



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS



VIGILADO
SUPERINTENDENCIA FINANCIERA
DE COLOMBIA

CÓMO MANTENER LA COMUNICACIÓN SIN CONTACTO FÍSICO



Positiva Prevención



Positiva Prevención



Positiva Prevención



@PositivaCol



El emprendimiento
es de todos

Minhacienda



RECOMENDACIONES NIVEL PERSONAL



Las personas acostumbradas a tener mucha interacción con otras personas, pueden servirse de las llamadas y videollamadas para tener ese momento de actividad social.

Crear espacios de encuentro virtuales con amigos, como blogs de opinión, reuniones en plataformas virtuales como Zoom, Skype, Microsoft Teams, Facebook Live o jugar video juegos en línea, entre otros.

RECOMENDACIONES A NIVEL FAMILIAR

Evitar visitar a otros familiares donde haya abuelos, niños, adultos mayores. Mejor llámalos por teléfono o realiza una videollamada donde se puedan sentir escuchados y sientan tu cercanía así no estés presente físicamente.

Crear grupos en WhatsApp de la familia, donde puedan compartir mensajes de motivación, intercambiar ideas, brindar información y compartir sonrisas.



RECOMENDACIONES PARA EL TRABAJO

IMPLEMENTAR EL TELETRABAJO O EL TRABAJO EN CASA

Para empezar, hagamos un esfuerzo y encontremos las ventajas que tiene trabajar desde casa:

- Permite la conciliación familiar.
- Nos ahorramos los atascos, el tráfico y la contaminación.
- Puede mejorar la eficiencia de los empleados.
- Podemos organizarnos a nuestra manera.
- Es una oportunidad para aprender a trabajar de este modo.

BIBLIOGRAFÍA

<https://www.psicologosparavalencia.es/wp-content/uploads/2020/03/coronavirus-guia-psicovida10.pdf>



Para más información y contenidos de Prevención Psicosocial y otros temas de interés en Covid 19 consulta los siguientes enlaces de contacto:

Para tele asistencia psicológica, ingresa a:



APP Conexión Positiva

Disponible para descargar en APP Store y Play Store

Si ya estás registrado, accede con tu usuario y contraseña.
En el home encontrarás el ícono de Positivamente a tu lado

Si no estás registrado, sigue los pasos para crear tu usuario



En Posipedia: Nuestro Centro Virtual de Seguridad y Salud en el Trabajo (botón prevención de enfermedades respiratorias - CORONAVIRUS)

<https://portal.posipedia.co/>

En nuestras redes sociales



@PositivaPrevención



@PositivaPrevención



@PositivaPrevención



Positiva Colombia

www.positiva.gov.co



El emprendimiento es de todos

Minhacienda