

### SEGURANÇA NO TRABALHO

#### "DICAS PARA PREVENIR ACIDENTES E GARANTIR A SEGURANÇA NO TRABALHO"

**Não brinque em serviço:** O ambiente profissional exige atenção total. Brincadeiras ou distrações durante o expediente podem causar acidentes graves — especialmente em áreas com máquinas ou riscos físicos. A conscientização sobre o papel de cada colaborador é essencial para manter todos seguros.

**Pressa é inimiga da prevenção:** Executar tarefas com rapidez excessiva pode levar a erros e acidentes. Priorize a atenção e o cumprimento das normas de segurança.

Fonte: <https://www.soc.com.br/blog-de-sst/>

### SEGURANÇA NO TRÂNSITO

#### "SETA NÃO É OPCIONAL"

Usar a seta (luz indicadora de direção) é uma forma de comunicar suas intenções aos outros condutores, pedestres e ciclistas. Ela deve ser acionada antes de qualquer manobra lateral, como conversões, mudanças de faixa ou estacionamento. Essa sinalização permite que os demais usuários da via se preparem, reduzindo a velocidade, mantendo distância ou ajustando sua rota, e assim evita colisões e mal-entendidos.

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



**VOCÊ SABIA...** Que as cores

**VERMELHO, AMARELO e LARANJA** são os campeões do apetite? Essas cores quentes ativam áreas do cérebro ligadas à excitação e à urgência, o que pode aumentar a sensação de fome. É por isso que muitas redes de fast-food usam essas cores em seus logos e ambientes, elas estimulam o consumo rápido e impulsivo.

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

### MEIO AMBIENTE

#### "DESLIGUE O QUE NÃO ESTÁ EM USO"

Aparelhos em stand-by continuam consumindo energia. Retirar da tomada os eletrônicos que não estão sendo usados, ajuda a economizar e reduz o impacto ambiental.

**STAND-BY** é um modo de espera em que um aparelho eletrônico parece desligado, mas continua consumindo energia, estando sempre pronto para uso imediato

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



### SEGURANÇA NO LAR

#### "TAPETES SOLTOS SÃO ARMADILHAS SILENCIOSAS"

Use tapetes com antiderrapante ou fixe-os com fita adesiva dupla face para evitar escorregões e quedas, especialmente em casas com idosos ou crianças.

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



### SAÚDE PREVENTIVA

#### "CHECK-UP: NÃO É SÓ PARA QUANDO ALGO ESTÁ ERRADO"

Realizar exames periódicos ajuda a detectar doenças silenciosas antes que se tornem graves. Mesmo sem sintomas, o acompanhamento médico regular é essencial para manter a saúde em dia e garantir mais qualidade de vida.

Fonte: <https://blog.avatardasaude.com.br/>



### NUTRIÇÃO

#### "COMA O ARCO-ÍRIS TODOS OS DIAS"

Incluir alimentos de diferentes cores no prato — como vegetais verdes, frutas vermelhas, legumes alaranjados — garante uma variedade de nutrientes essenciais. Cada cor representa compostos diferentes que ajudam na imunidade, saúde da pele, visão e muito mais.

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



### PORTUGUÊS

#### "DIMINUTIVOS ESQUISITOS E CURIOSOS"

Raiz → Radícula

Cão → Canito

Dente → Dentículo

Homem → Homúnculo

Galo → Galispo

Flor → Flósculo

Pele → Película

Questão → Questiúncula

Corpo → Corpúsculo

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



### FRASE

"O que vale na vida não é o ponto de partida e sim a caminhada. Caminhando e semeando, no fim terás o que colher." **Autora: Cora Coralina**