Respecter les employé·e·s sobres : 3 conseils pour organiser une fête de fin d'année saine

À l'intention des gestionnaires et des responsables des RH

C'est la période de l'année où les employé·e·s se réunissent pour célébrer les Fêtes et passer en revue tout ce qu'ils ou elles ont accompli ensemble au cours de l'année. Lorsque les festivités du bureau s'intensifient, certain·e·s employé·e·s peuvent faire preuve d'excès, que ce soit en dépensant, en mangeant ou, bien sûr, en consommant de l'alcool. Pour d'autres, les Fêtes peuvent être une période difficile de l'année s'ils essaient de rester sobres, surtout s'ils sont au début de leur rétablissement. Par conséquent, par respect pour vos employé·e·s qui choisissent de rester sobres, en raison d'une dépendance ou simplement par souci d'adopter de bonnes habitudes de vie, il est préférable de garder à l'esprit que les Fêtes de fin d'année peuvent être une source de tentations inutiles.

Suivez ces trois conseils pour aider vos employé·e·s à profiter des Fêtes sans compromettre le temps et le dévouement qu'ils ou elles ont investis dans leur sobriété :

1. **Planifiez une fête sans alcool :** Même si certain·e·s employé·e·s supposent qu'il y aura de l'alcool lors de la fête de fin d'année, cela ne devrait pas être une attente. En tant que gestionnaire ou responsable des RH, vous pouvez donner un ton sain aux célébrations en choisissant de n'offrir que des rafraîchissements sans alcool. Non seulement cela atténuera les réserves des employé·e·s qui ne consomment pas d'alcool quant à leur participation, mais cela évitera également que des comportements liés à l'ébriété perturbent la dynamique du personnel et gâchent une fête de fin d'année qui aurait pu être agréable.

Respecter les employé·e·s sobres : 3 conseils pour organiser une fête de fin d'année saine

À l'intention des gestionnaires et des responsables des RH

2. Offrez des options sans alcool : Si vous proposez des boissons alcoolisées lors de votre fête de fin d'année, pensez à offrir également des options sans alcool. Cela permettra à vos employé·e·s sobres de participer aux festivités sans subir de pression sociale pour consommer de l'alcool. Pensez à proposer du lait de poule nature, du jus de pomme pétillant, du soda, de l'eau, du café, du thé, de la bière sans alcool ou des cocktails sans alcool. En prime, ces boissons sont moins chères et utiliseront moins du budget de l'entreprise. Il se peut même que vous remarquiez que davantage d'employé·e·s préfèrent des rafraîchissements plus sains.

3. Soyez un·e défenseur·eure de la sobriété : Aidez vos employé·e·s sobres à se sentir à l'aise avec leur choix en reconnaissant que la sobriété est une source de fierté et non de honte. Ces dernières années, la société a commencé à reconnaître la valeur d'une vie sobre et à féliciter les personnes qui placent la santé mentale, émotionnelle et physique au cœur de leurs priorités. Intégrez cette valeur à votre culture organisationnelle pour renforcer le bien-être de tout le personnel. En mettant l'accent sur les avantages d'adopter de bonnes habitudes de vie, vous pourriez constater une amélioration du moral des employé·e·s et une diminution des congés pour maladie ou stress. Après tout, des employé·e·s en bonne santé sont des employé·e·s productif·ive·s.

En créant un environnement de travail sûr, confortable et respectueux pour vos employé·e·s sobres, vous démontrez un véritable souci pour leur santé mentale et physique. Si vous remarquez que des employé·e·s ont du mal à rester sobres durant les Fêtes, n'oubliez pas de leur rappeler qu'ils ou elles peuvent solliciter l'aide d'un·e thérapeute qualifié·e dans le cadre du programme d'aide aux employé·e·s. Il est bon de leur rappeler que, même s'ils ou elles ont le pouvoir de rester sobres, ils ou elles n'ont pas à le faire seul·e·s.

Au nom de toute l'équipe de Homewood Santé, nous vous souhaitons de très joyeuses Fêtes et vous présentons nos meilleurs vœux pour l'année 2025!

Homewood Santé

Monhomeweb.ca

© Homewood Santé^MC 2024 | Sober Employees - 3 Tips_FR_Nov2024 | * Dans le présent document, le masculin est employé comme genre neutre.