

Horaires et délais serrés mis de côté : Ogilvy Social.Lab fait une pause avec "You Matter Week"

Ogilvy Social.Lab lance la semaine "You Matter Week", au cours de laquelle l'agence met l'accent sur le bien-être de ses employés.

Bruxelles, 03 septembre 2019 – Ogilvy Social.Lab démarre sa "You Matter Week", une semaine où le bien-être des employés est au cœur de ses préoccupations et où de nombreuses activités sont prévues. Cela va de la séance intensive de yoga sur le rooftop à la découverte de la sophrologie.

C'est notamment grâce au travail et à l'engagement de ses employés que l'agence Ogilvy Social.Lab est arrivée là où elle se trouve aujourd'hui. C'est pour cela qu'elle porte une attention particulière à la croissance et au bien-être de ses employés. C'est pour leur montrer à quel point ils sont importants à ses yeux qu'elle a lancé la 'You Matter Week'. Une semaine qui se concentre sur 5 piliers : 'Move Better', 'Feel better', 'Eat Better', 'Think Better' et 'Take Good Care'.

Ce lundi était consacré au '**Move Better**'. Les employés ont pu prendre part à l'une des séances de yoga organisées durant la journée. Les participants étaient invités à se focaliser sur leur posture et à améliorer leur conscience corporelle. Parce que passer des journées entières derrière un bureau, ne doit certainement pas être bon pour le corps.

Mardi, c'était au tour du '**Feel Better**'. Les employés ont pu découvrir les massages AMMA, l'occasion pour chacun de se relaxer. Ces massages traditionnels chinois sont effectués en position assise, ils stimulent la circulation sanguine et permettent une redynamisation musculaire.

Pour le pilier '**Eat Better**', on rééquilibre le corps et on lui fournit de l'énergie dont il a besoin. Des ateliers nutrition seront organisés mercredi. Une nutritionniste fournira de nombreux conseils durant ces workshops afin d'aider les participants à mieux manger au travail et chez eux. Ce n'est pas tout, les employés profiteront d'un délicieux lunch composé d'ingrédients bios et locaux.

Tout le monde a un jour été confronté à une situation stressante. C'est pour mieux les gérer que des séances d'initiation à la sophrologie ont été organisées le jeudi. '**Think Better**', c'est l'objectif de la sophrologie, qui procure une sérénité intérieure à ses adeptes. Cela, grâce à des exercices combinant les techniques de yoga et la méditation zen.

'**Taking good care**', une devise au cœur de l'ADN d'Ogilvy Social.Lab qui a choisi de finir cette semaine en beauté en initiant ses employés à l'aromathérapie. Ils découvriront les nombreuses vertus des huiles essentielles et pourront même créer leur propre rouleau 'antistress'.

Une 'Zen Room' a aussi été installée dans l'agence pour permettre aux employés de se déconnecter le temps d'un instant. Tout était réuni pour qu'ils profitent d'une pause relaxante : un hamac, un canapé WAFF... Une expérience multisensorielle grâce au fond

sonore ASMR et aux lunettes PSiO. Pour les amateurs de fruits, il était possible de créer leurs propres smoothies grâce à un Smoothie Bike. Le concept est simple, il faut pédaler pour déguster sa boisson vitaminée.

Évidemment, le bien-être des employés est fondamental pour Ogilvy Social.Lab et la “You Matter Week” n’est qu’un début. Le meilleur reste à venir.