

7

► CONSEILS POUR LES SALARIÉS

MESURES-CLÉS POUR BIEN VIVRE VOTRE TÉLÉTRAVAIL

CORONAVIRUS

1

Organisation

Organisez votre travail dans le cadre défini par votre employeur (horaires, activités...).



2

Espace et poste de travail

Aménagez votre espace de travail en veillant à votre confort (position écran, chaise, lumière...).

3

Prise en main des outils

Vérifiez que vous maîtrisez tous les outils informatiques nécessaires et n'hésitez pas à demander, le cas échéant, un appui.



4

Rythme

Prévoyez des temps de pause et maintenez une activité physique.

5

Habitudes de travail

Recréez des habitudes de travail : planification de vos tâches, tenue...



6

Soutien

Signalez toute difficulté professionnelle ou personnelle et parlez-en avec votre responsable. Vous pouvez aussi solliciter vos représentants du personnel.

7

Echanges

Participez activement aux réunions d'équipe et n'hésitez pas à échanger régulièrement avec vos collègues.



Pour aller plus loin

Consultez la fiche **Télétravailler en situation de crise** sur anact.fr