Como comer na marmita sem perder a classe

Se sua empresa disponibiliza uma cozinha, você está com sorte: pode compartilhar esse espaço e fazer dele um lugar de relaxamento – mas sem invadir o tempo e espaço dos colegas tá? Veja algumas dicas.

Onde se leva – procure potes que fecham bem e leve tudo em uma só bolsa térmica – evite entrar carregando várias sacolas que podem ser mais difíceis de acomodar no local.

Onde se armazena – também é importante: se não tiver uma geladeira, não seja folgado: determine um lugar no seu espaço de trabalho – de preferência fora da vista dos outros – para guardar seus potinhos até o momento de almoçar.

Copa comum e geladeira – lembre que a cozinha não é (só) sua.

Por isso, não fique de papo nas mesas após almoçar: outras pessoas estão esperando para comer. Coloque etiquetas com o seu nome nos potes para não dar problema e facilitar geral.

Micro-ondas – lembre-se de proteger ou mesmo tampar seu pote para que o conteúdo não espirre ou transborde. Se acontecer, limpe – simples assim.

Odores fortes – ninguém esquece quando alguém esquenta marmita com peixe ou pimentão… Evite.

Posso oferecer ao colega? – se oferecer alguma coisa especial que você trouxe, não insista. Cada um tem o seu hábito…

E não vale o contrario: nada de pedir ou comentar "está com uma cara ótima" – o colega pode ficar sem jeito e oferecer, mesmo sem a menor vontade. E aí, se ele oferecer você vai ter que experimentar – e gemer dizendo que está uma delicia…

Sem catequese – não insista que essa ou aquela de dieta é melhor. Uma coisa é trocar informações, outra, muito diferente é insistir em interferir no prazer – e único momento de lazer do dia – do outro…

Mesa de trabalho – evite comer na sua mesa. Tente separar os

dois espaços – afinal são atividades diferentes.

Se usar a mesa para comer– prepare o espaço: tire papéis, afaste o teclado e o PC, enfim, tome cuidados para que depois seu material não fique contaminado com restos de comida ou eventuais manchas de café – a imagem de desmazelo nesse caso é gritante…

Lixo é na copa – você comeu na mesa mas vai levantar e jogar os restos – inclusive os pratos descartáveis no lixo copa. Porque sim, os odores permanecem e pioram, acentuando-se ao longo do dia…

Almoço comunitário – sempre que tem alguém com uma receita delicia e um bolo especial. Como não dá para fazer isso todo o dia, que tal combinar – tipo toda segunda ou sexta feira do mês, um almoço compartilhado onde todos trazem a sua especialidade? Pode ser divertido e estreitam-se vínculos – além da gostosura de variar ao cardápio…