

**Segunda – Feira**

**TEMA: DICAS DE REDUÇÃO DE CONSUMO DE ENERGIA**



O setor industrial é responsável por uma expressiva fração de consumo de energia. Portanto, espera-se que essa energia seja utilizada de forma racional, de forma a obter uma economia expressiva, portanto segue abaixo algumas dicas:

Os aparelhos em modo stand-by também consomem energia, o melhor é tirá-los da tomada quando não estiverem em uso; Computador, Ventilador, Fontes de Ar Comprimido não deixar ligado quando se ausentar por um período longo, principalmente nos fins de semanas devem estar desligados, com os plugs fora das tomadas, e as válvulas fechadas; Aproveite a iluminação natural, apague as lâmpadas que estão próximas as portas e janelas durante o dia; Em locais onde houver muitas lâmpadas acesas, verifique a possibilidade do desligamento alternado; Desliguem as lâmpadas de ambiente não ocupados, salvo aquelas que contribuem para a segurança.

**Terça - Feira**

**TEMA: NINGUÉM DESEJA CULPAR NINGUÉM**



As inspeções de rotina de segurança e os acompanhamentos das recomendações de inspeção são preparadas para identificar e eliminar condições muito perigosas, todos os maus hábitos de trabalho, todas as peças defeituosas do equipamento, antes que alguém se machuque. Lembre-se, não estamos atrás da cabeça de ninguém. Não estamos querendo colocar alguém na berlinda. Apenas queremos impedir acidentes antes que algum de nós se machuque. **Avisar para sua liderança, supervisão e Segurança do Trabalho sobre as condições inseguras e atitudes inseguras praticadas na sua área, desta forma conseguiremos eliminar grande parte dos riscos.**

**Quarta - Feira**

**TEMA: COLETA SELETIVA**



O lixo é uma realidade e está presente no nosso dia a dia e vale lembrar e vale lembrar que em muitos casos o lixo gera riqueza, sustenta famílias, desde que façamos nossa parte reaproveitando e separando o lixo de forma adequada. Os diferentes recipientes em que os materiais serão coletados são identificados por cores, desta forma: **Azul:** Papelão/papel; **Vermelho:** plástico; **Verde:** vidro; **Amarelo:** metal; **Preto:** Madeira; **Laranja:** resíduos perigosos; **Branco:** resíduos ambulatoriais e de serviços de saúde; **Roxo:** resíduos radioativos; **Marron:** resíduos orgânicos; **Cinza:** resíduo geral não reciclável, ou contaminado não passivo de separação.

**Quinta - Feira**

**TEMA: ORGANIZE SEU AMBIENTE DE TRABALHO**



Esse passo é difícil para alguns e me incluo neles. É fundamental manter o ambiente de trabalho organizado, seja ele qual for. Uma pessoa organizada passa uma impressão de ser bom profissional e todos valorizam isso. Um ambiente organizado é um ambiente mais leve e gostoso de passar o dia..

**Sexta - Feira**

**TEMA: CUIDANDO DA SUA POSTURA**



Nunca podemos esquecer o valor de um **corpo** são e uma coluna saudável. Sendo assim, **ao transportar uma carga devemos observar:** Peso, forma, volume, tipo, condições gerais; Posicionar-se sempre próximo a carga; Não torcer o corpo para pegar ou movimentar cargas; Usar sempre a musculatura das pernas para erguer a carga, os pés levemente separados e o corpo equilibrado; Mantenha a carga sempre que possível perto do corpo; Procurar segurar a carga com as duas mãos sempre que possível, centralizando a carga em relação às pernas; Observar quais **Equipamentos de Proteção Individual** a carga exige; Ao manusear peças com rebarbas use luvas; Jamais tente transportar a carga quando tiver peso, tamanho ou forma adversas; Lembre-se que outros colegas de trabalho, poderão auxiliá-lo quando necessário, não tenha vergonha se precisar de ajuda..

**Sábado**

**TEMA: Aplicar tema livre com foco na atividade do dia!**

.....  
FIXAR EM: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_  
.....  
RETIRAR EM: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_  
.....