

Bulletin d'information pour les champions du bien-être

FAVORISER UN CHANGEMENT SAIN



Mur de la renommée du bien-être : Pleins feux sur Purolator Santé

Ce mois-ci, nous mettons en valeur **Jamie Zabarte**, spécialiste de l'emballage des opérations et championne du bien-être. Jamie donne l'exemple en encourageant les pauses actives et en insufflant une belle énergie en dirigeant le défi annuel de santé et de bien-être de son équipe. Son engagement aide à garder son équipe active et motivée!

Calendrier de mieux-être

Découvrez ce qui se passera en juin:

- Fixer des limites dans la vie
- Organiser ses finances
- La musique pour l'esprit
- Pariez que vous ne connaissiez pas le P.A.E.F.
- Pause bien-être du mardi (étirements pour la sécurité)
- Entraînement musculaire et mise en forme

Moment bien-être

Lorsque chacun contribue, tout le monde se sent plus en sécurité pour être soi-même.

Moments bien-être



Sentiment d'appartenance

Le sentiment de sécurité et de soutien lorsqu'il y a un sentiment d'acceptation, d'inclusion et de capacité d'agir de façon authentique.

Le sentiment d'appartenance en milieu de travail se produit dans les conditions suivantes :

- Tout le monde est inclus
- Communications ouvertes et honnêtes
- Collaboration et confiance
- Empathie et soutien

Vous trouvez des outils pratiques sur le sentiment d'appartenance sur le site www.purolatorsante.com



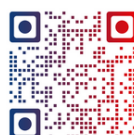
Ressources Additionnelles

Programme d'aide aux employés et à la famille

Rabais et promotions

 **TELUS** Santé

workperks



Nous contacter:

purolatorhealth@purolator.com

Visitez le site www.purolatorsante.com pour plus de renseignements et de ressources.

JUIN 2025

Favoriser le sentiment d'appartenance au travail

Le sentiment d'appartenance en milieu de travail va au-delà du simple fait de s'intégrer — il s'agit de se sentir valorisé, respecté et en sécurité pour être soi-même. Créer une culture d'appartenance commence par des gestes quotidiens : encourager le travail d'équipe, faire preuve de respect et communiquer ouvertement. Le mois de juin est un moment privilégié pour réfléchir à la manière dont chacun de nous contribue à cet environnement, grâce à plusieurs événements importants qui en offrent l'occasion — le Mois de la FIERTÉ, la Semaine de la santé masculine, Juneteenth et la Journée nationale des peuples autochtones.

Purolator Santé en action

Bravo à l'équipe d'Excellence des opérations pour avoir organisé leur deuxième Défi bien-être — félicitations à l'équipe gagnante dirigée par Samuel Champagne (photographié avec la ceinture)! Chapeau à l'équipe d'Edmonton Nord qui a profité des bienfaits de l'air frais en prenant des pauses de soins personnels à l'extérieur, ainsi qu'aux participant·e·s des réunions des Opérations qui ont révisé leurs compétences en RCR. Mention spéciale à Chad Barry, qui a sauvé une vie grâce à la RCR en 2024 et a partagé son expérience!

Faits saillants de Purolator Santé!



JOIGNEZ-VOUS À NOTRE ÉQUIPE

Pour en savoir plus ou pour vous joindre à notre équipe de direction, cliquez sur les boutons ci-dessous :



Purolator
Intervenants en
premiers soins
en santé mentale



Purolator
Champions
du bien-être