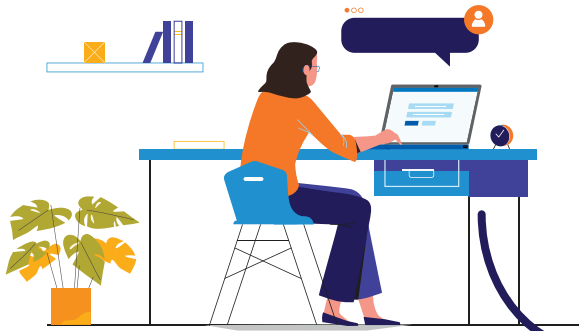


# Efficiënt thuiswerken in tijden van corona: volg de 4 CO's

Sinds de uitbraak van het nieuwe coronavirus werken we massaal van thuis. Je collega's zijn niet in de buurt, maar je partner en kinderen lopen wel in huis rond. Een aparte situatie waar je weinig aan kan veranderen. Maar hoe je daarmee omgaat, heb je wel zelf onder controle. De 4 CO's helpen je op weg.



## Concentratie

Haal het maximum uit de momenten waarop je focus het hoogst is. Deel je tijd daarom op in 3 types.

### Focus

Benut je **productiefste dagdelen** om prioritaire taken af te werken. Want ook op afstand verwacht je leidinggevende resultaten. Schakel je smartphone uit om je 100% te kunnen concentreren.

### Flex

Plan je tijd voor **overleg, mails en niet-prioritaire taken** soepel in. Laat collega's weten wanneer je bereikbaar bent.

### Free

Gun jezelf **voledige pauze** om je batterijen op te laden. Beweeg zoveel mogelijk, eet gezond en maak tijd voor je kinderen.

## Coördinatie

Pak je werk slim en praktisch aan.

Deze 3 elementen helpen je daarbij.



### Vast ritme

- Spreek thuis een duidelijke taakverdeling af.
- Sta op en ga slapen op een vast tijdstip.
- Neem je 3 tijdsblokken (Focus, Flex, Free) op in je planning.



### Flexibele planning

- Maak een ruime planning voor meerdere dagen.
- Leer bij uit elke wijziging. Wat kon beter?
- Plan ook je pauzes flexibel, afhankelijk van je kinderen.



### Productieve werkplek

- Zorg voor zoveel mogelijk licht.
- Vermijd elke bron van afleiding.
- Werk zo ergonomisch mogelijk.
- Zorg voor wat groen.

## Communicatie

Duidelijke communicatie is de sleutel tot een succesvolle samenwerking, ook op afstand.

- Hou zowel **formeel** als **informeel** contact met je collega's en je leidinggevende.



- Kies het **juiste medium** om te communiceren.



- Tips voor team time:
  - Ochtendoverleg met ontbijt.
  - Virtueel koffiemoment.
  - Happy hour op vrijdag.



## Collegialiteit

Thuiswerken is wennen voor iedereen.

Wees collegiaal en gebruik deze tips:



Geef constructieve feedback



Wees eerlijk



Hou de sfeer erin



Wees dankbaar



Help elkaar



Deel tips