

### **SEGURANÇA NO TRABALHO**

#### "PERCEPÇÃO DE RISCO"

A percepção de risco deve ser trabalhada no ambiente de trabalho com o objetivo de prevenir e evitar possíveis acidentes. Diversos fatores podem gerar acidentes de trabalho, como instalações mal higienizadas, falta de equipamentos de proteção adequados, falta de conhecimento por parte do trabalhador, entre outros. E a percepção destes riscos é algo fundamental para manter a segurança dos funcionários no local de trabalho. O treinamento dos funcionários é o que deve ser feito para que a percepção de riscos no ambiente possa acontecer de maneira natural. **Fonte: [www.conceitozen.com.br](http://www.conceitozen.com.br)**

### **SEGURANÇA NO TRÂNSITO**

#### "PREVENINDO ACIDENTES - PEDESTRES" PARTE II

- Atravesse sempre na faixa de pedestres e em passarelas, quando houver. Isso aumenta sua segurança e diminui o risco de acidentes. Onde não houver faixa, procure a esquina mais próxima e fique atento ao fluxo de veículos, aguardando até que seja possível a travessia;  
- Preste atenção ao passar por garagens e postos de combustível, lugares onde a entrada e saída de veículos é comum;  
- Quando não houver calçada, ande pelo canto da via no sentido contrário dos veículos. E quando acompanhado, ande em fila.

**Fonte: <http://www.transitoideal.com.br/>**



**VOCÊ SABE...** Que a **BOCA** abriga

**BACTÉRIAS** importantes? Estima-se que existam mais de 500 espécies de bactérias vivendo em nossa mucosa bucal para evitar a proliferação de novas bactérias e fungos. Entre as bactérias que vivem na boca, podemos citar: *Staphylococcus*, *Propionibacterium* e *Streptococcus*.

**Fonte: <https://brasilescola.uol.com.br/>**



### **MEIO AMBIENTE**

#### "JARDIM COM MATERIAL RECICLADO"

Usar objetos inusitados é uma ótima dica para enfeitar o jardim, utilizando materiais reciclados como aquela bota sem uso, panelas velhas e gastas que não servem mais na cozinha ou mesmo a bicicleta que já está meio enferrujada, e que pode ser um ótimo apoio para flores e plantas de várias espécies.

**Fonte: [www.decoracaoearte.com.br](http://www.decoracaoearte.com.br)**



### **FRASE**

"Tudo é possível. O impossível apenas demora mais."

**Autor: Dan Brown**



### **SEGURANÇA NO LAR**

#### "CORREDORES E ESCADAS"

- Os corredores devem ser iluminados, de dia e à noite, com piso antiderrapante, sem tapetes e outros objetos que atrapalhem a circulação;  
- Nas escadas, o corrimão deve ser desenvolvido para que seja de fácil e rápido acesso, não possuir arestas ou obstruções, e deve ser colocado nos **dois lados** da escada. Use grades ou portões de proteção no topo e na base.

**Fonte: [www.segurancadotrabalhonet.com.br](http://www.segurancadotrabalhonet.com.br)**



### **SAÚDE PREVENTIVA**

#### "JUNHO LARANJA: CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A ANEMIA E A LEUCEMIA"

- A anemia pode ser causada por diversos fatores, entre eles a falta de nutrientes como ferro, vitamina b12, ácido fólico, hemorragias agudas ou mesmo pela falha da produção de glóbulos vermelhos pela medula óssea. Sintomas: fraqueza, dificuldade de concentração, queda de cabelo, falta de ar e sonolência. - A leucemia está entre os principais tipos de câncer de sangue. No quadro de leucemia, os glóbulos brancos deixam de defender o corpo e são produzidos descontroladamente, acumulando-se na medula óssea e substituindo células saudáveis. Principais sintomas são: anemia, infecções constantes, sangramento das gengivas e pelo nariz, perda de peso sem motivo aparente, dores nos ossos e nas articulações, entre outros. Por isso consulte seu médico regularmente e faça check-up regular. **Fonte: [www.unimed.coop.br](http://www.unimed.coop.br)**



### **NUTRIÇÃO**

#### "O QUE É ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL?"

Uma alimentação saudável requer quantidades certas, sem exageros e também sem exclusões, e alimentos que forneçam ao corpo: proteínas, carboidratos, gorduras, fibras, cálcio, vitaminas e outros minerais. A diversidade de grãos, verduras, legumes e frutas deve fazer parte das refeições do dia a dia. É importante também evitar o consumo de alimentos industrializados. Na maioria das vezes, eles são compostos de substâncias que prejudicam o nosso organismo, como corantes, conservantes, sódio e açúcar em grandes quantidades.

**Fonte: [www.gssaude.com.br](http://www.gssaude.com.br)**



### **PORTUGUÊS**

#### "DUPLA GRAFIA" - PARTE II

Todas as palavras abaixo estão CORRETAS!

Verruga - Berruga

QUociente - Cociente

relampear - relampeJar

maribondo - mariMbondo

**Por: Milton Moreira Lopes/Fonte: Internet**