

L'ATELIER ÊTRE BIEN AU TRAVAIL



8 à 10
personnes



3 h

Pourquoi être bien et non pas bien être

- Le bien-être est la satisfaction d'un besoin individuel. Nous définirions l'être bien comme la contribution collective à faire de l'environnement de travail un espace où les conditions d'exercice répondent aux besoins de tous, où chacun trouve satisfaction et grâce auquel on peut s'épanouir.

1ère étape : Le système bien être

L'"être bien au travail" est une étoile autour de laquelle gravitent :

- des planètes (les notions fondamentales)
- des satellites (les parasites)
- des météorites (les néfastes)



A l'aide de cartes distribuées par l'animateur, le groupe échange afin de positionner une trentaine de leviers d'action sur le système bien être

2ème étape : Le plan d'actions

Guidés par l'animateur, les participants expriment leur ressenti, débattent et proposent des pistes d'actions individuelles et collectives à mettre en place. Ils les matérialisent grâce à la charte "être bien au travail"

Charte "Être Bien au travail"	
Engagement n° : ①	
Engagement n° : ②	
Engagement n° : ③	
Engagement n° : ④	
Engagement n° : ⑤	
Signataire(s) :	

Le truc en +

- Une approche centrée sur l'humain ayant une volonté commune de prendre des engagements



- Des pistes d'actions nombreuses adaptables à toute organisation avec application immédiate.

- Une recherche des causes du "être bien" au travail et non seulement un traitement des symptômes du mal être au travail



L'intelligence collective au service de l'individu

Et réciproquement.

Lorsqu'on traite un sujet aussi important que l'être bien au travail, il est primordial de réfléchir ensemble aux éléments externes qui influent sur notre propre condition et de voir comment nous avons le pouvoir de contribuer en retour au collectif.