

# Cleaner. Safer. Healthier.

Volumen 3 | Octubre 2010 | Número 9



## Tips from HR



### Siga estas recomendaciones para crear un entorno de trabajo positivo y productivo:

- Tenga una disposición de buena voluntad hacia los demás. Trate a las personas con igualdad, confianza y respeto.
- Actúe de manera profesional. Salude a los demás todos los días.
- Apoye a sus compañeros de trabajo el 100% del tiempo.
- Comuníquese directamente con sus compañeros de trabajo.
- Si usted tiene algún problema con un compañero de trabajo, resuélvalo directamente con él/ella. De ser necesario, acuda con el departamento de RH como ultimo recurso.
- Sea sincero y honesto.
- Acepte que los errores ocurren. Pida ayuda si la necesita y responsabilícese de sus acciones.
- Trate de escuchar más de lo que habla y haga lo posible por comprender.
- Cuando exprese una "queja", hágalo de manera positiva y proporcione soluciones.
- Explique el "qué" y el "por qué".
- Integre el agradecimiento, el reconocimiento, la afirmación y la diversión en su trabajo.

Revise y modifique estas reglas con regularidad para asegurarse de que todos estén ayudando a crear el mejor ambiente de trabajo posible y pregúntese constantemente: "¿Cómo



### Reducir-Reutilizar-Reciclar

El primer paso importante para la prevención de los desperdicios ha sido minimizado por el enfoque que se le ha dado al reciclaje. Por favor ayude a promover la importancia de "Reducir" como parte del lema Reducir-Reutilizar-Reciclar. Reduzca la impresión de los mensajes de correo electrónico, lleve sus propias bolsas desechables cuando acuda a la tienda de comestibles y utilice una servilleta o una toalla de papel menos cuando se limpie o se lave las manos. Piense en TODAS las cosas que podemos hacer



## En Esta Edición:

- Recomendaciones de RH
- Ecología Inteligente
- La Seguridad es Primero
- A Su Salud
- Risas y Sonrisas
- Datos Breves

## Preguntas

¿Tiene usted alguna duda sobre una política de recursos humanos, un beneficio o la compañía? Envíe sus preguntas a: [hr@cleanforhealth.com](mailto:hr@cleanforhealth.com).

Brad Georgetti, nuestro Vicepresidente Senior de Recursos Humanos, y Lynn Domboski, nuestra Directora de Recursos Humanos, responderán con gusto a sus preguntas.

Nuestro compromiso es ayudarle manteniendo abiertas las líneas de



comunicación.



# Fast Facts

# TRUE

Durante la Edad Media, la Iglesia Católica Romana tomó la decisión de hacer más fácil el cambio entre la religión pagana y el cristianismo y permitió que los nuevos conversos conservaran algunas de sus fiestas paganas. Sin embargo, se determinó que a partir de ese momento esas fiestas se celebrarían como fiestas "cristianas". En vez de orar a los dioses paganos, las personas ahora le rezarían a los santos y conmemorarían la fecha de su fallecimiento. Por esta razón, la iglesia decidió conmemorar el 1 de noviembre como el "Día de Todos los Santos" y celebrar una misa ese día. Como consecuencia de esto, la tarde anterior al 1 de noviembre se conocía como "La Víspera de Todos los Santos" y posteriormente este nombre se abrevió como "Halloween" en el idioma inglés. A pesar del esfuerzo por hacer del 31 de octubre una "fecha santa", las viejas



## Risas y Sonrisas



*What do you call someone who puts poison in a persons corn flakes?*

**A Cereal Killer**

*What is a vampires favorite sport?*

**Casketball**

*Do zombies eat popcorn with their fingers?*

**No, they eat the fingers separately**

*What do zombies eat at a cookout?*

**Halloweenies**

## Safety First



### Señalamientos de Precaución para Pisos Mojados

Cuando el piso esté resbaloso, prevenga los accidentes advirtiendo a los ocupantes del edificio y a sus compañeros de trabajo. Coloque los señalamientos a plena vista de todos los puntos de entrada a cualquier área cuyo piso esté mojado debido a un derrame, al uso de un trapeador húmedo o a cualquier otro procedimiento de mantenimiento en húmedo.



- Utilice los señalamientos de piso mojado todo el tiempo, no sólo en horas de trabajo de los ocupantes del edificio. Recuerde que sus compañeros de trabajo también necesitan conocer los posibles riesgos.
- Al colocar los señalamientos de piso mojado en la recepción o el vestíbulo de un edificio, coloque un señalamiento al frente de cada elevador, en las puertas de acceso a las escaleras y en todos los demás puntos de acceso.
- Al trapear una escalera, coloque señalamientos de piso mojado en cada entrada.

## Citas Textuales

El valor no siempre tiene una voz fuerte. A veces el valor es la pequeña voz al final del día que nos dice: "Lo intentaré mañana nuevamente".

## To Your Health



### No Consuma Sal en Exceso

Para mantenerse saludables, las personas deben consumir entre 1,500 and 2,400 miligramos de sal al día; una cucharadita de sal equivale a 2,400 miligramos. En promedio, cerca del 11 por ciento de nuestra ingesta diaria de sal proviene de la sal que agregamos a nuestros alimentos. La gran mayoría de esta sal—un 77 por ciento—proviene de los alimentos procesados.



- Lea cuidadosamente las etiquetas. La sal puede venir en distintas presentaciones: glutamato monosódico, bicarbonato de sodio y fosfato disódico, entre otras. Es preferible consumir alimentos con un bajo contenido de cualquier tipo de sodio (y preste atención al tamaño de la porción indicada).
- Evite el consumo de alimentos procesados. Consuma vegetales frescos y pescado, pollo o carne sin procesar. Muchos alimentos preparados contienen una mayor cantidad de sodio de la necesaria. Enjuague los alimentos enlatados antes de servirlos para retirar un poco de sal.
- Elimine la sal de sus recetas. En vez de agregar sal a los alimentos que usted prepare,



**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](http://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](http://www.cleanforhealth.com)

FOLLOW US ON TWITTER: [MatrixClean](#)