

# NA ESTRADA COM VOCÊ!

Jornal Romestur

Fevereiro de 2022 Edição 2



## NESTA EDIÇÃO:

- Minha história com a Romestur - por Gilmar Guimarães.....01
- Fevereiro Roxo.....02
- Fevereiro Laranja.....02
- Cuidados na direção de acordo com as condições climáticas.....03
- Sejam bem vindos!.....03
- Aniversariantes do Mês.....03
- Contatos.....03



## MINHA HISTÓRIA COM A ROMESTUR



"Meu nome é Gilmar Aquino Guimarães, sou casado a 8 anos com a Vandeci e sou pai do Tales Henrique. Já trabalhei como servente, motorista de caminhão e hoje trabalho a mais de 10 anos como Motorista de ônibus na Romestur. Me identifiquei em trabalhar na Romestur porque é uma excelente empresa e eu gosto muito de trabalhar como motorista. Hoje eu trabalho com o objetivo de voltar para casa com segurança todos os dias para minha família. Agradeço a Romestur, a equipe e todos os amigos e por estar na estrada conduzindo as pessoas todos os dias."

## FEVEREIRO LARANJA

Nós da Romestur apoiamos a campanha “Fevereiro Laranja”, buscando conscientizar as pessoas sobre a leucemia e a importância da doação de medula óssea. A leucemia é um tipo de câncer que causa o crescimento acelerado e anormal nas células do sangue, responsáveis pela defesa do organismo, os leucócitos. O diagnóstico precoce e o tratamento adequado são os melhores caminhos. Os especialistas alertam para sintomas como anemia, cansaço e fadiga, queda de imunidade, baixa na contagem de plaquetas (hemograma), infecção, febre, hematomas e sangramentos espontâneos nas gengivas ou no nariz. Após o controle da doença, se necessário, é realizado o transplante de medula óssea. O transplante não ocorre por processo cirúrgico e pode ser realizado com células saudáveis do próprio paciente ou com as células de um doador, através da retirada de um pouco da medula óssea pelo osso da bacia com uma agulha. A doação é muito importante, pois a cada cem mil pacientes, apenas um doador é compatível. Devido a essa estatística, quanto mais doadores tiver, maiores serão as probabilidades de compatibilidade entre as pessoas e também as possibilidades de cura.

**Portanto, cuide-se! Seja você também um doador de medula óssea!**

## FEVEREIRO ROXO

Alzheimer, lúpus e fibromialgia são doenças diferentes, mas que apresentam um ponto em comum: são doenças crônicas. A Campanha Fevereiro Roxo vem para nos conscientizar para que estas sejam identificadas ainda na fase inicial, onde seus sintomas ainda podem ser controlados ou retardados, em prol de uma melhor qualidade de vida. Vamos entender um pouco mais sobre cada uma? Confira:

**Alzheimer:** é um transtorno neurodegenerativo progressivo que se manifesta pela deterioração cognitiva e da memória, além do comprometimento progressivo das atividades de vida diária. Seu sintoma mais característico é a perda de memória recente. Com a progressão da doença há também a perda de memória remota, irritabilidade, falhas na linguagem, prejuízo na capacidade de se orientar no espaço e no tempo.

**Lúpus:** é uma doença inflamatória autoimune, que pode afetar múltiplos órgãos e tecidos como: pele, articulações, rins e cérebro. Em casos mais graves, pode levar o indivíduo à morte. Seus sintomas mais comuns são: fadiga; febre; dor nas articulações; rigidez muscular e inchaços; vermelhidão na face sobre as bochechas e a ponta do nariz ou generalizado, podendo piorar com a luz do sol.

**Fibromialgia:** é uma condição que se caracteriza por dor muscular generalizada, crônica, mas que não apresenta evidência de inflamação nos locais de dor. Acompanhada de sintomas como sono não reparador e cansaço, podendo haver também distúrbios do humor como ansiedade e depressão e alterações da concentração e de memória.

**Não negligencie os sintomas. Ao sinal de qualquer alteração ou mal estar busque um especialista para realizar o tratamento adequado.**

## CUIDADOS NA DIREÇÃO DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLIMÁTICAS

Seja no exercício do trabalho ou nos seus trajetos pessoais, fique sempre atento, pois algumas condições climáticas afetam a dirigibilidade e exigem uma atenção redobrada do motorista. Entre as principais, estão:



**Chuva:** principalmente em grandes volumes, a chuva reduz a visibilidade, deixa a pista molhada, escorregadia e pode ocasionar a perda da aderência do pneu com o solo (aquaplanagem). Neste cenário busque aumentar a distância do veículo à sua frente, reduzir a velocidade e manter os faróis acesos. Lembrando, também, de estar com as palhetas dos limpadores de para-brisa e pneus sempre em bom estado de conservação, e o desembaçador funcionando.



**Neblina:** assim como a chuva, a neblina também prejudica a visibilidade do motorista e deixa a pista molhada. Por isso, é recomendado que nesses casos ligar a luz baixa e o farol de neblina, se o veículo possuir, reduzir a velocidade e manter sempre uma distância segura dos outros veículos.



**Luz solar:** em determinadas horas do dia, a inclinação do sol tende a ofuscar a visão dos motoristas. Nessas condições, utilize o quebra sol do carro ou um óculos de sol, como forma de proteger os olhos da incidência direta dos raios, diminua a velocidade e, caso esteja com dificuldades em enxergar a rua, tome como referência a faixa lateral da pista.

Com motoristas prudentes nas ruas, praticando a direção defensiva, o trânsito se torna muito mais seguro para todos. E aí, vamos fazer a diferença no trânsito?

### Bem vindos ao time!

Celebramos os colaboradores recém admitidos na equipe da Romestur:

- Agmar da Silva Rocha - Motorista
- Erika Lilian Paulo Barbosa da Silveira - Supervisora Administrativa
- Reene Rosa Martins - Motorista

### ANIVERSARIANTES DO MÊS



- Salvador Márcio Moreira - 05/02
- Antônio Maria Guimarães - 08/02
- Sérgio Marcos Santiago - 09/02
- Breno Lucas Santana Rocha - 16/02
- Vanderlei Teodoro da Silva - 20/02
- Edson Aparecido Pereira - 22/02

## ONDE NOS ENCONTRAR?

**Romestur: Mais de 10 anos transportando pessoas e conduzindo sonhos!**

Avenida Antônio Francisco Lisboa, 210 - Centro - Ouro Branco - MG- CEP: 36.420-000 TEL.: (31)9 8903-1222 - 3742-2719c-romestur@romestur.com.br

### Expediente do Jornal:

GEAR Serviços: Gestão e Estratégia Alinhadas para Resultados em Serviços de Comunicação e Propaganda Ltda.

Conselheiro Lafaiete - MG TEL.: (31) 9 8813-0299 - contato@gearservicos.com

