

FICHE CONSEILS

Comment maximiser l'adhésion à un programme de santé et de bien-être

Parlez à un expert





Vous êtes enthousiaste à l'idée de mettre en place votre nouveau programme de santé et de bien-être. Ou bien vous envisagez d'en proposer un, mais vous craignez que l'adhésion ne soit pas au rendezvous.

C'est une inquiétude compréhensible. Bien sûr, certains seront sceptiques, d'autres demanderont un complément d'information et d'autres encore seront totalement novices en la matière. Afin d'aider votre entreprise à maximiser l'adhésion, nous avons rédigé quelques conseils qui vous aideront à faire le plein d'inscriptions et à garantir l'engagement de tous sur la voie d'habitudes plus saines.

Communiquez efficacement

Une bonne communication est essentielle. Pour susciter un engagement fort en faveur de votre programme de bien-être, vous devez utiliser un langage compris de tous. Pour un succès au beau fixe, l'initiative doit cesser d'être perçue comme un simple programme de bien-être sorti d'un tiroir des RH et devenir créative, passionnante, voire source de rivalité (vous pouvez consulter notre défi [VP GO à ce sujet](#)).

Afin de mobiliser votre équipe, vous devez adopter un ton et un langage qui attirent même les membres les plus désintéressés et les plus sédentaires. En outre, les activités proposées doivent être accessibles. Certes, c'est une bonne chose que les adeptes de la gym et de la musculation soient de la partie, mais vous devez veiller à ce que toute l'équipe tende vers un même horizon. Pour cela, il vous faut proposer un programme dont les activités s'adressent aussi bien à vos marathoniens qu'à vos débutants.

La stratégie idéale doit être authentique et sincère, et les employés doivent avoir le sentiment que le programme a été créé pour et avec eux, plutôt que d'avoir l'impression qu'on le leur impose dans le seul intérêt de l'entreprise.



Faites place à l'amusement !

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.



Mettez la compétition à profit

Les programmes de santé et de bien-être en équipes rendent la semaine de travail habituelle plus excitante et revitalisent les employés. 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 employés à adopter un mode de vie sain pérenne grâce à un réel engouement pour le programme.



Faites en sorte que chacun se sente inclus

Dès notre plus jeune âge, on nous dit que tout le monde est différent. Chacun a des capacités, des forces, etc. qui lui sont propres. Et pourtant, lorsqu'il s'agit de déployer un programme de bien-être, les entreprises pensent qu'une approche globale fera l'affaire. Il n'en est rien. Il faut tout d'abord comprendre que, au sens littéral, il n'y a pas deux personnes identiques. Chaque membre de votre entreprise aura des besoins distincts et se trouvera à un stade différent sur son parcours de bien-être.

Une stratégie couronnée de succès commence par la compréhension de vos employés. Certains auront besoin d'aide sur le plan de la nutrition, d'autres sur celui de l'activité physique, et d'autres encore en matière d'engagement pour le programme. Virgin Pulse fournit une plateforme personnalisée fondée sur la recherche scientifique et offre un soutien tout au long du parcours. Aucun employé n'est laissé pour compte. Nos solutions sont adaptées à chaque profil d'employé, quelle que soit l'entreprise. Pour nous, le bien-être est un processus de découverte personnelle, propre à chaque personne. Inutile de nous croire sur parole. Nos chiffres parlent d'eux-mêmes : 87 % de nos utilisateurs ont déclaré que le programme avait changé leur vie.



Amenez votre équipe de direction à mener la barque

La mise en place d'une culture durable autour de la santé et du bien-être gagne considérablement en efficacité lorsque l'initiative vient d'en haut. Vous devez obtenir l'adhésion des employés, des cadres supérieurs, mais aussi de la hiérarchie. Ce n'est pas aussi aisé que la simple validation du budget bien-être. Il vous faut impliquer votre PDG pour mener le changement en faveur d'une stratégie et d'un programme de bien-être vraiment efficaces.

Les employés seront sensibles à l'appel des dirigeants, et c'est dans ce sens que votre entreprise doit aller. Au lieu de n'être qu'un expédient tout droit sorti de la poche des RH, cette initiative doit s'ancrer dans la culture de votre entreprise. Un coup d'oeil aux emplois du temps des dirigeants des entreprises du Fortune 500 vous en apprendra beaucoup. La discipline et le désir de créer des habitudes saines sont ce qui leur permet de rester en tête du peloton. Il est indispensable d'avoir un mode de vie sain pour rester au sommet de son art, atteindre ses objectifs et diriger une entreprise.



Parce que la santé est une affaire personnelle™

Vous voulez faire passer votre équipe du chaos à la sérénité ? Combattre les tabous liés à la santé mentale ? Parlez à notre équipe dès aujourd'hui pour voir comment Virgin Pulse peut contribuer à améliorer le bien-être physique et mental de vos collaborateurs.

Contactez-nous

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

