

DICAS DO RH

Como manter a calma no trabalho

Aprecie o que você já conquistou. ...

Evite questões do tipo "E se eu tivesse...?". ...

Mantenha-se positivo. ...

Desconecte-se. ...

Controle o consumo de cafeína. ...

Durma o suficiente. ...

Evite o negativismo. ...

Reavalie suas perspectivas.



Dicas para manter a calma sob pressão

por Bryan Tracy

- ✓ Não culpe os outros, a responsabilidade é sua
- ✓ Analise os fatos
- ✓ Comunique-se com os outros
- ✓ Tente algo diferente
- ✓ Não reaja sem pensar
- ✓ Ocupe-se resolvendo os problemas

7COMm

ANIVERSARIANTES do Mês

05/10 - ROSILENE SILVA (ADM)

28/10 - ISABELA SILVA (SAF)

DICA DE
LIDERANÇA

Estabeleça prioridades

DATAS

06/10 Salário
12/10 Feriado

CURTINHAS

*Não leve trabalho
para casa*

"Acredite em milagres, mas não dependa deles." Immanuel Kant