

SEGURANÇA NO TRABALHO

"ORGANIZAÇÃO NO TRABALHO"

Manter a organização no trabalho reduz o estresse e melhora o bem-estar mental. Um ambiente estruturado facilita a produtividade e evita sobrecarga, contribuindo para um clima mais saudável e motivador. Pequenas ações como planejar tarefas e gerenciar o tempo fazem grande diferença no dia a dia profissional.

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

SEGURANÇA NO LAR

"ORGANIZAÇÃO NO LAR"

A organização no lar impacta diretamente o bem-estar emocional e a convivência familiar. Um ambiente arrumado reduz o estresse, melhora a concentração e até contribui para uma melhor qualidade do sono. Além disso, facilita as tarefas do dia a dia, economiza tempo e promove a colaboração entre os membros da família, fortalecendo os laços afetivos.

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

SEGURANÇA NO TRÂNSITO

"VEÍCULO LIMPO E ORGANIZADO"

Manter o veículo limpo e organizado vai muito além da estética, é uma questão de saúde, segurança e valorização do bem. A limpeza regular, tanto interna quanto externa, ajuda a preservar a pintura, evita o acúmulo de sujeira que pode causar danos aos componentes e melhora a experiência de condução. Internamente, a higienização elimina ácaros, fungos e bactérias que podem causar alergias e doenças respiratórias. A organização também contribui para a segurança, evitando que objetos soltos se tornem perigosos em caso de frenagens bruscas.

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

SAÚDE PREVENTIVA

"DICAS DE ORGANIZAÇÃO PREVENÇÃO DA SAÚDE MENTAL"

- Mantenha uma rotina: estabelecer horários reduz o estresse e a ansiedade. - Arrume seu espaço: ambientes organizados melhoram o foco e o bem-estar. - Priorize tarefas: planejar evita sobrecarga mental e aumenta a produtividade. - Faça pausas: intervalos ao longo do dia ajudam a equilibrar as emoções. - Cuide do sono: ter uma rotina de descanso estruturada favorece a saúde mental.

Fonte: <https://vidasaudavel.einstein.br/>

NUTRIÇÃO

"ORGANIZAÇÃO DOS ALIMENTOS"

A organização dos alimentos é essencial para garantir uma alimentação saudável, evitar desperdícios e facilitar o dia a dia. Planejar refeições, armazenar corretamente os ingredientes e preparar porções com antecedência ajuda a manter uma dieta equilibrada, economizar tempo e fazer escolhas mais conscientes. Além disso, essa prática promove a sustentabilidade ao reduzir o consumo de ultraprocessados e minimizar o desperdício de alimentos, evitando o descarte de produtos vencidos ou mal armazenados.

Fonte: <https://sistemasaudavel.com/>

VOCÊ SABIA... Que a **ORGANIZAÇÃO**

não é uma característica inata, mas sim uma habilidade que pode ser aprendida e desenvolvida? Muitas pessoas acreditam que algumas já nascem organizadas, enquanto outras estão fadadas à desorganização. No entanto, com prática e estratégias simples, qualquer um pode se tornar mais organizado.

Fonte: <https://tatianelucheis.com/>

MEIO AMBIENTE

"ORGANIZAÇÃO DO LIXO"

A organização do lixo é essencial para a preservação do meio ambiente, pois reduz significativamente os impactos negativos causados pelo descarte inadequado de resíduos. Separar corretamente o lixo permite a reciclagem de materiais reutilizáveis, diminui a extração de recursos naturais, economiza água e energia, e ainda prolonga a vida útil dos aterros sanitários. Quando o lixo não é tratado adequadamente, ele pode contaminar o solo, os lençóis freáticos e os oceanos, além de liberar gases tóxicos na atmosfera, agravando problemas como o aquecimento global.

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

PORTUGUÊS

"NÃO CONFUNDA!" – PARTE III

SALDAR com **SAUDAR**

Saldar = liquidar dívida

Saudar = cumprimentar

TACHAR com **TAXAR**

Tachar = acusar

Taxar = impor taxa

Por: **Milton Moreira Lopes** - Fonte: [@supermapasmentais](https://www.instagram.com/supermapasmentais)

FRASE

"A organização é a chave para a produtividade e a tranquilidade." **Autor: Peter Drucker**