a quarta da fondue e as lives semanais com os meus primos.

Sinto muita falta do contato pessoal e me preocupo muito com a saúde mental de todos a minha volta. Rezo muito para que este período acabe logo e que não tenhamos mais tantas pessoas afetadas pela pandemia, mas confesso que sentirei falta da proximidade que hoje tenho com a minha família.





**Conceição  
Policarpo Correia  
Mourão de  
Oliveira**

"AI, AI SAUDADE SAUDADE TÃO GRANDE..."

Não teria outra maneira de iniciar esse texto sem evocar o Frevo nº 2 do Recife! Sinceramente, eu sinto muita falta do trabalho em nossa Regional. Os desafios de tocar o barco longe da equipe NAOP MG são inúmeros, sobretudo em razão da maior característica do nosso trabalho que está no contato com gestores públicos, academia e a sociedade civil organizada.

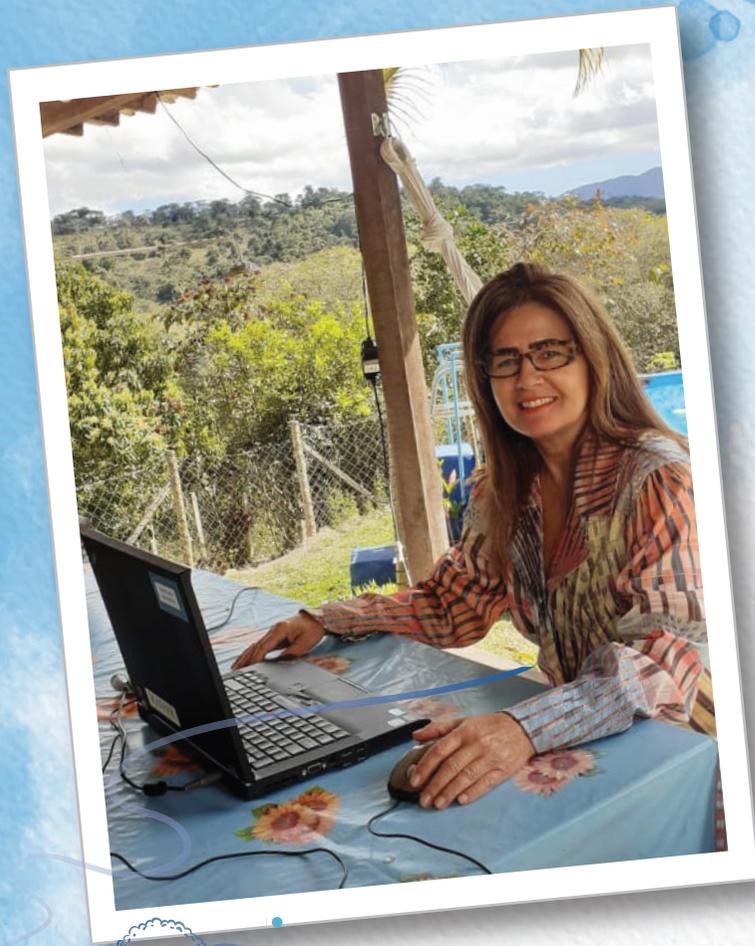
Entretanto, o meu trabalho em home office está sendo bem diferente da maioria dos colegas. Em meados de março, viemos em família para o litoral sul da Bahia comemorar os 50 anos do meu marido. No momento do retorno, nosso voo foi cancelado e nos vimos presos no paraíso. Alugamos uma casa e decidimos seguir por aqui até a quarentena passar... e já se passaram 120 dias! Portanto, toda gratidão do mundo por tamanho privilégio de caminhar na praia deserta, sentir a brisa do mar, dar um mergulho e estar integrada à natureza.

Nasci e vivi em Recife, por isso tenho conexão tão forte com o mar e sinto muita falta dele em BH. De todo modo, está chegando a hora de voltar, mas como estamos cuidando dos meus sogros que são idosos, esse momento de decidir pelo retorno fica mais complicado, pois a cada dia nosso país passa momentos duros, onde presenciamos uma série de incertezas no combate à pandemia, associada a um movimento anticientífico que tem ceifado a vida de tantos brasileiros.

Nesse período, os desafios para tocar a vida apesar da pandemia são inúmeros, sobretudo pela dependência quase que total da tecnologia e da informática. Trabalho, aulas, consultas, diversão, praticamente tudo online, exigem de nós mais disciplina e concentração. Além disso, organizar os afazeres domésticos para uma família de 7 pessoas é jogo duro. Até todos saberem suas obrigações e entenderem que, apesar de estar em casa, eu não estava disponível para brincar com eles, por exemplo, foi bem difícil, mas nenhum aprendizado é gratuito. Embora nunca tenha sido adepta do PGD, estar trabalhando em casa tem vantagens como menos trânsito (aliás, zero trânsito rsrsrs), almoço em família e entre uma reunião e outra receber um "eu te amo" recheado de beijinhos do meu filho caçula.

Esse momento de reclusão ativa, pois graças a Deus continuo produzindo (e muito! Nossa Regional tá demais!!!!), cuidando da minha família e de mim, evidenciou ou até mesmo revelou tudo que mais gostamos e para mim, meu ambiente de trabalho é um presente, por todas as pessoas especiais que lá estão e por crer que ele permite uma socialização que o teletrabalho nunca irá substituir.

Sigamos firmes na certeza de um lindo reencontro e que não nos falte fé, esperança e amor.



**Clarice Bicalho  
Nepomuceno**

2020, Ano novo! Vida nova! Tenho muita preferência por números pares, um ano como esse, imaginei, redondo, será perfeito, cheio de perspectivas e realizações!

Como nem tudo são flores, para quem me conhece, sabe que tenho muita dificuldade em lidar com a época da chuva. Não combina comigo, aquele respingar sobre o telhado ou sobre as folhas das plantas, naquele tilintar sem limite, me suga toda energia, me deixa introspectiva, me dá uma angústia, me entristeço, vontade de dormir até tudo passar e acordar com um lindo dia de sol e azul reluzente.

Mas o ano começou assim, muita chuva! Foram 3 meses, dia e noite. Acordava com aquele barulhinho (aiaiai...). A Regional durante o mês de janeiro fica vazia. Muitos servidores tiram férias para coincidir com as férias escolares e também é um período de poucas demandas. Com isso já me acostumei, mas ao mesmo tempo, chuva ininterrupta e ausência dos amigos, a situação fica mais delicada...

Mas fevereiro chega e todos vão retornando aos poucos, com semblantes leves, relatando viagens, novidades, sorrisos estampados, prontos para mais um ano, que venha 2020! Então, agora sou eu, na expectativa das férias, que terão início pós-carnaval, e a chuva ali nos mostrando o poder da natureza “tentam me destruir, não querem me preservar” e a chuva “só quero um bem comum, mas os homens sem limites...modificam tanto a natureza que acabamos fazendo estragos”.

E aparece a Covid-19! Doença inédita, estranha, invisível, e eu com tudo reservado para minha viagem de férias, malas prontas e fui...sem muita dimensão do perigo e não acreditando na continuidade dessa doença. Mas tudo se manifestava ao contrário, a doença só se alastrando! Próximo a região onde estava, Barra Grande/BA, começaram a “pipocar” casos, e eu não conseguia voar para retornar antes da data prevista. Conseguir álcool gel numa vila no interior da Bahia, impossível! Os poucos que tinham nas farmácias, logo se esgotaram. Enfim, retorno dia 16 de março, envolta numa canga de praia cobrindo o rosto, embebida de álcool comum, pois enfrentar aeroporto em Salvador, cidade de muito turismo, perigo à vista! Cuidado, evite aglomerações, lave as mãos, use álcool, tudo isso ao mesmo tempo, difícil de acreditar no que estava acontecendo!

Restando uma semana de férias, vou para minha casa na pequena cidade do interior de Minas - Bom Jesus do Amparo, e só se ouvia falar na Covid-19, novos casos e mortes aumentando em todo lugar, e agora sim, a triste realidade da pandemia, situação jamais sonhada por ninguém, mas era a nossa realidade, triste e melancólica.



**Clarice Bicalho  
Nepomuceno**

Restando uma semana de férias, vou para minha casa na pequena cidade do interior de Minas - Bom Jesus do Amparo, e só se ouvia falar na Covid-19, novos casos e mortes aumentando em todo lugar, e agora sim, a triste realidade da pandemia, situação jamais sonhada por ninguém, mas era a nossa realidade, triste e melancólica.

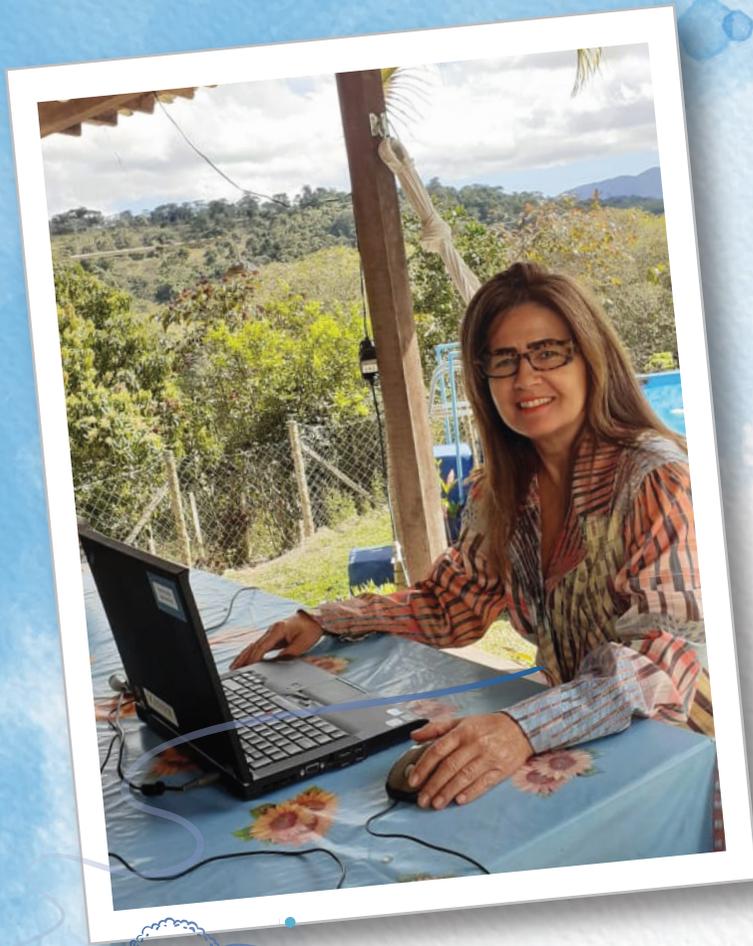
Retorno ao trabalho, não! Na CGU, para os servidores que já faziam PGD, foi comunicado que os trabalhos a partir daquele momento seriam realizados em casa, e continuaria dessa forma até que se pudesse voltar a rotina, mas e os outros que nunca o fizeram em função da atividade desenvolvida? E eu, como sempre atuei no apoio administrativo, era uma delas. O que fazer?

Fui informada que a partir do meu retorno, dia 23 de março, também iríamos fazer home office. Situação inédita, há anos trabalhando no apoio, e fazendo de tudo um pouco, mas a maioria das atividades voltadas para a gestão de pessoas, lidando diariamente com os servidores e de repente mudança radical! Diante da situação, agora é me preparar para nova maneira de trabalhar, e como não tenho em casa um equipamento disponível somente para mim, tive que retirar um notebook da CGU e o que fosse necessário para a nova fase, e até quando, ninguém sabia!

Nossa, não imaginava como seria...situação inusitada, pois sempre prezei o convívio com os colegas e amigos do trabalho, sou muito feliz com o que faço! Conviver com várias pessoas de personalidades diferentes só agrega, cada um te mostra e ensina de maneiras diferentes. Sempre repetia que se me dessem a oportunidade de trabalhar em casa, não queria. Gosto do dinamismo do dia a dia, de fazer acontecer, sou assim, e vem toda essa situação.

Na primeira semana, entrei em pânico, peguei o que achava que precisaria. Resolvi outras pendências em Belo Horizonte e vim para a casa da nossa família em Bom Jesus, onde já residem minhas irmãs e meu pai de 91 anos, levando comigo minha sobrinha com 2 crianças, pois o momento era de isolamento e desespero. Essa primeira semana de isolamento foi horrível e enlouquecedora, a vida de todos virada de pernas para o ar, ninguém sai de casa, álcool gel, doença, morte, muitas pessoas no mesmo espaço e sem poder sair de casa, pensei, vou enlouquecer.

Quando começaram os trabalhos, foi pactuado com os servidores do apoio um treinamento, nunca me senti tão limitada. Cheguei ao ponto de ligar para meu chefe e falar, não dou conta, o tema foge da minha área, e no momento minha capacidade de raciocínio estava limitada, e com a casa cheia, barulho..., mas, ufa! Consegui terminar o curso e tive certeza que, após essa semana, louca eu não fico, passei pelo teste de sanidade mental.



## Clarice Bicalho Nepomuceno

Fiquei um mês em Bom Jesus sem ir a BH, mas me assustei. Não quero isso para mim, essa mudança radical, sair de BH, deixar minha casa, meu ambiente de trabalho, convívio diário com colegas, atividades como ginástica, aula de pandeiro, ritmo alucinante de cidade grande e vir morar no interior, cidade pacata, com uma população de 6 mil habitantes. Confesso, foi muito difícil no início, mesmo sabendo da necessidade que o momento exigia, isolamento social...

Depois, comecei a perceber que vir morar aqui, me trouxe uma oportunidade incrível, além de poder continuar exercer minhas atividades, pois os recursos tecnológicos são inúmeros, mesmo com a lentidão da internet. Me surpreendi com tantas ferramentas que a CGU oferece para os servidores, nada igual estar no prédio, mas nada que atrapalhe o fluxo e a qualidade dos trabalhos desenvolvidos. Pude também ajudar minhas irmãs, a cuidar do meu pai, nesse momento delicado e difícil de envelhecer. Um idoso volta a ser criança e depende de quem está ali ao seu redor.

Mas não é fácil: não sou uma profissional, sou filha. Os momentos de convívio são de muito carinho, mas mexem muito dentro da gente. Somos 7 filhos, minha mãe morreu com 59 anos, e meu pai foi de tudo um pouco, e sempre presente, homem forte, trabalhador, amoroso, ríspido, alegre, de coração imenso, e que se tornou um herói, um super pai, e vê-lo cada dia mais dependente e frágil...isso tudo e pandemia, pesa e como pesa...

Mas também tenho tido momentos leves, como no final da tarde, sentar-me na varanda da minha casa com uma vista linda para a praça da cidade, e ainda jogar alimentos para os vários canarinhos que sobrevoam a nossa frente. Caminhar por lugares com um visual maravilhoso, pura montanha e muito verde, pois nós brasileiros somos privilegiados. A nossa natureza ostenta, ela é puro encanto, como dito na canção do exílio:

“Minha terra tem palmeiras, onde canta o sabiá, as aves, que aqui gorjeiam, não gorjeiam como lá. Nosso céu tem mais estrelas, nossas várzeas têm mais flores, nossos bosques têm mais vida, nossa vida mais amores.”

Mas a vida é surpreendente, nos adaptamos até aos momentos ruins, incrível o ser humano! Acho que essa pandemia vai nos ensinar a dar prioridade ao que realmente importa. Todos estamos vivendo as mesmas angústias, as mesmas dores, as mesmas inseguranças, os mesmos medos e incertezas, sentimentos únicos, e até quando não sabemos. Sempre pensei assim e hoje, mais do que nunca, repito: Viva o seu presente, não sabemos do nosso amanhã. Até a volta!



**Diovana Nogueira  
Quintino**

Vou tentar compartilhar com os queridos colegas um pouco do que tem sido este “tempo estranho” que temos vivido.

No geral, considero que tem sido um tempo bom para mim e para minha família. Estamos mais próximos, mais cooperativos, nos aperfeiçoando e adaptando.

Mas no início não foi bem assim. Quase “pirei”! Vou contar um pouco deste episódio.

Como sou otimista e caseira, achei que tiraria de letra as novas funções e a nova realidade que passaria a viver. Mas não foi bem assim. Logo no início, no primeiro dia em casa, fiquei sem minha ajudante, a Dona Fátima, que chegou para trabalhar toda apavorada e dizendo que estava prestes a desmaiar porque tinha certeza que tinha pegado a Covid. Assustei demais na hora! Mas era alarme falso, conforme eu imaginava!

Veio o tal do homeschooling ou educação domiciliar, que também achei que seria tranquilo, mas na cabeça do filho esse período se configurava como umas inusitadas férias, o que traria algumas dificuldades pra gente. A casa mais cheia e agitada, com marido, cachorro e papagaio e o trabalho da CGU não espera!

Eu estava desenvolvendo um trabalho muito interessante pela CGU que, pessoalmente, me motivou e envolveu muito. Fui trabalhando sem rotina, nos finais de semana, sem horário, estendendo, várias vezes, o expediente até as 23 horas e acordando tarde. Deixei o filho se desenrolar sozinho com as atividades da escola, estava aflita e curiosa pelas notícias sobre a pandemia, ficava muito preocupada com o meu pai que é idoso e mora sozinho, foi chegando a semana de provas do Isaac e caindo minha ficha de que eu tinha que atuar mais junto aos seus estudos, e, de repente... Parei de dormir!

Noites de insônia! Além de uma gastrite e fortes dores de cabeça. Resumindo, eu estressei! E percebi que não estava sendo tão leve assim minha quarentena, pelo contrário, estava bem pesada, desorganizada e angustiante!

Tive que reavaliar as coisas, repensar hábitos, dividir mais as tarefas entre a turma de casa, tentar criar rotina, desacelerar um pouco e tirar férias! Que férias boas! Numa fazenda localizada no Alto do Paranaíba, região de cerrado incrível! Esse tempo, apesar de curto, fez muito bem para minha alma!



**Diovana Nogueira  
Quintino**

Mas o que mais me ajudou e fez diferença nesse período difícil foi uma nova paixão que descobri, uma nova terapia: cuidar de plantas! Como tem sido bom! Logo eu que me sentia incapaz de cuidar dessas criaturas, que vi várias delas morrerem lentamente na minha casa, cujas ajudantes domésticas sempre foram ótimas na missão de me ajudar a matar qualquer verde que arrumava!

Outra prova que eu era ruim nessa lida foi que nunca ganhei uma plantinha da minha irmã que é bióloga e faz bonsai lindamente, apesar de eu insistir algumas vezes para ganhar uma. Ela sabia que eu não conseguiria mantê-las vivas.

Mas tomei isso como desafio e, estando em casa, vi a oportunidade de reverter a questão. Resolvi comprar várias delas e aprender sobre o tema, me jogando nisso como terapia, o que, de fato, se tornou pra mim! Tem tornado meus dias muito mais leves!

Estou amando plantar e cuidar das plantas decorativas e da minha hortinha caseira! De duas plantinhas sobreviventes que eu tinha, passei a ter 105! Conte para este depoimento! Entre hortaliças, suculentas, cactos, samambaias, calatêias e outras mais... Estou lotando minha varanda de verde! Algo que faltava por aqui! E ainda tem mais, me matriculei em um curso de jardinagem on line que vai começar por estes dias e pretendo ampliar minhas técnicas, vou fazer arranjos e terráreos para enfeitarem, ainda mais, a minha casa!

Bem, realmente essa foi uma novidade e descoberta da quarentena. A experiência tem sido muito boa e quis compartilhar com os colegas!

Aproveito para dizer que sinto saudades de todos e de tudo na CGU! Um lugar que amo trabalhar! Sinto saudades, principalmente, dos animados almoços e cafezinhos que, também, são como terapias para mim! E são várias as minhas turmas de almoços. Tem a turma do Natural e das saladerias, a turma do “Da Roça”, do Maleta, do Cabernet, do Mercado, da marmitta e até do Doce com Pimenta! E sinto saudades dos diversos cafezinhos coados e expressos que tomamos trocando sorrisos e histórias, seja no Kahlua, no Maria Chocolate, no Cofice ou nas copas da CGU ou no “Café com Música”, ambos regados pelos cafezinhos da Lili! Momentos muito bons que, logo, logo, voltarão a fazer parte das nossas vidas!

Abraços em todos!



**Tânia Santiago  
Braga Oliveira**

Havia um tempo que minha família se preparava para o ano de 2020. Sabíamos que seria um ano de mudanças e que precisaríamos fazer algumas adaptações nas nossas vidas. Como o meu filho terminaria o ensino médio em 2019, o ano de 2020 seria para ele o início de uma longa caminhada ao encontro de sua vocação, e para isso, ele precisaria sair de casa aos 18 anos e morar em outra cidade.

Começamos a nos planejar com muita antecedência, eu, meu marido e nossa filha de 16 anos, cada um buscando pelo que acreditava ser a melhor forma de manter o equilíbrio e preencher o vazio que certamente iríamos sentir. No meu caso, comecei a fazer aulas de pilates e, em abril, iniciaria uma pós-graduação na PUC em Gestão Pública.

Mesmo com tudo programado e, aparentemente, sob controle, o meu ano começou um pouco tenso. Me sentia apreensiva e ansiosa com a proximidade da partida dele, mas não havia mais nada que eu pudesse fazer. Nos despedimos em casa na manhã do dia 11 de março, ele foi para o Distrito Federal e eu, para mais um dia de trabalho dar início ao treinamento do e-Aud.

Na semana seguinte, a pandemia avançou e iniciamos o isolamento social e, ao mesmo tempo, o home office. Foi tudo muito inesperado! Meu primeiro pensamento foi se meu filho ficaria bem estando longe da família no meio dessa pandemia. Os primeiros meses foram de medo e angústia. Em Belém, a doença chegou causando muitas mortes e sofrimento. Diversos familiares foram infectados. E todos os dias chegavam notícias assustadoras: falta de remédios, internação e UTI.

No meio de tudo isso, eu precisava organizar a nova rotina de trabalho. Nunca havia aderido ao PGD, pois achava que o home office não era compatível com as atividades de Gabinete, que são dinâmicas e requerem interação constante com servidores e equipes. No entanto, só me restava aprender o mais rápido possível sobre as ferramentas disponíveis do escritório digital, já que o trabalho precisava ser feito e as demandas continuavam surgindo todos os dias. Comprei um computador desktop, aumentei a conexão da internet, instalei dois monitores e, só assim, me senti confortável e confiante para realizar todas as minhas tarefas como se estivesse na CGU.



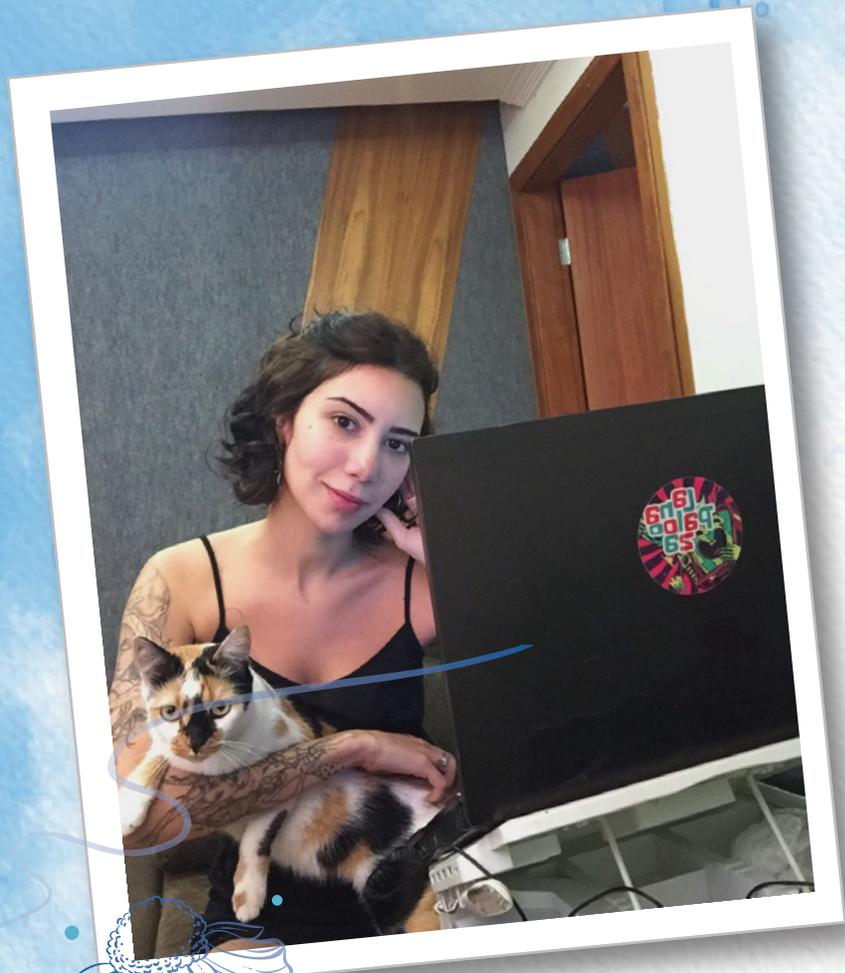
Além disso, precisava administrar a nova rotina doméstica e, principalmente, dar o suporte emocional para minha filha. Se para nós adultos estava sendo difícil, para uma adolescente de 16 anos era ainda mais complicado. Cursando o último ano do ensino médio, com aulas e provas virtuais, Enem, dúvidas e incertezas, e sem a convivência com o irmão e os amigos, precisava de muito apoio e compreensão.

Foram 4 meses de muito aprendizado. Mas, finalmente, encontramos a harmonia e a serenidade. Criamos novos hábitos que têm funcionado muito bem para nós. Todo domingo meu filho nos faz uma videochamada e, assim, começo a semana revigorada. Em casa, além do trabalho, continuo fazendo aulas de pilates e cursando uma certificação na PUC, enquanto aguardo o início da pós-graduação.

Ter a oportunidade de estarmos sempre juntos em família é um enorme privilégio. Isso, com certeza, é o que essa pandemia me trouxe de melhor! Quando isso tudo passar, pretendo manter alguns novos hábitos e as mudanças positivas na minha vida e no trabalho. Não sabemos como será o mundo pós-pandemia, mas ela já está nos mostrando lições valiosas, como a de que precisamos uns dos outros. Então, vamos seguir em frente com fé e fazendo o melhor que pudermos!

**Tânia Santiago  
Braga Oliveira**





**Débora Caroline  
Prates do Carmo**

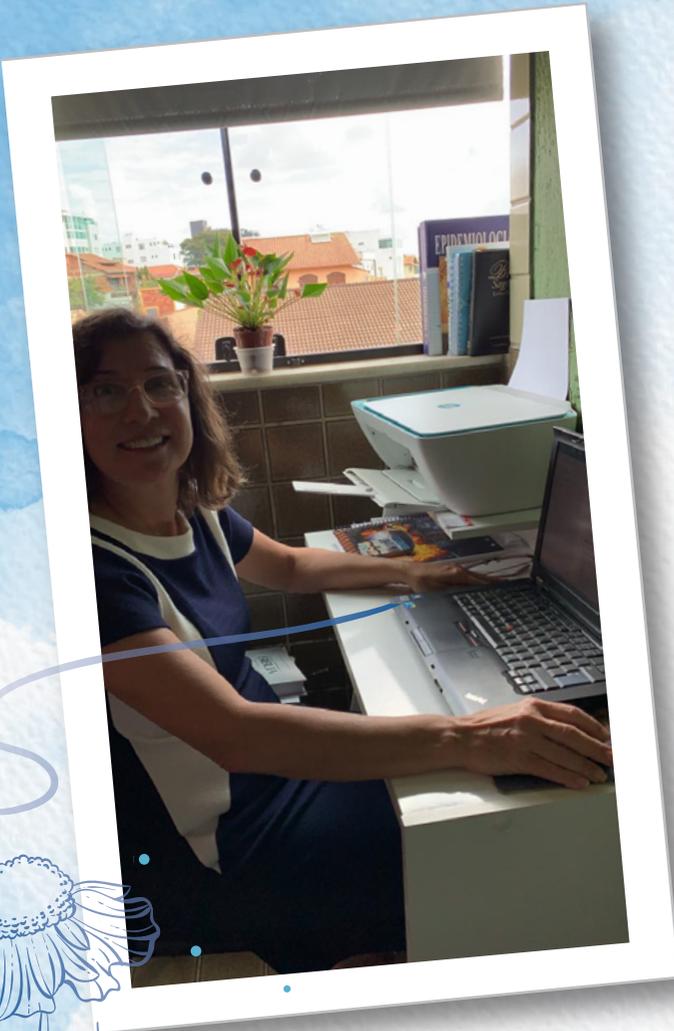
Acredito estarmos passando por um período de profunda reflexão, um momento de olhar para dentro e refletir sobre quem somos, quem amamos e se estamos dando o valor devido, não para certas coisas, mas para as coisas que realmente importam. Assim como, não para certas pessoas, mas para as pessoas que amamos. Sempre acreditei na importância do cuidado e zelo pela existência do outro e nesse período tenho confirmado isso.

A cada dia que passa aprendo um pouco mais sobre limites, paciência, força de vontade e responsabilidade. Não foi simples iniciar um estágio nesse novo formato, a companhia de outras pessoas, a troca de experiências, do saber e até as correções fazem falta no dia a dia. A internet me possibilita a entrega do que é solicitado, mas me priva de conhecer as pessoas e o meio que estou lidando.

Sempre tive uma rotina muito agitada, faculdade, cursos, aulas de dança, trabalho, vida social e essa “pausa” veio para me mostrar a importância de respeitar quem sou. Decidi passar pela transição capilar, permitir que o meu corpo ganhasse peso, me exercitar por prazer e não obrigação, investir na confecção das minhas peças de roupa, aprender a meditar e até mesmo adotar mais um gato.

Independentemente de qualquer fase ruim, sou grata às oportunidades que surgem principalmente quando tenho a sorte de trabalhar com pessoas compreensivas, atenciosas e extremamente dedicadas ao que fazem. Todos nós vivemos uma modificação significativa em nossas vidas, o mundo mudou drasticamente em um piscar de olhos. Um simples flertar, ir à aula ou ao trabalho, práticas do dia a dia que o indivíduo muitas vezes não valorizava por ser habitual tornaram-se objeto de conquista.

A verdade é que tudo mudou, mas a essência de cada um permaneceu e isso é o mais importante. Por tanto, precisamos nos cuidar porque enquanto isso no “antigo” mundo era deixado em segundo plano, nesse novo mundo é uma necessidade emergencial.



**Marlene  
Aparecida  
Braga Bicalho**

Lamentar para avançar!

Nestes dias de dor e sofrimento é necessário chorar as perdas para nos situarmos onde estamos e, para onde desejamos e podemos ir!

Primeiramente, caímos nesta Pandemia, desavisadamente, sem nenhum controle sobre as circunstâncias, e sem escolhas! Na volta do Carnaval 2020, quando estávamos, de fato, prontos para começarmos o ano 2020 “brasileiramente”, achando que, a PANDEMIA era lá na longínqua CHINA, não nos atingiria. E, Ela não nos alcançaria, e, só não nos aconteceu, como foi mais rápido que prevíamos e mais intenso que podíamos imaginar. Não escolhemos a situação, só podemos “tentar escolher as respostas”

Angustiamos, preocupamos, sofremos, por nós, nossas próprias vidas e dos nossos queridos idosos, e com outras morbidades! Choramos, pelas perdas: convívio em família e amigos, relacionamentos prazerosos e convívio e rotina do trabalho, adoecimento nosso e, dos nossos queridos, e quase 100.000 brasileiros mortos pelo COVID 19, é hora de reconhecermos que dói, dói muito!

Não podemos negar as dores e as dificuldades, mas podemos buscar o que é essencial, em Deus, na vida, na família e no trabalho. Nesse processo de buscar o importante, vejo a CGU investindo em nossas condições de trabalho e visão de qualidade de vida institucional. Minha gratidão a CGU por buscar nossa saúde no trabalho, com condições de trabalho adequadas, chefias com visão do sujeito, cursos e outros recursos, que buscam nos apoiar na utilização dos recursos internos e externos para transformar o sofrimento em busca pelo prazer e pela realização no trabalho e na vida. Gratidão CGU!



**Débora Aparecida  
Pinto**

Quem não gostaria de trabalhar em casa??

Adoro o meu trabalho e conviver com pessoas tão maravilhosas! Mas se deslocar até ele todos os dias têm suas desvantagens como o de acordar muito cedo e o tempo gasto no trânsito.

Mas agora vivendo nessa situação de pandemia mundial, só nos restou a opção de trabalhar em casa. Ainda bem que a CGU nos permitiu essa modalidade de trabalho à distância e disponibilizou o escritório digital que facilitou a continuidade dos nossos trabalhos como se estivéssemos na CGU.

Não dá para negar que a quarentena deixou a rotina de todo mundo de pernas para o ar. No começo foi difícil me adaptar, tendo que conciliar o trabalho com as tarefas de casa. Minha filha Luísa, de 4 anos, querendo atenção toda hora, pois era novidade para ela toda a família em casa. Antes da pandemia, ela passava o dia na escolinha. Agora, tudo novo!!

E essa nova realidade tem nos causado transtornos e mudanças em todas as áreas das nossas vidas. Um cansaço físico e emocional, em que precisamos nos esforçar muito para que as coisas se mantenham em equilíbrio. Deixar a zona de conforto, os hábitos e rotinas do nosso cotidiano gera um grande incômodo.

Mas o tempo é remédio para todas as coisas e esse “novo”, agora está adaptado a minha nova rotina, que consigo suprir muito bem. Faço várias atividades ao mesmo tempo com tanta flexibilidade, dinamismo e disposição que fico admirada. Seja com as tarefas domésticas, cozinhando, arrumando e limpando a casa; seja trabalhando em home office e, é claro, sendo mãe em tempo integral, inventando várias brincadeiras todos os dias como esconde-esconde, quebra-cabeça, empinando pipa, contando histórias, brincando de bonecas e sem esquecer os deveres da escolinha.

Enfim, só mesmo dando uma de mulher-maravilha para dar conta de tudo isso. Não sabemos quando isso tudo vai acabar, mas sempre podemos manter o bom-humor e a esperança.





**Tatiana Gontijo  
Machado**

Ah...essa pandemia...não vou negar que no início pensei: “isso logo irá passar, não será nada demais.” Mas a enxurrada de informações alarmantes foram cada dia mais nos assustando e mostrando que não seria um cenário fácil de ser vencido.

O tempo está tão entranho...dia 16/03 estava na CGU, assinando PGDs. Os servidores sem saber direito o que fazer, quanto tempo duraria, como iríamos trabalhar de casa. Eu não tinha experiência em home office, e, portanto, seria uma grande novidade para mim também.

No início foi um pouco estranho, mas como o ser humano é capaz de se adaptar rapidamente às situações, logo organizei minha rotina e montei meu “cantinho” de trabalho. Uma cadeira nova, um laptop, meus caderninhos de anotações, e pronto! O escritório virtual da CGU se mostrou tão eficiente que percebi que seria perfeitamente possível desenvolver as atividades longe da sede. Reuniões com gestores, com as equipes, e até café com música teve! Enfim, sem sombra de dúvidas, sou muito grata por trabalhar em um órgão que se mostrou extremamente preparado para enfrentar as circunstâncias adversas nas quais estamos inseridos no momento.

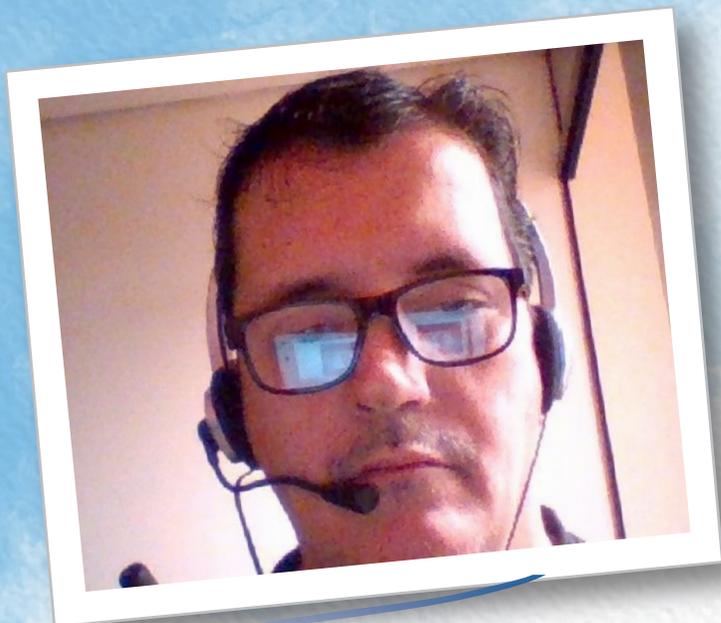
Com a academia fechada, minha sala de estar também se reinventou e ganhou nova “decoração”: barra, bicicleta, anilhas, elástico...e por aí vai. Fui comprando aos poucos e agora praticamente tenho uma “mini-academia” dentro do apartamento...onde colocar isso tudo depois que passar a pandemia, serão cenas dos próximos capítulos!

E as aventuras na cozinha! Em tempos de pandemia, estamos descobrindo tanto sobre nós mesmos. Eu por exemplo, tenho amado cozinhar. Com direito a curso de gastronomia on line! E se enganam aqueles que acham que só de bolinho de batata doce tem sido o menu! Rs

Mas, o que realmente importa nesse momento de incerteza é ter paciência, não se cobrar tanto, agradecer pela nossa saúde e de nossos familiares. Planos, viagens, estudos serão apenas adiados.

A distância dos colegas e amigos é sentida. Mas, em breve estaremos novamente juntos.

Forte abraço a todos e sigamos com muita fé!



**José Adauto  
Resende**

No início, como é normal ao ser humano, a negação. Acordar cedo, atualizar as redes sociais, ver o Outlook, e fazer as coisas sem máscara, inclusive correndo ao ar livre. Pegar o carro e sair, ainda sem máscara para “carregar a Bateria” dele e a minha.

Depois vem uma pequena consciência dos perigos: havia anos que carregava álcool em Gel no carro, um em casa e outro na estação de trabalho. Mas comecei a usar mais, assim como a máscara. Durante esse tempo recebemos, eu e uma Excelente Equipe, uma atribuição trabalhosa e frustrante, mas que teve o sucesso em nos manter ativos e produtivos na medida do possível. Ai acabou, veio um tempo de como relatou a Diovana, da insônia “pegar pesado”. Cheguei a acordar antes de 1 hora da manhã e ficar direto. A única vantagem é que eu não ficava sem fazer atividade física um dia sequer. Mesmo por que tivemos 2 AVCs (um inclusive foi da minha mãe, que ficou 4 dias na UTI e de um tio muito especial (meu primeiro empregador!) e que está com apenas 65 anos. (A geração deles está começando a ir embora!). Como dá vontade de fazer atividade física e restringir alimentação depois desses acontecimentos.

Também tivemos duas mortes por câncer, na mesma geração. Isso tudo acaba por nos abalar principalmente pelas distâncias e outros fatores que provocaram afastamentos entre nós. Mas vamos em frente: apareceu outra tarefa e seguimos nela, só presenciando injustiças, desvios (a maioria insignificante), mas sem poder fazer as costumeiras análises que fazíamos, pois há gente mais capacitada para essa parte do trabalho. Foram alguns meses de ocupação diária inclusive com alguns casos de trabalhos aos sábados e aos domingos.

No momento, acordo muito cedo. Passou de 3 horas da manhã já está valendo. Redes sociais e celular em cima, até às 6 ou 7 horas da manhã. Atualizo de novo as redes sociais, vejo os jornais até para me divertir em como procuram modos de denegrir a imagem das pessoas. Depois, não havendo demandas, procuro jogos de memória, geografia, “quizzes” e outras atividades que me mantenham ativo. Como não faço comida em casa, vou à casa de uma Senhora bem humilde perto de onde eu moro e ganho um “dedo de prosa”, um pouco de TV: só jornais locais e programas de Gourmet, e olhe lá! Também ganho uma saladinha com carne que está salvando os 4 quilos e meio que já ganhei, apesar dos 5km de esteira ou uma hora de “spinning” diários e alternados. Há também os pedacinhos de uma novela de 20, 30 ou quarenta anos atrás, só para matar a saudade, mesmo.





**José Aduino  
Resende**

Agora ficamos aqui, à disposição para novas tarefas e esperando que, como disse a Leila, esse filme de pós-hecatombe (termo meu) termine e possamos ter uma vida normal de novo. Gostaria de acrescentar que, inclusive remetendo a informes de instituições públicas federais, o teletrabalho é um caminho quase sem volta. Isso já era assim em São Paulo em 2003, de maneira informal e acho difícil voltarmos a ser como éramos.

Felicidades e Muita Saúde a Todos e às Famílias e Amigos. Muito Obrigado a Todos!

p.s. Como meus Pais moram longe eu só os pude ver uma vez, inclusive pelo costume deles de quererem quebrar o isolamento social. Conscientização é uma das peças-chave para que possamos sair dessa.





## Angélica Alves Nogueira

Em meados de março, a comunidade científica divulgou que a pandemia poderia tirar milhões de vidas em um curto período de tempo se não fossem tomadas as providências necessárias para que essa tragédia não atingisse tamanha proporção. Foi assustador! E mesmo com todos esforços, estamos sentindo muita tristeza por milhares de vidas perdidas.

Um pouco antes, eu vinha desenvolvendo um trabalho de pesquisa sobre as histórias dos meus avós e bisavós e senti uma compreensão bem maior sobre eles do que tinha.

Os pais de minha avó paterna saíram da Região Serrana do Rio de Janeiro e foram para o interior de Minas Gerais, na Zona da Mata, por volta de 1890, devido a terrível epidemia de febre amarela. Além de não existir vacina, que só surgiu em 1937, tratamentos e medicações eram precários causando um índice alto de mortalidade. Por isso muitas famílias optaram por abandonar seus negócios, suas terras em busca da sobrevivência. Meus bisavós, então, foram reconstruir duramente a vida distante dos seus familiares e dos amigos numa época em que os deslocamentos eram realizados por meio de animais e as cartas levavam meses para serem entregues.

Por outro lado, os pais de minha mãe moravam num casarão antigo, construído no final do século XIX, e era intrigante ver uma pia, sempre com um sabão e toalha de mão, logo na entrada da casa. Além disso, chamava a atenção os costumes muito rigorosos com relação aos hábitos de higiene em casa e com relação aos contatos com pessoas estranhas, principalmente viajantes. À época da gripe espanhola, meu avô tinha 28 anos e minha avó 20 e, com certeza, os cuidados com as várias doenças infecto contagiosas, sem vacinas e pouquíssimos remédios, foram intensificados. O vírus influenza aterrorizou durante muitos anos devido ao altíssimo número de vidas perdidas.

A COVID19 trouxe para nós um pouco do que eles passaram em quase toda vida. Hoje, o desenvolvimento tecnológico e científico nos mantém conectados, informados e permite que possamos passar por uma pandemia dessa dimensão com menos medo e ansiedade.

Diante da situação prolongada previstas pelos cientistas e inspirada nas histórias de família, decidi que faria uma mudança no estilo de vida e resolvi voltar a viver no campo. Mas em estado de isolamento ficava pensando e pesquisando de como faria isso. Surgiu, então, uma oportunidade e desde o início de maio estou vivendo e trabalhando em meio à natureza com minha família.



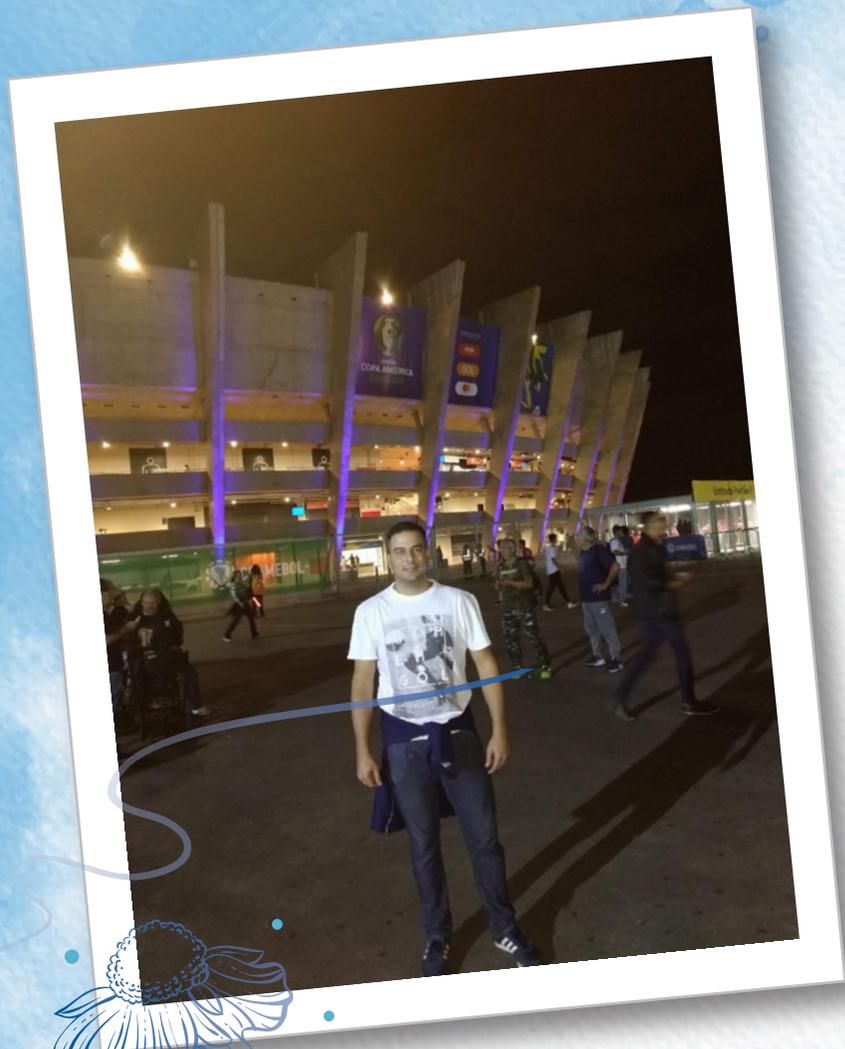
**Angélica Alves  
Nogueira**

O Programa de Gestão de Demandas – PGD da CGU já me dava oportunidades de realizar trabalhos a distância em formato de home office. Sentia melhoria na produtividade devido ao ganho na qualidade de vida, por ser possível conciliar melhor o trabalho com o convívio em família, as tarefas domésticas e os horários das atividades físicas e de lazer.

Esse PGD constante na quarentena está proporcionando um conforto para passar por essa situação difícil. Com todos os Sistemas que estão disponibilizados no Órgão é possível desenvolver todas as etapas dos trabalhos de auditoria com bons resultados, inclusive as reuniões e interações com as equipes de trabalho.

Acredito que com a oportunidade de realizar mudanças, criar novas rotinas, estabelecer prioridades e principalmente com o aumento da solidariedade, tanto na família como no trabalho, sairemos fortalecidos e melhores dessa situação.

E assim, desejo sucesso a todos e que em breve possamos nos reencontrar!



**Alex Mansur de  
Oliveira**

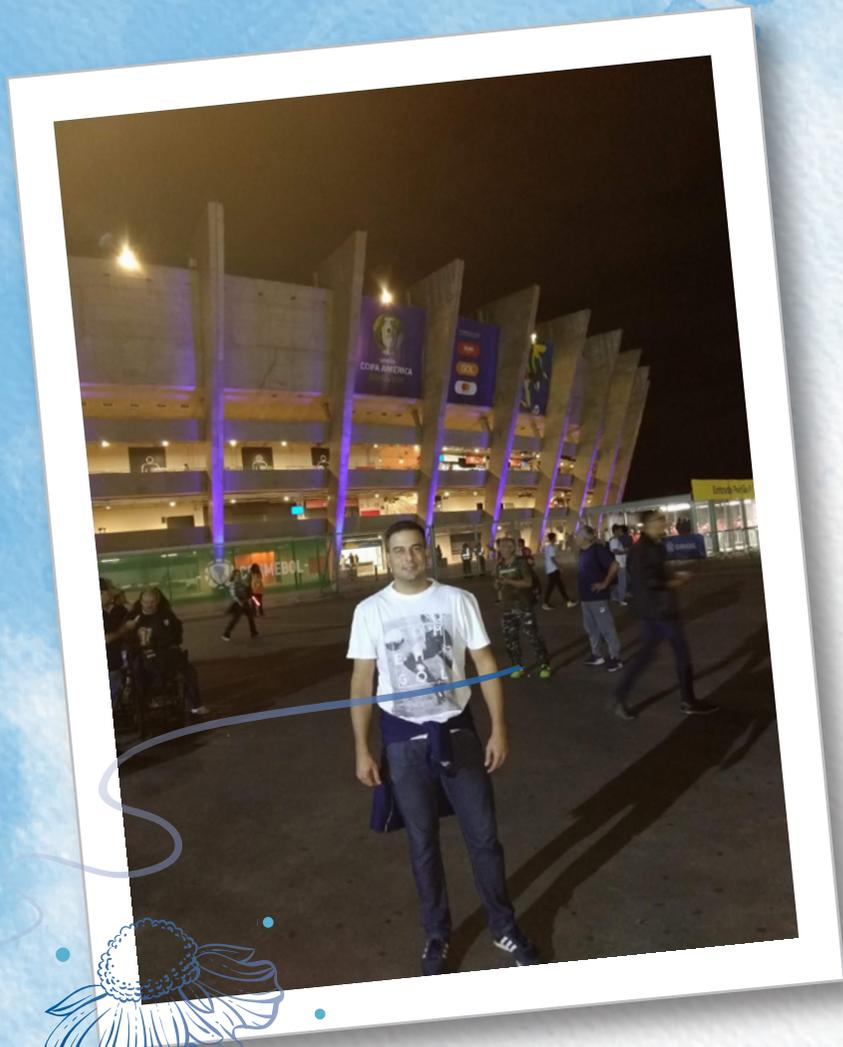
A minha história sobre as minhas rotinas em home office durante a pandemia iniciou-se no dia 22 de fevereiro de 2020. Nessa data, após ter sido selecionado em um processo seletivo, tive meu exercício descentralizado para a Controladoria Regional da União em Minas Gerais. Sou servidor de carreira, ocupante do cargo de Analista Administrativo, do Instituto Nacional de Colonização e Reforma Agrária – INCRA.

Pouco tempo depois de iniciar minhas atividades na CGU, os órgãos de imprensa começaram a informar sobre as tristes notícias de que a pandemia do COVID-19 havia chegado no país, assim como na capital mineira. Foi então que, a partir do dia 18 de março 2020, recebi a autorização para desempenhar minhas atividades no tele trabalho ou home office.

Obviamente, como não poderia deixar de ser, foi, e vem sendo, uma mudança brusca na rotina de cada um de nós. Ficar em casa por vontade própria é uma situação agradável quando assim o desejamos. Todavia, quando ficamos isolados por imposição de um vírus desconhecido não é nada daquilo que pensamos para nossas vidas. De imediato, houve o afastamento dos colegas de trabalho, dos familiares, do ambiente de trabalho e tudo aquilo que estávamos acostumados a fazer em nosso dia a dia. No meu caso, em particular, recém chegando em um novo ambiente de trabalho, nada poderia ser pior do que deixar de ter o convívio com os novos colegas e de poder obter o máximo de aprendizado com eles, com a Chefia, e com a rotina da CGU/MG.

Apesar dos aspectos negativos acima, tenho que confessar que sou um entusiasta do home office há um bom tempo. Isso porque meu irmão, servidor do Tribunal do Trabalho da 3ª Região, já faz home office há pelo menos uns 5 anos. Então, vendo as possibilidades e as modificações que ocorreram em sua vida profissional e pessoal, esperava que um dia pudesse ter tal experiência em minha carreira. Claro que essa possibilidade deveria acontecer por opção e não por causa de um vírus perigoso.

Enquanto atuando no Serviço de Desenvolvimento Humano, da Superintendência Regional do INCRA em Minas Gerais, no exercício de 2019, me foi solicitada a elaboração de uma Nota Técnica e de uma minuta de Portaria para dar início a uma proposta de tele trabalho naquele órgão.



**Alex Mansur de  
Oliveira**

Avisei de pronto a minha Chefia que essa Nota traria mais aspectos positivos e vantagens do home office, em razão da minha predileção por essa forma de trabalho já naquele tempo. Como meu Chefe também era adepto ao tele trabalho, pediu seguimento na proposta.

Coincidentemente e por questões de entender que a CGU é um órgão sério e competente, utilizei como modelo a Portaria/CGU/nº. 1.242, de 15 de maio de 2015. Infelizmente, o processo ficou sobrestado na sede da Autarquia, tendo em vista a proposta de reestruturação do órgão que tramitava naquele momento, o que tornava mais complexa a implementação de uma nova forma de trabalho.

Portanto, a despeito de todos os inconvenientes que o COVID-19 trouxe para nossas vidas, em termos de mudanças de rotina, o fato de trabalhar em home office vem sendo uma surpresa agradável para mim. Procurei manter, em casa, uma rotina de horário de trabalho diário. Recebo a distribuição das atividades e me organizo para entrega-las dentro do menor espaço de tempo possível. Estabeleci um ambiente preparado para o trabalho, com estrutura de mobiliário, maquinário e conforto adequados. O home office permitiu melhorar a qualidade da minha alimentação, pois faço as refeições em casa, ao invés de restaurantes; aumentou as horas de sono, já que o tempo de deslocamento para o trabalho não é mais necessário; possibilitou economia de gastos, como combustíveis, alimentação fora de casa, que é mais cara e passei a ficar mais tempo com meu filho e esposa, o que considero bastante importante.

De outro lado, como desvantagem, o home office me impossibilita, neste momento, ampliar as amizades com os novos colegas. Além do mais, com certeza absoluta, a convivência diária com todos eles e com minha chefia acelerariam o meu aprendizado, já que muita coisa ainda é novidade para mim, em termos dos trabalhos de controladoria. Entretanto, não posso deixar de mencionar que, mesmo remotamente, tenho sido auxiliado por eles sempre que necessitei de ajuda!

Finalizando a extensa história, me perdoem, desejo que possamos estar juntos o mais breve possível, todos com saúde, e iremos constatar que essas mudanças só nos fizeram ser mais fortes e contribuíram para nossa evolução!



**Ivana Paula de  
Oliveira  
Agostinho**

Olá, pessoal! Espero que estejam todos bem! Chegou minha vez de compartilhar com vocês um pouco do que vem sendo “meu novo normal” por aqui...

Pois é... para não fugir à regra, informo que essa situação também me pegou de surpresa! Confesso que minha ficha demorou um pouco a cair. Já vinha vivendo um momento bem delicado em virtude da saúde de minha querida avó, que veio a encerrar sua missão aqui (com louvor, diga-se de passagem) no dia 18 de março, aos 104 anos, logo no início dessa confusão toda.

Em seguida, vieram as medidas mais severas de isolamento social e o receio (pânico, para ser mais exata) de contrair algo tão desconhecido e transmitir para alguém, em especial minha mãe, que, embora seja linda, “jovem”, alto-astrol e cheia de vida, faz parte do grupo de risco em função de sua idade e de algumas fragilidades. Fomos então aos poucos nos acostumando com os cuidados necessários e ajustando nossas rotinas para que eu pudesse continuar levando seu almoço diariamente (no esquema “drive-thru”) e, pelo menos de longe, poder ter a certeza de que ela segue bem, “guardadinha” e saudável.

Quanto à parte profissional, ao ficar evidente que o trabalho remoto não seria algo “tão passageiro assim”, percebi que precisaria me adaptar à nova realidade: cuidei de providenciar um notebook novo, mais rápido e moderno, para fazer face às atividades que já venho desenvolvendo desde o início da pandemia. Trata-se de um trabalho gratificante e desafiador, com o envolvimento de grande número de colaboradores, o que me traz um “convívio virtual” com boa parte dos nossos colegas. Registro, por oportuno, meu reconhecimento à equipe da CGU responsável pela implementação das ferramentas do nosso escritório digital, o que nos proporciona a tranquilidade de continuarmos produtivos nesse momento tão conturbado. Também neste período tive a oportunidade de cursar uma disciplina isolada do mestrado em neurociências da UFMG, a partir da adaptação de formato que se fez necessária (de presencial para EAD), o que contribuiu para agregar novos conhecimentos e habilidades e, por outro lado, trouxe um desafio a mais para essa etapa atípica. Ufa! Haja adaptação!

Nesse contexto, fomos nos ajustando aqui em casa para conciliarmos de maneira mais leve essa história de “trabalho-estudo-almoço-cuidado-limpeza-família-atividade física”... e, por falar em atividade física, vamos à parte legal dessa fase doida... desde o início da quarentena,



**Ivana Paula de  
Oliveira  
Agostinho**

já começamos a estabelecer por aqui uma rotina de exercícios diários em família (circuito de funcional, mini-aula de krav magá, corridinhas leves, etc.), até que surgiu outra ideia: João Pedro (meu filho de 13 anos) ganhou do meu irmão uma bicicleta, daí eu e Doca (meu marido) animamos comprar pra gente também. Sendo assim, já estamos há quase dois meses saindo aos finais de semana para pedalar por aí, e cada dia é um passeio diferente, muito gostoso! É uma forma de estarmos juntos, sem “aglomerar”, e ao mesmo tempo praticar uma atividade física (com todos os cuidados, claro... esse brinquedinho é gostoso, mas também muito perigoso!). Além dos passeios de bike, venho também participando das aulas de yoga (cuidar da mente é importante!) e tentando manter de forma leve os exercícios diários.

E assim vamos seguindo, trabalhando, estudando, pedalando, limpando, cozinhando, aprendendo, cuidando de quem a gente ama e torcendo para que tudo isso passe logo.

Para finalizar, vou compartilhar alguns dos meus “aprendizados da quarentena”:

- apreciar o pôr do sol da minha varanda é algo muito gratificante, bem como acordar e olhar pra Serra do Curral (não tinha esse costume até então, pois normalmente não estava em casa ao final da tarde e sempre acordava já com o tempo “contado”);
- saborear um café da manhã com calma e em família faz bem à saúde;
- abraçar pessoas queridas é muito importante, e faz muita falta;
- dormir oito horas por dia deixa as pessoas mais bem-humoradas;
- passear livremente em praças e parques é um privilégio que só descobrimos quando somos impedidos de fazer isso;
- conviver com as pessoas que amamos é uma dádiva, e também faz muita falta;
- cozinhar e aprender novas receitas é gostoso demais;
- família e saúde é o que temos de mais importante nessa vida; e
- precisamos de bem menos que imaginamos para sermos felizes.

Vou me despedindo por aqui, deixando meu carinho a todos os colegas e torcendo para que possamos logo nos abraçar, passear, trabalhar “ao vivo”, conviver e agradecer por tudo que temos.

Forte abraço em cada um de vocês (virtual, mas de coração)!



## Alonso Faustino Maia

Era o dia 16 de março de 2020, segunda-feira, madrugada avermelhada; "Pulei" da cama às 3h30min para mais um trabalho em missão especial da CGU/MG na região metropolitana de Belo Horizonte, que teria seu início às 5h da manhã sem previsão de horário para encerramento, mas por volta das 14h já estávamos de volta à sede, eu, Adriana e Isabela Orzil, com o trabalho finalizado.

Na manhã do dia seguinte, terça-feira, 17 de março, partimos para o município de Teófilo Otoni (460 km de Belo Horizonte): eu, Aline e Karen Junqueira, também para um trabalho em missão especial programado para ocorrer até quinta-feira, 19 de março, cumprido dentro do cronograma determinado.

Então para mim, a partir da sexta-feira, 20 de março, primeiro dia do Outono e com ele a ocorrência do Equinócio de Outono, que do Latim significa "noites iguais" e sugere que "O equilíbrio que há entre o dia e a noite nos convida a colocar nossa vida em ordem e nos ajuda a lembrar das nossas prioridades", foi o início do "pesadelo" chamado COVID-19, a doença provocada pelo coronavírus e com ela as graves consequências que fizeram esse rastro de destruição pelo mundo.

Então o que fazer? Como seriam os dias seguintes? Até quando duraria esse cenário? E aí comecei a tentar colocar a minha vida em ordem e lembrar das minhas prioridades. Pensando que, antes, ficava na expectativa de um novo trabalho, mais uma viagem ou alguma atividade aqui mesmo em BH. Agora, eu que já viajei a mais de 600 dos 853 municípios mineiros, contados até 2010, ano em que numa faxina em casa essas anotações, acredito que por um descuido, foram para a lixeira. O tempo passa, mas permanecem muitas lembranças desses trabalhos com excelentes colegas aqui em Minas e outros estados a fora...; Dudu, que nos deixou precocemente, Luiz Henrique que também se foi e muitas boas lembranças deixou; os colegas que se aposentaram: Roberto, Cristiano, Maia, Zé César, Luiz Fernando (o cara) e recentemente a querida Isabel. Muitas viagens com Agostinho, Mário Diniz, Mário Lúcio, Cocó, Angélica, Denise, B Koch, Wagner, Rodolfo, Euler, Ageu, Sérgio, Adauto, Gambogi e muitos outros colegas. Até com a Tânia, que se juntou em 2018 à equipe, em missão especial. Sem contar as viagens com nossos queridos ex-chefes: Claudio, Luiz Alberto, Viégas e agora Breno com seus respectivos assessores.





**Alonso Faustino  
Maia**

Acredito que alguns de vocês que leem esse relato nem imaginam como são, apesar de cansativas, tão prazerosas essas viagens, pois nos proporcionam momentos realmente inimagináveis como travessias de rios em balsas, longos trechos em estrada de muita poeira, mas com a compensação das lindas vistas e até encontros com alguns animais silvestres. Enfim, é assim que chegamos até aos municípios mais distantes da nossa capital. Tenho grande satisfação e honra em conviver com todos da CGU.

Agora, confinado em casa, procuro seguir as medidas de proteção e as orientações de prevenção estabelecidas pelas autoridades da saúde. Faço o possível para aproveitar o momento da melhor maneira possível, sem estresse e com serenidade! Tentando tornar mais “light” a minha permanência aqui realizando atividades que não faziam parte do meu dia a dia.

Aqui em casa utilizo um quarto, com varanda, localizado na parte superior onde pela manhã, passei a tomar sol e praticar exercícios de alongamento por, pelo menos, durante meia hora por dia. Isso está me fazendo muito bem! E aqui mesmo preparei a minha estação de trabalho de onde realizei neste período cinco cursos online disponibilizados pela ENAP e FGV sugeridos pela chefia, além de outras demandas para as quais fui designado. Tenho um computador novo com monitor de 42” com excelente sinal de internet. Tablet, celular à mão, Spotify e Netflix para ajudar no “relax” no final do dia... E às vezes essa rotina é quebrada (graças a Deus) pela convocação de ida à CGU, geralmente, para conduzir nosso colega Edinho durante compras de EPI’S e também efetuar entregas de documentos em alguns órgãos em BH e região metropolitana, ou por algum outro motivo. Até para viagens em missão especial fui convocado em junho! A primeira delas para cidades do Rio de Janeiro, conduzindo nossos colegas Thiago e Isabela Orzil, já no outro carro conduzido pelo colega Edson, viajaram Diovana e Aline. Todos nós devidamente paramentados de óculos, máscaras, aventais e frascos com álcool em gel. Já a segunda viagem ocorreu no finalzinho do mês, dessa vez, para cidade do Sul de Minas, sob a coordenação de Thiago e Aline, seguindo os mesmos protocolos e orientações de segurança.





Tenho dois filhos que adoro, ambos casados! Daniel (Dani) o mais velho, que mora no Rio de Janeiro há três anos e que por conta da situação em que nos encontramos, só vi uma vez neste ano, no início de julho e o Danilo (Nilin), que é tratado assim carinhosamente por nós apesar do seu 1,83cm de altura. O Danilo mora aqui em BH no mesmo bairro que nós, a alguns quarteirões da minha casa. Os dois muito bem casados com minhas lindas noras Suelen (Su) e Michelle (Mi). “Eu e Rosângela as temos como nossas filhas”! Aqui em casa também mora o Tom, um manhoso gatinho que nasceu em 2012, enquanto no Rio o Dani e a Su têm o Jacob, “lindo” Buldogue francês, a quem chamo carinhosamente de “meu netinho”.

Tenho refletido bastante e comparado este período com a aposentadoria, já que me encontro em abono de permanência e já cumpri todas as exigências para aposentadoria voluntária. Ainda pretendo continuar por mais algum tempo, a menos que a Mega do Edinho me obrigue ao contrário!

Com desejo de que todos os colegas e seus familiares estejam passando bem e que possamos estar juntos presencialmente novamente em breve, me despeço com um forte abraço (virtual) a todos.

Até breve, se Deus quiser!!!!

**Alonso Faustino  
Maia**





## Moísa de Andrade

E 2020 começou como todos os anos...férias, viagem, retorno ao trabalho e as crianças em um novo ano na escola. Muito trabalho, muitas coisas planejadas, eventos, viagens, encontros....

Ouvia-se falar de um tal vírus na China, que começou a se espalhar. Europa, Estados Unidos e, de repente (pelo menos pra mim), Brasil. Era domingo, 15/03/2020, assistindo às notícias na televisão me dei conta de que realmente havia chegado. E com força total!

Na semana que se iniciou, as escolas pararam em BH, todo o comércio fechou e o ambiente trabalho foi levado para casa. Uma nova rotina se estabeleceu desde o primeiro dia. Com dois filhos sem escola e marido também trabalhando em casa, todos precisaram ser flexíveis e se adaptar. No início não foi fácil. Muitas mudanças e incertezas. Achei que fosse durar uns 30 dias, no máximo. Mas estou aqui...já se passaram 6 meses!

A escola se adaptou e está funcionando bem online. Meu trabalho, que eu sempre pensei que não daria para ser feito de casa, me surpreendeu. Tudo está andando muito bem. Sem horário para entrar e sair, estou trabalhando muito mais até. São inúmeras reuniões e conversas produtivas com colegas, interrompidas por: “mãe, tô com fome!” “mãe, posso jogar agora?” rrsrrs. Percebi que praticamente tudo pode ser feito online. As atividades de lazer também se adaptaram: academia - treino online, restaurantes - experimentar novas receitas em casa, shows - lives, cinema - Netflix, passear no parque - passear de carro...

Sinto falta de ficar sozinha, de sair de casa arrumada, de usar salto, da academia, de encontrar os colegas de trabalho, das conversas e risadas com eles. Falta dos abraços e até de levar e buscar os filhos na escola com trânsito.

A rotina se transformou para todos, mas ficou claro que somos adaptáveis. Basta querer! Acho que temos sempre que tirar o lado positivo das coisas e não ficarmos lamentando. Muitas pessoas perderam seus entes queridos, infelizmente, mas por aqui ganhamos muitos momentos em família, muitas conversas e risadas que ficarão na lembrança. É um momento construtivo e o mais importante é que estamos com saúde física e mental e a nossa família mais unida ainda!

Uma coisa é certa, 2020 vai terminar como um ano inesquecível!!!



**Leice Maria  
Garcia**

Muito difícil escrever sobre minha vida pessoal, fazer depoimento sobre como sinto ou vivencio determinada coisa. Mas vamos lá (...), onde mora a alma, nem sempre lugar de fácil acesso.

Como a maioria de vocês sabem, resido no que eu chamo de “paraíso”, em uma casa que me permite viver entre árvores, animais e a música constante do som da natureza. Desde o início de 2019, tenho trabalhado quase o tempo todo em PGD por aqui. Então, nenhuma novidade em integrar trabalho e vida particular.

Mas a pandemia me pegou com algumas novidades. Tinha rompido o ligamento do joelho direito em um jogo de vôlei e, logo em seguida, desenvolvi uma capsulite. Para quem não sabe, trata-se de enrijecimento da cápsula que envolve o úmero, impedindo o movimento rotatório do ombro. Sem causa identificável e sem tratamento possível, o caminho é esperar o problema passar, o que costuma ocorrer entre 6 meses a 1,5 ano. Foi o que me disse o médico.

Ficar sem poder correr e sem fazer Yoga foram dois aprendizados muito difíceis. Também ver meu companheiro Alexandre sair para as caminhadas, sem poder acompanhá-lo era um desafio, pois sempre fomos muito parceiros em nossas atividades físicas.

Mas quando a pandemia se fez mesmo presente, antecipando tempos muitos difíceis e enormes mudanças em nossas vidas, eu compreendi que talvez tivesse sido uma boa forma de as energias superiores me imporem uma antecipação do isolamento, construir uma chave de autopreservação. Também minha mãe, D. Nenzica, de 86 anos, tinha vindo para cá em início de janeiro para um tratamento médico. Isso também me pareceu uma ótima proteção. Então, sorri para o universo.

Mesmo sem estar nas melhores condições físicas, assumi a “lida” da casa, sem descumprir minha obrigação social de manter empregos, e voltei à cozinha para resgatar meus tempos de restaurante natural de Santa Tereza no Rio. Consegui sem problemas adequar essas mudanças com as metas pactuadas com o NAOP/MG, o trabalho com a sociedade civil porque tenho uma estrutura de trabalho muito bem constituída e uma disciplina interna já desenvolvida ao longo de anos de aprendizado.





**Leice Maria  
Garcia**

No entanto, duas dificuldades eram quase insuportáveis, imaginar o que poderia acontecer no Brasil, especialmente com a população menos favorecida, que é imensa neste país cheio de desigualdades, e conviver com a realidade da minha filha Tainá estar tão longe em um momento de nossas vidas tão arriscado, ainda que internamente esteja muito feliz com seu doutorado em curso na Alemanha. No meio disso tudo, lancei mão de várias pérolas que carrego comigo, sendo a melhor delas a meditação. Meditava pela manhã, no intervalo de almoço e à noite.

O tempo foi passando, a pandemia não atingiu o Brasil da forma como eu supunha e fiquei feliz e orgulhosa do SUS. Mesmo com a falta de postura e de seriedade de muitas autoridades, inclusive da autoridade máxima do país, ou de ficarmos sem um ministro da saúde em plena pandemia, não houve o genocídio anunciado. Vamos ter que estudar muito sobre isso! E aconteceu uma coisa incrível do lado do trabalho. O fato de todos estarem de home office fez com que a produtividade aumentasse muito. Isso tanto no meu trabalho na CGU, quanto na sociedade civil. De repente pessoas da sociedade civil estavam com horas e horas disponíveis. Além disso, aprendemos que podemos encontrar as pessoas ainda que seja à distância. Então senti um apaziguamento interno e enxerguei isso nas pessoas também.





**Rodrigo Ferreira de  
Paula**

A pandemia me pegou desprevenido. Em 16 de março de 2020, último dia do meu de trabalho presencial na CGU, tentei, em poucas horas, me organizar para um período de trabalho remoto de prazo totalmente desconhecido. Nunca havia executado atividades em PGD e tinha muitas dúvidas se conseguiria realizar o meu trabalho de casa. Naquele momento de incerteza, a sensação era semelhante à situação de guerra, em que uma pessoa está correndo para um abrigo para se proteger de um ataque inimigo.

Os primeiros dias realmente não foram fáceis. Necessidade de adaptação de ambientes, equipamentos e divisão de espaços, haja vista que a minha esposa também está em trabalho remoto e meus filhos com as aulas on-line.

Com relação ao trabalho, senti muita falta do contato diário com os colegas da CGU. Não tinha mais o cafezinho na copa! E a resenha do futebol! Às vezes, sentia muito solitário para tratar as questões do meu trabalho, apesar de conversar diariamente (telefone, e-mail, Teams, Whatsapp, Skype ...) com vários colegas.

À medida que os dias se passaram, as coisas foram se ajustando. Apesar das dificuldades das reuniões on-line, que realmente não substituem plenamente as discussões e trocas de informações presenciais, as tarefas foram se desenvolvendo sem uma perda significativa nos resultados. Percebi que a nova forma de trabalho, no meu caso, acabou melhorando o contato realizado entre a Regional com a CGU em Brasília. Inclusive, o trabalho remoto e as reuniões on-line permitiram uma maior participação das regionais nos assuntos tratados nos órgãos centrais. De forma geral, as pessoas ficaram mais disponíveis para o contato, estreitando o relacionamento, em especial entre unidades localizadas em estados ou municípios diferentes.





Rodrigo Ferreira  
de Paula

Quanto à rotina da minha casa, apesar das incertezas iniciais, todos foram se adaptando. Tivemos dificuldades sim. Mas percebemos, dentre outras coisas, que sair de casa para o lazer, apesar de fazer falta, não é uma situação que nos impede integralmente de compartilharmos momentos felizes. É lógico que ficamos tristes por não poder encontrar normalmente com nossos familiares e amigos. Mas, considerando as circunstâncias atuais, vejo que estamos conseguindo enfrentar essas limitações com muita força.

Está sendo um período de aprendizado para todos nós. E os piores momentos já passaram. Em breve, o mundo vai retornar à sua rotina e se recuperar dos prejuízos tanto emocionais como materiais decorrentes da pandemia. E estaremos mais fortes para enfrentar as adversidades.

Desejo a todos muita saúde e força. Logo estaremos juntos novamente. Grande Abraço!





## Márcio Almeida do Amaral

### À espera de um milagre

No início era o verbo, diz a Bíblia. A julgar pelo ano de 2020, no início era a pandemia. E no meio e no fim e desde sempre. Depois de meses (anos? eternidade?) a sensação é de atordoamento, de razão abalada e sentimentos trágicos. O que será do mundo? O que será do homem? O que será de nós? Abrimos a Caixa de Pandora, desafiamos os deuses e, como no mito grego, restou apenas – melhor seria dizer, pelo menos – a esperança.

Nos primeiros meses de isolamento, mantive-me ligado nas notícias, queria saber tudo o que se passava. As estatísticas e números desvelados incessantemente dia a dia eram naqueles idos um prenúncio ainda incerto do caos, e o desconhecimento do vírus, esse ser invisível e poderoso, aliado à dificuldade de dar prognósticos quanto à evolução da epidemia, sustentava a necessidade e o desejo de permanecer alerta. Cheguei até a começar um diário, que abandonei tempos depois diante da sucessão infundável da mesmice.

Com o passar do tempo - de manchete em manchete, opinião em opinião, desatino em desatino - veio o cansaço, a exaustão, a angústia e o desalento. Chega de aprofundar-me ativamente nas notícias (jornais televisivos, impressos, internet etc.), já basta o mundo absurdo que me chega sem ser convidado, dos ruídos pernósticos que confundem toda existência e jogam a nossa vida contra os vagalhões da ignorância e insensibilidade. Como nos proteger desse mar revoltoso? Como manter a sanidade e a crença de que, como dizia Fernando Sabino, no fim tudo dá certo e que, se ainda não deu certo, é porque não chegou ao fim? E de repente, uma questão leva a outra, a cabeça gira e me pego a pensar: o que é esse fim, qual sua importância, pois, se pensarmos bem, o que importa é a caminhada? De repente, a síntese das minhas crenças nas palavras do poeta: “Caminhante, não há caminho, o caminho se faz ao andar.”

No nível das coisas concretas, a roda continua a girar. A família tem que ser cuidada; o amor, nutrido; o trabalho, realizado. O desafio lançado pela pandemia nos reclama soluções e atitudes para problemas até então impensados, nunca vividos pelas gerações que floresceram com a avanço das ciências e da tecnologia. A comida tem que chegar na mesa; os serviços públicos têm que funcionar; os hospitais devem dar conta da COVID-19 e, vejamos só, de tudo o mais; as crianças têm que estudar; e o acesso às coisas importantes do mundo não pode ser interrompido. Mas, espere, estamos falando de quem mesmo?





## Márcio Almeida do Amaral

Da minha família e do meu espaço de certa forma protegido e privilegiado, a despeito de todos os efeitos perversos e indesejados que o ameaçam? É sedutor falar que estamos todos no mesmo barco, e isso pode ser verdade quando pensamos no poder destruidor do vírus e do que ele representa para a humanidade – essa abstração inalcançável –, porém tudo muda de figura quando lançamos nosso olhar para cada família, encarcerada nos recantos escondidos do mundo, e para cada indivíduo, recolhido ao seu universo particular. Isso me lembra Tolstói, que disse: todas as famílias felizes se parecem, cada família infeliz é infeliz a sua maneira. Não, de fato não estamos todos no mesmo barco.

Do ponto de vista pessoal, as perspectivas se misturam. O lado bom da história (normalmente sempre tem algum) é que tenho passado mais tempo (todo o tempo, diga-se de passagem) com a família, almoçado todos os dias com a minha mulher e meus filhos, conversado mais em horas improváveis, não agendadas ou calculadas. Adotamos uma gatinha de rua lindinha (independente e ativa como todo gato deve ser), assistimos programas e séries juntos, falamos do futuro, de vez em quando nos entretemos com jogos de tabuleiro. Um desses jogos chama-se Pandemic, de estilo cooperativo, em que os jogadores devem se unir para evitar a eclosão de uma epidemia mundo afora, porém o engraçado é que, nas vezes em que jogamos, não fomos capazes de evitar o desastre (coincidência, metáfora, não sei, mas creio que devemos continuar jogando e tentando).

O trabalho não foi totalmente comprometido, pois a experiência de realizar atividades de forma remota já não era novidade para a CGU, no entanto há ações que tiveram que ser postergadas, pelo fato de carecerem da presença e do contato pessoal. Isso leva à conclusão de que, na melhor das hipóteses, o mundo futuro será uma combinação inteligente do virtual com o presencial, de modo a aproveitar as possibilidades da tecnologia (e seus efeitos positivos sobre nossa vida) sem deixar de incorporar e alimentar nosso espírito gregário. No pior cenário, ficamos com a parte ruim, aquela que leva à alienação, superficialidade, indiferença ou desamparo.

O problema central da pandemia, que se entrelaça com todos os demais, é que somos seres sociais por natureza e nosso sistema político, econômico, o desenho das nossas sociedades e instituições, o formato de nossas famílias, nosso desejo de amizade e afeto (devidamente animado pelas emoções forjadas em nossas interações milenares), o rastro que deixamos com nossa movimentação pelo planeta não combinam com longos períodos de confinamento e isolamento social.





## Márcio Almeida do Amaral

Nesse contexto, difícil evitar a loucura, o delírio, a angústia, o desalento, a tendência à autodestruição, a fixação ou obsessão com o insignificante que ilusoriamente atua como válvula de escape, ponto de fuga... Por algum tempo, por vontade própria e deliberada, é possível isolar-se do mundo lá fora, mas não há como fugir de si mesmo.

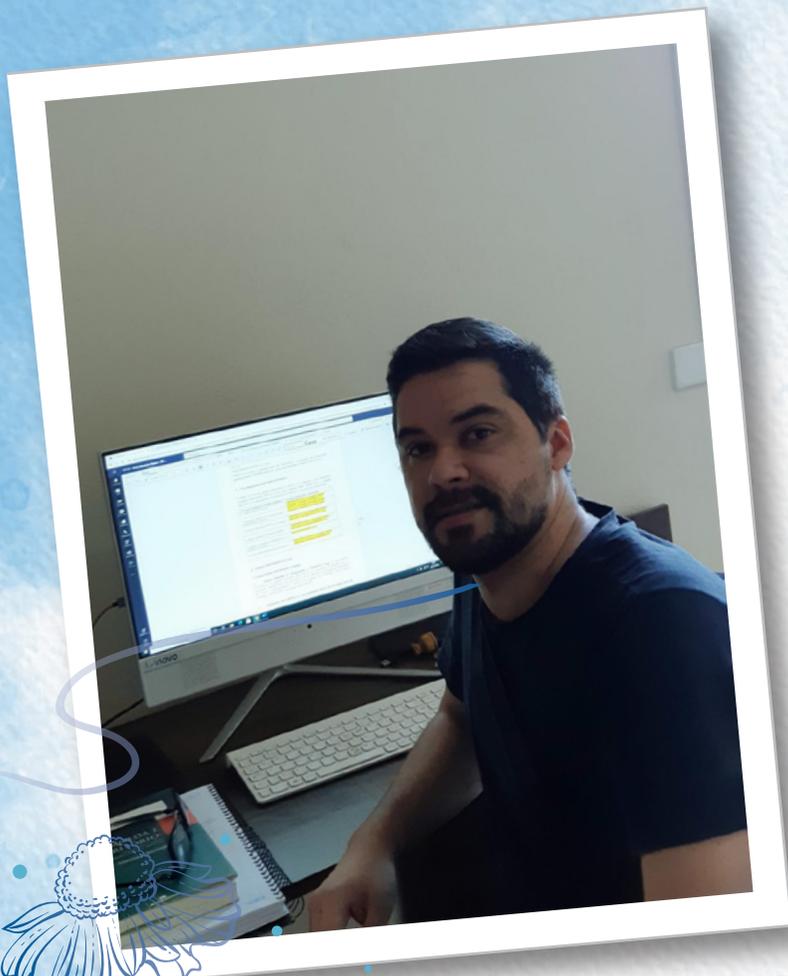
A história humana é um grande paradoxo e praticamente um assombroso milagre: a vida, do ponto de vista material, é muito melhor hoje, não somente em relação ao nosso passado longínquo como quando comparada com 200, 100 anos atrás. Vivemos mais e melhor.

Nossa curiosidade, nosso cérebro maleável e nossa capacidade de adaptação, de criar, imaginar e construir, a ciência, as invenções, a tecnologia nos tornaram viáveis até aqui, apesar... de nós mesmos, apesar... da nossa barbárie interior. Essa epidemia vai passar, outras surgirão e nossa vontade indômita vai continuar nos levando a buscar soluções para os problemas e obstáculos que se interpuserem em nosso caminho.

No momento estamos na expectativa da vacina, do milagre (?) da cura ou de um tratamento eficaz, ansiosos para retomar do ponto em que paramos, de no futuro olhar para trás e nos lembrar que abandonamos nossas promessas de nos tornar seres melhores no instante mesmo em que o pior ficou para trás.

Mas tudo bem, é ingenuidade considerar que podemos nos transformar radicalmente em função de um perigo à espreita ou de um pavor momentâneo (a mudança profunda exige muita dor, alto preço a pagar e muito tempo para depurar), porém quem sabe não sejam viáveis pequenas, sinceras e modestas mudanças, imperceptíveis, ainda que impactantes em algum lugar do tempo ou em algum momento do caminho, como esse invisível e sinistro vírus que virou o nosso mundo de cabeça para baixo.





**Remer Coelho  
Diniz Oliveira**

Iniciei o Home Office, em meados de março, através do Programa de Gestão de Demandas (PGD). O país apresentava os primeiros casos de Covid-19, culminando nas políticas de restrições às atividades cotidianas, a quarentena. Assim, o meu novo espaço de trabalho passou a ser algo familiar; minha casa. As distâncias que separavam as inúmeras atividades de rotina anularam-se, convergindo para o ambiente doméstico. O resultado foi a intensificação da ansiedade pela readequação das atividades, do tempo e, principalmente, a criação de limites nas relações sociais. O mundo havia aberto a “Caixa de Pandora”, em analogia ao mito grego.

Apesar disso, com o decorrer do tempo houve a adaptação. A pandemia provocou, de certo modo, a aceleração do processo de informatização das relações de trabalho. A presença física nos moldes prédio/sala/computador foi rompida. Com esse novo modelo organizacional, minha produtividade aumentou correlacionado a promoção da qualidade de vida, consequência da flexibilização do tempo e espaço. Assim, minhas atividades puderam ser intercaladas em Belo Horizonte e, em alguns dias, em Crucilândia, cidade natal. Além disso, a otimização permitiu retomar algumas leituras que foram deixadas de lado, bem como novos hobbies.

Por fim, o quadro pandêmico terminará, mas é cedo mensurar seus impactos. A história nos mostra que não é a primeira pandemia e que o mundo sempre esteve em constante mutação. Apesar disso, a “pausa” me fez refletir sobre nossas verdadeiras necessidades, valorizando velhos hábitos que nunca pensei ser objeto de restrições. O despertar daquilo que realmente importa.

Um grande abraço a todos e, até breve!



## Daniela Barbosa Junqueira

Lá no início, em meados de março, quando a quarentena começou, pensei que esse isolamento seria muito bem-vindo. Eu precisava descansar. Tirar férias do trânsito, da estrada, do engarrafamento que parece não ter fim. Afinal de contas, morar em Betim e trabalhar em Bh não é uma situação da mais favorável. Eu nunca conseguia prever ao certo a hora que eu chegaria ao trabalho e nem quando eu estaria de novo em casa, pois tudo dependia do trânsito e da boa vontade dos veículos em não estragarem na trincheira da Praça da Cemig. (Caro leitor, já reparou que quando um veículo precisa parar de funcionar isso acontece, para o meu desespero, sempre nesse local?).

Além disso, o home office me proporcionaria mais tempo com os meus filhos, Gael e Lara. Poderia acompanhar melhor as atividades do Gael na escola; veria de perto o dia a dia dos dois; apaziguaria, pelo menos era a intenção, as inúmeras brigas diárias; teria a chance de ensinar um vocabulário mais adequado quando dos xingamentos infantis (falhei completamente nesse quesito, pois escuto, quase todos os dias, frases delicadas como: “você é uma chata”, “sai daqui, Gael”, “você me irrita, Lara”, “não gosto mais nada de você” e “mamãe, Lara é muito pirracenta”). Bom, sigamos em frente.

O tempo foi passando e dias viraram meses. A pandemia lá fora se instalou um pouco aqui dentro. Duas crianças confinadas, sem saber ao certo como gastar a energia acumulada. Eles com energia de sobra, eu com energia de menos. Inventei brincadeiras, jogos, nave espacial de papelão, maquiagem facial, banho de mangueira, confecção de massinha artesanal. Minha cama virou pula pula, meus adornos decorativos foram quebrados pela bola do meu filho que tentou o chute certo na porta da cozinha (leia-se gol improvisado). “Mamãe, desculpa, quebrei seu vaso. Errei o gol”. Começou a aula on line do Gael.

Todos os dias da semana, das 13hs às 17hs. Entenda, **TODOS OS DIAS!** Virei professora. “Mamãe, me ajuda aqui”. “Mamãe, não sei fazer isso sozinho.” “Mamãeeeeee!” O choro da Lara, ao longo do dia, é um detalhe a parte presenciado por alguns colegas de trabalho. (Lembro-me da gentileza do Luiz Alberto que pacientemente, em uma chamada pelo Teams, me dava uma bela aula de excel quando a Lara iniciou o seu pranto em volume máximo e Luiz disse: “Dani, vai dar assistência para a Lara. Depois, continuamos.” Salve, Luiz!). Enfim, comecei a perceber que a frase mais dita ao longo de todo esse tempo foi “a mamãe precisa trabalhar”.





## Daniela Barbosa Junqueira

Olhando tudo o que passou, eu diria que ainda não me encontrei ao longo das horas. As horas me faltam. Não consegui implantar a sonhada rotina. Nem para mim e nem para os meninos. Meus dias são todos diferentes e é muito difícil, para não dizer impossível, programar algo com antecedência.

Talvez eu seja um ponto fora da curva ou, talvez, a minha linha seja mais torta do que deveria. Sinto isso quando vejo as pessoas se saindo bem nessa bagunça toda, pessoas que criaram uma rotina prática, que implementaram uma forma eficaz de trabalhar nesse novo contexto, que dão conta do recado mantendo a sanidade mental...

Eu trabalho um pouco pela manhã, picado nas horas da tarde quando tenho que dar uma de professora e ajudar o Gael na escola e muito na parte da noite quando eu deveria estar descansando e, muitas vezes, dormindo. No meio de tudo isso encaixa a Katrina (a Lara) que pede colo, beijos e atenção. Perdi a conta de quantas vezes trabalhei com ela no colo. Perdi a conta de quantas vezes tentei me esconder dela (perdão filha, eu amo você, mas preciso trabalhar também). Perdi a conta de quantas vezes ela me achou. Perdi a conta de quantas vezes ela caiu do sofá enquanto eu estava trabalhando (Katrina, lembra?).

Poderia me estender aqui, por longos parágrafos, descrevendo a rotina maluca da minha casa, descrevendo frases engraçadas (mas preocupantes quando ditas no meio de uma reunião) como “mamãe, vou fazer cocô, depois você me limpa?”, mas acho que já está de bom tamanho.

Agora, escondida em um quarto, numa mesa improvisada, escrevendo esse texto, me pego pensando que o equilíbrio parece ser o mais acertado para a vida. Que trabalhar em casa, mas também na CGU, seria o ideal. Nem somente aqui, nem sempre lá. Penso que o convívio com os colegas, as conversas, o café da manhã acompanhado, o almoço em bando, os abraços, apertos de mão, fazem a vida ser mais alegre e mais leve. Temos um ambiente muito legal na nossa Regional e isso é algo para se valorizar e sentir falta.

E eu sinto falta de todos e espero que possamos nos ver em breve. Espero que a gente possa ter o equilíbrio de volta. E os meninos? Penso também que um pouquinho de escola, ao longo do dia, seria um belo equilíbrio para a mamãe aqui que vos fala. Um abraço carinhoso a todos. Fim do sincericídio.



# AGRADECIMENTO

Me emociona profundamente cada um dos relatos trazidos por vocês, servidores e colaboradores da regional Minas Gerais, me fazem refletir e perceber que, apesar de todos os desafios, vocês mantem os vínculos de amizade, de afeto e de apoio. Me enche de orgulho perceber que apesar dos tempos difíceis, vocês desenvolveram um sentimento de gratidão à CGU, à possibilidade de trabalhar de casa e de estar “protegidos” no aconchego dos seus lares.

Essa conexão é tão verdadeira que repercute inclusive na qualidade dos trabalhos desenvolvidos pela regional, como pudemos reconhecer pelos destaques no Prêmio de Excelência 2020. Apesar das dificuldades, vocês fizeram a diferença para muitos brasileiros.

E se achávamos que 2021 seria mais tranquilo, estávamos enganados, a batalha continua... dessa vez somada ao cansaço do isolamento, às perdas, à saudade dos abraços e do “café com música”, que muitos de vocês relataram... e quando tudo isso se transformar em passado... fico com a certeza de que cada abraço, cada café e cada trabalho terá um significado ainda maior para cada um de vocês!! Meus sinceros agradecimentos por compartilharem conosco esses relatos...

**Simei Susã Spada**

Coordenadora-Geral de Gestão de Pessoas/CGU

De bem com a  
 VIDA

CONTROLADORIA-GERAL  
DA UNIÃO



PÁTRIA AMADA  
**BRASIL**  
GOVERNO FEDERAL

