

# Conoce estos útiles **consejos** para teletrabajar



1.

**Crea un espacio cómodo**



2.

**Establece un horario de trabajo**



3.

**Vístete para trabajar**



4.

**Haz descansos regulares**



5.

**Mantén el contacto con tus compañeros**



6.

**Destaca tareas por prioridad**



7.

**Realiza copias de seguridad con frecuencia**



8.

**Evita las distracciones**

*Vivir, tus aliados expertos en salud y vida.*