

LES OLYMPIADES DE LA PRÉVENTION



15 NOVEMBRE
2024

de 8h30
à 16h30

au **cdg**⁶³
Centre de Gestion
de la Fonction Publique
Territoriale du Puy-de-Dôme



VITALITÉ



PROGRAMME

ACCUEIL DES PARTICIPANTS



Horaires

8h30 - 9h00



Intervenants

Équipe pluridisciplinaire du pôle santé, sécurité et qualité de vie au travail du CDG 63.



Partenaires

Épiculture sur la base des préconisations de Clémentine PASTEUR (diététicienne).



Descriptif

Accueil physique des invités et partenaires, émargement et contrôle d'assiduité, remise des badges et attestations de présence, remise du programme et plan, orientation vers le thé/café d'accueil. L'accueil se fera avec un moment de convivialité dans l'esprit de la journée, c'est à dire sportive et équilibrée.

MOT D'INTRODUCTION DU DIRECTEUR GÉNÉRAL DES SERVICES



Horaires

9h00 - 9h15



Intervenants

Jean-Patrick SERRES - Directeur général des services du CDG 63.



Descriptif

Allocution d'ouverture et d'accueil des participants. Rôle essentiel des acteurs de la prévention. Convergence santé publique et santé au travail. Dimensions QVCT et RSO.

CONFÉRENCE « SPORT SANTÉ AU TRAVAIL »



 Horaires	9h15 - 10h15
 Intervenants	Professeur Julien FINAUD - ASM Vitalité, Docteur Sylvie BARGE (CDG 63), Murielle SOUZAIS - ASM Omnisports- section handisport & sport adapté.
 Partenaires	ASM Vitalité et ASM Omnisports  VITALITÉ
 Descriptif	Le sport santé comme opportunité de repenser le rapport au travail. La sédentarité , ses effets, ses limites... Les bienfaits du sport dans l'insertion et l'inclusion du handicap.

RÉVEIL MUSCULAIRE



 Horaires	10h15 - 10h30
 Intervenants	Jonathan JALLET
 Partenaires	Jo Fit Moov' 
 Descriptif	Exercices simples de réveil musculaire afin de préparer le corps à l'effort et aux sollicitations musculaires et articulaires.

ATELIERS-TABLES RONDES



Horaires

10h30 - 12h00



Intervenants

Équipe pluridisciplinaire du pôle santé, sécurité et qualité de vie au travail du CDG 63.



Descriptif

Ateliers-tables rondes sur les vertus du sport au travail et ses transpositions possibles en milieu professionnel et ses éventuelles limites le cas échéant en lien avec le sportif représentant de sa discipline. Échange, présentation puis recherche des attendus. Réalisation d'une fresque commune par discipline sur le format des 5 anneaux olympiques.

	Discipline sportive	Sportif	Binôme interne associé	Objectifs visés
SPORTS INDIVIDUELS	Football 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Olivier ENJOLRAS (Clermont-Foot 63) ○ Dilane DHAMPATTIAH (Cécifoot Clermont Jocker's) 	Auréliе BATTIER-DURIF	Les bienfaits et les valeurs du sport sur le plan physique et mental. Ses transpositions possibles et ses limites, le cas échéant, dans le milieu professionnel.
	Rugby 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Thomas KOECKNER (ASM Omnisports) ○ Calista GREGOIRE (ASM Romagnat / IAE Clermont Auvergne) ○ Mouna TOURE (ASM Romagnat / IAE Clermont Auvergne) 	Murielle PANIAGUA	
	Handball 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Charlotte KIEFFER (HBCAM 63) ○ Fabien DAFOUR (Handball Club Gannatois / CDG 63) 	Anthony MARILLER	
	Basketball 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ... 	Jean-Luc PERONNET	

	Discipline sportive	Sportif	Binôme interne associé	Objectifs visés
SPORTS INDIVIDUELS	Boxe 	○ Farida EL HADRATI (ville de Clermont-Ferrand)	Mickaël BRENAS	Les bienfaits et les valeurs du sport sur le plan physique et mental. Ses transpositions possibles et ses limites, le cas échéant, dans le milieu professionnel.
	Tir à l'arc 	○ Étienne COMBE (CDG 63)	Syndie CHABANNES	
	Tennis 	○ Nicolas OLSZAK (TC Châtel-Guyon) ○ Céline LEROY (ASM Omnisports)	Estelle ROCHE	
	Lutte 	○ Turgut BAYSAL (Stade Clermontois)	Émilie BOUDIN	

PAUSE MÉRIDIANNE AVEC COCKTAIL DÉJEUNATOIRE



 Horaires	12h00 - 13h30
 Intervenants	Équipe pluridisciplinaire du pôle santé, sécurité et qualité de vie au travail du CDG 63.
 Partenaires	Épicure sur la base des préconisations de Clémentine PASTEUR (diététicienne).
 Descriptif	Cocktail déjeunatoire présentant des vertus diététiques et gustatives saines, variées et équilibrées. Repas pris sur des «manges-debout», possibilité de circuler sur l'ensemble du village «Olym'prev» ouvert dès 12h00.

TEMPS DE RELAXATION



Horaires

13h30 - 13h45



Intervenants

Estelle ROCHE - Infirmière en santé au travail (CDG 63).



Partenaires

DÉCATHLON (Prêt de montres cardio-fréquence-mètre).



Descriptif

Exercices simples d'autorelaxation (ex : cohérence cardiaque) pour apprendre à gérer son stress et diminuer sa charge mentale et/ou émotionnelle.

CONFÉRENCE « NUTRITION ET SÉDENTARITÉ »



Horaires

13h45 - 14h30



Intervenants

Professeure Lore METZ (Université Clermont Auvergne),
Docteur Sylvie BARGE (CDG 63).



Partenaires

Université Clermont Auvergne.



Descriptif

Conférence-débat sur les bienfaits de la lutte contre la sédentarité sur la santé physique et mentale et sa part dans le travail.

ATELIERS-TABLES RONDES / ÉCHANGES CROISÉS



Horaires

14h30 - 15h30



Intervenants

Équipe pluridisciplinaire du pôle santé, sécurité et qualité de vie au travail du CDG 63.



Descriptif

Chaque atelier fera une présentation de ses travaux à un autre atelier, puis la réciproque. Les sports individuels croiseront avec les sports collectifs.

Football vs Boxe

Rugby vs Tir à l'arc

Handball vs Tennis

Basketball vs Lutte

CLÔTURE



Horaires

16h00 - 16h15



Intervenants

Tous les participants présents,
Jean-Patrick SERRES - Directeur général des services du CDG 63.



Descriptif

Clôture et synthèse.

VILLAGE D'EXPOSANTS «OLYM'PREV»



Horaires

12h00 - 16h30



Intervenants

Professeur Julien FINAUD,
Alexis DAMOURETTE,
Gérald NIVELON,
Steven CATELIN,
Docteur Alexandre PINEL,
Clémence MANDIGON,
Jean DELMAS.



Partenaires

OMS de Clermont-Ferrand, Elancia at work, Jo Fit Moov', ASM vitalité, Azergo, Décathlon, Unité de Nutrition Humaine, UCA.



VITALITÉ

azergo
Solutions pour mieux travailler



Descriptif

Village d'exposants dans lequel les participants pourront déambuler pour se procurer de la documentation, créer du réseau, échanger sur des pratiques, découvrir des offres locales...



Centre de Gestion
de la Fonction Publique
Territoriale du Puy-de-Dôme

7 rue Condorcet CS 70007 - 63 063 Clermont-Ferrand Cedex 1

04 73 28 59 80  accueil@cdg63.fr  cdg63.fr