



H. Hart Services  
Budastraat 30, 8500 Kortrijk  
Tel. : 056/321 000  
[www.h-hart.be](http://www.h-hart.be)  
Like us on Facebook: Zorggroep H.Hart

## PERSONEELS@VALVAS



### NIEUWJAARSRECEPTIE 1/02

Wij wensen al onze medewerkers de beste wensen voor het nieuwe jaar en hopen jullie talrijk te mogen ontvangen op onze nieuwjaarsreceptie morgen, **donderdag 1/02 in Budakitchen, Dam 2b te Kortrijk, van 18.00-21.00 !!!** Geef een seintje als je erbij kan zijn...

### WIJ VERHUIZEN

Halverwege 2024 verhuist ons dienstkantoor te Wevelgem naar een nieuw kantoor gelegen in de Vanackerstraat te Wevelgem. Het nieuwe pand is iets kleiner maar ligt pal in het centrum, juist om de hoek van het huidig kantoor. Verder info volgt...



## INDEXATIE LONEN

In januari is er een nieuwe indexatie van de lonen met 2%

## WELZIJN OP HET WERK -Gezonde Voeding

### Wistje-datje

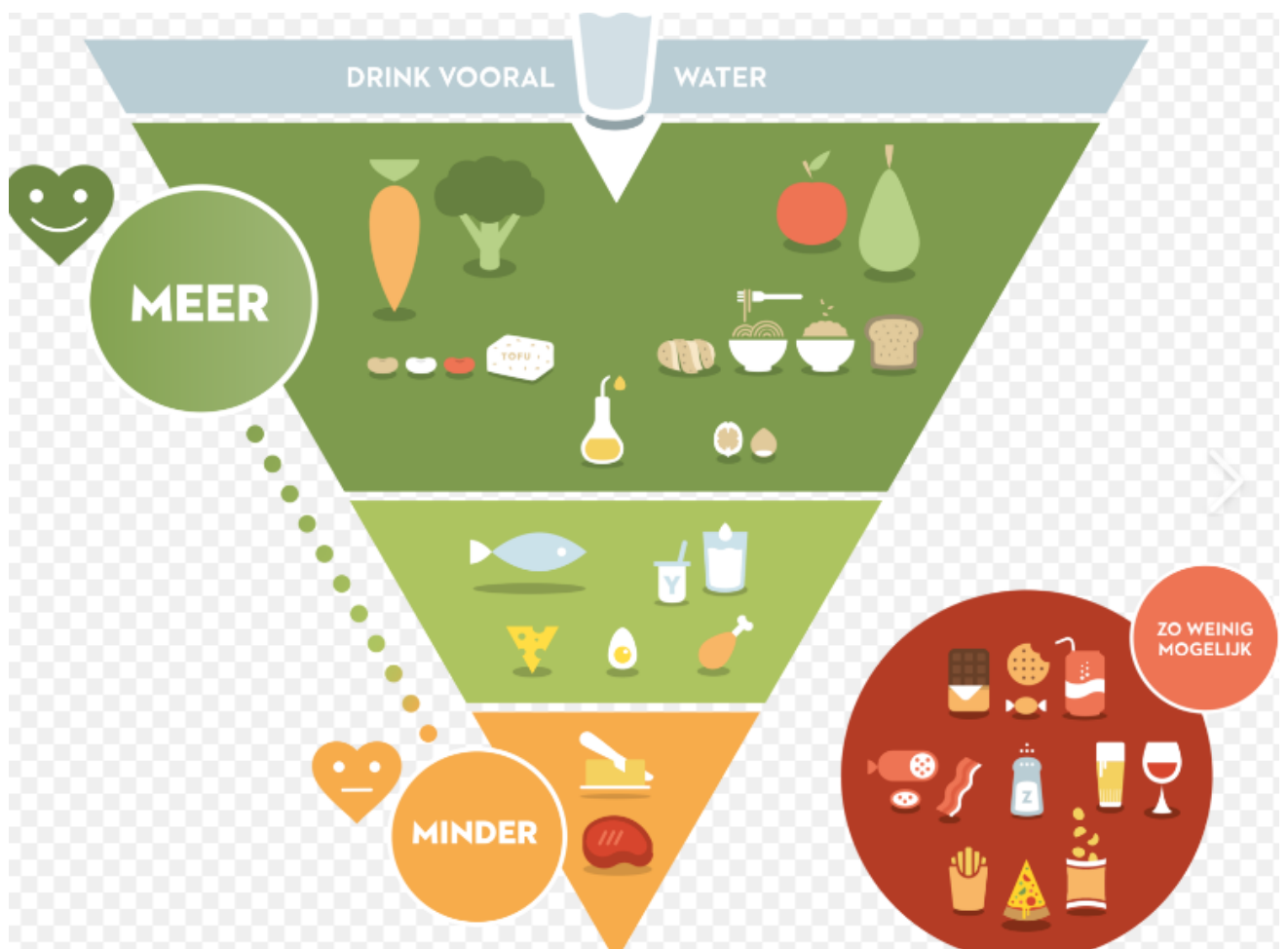
Huishoudhulpen hebben vaak niet veel tijd, of slechts een korte middagpauze tussen hun klanten door. Met andere woorden, niet veel tijd om te eten! Vaak zorgt dit ervoor dat we vlug iets ongezonds eten in de wagen of dat we kiezen voor afhaal.

### Uw gezondheid

Maak tijd om te eten & drinken!!! Gezonde voeding zorgt ervoor dat we ons fitter voelen, meer energie hebben en ook minder blessures oplopen.

### TIPS

- Maak 's avonds uw maaltijd voor 's anderendaags smiddags klaar.
- Zorg voor een **gezond tussendoortje** zoals bvb: een appel, noten, rijstwafels, yoghurtje, wortel --> verhoogt ook de productiviteit én zo gun je uw lichaam rust door eventjes pauze te nemen.
- Respecteer de voedingsdriehoek: is iets al dan niet gezond?



- Vérifiez le nutri-score en magasin. A=+++



- Drink voldoende water en minder/geen frisdrank --> drink je niet graag water? Koop of maak je eigen gearomatiseerd water.



## HUISHOUDTIP VAN DE MAAND: Wasmachine onderhouden!

Stinkende wasmachine? Wanneer je gebruik maakt van vloeibaar wasmiddel, te weinig wast op hoge temperaturen of je de machine te weinig verlucht, dan kunnen zeepresten aanwezig blijven in je machine.

Deze kunnen in je trommel achterblijven of tussen het rubber van je machine blijven zitten. Huidschilfers in combinatie met zeepresten vormen de ideale voedingsbodem voor bacteriën zoals wasluis.



### TIPS:

- Was 1 à 2 keer per maand op 90 graden. Of gebruik regelmatig het programma 'Machine Clean'.
- Handdoeken en beddengoed kan je makkelijk op hoge temperaturen wassen.
- Zet de deur van je machine zoveel mogelijk open zodat de binnenkant kan uitdrogen.
- Laat je machine draaien met twee vaatwastabletten in het zeepbakje.
- Verwijder maandelijks de achtergebleven zeepsresten tussen de rubber.

## WEBSITE

Log in op onze website met uw persoonlijke LOG IN werknemer en lees belangrijke info....

[www.hhartservices.be](http://www.hhartservices.be)

Home Klantenzone Vacatures Servicekantoren FAQ

**Login werknemers**

**H.Hart Services**  
De beste service in het huishouden regio Zuid-West Vlaanderen.  
Bekijk onze servicekantoren

**H. HART@WORK**

Ref : WB/US/2018.V.