

L'importance particulière du mieux-être en ce moment

Les événements entourant le coronavirus

- En raison du coronavirus, les employés doivent travailler à domicile et pratiquer la distanciation sociale.
- La rapidité des changements qui affectent leur vie professionnelle et personnelle en ces temps de pandémie peut provoquer une anxiété et un stress accrus chez les employés.
- Les employés apprennent de nouvelles façons de travailler sans pour autant négliger leurs responsabilités familiales, que ce soit prendre soin des petits, enseigner aux enfants ou s'occuper des animaux domestiques.
- En plus, le fait de travailler à distance suscite chez certains employés un sentiment d'apathie, d'isolement et de solitude.
- Les contacts sociaux sont aussi essentiels à la santé et au mieux-être des employés que l'activité physique et la résilience mentale.

Effets sur la santé

- L'isolement social et les sentiments de solitude ont des répercussions nettement défavorables sur la santé physique et mentale.
- Les experts prévoient que la période de confinement se traduira par une hausse de la prévalence du stress, de la dépression, de l'anxiété, de la peur et de la consommation d'opioïdes et d'alcool.
[OMS](#)
- En plus de la baisse d'activité physique qui accompagne le confinement des employés à la maison, les périodes d'isolement social prolongées peuvent accroître les risques d'affections cardiaques, de cancer et d'accident vasculaire cérébral.
[Holt-Lunstad](#)

Rôle du mieux-être

- En l'absence de rencontres en personne, nous consacrons nos énergies à offrir des ressources de mieux-être améliorées pour aider les employés à réduire leur niveau de stress et d'anxiété, à s'adapter aux changements et à rester en contact les uns avec les autres et avec leurs êtres chers, toute l'année, au moyen des mesures suivantes :
 - Fournir aux employés des occasions de communiquer virtuellement avec leurs collègues et leurs proches.
 - Offrir des ressources de mieux-être globales qui incitent à l'activité, remontent le moral et aident à faire face aux sentiments de solitude et d'isolement social.
 - Encourager les employés à cultiver l'esprit communautaire et à semer la bonté et la gratitude autour d'eux et de leurs êtres chers et dans leur collectivité.

L'évolution du mieux-être au sein d'AECOM

Lorsque les employés s'épanouissent dans tous les domaines du mieux-être, ils sont plus résilients, plus productifs et en mesure de donner le meilleur d'eux-mêmes, ce qui a une incidence importante sur la performance de votre équipe et sur le succès d'AECOM.

Les organisations qui défendent les causes sociales, aident les employés à rester en contact et développent un esprit communautaire gagnent un avantage concurrentiel en attirant et en conservant les meilleurs talents et clients.

1^{re} ANNÉE

- En 2018, AECOM lance la Semaine mondiale du mieux-être, en vue d'**éduquer les employés et de les sensibiliser à l'importance du mieux-être**, notamment en appui à la valeur fondamentale Protéger et à la culture de bienveillance d'AECOM.
- Cinq piliers du mieux-être sont définis : physique, émotionnel, financier, social et écologique.
- L'initiative recueille une importante participation dans le monde et donne lieu à un réseau mondial de plus de 160 ambassadeurs du mieux-être, à 134 activités locales dans 9 pays, à plus de 230 participations au défi des blocs antistress et à un centre de ressources de mieux-être.

2^e ANNÉE

- En 2019, AECOM crée le Mois mondial du mieux-être en vue de **favoriser un mieux-être personnalisé** pour les employés et leur famille, et développer davantage la culture du mieux-être.
- Cette démarche suscite un engagement mondial, la progression du réseau d'ambassadeurs du mieux-être à plus de 268, la nomination de 17 champions du mieux-être, près de 238 activités locales dans 27 pays, 4 500 inscriptions à des défis et plus de 40 candidatures pour la désignation de gestionnaire du mois.

3^e ANNÉE

- Cette année, AECOM va au-delà des effets individuels du programme mondial de mieux-être pour amorcer un **virage culturel qui vise à garder les employés en contact, à cultiver l'esprit communautaire, à semer la bonté et la gratitude et à soutenir l'intérêt pour le mieux-être toute l'année, partout dans le monde.**
- En tant que responsable, vous continuerez de jouer un rôle essentiel dans le succès du programme mondial de mieux-être d'AECOM.