

RECOMENDACIONES GENERALES PARA EL TELETRABAJO

Candelaria
lundin mining

PLAN DE ACCIÓN
COVID-19

SI TRABAJA DESDE SU CASA, LA ASOCIACIÓN CHILENA DE SEGURIDAD (ACHS) Y MINERA CANDELARIA LE RECOMIENDAN LO SIGUIENTE:



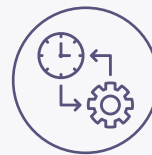
Evite distracciones externas. Converse con su familia sobre su situación laboral para evitar interrupciones.



Si tiene síntomas de agotamiento haga una **pausa activa para recuperar la energía.**



Separe las actividades laborales de las familiares.



Programe horarios para su descanso y alimentación.



Reporte diariamente el trabajo realizado a su supervisor.

Levántese a la misma hora tratando de **mantener una rutina cercana a la realizada en la oficina.**



Establezca reuniones periódicas en línea con su equipo de trabajo, para reforzar la interacción y evitar la sensación de aislamiento.

Evite trabajar en pijama o realizando una actividad diferente a su trabajo.

Asegure una **iluminación, temperatura y ventilación adecuada** en la habitación.

Mantenga su espacio de trabajo ordenado para evitar accidentes.

Tenga cuidado al **consumir alimentos o líquidos calientes mientras trabaja**, ya que puede derramarse y causar quemaduras.

Elija un lugar en su casa con **suficiente espacio para su estación de trabajo.**



⚠ **DETENER EL AVANCE DEL COVID-19 TAMBIÉN ES TU RESPONSABILIDAD**