



Pratique 009 SALLE DE DETENTE

« INSTALLER UNE SALLE DE DETENTE DANS LES LOCAUX DE L'ENTREPRISE »

Levier(s) de bien-être concerné(s) / mots clés:

- Bien-être physique
- Bien-être moral
- Convivialité

Grande dimension du bien-être au travail : Cadre de travail

Dimension (plusieurs choix possibles) :

- individuelle (JE - Reconnaissance de soi)

Description de la pratique : Mettre en place un espace de déconnexion permet de s'isoler, même pour seulement quelques minutes, à l'abri de la relation de travail, des tensions, et prendre un temps pour se ressourcer. Un espace de détente permet aux collaborateurs de se prendre en charge dans une démarche de bien-être pour maintenir leur performance.

Cette salle peut s'adapter aux besoins et moyens de l'entreprise. Il peut s'agir d'une simple salle avec fauteuils et canapés, coupée des bureaux, comme d'une salle avec du matériel dédié (sport, massage). Les fondamentaux demeurent : un lieu calme, un peu excentré où les salariés peuvent venir faire une vraie pause dans leur journée de travail. Des chartes peuvent y être mises en place (exemple : si plusieurs collaborateurs se retrouvent ensemble dans la salle aucune obligation de faire la conversation) le but étant que les salariés jouissent d'un espace de détente et de liberté au sein de l'entreprise.

Observé sur le terrain : Google France, Microsoft France (salle de sport), Price



Waterhouse France

Résultats obtenus de la pratique si existante : Augmentation de la motivation, Diminution de l'absentéisme, Diminution des tensions mentales et physiques, (Meilleure santé liée à la pratique sportive)

Déclinaisons possibles de la pratique :

- Salle de remise en forme
- Salle de relaxation
- Salle de décompression
- Salle de sieste

Limites/risques/limites de la pratique : Toutes les entreprises n'ont pas les moyens (matériels ou financiers) de mettre en place une salle de ce type.

Savoir gérer cet espace tout en laissant une liberté aux salariés.

Effet pervers : coincer le salarié dans l'entreprise via des attentes implicites de plus grande disponibilité en échange des services rendus.

Sources et références :

Article de chef dentreprise.com sur l'expérience menée dans une PME :
<http://www.chefdentreprise.com/Chef-d-entreprise-Magazine/Article/Les-espaces-de-detente-nuisent-ils-a-la-productivite-28475-1.htm>

De très nombreuses références entreprise dans cet article :

<http://www.decision-achats.fr/Decision-Achats/Article/Les-espaces-detente-antidotes-au-stress-39222-1.htm>