



SEGURANÇA NEWS

ABRIL 2018

edição 04/18

Ferrari Consultoria e Treinamento



PRODUTOS PERIGOSOS

Cidade de São Paulo exige relatório de expedidores de Produtos Perigosos.

O Decreto Municipal nº 50.446/09, Capítulo X, Art. 19º, prevê que todas as empresas expedidoras de produtos perigosos devem encaminhar anualmente, entre os meses de janeiro e março, os formulários contendo informações sobre fluxo de produtos perigosos embarcados ou transitados nas vias públicas da cidade de São Paulo no ano anterior.

Os relatórios devem indicar:

- Fluxo dos produtos perigosos do ano anterior;
- Nome e classificação dos produtos transportados;
- Volume anual de produtos transportados;
- Esquemas de atendimento de emergência relacionando os recursos humanos, materiais disponíveis e o sistema de acionamento.



SEGURANÇA NO TRABALHO

"NÃO SE EXPONHA AO RISCO"

Acidentes acontecem frequentemente por plena imprudência do trabalhador. Se alguma situação próxima a você demonstra perigo iminente, não se aproxime. Não acesse locais aos quais você não tem autorização prévia para estar ali ou fique próximo de áreas e equipamentos para os quais você não tenha um treinamento qualificado.



SEGURANÇA NO TRÂNSITO

"POSTURA AO DIRIGIR"

O banco do veículo deve ter uma inclinação pequena. A coluna deve estar totalmente apoiada no encosto e a altura do banco e sua aproximação em relação ao painel devem permitir que os pés alcancem os pedais sem esforço. O encosto da cabeça deve permitir que haja uma distribuição do peso da cabeça entre o pescoço e o encosto, evitando a sobrecarga da coluna cervical e ombros. Os braços devem ficar ligeiramente dobrados. O volante não pode ficar encostado nas pernas e não pode estar muito distante, a ponto de os braços ficarem estendidos demais. **Fonte:** <http://www.saopaulo.sp.gov.br/>



VOCÊ SABE os nomes dos DEDOS

DAS MÃOS ? - Polegar - dedão, positivo ou mata-piolho; - Indicador - apontador ou fura-bolo; - Dedo médio - dedo do meio ou pai -de - todos; - Dedo anelar - anelar ou anular; - Dedo mínimo – dedinho ou mindinho.



FRASE

"Vencer por meios que não acredito me trazem resultados que não preciso." **Autor:** Mahatma Gandhi



MEIO AMBIENTE

"CUIDE DO MEIO AMBIENTE NO DIA A DIA"

- **Converse com seus vizinhos** para que a atitude sustentável de vocês seja mais efetiva. Conjuntamente, acumule o maior volume possível de material reciclável e contate uma cooperativa ou recicladora.



SEGURANÇA NO LAR - "FOGÃO"

Sempre vire os cabos das panelas para o lado de dentro. A porta do forno deve ter uma trava para que uma criança não suba na porta quando estiver aberta. A criança se queimaria se tocasse na porta do forno? Então, coloque uma proteção para que não possa tocar na porta quente.



SAÚDE PREVENTIVA - "POTÁSSIO"

A falta de potássio no organismo (hipocalêmia) pode levar à perda de apetite, fraqueza constante, câimbras musculares, náuseas e vômitos, aumento do açúcar no sangue, dificuldade para respirar e arritmias cardíacas, E outros. Procure um médico se esses sintomas surgirem.



NUTRIÇÃO

"ALIMENTOS RICOS EM POTÁSSIO"

Veja outros alimentos, além da banana, ricos no nutriente:

- **Folhas verdes:** uma xícara de acelga cozida tem 961 miligramas de potássio, mais do que o dobro do que uma banana média. A mesma porção de espinafre contabiliza 839 miligramas, enquanto uma xícara de folha de beterraba também cozida tem mais do que 1.300 miligramas;
- **Batata:** uma batata média tem 751 miligramas de potássio. Uma batata doce de tamanho médio também apresenta mais de 540 miligramas, além de ter o antioxidante betacaroteno;
- **Uvas passas:** pacotes pequenos com uvas passas têm 322 miligramas de potássio. **Fonte:** <https://www.terra.com.br>



PORTUGUÊS - "PONTO DE EXCLAMAÇÃO"

O ponto de exclamação, também conhecido como ponto de admiração (!), é um sinal de pontuação normalmente utilizado após uma interjeição ou no fim de uma frase. É usado para indicar uma expressão, para enfatizar alguma coisa, ou para identificação de sentimentos fortes ou de volume alto (gritos), e tem a função de representar, por escrito, a entonação de exclamação de um enunciado. - Puxa! - Que sorvete gostoso! - Até que enfim! - Desista! - Siga-me! Não desista! - Não me siga!

Fernando Ferrari
Tec. de Segurança do Trabalho
30/04/2018

Ferrari Consultoria e Treinamento LTDA

Rua – Reynaldo da Silva, nº 07, Vale Verde, Valinhos – SP – CEP 13279-034

e-mail – ferrari.treinamento@terra.com.br

fone – 19 – 9 9765-5745

Site – www.ferrari-sesmtma.com