

# Semaine de la **qualité de vie** et des **conditions de travail**

## du 17 au 21 juin 2024

### Lundi 17 juin

#### Atelier n°1 • Un café pour performer !

Les bonnes pratiques pour bien commencer la semaine. **Atelier ludique et jeux interactifs en visio « Caféine et performance ».**



**Webinaire** de 11h45 à 12h45 :

« Comprendre la charge de travail et identifier les leviers d'actions. »

### Mardi 18 juin

#### Atelier n°2 • Gestion du stress

Intervention de Carine BERGER DELAS, spécialisée dans la prévention et la gestion du stress.



**Podcast** dédié aux alternants :

« Orientation : une construction personnelle »

### Mercredi 19 juin

**Des conseils et des surprises attendent nos collaborateurs !**



**Webinaire** de 11h00 à 12h30 :

« L'éthique au travail, quelle place aujourd'hui et demain ? » Participez à une pause réflexive !

Le **Groupe Optineris** se mobilise à l'occasion de la **semaine de la qualité de vie et des conditions de travail (QVCT)**, organisée chaque année par l'**ANACT**.

**Pour notre 1<sup>ère</sup> édition, un programme riche en animations à destination de nos collaborateurs au siège et en agences !**

### Jeudi 20 juin

#### Atelier n°3 • Postures sédentaires

Intervention de Kévin HENNEQUIN de chez TeamUpp portant sur la réduction des tensions musculaires.



**Webinaire** de 16h00 à 17h00 :

« Et si les façons de penser le travail permettait de mieux préparer la transition écologique ? »

### Vendredi 21 juin

**Des conseils et des surprises attendent nos collaborateurs !**



**Webinaire** de 11h30 à 12h15 :

« Etre bien dans son travail, ça passe aussi par la formation : du nouveau sur votre compte CPF ! »



La **qualité de vie** et  
les **conditions de travail**  
**QVCT** par Optineris

