



RH: Licença médica (2)

A perícia médica oficial poderá ser dispensada para concessão de licença para tratamento da própria saúde e por motivo de doença em pessoa da família, desde que o afastamento seja inferior a 15 dias, consecutivos ou não, referente à(s) licença(s) da mesma espécie, no interstício de doze meses. (Resolução nº 159/2011-CJF)



Meio Ambiente

Demonstrando compromisso com as gerações futuras e, principalmente com o meio ambiente. A 2ª Vara realiza hoje, 17, a sexta-feira sustentável, na ocasião ela funcionará com os aparelhos de ar-condicionados desligados durante todo o expediente. Essa ação demonstra o cuidado que a Justiça Federal tem com a sustentabilidade.



Aniversariantes:

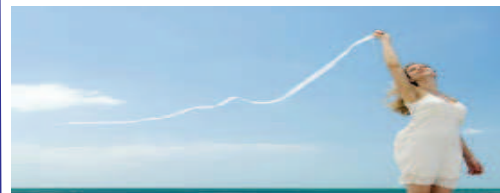


17/06: Luciana Chagas Scapolatempore Bernis (8ª Vara); Luis Abelardo Mota Fontes (Turma Recursal); e Maria Conceição Ferreira de Araujo (5ª Vara).

19/06: Karla Priscila de Jesus Viana (9ª Vara).

22/06: Flávia alcântara Nascimento (SLC).

23/06: Jose Menezes Neto (SOF).



Bem estar

A missão de hoje: Escutar seu coração (o coração físico, mesmo). Pode ser a qualquer hora do dia, mas fique em completo silêncio e tente escutar as batidas de seu coração. (Aldo Novak)

Dicas de Saúde: De olho na tireóide

Ela lembra uma borboleta e fica na frente da laringe, na região conhecida como gogó, e pesa cerca de 30 gramas. Mas sua importância é enorme: a tireóide é responsável pela produção dos hormônios que regulam o metabolismo corporal. Com um simples exame de sangue, conhecido como dosagem hormonal, é possível verificar a produção dos hormônios e avaliar se os níveis estão adequados. Além disso, ele consegue identificar a presença de anticorpos antitireoidianos, que prejudicam o funcionamento da glândula.



Dic@ Digit@

É cada vez mais comum o golpe que rouba dados de conta e senha de correntistas dos bancos. O ataque é conhecido como "phishing", que consiste na utilização de envio de e-mail's contendo "links" para sites falsos, muito parecidos com os originais. Fique atento! Bancos, TRE, Receita Federal, entre outros, não utilizam o email como ferramenta de comunicação com seus clientes!



Quando descartadas de maneira incorreta, as sacolas plásticas poluem cidades e entopem bueiros, agravando situações de desastres como alagamentos e enchentes. As sacolas podem levar de 100 a 400 anos para se degradarem. Tornam os lixões e aterros impermeáveis, dificultando a biodegradação de recursos orgânicos, com consequente acúmulo de gás metano em bolsões. Quando a montanha de lixo é revolvida, esses bolsões são rompidos, e o metano – gás 21 vezes mais danoso que o CO₂ – acaba liberado na atmosfera.

