

# le cnam istna nutrition santé

Institut scientifique et technique de la nutrition et de  
l'alimentation

MANGER MIEUX & BOUGER PLUS AU TRAVAIL

## Participez à notre prochain webinaire gratuit sur la santé au travail

Dans le cadre du programme national Manger mieux et Bouger plus au travail, le Cnam-ISTNA organise un webinaire gratuit et dédié à la santé au travail par la nutrition (alimentation, activité physique et sédentarité). Comment utiliser la nutrition (alimentation, activité physique et sédentarité) comme levier de performance au travail ? La mise en place d'actions nutrition-santé favorise-t-elle le bien-être des salariés ? Ce sont les questions qui seront abordées lors de ce webinaire.

**MANGER MIEUX  
& BOUGER PLUS AU TRAVAIL**

**WEBINAIRE GRATUIT**  
JEUDI 14 DÉCEMBRE 2023  
11H30 - 12H30

DÉCIDEURS ET ACTEURS DE LA SANTÉ :  
COMMENT MANGER MIEUX ET  
BOUGER PLUS AU TRAVAIL ?

## Les enjeux de la nutrition sur la santé au travail

La santé constitue à la fois un levier de performance et un outil de management. Un salarié qui bouge plus et mange mieux sur son lieu de travail, est un salarié qui peut être en meilleure santé : amélioration de son bien-être au travail, réduction de l'absentéisme, des risques psychosociaux et des troubles musculosquelettiques... et une meilleure productivité !



**52%**

des salariés font de l'activité physique pour tenter de faire face au stress

**58%**

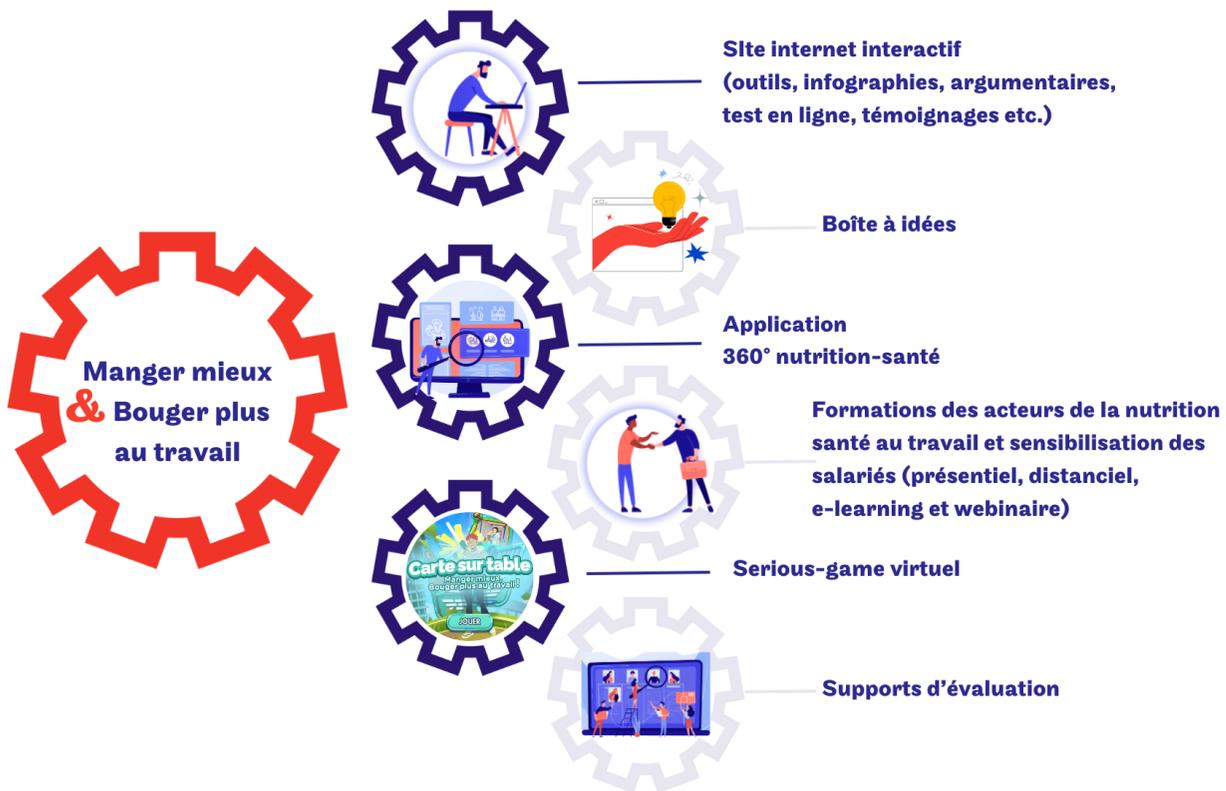
des salariés seraient intéressés par la pratique d'une activité physique si cela était proposé par leur entreprise

**52%**

des salariés seraient intéressés pour que leur entreprise les aide à bien maîtriser leur alimentation

## Le programme Manger mieux et Bouger plus au travail

Le Cnam-ISTNA et l'Unité d'Evaluation Médicale du CHRU de Nancy se sont associés pour la conception et le déploiement d'une stratégie nationale innovante sur la promotion de la santé des salariés. Démarré en janvier 2020, l'objectif général du programme est de favoriser la mise en œuvre d'actions de **promotion** de la santé en **alimentation** et en **activité physique** sur le lieu de **travail**. Financé par l'Institut national du cancer (INCa), 5 stratégies ont été déployées en France métropolitaine et en Outre-mer. Le **site internet** du projet recense l'ensemble des outils disponibles en libre accès :



## WEBINAIRE - Décideurs et acteurs de la santé :

### Comment manger mieux et bouger plus au travail ?

Le jeudi 14 décembre, 4 experts de la santé au travail répondront à la question : “**Comment passer à l'action en entreprise ?**”.

Voici le **pré-programme** du webinaire du **jeudi 14 décembre** :

# EURS ET ACTEURS DE LA SANTÉ : COMMENT MANGER MIEUX ET BOUGER PLUS AU TRAVAIL ?

elon

expertise scientifique en santé publique - Santé publi  
ace des interventions efficaces pour limiter la sédentari

(Directeur Technique National

la productivité des salariés grâce aux activités physiques

anglais

ole d'unité - Cnam-ISTNA)

eux & Bouger plus au travail grâce à des outils digitaux

n charge de l'animation du réseau d'acteurs du PNNS

S'engager pour la santé de ses salariés grâce à la c

14 Décembre



11h30

à [Pour vous inscrire](#)

Ce webinaire aura lieu en **direct**. D'ailleurs, n'hésitez pas à **partager vos questions** en amont en les envoyant à l'équipe du [Cnam-ISTNA par mail](#).

**Le Cnam-ISTNA vous accompagne dans la santé au travail**

Le Cnam-ISTNA accompagne les structures dans la promotion de la santé et du bien-être au travail par l'alimentation et l'activité physique.

Le Cnam-ISTNA accompagne les structures dans la promotion de la santé et du bien-être au travail par l'alimentation et l'activité physique.



L'équipe du Cnam-ISTNA organise des **sessions de jeu sérieux** au sein de votre structure afin de promouvoir la santé de vos salariés en s'adaptant à tout secteur d'activité. Les sessions de jeu en groupe se déroulent en présentiel et peuvent durer de 1h30 à 3h30 selon les besoins.

Un devis peut vous être édité **sur mesure** selon vos attentes. [\*\*Pour en savoir plus\*\*](#)



Également, le Cnam-ISTNA **forme les acteurs de la santé au travail** à la mise en place de ces sessions de jeu en INTER ou en INTRA structures. Le programme de formation se déploie en général sur une demi-journée (3h30) à une journée (7h) en présentiel ou distanciel. Les professionnels formés seront en mesure de mettre en place une session de jeu sérieux « Carte sur table » auprès de salariés.

Un devis peut vous être édité **sur mesure** selon vos besoins et vos attentes. [\*\*Pour en savoir plus\*\*](#)



Le Cnam-ISTNA vous forme sur la thématique de la santé au travail par la nutrition à travers deux formations en e-learning :

« [\*\*Alimentation et activité physique en entreprise - Professionnels relais\*\*](#) » et « [\*\*Alimentation et activité physique des salariés\*\*](#) »

Vous avez des questions ? [\*\*Contactez le Cnam-ISTNA\*\*](#)



**MAN**  
**&**  
**BOU**



DÉCI

30 novembre 2023

## Actualités Nutrition Santé

### **WEBINAIRE**

Décideurs et acteurs de la santé :

Comment manger mieux et bouger plus au travail ?

Jeudi 14 Décembre à 11h30

**[Inscription](#)**

<https://www.cnam-istna.fr/actualites/participez-a-notre-prochain-webinaire-gratuit-sur-la-sante-au-travail-1455402.kjsp?>

