



Memorando 15.827/2025

De: Kátia M. - APREV-PAPREV-DT

Para: APREV-DAM-AADM - Assessor Administrativo - A/C MARCELO P.

Data: 31/07/2025 às 16:20:59

Setores envolvidos:

APREV-PAPREV-DT, APREV-DAM-AADM

publicação cartilha

Prezado,

A fim de dar andamento no pró-gestão, solicito a publicação da cartilha no site e/ou encaminhamento para quem tenha competência.

—

Kátia de Vargas Monteiro
Conselheira Fiscal

Anexos:

Folder_Prevencao_Servidores.pdf

Cartilha de Prevenção e Segurança no Trabalho

Servidores Públicos do Município de Alegrete

1. Postura correta no trabalho

- Mantenha os pés apoiados e costas eretas.
- Ajuste a cadeira e o monitor para sua ergonomia.
- Evite permanecer por longos períodos na mesma posição.

2. Uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)

- Utilize os EPIs fornecidos conforme sua função.
- Substitua equipamentos danificados imediatamente.
- O uso correto evita acidentes e protege sua saúde.

3. Pausas ativas e alongamentos

- Realize pausas curtas a cada 50 minutos.
- Alongue braços, pernas, pescoço e punhos.
- Caminhe e respire profundamente para evitar fadiga.

4. Cuidados com a iluminação e o ambiente

- Evite reflexos diretos na tela.
- Mantenha o ambiente organizado e iluminado.
- Use calçados fechados e seguros, mesmo em áreas administrativas.

5. Relate situações de risco

- Informe sua chefia ou setor responsável por segurança.
- Compartilhe boas práticas com os colegas.
- Prevenir é um ato de responsabilidade coletiva.

Sua segurança é prioridade!

Juntos construímos um ambiente de trabalho mais saudável.



VERIFICAÇÃO DAS ASSINATURAS



Código para verificação: 520A-3DAE-4267-E158

Este documento foi assinado digitalmente pelos seguintes signatários nas datas indicadas:

- ✓ KÁTIA DE VARGAS MONTEIRO (CPF 005.XXX.XXX-04) em 31/07/2025 16:21:21 GMT-03:00
Papel: Parte
Emitido por: Sub-Autoridade Certificadora 1Doc (Assinatura 1Doc)

Para verificar a validade das assinaturas, acesse a Central de Verificação por meio do link:

<https://alegreTERS.1doc.com.br/verificacao/520A-3DAE-4267-E158>