

Télétravail : Optimiser son travail à distance

Public :	Toute personne passant une partie de son temps en télétravail.
Prérequis :	Aucun
Durée :	1 jour (7 heures)
Objectifs :	A l'issue de la formation, le participant est capable de : Appréhender l'environnement du télétravail. Comprendre les bénéfices & contraintes à passer en télétravail, pour soi et les différents acteurs d l'entreprise. Identifier les bonnes pratiques permettant d'être efficace et productif au quotidien.

Programme :

Définir et appréhender le télétravail

- Définir le cadre légal du télétravail
- Identifier les avantages du télétravail
- Définir les principaux freins au télétravail
- Prendre conscience des exigences du travail à distance

Les bonnes pratiques du travail à distance

- Aménager son poste de travail pour être efficace
- Savoir gérer son temps et fixer des règles. Déterminer les éléments perturbateurs et s'organiser en conséquence.
- Planifier sa journée et se fixer des objectifs
- Communiquer efficacement
- Gérer son temps sur le long terme : les usages chronophages, les horaires, les distracteurs.

Gérer la relation avec l'équipe et son manager

- Choisir le mode de communication adapté aux situations : la messagerie, le téléphone, les visioconférences.
- Fluidifier la communication grâce aux techniques de l'écoute active.
- S'adapter au management par objectifs et négocier ses objectifs.
- Définir des modalités de reportings pertinentes et efficaces.

Méthode pédagogique :

Transmission des apports théoriques par des exposés et des exercices.

Pédagogie participative. Exemples et mises en application concrètes.

Découverte des enseignements par le questionnement et les échanges avec et entre les participants.

Modalités d'inscription :

L'inscription est validée par un entretien téléphonique ou physique.

Modalités d'évaluation :

Le participant doit s'auto-évaluer au début et à la fin de la formation. Cette auto-évaluation est complétée par un questionnaire de fin de formation pour évaluer les compétences acquises durant de la formation et un questionnaire de satisfaction.