


Cfdt:

La CFDT vous informe


Sopra Banking Software
**S'ENGAGER POUR CHACUN
AGIR POUR TOUS**


SBS PRIMEURS



DÉCONFINNEMENT

Suivez toutes nos informations relatives au retour au travail sur les sites Sopra et client.

Tous les détails ici !


CLAUSE D'EXCLUSIVITÉ

Si une telle clause s'avère intéressante pour l'employeur, elle est toutefois rigoureusement encadrée.

Tous les détails ici !


FRAIS LIÉS AU TÉLÉTRAVAIL

Comme prévu par l'accord Télétravail, pensez à demander le versement de l'allocation forfaitaire de 10€ chaque mois.

Vous y avez droit, même dans le cadre du Télétravail en raison de la pandémie liée au Covid-19.

Tous les détails ici !


INTÉRESSEMENT

Au titre de l'année 2019 l'intéressement est de 800 € brut. Il sera versé le 10 juillet 2020 prochain.

Tous les détails ici !


CHÔMAGE PARTIEL

Focus sur les derniers décrets.

Tous les détails ici !

Nous sommes à votre écoute.

Contactez nous !


**Consultez
notre
site**

cfdtsbs.
blogspot.fr


ADHÉREZ, REJOIGNEZ-NOUS !



Cfdt:

La CFDT vous informe

Sopra Banking Software
SBS PRIMEURS

 S'ENGAGER POUR CHACUN
 AGIR POUR TOUS

ÉQUILIBRE DE VIE !

EN TÉLÉTRAVAIL

NOS CONSEILS

1. TROUVER UN LIEU OÙ L'ON SE SENT BIEN

Utilisez une pièce dédiée, avec un espace de travail aménagé. Le plus important est certainement de trouver un lieu où l'on se sent bien.

2. STRUCTURER SA JOURNÉE

Un peu d'activité physique en début ou fin de journée, prendre son petit déjeuner, s'habiller, faire une pause musicale... Trouvez les activités qui peuvent aider à structurer la journée. L'important est de se créer une nouvelle routine du quotidien.

3. S'ÉTIRER, FAIRE DES PAUSES ET DÉCONNECTER

En télétravail plusieurs heures devant son ordinateur, la fatigue visuelle et musculaire se fait vite sentir. Il est important de faire des pauses, de se lever, de s'étirer régulièrement (au moins toutes les 2h). Surtout, pendant la pause déjeuner et à la fin de la journée, on pense à déconnecter complètement.



4. MAINTENIR LE LIEN SOCIAL

Le confinement peut être pesant : nous ne sommes pas dans une situation de télétravail classique où l'on peut voir ses collègues régulièrement. Les outils numériques (téléphone, visio, réseaux sociaux, etc.) sont un moyen de maintenir du lien avec ses collègues ou ses ami.es. Passer un coup de téléphone à un.e collègue ou un.e ami.e pour la pause-café, parler à son voisin, participer aux solidarités qui s'organisent peuvent être des solutions pour maintenir le lien social.

5. RESTER COOL

Serveurs surchargés, enfants à la maison, postes de travail pas forcément adaptés : le confinement peut être pesant. Oui, la situation est loin d'être idéale, mais gardez à l'esprit qu'elle est exceptionnelle. Dans ce contexte, il faut accepter que l'on ne peut pas tout faire comme d'habitude.

[Suivez ce lien !](#)

 Consultez
 notre
 site

 cfdtsbs.
 blogspot.fr

ADHÉREZ, REJOIGNEZ-NOUS !

PAGE 2



Cfdt:

La CFDT vous informe

Sopra Banking Software

SBS PRIMEURS

S'ENGAGER POUR CHACUN
AGIR POUR TOUS

VOTRE POSTURE

EN TÉLÉTRAVAIL



NOS CONSEILS

Mettez un coussin entre le dossier de la chaise et votre dos afin que le dos soit bien maintenu.

Retrouvez toutes les informations sur notre site.

[Suivez ce lien !](#)

Dans l'idéal placez un clavier externe et une souris en face de vous de façon à ce que vos coudes soient en dehors de la table et que vos avant-bras reposent sur la table.

Mettez un coussin sur l'assise de la chaise sous vos fesses pour remonter votre corps et avoir les coudes à 90° juste au niveau du plan de travail.

Une fois ces réglages faits, vos pieds doivent être à plat sur le sol ou sur un repose-pieds (ou un carton).



Si vous portez des lunettes à verres progressifs. La vision de près se fait par le bas des verres il faut donc laisser l'ordinateur portable sur la table et incliner l'écran.



Faites des pauses environ toutes les 2 heures : marchez, faites des étirements et hydratez-vous.

PAGE 3

ADHÉREZ, REJOIGNEZ-NOUS !



Consultez
notre
site



cfdtsbs.
blogspot.fr



Cfdt:

La CFDT vous informe

Sopra Banking Software

SBS PRIMEURS

S'ENGAGER POUR CHACUN
AGIR POUR TOUS

DÉPLAFONNEMENT ! MERCI LA CFDT

DES TITRES-RESTAURANTS

La **CFDT** salue la décision du Gouvernement d'accéder à sa demande de déplafonnement de l'utilisation des titres-restaurants formulée par courrier.

En cette période de confinement où le recours au télétravail est massif, les salariés qui bénéficient de titres-restaurants pour prendre un repas dans de bonnes conditions sur la journée de travail, ne peuvent les utiliser en raison de la fermeture des restaurants et d'un accès plus compliqué aux commerces alimentaires.

Dans la pratique, les familles effectuent leurs courses alimentaires moins fréquemment pour limiter leurs déplacements et respecter les consignes de confinement.

La **CFDT** a donc demandé que l'utilisation des titres-restaurants soit déplafonnée pour faciliter un usage hebdomadaire et non plus quotidien. **Le plafond de 19€/jour est donc porté à 95€/semaine** (soit 5 fois le plafond quotidien).



Pour respecter le bon usage du titre-restaurant, lié à la journée de travail, la **CFDT** a demandé que cette mesure exceptionnelle soit limitée dans sa durée. Le Gouvernement a fixé comme date limite la réouverture des restaurants avant la mise en place d'une mesure similaire. Pour la **CFDT**, celle-ci ne devra pas aller au-delà du 31 août 2020.

Dans le groupe Sopra Steria, la direction ne fournit plus les TR aux salariés, mais la **CFDT** réclame doré et déjà des aménagements pour le retour à la « normale » et le rattrapage de ces semaines !

Pour précision, le plafond journalier n'existe plus, n'existe qu'un plafond hebdomadaire. **Il y a donc un plafond de 95€ par utilisation** (dans la limite de 95€ par semaine).

[Suivez ce lien !](#)

Consultez
notre
site



cfdt.sbs.
blogspot.fr



ADHÉREZ, REJOIGNEZ-NOUS !



PAGE 4