

LECTURE RAPIDE

# Créez une culture de la prévention sur votre lieu de travail

Parlez à notre équipe experte en bien-être





## L'épuisement professionnel et le désengagement gangrènent les cultures d'entreprise.

Les chiffres parlent d'eux-mêmes : les problèmes de santé mentale coûtent environ **1 000 milliards de dollars** par an à l'économie mondiale, tandis que **12 milliards** de jours de travail sont perdus chaque année pour cause de dépression et d'anxiété.

Nous ne parlons pas ici de statistiques abstraites. Ces chiffres se traduisent par des problèmes concrets tels que des délais non respectés, une baisse de la créativité et, en fin de compte, une détérioration des performances de votre entreprise.

Et si nous vous disions qu'il existe une autre voie ?

Un moyen de prévenir ces problèmes avant qu'ils ne fassent effet boule de neige, en favorisant une culture du bien-être qui soit bénéfique à la fois pour vos salarié(e)s et vos résultats financiers ?

**Nous avons dressé la liste des plus grands défis auxquels les entreprises se heurtent actuellement en matière de ressources humaines - et expliqué comment vous pouvez les relever en adoptant une stratégie préventive plutôt que réactive.**

# Épuisement professionnel chez les salarié(e)s : éteignez-vous les incendies ou allumez-vous la mèche ?

L'épuisement professionnel chez les salarié(e)s est une épidémie qui n'en finit pas de gagner du terrain et qui coûte aux entreprises des milliards en termes de perte de productivité et de talents. La pression exercée sur les salarié(e)s afin qu'ils/elles respectent les délais, gèrent d'énormes charges de travail et soient « toujours disponibles » les pousse à la rupture.

- **Pizza gratuite** : bien sûr, les pizzas sont toujours les bienvenues. Mais lorsque vos salarié(e)s font des heures supplémentaires et travaillent d'arrache-pied, ces quelques parts de pizza risquent d'être interprétées comme une insulte plutôt qu'un compliment.
- **Ateliers de gestion du stress (après une vague de démissions)** : les mesures réactives arrivent souvent trop tard. Au moment où l'épuisement professionnel se manifeste, les salarié(e)s peuvent déjà être démotivé(e)s et en quête de nouveaux débouchés.

Le problème est que l'approche réactive ne s'attaque pas à la cause profonde de l'épuisement professionnel.

## Privilégiez plutôt des stratégies préventives telles que :

- **Identifier les éléments déclencheurs** : les charges de travail irréalistes, les problèmes de communication et le manque de reconnaissance comptent parmi les principaux facteurs de l'épuisement professionnel. Les mesures proactives consistent à identifier ces déclencheurs au sein de votre entreprise et à les traiter de front.
- **Apporter un soutien réel** : aidez vos salarié(e)s à renforcer leur résilience en leur proposant des formations à la gestion du stress, en favorisant un bon équilibre entre vie professionnelle et vie privée et en encourageant une communication ouverte avec les responsables.
- **Culture de soutien** : mettez le bien-être des salarié(e)s au premier plan en instaurant une culture mêlant soutien, reconnaissance et sécurité psychologique.

## Vaincre l'épuisement professionnel avec Personify Health

Les membres de [Personify Health](#) bénéficient d'un accès 24 h/24 et 7 j/7 à des techniques de gestion du stress, à des bonnes habitudes de travail et à des exercices pratiques de pleine conscience. La résilience est l'apanage des effectifs bien outillés.

# Malades, ou pas dans leur assiette ?

Les absences imprévues peuvent avoir des répercussions considérables sur les flux de travail. Les salarié(e)s malades sont en arrêt et leurs collègues doivent travailler davantage pour compenser. Il est souvent difficile de trouver le bon équilibre.

La pression conduit souvent à adopter une approche réactive - une lutte constante qui n'a que pour effet d'éteindre les incendies.

## Voici le scénario réactif typique :

- **Politiques de congés maladie** : ces politiques sont essentielles, mais elles reviennent à mettre « un pansement sur une jambe de bois ». Elles s'attaquent aux absences ponctuelles, et non aux raisons sous-jacentes pour lesquelles les salarié(e)s tombent malades.
- **Consultations médicales tardives** : cette approche réactive vise à faire reprendre rapidement le travail aux salarié(e)s malades, au risque de négliger la cause profonde de leur maladie. Elle peut aboutir à un cercle vicieux de maladie et de convalescence, délétère pour le/la salarié(e) comme pour l'entreprise.

**Le problème des stratégies réactives ?** Elles reviennent à jouer au « jeu de la taupe ». Vous abordez un problème, mais un autre surgit. Sans compter qu'elles ne s'attaquent guère à l'essentiel : **le bien-être des salarié(e)s.**

**Imaginez à présent une approche proactive - par exemple comme celle adoptée par de nombreux clients de Personify Health.**

Une approche proactive qui met l'accent sur la prévention de la maladie comme du présentisme. Les salarié(e)s qui privilégient de bonnes habitudes, gèrent efficacement leur stress et ont un sommeil de qualité sont moins susceptibles de se faire porter pâle et sont moins sujets au présentisme.

**Personify Health peut vous aider à passer d'une lutte réactive contre les incendies à une prévention proactive.**

Nos solutions proposent des ressources axées sur une alimentation saine, un sommeil réparateur, les éléments fondamentaux d'une vie saine, la détection précoce des problèmes de santé, et bien d'autres choses encore. Il n'a jamais été aussi facile d'aider vos salarié(e)s à être - et à rester - en bonne santé et productifs/ves !



*« C'est incroyable de voir à quel point un si petit instrument peut être bénéfique pour une entreprise. Nous faisons ce constat au quotidien en voyant le regain de dynamisme de nos équipes ! C'est un atout indéniable pour notre réussite. »*

*- Sulzer*

# Vous êtes à côté de la plaque en ce qui concerne l'engagement des salarié(e)s ?

Nombreuses sont les entreprises qui tentent de stimuler l'engagement en offrant des avantages et des récompenses après coup - déjeuners gratuits, tables de ping-pong ou salles de sport sur site. S'il s'agit là à n'en pas douter de petits plus positifs, ils manquent souvent la cible de l'objectif intrinsèque recherché.

## Voici pourquoi les stratégies réactives sont vouées à l'échec :

- **Rustines superficielles** : ces avantages ne traitent pas les causes profondes du désengagement, telles que des attentes floues ou l'absence d'opportunités de développement de carrière.
- **Gains à court terme, tensions à long terme** : les salarié(e)s peuvent bénéficier d'un coup de pouce ponctuel, mais en l'absence de motivation plus profonde, le risque d'épuisement professionnel existe bel et bien.

## Mettre l'accent sur la prévention pour bâtir un objectif dans la durée

La table de ping-pong ne saurait être le seul investissement dans une **culture proactive du bien-être**. Voici comment une telle culture fait naître un sentiment d'utilité :

- **Elle permet de créer un lien entre travail et valeurs** : en aidant les salarié(e)s à comprendre en quoi leur travail est en phase avec la mission de l'entreprise et leurs valeurs personnelles.
- **Elle favorise la croissance** : en offrant des possibilités d'apprentissage, de développement de carrière et d'appropriation des projets, créant ainsi un sentiment d'accomplissement et d'utilité.

**Ne sous-estimez jamais le pouvoir d'une réunion portant sur le développement professionnel. Vos salarié(e)s veulent avoir le sentiment d'être plus que de simples numéros. Ils/elles veulent savoir que vous accordez de l'importance à leur carrière.**

## Mobilisez vos salarié(e)s avec Personify Health

Nos solutions sont conçues pour **impliquer vos salarié(e)s**. Notre puissante plateforme personnalise chaque recoin du parcours de bien-être de vos **effectifs**. Des encouragements quotidiens aux « Journeys » (parcours) suggérés, tout est mis en œuvre pour permettre à vos salarié(e)s de surmonter leurs difficultés individuelles et de mettre en place de bonnes habitudes.





## Personify Health : Votre partenaire en matière de *prévention*

Chez Personify Health, nous savons qu'une approche globale est d'emblée vouée à l'échec. C'est pourquoi nous travaillons en étroite collaboration avec vous pour développer une stratégie de bien-être préventive et personnalisée, en parfaite adéquation avec votre culture d'entreprise et les besoins de vos salarié(e)s.

Nous fournissons les outils, les ressources et le soutien continu dont vous avez besoin pour mettre en place une approche véritablement préventive et durable du bien-être des salarié(e)s.

**Imaginez un lieu de travail où vos salarié(e)s s'épanouissent et ne font pas que survivre.** La réduction de l'absentéisme, l'augmentation de l'engagement, et des effectifs plus productifs, ne sont que quelques-uns des avantages que vous pouvez tirer d'une culture de la prévention.

## Laissez-nous concevoir la solution idéale pour vous

Où que vous en soyez dans votre parcours de bien-être des salarié(e)s, nos solutions peuvent vous aider à aller plus loin. Nos offres sont flexibles et nous nous ferons un plaisir de personnaliser la solution qui répond à vos besoins.

Parlez à notre équipe experte dès aujourd'hui pour obtenir un programme personnalisé adapté à votre entreprise et à votre personnel.



# Nous sommes Personify Health.

La première entreprise-plateforme de santé et de bien-être personnalisée à regrouper des solutions de santé, de bien-être et de navigation.

Personify Health aide les salarié(e)s comme les vôtres à apporter des changements durables à leur santé et à leur bien-être. Aucune entreprise n'est trop grande ou trop petite. Que votre équipe compte 5 ou 50 000 salarié(e)s, -Personify Health vous apportera un soutien personnalisé et mobilisateur en faveur de leur bien-être.

## Because health is personal™

Découvrez comment Personify Health peut soutenir la santé mentale de vos effectifs.

Parlez à notre équipe experte en bien-être

Pour en savoir plus, rendez-vous sur [personifyhealth.com/global/fr](https://personifyhealth.com/global/fr)  
Retrouvez-nous sur [facebook](#) | [twitter](#) | [linkedin](#)

Les membres  
de Personify Health sont :

36 %

plus susceptibles de conserver leur emploi que les non-membres

49 %

plus productifs

46 %

plus investis au travail

~personify™  
HEALTH