

# COMPOSE TA SENSI

## Ateliers de prévention

Pack à composer

Pas d'idées ?  
nous vous proposons :

**Créez votre sensibilisation sur mesure, 100% efficace pour améliorer la prévention auprès de vos salariés.**

Composez votre formule idéale en 3 clics : Choisissez les thèmes > Définissez le format > Invitez vos salariés !



### MODULES (DURÉE 15 MINUTES)

- Travail sur écran
- Chutes
- Risques psychosociaux
- Addictions
- Sédentarité
- Nutrition
- Sommeil
- Santé globale
- Lombalgies
- Vaccinations
- Risque routier

### EN PRÉSENTIEL

- Dans vos locaux

### EN DISTANCIEL

- Webinaire

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

- Dans vos locaux : à définir avec l'intervenant
- Webinaire : participants illimités.  
Accessible partout

### PACK PRÉVENTION

Travail sur écran  
Risques psychosociaux  
Addictions

### PACK SANTÉ PUBLIQUE

Santé globale  
Lombalgies  
Vaccinations

### PACK MODE DE VIE

Sédentarité  
Nutrition  
Sommeil

**CONTACT** Prêt à composer ? Contactez-nous !

[sessionsinfo@preveam.fr](mailto:sessionsinfo@preveam.fr)



# FICHE PROGRAMME

## COMPOSE TA SENSI

### Vos modules de sensibilisation sur-mesure

#### Travail sur écran

Découvrir les bonnes pratiques d'aménagement du poste informatique afin de prévenir les troubles liés au travail sur écran.

#### Risques psychosociaux

Identifier les risques psychosociaux, leurs origines et les moyens d'agir face aux difficultés rencontrées au travail.

#### Addictions

Connaître les enjeux liés aux substances psychoactives en entreprise et les principes de prévention associés.

#### Sédentarité

Comprendre les effets de la posture sédentaire sur la santé et découvrir les actions simples à mettre en place au travail comme au quotidien.

#### Nutrition

Découvrir les fondamentaux de la nutrition et apprendre à adapter son alimentation dans le cadre du travail.

#### Sommeil

Appréhender les conséquences des troubles du sommeil et connaître les principales mesures de prévention et recommandations

#### Santé globale

Explorer les liens entre alimentation, activité physique et sommeil pour favoriser un équilibre durable au quotidien.

#### Lombalgies

Identifier les facteurs de risque des lombalgies et adopter les bons réflexes de prévention.

#### Vaccinations

Faire le point sur les vaccinations recommandées et les rappels utiles dans le cadre professionnel.

#### Risque routier

S'approprier les obligations de l'employeur et des salariés, les principaux axes de prévention et les situations particulières liées au risque routier professionnel.