



Geboorte

- 17-12-2016
Chelsey Verlinde

Datum Januari 2016
Nieuwsbrief 1

Nieuwsbrief

Nieuwjaarsborrel

Dit jaar vind de nieuwjaarsborrel wederom plaats in de Paerdestal in Terneuzen op 20 januari 2017 van 19:00 tot 22.00. Alle werknemers zijn welkom voor een toast op het nieuwe jaar.

Kennismaken met Wendy

Hallo collega's, Mijn naam is Wendy Vermeulen en ben sinds begin december werkzaam bij jullie. Hiervoor werkte ik als inkoper bij groente en fruithandel Dees uit Terneuzen, dus dit is heel wat anders! In het begin loop je overal tegenaan en komt er veel op je af. De 1^e week ben ik met Remco meegereden. Het viel me gelijk op wat een papierwerk er bij komt kijken. Als je nog nooit in een haven geweest bent, weet je echt niet wat je ziet! Bulderende kranen, bakken die door de lucht vliegen, pasje hier, tarcode daar. Een interchange, liner certificaat, kaai 1333, 1742 en ga zo maar door. Op vrijdag bij kaai 1742 bleek mijn Alphapas verlopen te zijn, dus mocht ik er niet op. Ik heb daar ongeveer 2 uur aan de poort gestaan en gekeken naar alle chauffeurs. Het lijkt wel of je

op een vliegveld staat; wat een variëteit aan nationaliteiten. Door veel te vragen ben ik veel te weten gekomen en denk dat Remco in de avond wel uitgepraat was. De 2e week mocht ik zelf rijden. Jan reed dezelfde rit als mij. Ik mocht met de Renault van Kevin rijden, alle pasjes lagen keurig klaar. Na eerst de auto een beetje te leren kennen ging het best lekker om vooruit te rijden. Achteruit rijden is een stukje lastiger, maar door het te doen gaat het steeds beter. Met de bakkies konden we met elkaar praten, maar die van Kevin valt soms uit. Toen we bij de Britannia kaai in Zeebrugge waren, viel Jan weg en was ik hem kwijt. Ik stond in een rij en ben er afgereden. Ik moest toen de keuze maken; Brugge of Knokke Heist. Ik koos Brugge. Fout! Na een tijdje besloot ik de auto aan de

kant te zetten en kantoor te bellen. Ik stond in Lissewege voor de Pimpernel. Toevallig een Groente- en Fruitzaak. Na een paar telefoontjes kwam Jan me ophalen en we reden, na een paar grappen weer richting Sluis. Kortom, als beginnend chauffeur moet je veel leren. Door veel te vragen kom je een heel eind zeker als iedereen erg behulpzaam is. Hoe was je een vrachtwagen? Hoe werkt de boardcomputer? Wanneer laat je de luchtvering zakken? Wat betekent die melding? Onderweg kom je steeds weer nieuwe collega's tegen en zelfs dan is voor niemand iets te veel gevraagd. Het bevat me dan tot nu toe ook prima!

Met vriendelijke groet,
Wendy.

Aflossingsmarathon

Op 3 december heeft Swagemakers deel genomen aan de aflosmarathon van Dow. Het team is op de 81e plaats geëindigd van de 106 ingeschreven teams. In totaal heeft het team er 3 uur en 43

minuten over gelopen met een gemiddelde snelheid van 11,6 kilometer per uur. Het was een mooie dag om te lopen en er waren veel kijkers onderweg. De volgende loop is de

mammoetloop op 5 februari 2017 in Cadzand-Bad. Interesse?? Neem contact op met HR.





Funfact: Whatsappen tijdens werktijd: geen loon

Is een werknemer onder werktijd continu bezig met het versturen van WhatsApp berichten, dan kan de rechter deze tijd aftrekken van de vakantiedagen. Zo blijkt uit onderstaande rechtszaak. Wat was er precies aan de hand? Een werknemer had bij uitdiensttreding meer dan 200 uur over, maar zijn werkgever wilde die uren niet uitbetalen. De werkgever had namelijk ontdekt dat de hij met een ter beschikking gestelde gsm een groot

aantal WhatsApp-berichten had verstuurd en ontvangen tijdens werktijd. Het ging om liefdesberichten naar en van diverse dames, die voor afleiding, fouten en improductiviteit hadden gezorgd. Dit was in strijd met een telefoonreglement. De werkgever berekende dat de kosten van het App-gedrag hoger waren dan de waarde van de vakantie vakantiedagen. De werknemer stapte naar de rechter. Die oordeelde dat de werkgever de vakantiedagen

wel moest uitbetalen, maar dat hij de tijd voor de appjes er mocht afhalen. De rechter stelde vast dat er in ieder geval 1.255 appjes waren uitgewisseld en schatte dat de werknemer per bericht zo'n 2,5 à 3 min niet had gewerkt. De totale tijd werd vermenigvuldigd met het uurloon. Er werd € 1.500 in mindering gebracht door de rechter op de kosten van de vakantiedagen.



Terugblik jubileum

2016 was het jaar van ons jubileum en ik kijk met erg veel plezier en voldoening terug op beide feesten. In juni eerst het personeelsfeest. Het is lastig om een feest te organiseren dat voor iedereen aanspreekt. Ons eerste idee was om een weekend weg te gaan maar hiervoor was te weinig interesse. Daarom werd er gekozen voor een dagprogramma en ik moet een groot compliment geven aan de organisatoren Wendy en Brenda want het werd een fantastische dag. Wat mij bij is gebleven is het plezier van de mensen en de goede onderlinge omgang met elkaar. Natuurlijk is de busrit naar huis ook iets wat ik niet snel zal vergeten, super sfeer en dat was echt te danken aan de

deelnemers, top!!!! In november hadden we het feest voor onze relaties. We hadden van tevoren gerekend op zo'n 180 mensen maar het aantal aanmeldingen oversteeg elke verwachting. Uiteindelijk waren er 240 mensen aanwezig. Veel relaties namen de moeite om aanwezig te zijn en wilden laten zien dat ze het bedrijf waarderen. Ook dit werd een top feest. De organisatie was wederom super en we kregen veel complimenten. Ik wilde onze relaties tijdens dit feest laten zien waar wij onder andere voor staan, namelijk een professionele organisatie die het belang van zijn klant voorop stelt. Gezien alle reacties achteraf is dit meer dan goed gelukt. Ten slotte hebben we tijdens

dit feest ook samen met de klanten twee goede doelen ondersteund. Het totale bedrag dat werd opgehaald was € 9255,00. Dit is verdeeld onder Stichting Reyntje en Stichting Mascara. Voor mij was dat een dankbaar iets om te mogen doen. Uiteindelijk zijn deze organisaties erg belangrijk in onze samenleving en dan voelt het goed als je als bedrijf daar je steentje aan mag bijdragen.

Kortom, 2016 was een spannend en bewogen jaar voor mij persoonlijk vanwege het jubileum maar ik kijk er met veel plezier en voldoening op terug. Iedereen die hieraan zijn steentje heeft bijgedragen, BEDANKT!!!



Vitaliteit: Krachttraining verlicht rugpijn

Mensen die sporten om hun lage rugpijn te verlichten, kunnen het beste aan de gewichten gaan hangen. Tot die conclusie komen onderzoekers van de Canadese Universiteit van Alberta. Doel van dit onderzoek was om te bepalen of PT er voor zou zorgen dat kracht zou toenemen, verminderen van pijn en invaliditeit en het verbeteren van de kwaliteit van het leven.

Mensen met chronische rugpijn die met gewichten training, hebben na 16 weken 60 procent minder last van hun pijn. De rug van de groep die begon met joggen en het lopen op een loopband verbeterde in dezelfde periode met slechts 12 procent.

Volgens de onderzoekers heeft dit ermee te maken dat krachttraining helpt om beter

met pijn om te gaan. Bovendien wordt je hele lichaam aangesterkt, waardoor je de hele dag door minder moe bent. Conditietraining zoals hardlopen heeft voornamelijk effect op je onderlichaam.

Allebei de trainingen hadden ook andere gezondheidsvoordelen, zoals een lager gehalte aan lichaamsvet.





SWAGEMAKERS

INTERMODAAL TRANSPORT BV

Finlandweg 10

4554 LW - Westdorpe

Havennummer 3117

Telefoon: 0115 477 477

www.swagemakers.nl