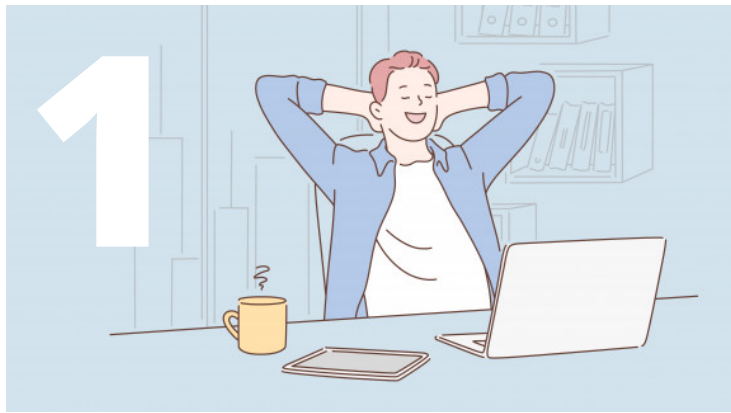


5

TIP'S PARA TRABAJAR EN CASA



PLATICA CON LA FAMILIA

Es parte importante de tu cotidianidad

Solicita apoyo a tus familiares, que te den tu espacio y tomen con seriedad tu quehacer, hazles saber que te encuentras trabajando, así evitarás distracciones.



BUSCA UN BUEN ESPACIO PARA TRABAJAR

La sala es cómoda, pero...

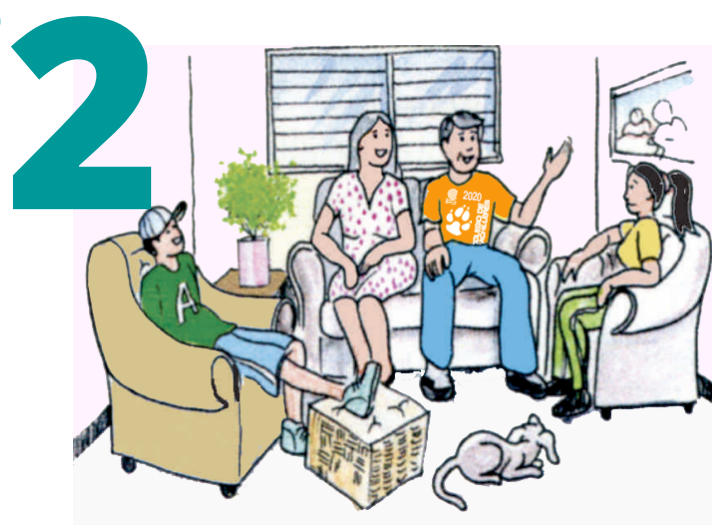
Busca un espacio con buena iluminación, y ventilación, lejos de distractores.



SAL DE LA CAMA Y ARRÉGLATE

Tu imagen dice mucho de ti

Prepárate como si fueras a salir, esto te servirá para tomarte en serio el trabajo y evitará la tentación de procrastinar.



PREPARA TUS MATERIALES

Todo lo que utilizarás en un mismo lugar

Asegúrate de contar con todos los materiales que utilizarás para realizar tus actividades (luz, internet, calculadora, computadora, aplicaciones instaladas, libros, etc.).



ESTABLECE UN HORARIO

Administra tu tiempo

Establece un horario de trabajo, recuerda asignar un tiempo para desayunar y comer, ir al baño y quizá unos minutos de esparcimiento.

