

## JUNHO VERMELHO e LARANJA

O mês de junho traz duas campanhas essenciais: Junho Vermelho, incentivando a doação de sangue, e Junho Laranja, conscientizando sobre anemia e leucemia. Este mês busca aumentar as doações de sangue, vitais para salvar vidas e tratar diversas condições médicas. Doar sangue é um ato seguro, rápido e fundamental, especialmente em tempos de crise nos bancos de sangue.

Paralelamente, o Junho Laranja alerta para a anemia e leucemia, doenças que frequentemente necessitam de doações de sangue e medula óssea. A conscientização sobre estas condições é crucial para um diagnóstico precoce e tratamento eficaz. Ambas as campanhas reforçam a importância da solidariedade e do cuidado com a saúde coletiva. Doe sangue, informe-se e ajude a salvar vidas!



## Dicas para doações de sangue

- Estar bem alimentado, evitando comidas gordurosas nas 4 horas que antecedem a doação.
- Ter dormido pelo menos 6 horas na noite anterior.
- Não ter ingerido bebidas alcoólicas nas últimas 12 horas.
- Levar documento oficial com foto (RG, carteira de trabalho, carteira de motorista).
- Pesar no mínimo 50 kg.
- Estar em boas condições de saúde.
- Ter entre 16 e 69 anos (menores de 18 anos precisam de consentimento dos responsáveis).
- Não fumar por pelo menos 2 horas antes e depois da doação.
- Aguardar o intervalo entre as doações: 2 meses para homens e 3 meses para mulheres.
- Não estar grávida ou amamentando.



## Unisesmt participa da SIPAT 2024 da Free Carne em Urucânia, MG

No dia 19 de junho, tivemos a alegria de participar da SIPAT 2024 da FREE CARNE, onde pudemos contribuir para a conscientização sobre saúde e segurança no trabalho através do nosso jogo interativo de tabuleiro. Este evento contou com a participação da engenheira de segurança do trabalho Maria Geralda e da enfermeira do trabalho Gabriela Mendonça, cujas expertises foram fundamentais para enriquecer a atividade e promover um ambiente de aprendizado e engajamento entre os participantes.

Veja algumas imagens abaixo:



## Equipe da Unisesmt se vacina contra a gripe em Ponte Nova



A equipe da Unisesmt se vacinou contra a gripe no último dia 6 de junho, demonstrando um forte compromisso com a saúde e bem-estar dos colaboradores. A ação contou com a participação de diversos colaboradores, que se uniram para proteger a si mesmos e aos outros contra a gripe. Além da vacinação, a equipe também aproveitou a oportunidade para divulgar a importância da imunização regular, sensibilizando outras pessoas sobre a necessidade constante de manter a vacinação em dia. A Unisesmt reforça, assim, seu papel ativo na promoção da saúde e bem-estar da comunidade local e incentiva outras empresas e cidadãos a se engajarem em ações similares.

## CANTINHO DA DESCONTRAÇÃO

Por que o trabalhador levou um lápis para a reunião de segurança do trabalho?

Porque ele queria "apontar" todos os riscos!

Por que os EPIs nunca contam piadas?

Porque eles levam a segurança muito a sério!

