



JUSTIÇA FEDERAL RECEBE VISITA DOS ESTUDANTES DO CURSO DE DIREITO DA FAO



Turma do 5º ano de Direito (vespertino)



Turma do 3º ano de Direito (vespertino)

O Programa de Visitas à Seccional do Estado do Acre foi implantado em 2006 com o objetivo de proporcionar aos acadêmicos do curso de Direito informações sobre a tramitação processual na Justiça Federal e possibilitar que a sociedade, principalmente acadêmica, conheça o papel da Justiça Federal enquanto promotora dos direitos e cidadania do povo acriano. Com o apoio da professora Nara Cibele, também servidora desta Justiça, nos dias 22 de agosto e 3 de setembro, as Turmas do 5º e 3º anos vespertinos do curso de Direito da Faculdade da Amazônia Ocidental – FAO visitaram o prédio da Justiça Federal. Na 1ª visita, os alunos foram recebidos pelo Juiz Federal Gleuso de Almeida França, e na 2ª foram recepcionados pelo Juiz Federal Régis de Souza Araújo. Conheceram a estrutura da Biblioteca, o auditório, a sala da OAB, visitaram as Varas Comuns, o Juizado Especial Federal – JEF, onde receberam do servidor Henny Albuquerque informações sobre o funcionamento daquela Unidade, e Turma Recursal, onde receberam do servidor Marco Cotta explicações sobre as atividades da Turma. Por fim, a servidora Francisca Cláudia Cotta explanou rapidamente

sobre o procedimento da Ação Civil Pública no que se refere à competência do Ministério Público Federal - MPF nas ações que visem à proteção ao meio ambiente, e a professora das turmas, Nara Cibele, falou da importância da visita, visto que é uma atividade institucional de suma importância para o órgão e para os visitantes, havendo assim uma maior interação entre a Justiça Federal e os estudantes de Direito e a própria comunidade.

[Galeria de Fotos](#)

CUIDADOS COM A BAIXA UMIDADE DO AR

Idosos, crianças e pessoas com doenças respiratórias são os que mais sofrem nesta época do ano. A baixa umidade relativa do ar, combinada aos baixos índices pluviométricos, a relativa intensidade dos ventos e alta concentração de poluentes, provoca o aumento de casos de complicações respiratórias.

Em Rio Branco, nas unidades de pronto-atendimento, já é significativo o número de atendimentos relacionados ao aumento da concentração de fumaça. Cerca de 30% das consultas médicas tem relação com doenças respiratórias. De acordo com a Organização Mundial de Saúde – OMS, índices de umidade relativa do ar menores que 30% caracterizam estado de atenção, entre 20 e 12% significam estado de alerta e abaixo dos 12% é considerado estado de alerta máximo. O ar muito seco é prejudicial à saúde.

O que fazer para aliviar os efeitos da secura?

1. Beba mais água do que o normal, ou outros líquidos não alcoólicos;
2. Molhe a boca e narinas com água várias vezes ao dia, pois a parte interna das narinas pode ficar muito ressecada e o esforço de assoar o nariz pode causar o rompimento dos delicados vasos sanguíneos, o que gera sangramento;
3. Atenção com os olhos porque também tendem a ficar ressecados. Molhe-os com água ou use colírios adequados;
4. Atenção especial com as crianças e pessoas idosas, não apenas com a situação do ar muito seco, mas com o calor e o sol em excesso;
5. O uso de aparelhos umidificadores dentro de casa também aumenta os níveis de umidade no ambiente, deixando-os em padrões confortáveis para a saúde humana;
6. Panos molhados ou bacias com água nos cantos internos do ambiente ajudam a aumentar a umidade do ar;
7. O uso de cremes hidratantes no corpo ajuda a renovar a umidade da pele que também tende a ficar ressecada nessa situação.

*Fonte: ClimaTempo e <http://www.agencia.ac.gov.br/>