

Mejores prácticas navideñas: charla informativa

Para muchos de nosotros, las próximas vacaciones son una temporada alegre, un momento lleno de familia, amigos y felicidad. Sin embargo, las festividades también pueden ser estresantes y lidiar con el estrés de las festividades junto con las obligaciones del lugar de trabajo puede ser difícil. El estrés de las vacaciones puede ser tanto negativo como positivo, ya que incluso los eventos más alegres pueden ser estresantes para nuestras mentes y cuerpos, causando dolores de cabeza, falta de sueño, fatiga, dificultad para concentrarse, mal genio y diversas dolencias físicas.

Aquí hay algunos consejos para manejar el estrés de las vacaciones en el trabajo:

- **Esté alerta:** el estrés personal puede distraerlo y hacer que pase por alto las prácticas comunes de seguridad en el lugar de trabajo. Mantener su mente enfocada en sus tareas lo mantendrá seguro y ayudará a reducir el estrés.
- **Ayudar:** los compañeros de trabajo que se sienten estresados por las fiestas tienen más probabilidades de tener accidentes y conflictos. Vigile a sus compañeros de trabajo y ayúdelos cuando sea necesario.
- **Escuche y observe:** los gerentes y compañeros de trabajo pueden participar activamente en la minimización del estrés en el lugar de trabajo escuchándose unos a otros y observando las señales de conflicto.
- **Diversión festiva:** la temporada festiva puede ser muy divertida, pero asegúrese de venir a trabajar sin estar afectado por las drogas o el alcohol.
- **Concéntrese en el equilibrio entre el trabajo y la vida personal:** la presión adicional sobre el tiempo con el trabajo y las obligaciones familiares durante las vacaciones a menudo puede ser abrumadora, asegúrese de cuidarse bien tanto en el trabajo como en el hogar.
- **Pida ayuda si la necesita:** pida ayuda cuando esté estresado o abrumado y confíe en los miembros de su equipo, otros líderes o nuestro equipo de Recursos Humanos para recibir apoyo. [Equipo local: no dude en incluir los servicios EAP que ofrece a su equipo si corresponde a su ubicación]

Dar y recibir regalos

La entrega y recepción de obsequios en la temporada navideña para muchas partes del negocio puede ser común. Los obsequios se pueden utilizar para generar buena voluntad y fortalecer la relación con terceros, como clientes y proveedores, pero se debe tener cuidado al dar o recibir obsequios.

Los obsequios nunca deben entregarse a inspectores o empleados del gobierno, es decir, inspectores del Departamento de Salud Ambiental, servicio de bomberos local, etc.

Si recibe o entrega obsequios a proveedores, por ejemplo, asegúrese de seguir la política de la empresa y la Política de obsequios, entretenimiento y donaciones de RPM. Si no está seguro de si un obsequio es aceptable o tiene inquietudes sobre las prácticas de entrega de obsequios que ve, comuníquese con el equipo Legal y de Cumplimiento de su grupo o de RPM o llame a la línea directa de RPM.