

## GESTION DES PERIODES DE TELETRAVAIL ET DROIT A LA DECONNEXION

### PRESTATION FORMATION



**Durée**  
1/2 jour  
Soit 3,5 heures

**Format**  
Présentiel ou distanciel



**Prérequis**  
Aucun



**Public**  
Tout public



**Intervenant-e-s**  
Psychologues du travail

*Un référent handicap présent en interne disponible sur sollicitation.*

### ➤ OBJECTIFS DE FORMATION

*Durant cette formation, vous apprendrez à ...*

- Connaître le contexte légal en vigueur
- Comprendre à quoi correspond l'hyper-connexion et savoir l'identifier
- Connaître les risques pour la santé et l'impact sur la performance individuelle
- Identifier les bénéfices et risques du télétravail
- Développer des stratégies de protection de la santé et de régulation

### ➤ CONTENU

Connaître le contexte légal en vigueur  
Comprendre à quoi correspond l'hyperconnexion et savoir l'identifier  
Les risques pour la santé  
Gérer les périodes en télétravail  
Pour un usage raisonné et raisonnable de la connexion et du télétravail



### MODALITES PEDAGOGIQUES

#### ⇒ Méthodes pédagogiques

Alternance de méthodes pédagogiques (active, démonstrative, interrogative et expositive)

#### ⇒ Moyens mobilisés

Equipe pédagogique composée de psychologues du travail et de consultant-es expert-es dans différents domaines d'activité

#### ⇒ Techniques pédagogiques

- Apports théoriques
- Temps de réflexion, analyses, discussions, échanges du groupe
- Questionnaires d'auto évaluation
- Mises en situation
- Etudes de cas

### MODALITES D'EVALUATION

Formation non certifiante et ne prévoyant pas l'évaluation des apprentissages dispensés

Évaluation formative

Un recueil de la satisfaction sera réalisé en fin de formation afin de repérer les appréciations de chaque participant

#### Tarif :

à partir de 1400€ HT / jour

#### Délais d'accès :

Dès conventionnement  
Dépend des dispositifs et conditions de prise en charge

#### Contact :

Thomas Vigneau  
t.vigneau@opus-fabrica.fr

