

Différentes idées d'autres établissements

AIDE CONCRÈTE POUR TRAVERSER DES PÉRIODES DIFFICILES

Traduction libre et adaptation de Catherine Wilhelmy, conseillère Planetree, Réseau Planetree Francophone.

[Tiré du fil de discussion portant sur le soutien aux employés en période de pandémie, de la communauté de pratique de Planetree.](#)



Il importe de vous ressourcer. Ne serait-ce que de courtes périodes. Voici quelques pratiques qui ont été partagées et qui sont utilisées actuellement dans différents établissements membres de Planetree :

- Nous avons décoré les fenêtres de nos installations d'arcs-en-ciel (« ça va bien aller »)
- Nous avons mis des vélos stationnaires à l'extérieur dans un endroit plaisant pour permettre aux employés de faire de l'exercice et de profiter de l'extérieur
- Nous avons créé des « messages du jour » (pensées inspirantes) que l'on diffuse dans l'établissement
- Nous avons affiché dans les fenêtres de nos établissements, des photos de nos employés avec des cœurs
- Nous avons offert des craies aux gens pour qu'ils écrivent des messages positifs sur le trottoir autour de l'établissement
- Nous avons créé des petites cartes de remerciement - lorsque les gestionnaires font une tournée, ils doivent repérer les personnes qu'ils souhaitent remercier. De courtes notes sont rédigées et envoyées au domicile des personnes.
- Nous avons des professionnels des services psychologiques et spirituels qui ont accepté d'être disponibles sur appel pour le personnel
- Nous avons créé une liste de ressources liées au bien-être physique ou psychologique pour nos employés. Elle est diffusée de différentes façons pour nous assurer que l'information se rende.
- Nous avons demandé aux gestionnaires de faire des appels aléatoires auprès de leur personnel afin de simplement s'enquérir de leur état.
- Nous avons rassemblé l'équipe de direction pour accueillir les employés aux changements de quarts de travail avec des pancartes d'appréciation à leur endroit
- Nous avons préparé des séances de méditation pleine conscience (en respectant les règles de distanciation physique)
- Nous avons créé un kit de survie humoristique (bonbons)

