

1€10

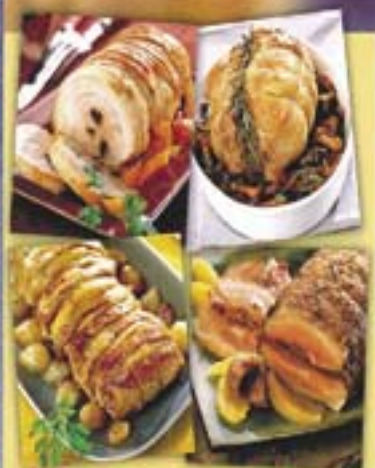
N°993 Du 7 AU 13 novembre 2005

# Maxi

**Arrêtez de douter !**  
Nous sommes toutes de bonnes mères !



**Nos trucs pratiques vont vous simplifier la vie**



**Nos recettes conviviales De bons rôtis bien dorés !**



L'homme était si sympathique...

**“Je n'ai pas vu que ma fille était devenue la victime d'un pédophile !”**



Douleurs  
Tendinite  
Arthrose

**Découvrez un remède efficace !**

T 03322 - 900 - F: 1,10 €



**Ce qu'il faut manger pour garder toute votre famille en bonne santé**

Avec nos collègues féminines, on discute et on copine plus souvent qu'avec les hommes, mais on se compare et on s'agace parfois plus aussi... Voici quelques petits conseils pour éviter les pièges.



**Vous travaillez entourée de femmes ?**

# Les secrets d'une cohabitation réussie !

## Avec la maternelle

**S**ous prétexte qu'elle est plus âgée que vous et depuis plus longtemps dans l'entreprise, celle-là est toujours sur votre dos à vous expliquer ce que vous devez faire... Et vous commencez à étouffer !

### Comment faire ?

Puisqu'elle est de bonne volonté, profitez-en ! Demandez-vous comment vous pouvez l'utiliser. Quand elle vous propose de venir avec elle déjeuner en compagnie d'un client ou d'un fournisseur, acceptez si cela vous intéresse. En revanche, si elle vous réserve systématiquement tous les midi une place à côté d'elle à la cantine, dites-lui que vous préférez choisir vous-même votre table. Lorsqu'elle offre de vous aider dans votre travail, remerciez-la toujours, mais expliquez-lui que vous viendrez la voir seulement si vous rencontrez une grosse difficulté !

## Avec la jalouse

**E**lle souligne sans arrêt ce que vous avez et qu'elle n'a pas : un meilleur salaire, l'amitié des collègues, l'attention du chef, un bureau plus agréable...

### Comment faire ?

Surtout, ne vous rabaissez pas à vous trouver des excuses. Lui dire : « Oui, le boss me préfère parce que je n'ose jamais râler » ne servira à rien. Elle trouvera toujours un autre motif pour être jalouse... Mieux vaut essayer de la valoriser (« Tu es très bien organisée », « J'admire ton efficacité »). Faites-lui des compliments au moment où elle ne s'y attend pas. Si elle envie le charme que vous exercez sur les collègues masculins, répondez-lui avec humour (« Ça, c'est l'inconvénient de ressembler à Claudia Schiffer ! »). N'hésitez pas à la charrier gentiment si l'occasion se présente (« Le petit nouveau a l'air de bien l'apprécier... »).

## Avec la jeunette

**P**arce qu'elle a été embauchée récemment, elle est l'exact opposé de la collaboratrice maternelle : elle vous demande conseil sur tout et vous prend pour sa « maman du bureau ».

### Comment faire ?

Même si vous vous sentez valorisée, refusez de la prendre en charge. Lorsqu'elle vous demande de l'aide, dites-lui de faire toute seule ce qu'elle peut et de ne vous appeler que si elle a une question précise. Rappelez-lui qu'elle a été embauchée parce qu'elle avait les compétences pour remplir ses fonctions et traitez-la comme une collègue à part entière. Si elle semble vous en vouloir, expliquez-lui gentiment que si vous refusez de la protéger, c'est justement pour l'aider à avoir davantage confiance en elle et à s'intégrer.

Merci à Jane Turner, psychologue clinicienne et coach à la DDD, organisme de formation au développement personnel et professionnel.

Catherine Ballo

## En bref...

### Net

#### UNE AGENCE D'INTERIM POUR RETRAITÉS

« Actif Senior Plus », la première agence de travail temporaire pour retraités, vient d'ouvrir ses portes pour permettre aux seniors de retravailler et aux entreprises de bénéficier de salariés. 750 000 Français cumulent aujourd'hui emploi et retraite. <www.actifsenior.com> ou 01 70 62 94 50.

### Actu

#### LE BÂTIMENT SE MOBILISE POUR LES PREMIERS SECOURS

Parce qu'il suffit parfois de gestes très simples pour sauver une vie, l'organisme professionnel de la prévention du bâtiment et des travaux publics, en partenariat avec la Croix-Rouge, a choisi d'animer 5 000 sessions de « sensibilisation aux premiers secours » dans toute la France, sur les chantiers comme dans les entreprises. C'est la première fois qu'une branche professionnelle entière se mobilise pour une telle cause ! Pour s'inscrire à une session, composez ce numéro : 0 820 820 220.

### Info

#### LES PATRONS ET LES COURRIELS

Voici une info pour celles et ceux qui ont l'habitude de « faire du mail » sur leur lieu de travail. Selon une étude réalisée auprès de 840 directeurs informatiques en France, 71 % des entreprises surveillent les courriels de leurs employés ! Alors, faites attention à vos propos car votre patron n'est peut-être pas très loin !