

# SAVOIR SE DÉCONNECTER POUR UN MEILLEUR ÉQUILIBRE VIE PROFESSIONNELLE/VIE PERSONNELLE

Ce module va vous permettre des trouver le bon équilibre vie pro / vie perso, en vous immergeant dans les règles en vigueur dans le groupe et d'initier un dialogue constructif et efficace avec votre manager.



# POUR QUI ?

Tous

# **PRÉREQUIS**

aucun

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Trouver un équilibre vie pro / vie perso
- Identifier les moments pour se déconnecter
- Initier un dialogue avec son manager
- Planifier sa charge de travail

#### MODALITÉS

Module e-learning

### **PROGRAMME**

#### TESTEZ VOTRE CONNEXION

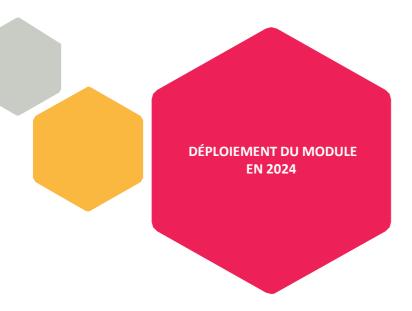
 Vous êtes invité à tester votre rapport à la déconnexion

#### VOUS AVEZ 24H, FAITES VOS CHOIX

 Vous allez passer 24H dans la peau d'Adèle, une collaboratrice du groupe. À vous de prendre les décisions qui impacteront sa jauge d'énergie.

# LES BONNES PRATIQUES CHEZ ACTION LOGEMENT

 Présentation des bonnes pratiques dans le groupe Action logement, pour les collaborateurs et les managers



→ LE +

Découvrez en immersion les bonnes pratiques de la déconnexion



CONTACT: formation.al@actionlogement.fr Tel.: 01 87 02 16 41