

# Dicas para obter a melhor experiência do trabalho remoto

2020 foi um ano atípico e de adaptação nós aprendemos (e muito) sobre como trabalhar em casa!

Confira um compilado de dicas para você manter a produtividade



**Antes de mais nada, não se esqueça:**

**rotina de trabalho e organização é tudo!**

Não dá para lembrar de tudo, não é mesmo?  
Neste momento, temos duas opções:



**Papel e Caneta**



**Ferramentas e agenda online**

**Prazos:** tenha sempre um deadline em mente e mantenha o foco!

## Automatize sua rotina!

Separe roupas e deixe suas refeições sempre prontas, seja para o próximo dia ou, também, com uma preparação semanal.

## Administre seu tempo

- ▣ Se respeite e faça intervalos entre suas atividades
- ▣ Minimize interrupções
- ▣ Alimente-se com qualidade e frequência
- ▣ Tenha seu próprio tempo para meditar ou, simplesmente, não fazer nada
- ▣ Cuide do seu corpo e fique atento à procrastinação

## Bônus: Checklist diário



- ✓ Confira suas responsabilidades e atividades;
- ✓ Faça uma lista de prioridades para hoje;
- ✓ Observe-se: quanto tempo é gasto em cada tarefa?
- ✓ Anote e veja onde melhorar todos os dias;
- ✓ Ajuste-se sempre! Metas e expectativas são essenciais.