

# Connect Care

## Simple Actos de Amabilidad en el Trabajo

BY DR. ROGER HABER

¿Recuerdas cuando en la escuela primaria recibías esas tarjetas de San Valentín (Amor - Amistad) de todos tus compañeros?

Bueno, podemos generar un impacto en nuestros compañeros de trabajo durante el mes de Febrero.

O. C. Tanner ha escrito sobre la promoción de la bondad en el lugar de trabajo.

Aquí hay unas sugerencias que pueden brindarte algunas ideas para alegrarle el día a alguien este mes (y también el resto del año):

- Escribe una carta de ánimo. Tanner escribe: "No hay mejor manera de alegrarle el día a alguien que con un comentario positivo". Te sugiero que uses papel y bolígrafo (no correo electrónico) y que sea personal y genuino.
- Sorprende a otro grupo de trabajo con una apreciación adicional. Lleva obsequios para un equipo de trabajo diferente o un departamento en otro piso de tu empresa.
- Preséntate tú mismo a alguien que no conoces en el trabajo. Estarán felices de hacer un nuevo amigo en el trabajo y ampliar la interacción con los demás.



**“LOS IDEALES QUE HAN ILUMINADO MI CAMINO, Y A TRAVEZ DEL TIEMPO ME HAN DADO NUEVO VALOR PARA ENFRENTAR LA VIDA ALEGREMENTE, HAN SIDO LA BONDAD, LA BELLEZA Y LA VERDAD.”**

---

**ALBERT EINSTEIN**

---

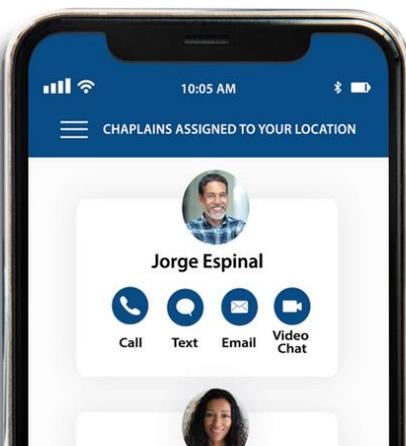


- **Saluda a un empleado durante una reunión. ¿Tienes una reunión de personal o una reunión de seguridad? Busca una oportunidad para reconocer el logro o la contribución de un compañero de trabajo, o el esfuerzo adicional que ha hecho.**
- **Reconoce a los héroes anónimos: Las personas cuyos trabajos no siempre son visibles, que nunca faltan y constantemente hacen un gran trabajo.**
- **Lleva a un nuevo empleado a almorzar o tomar un café. La gente se siente bienvenida con una taza de café en la mano.**

- **Inicia las reuniones con una cita de amabilidad y reconocimiento. Esto realmente podría cambiar el tono del día para ti y tus compañeros de trabajo.**
- **Comienza un muro de bondad. No tiene que ser sofisticado; podría ser tan simple como notas adhesivas de colores en la pared o una pizarra donde la gente pueda escribir palabras de agradecimiento y aliento.**

Tu empresa te ha proporcionado un recurso para mostrarte amabilidad este mes -y todos los meses- ¡a tu capellán! Si has tratado una de las sugerencias anteriores, infórmalo a tu capellán. Quizás tengas otras ideas. Tu capellán estará feliz de escucharlas. Si estás dispuesto, por favor encuentra algo de tiempo este mes para compartir tus ideas sobre bondad con tu capellán.

¿Has descargado la aplicación MyChap? ¿Por qué no lo haces ahora mismo y le dices a tu capellán como te gustaría conectarte? Puedes llamar, enviar mensajes de texto, enviar un correo electrónico o chatear por video.



24/7 acceso a su equipo de cuidado personal a través de la aplicación MyChap

\* gratis en su tienda de aplicaciones



## Cómo Funciona



Ingrese el ID de ubicación de su empresa ID



Seleccione un capellán para llamarle, enviarle un mensaje de texto, un correo electrónico o una video llamada directamente desde la aplicación.



Buscar recursos adicionales

UIG Ubicacion	APP ID
UIG 1910 - Rich/Lex/Chapin	123591
UIG 1912 - Buncombe/Henderson	123593
UIG 2003 - Greenville-I-85 over Rocky Creek	123596
UIG 2105 - Bibb – I-16 and I -75 Interchange	125246
UIG 2107 – Carolina Crossroads 1	125175
UIG 2113 – Carolina Crossroads 2	125580
UIG 2115 – Robeson	125291
UIG 2208 – Dorchester	125232
UIG 2209 – Bamberg/Orangeburg	125233
UIG 2210 - Dillon/Florence Little Reedy Creek	125234
UIG 2216 - Berkeley	126202
UIG 2218 - Orangeburg	126203
UIG 2303 - Lexington-US 21&US176 over I26	126858
UIG 2305 – Charleston-Palmetto Com Pkwy over I-26	126779

<b>UIG Ubicacion</b>	<b>APP ID</b>
UIG 2307 – Jenkins – CR48 Bridge over Horse Creek	126859
UIG - 2308 - Toombs-SR 4 Widening-Bridges	126860
UIG 2309 – Georgetown – US-17 over Waccamaw River	126861
UIG Corporate Office	123609
UIG Charlotte, 3800 Arco Corp Dr. NC	124373