

# Télétravail : Cerner les enjeux et mettez en œuvre le droit à la déconnexion

Referenz: RHU010      Kategorien: PERSONALWESEN

SPRACHE(N):



FR

DAUER:

1 TAG(E)

SCHULUNGSEINRICHTUNG :

RH LAB

## ZIELE

Comprendre les bénéfices et contraintes liés au télétravail

Modifier son organisation pour s'adapter au mieux au passage en télétravail

Préserver le lien avec son manager et son équipe tout en travaillant à distance

Apprendre à cloisonner sa vie privée de sa vie professionnelle

### Personnes concernées :

Tout public susceptible de travailler à distance, manager, chef d'entreprise.

## INHALT

### ÉTAPE 1 : DÉFINIR LE TÉLÉTRAVAIL

- Définir le cadre légal
- Distinguer les droits et devoirs de chacun
- Identifier les avantages du télétravail
- Déterminer ses principaux freins

### ÉTAPE 2 : DÉBUTER EN TÉLÉTRAVAIL

- Cerner les bénéfices pour les différents acteurs
- Repérer les outils du télétravailleur
- Adapter sa gestion du temps, son organisation
- Sécuriser son manager

### ÉTAPE 3 : VIVRE LE TÉLÉTRAVAIL AU QUOTIDIEN

- Respecter son équilibre vie privée / vie professionnelle
- Se créer un rituel
- Préserver l'ergonomie de son poste de travail
- Gérer son temps sur le long terme

## ÉTAPE 4 : GARDER LE CONTACT AVEC SON MANAGER ET SES COLLÈGUES, LE CIMENT DE LA COHÉSION D'ÉQUIPE

- Définir le portrait-robot du manager idéal
- Choisir le mode de communication adapté aux situations
- Gérer la sécurité des outils informatiques

### PÄDAGOGIK

La formation alterne les apports théoriques et la réflexion personnelle, les échanges avec le groupe, les exercices pratiques et les mises en situation.

### ANFORDERUNGEN

Es gibt keine Voraussetzungen für dieses Schulung

*Cette formation est disponible en formule intra-entreprise*