

Cleaner. Safer. Healthier.

Vol. 4 | Febrero 2011 | Número 2



Kudos

Great Job! Way to Go! Nice Work!

Reconocimiento a los Empleados

Justina Jennings (Rick Chilson—Gerente)

Nuestro cliente de la división Unison de GE recientemente reconoció el buen trabajo de Justina: "Estoy muy contento con el trabajo de Justina, ya que ella hace mucho más de lo esperado. Es extraordinario poder contar con alguien como Justina y el resto de su equipo".



Edna Murray (Eddie Butler—Gerente)

Kathleen Humes, quien trabaja como representante de Recursos Humanos en el edificio de 2000 Market Street, Philadelphia, escribió para decirnos: "La persona que limpió mi oficina con aspiradora ayer por la tarde hizo un magnífico trabajo. Incluso se aseguró de remover toda la sal que se había acumulado durante la semana pasada a causa de las nevadas. Estoy realmente impresionada".

Dave Coyer (John Zalenski—Gerente)

Terry Dopp, Gerente de Mantenimiento de Novelis, escribió para decirnos lo siguiente: "Quiero felicitar a Dave Coyer, uno de sus empleados. Dave tiene una muy buena ética de trabajo. A principios de la semana, le pedí que limpiara el piso de mi oficina, pues recién retiramos la alfombra. El piso estaba hecho un desastre y no pensé que se pudiera limpiar, pero Dave hizo un trabajo mejor de lo que yo esperaba. Nuevamente quiero felicitar a Dave por un 'trabajo bien hecho' de parte de todos los que trabajamos en Novelis".



Julia Majchrzak (Guy Napper—Gerente)

El abogado Stephen A. Scheuerle, cuyas oficinas se ubican en 1700 Market Street, Philadelphia, le escribió una carta a Guy Napper: "Somos los inquilinos de 1700 Market Street en Philadelphia. Queremos dar un reconocimiento a una de sus empleadas, Julia Majchrzak, quien es responsable de limpiar nuestras oficinas todas las tardes. La señorita Majchrzak hace un trabajo maravilloso, tiene una buena actitud y es una magnífica representante de su compañía".

Charles Jennings III (Gerente de Sitio de HealthNow en Buffalo)

El Director de Operaciones de Matrix, Rick Chilson, considera que Charles es un Gerente de Sitio muy confiable que realiza todas sus responsabilidades diligentemente. Ya sea que Charles tenga que prepararse para un evento de puertas abiertas o resolver algún problema

En Esta Edición

- Felicitaciones
- Recomendaciones de Segu-
- Ecología Inteligente
- A Su Salud
- Risas y Sonrisas

Recomenda-

Evite los Posibles Riesgos de Incendio

- Si las clavijas de un cable están dañadas o rotas, es necesario retirar el cable y repararlo.
- Utilice el equipo eléctrico únicamente para el uso previsto.
- Asegúrese de que todos los calentadores portátiles se encuentren a una distancia suficiente del papel, la tela y cualquier otro artículo que pudiera incendiarse.
- Apague todos los calentadores portátiles y los calentadores de propano cuando salga de la habitación.
- Almacene los recipientes con gas y propano en gabinetes de metal específicamente designados para dicho



La Importancia de Reciclar el Aluminio

Los estadounidenses utilizan más de 80 millones de latas de soda cada año. Cada lata de aluminio tarda de 80 a 100 años en desintegrarse. Con sólo reciclar una lata de aluminio podemos ahorrar suficiente energía para ver televisión durante 3 horas. El reciclaje de una tonelada de aluminio equivale a la cantidad de electricidad que utiliza un hogar promedio durante 10 años.



Reduzca el Consumo de Electricidad

Apague las luces cuando salga de la habitación, el baño e incluso la oficina. Esto ahorra energía y reduce los costos.



Reduzca el Uso del Papel Donde Sea Posible

Cuando saque copias fotostáticas de un formulario de varias páginas, asegúrese de utilizar ambos lados del papel. Haga lo posible por utilizar un menor número de servilletas y toallas de papel. Sea consciente cuando utilice el papel.



CUENTAN!



¡TODOS LOS ESFUERZOS

To Your Health



La "nueva" regla sencilla sobre los carbohidratos: *Si es de color blanco, ¡no lo coma!*

Los carbohidratos "buenos" provienen de las frutas, los vegetales y los granos enteros. Aliméntese con carbohidratos "buenos" para mantener saludable su presión sanguínea y su nivel de colesterol y azúcar. Además, así evitará subir de peso. Es tan sencillo como eso.



Cómalo

Los carbohidratos "malos" suelen ser de color blanco. Algunos ejemplos incluyen el azúcar, la harina blanca y el pan blanco. Si usted evita los carbohidratos "malos", puede reducir el riesgo de padecer diabetes y enfermedades del corazón, además de no subir de peso.



No lo coma



Batatas (Camote)

Las batatas son la estrella de la nutrición — uno de los mejores vegetales que usted puede comer. Contienen una gran cantidad de carotenoides, vitamina C, potasio y fibra. Hornee las batatas y mézclelas con puré de manzana sin endulzar o con piña machacada para aumentar la dulzura y el contenido de humedad.



Brócoli



Risas y Sonrisas

Verdades de Oficina

Cuando usted no sepa qué hacer, camine rápido y ponga cara de preocupado.

Una palmada en la espalda está muy cerca de una patada en el trasero.

Siempre habrá una lata de cerveza rodando en el piso de su automóvil

Citas Textuales

Actúe con decisión y asuma las consecuencias. Nada bueno resulta de la indecisión.



Shellville
FACILITY SERVICES
A DIVISION OF MATRIX

780 Fifth Avenue, Suite 115, King of Prussia, PA 19406
Phone: 610.584.0888 | Fax: 610.584.0896
www.shellville.com

FOLLOW US ON TWITTER: ShellvilleClean



Matrix
Integrated Facility Management

19 Avenue D, Johnson City, NY 13790
Phone: 800.338.5603 | Fax: 607.644.1081
www.cleanforhealth.com

FOLLOW US ON TWITTER: MatrixClean