

Ecrit par le 5 avril 2025

# Bien-être au travail : un salarié heureux c'est une entreprise qui va mieux



La [Mutualité Française Sud](#) vient d'organiser 'Les rencontres santé au travail' dans le cadre du mois de l'économie sociale et solidaire. L'événement, porté en partenariat avec l'[association du Parc Courtine](#) et la [Chambre des entreprises de l'économie sociale et solidaire \(CRESS\) Paca](#), s'est déroulé à l'hôtel Mercure de la gare TGV devant une trentaine de participants.

Il a réuni [Sylvie Trinquier](#), psychologue en santé au travail basée à Avignon depuis 1985, le docteur Ceccarda Fornaciari, médecin salariée spécialisée en médecine du travail au sein de [l'Aist 84](#) au Pontet ainsi que [Jérôme Hwang Guitton](#), ergothérapeute et ergonomiste.

Après avoir évoqué l'[édition 2023 de l'Observatoire de la santé au travail](#) et rappeler l'importance du bien-être au travail, [Elisabeth Hansberger](#), présidente de la Mutualité française Vaucluse, a donné la parole aux 3 intervenants afin qu'ils puissent aborder la culture de prévention au sein des entreprises. Objectif ? Sensibiliser les employeurs et travailleurs aux aspects essentiels de la santé au travail, mais

Ecrit par le 5 avril 2025

aussi proposer des conseils pratiques.

### Miser sur la force du collectif

Dans ce cadre, Sylvie Trinquier a évoqué la nécessité de prendre en compte le décalage entre le travail prescrit et le travail réel. Elle a notamment rappelé l'importance de la coopération et de la délibération tout en prônant une évaluation collective. Il fallait lutter contre la solitude en privilégiant la recherche d'un sens à son travail (jugement d'utilité) tout en conciliant son éthique personnelle ainsi que la reconnaissance par ses pairs afin de ressentir un sentiment d'appartenance.



[Sylvie Trinquier](#), psychologue en santé au travail basée à Avignon depuis 1985, [Jérôme Hwang Guitton](#), ergothérapeute et ergonomiste, et le docteur Ceccarda Fornaciari, médecin salariée spécialisée en médecine du travail au sein de [l'Aist 84](#) au Pontet.

### Le patron a tout intérêt à rendre son salarié heureux

Pour sa part, Jérôme Hwang Guitton a développé l'idée que la qualité du Travail passe par la valorisation de ce que l'on fait. « Pas de bien être sans bien faire », a-t-il expliqué avant d'insister sur la conciliation entre la préservation de la santé des salariés, celles des clients et du service rendu ainsi que celle de

Ecrit par le 5 avril 2025

l'entreprise et son dirigeant.

Une analyse partagée par Dominique Taddei, président de [la zone d'activité de Courtine](#), pour qui un salarié heureux est un salarié 'plus efficace' et même 'plus rentable' pour son entreprise. « Les patrons ont donc tout intérêt à tout faire pour rendre leurs salariés heureux. »

### **L'importance du dialogue et du respect**

« Avant, être heureux au travail c'était avoir un CDI, a expliqué le docteur Ceccarda Fornaciari. Aujourd'hui, les gens sont plus exigeants. Ils veulent donner davantage de sens. Et cela s'est particulièrement accéléré avec le Covid. Le dialogue et l'échange sont fondamentaux pour aller mieux. »

Enfin, avant d'échanger avec le public, [Ghislaine Benichou](#), consultante prévention chez [Malakoff-Humanis](#) est venu présenter la mise en place d'un atelier sur le respect. Une initiative concrète lancée suite à une situation de violence verbale interne dans les rapports entre les services et les salariés dans une entreprise de la région.

« Avec le Covid, il a fallu réapprendre à travailler ensemble, à vivre ensemble » a précisé Ghislaine Benichou avant de conclure : « Être heureux au travail cela passe par le respect. »

L.G.

---

## **Calendrier de l'Avent, 20 professionnels se regroupent pour offrir un cadeau chaque jour**



Ecrit par le 5 avril 2025



[Marion Nussbaumer](#), consultante en relation d'aide et management de *The Medi-Art Program*, solutions bien-être pour les particuliers, spécialiste du coaching et du management pour les [dirigeants](#) et les [organisations](#) a imaginé un partenariat inédit avec 20 professionnels pour offrir des cadeaux cocoon, gourmands, bien-être en cette période de fêtes jusqu'au 25 décembre. Chaque jour, après s'être inscrit sur la page [facebook](#), [LinkedIn](#) ou [Instagram](#), un tirage au sort désigne un gagnant.

### **En savoir plus**

«Après 15 ans dédiés à l'accompagnement des entrepreneurs et à la croissance du territoire, j'ai puisé dans mon expérience personnelle l'inspiration pour créer une offre de service unique visant à améliorer la qualité de vie des personnes, que ce soient des particuliers, des professionnels, des dirigeants. Ayant surmonté des épreuves, j'ai souhaité partager les ressources qui m'ont été utiles pour retrouver le chemin du bonheur et de l'épanouissement.

J'ai donc imaginé *The Medi-Art Program* pour les particuliers, *The Wonder Boss* pour les dirigeants et *The Creative Company* pour les organisations et leurs salariés.

En séance individuelle, je pratique avec beaucoup de bonheur, apportant ma qualité d'écoute, mon humour et ma propre créativité aux personnes qui souhaitent amorcer un changement dans leur vie, petit ou grand, professionnel ou personnel.

En entreprise, j'apporte mon énergie et mon expertise du management et de l'entrepreneuriat, pour accompagner le progrès et la croissance.»

### **Les infos pratiques**

[bonjour@marion-nussbaumer.com](mailto:bonjour@marion-nussbaumer.com) 06 38 84 20 74 12, rue du Compagnonnage aux Angles. Le catalogue

Ecrit par le 5 avril 2025

d'ateliers et de formations [ici](#).

MH

---

## Tarascon, Mas de gratte semelle, Conférences sur les femmes sacrées et Grand vide grenier ce week-end

**La Chambre et table d'hôtes du Mas de gratte semelle propose ce samedi 1er et dimanche 2 octobre une exposition de peinture, des conférences sur les Femmes sacrées et un grand vide grenier.**

### **Une exposition de Florie Boissy, peinture et encre.**

«Le thème de mes œuvres est la lumière et le rêve. Je cherche avant tout à montrer les forces de la nature : à travers les jeux de lumière, la présence d'animaux qui sont à voir plus comme des force tutélaire de lieux que comme des animaux normaux . On pourrait dire qu'il y a un certain mysticisme ou symbolisme sous-jacent dans chacune de mes réalisations... Cela fait maintenant une dizaine d'année que j'expose dans des lieux variés (salon de Bruges, salon de la peinture à l'eau de Paris, peintres dans les rues dans diverses villes, caves, bars...). Une de mes œuvres a servi pour illustrer un panneau explicatif du Naturoptère de Sérignan. J'ai également eu un prix aux Peintres dans la rue de Malaucène et de Mollans. »

**Ouverture de l'exposition 'Ombres et lumières' à 14h30 le 1<sup>er</sup> octobre.**

### **Samedi 1<sup>er</sup> octobre**

#### **15h/16h Conférence de Anne Victoria Fargepallet, naturopathe**

Comment se revitaliser et faire face aux agressions et aux circonstances de la vie. Naturopathe et auteure de 3 livres : jeûner le retour à la santé, 24 heures avec une naturopathe, méthodes naturelles anti-âge Conférence : Pourquoi nous dévitalisons-nous ? Entraînant une baisse de notre système immunitaire et comment y remédier.

#### **16h30/17h30 : Conférence de Marion Nussbaumer : Cultivons un autre regard.**

En s'appuyant sur l'observation du travail des impressionnistes et par extrapolation, enseignement philosophique et psychologique. Quel angle de vue utilisons-nous pour observer les événements de notre vie, notre paysage mental et émotionnel ?

Ecrit par le 5 avril 2025

**18h Florie Boissy** : exploration de sa démarche artistique.

L'art est le lien entre l'homme et le monde. Plus la société se complexifie plus l'art devient essentiel, car on s'éloigne de plus en plus des forces de la nature, jusqu'à en perdre le souvenir et à ne plus croire qu'en l'homme.

**19h Apéritif musical** avec l'immense danseuse de Flamenco : Natalia del Palacio.

Natalia Del Palacio, née le 1 janvier 1967. D'origine madrilène, elle commence à danser le flamenco dès l'âge de 15 ans avec les meilleurs professeurs de l'école «Amor de Dios» de Madrid : Ciro, La Tati, Manolete, El Guito ...

**20h30, la table d'hôtes** : La grande soupe au pistou qui sera animée par les chansons de l'artiste auteure compositrice interprète Pascale Olleviers.

La cuisinière est Véronique Fargepallet Ben Zakin a suivi un parcours atypique mais toujours centré sur la création et l'humain. Elle commence sa carrière professionnelle comme décoratrice et créatrice d'abat-jour. Puis elle bifurque vers une activité commerciale et relationnelle. Enfin elle devient « cuisinière » de la table d'hôtes de gratte semelle, tant elle aime accueillir et régaler ses convives, maniant la cuisine traditionnelle provençale de sa mère Théclia et une cuisine créative.

**Concert**

Artiste au Cirque Du Soleil et à l'international, Pascale Olleviers (alias Pascalina) a voyagé de nombreuses années comme équilibriste et danseuse sur Fil. Le théâtre est venu compléter sa carrière. Elle se passionne actuellement pour l'écriture qui la transforme à ses heures de loisirs en auteur compositeur interprète pour transcrire la vie en chansons, chansons qui parlent de poésie de l'âme et d'amour au sens le plus pur et le plus noble.

**Dimanche 2 octobre**

12h Guinguette, uniquement sur réservation pour ménager notre cuisinière et éviter le gaspillage ;

**14h/15h Conférence Frédérique Gruyer psychothérapeute et hypno thérapeute**

Nous venons au monde porteurs du long chemin de notre âme et de ses différentes incarnations. Pour la grande majorité d'entre nous, ces souvenirs sont refoulés mais l'hypnose permet d'abaisser la barrière entre conscient et inconscient et de retrouver des souvenirs émotionnels impressionnants par leur vivacité, leur intensité. Nous héritons de notre famille autant que de notre âme et c'est elle qui détermine aussi notre destin. On verra avec plusieurs exemples de séances d'hypnose karmique comment ces vies antérieures ont une incidence sur notre quotidien.

**15h30 Goûter et Lecture théâtrale avec Elsa Stirnemann**

«Aujourd'hui, j'ai à cœur de transmettre et de mettre en lumière les êtres par la voie créative, introspective, et de proposer des lectures-spectacles des créations au travers du conte, de la poésie des récits qui expriment la laideur et la beauté, les légèretés et les profondeurs de l'être et leurs quêtes essentielles.

**16h30** Thé, boissons et gâteaux faits maison.



Ecrit par le 5 avril 2025

**Quant au Grand vide grenier** il a lieu samedi et dimanche de 14h à 18h.

### **Les tarifs**

8€ Chaque conférence ; 15€ Repas guinguette ; 20€ Apéritif musical ; 20€ Goûter théâtral ; 35€ Table d'hôtes et spectacle musical tout compris.

### **Les infos pratiques**

**Inscription recommandée. Chambres et Tables d'hôtes. Mas de gratte semelle. Route d'Avignon. 13 150 Tarascon. 06 15 16 18 81 [contact@masgrattesemelle.com](mailto:contact@masgrattesemelle.com)**

Tout le programme en détail [ici](#).