

¿Quieres promover el modelo de teletrabajo?

# Diplomado virtual en TELETRABAJO para organizaciones

Contribuye al logro de tus objetivos organizacionales.



**7 semanas**



**5 módulos**



**48 hrs de trabajo**

# Diplomado de Teletrabajo



5. Regulación

1. Introducción

4. Pilares del bienestar



2. Efectividad

3. Liderazgo

## Introducción

1. Evolución del trabajo
2. Análisis del entorno y de las circunstancias cambiantes
3. Generaciones en el trabajo
4. Crisis vs. Oportunidad: ¿cuál decides?
5. Panorama general del Diplomado (objetivos particulares y metodología)

## Efectividad

1. Definición de efectividad
2. Definición/enfoque del trabajo en casa
3. Ventajas y desventajas del trabajo en casa
4. Características requeridas
5. Cómo gestionar los equipos remotos
6. Administración efectiva y monitoreo de la productividad
7. Buenas prácticas para evitar distracciones y ser más productivo
8. Socialización y salud
9. Herramientas para el trabajo colaborativo a distancia

## Liderazgo

1. La importancia del liderazgo en la nueva normalidad
2. ADN de los líderes
3. Liderazgo a distancia
4. Liderazgo post-pandemia

## Bienestar físico

1. Cuida tu salud y alimentación
2. Ejercicio físico y pausa activa
3. Ergonomía y mi espacio de trabajo
4. Herramientas de trabajo: tecnológicas y físicas

## Bienestar social

1. Sentido de pertenencia y comunidad
2. Las relaciones en casa y a la distancia

## Bienestar psico-emocional

1. El bienestar emocional y la salud mental
2. Psicología positiva
3. Manejo y gestión de las emociones y el estrés
4. El sueño y el descanso necesario
5. Autoestima y confianza
6. Mindfulness: aprende a relajarte y aumenta tu energía
7. La neurociencia, el Coaching y em mentorig como herramientas prácticas

## Bienestar financiero

1. Entendiendo la economía y su impacto en las decisiones financieras
2. Metas financieras y presupuesto personal
3. Disminución de deudas y previsión financiera
4. Emprendimiento: aspectos financieros básicos para tu propio negocio

## Regulación

1. Principales desafíos y mejores prácticas / Teletrabajo
  - a) Sobre tiempo, balance familia y trabajo
  - b) Protocolo y reversibilidad
  - c) Herramientas y gastos
  - d) Monitoreo y productividad
  - e) Riesgos de salud
  - f) Límites territoriales

## Logística del programa

1. Ambiente virtual (vía ZOOM)
2. 48 hrs duración total
3. Sesiones de dos horas de duración cada una
4. Sesiones tipo taller con dinámicas y actividades en equipo
5. Entrega de Diploma de participación cumpliendo el 90% de asistencia y las actividades asignada

## Inversión

- \$ 18,500 más IVA por participante / formato abierto
- \$ 295,000 más IVA por grupo de 20 personas / formato cerrado