

## A2.43.1 El teletrabajo

### El teletrabajo



El **teletrabajo** puede ser cómodo porque no hay que ir a **la oficina** y es más fácil organizar la casa. Pero si una persona trabaja fuera del horario normal, el límite entre trabajo y ocio no está claro. Así, las **horas de trabajo** pueden aumentar y la conciliación se vuelve difícil. Con buena organización, la **flexibilidad** puede ayudar. Lo mejor es un equilibrio entre casa y oficina.

*Remote work can be convenient because you don't have to go to **the office** and it's easier to manage things at home. But if someone works outside normal hours, the line between work and leisure isn't clear. As a result, **working hours** can increase and balancing work and family becomes difficult. With good organization, **flexibility** can help. The best approach is a balance between home and the office.*

- ¿Qué ventaja tiene trabajar desde casa?
  - No se puede cocinar nunca.
  - Es obligatorio trabajar de noche.
  - Hay que desplazarse todos los días.
  - Permite cuidar a los niños y hacer tareas en las pausas.
- ¿Qué problema aparece cuando se teletrabaja demasiado?
  - La productividad siempre sube sin parar.
  - La oficina está más cerca de casa.
  - Hay más reuniones presenciales cada día.
  - El límite entre el trabajo y el ocio se vuelve poco claro.
- ¿Qué pasa si se trabaja antes o después del horario normal?
  - Se evita todo el estrés.
  - Se trabaja menos horas.
  - Se descansa mejor.
  - Se reduce el bienestar.
- ¿Qué solución se recomienda para aprovechar lo mejor de las dos opciones?
  - No volver nunca a la oficina.
  - Encontrar un equilibrio entre casa y oficina.
  - Escribir más correos cuando los niños duermen.
  - Trabajar solo de noche para estar tranquilo.

1-d 2-d 3-d 4-b

## 2. Read the dialogue and answer the questions.

### Carlos y Marta hablan del teletrabajo: ventajas y desventajas

*Carlos and Marta talk about working from home: advantages and disadvantages*

**Carlos:** ¿Sigues trabajando desde casa o ya has vuelto a la oficina algunos días? *(Are you still working from home or have you already gone back to the office some days?)*

**Marta:** Ahora lo combino. Trabajo tres días desde casa y dos en la oficina; así tengo un poco de equilibrio. *(Now I combine it. I work three days from home and two at the office; that way I have a bit of balance.)*

<b>Carlos:</b> Tiene sentido. El teletrabajo es cómodo, sobre todo porque no tienes que desplazarte cada día.	<i>(That makes sense. Working from home is convenient, especially because you don't have to commute every day.)</i>
<b>Marta:</b> Sí, se nota mucho. Ahorro tiempo y puedo organizarme mejor.	<i>(Yes, you really notice it. I save time and I can organize myself better.)</i>
<b>Carlos:</b> Aunque, si somos sinceros, separar el trabajo de la vida personal no siempre es fácil.	<i>(Although, if we're honest, separating work from personal life isn't always easy.)</i>
<b>Marta:</b> Totalmente. A veces sigo contestando correos cuando los niños ya están dormidos.	<i>(Totally. Sometimes I keep answering emails when the kids are already asleep.)</i>
<b>Carlos:</b> A mí me pasa igual. Parece que tenemos más flexibilidad, pero al final trabajamos más horas.	<i>(It happens to me too. It seems like we have more flexibility, but in the end we work more hours.)</i>
<b>Marta:</b> Exacto, y con el tiempo eso genera cansancio y estrés.	<i>(Exactly, and over time that creates tiredness and stress.)</i>
<b>Carlos:</b> Lo entiendo. He leído que mucha gente se concentra mejor desde casa, pero también se siente más agotada.	<i>(I understand. I've read that many people concentrate better from home, but they also feel more exhausted.)</i>
<b>Marta:</b> Por eso intento respetar mis horarios y cerrar el portátil a una hora fija.	<i>(That's why I try to stick to my schedule and close the laptop at a set time.)</i>
<b>Carlos:</b> Buena idea. Creo que el teletrabajo funciona mejor cuando se combina con días en la oficina.	<i>(Good idea. I think working from home works best when it's combined with days in the office.)</i>
<b>Marta:</b> Sí, la oficina también aporta el contacto con los demás, y eso es muy importante.	<i>(Yes, the office also provides contact with others, and that's very important.)</i>

1. ¿Cómo organiza Marta su trabajo entre casa y oficina?
  - a. Trabaja tres días desde casa y dos en la oficina.
  - b. Trabaja en un espacio de coworking todos los días.
  - c. Trabaja dos días desde casa y tres en la oficina.
  - d. Trabaja todos los días en remoto y nunca va a la oficina.
2. ¿Qué problema comentan Carlos y Marta sobre el teletrabajo?
  - a. No tienen ordenador portátil y no pueden conectarse.
  - b. En la oficina no hay herramientas digitales ni plataforma.
  - c. Es difícil separar el trabajo de la vida personal y se trabaja más horas.
  - d. La conexión a internet en casa es siempre mala.

1-a 2-c