



Tips para trabajar en casa

Consejos para largos períodos dentro de casa

Utiliza todas las herramientas que faciliten tu trabajo en casa y tu colaboración entre equipos.

Es importante estar informado y tomar medidas preventivas

- Enfocarnos en que, quedándonos en casa **estamos salvando vidas.**
- Hacer un acuerdo, mediante el cual, vamos a **colaborar y apoyarnos los unos a los otros. ¡Somos un equipo!**

Destina un espacio para trabajar, escoge un lugar dentro de tu casa donde minimices las distracciones.

- Sigue la rutina como si salieras a trabajar. **Levántate temprano, báñate y vístete.** Esto te pondrá en un estado diferente.

- Durante tu jornada laboral, **intenta enfocarte y concentrarte para sacar todas tus prioridades del día.** Una vez cumplida tu jornada disfruta con tu familia.

- Es clave que los padres, puedan desempeñar sus labores con sus hijos. Hacerles entender que **estamos haciendo un acto lleno de valor y sentido para el bienestar de todos.**



Toma descansos, levántate de tu escritorio y camina alrededor de tu casa.

Alianza
Team



En Alianza Team lo primero es nuestra
gente, cuidarnos es de todos.

Por conciencia y solidaridad
#Mequedoencasa