



# Meilleures pratiques pour des programmes favorisant un milieu de travail sain

Par programmes, on entend tous les programmes et toutes les initiatives, offres et activités qui favorisent la santé et le mieux-être au travail. Il ne faut pas oublier de donner aux employés et aux gestionnaires du temps libre pour y participer.

Éléments clés :



## Adopter une vue d'ensemble de la santé et du bien-être

Les programmes et initiatives doivent couvrir tous les aspects de la santé physique, mentale et financière. Voici quelques idées pour vous aider à vous lancer :

- Lancez un défi mieux-être (nombre de pas ou d'actes de gentillesse à réaliser par exemple). Laissez libre cours à votre créativité et amusez-vous! Essayez de former des employés pour renforcer l'esprit d'équipe.
- Organisez des formations-midi sur divers sujets axés sur la santé (mieux-être financier, pleine conscience, nutrition, stress, etc.).
- Parlez des campagnes de bien-être nationales et participez-y. Chaque année, le gouvernement du Canada publie un [calendrier des journées relatives à la santé](#).
- Communiquez de l'information sur la santé mentale issue de sources nationales, telles que :

- [Les Services de crises du Canada](#) – Prévention du suicide et assistance aux personnes en détresse. Possibilité de parler à un intervenant au téléphone.
- [Espace Mieux-être Canada](#) – Soutien gratuit en santé mentale et consommation de substances.
- [La campagne Buddy-up](#) – Campagne de prévention du suicide chez les hommes organisée par le Centre de prévention du suicide.
- Évaluez l'ergonomie des postes et des espaces de travail pour vous assurer qu'ils sont sûrs et qu'ils ne présentent aucun risque pour la santé physique des employés.
- Encouragez les employés à suivre des formations professionnelles et offrez-leur des possibilités de croissance.
- Regardez cette vidéo basée sur la Norme nationale. On y explique l'importance de permettre aux travailleurs de croître et de s'épanouir pour qu'ils se sentent soutenus dans la poursuite de leurs objectifs. Pour en savoir plus, visionnez la vidéo [Renseignez-vous au sujet de la Norme nationale – Reconnaissance et récompenses](#).



## Offrir des avantages qui profitent à tous les employés

Un programme de garanties collectives solide est un excellent moyen d'attirer, d'embaucher et de fidéliser vos meilleurs employés. Ces avantages peuvent être un atout concurrentiel et contribuer au bonheur, à la santé et au rendement de vos employés. Il s'agit d'un véritable investissement dans votre organisation.

La Sun Life offre [une grande variété d'avantages](#), dont ceux-ci :

- assurance-vie, garantie Décès et mutilation accidentels et assurance contre les maladies graves
- garantie Frais médicaux
- garantie Frais dentaires
- garantie Invalidité
- Une tendance populaire et grandissante des garanties collectives consiste à proposer aux employés plus d'options concernant l'argent dont ils disposent pour leurs couvertures. Les comptes de dépenses sont un bon moyen de donner à vos employés un plus grand contrôle sur leurs garanties. Apprenez-en plus sur le compte Soins de santé (CSS) et [le compte de dépenses personnel \(CDP\) de la Sun Life](#).

La Sun Life excelle à offrir des régimes à la carte d'un bon rapport coût-efficacité aux employeurs et à leurs employés. Communiquez avec votre représentant à la Sun Life pour trouver le régime de garanties qu'il vous faut.

[Cliquez ici](#) pour en savoir plus sur notre [Guide sur la DEI dans les régimes de garanties collectives](#). Ce guide vous aidera à comprendre la place des garanties collectives dans la stratégie de diversité, d'équité et d'inclusion (DEI) de votre organisation. Vous y trouverez des idées pour que vos garanties collectives favorisent l'inclusion, l'équité et la diversité.



## Mobiliser les employés

Pour que vos initiatives relatives à la santé et au mieux-être aient les effets escomptés, vos employés doivent y participer.

Assurez-vous que vos initiatives soient visibles et accessibles par tous. Pensez aux besoins divers de vos employés. Voici quelques points à prendre en compte avant de commencer :

- Utilisez le mode de communication qui correspond le mieux à l'environnement de travail de vos employés. Pour connaître nos conseils en matière de communication, [cliquez ici](#).
- Si vous avez des employés travaillant à différents sites ou des employés à distance, faites en sorte que tout le monde puisse participer, peu importe leur emplacement.
- Assurez-vous que les employés à mobilité réduite puissent participer.
- N'oubliez pas d'inclure les employés qui ont divers quarts de travail.
- Prévoyez des options pour les personnes ayant une déficience visuelle ou auditive.

Trouvez des moyens de motiver les employés à participer aux initiatives de santé et de mieux-être :

- Proposez des congés supplémentaires.
- Donnez des cartes-cadeaux.
- Offrez le repas ou des collations saines et gratuites pour attirer des participants.
- Invitez des conférenciers pour susciter l'intérêt des employés.

La vie est plus radieuse sous le soleil

Les garanties collectives sont offertes par la Sun Life du Canada, compagnie d'assurance-vie, membre du groupe Sun Life. OH-9859-F 07-23 ry-cc

