

Du scepticisme au militantisme en faveur du bien-être

Comment mobiliser l'ensemble des salarié(e)s
autour de votre programme de bien-être ?

FICHE CONSEILS 



Vous êtes enthousiaste à l'idée de lancer une nouvelle initiative en faveur du bien-être au travail ? Vous avez toutes les raisons de l'être. Cela vous donne la possibilité d'aider les autres à se sentir en meilleure santé et plus heureux/ses et à tisser des liens avec leurs collègues tout en stimulant la culture du travail. Mais il y a un souci. Parviendrez-vous à impliquer tout le monde, y compris les sceptiques ?

Qu'est-ce qui caractérise les sceptiques ?

Leur attitude hésitante. Leur bâillement incessant. Leurs yeux pointés vers le ciel. Ou pire encore, leur sourire en coin. Voici le sceptique du bien-être.

Les sceptiques ne croient tout simplement pas que le programme de bien-être de votre entreprise pourrait leur être réellement utile. Paradoxalement, ce sont souvent ces mêmes personnes qui en ont le plus besoin ! Il est donc essentiel de les impliquer. Cela vous aidera non seulement à accroître la participation et l'engagement à l'égard de votre nouvelle initiative. Mais c'est aussi décisif pour créer l'impact positif que vous recherchez dans l'ensemble de votre entreprise.

Six conseils pour susciter l'intérêt des sceptiques

1. Faites la part belle à la communication

Veillez à transmettre le bon message au bon moment et au bon endroit. Une affiche sur la santé et la sécurité a un impact bien plus fort si elle est placée à côté d'équipements lourds plutôt que dans la cuisine du bureau. Vous pouvez également ajouter une touche ludique à votre message en lançant des défis au bureau ou dans les parties communes, par exemple placer un kettlebell près de la bouilloire afin d'encourager de courtes séances d'activité sportive tout au long de la journée ! Par ailleurs, en mettant en avant votre nouvelle initiative en faveur du bien-être au travail à l'occasion d'un événement virtuel ou en personne, vous aurez plus d'impact qu'en envoyant un courriel à l'ensemble des salarié(e)s. Si vos salarié(e)s ne sont pas des adeptes du courriel, rien ne vous empêche de vous servir de leur fiche de paie pour promouvoir votre initiative. Gardez à l'esprit que les personnes sont souvent affairées et qu'elles ont tendance à oublier. Pour bien ancrer le message dans les esprits, n'oubliez pas de le répéter et de le souligner.

2. Rendez la chose festive et dynamique

Lancez votre initiative autour de la santé et du bien-être en organisant une fête de lancement, en ligne ou réelle. Et parce que personne n'est insensible aux cadeaux, offrez un outil de suivi d'activité ou des petites surprises et des prix à l'occasion du lancement. C'est un excellent moyen de susciter la curiosité et l'intrigue, voire la motivation dont les sceptiques ont besoin pour adhérer pleinement ! Maintenez leur engagement au plus haut niveau en organisant régulièrement des événements d'équipe auxquels tout le monde peut participer, par exemple des promenades, des courses, des randonnées, des pique-niques, des cours de yoga et de méditation et des exercices en ligne.



3. Mettez en place des équipes et une compétition amicale

Les programmes de santé et de bien-être en équipes

rendent la semaine de travail ordinaire plus excitante et revitalisent les salarié(e)s. Et lorsque chacun commence à parler des performances de son équipe, ces programmes peuvent également faire naître un syndrome FOMO (anxiété de ratage). La publication hebdomadaire d'un classement par équipe actualisé encourage une compétition amicale, suscite de la camaraderie, et motive les salarié(e)s à adopter un mode de vie sain pérenne grâce à un réel engouement pour le programme.

4. Tirez profit des médias sociaux

Les médias sociaux occupent une place importante dans la vie de nombreuses personnes. Ce sont de puissants tremplins pour construire une culture d'entreprise, mobiliser les salarié(e)s et renforcer l'image de marque de l'employeur. Mais ils sont aussi parfaits pour provoquer un syndrome FOMO et stimuler la participation. Qu'il s'agisse du réseau social de l'entreprise ou d'un canal communautaire, de LinkedIn, d'Instagram, de Facebook ou de TikTok, encouragez les salarié(e)s à publier des messages sur la manière dont ils/elles prennent soin de leur propre bien-être (en étant actifs/actives, en trouvant un équilibre, en mangeant sainement, etc.) et commencez à créer une #workfam plus soudée.

5. Appuyez-vous sur les champions du bien-être

Vous comptez dans vos rangs des personnes enthousiastes et passionnées par la santé et le bien-être ? Ou peut-être un comité chargé de promouvoir la culture et désireux de créer un lieu de travail agréable ? Alors vous avez vos « champions du bien-être ». Si vous leur donnez les moyens de faire passer les messages, d'animer l'équipe et de donner l'exemple, ils peuvent être la clé dont vous avez besoin pour motiver, soutenir et encourager leurs collègues à prendre activement part à votre initiative. Et lorsque la culture de la santé et du bien-être commence à s'ancre sur le lieu de travail, c'est une véritable trainée de poudre.

6. Faites de la promotion active, du sommet vers la base

Les sceptiques sont plus susceptibles de prendre le train de la santé et du bien-être en marche s'ils/elles y sont activement encouragé(e)s par l'équipe de direction et les responsables direct(e)s. Impliquez tout le monde, du PDG jusqu'à la base.

Et n'oubliez pas d'ajouter une touche d'humour, par exemple un GIF ou une image amusante dans un courriel ou un canal de discussion partagé !

Prêt à faire fleurir des effectifs plus heureux et en meilleure santé ?

Des communications personnalisées qui incitent à l'action aux informations précieuses fondées sur les données qui nourrissent le succès, Personify Health donne aux entreprises du monde entier les moyens de créer des cultures d'entreprise prospères.

Notre plateforme complète regorge d'outils, de ressources et de conseils d'experts pour vous aider à concevoir et à mettre en œuvre des programmes de santé et de bien-être efficaces. Forts de plus de 20 ans d'expérience, nous nous engageons à vous aider à atteindre vos objectifs et à faire fleurir des effectifs plus sains et plus heureux.

Obtenir une démo

Pour en savoir plus, rendez-vous sur personifyhealth.com

Retrouvez-nous sur [facebook](#) | [instagram](#) | [linkedin](#)