

# Journée à thème 2026

Journée de formation

24 mars 2026

Protection et promotion de la santé :  
quels effets sur la performance au travail?



**Thème : Protection et promotion de la santé : quels effets sur la performance au travail ?**

**Mardi 24 Mars 2026**

**Programme : page 2**

**Organisation de la journée : page 3**

08h30 - 09h00	Accueil & café	
9h00 - 09h15	<b>Ouverture et informations : Discours du président</b>	
	<b><u>Session 1 – Environnement de travail et performance cognitive</u></b>	
09h15 - 09h35	<b>L'incidence du bruit sur les performances au travail</b>	<i>Ergonomie, Hygiène, Sécurité du travail</i>
Conférence 1	<i>Julien Cabanac, ergonome, Azergo</i>	
09h35 - 09h55	<b>Lien entre qualité du sommeil et burn out</b>	<i>Santé du travail</i>
Conférence 2	<i>Julie Zumbühl, L'Observatoire des risques Psychosociaux</i>	
09h55 - 10h15	Temps de questions de la session 1	
10h15 - 10h45	Pause-café	
	<b><u>Session 2 - Préserver la performance dans la durée</u></b>	
10h45 - 11h05	<b>Rester performant sans s'épuiser, utopie ou réalité ?</b>	<i>Santé, bien-être au travail</i>
Conférence 3	<i>Delphine Caprez, Health Management DC</i>	
11h05 - 11h25	<b>Les bénéfices d'un programme de bien-être au travail</b>	<i>Santé, bien-être au travail</i>
Conférence 5	<i>Richard Evans, Wellness retreat</i>	
11h25 - 11h45	Temps de questions de la session 2	
11h45 - 13h15	<i>Repas buffet - Aquatis</i>	
13h15 - 14h15	<b>Conférence sur l'immobilité au travail : "La chaise tue"</b>	<i>Santé, bien-être au travail</i>
	<i>Victor Fersing, journaliste spécialisé sur les thématiques de technologie numérique et d'intelligence artificielle, co-auteur du livre La chaise tue</i>	
14h15 - 14h45	Temps de questions et échanges avec le conférencier	
14h45 - 15h15	Pause-café	
	<b><u>Session 3 - Organisation du travail et santé des collaborateurs</u></b>	
15h15 - 15h35	<b>Les horaires décalés et shift de nuit, quels effets sur la santé ?</b>	<i>Santé et sécurité du travail</i>
Conférence 6	<i>Dr Jacques Pralong, Médecin du travail</i>	
15h35 - 15h55	<b>Garder le lien : gestion de la maladie de longue durée en entreprise</b>	<i>Santé et sécurité du travail</i>
Conférence 7	<i>La Légion du Cœur &amp; Annick Rieker</i>	
15h55 - 16h15	Temps de questions de la session 3	
16h15 - 16h30	<b>Clôture de la journée - Membres du comité GRISST</b>	

## Organisation de la journée

Date	Mardi 24 mars 2026, de 8h30 à 16h30
Lieu	Aquatis Route de Berne 144 Lausanne
Secrétariat	Groupelement Romand Interdisciplinaire de Santé et Sécurité au Travail Courriel : <a href="mailto:info@grisst.ch">info@grisst.ch</a> / <a href="mailto:president@grisst.ch">president@grisst.ch</a>
Inscriptions	Jusqu'au 17 mars sur infomaniak : <a href="https://infomaniak.events/fr-ch/conferences/journee-a-theme-24-mars-2026-aquatis/7419856c-2450-4b52-af71-e497ee5406ae/event/1584920">https://infomaniak.events/fr-ch/conferences/journee-a-theme-24-mars-2026-aquatis/7419856c-2450-4b52-af71-e497ee5406ae/event/1584920</a>
Langue	Français
Programme	Sous réserve de changements
Accès en Transport en commun	Aquatis, arrêt Vennes M2 direct depuis la gare CFF de Lausanne
Voiture	Pour vous garer : le P+R Vennes, sur place à tarif préférentiel (1.- / heure avec validation à la réception de l'hôtel Aquatis)