



AnyTech365 HomeOffice

9 CONSIGLI PER ESSERE PRODUTTIVI
LAVORANDO DA CASA

www.anytech365.com/homeoffice

VANTAGGI DI LAVORARE DA CASA

Risparmia tempo e soldi

Lavora in un ambiente comodo

Decidi tu dove e quando



ATTENZIONE ALLE DISTRAZIONI

Leggi questa guida e scopri
come evitarle

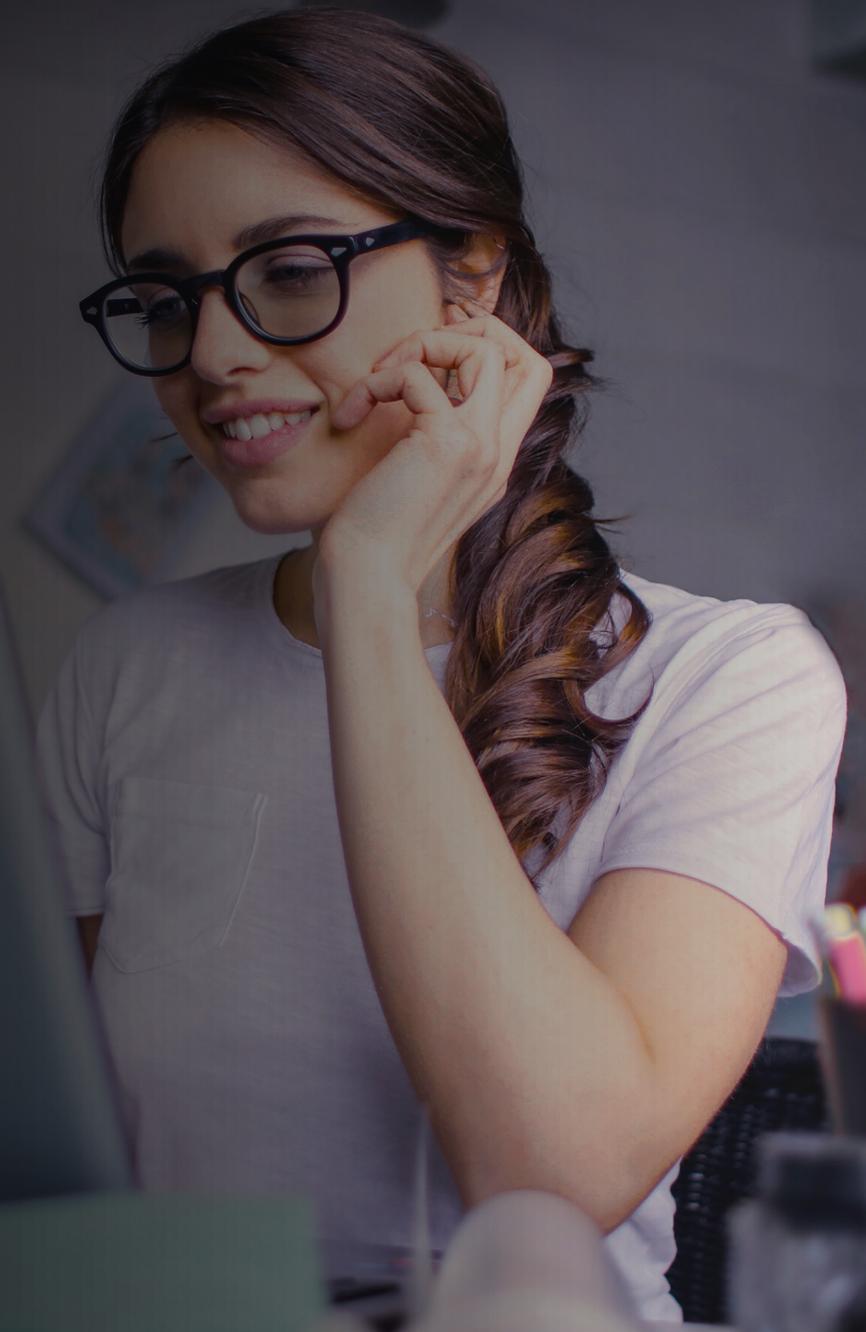
1. FALLO TUO

Richiedi il tuo spazio

Trova un posto silenzioso, stai lontano dalle zone affollate, magari dipingi il tuo spazio di un colore rilassante come il verde.

Organizza la tua scrivania

Rimuovi tutte le cose che non ti servono.



2. MANTENERE LE ORE DI LAVORO

Prima di iniziare, crea un elenco di cose da fare

Spendi 10 minuti per scrivere il tuo piano della giornata

Spendi altri 5 minuti per evidenziare le attività essenziali ... troppe attività possono rovinare la tua giornata.

3. SEPARA IL LAVORO DAL COMPUTER PRIVATO

Cerca di mantenere qualsiasi distrazione lontano dal tuo computer di lavoro. ... guardare le foto delle vacanze sul tuo computer "privato" può essere bello, ma distrae.





4. ABBIGLIAMENTO

È molto comodo stare in pigiama tutto il giorno.
...ma non molto produttivo.

5. FAI UNA PAUSA

Pianifica le tue pause. Alzarti ogni 10 minuti per cibo o bevande ti renderà meno produttivo.

Fai una pausa ogni tanto per far riposare gli occhi dallo schermo.



6. SBARAZZATI DEI RUMORI

Scollega il telefono fisso, metti il cellulare in modalità silenziosa e chiudi la porta.

Limita l'interazione con la tua famiglia principalmente durante le pause.



7. PREMIATI

Le ricompense funzionano molto bene come motivazione

Se raggiungi il tuo obiettivo la mattina, magari fai una pausa pranzo più lunga e dai un'occhiata ai social.

8. RESTA IN CONTATTO

Rimani in contatto con i tuoi colleghi

Magari un incontro virtuale per il caffè al mattino o dopo pranzo e discutere dei vostri progetti e dei vostri compiti.

9. DISCONNETTITI

Quando finisci di lavorare,
spegni il computer.

Disconnetti, gioca con i
tuoi figli, prepara qualcosa
di buono o leggi un libro.



HAI BISOGNO DI AIUTO

per configurare il tuo
home office?

PREOCCUPATO

che il tuo Home Office
non sia sicuro, efficiente
o hai solo qualche
domanda o dubbio?





CHIAMACI OGGI

Ti aiutiamo a configurare e testare il tuo Home Office.

Ti garantiamo un ambiente sicuro ed efficiente.

Ti offriamo suggerimenti e trucchi utili.

Siamo qui per te 24/7.

www.anytech365.com/homeoffice