



15 juillet 2011

COMMENT PROFITER DE SES CONGES D'ETE

Pour que les vacances soient vraiment profitables, il faut mettre toutes les chances de votre côté : voici quelques conseils et astuces pour revenir de congés gonflé(e)s à bloc!

Casser le rythme des journées

Au diable les plannings, les rendez-vous et les réveils obligés toujours à la même heure! Les vacances sont faites pour se ressourcer et cela passe forcément par le repos : des grasses matinées pour ceux qui le peuvent, des siestes à l'ombre, du lézardage au soleil et à la plage pour les autres...

Même si vos vacances sont bien remplies, trouvez des moments de détente rien qu'à vous... Ils vous permettront de prendre soin de vous, de reprendre du poil de la bête et de faire le plein d'énergie. N'hésitez pas non plus à décaler les heures de repas. Si vous n'êtes pas prêts à vous mettre à table à 12h20 comme d'habitude, qu'importe! C'est les vacances!

Profiter de l'instant présent

- Si vous partez à l'étranger ou dans un endroit que vous ne connaissez pas, soyez ouverts à la beauté des choses : ouvrez grand vos yeux et vos oreilles... Cela vous laissera des souvenirs inoubliables de fraîcheur et de dépaysement.
- Si vous restez chez vous, rien ne vous empêche de partir à la conquête des paysages autour de vous! Car bien souvent, nous passons à côté de choses sympathiques sans s'en rendre compte, sous prétexte que c'est à côté de chez soi... Pas toujours besoin d'aller chercher très loin les magnificences de la nature!

Oser l'aventure!

Des vacances reposantes, cela ne veut pas dire ne rien faire de toute la journée. Certains s'adonneront aux joies du camping qui permet d'expérimenter un style différent, loin du quotidien et plus proche de la nature. D'autres préféreront des activités sportives inhabituelles comme le rafting, le saut en parachute, le parapente, l'escalade... N'hésitez pas, tout cela vous redonnera du punch et vous vous sentirez bien vivants!

Dans tous les cas, profitez du temps présent : ne pensez pas à la rentrée, et surtout laissez bien loin derrière vous les tracasseries du bureau!

L'astuce BRIO

Planifier vos vacances au minimum pour qu'elles ne se résument pas à une période banale de jours non travaillés. Mais surtout, profitez-en!

Nous vous reviendrons en août avec une panoplie de sujets reliés aux ressources humaines! Toutefois vous pouvez profiter de nos services durant la période des vacances car les bureaux resteront ouverts afin de mieux vous servir!

Toute l'équipe de BRIO Ressources humaines se joint pour vous souhaiter bonnes vacances!

Bonne lecture!

L'équipe de BRIO!!!