

TÉLÉTRAVAIL, EFFICACITÉ ET BIEN-ÊTRE

● DURÉE : 4 HEURES ●

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Public
Salarié, chef d'entreprise, porteur de projet association souhaitant mettre en place une continuité professionnelle collaborative à distance la plus efficace et épanouissante possible

Prérequis
Aucun

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Intégrer le télétravail dans son quotidien et dans son espace personnel
- Organiser son temps de travail efficacement
- Alternier, avec fluidité, séquences de travail individuel et séquences collaboratives
- Maintenir le lien social et les échanges indispensables avec ses interlocuteurs habituels, collaborateurs et collègues

CONTENU (PROGRESSION PEDAGOGIQUE)

- Les droits et les obligations liés au télétravail
- Les aspects techniques de connexion et d'outils collaboratifs à distance
- Les techniques d'organisation et de gestion du temps
- Des exemples de bonnes pratiques pour maintenir équilibre psychologique et bien-être

ORGANISATION

Moyens pédagogiques et techniques

- Formation à distance
- Veille des bonnes pratiques en ergonomie, aménagement, organisation et interactions sociales
- Etude d'exemples et de cas concrets
- Transfert d'expérience pour partager les joies, les peines et les astuces des participants pour télétravailler efficacement
- Documents supports de formation projetés
- Quiz
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation

Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Formulaire d'évaluation de la formation

