



GLOBAL LOGISTICS
Vierochnka
S.A.C.

REGLAS QUE SALVAN VIDAS



En todo momento aplico la **Observación Preventiva**



No paso o ingreso por zonas donde las **condiciones son inseguras**



En caso de asalto, salvaguardo mi integridad física **sin ofrecer resistencia**



Realizo mi trabajo con los **EPPs e indumentaria asignados**



Me aseguro que no exista riesgo de incendio por **falta de orden o limpieza**



No continuo mi labor en caso de **Accidente/ Incidente**, lo reporto **inmediatamente**



Evito usar el teléfono cuando estoy conduciendo o en zona **peligrosa**



Realizo trabajos de excavación si las medidas de **protección y señalización son las adecuadas**



Antes iniciar trabajos en caja de **medidor** verifico la **ausencia energía**



No trabajo bajo los efectos de **alcohol o drogas**



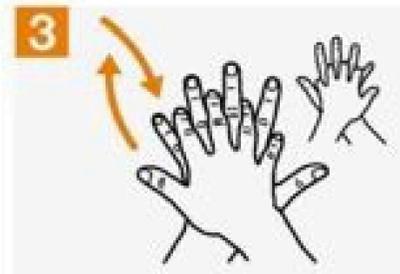
PASOS PARA LAVARNOS CORRECTAMENTE LAS MANOS



1a
Deposite en la palma de la mano una dosis del producto suficiente para cubrir toda la superficie a tratar



2
Frótese las palmas de las manos entre sí



3
Frótese el dorso de una mano con la palma de la otra, entrelazando los dedos y viceversa



4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados



5
Frótese el dorso de los dedos con la palma de la mano opuesta, con los dedos juntos



6
Frote, con un movimiento de rotación, el pulgar de una mano atrapándolo con la palma opuesta y viceversa



7
Frote, con un movimiento de rotación, hacia atrás y hacia delante, los dedos juntos contra la palma opuesta



8
Las manos ya son seguras





GLOBAL LOGISTICS
Vierochnka
S.A.C.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

Evita el contacto directo con personas y mantén como mínimo 2 metros de distancia.



CONSEJOS PARA MANTENER LIMPIO NUESTRO LUGAR DE TRABAJO

- Cada objeto de permanecer en su lugar.
- Evitar colocar objetos innecesarios en nuestro ámbito de trabajo.
- El espacio organizado permitirá que el colaborador tenga rápido acceso a sus elementos y sepa donde colocarlos al terminar su uso.
- No obstruir pasillos, puertas, escaleras o lugares de tránsito con materiales o desechos.





GLOBAL LOGISTICS
Vierochnka
S.A.C.

USO CORRECTO DE LA MASCARILLA KN95



Lavarse las
manos antes y
después de
usarla



Se coge, se
coloca y se
quita por las
gomas



No toques la
parte delantera



Se pone debajo
de los ojos
y hasta debajo
de la barbilla



Aprieta los
cordeles y el
puente de la nariz
para ajustarla



Ponla y quítala
dentro de casa



Cambiarla o
lavarla tras uso
diario o si está
mojada



Sigue
respetando las
normas de
seguridad



MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL

¿Cómo manejar el estrés?

La intervención tiene como objetivo prioritario la mejoría de la estado de salud física y sicológica de los trabajadores, la que redundará en un mayor bienestar de estado psicológico y productividad; y en un disminución de los riesgos laborales y costes sociales.

En el ámbito de prevención y manejo de estrés destacan estrategias básicas:

- ❑ Relajación
- ❑ Reestructuración cognitivas.
 - ❑ Ensayo de habilidades
 - ❑ Resolución de problemas

¿Qué genera el estrés?

- ❑ Los relacionados con las condiciones ambientales y diseño del puesto de trabajo.
- ❑ Los relacionados con la organización laboral.
- ❑ Los relacionados con el puesto de trabajo.
- ❑ Los relacionados con el desempeño del rol del trabajador.
- ❑ Los relacionados con las relaciones interpersonales del trabajo.

