

« Bien-être et travail »

Michel CYMES en conférence avec Harmonie Mutuelle Jeudi 26 mai à 20h au Théâtre Femina de Bordeaux



- Le Club Prévention Santé avec Harmonie Mutuelle, 1^{re} mutuelle santé de France, organisent le jeudi 26 mai à 20h00 au théâtre Fémina de Bordeaux une conférence de prévention santé, gratuite, animée par Michel CYMES.
- Le médecin, présentateur du « Magazine de la santé » sur France 5, abordera le sujet « Bien-être et travail » en présence de professionnels de santé régionaux qui apporteront leurs conseils pratiques.

Comment le bien-être, une bonne santé et l'activité professionnelle sont-ils compatibles ? C'est la question de cette conférence gratuite à destination du monde de l'entreprise. Avec le concours de professionnels de santé, Michel Cymes abordera les techniques de gestion du stress, la prévention dans l'entreprise ou encore la motivation des salariés au travers d'activités mobilisatrices et gratifiantes...

Médecins, coach sportif, enseignant chercheur, chef d'entreprise...

Aux côtés de Michel Cymes, des intervenants témoigneront qu'il existe de nombreux moyens de se sentir bien au travail.

Techniques de gestion du stress, prévention, motivation des salariés...

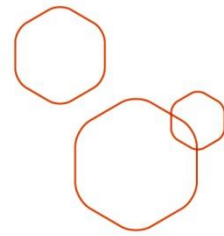
Cette rencontre, s'adresse notamment « à ceux qui ne prennent pas le temps de s'occuper de leur santé, à ceux qui n'osent pas poser de questions sur un problème de mal de dos, sommeil, stress au travail, dépression... » comme le rappelle Michel Cymes.

« Avec la généralisation de la complémentaire santé prise en charge par l'employeur, l'entreprise est devenue un lieu incontournable pour aborder les questions de santé et de prévention. Sujet sensible, le burn-out, première cause d'absentéisme au travail, s'est récemment retrouvé au cœur des débats parlementaires. Depuis le début de la crise économique ce phénomène prend de plus en plus d'ampleur dans les entreprises et l'on dénombrerait plus de 3 millions d'actifs menacés ou victimes de burn-out. Cependant, bien-être et travail ne sont pas incompatibles dès lors que l'on se pose les bonnes questions et que l'on sait comment prévenir ce risque. Michel Cymes, accompagné de spécialistes du monde de l'entreprise apportera des réponses.

Dans le cadre de sa mission prévention, Harmonie Mutuelle organise plus d'une centaine d'actions dans le grand Sud-Ouest avec une équipe de professionnels dédiés. »

Stéphane Kergourlay, Directeur de Région sud-ouest d'Harmonie Mutuelle

L'entrée de la conférence est gratuite, ouverte à tous avec inscription préalable sur le site www.club-prevention-sante.fr et dans la limite des places disponibles.



La tournée 2016 du Club Prévention Santé avec Harmonie Mutuelle, c'est 11 conférences dans toute la France, dont :

- 3 conférences à destination du grand public, animées par Michel Cymes,
- 5 conférences à destination du monde de l'entreprise, également animées par Michel Cymes,
- 3 conférences à destination des familles et des enfants, animées par Jamy Gourmaud.

En 2015 dans le Sud-Ouest, Michel Cymes a animé 2 conférences à Toulouse rassemblant à chaque fois 1 200 personnes sur les thématiques du « Bien-être et Travail » et « Les mystères de la mémoire ».

À propos d'Harmonie Mutuelle

1^{ère} mutuelle santé de France, Harmonie Mutuelle a pour vocation de permettre l'accès à des soins de qualité pour tous.

Harmonie Mutuelle propose une protection complète accessible à tous à travers une gamme de garanties (complémentaire santé, prévoyance via Mutex, assistance et accompagnement de la personne, épargne-retraite) et de services performants à l'intention des particuliers, des entreprises, des professionnels indépendants et TPE.

En se positionnant comme acteur global de santé, Harmonie Mutuelle a pour mission d'aller au-delà de la seule logique assurantielle.

Pour cela, elle :

- **développe des actions de prévention et de promotion de la santé** pour accompagner ses adhérents, tout au long de la vie, à être acteurs de leur santé ;
- **propose un accès à des réseaux de professionnels conventionnés** d'opticiens (Kalivia Optique), d'audioprothésistes (Kalivia Audio) et de chirurgiens-dentistes offrant des conditions tarifaires optimisées ;
- **structure son réseau de services, de soins et d'accompagnement** mutualistes (SSAM) ;
- **apporte son aide aux adhérents confrontés à des difficultés** à travers son service d'action sociale ;
- **soutient des œuvres et projets humanistes et solidaires** : Prix littéraire Solidarité, actions d'aide aux personnes présentant un handicap, projets de recherche contre la maladie d'Alzheimer...

Harmonie Mutuelle, c'est plus de 4,5 millions de personnes protégées représentées par près de 2 000 élus au sein des instances de la mutuelle (assemblée générale, commissions, etc.), 44 000 entreprises adhérentes, 4 600 collaborateurs, plus de 300 agences, 2,5 milliards d'euros de cotisations santé.

À propos du Club Prévention Santé

Le Club Prévention Santé, créé en 2012, a organisé ces 3 dernières années 30 conférences dans toute la France avec près de 35 000 spectateurs, 80 intervenants et plus de 300 questions du public traitées.

En 2014, le Club Prévention Santé a décidé de se diversifier en lançant avec Jamy, le célèbre animateur de l'émission « C'est Pas Sorcier », le Club Prévention Santé Junior à destination des enfants, des familles et des écoles.

Et pour retrouver l'ensemble des informations sur le cycle de conférences : www.club-prevention-sante.fr

Le hashtag officiel : #Clubpreventionsanté

Contacts presse région Sud-Ouest :

Florence Millet – 06 62 01 77 61 – florence@millet-rp.fr

Isabelle Lhomme - 06 85 31 22 21 - isabelle.lhomme@harmonie-mutuelle.fr

Anne-Francine Gieudes – 06 33 90 63 86 - anne-francine.gieudes@harmonie-mutuelle.fr

