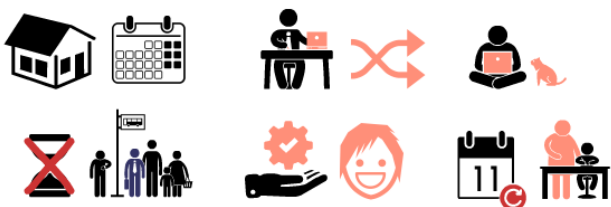
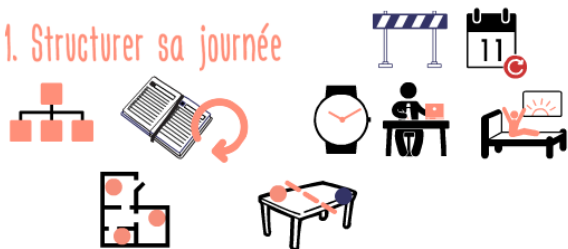


BIEN TRAVAILLER EN CONFINEMENT



1. Structurer sa journée



2. Organiser son espace de travail



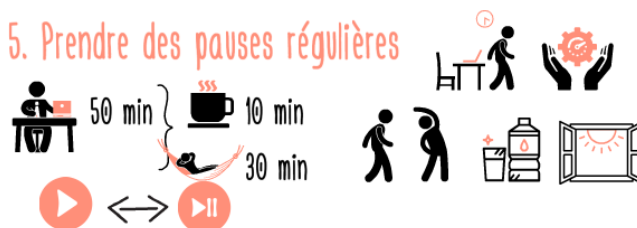
3. Limiter news et réseaux sociaux



4. Garder le contact avec ses collègues



5. Prendre des pauses régulières



6. Bouger et faire du sport



7. Bien s'entendre avec les personnes avec vous



8. Profiter pour apprendre



9. Cultiver gratitude et petits plaisirs



10. Se donner une mission



Face à l'épidémie de Covid-19
le Gouvernement appelle à la mobilisation
généralisée des solidarités.

jeuxaider.gouv.fr