

Comportamento no trabalho

Você já parou para pensar que a maneira como se comporta no trabalho pode comprometer o bom desenvolvimento de sua carreira? Aquele que fala mal dos colegas ou da empresa em que trabalha, por exemplo, fica com imagem negativa perante a equipe e, principalmente, ao seu gestor.

“Mais do que identificar atitudes consideradas inadequadas entre os profissionais com os quais trabalhamos, devemos refletir sobre nossa própria postura e entender que somos responsáveis pela imagem que construímos. Até quando reprovamos a postura do colega temos de tomar cuidado com a forma como vamos nos posicionar”, ressalta Euziane Barbosa, coordenadora de Recursos Humanos.

Para ajudá-lo nesta tarefa, confira alguns comportamentos que devem ser evitados no ambiente de trabalho e até mesmo em sua vida pessoal.

Críticas à empresa

Esse tipo de comportamento pode afetar ou prejudicar a organização que você trabalha, pois pode interferir na motivação dos colegas. Quando houver alguma crítica construtiva à empresa, o mais indicado é entrar em contato com seu gestor imediato.

Fofocas

Se você não quer ser visto como alguém nada confiável, evite fofocas.

A atitude atrapalha o trabalho dos outros, além de expor os colegas e a você mesmo.

Falta de pontualidade

Seja sempre pontual ao chegar ao trabalho, ao cumprir os prazos estabelecidos e ao responder e-mails e telefonemas. Os atrasos frequentes também prejudicam as atividades dos outros.

Material alheio

Sempre que precisar de um material que seja de outra pessoa, peça emprestado em vez de pegar sem sua autorização.

Atenção ao falar

Falar alto e utilizar palavrões e gírias em excesso não são atitudes bem-vindas na maior parte dos lugares, muito menos no trabalho. É preciso ser educado e

manter a compostura mesmo em situações graves.

Reclame menos

Você não gosta de ter alguém reclamando de tudo a todo tempo, certo? Então não seja um “reclamante de carteirinha” e avalie se o comentário é realmente interessante para os demais antes de fazê-lo.

A verdade sempre

Ao mentir você pode comprometer sua credibilidade e a relação com colegas, assim como a carreira.

Assuntos pessoais

Cuidar de questões não relacionadas ao trabalho durante o expediente prejudica seu foco e, consequentemente, os resultados das atividades. Primeiro a obrigação, depois as necessidades pessoais.



Programa de premiação

Confira como foi o sorteio do resultado acumulado

O Programa Colhendo Bons Frutos sorteou geladeira, TVs de 32' e lavadoras de roupa, em maio, durante anúncio do resultado acumulado pelos funcionários de fevereiro a abril.

Marcelo Moraes Alves, motorista, foi um dos contemplados com a TV. "Fiquei muito feliz em ser sorteado. Esse prêmio é um estímulo para que a gente trabalhe cada vez melhor", afirmou.

Assim como Marcelo, outro profissional que ganhou pela primeira vez foi José Batista da Silva, cobrador, levando para casa uma geladeira.

"Este é o presente do Dia das Mães para minha esposa. Estávamos mesmo precisando trocar a nossa", disse.

Prêmios para o Administrativo

A novidade é que os funcionários da área Administrativa passaram a fazer parte do programa de premiação. Para isso, o setor foi dividido em dois grupos que atenderão aos mesmos requisitos (ligados ao resultado operacional da empresa).

A cada três meses, dois funcionários de cada grupo serão sorteados, assim como aconteceu com Sara Bruno, assistente de RH, e Gleidson Ribeiro Leite, técnico de Segurança do Trabalho, do Administrativo A, e Adriano Prates Lourenço, e Marcos Aurélio Martins da Silva, Bilhetagem Eletrônica, do Administrativo B.

De acordo com Adi Gama, diretor, o objetivo é que toda a empresa seja alcançada, como definido no início da implementação do programa.



Marcelo e José Batista



Gleidson e Sara



Adriano e Marcos

Viajando com os livros



Aos 5 anos, a alfabetização. Esse foi o ponto de partida para um hábito que se tornaria uma verdadeira paixão na vida da cobradora Silvania Ambrosio: a leitura. Ela já perdeu as contas de quantos livros leu durante toda sua vida, mas afirma que foram mais de 300 emprésti-

mos na Biblioteca do Transcol em apenas três anos.

"Isso sem contar os exemplares que ganho de amigos e familiares. Como as pessoas sabem do meu gosto por livros, sempre sou presenteada", conta. Silvania diz ser bem eclética e entre seus autores preferidos estão Agatha Christie, Sidney Sheldon e Nora Roberts.

Para ela, ler é muito bom, já que permite aprender a falar melhor, abrir a mente e conhecer novas culturas, o que muitas vezes não seria possível se não fosse a leitura. Por isso, os livros são companheiros inseparáveis em todos os momentos de folga. "Leio a caminho do trabalho, nos intervalos e em casa. É um verdadeiro passatempo", resume.

Unimar Unimar notícias

INFORMATIVO DA UNIMAR

Jornalista Responsável: **Luiza Ferri (ES-1623/JP)**
Redação, Edição e
Editoração: **Pauta 6 Comunicação**

Fotos: **Unimar e Pauta 6**
Impressão: **Gráfica GSA**
Tiragem: **1262 exemplares**

Mais conforto, acessibilidade e segurança

Novos seletivos são equipados para o transporte de pessoas com deficiência

A Unimar colocou em operação 14 novos seletivos que atendem às linhas municipais 290 (Jardim Camburi/Rodoviária/Via Beira-Mar) e 110 (Jardim Camburi/Rodoviária/Via Reta da Penha).

Esses veículos, que trafegam pelas ruas da capital capixaba, são acessíveis a pessoas com deficiência física e, para acesso do cadeirante, contam com um elevador exclusivo na lateral e local específico

para ele dentro do carro.

Além disso, são monitorados por GPS e equipados com três câmeras de segurança que filmam tudo o que acontece no interior do ônibus e também no campo de visão do condutor.

“As imagens captadas são encaminhadas para uma central de monitoramento no Sindicato das Empresas de Transporte

de Passageiros do Espírito Santo (Setpes), aumentando ainda mais a segurança de motoristas, cobradores e usuários”, afirma Elizeu da Conceição, gerente de Tráfego da Unimar.

De acordo com Elizeu, os novos seletivos contam, ainda, com tecnologia veicular mais moderna e ar-condicionado de última geração, que se traduz em economia e numa operação mais sustentável.

Previna-se da conjuntivite neste inverno

Olhos vermelhos e lacrimejantes, pálpebras inchadas, sensação de areia ou de cisco nos olhos, secreção e coceira. Se você está ou conhece alguém com esses sintomas, fique atento, pois deve ser conjuntivite.

A doença é uma inflamação da conjuntiva ocular, uma membrana transparente e fina que reveste a parte da frente do globo ocular (o branco dos olhos) e o interior das pálpebras. Suas causas podem ser reações alérgicas, vírus ou bactérias, quando se torna contagiosa.

“O clima frio é propício para o surgimento da conjuntivite, pois passamos mais tempo em ambientes fechados, facilitando a

transmissão do vírus”, diz Dra. Cintia Quintão, médica do Trabalho.

A médica ressalta que, caso você esteja com os sintomas, deve procurar o oftalmologista. “Um exame oftalmológico realizado pelo especialista indicará o tratamento correto e, conseqüentemente, evitará a automedicação”, conclui.



Como evitar a transmissão da doença

- ❏ Lave o rosto e as mãos ao ir ao banheiro e antes das refeições;
- ❏ Aumente a frequência da troca de toalhas ou use papel para enxugar o rosto e as mãos;
- ❏ Não compartilhe toalhas de rosto;
- ❏ Troque as fronhas dos travesseiros diariamente enquanto durar a crise;
- ❏ Não use lentes de contato durante a conjuntivite;
- ❏ Não compartilhe rímel, delineador, lápis de olho ou outras maquiagens;
- ❏ Evite aglomerações em piscinas, clubes e academias;
- ❏ Evite coçar os olhos.

Orgulho de ser motorista

Conheça as histórias de três profissionais que se dedicam a este trabalho

Transportar diariamente pessoas que vão para o trabalho, a escola ou mesmo para alguma atividade de lazer é a missão do motorista. Um dos profissionais da Unimar que cumpre essa missão com muito empenho é Odalino Soares da Silva.



Odalino é motorista há 29 anos



Clebiomy está na função há 3 meses

Há quase 29 anos na função, ele afirma que procura exercer sua profissão da melhor maneira para agradar os passageiros. Segundo ele, seus “segredos” para ser um bom motorista são trabalhar com amor e respeitar as pessoas. “Procuro sempre me aperfeiçoar, participando de cursos. Ouvir o outro também é importante, pois adquirimos experiência e podemos servir de exemplo para alguém”, destaca.

E foi exatamente um bom exemplo que incentivou Clebiomy Ferreira de Menezes a se tornar motorista. “Desde 1992 era cobrador, mas, no ano passado, o motorista Carlos Patrício Neri me deu muita força para esta mudança. A partir daí, fiz as aulas, passei na prova para tirar a carteira de habilitação na categoria D, participei da escolinha de condutores da Unimar e fiquei sete meses na manobra”, lembra Clebiomy que há três meses atua no serviço Mão na Roda.

Toque feminino

Única mulher do fretamento, Eliandra Ferreira Mendes conta que logo que começou como motorista de veículos leves, há 2 anos e 4 meses, as pessoas achavam que este não era serviço para mulher e ficavam olhando para ela com receio. Mas com o tempo isso mudou e foi conquistando a confiança de cada um.

“O segredo é estar sempre alegre, sorridente, tratar todos bem, com muita educação e respeitando as diferenças”, ressalta.

Sua dedicação ao trabalho lhe rendeu uma promoção. Há 4 meses, ela trocou a direção da Kombi pela do ônibus.

Segundo ela, os passageiros brincam que seu carro é o mais cheiroso. “Estou muito satisfeita com este reconhecimento, que era meu objetivo profissional. Tenho um grande orgulho de ser motorista”, ressalta.

É com as histórias desses três profissionais que a Unimar deseja a você, em 25 de julho, um feliz Dia do Motorista!



Investindo no conhecimento

A Unimar prioriza a capacitação de seus funcionários, como Elizeu da Conceição, gerente de Tráfego. Ele está concluindo o primeiro módulo do MBA Executivo em

Gestão de Transportes. São 200 profissionais de empresas ligadas à área de transporte de todo o Brasil participando do curso.

Para o segundo módulo serão

selecionados os 40 melhores alunos na avaliação nacional, entre os quais Elizeu se destaca, e inclui uma viagem à Alemanha para conhecer a fábrica da Mercedes-Benz.