

SERIOUS GAME CARTE SUR TABLE

Parce que contribuer à améliorer la santé des salariés par l'alimentation et l'activité physique est un levier de performance pour les entreprises,

le Cnam-ISTNA vous accompagne !



Un **serious game**, pour favoriser l'immersion et pour rendre plus attrayante et ludique une problématique « sérieuse », ici la santé par **l'alimentation et l'activité physique**.



A travers l'expérience de Sacha, découvrez comment favoriser la santé au travail grâce à l'alimentation et à l'activité physique.

OBJECTIFS

- Connaître des **actions à mettre en œuvre** afin de favoriser la santé sur le lieu de travail sur les thèmes de l'activité physique, de l'alimentation équilibrée et de la réduction des temps passés assis.
- Découvrir comment **améliorer l'environnement de travail** afin de favoriser la santé.
- Prendre conscience de l'impact et du **rôle de l'entreprise**.

CONTENU

Immersion dans trois univers

Bureau
Métiers sédentaires



Menuiserie
Métiers physiques



Hôpital
Horaires atypiques



Chaque **épisode** est composé de **3 parties de jeu** :

- une sur le sujet de l'**alimentation**,
- une sur le sujet de l'**activité physique**,
- une sur le sujet de la **sédentarité**.



Chaque partie de jeu débute dès lors que Sacha soulève une **problématique de santé sur le lieu de travail**. Le joueur doit alors utiliser son **jeu de cartes** et trouver la meilleure solution à la problématique soulevée en choisissant et posant la meilleure carte. A chaque partie, il y a **3 tours**.

Les cartes rapportent des points : **+2, +1 ou 0**.

Les résultats sont représentés par une **jauge d'étoiles**.



Carte bonus ! A la deuxième partie de chaque épisode, une carte bonus est ajoutée dans le jeu de cartes du joueur. Elle peut rapporter jusque **+3** si elle est jouée au meilleur moment.

Le but du jeu est d'obtenir les meilleurs scores possibles en **alimentation**, **activité physique** et **sédentarité** par épisode.

Temps de jeu estimé : 30 minutes par épisode

CIBLE

- Salariés de tout secteur d'activité
- Employeurs ou décideurs
- Professionnels relais / acteurs de la santé au travail : médecins, infirmiers de santé au travail, référents en santé et sécurité au travail, préventeurs, responsables sécurité, intervenants en prévention des risques professionnels, ergonomes, diététiciens, professionnels de l'activité physique

LE CNAM-ISTNA, EXPERT DE LA NUTRITION-SANTÉ VOUS ACCOMPAGNE !

Le Cnam-ISTNA **organise** des **sessions de jeu sérieux** en entreprises/établissements pour promouvoir la **santé des salariés** et **forme** les professionnels relais à la **mise en place de ces sessions de jeux**.



DÉROULEMENT *

Session de jeu sérieux pour sensibiliser les salariés
(pour un groupe de 15 salariés)

1 à 2h
BRIEFING

Sensibilisation sur une ou plusieurs thématique(s) en nutrition-santé

30 min
JEU

"Carte sur table" pour une première approche d'actions en nutrition-santé

1 à 2h
DEBRIEFING

Mise en perspectives d'actions sur le lieu de travail

Formation à l'animation de sessions de jeu sérieux pour les professionnels relais

* Toute demande est étudiée et un devis est fourni.

ACCÈS AU JEU

Le jeu est accessible **en ligne** sur le site internet

Manger & Bouger plus au travail

(rubrique "outils")

manger-mieux-bouger-plus-au-travail.fr/fr/carte-sur-table.html



Il se joue uniquement sur **ordinateur**.



CONTACT

Cnam-ISTNA

Institut Scientifique et Technique de la Nutrition et de l'Alimentation
4 avenue du Docteur Heydenreich – CS 65228 – F 54052 Nancy Cedex

+33 (0)3 83 85 45 37

contact@cnam-istna.fr

