

### **SEGURANÇA NO TRABALHO**

#### **"IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO DE ACIDENTES"**

A prevenção de acidentes é muito importante para manter a saúde do trabalhador e a segurança do ambiente. Inclusive, a forma como ela é estruturada e o quanto se investe nisso, também impacta na credibilidade da empresa perante o mercado. Portanto, tomar as medidas de segurança necessárias para evitar acidentes, é benéfico para todos os envolvidos na rotina. Dessa maneira, é importante atender aos critérios de fiscalização, garantindo a integridade de toda a equipe.

Fonte: <https://blog-pt.checklistfacil.com/>

### **SEGURANÇA NO TRÂNSITO**

#### **"FÉRIAS COM SEGURANÇA"**

- Faça uma revisão completa do veículo, observando a conservação de pneus, estepe, freios, faróis, limpador de para-brisa e outros equipamentos obrigatórios; - Antes de viajar, durma bem, faça refeições leves e nunca misture bebida e direção; - Dirija com atenção, obedecendo à sinalização da via; - Respeite a capacidade do veículo para que todos possam usar o cinto de segurança; - Transporte as crianças em equipamentos de retenção (cadeirinha ou assento elevado).

Fonte: <https://www.agenciabrasilia.df.gov.br/>



### **VOCÊ SABE...** Que a **TEMPERATURA**

**MAIS BAIXA** já registrada em um lugar habitado que não seja a Antártida foi de **67,7°C negativos**? O recorde aconteceu em Oymyakon, na Rússia, em 6 de fevereiro de 1933, de acordo com o Guinness Book, o livro dos recordes. Segundo a Organização Meteorológica Mundial, a mesma temperatura negativa foi registrada na cidade russa de Verkhoyansk, em 5 e 7 de fevereiro de 1892.

Fonte: <https://www.jornaljoca.com.br/voce-sabia-que-frio/>



### **MEIO AMBIENTE**

#### **"TIPOS DE MEIO AMBIENTE" - PARTE I**

Existem diferentes tipos de meio ambiente. Conhecer cada um deles e entender suas particularidades é importante para que realmente ocorra a preservação da natureza e da vida na terra. Os pesquisadores decidiram dividir o macro meio ambiente em 5 tipos distintos. São eles: - Natural; - Artificial; - Cultural; - Do trabalho; - Patrimônio Genético.

Fonte: <https://www.pensamentoverde.com.br>

### **FRASE**

"O homem joga sua saúde fora para conseguir dinheiro, depois, usa o dinheiro para reconquistá-la." **Autor: Confúcio**



### **SEGURANÇA NO LAR**

#### **"PISCINA"**

Deve ter cerca ou grade de proteção (com portão trancado), lona de cobertura e alarme. Em se tratando de uma piscina maior, em um sítio, **TENHA A CONVICÇÃO DE QUE NÃO HÁ NINGUÉM NA PISCINA ANTES DE ESVAZIÁ-LA**. O fluxo de sucção do ralo pode puxar uma criança para dentro do cano e matá-la, como infelizmente já ocorreu.

Fonte: <https://segurancadotrabalhonet.com.br/>



### **SAÚDE PREVENTIVA**

#### **"JULHO AMARELO: CAMPANHA ALERTA A POPULAÇÃO SOBRE O CÂNCER ÓSSEO"**

Segundo dados da Sociedade Brasileira de Cancerologia, o tumor ósseo representa 2% das patologias oncológicas no Brasil, com uma incidência de aproximadamente 2.700 casos novos por ano. Os principais tipos de câncer ósseo são os osteossarcomas, os sarcomas de Ewing e os condrossarcomas. A campanha Julho Amarelo visa a conscientização da população sobre o câncer nos ossos e a importância do diagnóstico precoce para um tratamento eficaz e assertivo. Geralmente o diagnóstico é feito através do exame clínico, exames de imagem e anatomopatológico (análise das células retiradas do tecido por biópsia). Ainda uma tomografia, ressonância magnética e cintilografia óssea para mapeamento e investigação complementar serão realizados.

Fonte: <https://iop.com.br/noticias>



### **NUTRIÇÃO**

#### **"CEBOLA E ALHO"**

Estudos comprovam que o alho e a cebola podem prevenir e tratar doenças como gripe, diabetes e até reduzir os riscos de câncer. Entre os carros-chefe nutricionais da cebola e do alho está o selênio, um poderoso antioxidante que fortalece o sistema imunológico e afasta o risco de tumores. Os dois também são ricos em vitamina C, outro agente antioxidante que combate infecções e aumenta as defesas do nosso organismo. Além disso, o alho e a cebola possuem boas doses de vitaminas do complexo B, importantes para combater o estresse e o desânimo.

Fonte: <https://www.minhavidacom.br/>



### **PORTUGUÊS**

#### **"AUMENTE SEU VOCABULÁRIO" - PARTE I**

- Tênuê = Frágil
- Perene = Duradouro
- Ardiloso = Esperto

Por: **Milton Moreira Lopes**/Fonte: **Revista Conexão Literatura**