

## Hopital Joffre-Dupuytren

1 rue Eugène Delacroix  
91210 DRAVEIL  
01 69 83 63 63

Contacts et renseignements :

### Christiane L'ETANG

*Conseiller en Prévention et Risques Professionnels*  
poste : 2 66 20

### Isabelle LE BRIZAUT

*Chargée de Communication*  
poste : 2 62 88

Événement en partenariat avec



Avec le soutien de



## PROGRAMME

# Semaine Santé Qualité de Vie au Travail

Prendre soin de soi au travail

du 8 au 12 octobre 2018

La Santé et Sécurité au Travail  
Le Bien-être

à Dupuytren le vendredi 12 octobre 2018  
de 11h à 16h



Hôpital JOFFRE-DUPUYTREN - Vendredi 12 octobre 2018 de 11h à 16h

## SANTÉ & SÉCURITÉ AU TRAVAIL

### DES PROFESSIONNELLS A VOTRE ECOUTE

Equipe pluridisciplinaire : Service ERGOPACT (Réfèrent TMS, Conseiller en Prévention des Risques Professionnels, Ergonomes) Psychologue du Personnel, Assistante sociale du Personne, Médecin du Travail, Service de Formation et le GRETA, Equipe diététique

*Stand Espace Française Daré*

### ATELIERS AUTOUR DES RISQUES PROFESSIONNELS

#### Apaisement des maux de dos

*Partenaire MNH*

Tapis d'accupression «Champ de fleurs»

*Salle Française Daré*

#### Ergonomie au poste de travail

*Partenaire GRETA*

*Espace Française Daré*

#### Fatigue et vigilance

*Partenaire GMF*

Simulateur de conduite

Quizz «Fatigue et téléphone au volant» et **tombola**

*Espace Française Daré*

#### "Vis ma vie de patient"

*Partenaire MNH avec la société ADHAP et service Ergopact*

Combinaison destinée à simuler les effets du vieillissement sur la motricité

*Espace Française Daré*

## BIEN-ÊTRE

### LES ATELIERS BIEN-ÊTRE

#### Lunettes de luminothérapie - micro sieste

*Partenaire MNH - Salle Française Daré*

#### Massage plantaire

*Partenaire MNH - Espace Française Daré - Stand MNH*

#### Relaxation et respiration (de 13h30 à 16h)

*Psychologues du site*

Venez apprendre des techniques simples de respiration

*Espace Française Daré*

#### Prendre soin de soi au travail (de 13h30 à 16h)

*Psychologues du site*

Entretiens individuels sur le prendre soin de soi au travail

*Espace Française Daré*

#### Découverte de l'aromathérapie et atelier olfactif (de 13h30 à 16h)

*Référents aromathérapie du site*

*Espace Française Daré*

#### Relaxation et méditation pleine conscience

Découverte à l'aide de fichiers audio à écouter sur place et à emporter sur clé USB offerte par la Mutuelle Complémentaire

*Espace Française Daré*

#### Massage des mains

*Socio-esthéticienne - Espace Française Daré*

### LES BIENFAITS DU SPORT (de 15h à 16h)

*Salle de sport WAKE UP FORM de DRAVEIL*

Atelier découverte des pilates, du yoga et du stretching **sur inscription** auprès du service de Communication au poste 26288 ou mail [service.communication.jfr@aphp.fr](mailto:service.communication.jfr@aphp.fr)

*Espace Française Daré*