



VIROSES

PREVENÇÃO É O MELHOR REMÉDIO... SEMPRE!

Este ano, a circulação do novo Corona Vírus pegou o mundo de forma surpreendente. É preciso se prevenir! Algumas mudanças simples de hábitos no seu dia a dia, podem ajudar muito no combate a esse, que pode trazer complicações à saúde. Confira dicas do Ministério da Saúde:



LAVE SEMPRE AS MÃOS com água e sabão. Evite levar as mãos ao rosto (principalmente à boca).



Se puder, ande sempre com **ÁLCOOL EM GEL** para **LIMPAR AS MÃOS**.



NÃO COMPARTILHE UTENSÍLIOS DE USO PESSOAL (como toalhas, copos, talheres e travesseiros).



SEM CONTATO FÍSICO
(beijo, abraço e aperto de mão)



MANTENHA HÁBITOS SAUDÁVEIS.
Alimente-se bem e coma verduras e frutas. Beba bastante água!



UTILIZE MÁSCARAS
quando necessário.

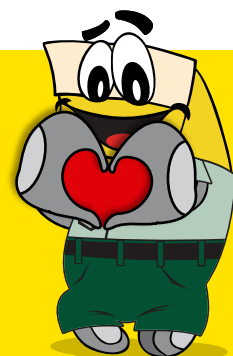
Se precisar de esclarecimento nosso serviço médico está a sua disposição!

Queremos registrar nossa admiração e gratidão a todos os nossos profissionais que estão na linha de frente levando aos seus destinos as pessoas que estão cuidando da produção, do abastecimento e da saúde de toda a população. Sem vocês o país já teria parado e todos nós estaríamos em pior situação.

Vocês merecem todos os aplausos!

Como tudo na vida, essa crise vai passar e se adotarmos as recomendações divulgadas estaremos protegidos desse inimigo silencioso.

Que deus nos abençoe, ilumine e proteja.



DIA INTERNACIONAL DA MULHER

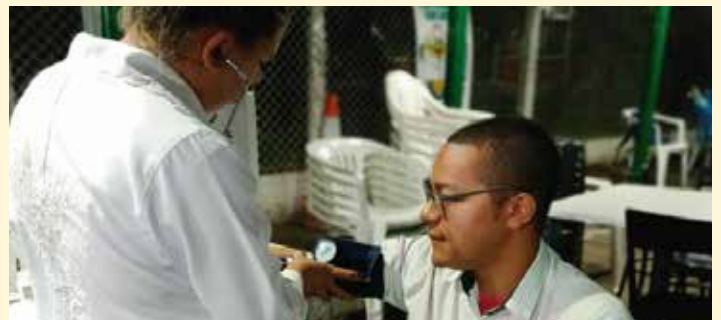
No último dia 05 de março, a Itamaracá Transportes homenageou as mulheres da empresa com um café da manhã especial. Além do mimo oferecido pelo Conorte e Empresa, para o cuidado diário, as mulheres ganharam um SPA Facial e maquiagem, oferecida pela Consultora Sandra Trajano, da Mary Kay.



CAFÉ EXPRESSO SAÚDE

Das 20h do dia 12 até às 08h do dia 13 de março, foi realizado o Café Expresso Saúde, com foco na prevenção ao Corona Vírus. A equipe do SESMT, RH, gestores e funcionários voluntários conscientizaram as equipes para a melhor forma de enfrentamento desse momento crítico.

Aos operadores, equipe mais exposta, foram ensinadas formas de proteção e orientações a serem passadas para os clientes. A ideia foi apropriá-los como embaixadores da causa. Durante todo o evento foram servidos frutas, sucos, água saborizada e café com leite. Todos receberam álcool em gel e cartão explicativo sobre o Corona.



ENTREGA DE ATESTADOS

Para melhorar nosso Programa de Saúde Preventiva, os atestados devem ser entregues apenas ao Médico do Trabalho, nos seguintes horários:

2ª, 4ª e 6ª
DAS 13 ÀS 19H

3ª e 5ª
DAS 6 ÀS 12H

Atestados nos sábados, domingos e feriados, deverão ser entregues no dia útil seguinte.



APROVEITE A QUARENTENA PARA SE APRIMORAR

O SEST SENAT ESTÁ COM TODOS OS CURSOS DE SUA PLATAFORMA COM ACESSO GRATUITO. NÃO PERCA ESSA OPORTUNIDADE! INVISTA ESSE TEMPO EM VOCÊ MESMO.

acesse: ead.sestsenat.org.br

