

Summer body et lâcher prise, les tubes de l'été !

C'est les vacances ! On se détend, on coupe, on débranche, on oublie tout...

Les journées rallongent, le soleil brille, « tu pars où en vacances ? » est dans toutes les bouches. Voilà l'été, voilà l'été, voilà l'été, héhé...

Tout un chacun se réjouit de ses congés estivaux si mérités. Ces-mêmes chacun voient aussi la montagne de travail qui doit être achevée avant ce fameux départ en vacances. Comme si la vie travail s'arrêtait le 29 juillet au soir (tard le soir...), comme si tout devait être terminé et livré le 29 juillet au soir (même très tard), comme s'il fallait compenser ce qui ne sera pas « fait » durant nos 2 ou 3 (4 ! oh sacrilège !!) semaines de détente, comme si tous les compteurs se remettaient à zéro le jour de la rentrée...

Alors, fissa fissa, nous poussons les sujets, pressons nos collègues, nous hâtons de cocher chacune des petites cases de notre to-do list...

A l'instar de ce summer body auquel, beaucoup d'entre nous, nous mettons à penser de manière « dynamique et volontaire ! » une petite quinzaine avant de faire ses valises, n'est-ce pas utopique de penser que nous pouvons bien ranger notre work tumultueux, haletant, trépidant, sans repos dans une toute petite boîte, fermer le couvercle et partir tranquillement vers notre life de l'été ?

Répondre « non » de manière catégorique à cette question reviendrait à dire que la déconnexion, la pause, sont impossibles. Et ça, ce n'est pas vrai !

Posons, quelques instants, nos valises avant d'en remplir d'autres !



Le départ en congés

est un projet comme les autres. Définissez vos priorités, l'important, l'urgent. Terminez seulement ce qui ne peut vraiment pas attendre (et cela n'est pas tout !). N'oubliez pas que la plupart de vos collègues ou interlocuteurs seront eux-aussi en congés sur une période assez similaire à la vôtre.



Si vous avez une équipe,

organisez une séance de clôture de semestre en présentant clairement le réalisé. Soulignez le positif et remerciez collectivement mais aussi et surtout individuellement. Ce qui a été fait, ne s'est pas fait tout seul !

Ensuite, évoquez le reste-à-faire pour projeter l'énergie sur la rentrée. Vos collaborateurs reviendront de leurs congés avec encore plus d'envie et d'enthousiasme s'ils ont les idées claires sur ce qui les attend.



Prenez du temps pour vous

triez les dossiers qui dorment sur votre bureau, nettoyez votre boîte mail (elle aussi a droit à son summer body !), organisez votre agenda de la rentrée (laissez du vide !), et sélectionnez, pourquoi pas, quelques sujets stratégiques auxquels vous réfléchirez tranquillement sur la page (c'est OK !)



Ne sur-vivons pas la période !

Ne nous gâchons pas le plaisir de l'attente fébrile de nos congés. Rappelons-nous lorsque nous étions enfants, à quel point nous trépigions d'impatience à l'idée du dernier jour d'école, quel plaisir nous prenions à ranger notre table de classe, puis à vider nos cartables et pour certains à se voir offrir un cahier de vacances... Apprécions ce moment ! La joie apporte tellement d'énergie.

Et d'ailleurs les vacances n'ont-elles pas de sens que parce qu'elles récompensent le travail ?

Très bel été à Toutes et à Tous

Emilie Saulnier

"L'été s'impose et contraint toute âme au bonheur."

André Gide

**Le Cabinet sera fermé
du 28 juillet au soir au 16 août au matin.**

Bel été à tou(te)s !

Cabinet DORNIER

46 Avenue Villarceau - 25000 BESANÇON

Tél : 03 81 52 26 38 - contact@cabinet-dornier.fr

www.cabinet-dornier.fr

N°SIRET : 88078878100024 - Organisme de formation 27250336925

