

### **SEGURANÇA NO TRABALHO**

#### **"MANUSEIO DE CARGAS" AMBIENTE DE TRABALHO – PARTE III**

Pisos escorregadios, superfícies instáveis e equipamentos impróprios para a realização de determinadas atividades também podem ser considerados fatores de risco no manuseio de cargas. Tão importante como o manuseio correto, os equipamentos devem ser apropriados tanto para o manuseio, como o transporte das cargas, de modo que proporcione segurança no desenvolvimento das atividades.

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

### **SEGURANÇA NO TRÂNSITO**

#### **"CUIDADOS DURANTE A CHUVA"**

- No trânsito, evite trafegar em pistas inundadas e alagadas;
- Pare o carro se a chuva estiver muito forte;
- Não tente atravessar enxurradas;
- Não se aproxime de cabos elétricos molhados ou arrebitados;
- Não permaneça em áreas abertas;
- Não se aproxime de cercas de arame, varais metálicos, linhas aéreas e trilhos;
- Nunca se abrigue debaixo de árvores isoladas;
- Evite estacionar próximo a árvores ou linhas de energia elétrica.

Fonte: <https://caratinga.mg.gov.br/>



**VOCÊ SABIA...** Que as chuvas são causadas pela ascensão do ar quente e úmido na atmosfera, onde o vapor d'água é condensado na presença de núcleos de condensação? O volume de chuvas é medido pelo pluviômetro. Ele é expresso em milímetros.

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

### **MEIO AMBIENTE**

#### **"O QUE É DESEQUILÍBRIO ECOLÓGICO?"**

A natureza demorou milhões de anos para equilibrar os ecossistemas. Porém, uma pequena mudança pode provocar o desequilíbrio ecológico. O desequilíbrio ecológico ocorre quando algum elemento (animal ou vegetal) de um ecossistema é reduzido em quantidade, adicionado ou subtraído. Esta mudança pode originar reações em cadeia e repercutir diretamente no funcionamento do ecossistema.

Fonte: [www.suapesquisa.com](http://www.suapesquisa.com)



### **SEGURANÇA NO LAR**

#### **"MANTENHA A FIAÇÃO ELÉTRICA EM ORDEM"**

Fiação elétrica com defeito é uma causa em potencial de acidentes domésticos. Se ela estiver danificada, pode causar curto-circuito e incêndio. Mantenha as instalações elétricas regulares e verifique periodicamente se existem cabos expostos ou danificados.

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



### **SAÚDE PREVENTIVA**

#### **"DIABETES"**

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, existem atualmente, no Brasil, mais de 13 milhões de pessoas vivendo com a doença, o que representa 6,9% da população nacional. A melhor forma de prevenir é praticando atividades físicas regularmente, mantendo uma alimentação saudável e evitando consumo de álcool, tabaco e outras drogas.

Fonte: <https://www.gov.br/saude/>



### **NUTRIÇÃO**

#### **"AÇÚCAR MASCADO"**

Quando comparado com a versão refinada, o açúcar mascado é mais saudável por conter mais minerais, como ferro, cálcio, selênio e potássio, e não possuir aditivos químicos como aqueles usados para clarear o açúcar durante o refinamento. O melado da cana-de-açúcar presente no açúcar mascado contém ferro e nutrientes que facilitam a absorção deste mineral, como frutose e cobre, podendo contribuir para a prevenção da anemia.

Fonte: <https://www.tuasaude.com/>



### **PORTUGUÊS**

**INSÍPIDO** = sem gosto

**INSOSSO** = sem sal

**INODORO** = sem cheiro

Por: Milton Moreira Lopes - Fonte: @juliocunhaneto



### **FRASE**

"O bom proveito das oportunidades vai depender da terra fértil que tivermos na mente, no coração e nas atitudes."

Autor: Prof. Gretz