Votre programme d’aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

# Remonter le moral d’une équipe qui travaille à distance en raison de la COVID-19



La pandémie de COVID-19 a entraîné des perturbations majeures dans de nombreuses sphères de la vie quotidienne, y compris le travail. Si vous supervisez une équipe qui travaille à distance en raison de la flambée de COVID-19, vos employés et vous pouvez trouver difficile de cesser de vous rendre chaque jour au bureau et de travailler à domicile.

Rester en contact et faire preuve de compassion sont d’excellents moyens de remonter le moral de l’équipe pendant cette période d’incertitude.

**Prenez souvent des nouvelles de vos employés.** La santé et le bien-être des gens sont une priorité pendant une crise de santé publique comme la COVID-19. Programmez un rappel quotidien dans votre calendrier pour communiquer avec les membres de votre équipe et leur demander comment ils se portent physiquement et émotionnellement. Rappelez-vous que les gens peuvent vivre du stress ou de l’anxiété en lien avec leur santé, celle de leurs proches, l’incertitude économique et l’état du monde en général.

**Assurez-vous que tout le monde a le nécessaire pour être productif.** Disposer de l’équipement nécessaire pour travailler peut aider à réduire la frustration et augmenter la productivité. Demandez à votre service des Ressources humaines (RH) de vous renseigner sur les politiques de l’entreprise relatives aux ordinateurs portables, aux écrans, aux claviers et aux autres éléments essentiels. Assurez-vous de fournir à votre équipe les coordonnées de services clés qu’ils peuvent contacter en cas de panne ou de problèmes avec des systèmes particuliers.

**Faites preuve de transparence.** Votre équipe aura probablement de nombreuses questions concernant les politiques de l’entreprise. Communiquez le plus d’information possible et faites-leur savoir qui ils peuvent joindre pour obtenir des réponses à leurs questions.

**Gardez le contact à l’aide de la technologie.** La clé du télétravail, c’est la communication. Si vous utilisez des programmes de clavardage comme Slack ou Teams, créez un canal spécialement pour votre équipe. Vous pouvez aussi utiliser des logiciels de réunion comme Zoom et GoToMeeting pour effectuer vos suivis réguliers et transformer les réunions qui se tiendraient normalement en personne en rencontres virtuelles.
© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.

**Utilisez les caméras pour les réunions virtuelles.** Envisagez de demander à tous les participants à vos téléconférences d'activer la caméra de leur ordinateur portable. Lorsqu'on voit les autres, on peut lire leur langage corporel et voir leurs expressions. Cela peut également aider les personnes qui pratiquent l'éloignement social ou l'auto-isolement à se sentir moins seules.

**Créez un espace pour la socialisation.** La socialisation au travail ne se limite pas aux réunions et aux appels téléphoniques, même si ces événements sont importants. Le bavardage dans la salle de pause et les événements sociaux liés au travail peuvent aussi manquer à votre équipe. Vous pouvez faciliter la socialisation en organisant des pauses café en clavardage vidéo. Vous pouvez aussi prévoir un canal informel, comme un canal Slack #aléatoire ou un autre forum pour permettre aux membres de votre équipe de partager des photos de leur espace de travail à la maison, de leur animal de compagnie, etc.

**Encouragez votre équipe à utiliser le programme d'aide.** La transition d'un espace de travail traditionnel au télétravail peut être un changement majeur. Si vous remarquez des signes de stress, d'inquiétude ou d'anxiété chez l'un de vos employés, rappelez-lui que le programme d'aide est là pour l'aider. Il peut parler avec un conseiller bienveillant qui saura lui offrir du soutien et l'aider à bien vivre ce changement.