

NEWSLETTER



Ausgabe Juli/Sommer/2019



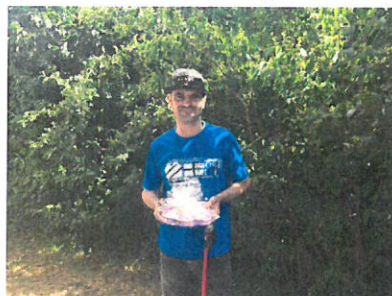
Sehr geehrte Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen,

Sommer, Sonne, Sonnenschein... wir haben für Sie Tipps Ratschläge gesammelt damit alle gut durch den heißen Sommer kommen.

In diesem Sinne wünscht das Team von HR Management Personaldienstleistungen GmbH & Co. KG Ihnen und Ihrer Familie einen schönen Sommer.

„Erfolgreiche Übernahmen – Zeitarbeit wie sie sein soll!“

Unsere NL in Gotha und Offenburg verabschiedeten erneut Mitarbeiter erfolgreich in ihre Einsatzunternehmen. Wir wünschen unseren ehemaligen Mitarbeitern alles Gute!



!!Freie Stellen zu besetzen!!

Unsere NL in **Offenburg** sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt Mitarbeiter (m/w/d) für die Produktion und Montage mit handwerklichem Geschick, sowie Mitarbeiter in der Verpackung/Qualitätskontrolle 2-3 Schicht.

Für unsere Kundenunternehmen Eckart am Standort **Wackersdorf** suchen wir Produktionshelfer für die Metallpulverherstellung (m/w/d) und Chemiewerker (m/w/d).

Unsere NL in **Gotha** sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt Mitarbeiter (m/w/d) für die Produktion in Tagschicht am Standort Eisenach, sowie Mitarbeiter für die Logistik im Raum EF-Kreuz ebenfalls in Tagschicht. Für den Raum Waltershausen suchen wir erfahrene Elektriker, Werkzeugmacher, Instandhaltungsmechaniker und Verfahrensmechaniker Kunststoff/Kautschuk. Schlosser/Schweißer aller Verfahren und Mechatroniker werden für den Raum Gotha gesucht.

Mitarbeiter werben Mitarbeiter“ Sollten Sie in Ihren Bekannten- oder Verwandtenkreis jemanden haben, der auf Arbeitssuche ist oder sich beruflich verändern möchte, dann empfehlen Sie uns! Es lohnt sich für Sie! Für jeden empfohlenen Mitarbeiter der ohne Fehlzeiten, zwei Monate gearbeitet hat erhalten Sie 250 € in Form von Gutscheinen Ihrer Wahl.



☀️ WISSENSWERTES ☀️

Der Sommer brennt. In diesem Sommer soll die Temperatur in einigen Gebieten Deutschlands auf bis zu 40 Grad steigen. Was tun bei Hitze? Wir haben für Sie eine Reihe von Tipps zusammengestellt, mit denen Sie die Hitzewelle besser überstehen.

1. Was tun bei Hitze? Mehr trinken!

Das Wichtigste bei Hitze und heißen Temperaturen: viel trinken. Und zwar nicht nur, wie für normale Temperaturen empfohlen 1,5 – 2 Liter, sondern lieber 3 Liter (sofern keine gesundheitlichen Gründe ausdrücklich dagegen sprechen)

2. Bei Hitze Alkohol und Koffein meiden

Auch wenn es gerade jetzt schön ist, sich mit Drinks auf Balkon oder Terrasse zu setzen: Belassen sie es bei einem Feierabendbier oder einem Gläschen Wein. Alkohol entzieht unserem Körper Flüssigkeit und Mineralstoffe – und verstärkt damit den Effekt der hohen Temperaturen.

3. Tipp bei Hitze: leichter essen

Besonders empfehlenswert sind wasserreiche Früchte. Optimal sind dabei zum Beispiel Gurken, Tomaten, Zucchini, Pfirsiche oder Erdbeeren und Melonen – diese sind nicht nur wasserreich, sondern auch lecker. Schwer bekömmliche und auch weniger nachhaltige Speisen wie Wurstplatten sollte man besser vermeiden.

4. Bei Hitze die kühlen Orte suchen

Passen sie ihren Tagesablauf der Hitze an, sofern das eben möglich ist. Zum Beispiel: Früher aufstehen und arbeiten, wenn es noch kühl ist. Halten sie sich mittags in kühlen Räumen auf und beschränken sie ihre Aktivitäten im Freien auf die Morgen- und Abendstunden.

5. Sich gegen Hitze schützen

Sollte es ihnen nicht möglich sein, während der Hitze in einem kühlen Raum zu bleiben, halten sie sich wenigstens im Schatten auf und vermeide sie die direkte Sonneneinstrahlung. Tragen sie leichte und nicht einengende Baumwollkleidung in hellen Farben.

6. Bei Hitze die Wohnung kühl halten

Nichts ist im Sommer unangenehmer als eine aufgeheizte Wohnung, denn dann kann man nachts nicht schlafen. Lüften sie daher nur nachts und morgens und dunkeln sie tagsüber ihre Räume mit Vorhängen oder Rollläden ab – so bleibt die Hitze draußen.

Weitere Informationen finden Sie bei:

