

# Lidl met les mails en pause de 18h à 7h

Gondola - 31 Aug. 2018

*Lidl Belgique suspendra le trafic interne de mails entre 18 heures et 7 heures du matin. La chaîne de supermarchés introduit cette règle à partir du premier septembre. “Nous donnons ainsi à nos collaborateurs la possibilité de réellement déconnecter”, explique Julien Wathieu, porte-parole de Lidl.*

Le mécanisme est connu: la journée est terminée, mais l'on pense encore à quelque chose pour le travail, et on l'envoie rapidement par mail à son collègue histoire de ne pas courir le risque d'oublier de le lui dire le lendemain. Pour éviter qu'un collègue se sente obligé d'encore répondre au mail le soir même, Lidl a décidé d'introduire une nouvelle règle. Une mesure qui n'arrive pas trop tôt, selon les experts, car le fait de devoir être joignable constamment interdit aux collaborateurs de se détendre complètement.

La chaîne de supermarchés suspendra le trafic de mails entre 18 heures et 7 heures du matin. Un mail interne qui sera envoyé en soirée n'arrivera ainsi que le lendemain à 7 heures du matin, tandis que les mails envoyés le week-end n'arriveront que le lundi matin dans la boîte des employés.

“Nous introduisons cette pause dans le trafic interne de mails pour respecter encore plus le temps libre des employés et améliorer l'équilibre entre la vie professionnelle et la vie privée. Les personnes qui le souhaitent gardent la possibilité d'envoyer des mails, mais, de cette manière, personne ne se voit obligé de s'occuper de questions professionnelles après les heures de bureau” souligne Julien Wathieu.

A noter que seuls les mails internes de Lidl Belgique et Luxembourg seront mis en pause. Les mails provenant de l'extérieur sont encore acheminés. Une exception est également faite pour certains départements et pour certaines fonctions, comme le service client, les livreurs, les receveurs dans les centre de distribution et les porte-paroles.

L'initiative est une bonne chose selon les experts, car la moitié des employés restent souvent, voire toujours disponibles en dehors des heures de travail, selon le Moniteur d'Employabilité du Conseil socio-économique de Flandres (SERV), le pendant flamand du CERW (le Conseil économique et social la Wallonie). Une disponibilité constante qui ne permet pas aux collaborateurs de réellement se déconnecter, et qui devient une source de stress. Pobos, un centre de conseils spécialisé en burn-outs et en traumatismes, considère la mesure de Lidl comme une bonne initiative.

“Le droit à la déconnection et le sentiment de relaxation qui l'accompagne est essentiel pour arriver à se détendre mentalement. Le fait d'envoyer des mails après les heures de travail peut être la source d'une stress accru, ce qui peut mener à un burn-out. L'esprit doit avoir le temps de se rétablir et de récupérer d'une journée pleine de stimulus. Une mesure comme celle de Lidl peut certainement contribuer à un équilibre entre vie professionnelle et vie privée plus sain, surtout pour des personnes qui ont du mal à se fixer des limites” déclare Anouck Heulot, psychologue chez Pobos, centre de conseils pour les burn-outs et les traumatismes.