

# Faciliter son retour au bureau

Référence : RESEP120

Durée : 1 jour

Certification : **Aucune**

## CONNAISSANCES PREALABLES

- Aucune .

## PROFIL DES STAGIAIRES

- Tout salarié devant faire face au retour au travail après une période de télétravail imposé par la crise sanitaire .

## OBJECTIFS

- Préparer le retour à un mode de travail en présentiel . • Identifier ses sources de stress et d'inquiétude . • Optimiser les différents modes de travail. • Recréer du sens collectif et de la convivialité . • Communiquer efficacement et régulièrement grâce aux outils collaboratifs.

## CERTIFICATION PREPAREE

Aucune

## METHODES PEDAGOGIQUES

- Mise à disposition d'un poste de travail par stagiaire
- Remise d'une documentation pédagogique papier ou numérique pendant le stage
- La formation est constituée d'apports théoriques, d'exercices pratiques, de réflexions et de retours d'expérience
- Le suivi de cette formation donne lieu à la signature d'une feuille d'émargement

## FORMATEUR

Consultant-Formateur expert Management des équipes et des personnes

## METHODE D'EVALUATION DES ACQUIS

- Auto-évaluation des acquis par le stagiaire via un questionnaire
- Attestation de fin de stage adressée avec la facture

## CONTENU DU COURS

### Questions / réponses concernant le retour au travail

- Feed-back et ressentis concernant période Covid
- Verbalisation ses craintes et appréhensions
- Explication des différents syndromes identifiés

### Maîtriser son retour

- Apprendre à reconnaître les signaux de stress (chez soi ou chez ses collègues)
- Communiquer clairement et sans tabou
- Accepter d'être aidé et accompagné
- Travailler sa posture face au changement

### Participer à la nouvelle organisation

- Réflexion collective sur l'efficacité de travail en présentiel et en télétravail (atelier thématique)

- Réflexion collective sur l'optimisation de l'organisation du travail en présentiel et en télétravail (atelier thématique)
- Réflexion collective autour des futures actions à mener

### Réflexion à moyen terme

- Réflexion collective sur l'optimisation de la convivialité en présentiel (atelier thématique)
- Réflexion collective sur l'esprit d'équipe en présentiel et à distance (atelier thématique)
- Réflexion collective sur sa place dans l'équipe et dans l'entreprise
- Réflexion collective sur la distinction vie personnelle / vie professionnelle

### Plan d'actions

- Réflexion collective, suggestions, propositions (ateliers thématiques)

- Appropriation individuelle de certaines pistes préconisées
- Objectifs individuels et collectifs (propositions aux managers et DRH)