EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

Les clés d'un télétravail serein

Vous êtes depuis peu de temps en télétravail,

apprenez à allier vie pesonnelle et vie professionnelle afin de pouvoir travailler en toute sécurité et confiance depuis votre domicile.

dates de la formation

Dates sur mesure – Nous contacter

Objectifs

- Allier vie personnelle et vie professionnelle
- Performer dans son organisation
- Eviter l'isolement et gérer son stress

Créer les bonnes conditions de télétravail

- Faire la différence entre les activités pro et perso
- Organiser mentalement et matériellement son environnement de travail
- Savoir prendre du recul et se fixer des horaires

S'organiser, structurer ses journées

- Etablir son plan de journée et gérer les priorités
- Travailler par anticipation et évaluer la durée des tâches

Éviter l'isolement en télétravail

- Participer avec dynamisme à la vie de son équipe
- Savoir renforcer sa communication avec les autres
- Adhérer à l'esprit d'équipe – Les rituels

Méthodes pédagogiques

- Exercices pratiques
- Echanges
- Tests

durée
prix

Intra : 1 700 € HT la journée

En présentiel

Sur-mesure : nous contacter

intra : nous contacter
intervenant

Conseil en relations interpersonnelles

public

Toute personne étant amenée à télétravailler
Pré-requis : Télétravail

Formulaire d'inscription

Nom

Prénom

Email

Téléphone

Nom de l'entreprise

Intitulé du poste

Thème de la formation

Choisissez votre type de formation : Choisissez votre type de formation : ○ Inter-entreprise ○ Intra-entreprise

Message

Envoyer
Télécharger le bulletin d'inscription

Inscrivez-vous à la newsletter

Aptitudes RH vous enverra les dernières actualités de son activité.

Message de succès

E-mail

Je m'abonne

Contactez-nous

Téléphone

+33 (0)4 69 84 77 36

Adresse

Immeuble Le Fontenoy
96 bd Marius Vivier Merle 69003 Lyon