



SEGURIDADE

NOTÍCIAS

Informativo Interno | Agosto 2023 - nº 209 - ano 18



ENTREVISTA



Pode parecer um pouco assustador ser pai de primeira viagem, mas o nosso colaborador Felipe tem tirado de letra essa grande aventura que é se tornar responsável por um anjinho.

Nessa edição entrevistaremos ele que se tornou pai a pouco tempo:



Nome: FELIPE DA SILVA SARMENTO (19 anos)
Filho Davi Pyetro Jesus da Silva Sarmento
07/05/2022 (01 ano) foi pai com 18 anos.

Posto: MITRA METROPOLITANA
Cidade: Balneário Camboriú - Filial Itajaí

Meu maior desafio quando me tornei pai foi me tornar mais responsável, maduro, reconhecer que a partir daí ele se tornou uma parte de mim. Me tornei mais paciente e incluí muito amor na rotina, amar o que você faz e fazê-lo com amor, é investir na qualidade de vida para o filho.

Quero que meu filho lembre mim como um guerreiro que lutou para dar uma vida ótima para ele. A motivação e a alegria que meu filho trouxe, melhorou meu desempenho no trabalho, tudo passa a ser por ele, olhar aquele rosto pela manhã me dá muita energia e força de vontade de vencer e prosperar para que ele tenha muito orgulho do pai no futuro!

CURIOSIDADE

Alemanha: No país, o dia dos pais é comemorado na data da ascensão de Jesus, que ocorre a partir do 40º dia após o feriado de páscoa. Aqui, os pais e filhos costumam comemorar ao ar livre, saindo às ruas para passeios, piqueniques, e muitas outras atividades.

FESTA DAS MEDALHAS

O Grupo Seguridade anualmente homenageia todos os colaboradores que completaram 10, 15, 20 e 25 anos de empresa, e nesse ano nossa comemoração será ainda mais especial, estaremos completando também 32 anos de fundação.

Nosso encontro com os colaboradores homenageados será celebrado no dia 28 de Outubro de 2023 com um almoço especial no Rudnick.

10 ANOS

HELENA DIAS DO ROSARIO
JANAINA DECHERING
CIRLEI NUNES
ODILO ISAQUE PINTO FERREIRA
ANA ROSA ANACLETO
MAICON ROGER CHRISTOFOLINI
ATIE IUNG
SIRLEI MENJON
WILLIAM ECHEL
ARONILDE SILVA ORTHMAN
SHEILA CEPellos
MARILENE GONCALVES FERREIRA
ELIANE ALVES DA SILVA
LOURDES OLIVEIRA DE LIMA

20 ANOS

ORIVALDO DOS SANTOS
SILVIO KAMMER
SERGIO ROBERTO SOARES
MARIA IZABEL ANDRADE DA SILVA
ANTONIO CARLOS FERREIRA
JOEL FERREIRA GUEDES
NILTO BORGONHA

15 ANOS

SUELEN DE MAGALHAES SHINIKI
VICENTE PEREIRA
JOAO CARLOS BRUCK MACEDO
PATRICIA DOS SANTOS FERREIRA
WAGNER SCHWARZ
PAULO GILBERTO FUCK

25 ANOS

TATIANE IBIRAPITANGA AMBROSIO
PAULO CEZAR MAISOTTI
CLAUDINEI JUVENCIO DA SILVA
LUCIMAR MOREIRA

30 ANOS

ROGERIO SIFERT
JOAO VALDIR RODRIGUES
PRISCILA IBIRAPITANGA AMBROSIO



ÓCULOS DE PROTEÇÃO

Os óculos de proteção fazem toda a diferença para a segurança dos olhos de trabalhadores em áreas de risco. Eles fazem parte dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs).

Durante a jornada de trabalho, alguns funcionários podem exercer funções que demandam atenção e cuidado, sendo assim, é vital conhecer um pouco mais sobre esse equipamento, além das suas principais características e pontos relevantes ao uso. Basicamente, os óculos de proteção têm a função de proteger os olhos de trabalhadores contra quedas de objetos, raios solares, partículas de materiais no ar (resíduos metálicos, cimento, poeiras etc.), dentre muitos outros. Há ambientes de trabalho que o uso dos óculos é obrigatório, pois há risco em sua totalidade.

Existem vários tipos/modelos de óculos de segurança, cada um específico para sua proteção, sendo elas:

- Radiação ultravioleta.
- Óculos soldador;
- Risco químico;
- Risco de impactos (sobrepôr os óculos de grau);
- Óculos com hastes reguláveis;
- Óculos Incolor;



“Proteja seus olhos, é o único par que você tem”

08/08 DIA NACIONAL DE PREVENÇÃO E CONTROLE DE COLESTEROL

Algumas pessoas acham o colesterol uma substância maléfica, mas não é bem assim, ele é primordial para o bom funcionamento do nosso corpo, desde que seus níveis estejam sempre controlados.

Quando diagnosticado com colesterol elevado, você deve consultar um ENDOCRINOLOGISTA para definir o risco cardiovascular individual e planejar um tratamento adequado.

Destacamos algumas coisas importantes que você precisa saber sobre Colesterol:

Ele é necessário ao organismo – O colesterol é um tipo de gordura que faz parte da estrutura das células do cérebro, nervos, músculos, pele, fígado, intestinos e coração, é importante para a formação de hormônios de vitamina D e ácidos biliares, que ajudam na digestão das gorduras da alimentação.

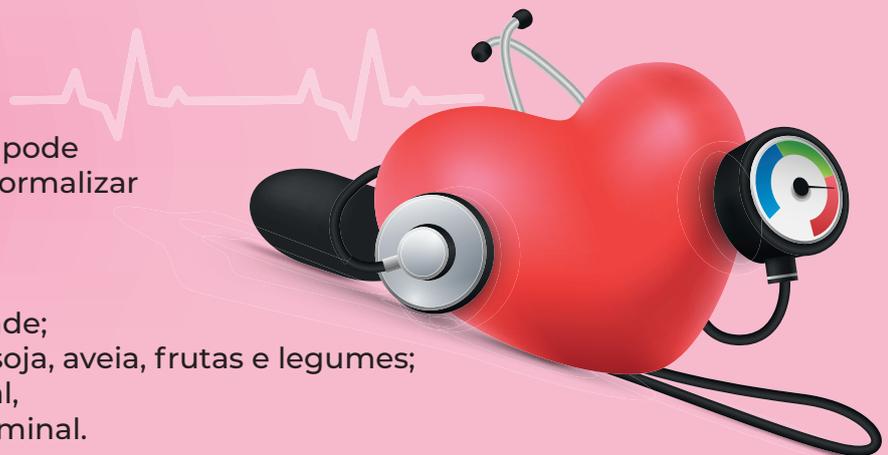
Excesso de colesterol ruim causa infarto e AVC (Acidente Vascular Cerebral) O colesterol que circula no sangue ligado a lipoproteínas são chamados de colesterol bom (HDL) e colesterol ruim (LDL).

Para diminuir o colesterol ruim:

- Praticar exercícios físicos;
- Ter uma alimentação saudável;
- Consultar um médico para avaliação, pois pode ser necessário tomar medicamentos para normalizar os níveis de colesterol LDL.

Para aumentar o colesterol bom:

- Praticar exercícios físicos de alta intensidade;
- Aumentar o consumo de abacate, nozes, soja, aveia, frutas e legumes;
- Perder peso, se estiver acima do peso ideal, especialmente se tiver muita gordura abdominal.





DIA NACIONAL DA SAÚDE

Data foi escolhida em homenagem ao médico Oswaldo Cruz

No dia 5 de agosto, comemora-se o Dia Nacional da Saúde no Brasil. A data que tem como objetivo conscientizar as pessoas sobre a importância da educação sanitária e a ter um estilo de vida mais saudável, foi escolhida em homenagem ao médico e sanitarista Oswaldo Gonçalves Cruz, que nasceu em 5 de agosto de 1872.

Oswaldo Cruz foi um importante personagem na história do combate e erradicação das epidemias da febre amarela, peste bubônica e a varíola no Brasil. Além de ter fundado em 1900 o Instituto Soroterápico Federal, transformado em 1908 em Instituto Oswaldo Cruz.

O Dia Nacional da Saúde foi oficializado e inserido no calendário oficial brasileiro através do Decreto de Lei nº 5.352, de 8 de novembro 1967, do Ministério da Saúde e da Educação e Cultura.

As ações implementadas nesse dia visam despertar valores relacionados a saúde, cuja definição vai muito além da ausência de doenças, pois está diretamente relacionada a presença de uma autêntica qualidade de vida no cotidiano da população. Ser saudável depende de uma série de fatores físicos e mentais que devem fazer parte da rotina de todos, como uma boa alimentação, privilegiando alimentos frescos em detrimento de alimentos processados e ultra processados, ingestão suficiente de água, a prática de atividades físicas, lazer e descanso.

AUMENTE A

SUA

IMUNIDADE

Confira nossas dicas para aumentar a imunidade e levar uma vida mais saudável!!



**FAÇA
REPOSIÇÃO DE
VITAMINAS**



**COMA
FRUTAS/
VEGETAIS**



**FAÇA
EXERCÍCIOS
TODOS OS
DIAS**



**BEBA
ÁGUA**



**DIMINUA
O ÁLCOOL**



DURMA BEM



DISCORD REDE SEM LEI

Fique alerta e assista o vídeo do DISCORD - Rede Sem Lei, plataforma completamente sem lei e sem segurança, onde usuários criminosos transmitem ao vivo violência física e emocional, fazem apologia ao Nazismo, Racismo e Misoginia.

Assista o vídeo que foi um pouco acelerado pra poder explicar toda a matéria pra vocês e conversem com seus filhos!

link: www.instagram.com/reel/CuHdKoCgSev/

Quer ficar por dentro de tudo que acontece pelo Brasil relacionado a golpes para se proteger? Siga @Priambrosio12 e @Seguridadeservicos e fique informado sobre as medidas de proteção para levar uma vida mais segura!



PROGRAMAÇÃO AGOSTO

Créditos do Vale Alimentação

Período Referência	Crédito
22/07 a 28/07	04/08
29/07 a 04/08	11/08
05/08 a 11/08	18/08
12/08 a 18/08	25/08
19/08 a 25/08	01/09



No ultimo dia 29/07 estivemos participando da 9ª edição da Feijoada do bem, evento que ocorreu no Joinville Square Garten.

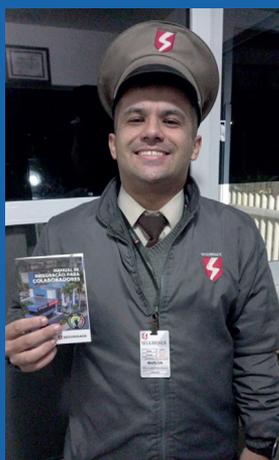
Foram arrecadados 190.000,00 e 5 entidades de Joinville foram beneficiadas: Instituto Raizes, Abrigo Animal, Adej, Rede feminina de combate ao câncer e CENEF. A Seguridade esteve presente como apoiador neste lindo evento!

TREINAMENTOS

Realizados em Julho



Litoral



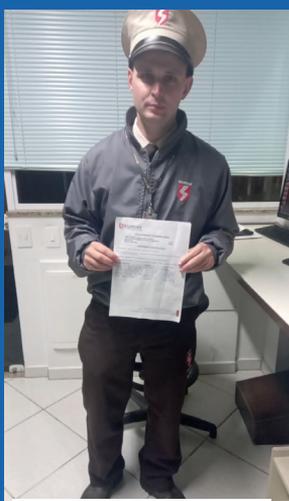
Litoral



Litoral



Joinville



Guaramirim



Joinville