



CHARLA RECOMENDACIONES PSICOLÓGICAS SOBRE TELETRABAJO

Modalidad: Streaming

| Duración: 1 hora

| Código: 658833

Recomendaciones psicológicas para el teletrabajo

Esta charla está diseñada para proporcionar a los participantes las herramientas y conocimientos necesarios para llevar a cabo el teletrabajo de manera segura y efectiva, garantizando su bienestar físico y mental. A lo largo del programa, los participantes aprenderán a aplicar prácticas seguras en el entorno del hogar, siguiendo las directrices de seguridad establecidas por instituciones reconocidas como la ACHS y los consejos proporcionados por la OMS.

Objetivo de desempeño

Trabajar desde el hogar de forma segura física y mental, con el fin de desempeñar las actividades laborales asertivamente, según lineamientos ACHS y consejos OMS.

Participantes requeridos

Mínimo 10 y máximo 500 personas.

Tipo de evaluación

No aplica.

Público objetivo

Trabajadores, supervisores, jefaturas, comités paritarios, monitores, expertos en prevención, sindicatos y gerentes.

Contenidos de la charla

Módulo 1: Recomendaciones psicológicas para el teletrabajo

- El valor social del teletrabajo
- Consejos para los principales hitos del teletrabajo
- Preparando el día
 - Medidas preventivas
 - Símbolos
 - Actividad 1: Símbolos del teletrabajo
 - Símbolos al iniciar la jornada
 - Símbolos al finalizar la jornada
- Trabajando
 - Medidas preventivas
- Pausas
 - Medidas preventivas
- Al finalizar
- Medidas preventivas
- Teletrabajo dentro de casa con niños
- Medidas preventivas
 - Pausas

