



**NORMAS DE BUENOS
MODALES CONVIVAMOS
CON RESPETO**

Editado por:
Compañía Minera Poderosa S.A.
El Poder del Esfuerzo Conjunto

Gerencia del Sistema Integrado de
Gestión y Responsabilidad Social
Subgerencia de Responsabilidad
Social y Comunicaciones
Superintendencia de Recursos
Humanos
Departamento de Bienestar Social

Departamento de Comunicaciones
Av. Primavera 834, Surco, Lima
Impresión: Comunica2 S.A.C.
Diseño: Creative Impulse S.A.C.

Comité editorial:

Ismael López.
Luis Zamora
Jimena Sologuren

Edición: Lourdes Gonzales
Pataz - Perú
Mayo, 2020

EDITORIAL

Sabemos que las costumbres cambian con el tiempo, pero los buenos modales no; estos nacen en el hogar y permanecen a lo largo de nuestras vidas.

Es muy agradable tratar con una persona que tiene un buen comportamiento, gestos de amabilidad y palabras que demuestran consideración y respeto hacia los demás.

Este manual nos ayudará a recordar los buenos modales que nos enseñaron en nuestro hogar, y nuestra tarea será ponerlos en práctica diariamente por respeto a los demás y ponerlo de ejemplo a las nuevas generaciones.



¿Qué son los buenos modales?

Es un toque distintivo de cada persona, que permiten mostrar tu buena educación con naturalidad y sencillez.

Es la expresión de lo mejor que tiene cada uno dentro de si y se expresa el nivel de conciencia que tenemos hacia la dignidad de los demás.

¿Por qué son tan importantes?

Aunque tal vez no lo hayamos pensado, la cortesía y los buenos modales nos abrirán las puertas hacia una vida exitosa y feliz. Respetaremos y seremos respetados.



SALUDA AL INGRESAR Y AL ABANDONAR UN LUGAR

“Buenos días”, “Buenas tardes”,
“Hasta luego”, “Buenas noches”.

Un simple saludo o despedida pueden hacer la diferencia.

Indican respeto por el resto de la personas, buenas costumbres.



DAR LAS GRACIAS



Dar las gracias permite cerrar un ciclo, y cada vez que lo hacemos, dejamos detrás una huella que se valora lo que la contraparte hizo.

Aunque la persona que nos haga un servicio esté cumpliendo con su trabajo, aunque sea lo esperable que realice determinada acción, No es difícil, y aporta mucho.

PEDIR POR FAVOR:

En lugar de dar una orden, o de exigir un servicio porque se está pagando, el pedir por favor necesariamente implica que la contraparte adoptará una actitud positiva.

No se trata de rogar, no se pierde el orgullo, no es ser menos valientes. Es una cortesía, una frase breve que puede hacer una gran diferencia.



... Alo...
buen día en
que le puedo
ayudar

- El respeto nos permite reconocer, aceptar, apreciar y valorar las cualidades y derechos de las personas que tenemos cerca.

Contesta el teléfono con amabilidad.

Sacarse el gorro, sombrero o lo que sea que tengamos en la cabeza cuando estemos en una situación formal.

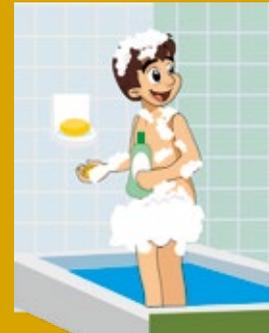
Cada vez que se participe de una ceremonia formal, misa, es indispensable retirarse el gorro o sombrero en señal de cortesía por el acontecimiento.



- No abras una puerta que esté cerrada, sin tocar previamente.

La imagen personal

El aspecto personal es parte del respeto que se tiene a los demás. No se trata de hablar de una vestimenta cara, sino de las cualidades de pulcritud y buen gusto que proporcionan una buena base a la conducta social.



● Aseo personal

Una buena ducha media hora antes de la cita te garantiza, tanto en verano como en invierno, que tu cuerpo permanezca limpio y fresco durante toda el día.



- **Escuchar sin interrumpir, en vez de hablar todos a la vez:** Sana costumbre, buenos modales. El que habla más fuerte no es el que tiene algo más importante que decir. Aprende a mostrarte en desacuerdo de manera cortés.
- Cuida el tono de tus palabras para no ofender al otro. Asume la responsabilidad de tus palabras y tus actos, si es necesario disculparte, hazlo. Practica la tolerancia y piensa antes de hablar.

- **Mirar a la cara a quien te está hablando y no al celular:** No eludir las miradas, no ver hacia otro lado en señal de aburrimiento y es una falta de respeto al que tenemos en frente.
- Mira a la cara, presta atención, muestra interés de lo que nos quieren comunicar.
- Evita iniciar una conversación mientras masticas chicle.
- Debes tener cuidado de no hablar y masticar a la vez.



REGLAS BÁSICAS



Pide los objetos que están al otro extremo de la mesa sin incomodar a los demás.

Muestra modales adecuados en la mesa.



No juegues con la silla mientras estés sentado en la mesa.

Nunca te quites los zapatos debajo de la mesa.



- Evita ingerir cantidades grandes de comida a la vez, al momento de masticar te generará dificultad y mala apariencia.
- Ten cuidado de no hacer ruidos exagerados al momento de ingerir tus alimentos.



Recórtate y mantén tus uñas limpias.





No te rasques ni pellizques los pelos de la barbilla.



No introduces los dedos en las orejas ni en la nariz.

No te chupes ni muerdas el cabello.



Evita morderte las uñas.



No arrojes basura en la calle.

No orines en la vía pública



Ten en cuenta que ofrecer ayuda, con acciones simples, a alguien que lo necesite: Abrir una puerta, ayudar con una bolsa pesada, revivir las sanas costumbres para que la convivencia sea más amigable y feliz, con empatía, pensando en el otro, y contribuyendo a que todos nos desenvolvamos en un marco de respeto y, por cierto, de buenos modales.



PODEROSA

Los buenos modales nos ayudan
en todo momento