

## **Best Practices für Feiertage – Toolbox Talk**

Für viele von uns sind die bevorstehenden Feiertage eine freudige Jahreszeit, eine Zeit voller Familie, Freunde und Glück. Allerdings können die Feiertage auch stressig sein und der Umgang mit Urlaubsstress und beruflichen Verpflichtungen schwierig sein. Urlaubsstress kann sowohl negativer als auch positiver Stress sein, da selbst die freudigsten Ereignisse für unseren Geist und Körper stressig sein können und Kopfschmerzen, Schlafmangel, Müdigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Jähzorn und verschiedene körperliche Beschwerden verursachen können.

Hier sind einige Tipps zur Bewältigung von Urlaubsstress bei der Arbeit:

- Seien Sie wachsam – Persönliche Belastungen können ablenken und dazu führen, dass Sie gängige Sicherheitspraktiken am Arbeitsplatz übersehen. Wenn Sie sich auf Ihre Aufgaben konzentrieren, bleiben Sie sicher und helfen, Stress abzubauen.
- Helfen Sie mit – Kollegen, die Urlaubsstress verspüren, geraten eher in Unfälle und Konflikte. Behalten Sie Ihre Kollegen im Auge und unterstützen Sie sie bei Bedarf.
- Zuhören und beobachten – Manager und Mitarbeiter können sich aktiv an der Minimierung von Stress am Arbeitsplatz beteiligen, indem sie einander zuhören und auf Anzeichen von Konflikten achten.
- Festlicher Spaß – Die Weihnachtszeit kann viel Spaß machen, aber stellen Sie sicher, dass Sie nicht durch Drogen oder Alkohol beeinträchtigt zur Arbeit kommen.
- Fokus auf Work-Life-Balance – Der zusätzliche Zeitdruck mit beruflichen und familiären Verpflichtungen in den Ferien kann oft überwältigend sein, achten Sie darauf, sowohl bei der Arbeit als auch zu Hause gut auf sich selbst aufzupassen.
- Bitten Sie um Hilfe, wenn Sie sie brauchen – Bitten Sie um Hilfe, wenn Sie gestresst oder überfordert sind, und verlassen Sie sich auf die Unterstützung Ihrer Teammitglieder, anderer Führungskräfte oder unserer Personalabteilung. [Lokales Team – Fühlen Sie sich frei, EAP-Dienste einzubeziehen, die Sie Ihrem Team anbieten, falls dies für Ihren Standort zutrifft]

### **Schenken und Empfangen**

Das Schenken und Empfangen von Geschenken in der Weihnachtszeit kann für viele Bereiche des Unternehmens üblich sein. Geschenke können verwendet werden, um Wohlwollen aufzubauen und die Beziehung zu Dritten wie Kunden und Lieferanten zu stärken, aber beim Geben oder Empfangen von Geschenken ist Vorsicht geboten.

Geschenke sollten niemals Regierungsinspektoren oder -mitarbeitern gegeben werden, d. h. Inspektoren des Umweltgesundheitsministeriums, örtliche Feuerwehr usw.

Wenn Sie z. B. Geschenke an Lieferanten erhalten oder geben, stellen Sie sicher, dass Sie die Unternehmensrichtlinie und die Richtlinie zu Geschenken, Bewirtung und Spenden von RPM befolgen. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob ein Geschenk akzeptabel ist, oder Bedenken hinsichtlich der von Ihnen beobachteten Geschenkpraktiken haben, wenden Sie sich bitte an das Rechts- und Compliance-Team Ihrer Gruppe oder von RPM oder rufen Sie die RPM-Hotline an.