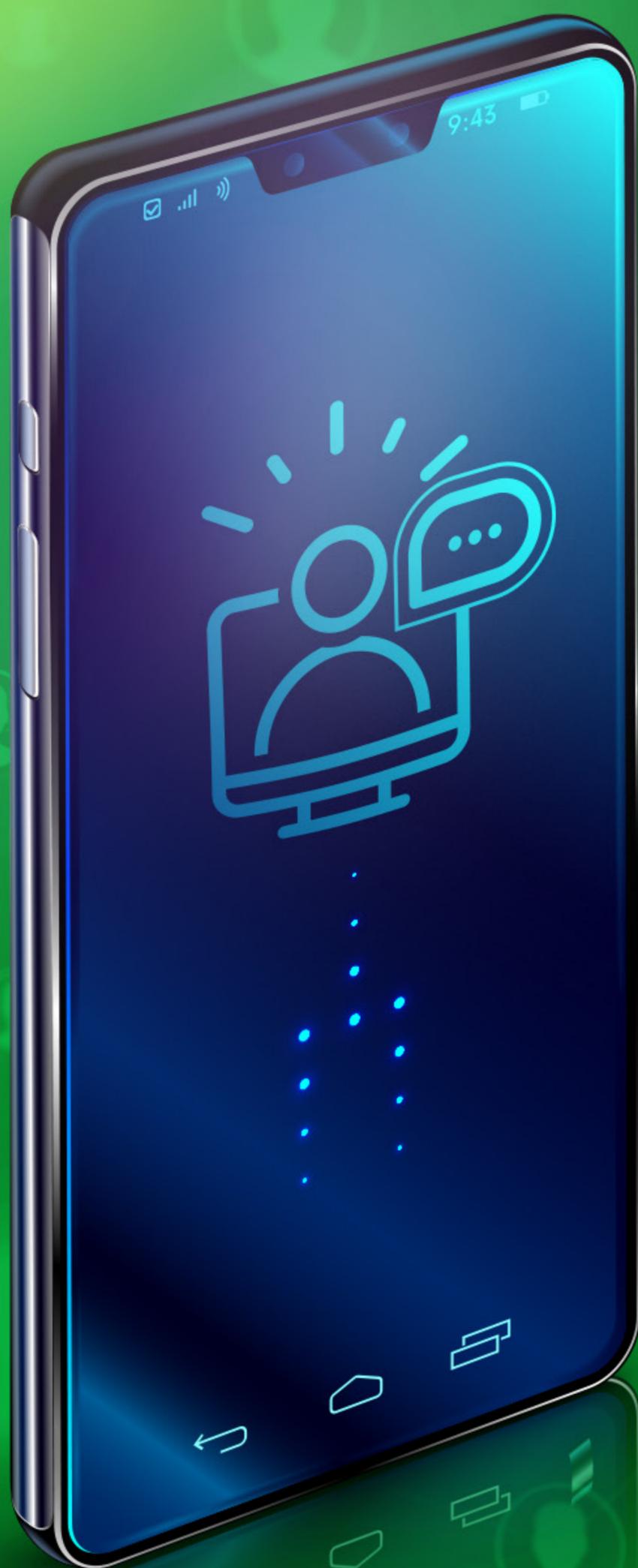


RECOMENDAÇÕES PARA  
OS PARTICIPANTES DE

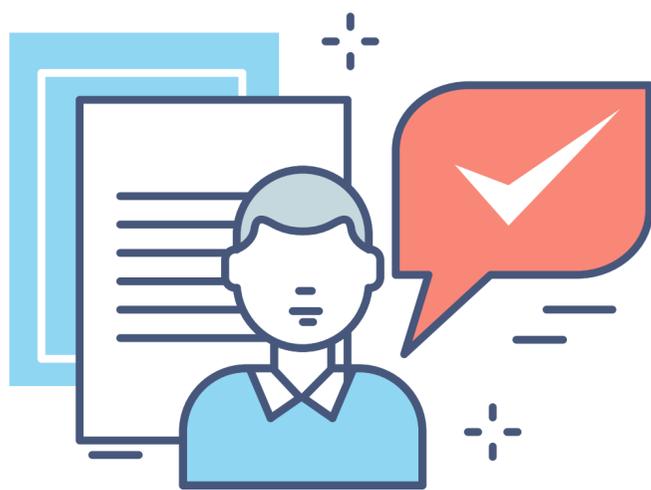
# REUNIÕES VIRTUAIS



Federação  
Espírita  
Brasileira

Conselho Federativo Nacional

## Antes:



- ✓ É importante pensar onde você estará durante a reunião.

Observe o seguinte:

- Escolha um lugar em sua casa com menos chance de você ser interrompido ou de haver qualquer tipo de som que possa interferir de alguma forma.

- Se for possível, treine antes da reunião a tecnologia que será usada.

- ✓ Em geral, os maiores problemas em reuniões virtuais estão relacionados ao uso incorreto das ferramentas. É natural não estarmos familiarizados com novos aplicativos e termos técnicos. Podemos enfrentar vários tipos de imprevistos. Por isso, a primeira coisa é ficar calmo e seguir essas dicas:

- Conecte-se alguns minutos antes.

Talvez seja necessário baixar algum aplicativo, fazer atualizações ou realizar configurações prévias.

- Verifique principalmente suas conexões de áudio e vídeo.
- Esteja preparado se você for fazer uso da palavra, mantendo suas informações à disposição, caso seja necessário compartilhar a tela ou outros recursos na sala.

---

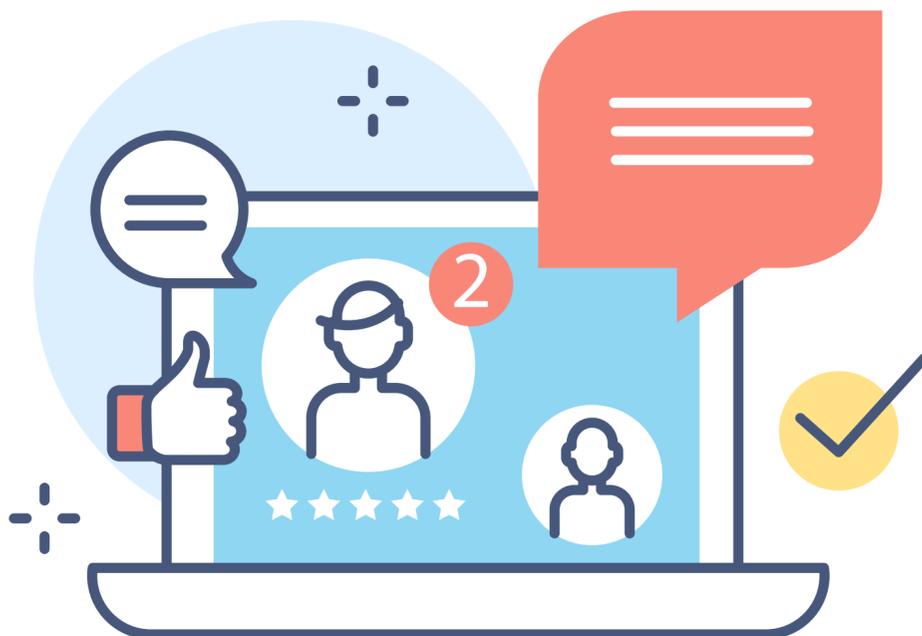
**Durante:**

- ✓ Uma boa conversa entre várias pessoas em um ambiente virtual é



um grande desafio. Sobreposição de ruídos, várias pessoas falando ao mesmo tempo, vozes em delay são alguns aspectos que podem prejudicar a experiência. Por isso, é fundamental:

- Silenciar o microfone se você não estiver com a palavra. Isso evita ruídos que podem atrapalhar a clareza da comunicação.
- Não interromper. Aguarde quem tem a palavra terminar de falar.



- Se você estiver com o vídeo habilitado e não estiver fazendo o uso da palavra, evite caminhar ou adotar posturas que desviem a atenção dos participantes.
- Prestar atenção! É comum responder e-mails, whatsapp ou fazer outras tarefas quando estamos trabalhando no computador. Evite distrações, a menos que seja indispensável.