

## **TREBALLEM PER VIURE. POSEM FRE A L'ASSETJAMENT PSÍQUIC**

- 1. El teu sou es conseqüència d'un acord entre els sindicats i la Caixa. No depèn ni de tu ni del teu superior. Per tant, el teu sou no pot justificar l'allargament de la jornada laboral, les reunions a les tardes, sobreesforços psíquics, etc...**
- 2. Mantingues una actitud relaxada i positiva. Treballar amb una tensió constant debilita el teu organisme.**
- 3. La teva presència al lloc de feina fora de l'horari laboral és sempre voluntària. No anteposis la feina al teu benestar familiar, físic o psíquic.**
- 4. El "presentisme" no és producció. Treballant més hores no faràs millor la feina.**
- 5. Si allargues la jornada laboral, tu perds salut, l'empresa estalvia empleats, sous i cotitzacions.**
- 6. Si les exigències superen les capacitats, és un problema de l'organització, no de l'empleat.**
- 7. Treballar per sobre la teva capacitat, no te preu, però ho pots pagar car.**
- 8. L'únic criteri de treball vàlid és aquell que és legal i normatiu.**
- 9. Les persones jurídiques no tenen límits físics, les persones humanes sí. No deixis que una persona jurídica delimiti quins són els teus límits.**
- 10. No estàs sol. Confia en el SEC. Compartim els teus problemes i t'ajudem a resoldre'ls.**