

# ATELIER BIEN-ETRE AU TRAVAIL

**Company name :** Schroeder & Associés

**Activity sector :** Autres

**Company category :** PME

## Description of the action

Dans un bureau d'études, nous savons que nos collaborateurs sont parfois soumis au stress des deadlines de nos clients. C'est pourquoi Schroeder & Associés lutte du mieux possible contre le stress de leurs collaborateurs (burn out) : en limitant les heures de travail à maximum 10h par jour avec plusieurs pauses dont une obligatoire de 30min sur le temps de midi et par le biais d'ateliers « bien-être au travail » animés par AETE.LU.

## Context

Les technologies et la communication évoluent très rapidement. S'adapter à l'évolution technologique et à un environnement de travail de plus en plus complexe, peut être un facteur de stress au quotidien pour les collaborateurs. Schroeder & Associés offrent des formations aux collaborateurs demandeurs et propose des ateliers de bien-être au travail quelques fois par an pour permettre de mieux gérer le stress et relâcher la pression.

## Objectives

L'objectif principal est le bien-être et la santé des collaborateurs. Aller au travail doit être une source de joie et non de stress.

## Approach

Schroeder & Associés étant labellisé Entreprise Responsable (ESR), il est de notre devoir de proposer un cadre le plus apaisant possible pour nos collaborateurs.

## Impact

Grâce aux outils déjà en place pour favoriser l'équilibre vie privée, vie professionnelle, nous souhaitons que nos collaborateurs se sentent bien sur leur lieu de travail. C'est la clé du succès. Personne n'est à l'abri du stress, de la fatigue et des tensions. C'est pourquoi ces ateliers peuvent offrir une parenthèse et apprendre à mieux appréhender le stress. Les Chefs de service et notre service Ressources Humaines restent toujours à l'écoute en cas de besoin.

## « To do »

Ne pas être gêner de parler du stress et de demander de l'aide / Sensibiliser sur les maladies mentales / Inciter le collaborateur à parler si ça ne va pas

## « Not to do »

Ne pas prendre en compte/estimer le facteur stress dans une société