
Service de Prévention

Guyline LeBrun, avocate
Coordonnateur aux activités
de prévention

Judith Guérin, avocate
aux activités de prévention

Vous partirez en vacances bientôt? C'est maintenant le temps de planifier votre absence!

Plus d'un an après le début de la pandémie... Entre le travail ou le télétravail, les rencontres virtuelles entre amis et les promenades de santé, comment vous sentez-vous? Comment vous portez-vous? Nous sommes loin d'être des superhéros. Il est donc important de poser certaines limites et prendre soin de notre santé mentale. Autant que possible, il faut se ressourcer pour mieux relativiser, retrouver quelques repères et revenir au travail bien structuré.

Et si vous preniez le temps de planifier des vacances dans des endroits permis ou à la maison selon le contexte, tout en planifiant votre absence du bureau ou de votre poste virtuel?

Nous vous proposons ici quelques mesures pour bien planifier votre absence, question de réduire le stress lors de votre retour au travail :

- ✓ Vérifiez bien votre **agenda**. N'acceptez aucun mandat urgent avant votre départ et assurez-vous qu'aucun délai n'a été fixé pendant votre absence;
- ✓ **Informez** vos clients et vos collègues de votre absence;
- ✓ Assurez-vous **qu'aucun délai ne viendra à échéance** pendant ce temps;
- ✓ Enregistrez vos **messages d'absence** du bureau, tant dans votre boîte vocale, que dans votre logiciel de messagerie, sans oublier d'indiquer votre date de retour et une personne ressource en cas d'urgence. À votre retour, n'oubliez pas de les désactiver;
- ✓ Assurez-vous qu'une **personne responsable prenne connaissance de votre courrier et réponde aux urgences** et que cette personne puisse accéder à votre agenda, votre

messagerie vocale et vos courriels (cette personne pourra notamment s'occuper des procédures notifiées et retourner les appels pour s'informer de l'état de l'urgence);

- ✓ Assurez-vous **qu'on puisse vous joindre en cas d'urgence**; et
- ✓ Finalement, rappelez-vous que **la prévention a bien meilleur goût** et qu'il est beaucoup moins douloureux et coûteux d'éviter les erreurs que de les corriger!

Planifiez votre absence et... Bonnes vacances!