



PROYECTO RETAIL

CONTENIDOS ADICIONALES

COVID-19 y el
teletrabajo en el
sector minorista

PROYECTO RETAIL



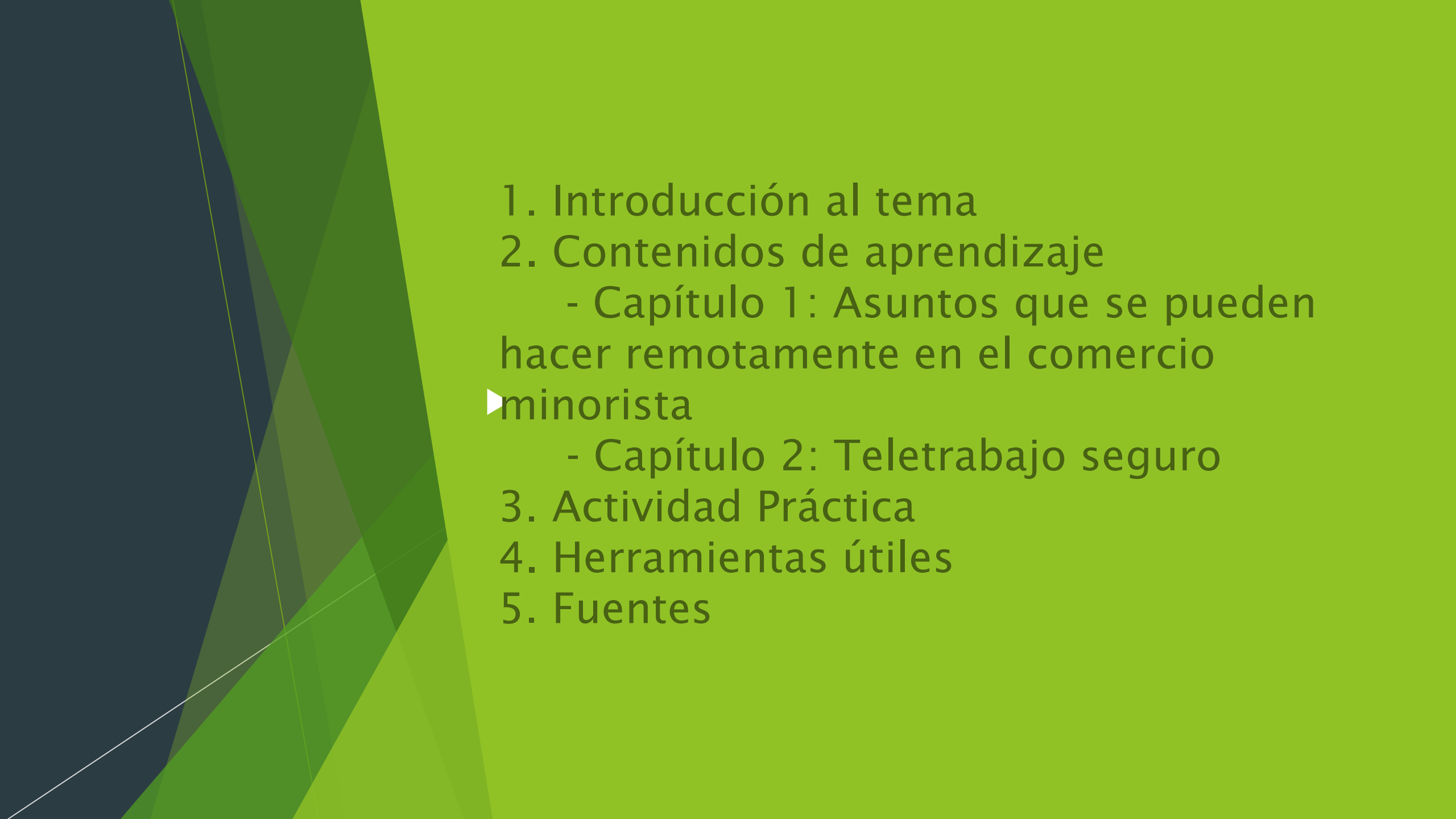
Erasmus+

Proyecto financiado por:

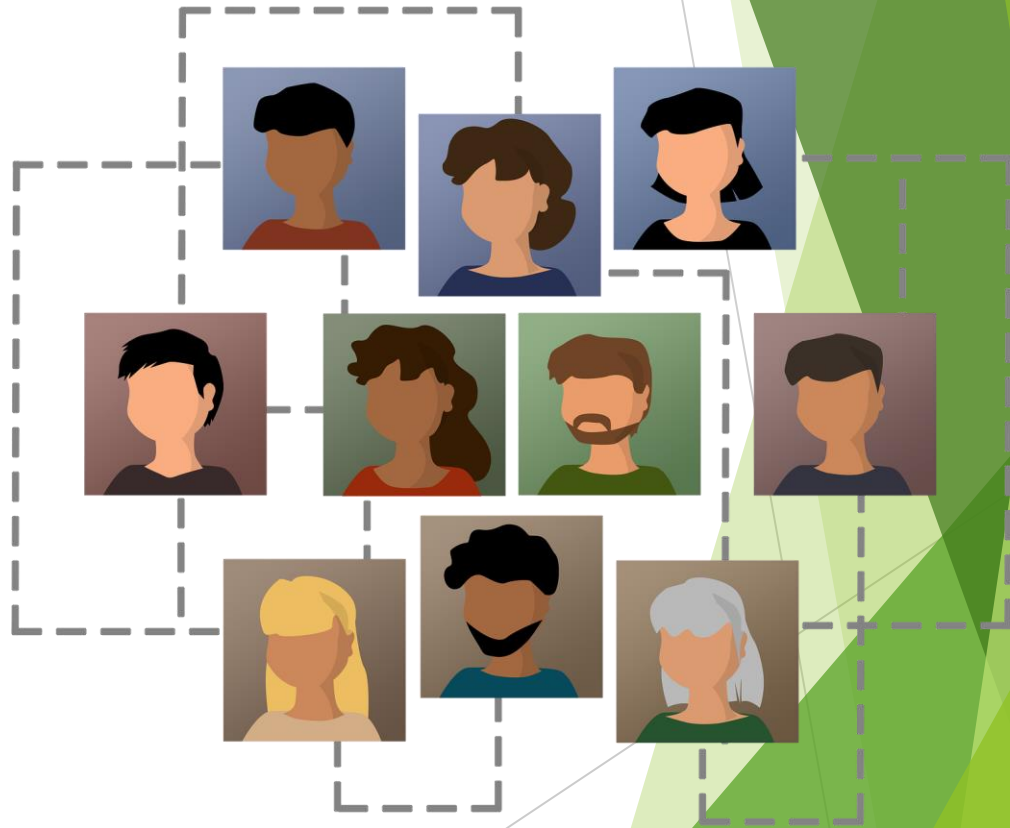
**Erasmus+ / Key Action 2 -
Cooperación para la innovación y el
intercambio de buenas prácticas,
Alianzas estratégicas para la
educación VET.**

Proyecto Retail [www: retail.erasmus.site](http://www.retail.erasmus.site)

El apoyo de la Comisión Europea a la producción de esta publicación no constituye un respaldo de los contenidos, que reflejan únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

- 
1. Introducción al tema
 2. Contenidos de aprendizaje
 - Capítulo 1: Asuntos que se pueden hacer remotamente en el comercio minorista
 - Capítulo 2: Teletrabajo seguro
 3. Actividad Práctica
 4. Herramientas útiles
 5. Fuentes

1. Introducción al tema



El comercio electrónico ya era una tendencia creciente antes de la crisis del COVID-19. El cierre y el confinamiento, que se dieron en la mayor parte del mundo, han acelerado tremendamente esta tendencia. De la misma forma, muchos trabajadores empezaron a trabajar de forma remota o desde casa. Veremos en este contenido cómo algunas tareas propias del sector retail, también se pueden implementar desde casa, y cómo teletrabajar de forma segura.

2. Contenidos

Este módulo adicional se dividirá en 2 capítulos, una actividad práctica y referencias para ir más allá.

- Capítulo 1: Funciones que se pueden realizar de forma remota en Retail
- Capítulo 2: Teletrabajo seguro



2.1. ASUNTOS SOBRE RETAIL EN REMOTO

TRABAJO EN REMOTO vs TELETRABAJO

¿Cuál es la diferencia?

Trabajo en remoto	Teletrabajo
- Trabajar desde cualquier lugar. - El equipo rara vez se reúne en persona. - Flexibilidad sobre cuándo y cómo conectarse y trabajar.	- Trabajar desde un lugar fuera del sitio que no sea el lugar de trabajo oficial - Se requiere asistencia ocasional en persona

¿Y en Retail?

En el comercio minorista, al convertir su actividad online (comercio electrónico), aún necesitará algo de infraestructura para almacenar los productos que está vendiendo. Por lo tanto, todo dependerá del tamaño de sus productos y del espacio/infraestructura necesarios para mantenerlos. Si bien puede realizar algunas tareas desde cualquier lugar, otros le pedirán que esté cerca de sus mercancías (es decir, preparación y envío).

CONTENIDO DEL CAPÍTULO 1
Trabajo remoto vs Teletrabajo.
Ejemplos de tareas remotas en el comercio minorista

2.1. ASUNTOS SOBRE RETAIL EN REMOTO



CONTENIDO DEL CAPÍTULO 1
Trabajo remoto vs teletrabajo
Ejemplos de tareas remotas en el comercio minorista

Ejemplos de tareas en remoto

- 1. Montaje y mantenimiento de la tienda online**
 - Tomando buenas fotografías de sus productos.
 - Preparando el marketing digital.
 - Puesta en marcha de tu tienda online.
 - Promoción en Redes sociales.
 - Tratar con proveedores digitales y plataformas de venta.
 - Manejarse con el carrito de la compra.
 - Investigación sobre las tendencias del mercado.
- 2. Contacto con proveedores**
 - Revisión de muestras de productos (que se pueden enviar a casa).
 - Negociaciones.
- 3. Servicio al cliente y ventas**
 - Mesa de servicio al cliente.
 - Responder las dudas de los clientes, en línea (chats, correos electrónicos) o por teléfono.
 - Servicio postventa.
 - Encuestas de satisfacción del cliente.

2.1. ASUNTOS SOBRE RETAIL EN REMOTO



CONTENIDO DEL CAPÍTULO 1
Trabajo remoto vs teletrabajo
Ejemplos de tareas remotas en el comercio minorista

Ejemplos de tareas en remoto

4. Administración y rendición de cuentas

- Facturación
- Balance
- Inventario (si puede almacenar su mercancía desde su comercio electrónico en casa)
- Gestión de equipos y gestión de recursos humanos
- Reuniones Online

5. Preparación y envío

- Tratar con empresas de transporte
- Packaging
- Expedición de paquetes
- Seguimiento de paquetes

2.2. TELETRABAJO SEGURO

RIESGOS ASOCIADOS AL TELETRABAJO

Las encuestas realizadas a los teletrabajadores muestran algunos riesgos asociados a esta nueva forma de trabajar:

- Dificultad de separación entre la vida laboral y familiar: trabajar más horas y riesgo de agotamiento.
- La falta de un espacio de trabajo adecuado aumenta los riesgos de dolor físico, como dolor de espalda, dolores de cabeza, ojos cansados.
- También afecta la salud mental ya que las personas pueden sentirse indefensas, soledad, mayor estrés o ansiedad.

CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones

2.2. TELETRABAJO SEGURO

CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones

RECOMENDACIONES

#1. Mantén hábitos saludables

- ¡No trabajes en pijama!
- Dúchate y vístete correctamente para activarte por la mañana.
- Consume alimentos saludables a la hora habitual (respeta los horarios de las comidas)
- Practica algún deporte o actividad física.
- Desconecta y practica hobbies



2.2. TELETRABAJO SEGURO

CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones

RECOMENDACIONES

#2.Preparate un espacio de trabajo

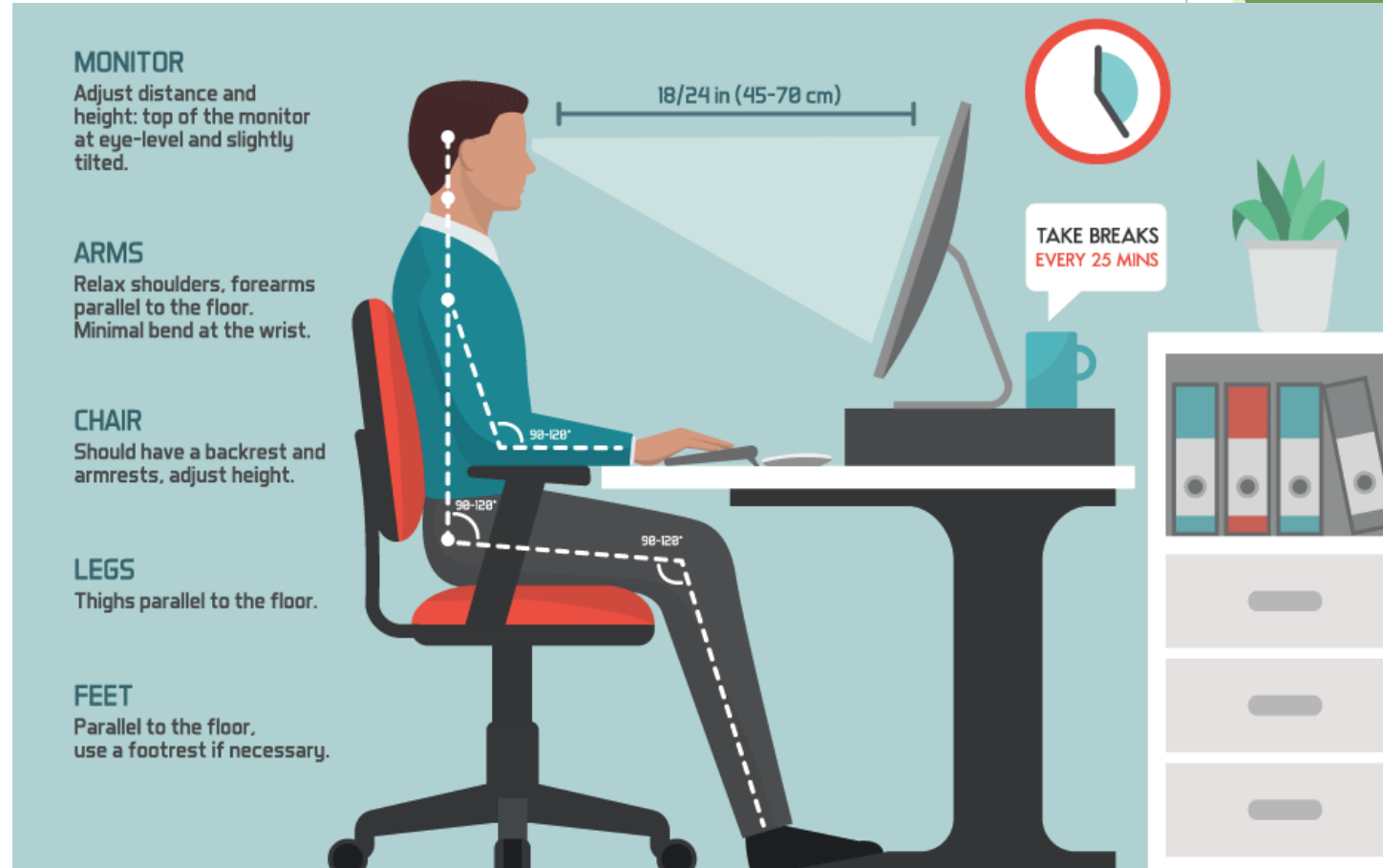
- ¡No trabajes desde la cama!
- Mantén un espacio para trabajar, que no uses durante las horas de ocio.
- Utiliza un buen asiento.
- Trata de aprovechar la mayor cantidad de luz natural, si es possible, evita la luz frontal.



2.2. TELETRABAJO SEGURO

RECOMENDACIONES

#3. Adopta la postura correcta

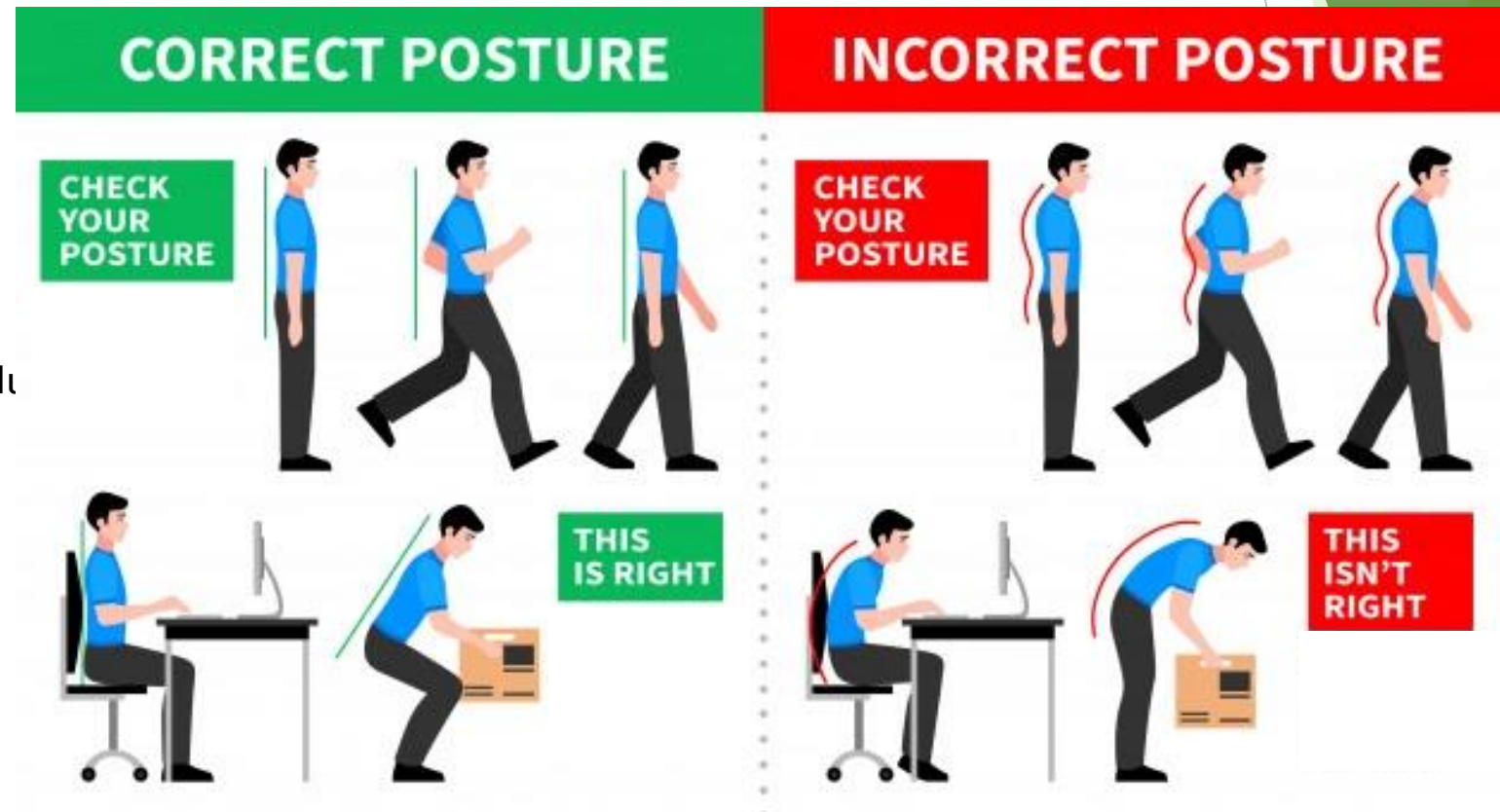


CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones

2.2. TELETRABAJO SEGURO

RECOMENDACIONES

#3. Adopta la postura correcta



CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones

2.2. TELETRABAJO SEGURO

CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones

RECOMENDACIONES

#4. Organiza tu trabajo

- Haz lista de prioridades
- Organiza tu tiempo
- Evita la multitarea: haz las cosas una a una según tus prioridades y mantén tu tiempo de trabajo.
- Evita el estrés.



2.2. TELETRABAJO SEGURO

CONTENIDO DEL CAPÍTULO 2
Posible impacto del teletrabajo en la salud
Recomendaciones



RECOMENDACIONES

#5. Socializar

- El teletrabajo no significa estar solo. ¡Comunícate con los demás!
- Ya sea por trabajo o por placer, tiene la intención de socializar con los demás.
- En línea, puede utilizar videoconferencias o chats.
- Llamadas telefónicas
- Pero también encuentros físicos de vez en cuando, para una reunión o para tomar un café.

3. Actividad práctica

Seguridad y salud en el trabajo (SST) durante el teletrabajo.

En esta actividad práctica te proponemos repasar todos los elementos de los contenidos anteriores y aplicarlo a tu espacio de trabajo en casa:

- ¿Dónde te sientas?
- ¿Tienes un escritorio adecuado?
- Si es cómodo, ¿estás bien sentado?
- ¿Tienes suficiente luz?
- ...

¡Ahora tómate un tiempo para hacer algunos arreglos, ordenar y limpiar tu espacio, y prepárate para trabajar allí en buenas condiciones!



4. Herramientas útiles



Lista de herramientas de trabajo

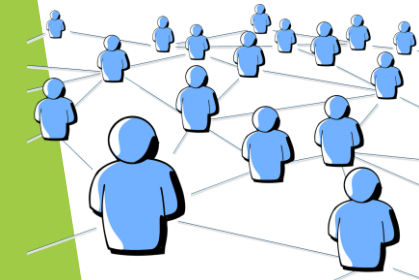
Link: https://www.capterra.com/sem-compare/remote-work-software/?utm_source=ps-google&utm_medium=ppc&gclid=Cj0KCQjw18WKBhCUARIsAFiW7JyUO4qeNf-GxheXWa3EULFh0OR7Rq9OksM0-PLJaMKGa1CIRBf_6lcaAi7fEALw_wcB

Link:

<https://www.vonage.com/resources/articles/teleworking-5-essential-tools-to-increase-productivity/>

Comercio electrónico

Link: <https://websitesetup.org/best-ecommerce-platform/>



5. Fuentes

Guía de buenas prácticas de teletrabajo (español):

Link: <https://www.uniondemutuas.es/wp-content/uploads/2020/04/Guia-buenas-practicas-teletrabajo-2.pdf>

Teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 y más allá - guía práctica de la Organización Internacional del Trabajo:

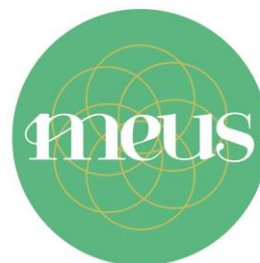
Link: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/instructionalmaterial/wcms_751232.pdf Mejore

su postura sentada mientras trabaja a distancia:

Link: <https://www.astf.lu/tips-sitting-posture-teleworking>



PROYECTO RETAIL Socios



POLISH CHAMBER OF COMMERCE

Retail Project www: retail.erasmus.site