



COLLOQUE

Bien-être au travail

LES CLÉS

de la réussite



2 Allée Pelletier Doisy
54600 VILLERS LES NANCY

09h00 - 17h00

10

Octobre
2017



09h00 - 09h15

Accueil

09h15 - 09h30

Discours d'ouverture

09h30 - 10h15

Étude statistique sur
l'absentéisme par Sofaxis

10h15 - 10h45

Retour d'expérience de la
commune de Maxéville

11h00 - 12h00

Ateliers "Bien-être au travail"



Matin

Buffet

Après-midi

13h30 - 14h45

Docteur BOURGOGNON, Psychiatre
La méditation de pleine conscience et
ses effets bénéfiques sur le travail

14h45 - 17h00

Poursuite des ateliers
"Bien-être au travail"



Ateliers

- Alimentation saine et équilibrée
- Les dangers des addictions
- Les bienfaits d'une activité sportive
- Techniques de relaxation
- Les bonnes postures de travail