

SEGURANÇA NO TRABALHO

MANUSEIO DE CARGAS/ FALTA DE EXPERIÊNCIA – PARTE II

A falta de experiência no desenvolvimento de atividades ligadas ao manuseio de cargas pode provocar danos à saúde do colaborador. Isto porque a falta de experiência e conhecimento gera ações impróprias, elevando, assim, a exposição aos riscos.

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

SEGURANÇA NO TRÂNSITO

“EM UM CRUZAMENTO SEM SINAL NENHUM, QUEM TEM PREFERÊNCIA?”

Resposta consciente: A vida tem preferência, ou seja, ceda sempre aos neuróticos e seja feliz.

Resposta técnica: Quem vem de sua direita. Se você é que vai na direita do outro veículo, você tem a preferência.

Fonte: <http://www.consciencial.org/transito.html>

VOCÊ SABIA... Que as PESSOAS ENCOLHEM com a IDADE?

O Dr. Roger Haertl, chefe de cirurgia espinhal do Hospital New York-Presbiteryan afirma que as pessoas encolhem com a idade, na verdade elas perdem e recuperam até 2 cm diariamente. A degeneração da idade interfere no processo normal de recuperar altura, e aos 60 a perda de 5 cm não é incomum.

Fonte: www.noticias.terra.com.br/educacao/vocesabia

MEIO AMBIENTE **“REUTILIZAÇÃO E RECICLAGEM”**

- Seja solidário: doe roupas, sapatos e aparelhos que não usa mais. Eles podem ser úteis para outras pessoas.
- Conserte os eletroeletrônicos sempre que possível para evitar comprar novos e gerar mais lixo.
- Procure comprar produtos que permitam a reutilização das embalagens com refil.
- Utilize talheres, copos e pratos de louça. Os descartáveis geram lixo e demoram a se decompor.

Fonte: www.wwf.org.br

SEGURANÇA NO LAR

“CUIDADO NA LIMPEZA DO VENTILADOR”

O ventilador deve ser limpo pelo menos uma vez por semana, pois ele acumula pó. No entanto, apenas o básico deve ser feito em casa. Caso a limpeza se estenda para as partes internas do equipamento, é melhor levá-lo à assistência técnica. Para eliminar a sujeira dos ventiladores de mesa, deve-se desligá-los da tomada. Já os modelos de teto só podem ser limpos com a chave de energia da casa desligada. Em seguida, deve-se retirar a proteção sobre as hélices e limpar tudo apenas com um pano úmido.

Fonte: *Revista Compre Bem - Edição 561*

SAÚDE PREVENTIVA

“HIDRATE JÁ”

No verão, a alta temperatura faz com que você transpire mais e perca líquidos, necessitando de hidratação severa. Por isso, a indicação de tomar pelo menos 2 litros de água por dia deve ser seguida à risca. “O líquido hidrata e ajuda a eliminar as impurezas.”

Fonte: *Revista Compre Bem - Edição 561*

NUTRIÇÃO

“DÁ-LHE, SUCO!”

Além de saborosos e refrescantes, nutrem o organismo e mantêm a saúde.

Para evitar a prisão de ventre e facilitar a absorção de nutrientes pelo sistema digestivo, bata no liquidificador 2 cenouras médias, alguns ramos de espinafre e, em seguida, esprema 1 limão e misture. Esse suco possui grande quantidade de fibras, que melhoram a digestão.

Fonte: *Revista Compre Bem - Edição 561*

PORTUGUÊS

“USO DO HÍFEN”

Sem hífen...

PÃO DURO = pão endurecido.

Com hífen...

PÃO-DURO = pessoa avarenta

Por: **Milton Moreira Lopes**

FRASE

"Nós abriremos o livro. Suas páginas estão em branco. Nós vamos pôr palavras nele. O livro chama-se OPORTUNIDADE e seu primeiro capítulo é o DIA DE ANO NOVO." **Por: Edith L. Pierce**
Feliz 2025!