

< L'équilibre entre le faire et l'être au travail, >

Au-delà de son savoir faire, le monde du travail dispose de nombreuses méthodes de bien-être à mettre en œuvre à l'endroit de leurs salariés. Pourtant la plupart d'entre elles sont peu ou pas utilisées voire ignorées. Dommage ! Car certaines sont très efficaces et peu coûteuses à mettre en place pour accroître ou maintenir le développement de l'entreprise. Comme entre autres : **Favoriser la créativité, la reconnaissance des employés**, etc....

Dans le cas de cette dernière, pour que celle-ci soit efficace, elle doit être cultivée dans un état d'esprit individuel et collectif : **POSITIF** tel que privilégier : **< le mieux vivre ensemble >**. C'est un challenge gagnant/ gagnant entre les décideurs et les employés où chacun a un rôle interactif à jouer, car il repose sur le tandem du : **< savoir-faire et du savoir-être au travail >**, indispensable à toute évolution dans un monde qui bouge vite....

Dans cette équation de bons sens, les deux acteurs (un management innovant et des salariés sensibilisés) doivent mettre en commun leurs talents respectifs, en cultivant interactivement certaines orientations. Comme par exemple :

- Donner du sens au travail. (Se sentir utile pour le bien de tous)
- Pratiquer suivant attente et besoin, la formation continue. (Interne ou externe)
- Mettre en avant la gestion du Stress. (Le bon stress se cultive, le mauvais stress se régule)
- Avoir des objectifs réalistes. (Afin d'éviter la démotivation)
- Développer la Gratitude au travail (Pour faire émerger interactivement le respect).
- Organiser des journées sécurité/santé au travail (Tout en tissant des liens)
- Promouvoir l'hygiène de vie (Bien dans sa tête, bien dans son corps)
- Etc.,... Etc.,...



Ainsi les ferments du **mieux-être au travail** sont prioritairement : Le respect à la différence, l'écoute, le dialogue, la reconnaissance,..... Cet ensemble de principes premiers, fait le plus souvent émerger une évolution culturelle et favorise l'accroissement de résultats pour l'entreprise, tout en améliorant la vie des employés.

Néanmoins, la santé des salariés étant une préoccupation importante, il est souhaitable de rappeler et reformuler pédagogiquement aux employés : **<Que chaque salarié est co-gestionnaire de sa propre santé>**. Pour une meilleure approche du sujet, nous vous invitons à prendre connaissance de la réflexion de : (Ralph Waldo Trine) :

< De nos jours, l'entreprise doit être l'un des acteurs du bien-être de ses salariés >

Faire le choix d'une vie en bonne santé, c'est relever un défi au profit de soi-même et des autres.

DEVENIR SON PROPRE MEDECIN ?

(Ralph Waldo Trine 1866-1958)

Le temps viendra où la tâche du médecin, ne sera pas de guérir le corps, mais de guérir l'esprit, qui à son tour guérira le corps.

Le vrai médecin sera un philosophe et un enseignant et son souci sera de maintenir les gens en bonne santé, et non pas seulement d'essayer de les guérir une fois qu'ils sont malades.

Le vrai médecin ne traitera pas seulement le corps avec des médicaments, mais aussi l'esprit avec des principes.

Il enseignera aux hommes que la gaieté, la bienveillance, les actions nobles, l'amour, la bonté qui agissent à la fois sur le corps et l'esprit, et qu'un cœur heureux est le meilleur remède.

Et plus tard encore viendra le temps où chacun sera son propre médecin.

L'homme de demain s'alignera sur les lois supérieures de la vie, et utilisera les pouvoirs de son esprit.



Un savoir pas si éloigné que cela, car pour favoriser l'émergence d'une bonne santé, il suffit simplement de commencer par : Manger sainement, faire du sport au quotidien et libérer son esprit, principes qui sont les premières bases du bien-être.

Mettons en commun nos talents, afin que le travail puisse devenir un lieu d'épanouissement.