



In This Issue

Felicitaciones

Reconocimiento a los Empleados

Recomendaciones de Recursos Humanos

La Vida Personal Se Queda en Casa

A Su Salud

Protéjase Contra la Gripe Porcina

Mejor/Más Rápido

Actividades Positivas para Promover el Pensamiento Positivo

Risas y Sonrisas

Utilice Estas Excusas con su Jefe Cuando Usted Llegue Tarde al Trabajo

Las personas exitosas son aquellas que inventan algo para mantener ocupado al resto del mundo.

-Don Marquis



HR Q&A

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

Lynn Domboski, nuestra Directora de Recursos Humanos, responderá con gusto a sus preguntas. Además, si la respuesta a su pregunta es publicada en nuestro próximo boletín informativo, le pagaremos \$10.00.

Nuestro compromiso es ayudar a mantener abiertas las líneas de comunicación.



Tips from HR

La Vida Personal Se Queda en Casa

¿Realmente cree usted que los gerentes, los demás asociados, nuestros clientes o los empleados de nuestros clientes desean enterarse de la vida de otras personas? Por lo general, las personas nos escuchan compasivamente cuando platicamos con ellas sobre nuestros problemas personales, pero muchas veces también tienen sus propios problemas y no desean enterarse de nuestras dificultades. Los hábitos personales de nuestros asociados deben ser tan profesionales como sus hábitos de trabajo. El profesionalismo también aplica a todo lo que platicamos en presencia de otros asociados o de nuestros clientes.

En la sección de Principios Básicos del Manual para Asociados se enlistan las reglas de conducta de los asociados.

El siguiente ejemplo aparece en la sección *Cuestiones de Trabajo Relacionadas con los Asociados*: "Los asociados que tengan algún problema o inquietud sobre su trabajo deberán acudir directamente con su supervisor o con el Director de Recursos Humanos. Bajo ninguna circunstancia deberá un asociado contactar, informar o comentar cualquier asunto de negocios con un cliente, con los empleados de un cliente, con el inquilino de un cliente o con los empleados del inquilino de un cliente".

El sentido común y el buen juicio deben guiar su trabajo. Todos los empleados de Matrix LLC tienen la responsabilidad de cumplir con las reglas de comportamiento y conducta. (Un agradecimiento especial a Lynn Domboski por compartir estos excelentes consejos).



Reconocimiento a los Empleados

Justina Jennings y Cindy Hudson

En preparación para un recorrido VIP en GE Unison durante la primera semana de octubre, dos de nuestros valiosos empleados "se esforzaron más allá de lo necesario a fin de asegurarse de que las instalaciones estuvieran impecables para el recorrido", según nos comenta Jamie McGregor, Gerente de las Instalaciones. Un agradecimiento muy especial a **Justina Jennings** y a **Cindy Hudson**. ¡Buen trabajo!

Mike Loomis

John Zalenski, Gerente Local de Novelis, ofreció el siguiente Reconocimiento por Desempeño Excepcional a Mike Loomis, uno de sus empleados: Mike es uno de los empleados más dedicados y leales que hay en el sitio de trabajo. Siempre nos pregunta si nos falta algo o si necesitamos ayuda con algún proyecto o una tarea que estamos realizando. Mike está dispuesto a cambiar su horario de trabajo con poca anticipación a fin de apoyar la preparación de los eventos especiales, tales como los recorridos de los clientes. Constantemente está dispuesto a realizar cualquier tarea, sin importar si se trata de una actividad desagradable o mugrosa y sin titubear ni quejarse. Quiero aprovechar esta oportunidad para reconocer los años de servicio y el impacto positivo que ha tenido Mike en nuestra empresa. Los asociados como Mike han ayudado a Matrix a proporcionar un excelente servicio al cliente a las empresas como Novelis. ¡Buen trabajo, Mike Loomis!

Piense positivamente y magistralmente, con confianza y fe; su vida se volverá más segura y más llena de acción, logros y experiencias.

-Eddie Rickenbacker



To Your Health Lo Que Usted Puede Hacer para Protegerse de la Gripe Porcina

Se estima que el virus H1N1 se mantendrá activo durante dos años. La vacuna que está siendo desarrollada para este virus NO es la misma vacuna que hemos utilizado cada año y que se conoce como la vacuna para la gripe estacional. La vacuna para el virus H1N1 es una vacuna distinta.

El grupo más susceptible a este virus se conforma de niños y jóvenes de 6 meses a 24 años de edad. Las mujeres embarazadas y las personas que prestan servicios de atención médica también enfrentan un mayor riesgo de contraer este virus.

Si el virus entra en contacto con sus manos, podrá sobrevivir durante un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos; en las superficies rígidas, este tiempo de vida es de 2 a 8 horas (según información de los CDC).

Puntos de transferencia indirecta del virus:

1. Perillas de puertas
2. Teclados de computadora
3. Superficies de trabajo



Medidas de prevención:

1. Lávese las manos (durante un mínimo de 20 segundos) antes y después de ir al baño
2. Conserve su distancia al aproximarse a otras personas (antes eran tres pies de distancia y se dice que ahora deben ser seis pies)
3. Si usted tose o estornuda, hágalo en un pañuelo desechable o en la parte interior de su brazo flexionado

La gripe H1N1 se presenta repentinamente acompañada de fiebre e irritación de la garganta. Esto suele ocurrir de 1 a 4 días después de exponerse al virus. Los síntomas pueden incluir:

1. Fiebre
2. Irritación de la garganta
3. Tos
4. Secreciones nasales o congestión de la nariz
5. Dolor del cuerpo, dolor de cabeza
6. Escalofríos
7. Fatiga

Un veinte por ciento de las personas también reportaron síntomas gastrointestinales.

Tratamiento recomendado por los CDC:

1. Evite el contacto con otras personas
2. Permanezca en casa hasta 24 horas después de que desaparezca la fiebre
3. Descanse y beba suficientes líquidos

Señales de advertencia:

1. Dificultad para respirar
2. Dolor o presión en el pecho o el abdomen
3. Mareo repentino
4. Confusión
5. Síntomas similares a la gripe que mejoran y luego reaparecen acompañados de fiebre y tos

Recursos para obtener más información sobre el virus H1N1:

Información Actualizada sobre la Influenza H1N1 (CDC) <http://www.cdc.gov/h1n1flu/>
Sitio Oficial sobre la Pandemia de la Gripe <http://www.flu.gov/>



Better/Faster Actividades Positivas para Promover Pensamiento Positivo

- **Mantenga recta su espalda.** La buena postura hace que nos veamos más fuertes y confiados. Si las demás personas perciben este cambio, nuestra imagen propia se fortalecerá.
- **Sonría.** Usted se verá más atractivo, además de que el sólo hecho de sonreír puede levantar el ánimo y la disposición de las personas.
- **Haga ejercicio.** Usted reducirá el estrés físico, liberará endorfinas y disfrutará los efectos positivos de mantenerse en forma.

Grins & Giggles

Utilice Estas Excusas con su Jefe Cuando Usted Llegue Tarde al Trabajo:

- "La fila de personas formadas en Starbucks estaba larguísima".
- "Soy recién casado—¿qué quieres que te diga?"
- "Toma mucho tiempo deshacerse de un cuerpo".
- "El cantinero no me dejaba salir del bar".
- "Esta mañana, los semáforos estaban más lentos de lo normal".
- "Probé un nuevo atajo y me tardé dos horas".
- "Tuve que limpiarle los dientes a mi gato".



¡Muy chistoso!
¡Ahora de regreso al trabajo!

La turbulencia es una fuerza de la vida. Es una oportunidad. Debemos aceptar la turbulencia y utilizarla para cambiar. — Ramsay Clark



Shellville
FACILITY SERVICES
A DIVISION OF MATRIX

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



Matrix

Integrated Facility Manageme

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