



Be Kind, Well Mind

De 9 a 15 de junho

1. **SIMPLESMENTE SORRIA:** Um sorriso pode alegrar o dia de alguém.
2. **FAÇA UM ELOGIO:** Reconheça algo positivo sobre um colega de trabalho.
3. **SEGURE UMA PORTA ABERTA:** Um pequeno gesto que demonstra consideração.
4. **ESCREVA UM BILHETE DE AGRADECIMENTO:** Expresse gratidão pela ajuda ou o apoio de alguém.
5. **PAGUE O CAFÉ DE ALGUÉM:** Um ato generoso para começar o dia.
6. **OUÇA COM TODA A ATENÇÃO:** Mostre que você valoriza o que seu colega de trabalho está dizendo.
7. **ENVIE UMA MENSAGEM DE TEXTO DE INCENTIVO:** Ofereça apoio e motivação.
8. **OFEREÇA AJUDA NUMA TAREFA:** Ajude um colega de trabalho que esteja com dificuldades ou sobrecarregado.
9. **COMPARTILHE SEU CONHECIMENTO:** Forneça dicas ou insights a partir de sua experiência.
10. **CELEBRE AS CONQUISTAS:** Reconheça e comemore as realizações.
11. **TRAGA GULOSIMAS:** Surpreenda sua equipe com lanches, doces ou salgadinhos.
12. **DEIXE UMA MENSAGEM POSITIVA:** Escreva um bilhete motivacional ou de agradecimento.
13. **ORGANIZE UM ALMOÇO PARA A EQUIPE:** Organize um almoço ou uma confraternização fora do escritório.
14. **ESTEJA ATENTO AO SEU TOM DE VOZ:** Use um tom amigável e respeitoso.
15. **RESPEITE O ESPAÇO PESSOAL:** Respeite a privacidade e o momento de silêncio.
16. **COMPARTILHE FEEDBACK POSITIVO:** Compartilhe as coisas boas que você ouvir sobre um colega de trabalho.
17. **RECONHEÇA OS ESFORÇOS:** Reconheça o trabalho árduo e a dedicação.
18. **ELOGIE EM PÚBLICO:** Elogie um colega de trabalho numa reunião da equipe ou num e-mail em grupo.
19. **SEJA PONTUAL:** Respeite o tempo dos outros sendo pontual.
20. **CRIE UM AMBIENTE ACOLHEDOR:** Faça com que os novos funcionários se sintam bem-vindos.
21. **RESPEITE AS OPINIÕES:** Ouça e leve em consideração opiniões diferentes.
22. **SEJA PACIENTE:** Demonstre paciência com os colegas de trabalho que estão aprendendo ou têm dificuldades.
23. **INCENTIVE PAUSAS:** Lembre aos colegas que devem fazer pausas e recarregar as baterias.
24. **SEJA UM MENTOR:** Ofereça orientação e suporte a colegas menos experientes.
25. **DEMONSTRE EMPATIA:** Seja compreensivo e solidário nos momentos difíceis.
26. **CELEBRE DATAS IMPORTANTES:** Comemore aniversários e datas importantes de trabalho.
27. **OFEREÇA FEEDBACK CONSTRUTIVO:** Forneça feedback útil visando melhorias.
28. **SEJA INCLUSIVO:** Inclua todos nas conversas e atividades.
29. **SEJA UM BOM OUVINTE:** Dê atenção total quando alguém estiver falando.
30. **DÊ O DEVIDO CRÉDITO:** Reconheça as contribuições de outras pessoas nos sucessos.

INSCREVA-SE AQUI
ESPALHE GENTILEZA