

EDITORIAL

Já iniciamos o ano com pé direito. Nessa edição entrevistamos a Colaboradora Karen Pastore Schaiblich por ser a primeira mulher a desempenhar sua função na empresa. Apresentamos também o ganhador da melhor sugestão do mês. Queremos saber também, como anda a sua postura no ambiente de trabalho e o que tem feito para evitar a Dengue.

INAUGURAÇÃO DA OBRA PRAÇA PORTO ROCHA



Inauguração da Praça Porto Rocha em Cabo Frio

MOMENTO DE REFLEXÃO

“Antes de querer começar qualquer mudança reveja o que não foi possível mudar...”

Jean Michel Alves Damasceno

CHARGE



Para que o trabalho em equipe funcione, cada membro precisa usar a seguinte fórmula: um punhado de bom senso, duas chicanas de coleguismo, uma jarra cheia dos objetivos do grupo, e uma pitada de sincronismo.

Josianne Corrêa Cardoso

VEJA 10 DICAS PARA SE AMBIENTAR NOS PRIMEIROS DIAS DE TRABALHO

Quem começa em um novo emprego precisa ser cauteloso com a postura adotada, saber ouvir e observar. As recomendações são dos especialistas Irene Azevedo, diretora de negócios da consultoria LHH/DBM, do coach Roberto Recinella e Fernando Montero da Costa, diretor de operações da consultoria de RH Human Brasil.

Veja abaixo 10 dicas divididas por tópicos dos três consultores de recursos humanos. Saiba mais, pois erros pegam mal para quem é novo na empresa; veja como evitá-los:

1) **Escute, observe e aprenda:**

Escute mais que fale, observe atentamente quem faz parceria com quem e em que ambiente você está inserido, procure conhecer seus pares e estabeleça relacionamento.

Na condição de novato, mesmo com bastante experiência profissional, você terá muito mais a aprender em relação aos aspectos gerais da cultura da empresa e de seu funcionamento do que a ensinar.

Conquiste o direito de avançar e falar, aprenda as regras, observando como as pessoas se comunicam e realizam as suas funções. Respeite esse código antes de querer mudá-lo ou enfrentá-lo.

2) **Fuja de fofocas e panelinhas**

Fuja de fofocas e rótulos. Nos primeiros dias as pessoas tentarão "fazer a sua cabeça" através de histórias e fofocas sobre fulano ou beltrano, por isso, se mantenha no âmbito das conversas casuais e de trabalho. Também evite julgar e "rotular" as pessoas ao seu redor antes de realmente conhecê-las, é comum simpatizarmos com uns mais do que com outros.

Aja com integridade: procure adotar uma postura ética desde o princípio, não discriminando ninguém e não aderindo às famosas panelinhas internas, especialmente aquelas que falam mal da empresa e de suas chefias.

3) **Não 'puxe o saco'**

Não seja 'puxa-saco', evite tentar fazer alianças estratégicas chamando colegas que julgue importantes ou chefes e chefes dos chefes para almoçar. Nos primeiros dias ande com uma

"tribo", almoce onde eles almoçarem e aproveite para conhecer os seus colegas. Almoçar sozinho não é recomendado, pois passa um ar de arrogância e prepotência, não almoçar e ficar trabalhando é pior ainda. Respeite as hierarquias da empresa, que costuma ser sempre bem apreciada. Caso o seu chefe lhe convide para almoçar, então vá.

4) **Atenção à linguagem verbal e do corpo**

Cuidado com o seu linguajar, controle as gírias e, principalmente, os palavrões. Não mantenha conversas desnecessárias com os colegas, busque as informações de que necessita, mas não deixe isso se tornar um bate papo. Nada de piadinhas e tapinhas nas costas, seja sério, mas não deixe de sorrir.

5) **Não faça comparações**

Não compare sua empresa atual com a antiga, pode parecer difícil, então faça isso só dentro da sua cabeça, evite dizer que o ar-condicionado era melhor, ou a cadeira era mais confortável.

6) **Seja humilde**

Seja simpático e humilde, não interessa o cargo que irá ocupar, cumprimente todo mundo e aproveite para ouvir as pessoas, afinal, elas estão na empresa há mais tempo que você. Esteja aberto para conversar e a contar a sua história, aproveitando para se reinventar e mudar.

Evite ser arrogante. Não caia na armadilha de acreditar que será bem sucedido na nova função fazendo apenas aquilo que fazia bem anteriormente. Aprenda com seus erros anteriores e recrie suas habilidades e talentos e evolua como profissional.

7) **Atenção ao horário**

Seja rígido com você mesmo, chegue na hora ou até um pouco antes.

8) **Cuidado com a roupa**

Vista-se de modo tradicional, ou use o uniforme. Com o tempo você percebe qual a forma de se vestir na empresa.

9) **Cautela na aproximação de colegas**

Comece a se relacionar primeiro com quem

VEJA 10 DICAS PARA SE AMBIENTAR NOS PRIMEIROS DIAS DE TRABALHO

esteja ligado às suas atividades e, depois, na medida em que for sendo requisitado por motivos profissionais, expanda suas relações na empresa.

Não force a barra, conquiste as pessoas aos poucos. Todos nós nos sentimos como um alienígena nos primeiros dias de trabalho, mas lembre-se que outros dias virão. Um novo emprego implica em novas regras e novos relacionamentos evite saltar etapas, segure a sua ansiedade.

Seja você mesmo, relaxe e evite exageros em sua apresentação e interação com os novos colegas e chefes. Evite tentar impressioná-lo com suas histórias de sucesso, aproveite para ouvir e aprender em vez de querer ser o centro das atenções ou mesmo se comprometer em realizar tarefas para as quais ainda não está preparado.

10) **Se comunicar é importante**

Faça o mesmo com cada membro de sua equipe. Dê e busque obter informações do seu desempenho. Essa cultura da informação é apreciada pelas chefias e tem sido cada dia mais utilizada pelos empregados como um instrumento de medição do seu próprio desenvolvimento profissional na empresa.

Fonte: Jornal O Globo

BOM JESUS DO ITABAPOANA



Bom Jesus do Itabapoana - Rio de Janeiro /RJ

ENTREVISTA DO MÊS

A entrevista neste mês será com a Colaboradora Karen Pastore Schaiblich pela sua função, ela é Motorista Categoria D, a primeira mulher da Empresa a assumir essa função, antes voltada ao público masculino.

Porque escolheu essa profissão?

(KPS) Por ser a que mais me agradou, dentre outras que pesquisei. Comecei como taxista na Rua Almirante Barroso, aqui no Rio de Janeiro. Me mudei para Búzios, alterei a categoria para poder dar continuidade ao meu trabalho em uma cooperativa de Transporte alternativo. Lá dirigia uma Master de Renault e uma van (Ducato).

Você já sofreu alguma discriminação ou resistência de aceitação em relação à sua profissão pode ser do sexo feminino?

(KPS) Por diversas vezes; mas supero facilmente, porque adoro o que faço.

Como você chegou a MJRE ? Como Conheceu a empresa?

(KPS) Atráves, de um anuncio que coloquei no jornal "Primeira Hora" de Armação de Buzios, oferecendo-me para exercer trabalhar como motorista categoria D. O Senhor Valter (o Auxiliar Administrador em Cabo frio) leu esse anuncio e me contratou. Conheci a empresa recentemente através de obra, no Bairro de Tucuns em Búzios.

PARTICIPA VOCÊ TAMBÉM!

Ganhador da Melhor Sugestão : Silvana Costa

Sua sugestão: Criar um ponto de coleta para descarte dos EPIs, tipo uniforme, botas, luvas etc. Não sei se isso existe na empresa, mais seria importante ter uma referência em relação a isso. Custo seria zero, já que os caminhões da empresa tipo munck circulam pelas obras existentes, seriam levados para este lugar e ali descartados para não agredir o meio ambiente.

** Falaremos sobre esse assunto na próxima edição!*

Próximo Prêmio: Sanduicheira Grill

Envie para: sgi@mjre.com.br ou pelo Administrativo da Obra.



SAÚDE EM FOCO – DENGUE

Conhecendo o problema

A dengue é transmitida por um vetor, no caso, por um mosquito. No Brasil o mosquito é da espécie *Aedes aegypti*.

Transmissão

É feita pela picada do mosquito que ficou infectado porque picou uma pessoa doente. Esse mosquito infectado, picando uma pessoa sadia, passa o vírus da dengue e esta pessoa fica doente.

Não existe transmissão pelo contato direto de uma pessoa doente para um pessoa sadia. Também não há transmissão pela água, por alimentos ou por quaisquer objetos.

Sintomas

A dengue possui sintomas que muitas vezes se confundem com outras doenças como a gripe, mas sem coriza, espirros ou tosse.

- Febre alta;
- Fraqueza e cansaço;
- Dor no corpo / nas juntas;
- Dor de cabeça intensa;
- Dor no fundo do olho.

A presença de dois sinais combinados com febre alta é indicação para procurar o serviço médico!

Prevenção

Dicas para combater o mosquito e os focos de larvas:



Mantenha a caixa d'água sempre fechada com tampa adequada.



Remova folhas, galhos e tudo que possa impedir a água de correr pelas calhas.



Não deixe a água da chuva acumulada sobre a laje.



Guarde garrafas sempre de cabeça para baixo.



Se você tiver vasos de plantas aquáticas, troque a água e lave o vaso principalmente por dentro com escova, água e sabão pelo menos uma vez por semana



Encha de areia até a borda os pratinhos dos vasos de planta.



Entregue seus pneus velhos ao serviço de limpeza urbana ou guarde-os sem água em local coberto e abrigados da chuva.



Lave semanalmente por dentro com escovas e sabão os tanques utilizados para armazenar água.



Mantenha bem tampados tonéis e barris d'água.



Coloque o lixo em sacos plásticos e mantenha a lixeira bem fechada. Não jogue lixo em terrenos baldios.