



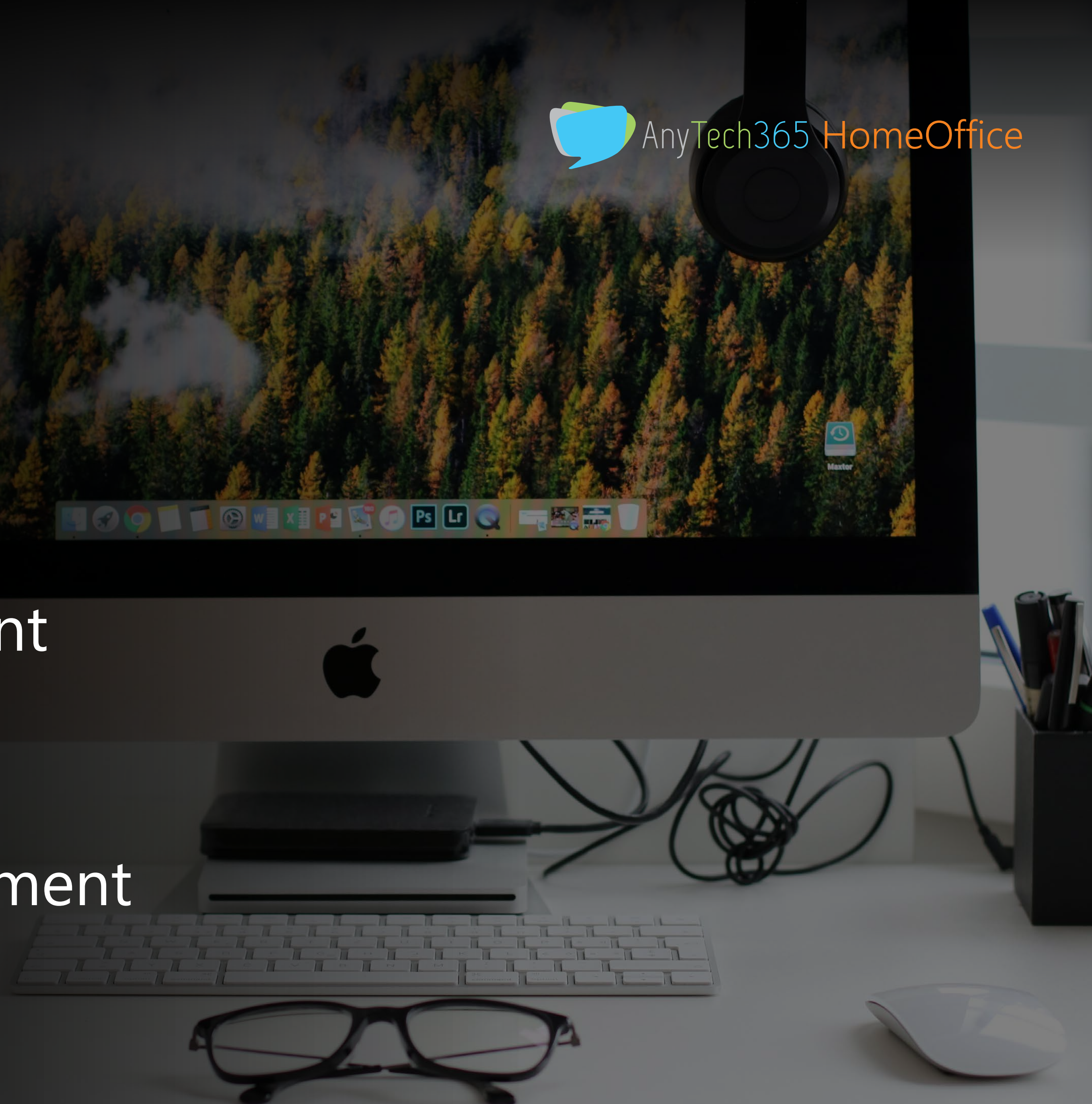
AnyTech365 HomeOffice

9 CONSEILS POUR ÊTRE PRODUCTIF EN
TRAVAILLANT À DOMICILE

www.anytech365.com/homeoffice

AVANTAGES DU TRAVAIL À DOMICILE

Gain de temps et d'argent
Travaillez dans une zone
confortable
Vous décidez où et comment



ATTENTION AUX DISTRACTIONS

Lisez ce guide et découvrez
comment les éviter

1. FAITES LE VÔTRE

Réclamez votre espace

Trouvez un endroit silencieux, restez à l'écart des zones animées, peignez peut-être votre espace dans une couleur apaisante comme le vert.

Organisez votre bureau

Retirez tout ce dont vous n'avez pas besoin.



2. MAINTENEZ VOS HEURES DE TRAVAIL

Avant de commencer, créez une liste de tâches

Passez 10 minutes à rédiger votre plan pour la journée.

Passez encore 5 minutes à réduire la liste des tâches essentielles ...trop de tâches peuvent ruiner votre journée.

3. SÉPAREZ ORDINATEUR PRIVÉ ET ORDINATEUR DE TRAVAIL

Essayez de garder toute distraction loin de
votre ordinateur de travail

...regardez vos photos de vacances sur
votre ordinateur privé peut être agréable,
mais distrayant.



4. CODE VESTIMENTAIRE

Il est très confortable de rester
en pyjama toute la journée.
...mais pas fort productif.

5. PRENEZ UNE PAUSE

Planifiez vos pauses. Se lever toutes les 10 minutes pour manger ou boire vous rendra moins productif.

De temps en temps, donnez à vos yeux une pause "écran".



6. DEBARRASSEZ VOUS DU BRUIT

Débranchez votre téléphone fixe, mettez votre portable en mode silencieux et fermez la porte.

Limitez l'interaction avec votre famille `principalement au temps de pauses.



7. RÉCOMPENSEZ VOUS

Les récompenses fonctionnent très bien comme motivation

Si vous atteignez votre objectif de la matinée, prenez peut-être une pause déjeuner plus longue et consultez vos réseaux sociaux.

8. RESTEZ EN CONTACT

Restez en contact avec vos collègues

Peut-être organisez-vous un café virtuel, au matin ou après le déjeuner, et discutez de vos objectifs et de vos tâches.

9. DÉCONNECTEZ

Lorsque votre temps de travail est terminé, arrêtez votre ordinateur.

Déconnectez-vous, jouez avec vos enfants, cuisinez de bons plats ou lisez un livre.



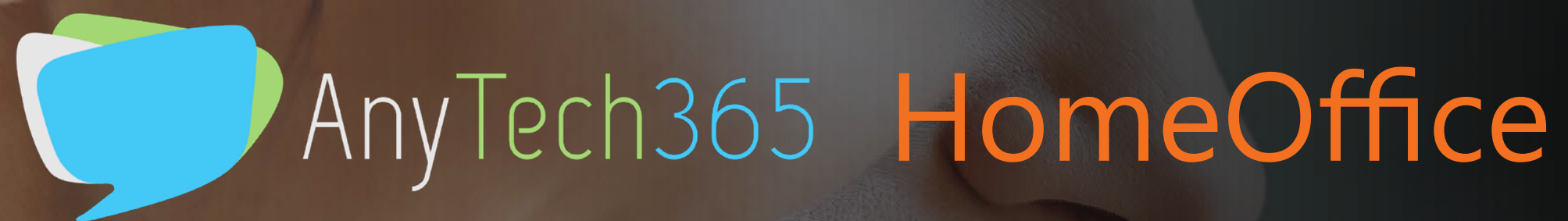


BESOIN D'AIDE

pour configurer votre
bureau à domicile?

SOUUCIEUX
que votre bureau à
domicile ne soit pas sûr,
efficace ou avez-vous
simplement des questions
ou des doutes?





APPELEZ-NOUS DES AUJOURD'HUI

Nous vous aidons à configurer et tester votre bureau à domicile.

Nous garantissons un environnement sûr et efficace.

Nous offrons d'utiles conseils et astuces.

Nous sommes là pour vous 24/7.

www.anytech365.com/homeoffice