

## Groupe Promotion de la Santé : une dynamique croissante en faveur de la qualité de vie au travail

Depuis bientôt 2 ans que le Groupe Promotion de la Santé a été mis en place, animé par le Département de Santé Publique et la Médecine du Travail, de nombreuses actions ont été développées, par les personnels, pour les personnels. Les axes sont multiples. Mais tous convergent vers un objectif précis, améliorer la Qualité de Vie au Travail, libérer la créativité, comprendre l'environnement professionnel et ses contraintes pour mieux se l'approprier, dans un état d'esprit très participatif et respectueux. Chaque semaine, de nouveaux personnels, tous métiers confondus, demandent à y participer.

La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci (Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé, OMS, Genève, 1986). Ce processus comprend non seulement des actions visant à renforcer les aptitudes et les capacités des individus mais également des mesures visant à changer la situation sociale, environnementale et économique, de façon à réduire ses effets négatifs sur la santé publique et sur la santé des personnes.

La promotion de la santé doit permettre aux individus, dans et avec leur communauté, d'agir en faveur de leur santé (le terme «santé» étant pris dans une dimension globale : physique, psychique, sociale...). Parmi tous les déterminants qui relèvent de la démarche en promotion de santé, deux d'entre eux apparaissent primordiaux dans notre contexte :

- > le rôle de l'environnement : il s'agit ici de l'environnement de travail, car toute évolution contrainte, rapide, des modes et conditions de travail est susceptible d'avoir des répercussions sur la santé des individus qui doivent s'y adapter ;
- > le principe de participation effective et concrète des personnes aux décisions qui concernent leur santé : pour faire en sorte que les personnels soient ainsi susceptibles d'exprimer des besoins, de fixer des priorités, de prendre des décisions pour la mise en œuvre d'actions favorables à la santé de la communauté des agents.

Au printemps 2015, les premiers services de soins déménagent pour le tout neuf hôpital Pasteur 2. Dans un contexte d'environnements nouveaux et de changements dans les organisations, des personnels expriment des craintes vis-à-vis de leurs conditions d'exercice. Avec le soutien de la Direction Générale, le **Département de Santé Publique (Pr C. PRADIER)** et la **Médecine du Travail (Dr JH. PLANCHARD)** prennent l'initiative de réunir un groupe de personnels volontaires. L'objectif de ce groupe est d'émettre des réflexions à la fois sur les conditions de vie au travail à Pasteur 2, mais aussi sur ce que l'on voudrait qu'elles soient pour les professionnels de santé du site. Ainsi, ce groupe peut être une opportunité pour établir un projet pour la qualité de vie au travail à Pasteur 2, intégré dans une perspective plus large de promotion de la santé. **Le principe de fonctionnement du groupe est simple : proposer aux participants d'avoir une liberté de parole et de propositions.** Le groupe associe à ce jour : 26 professionnels du CHU. Pour le rejoindre : [promotiondelasante@chu-nice.fr](mailto:promotiondelasante@chu-nice.fr)

### Des idées à revendre !

Les premières actions du Groupe Promotion de la Santé ont consisté en des visites pédagogiques permettant de comprendre l'environnement architectural : coulisses techniques de Pasteur 2, parking...

Très vite, le groupe a avancé que la nouvelle architecture monobloc de Pasteur 2 pouvait permettre de favoriser les liens et la cohésion entre Services. A ainsi émergé l'idée pour les agents, de réaliser des visites croisées entre Services : la connaissance de l'autre, de son contexte de travail et de ses contraintes pouvant contribuer à développer une ambiance de travail positive au sein du bâtiment.

- > Cette action a été nommée « **TOUR-OPERATOR** » et c'est le département des **Urgences Samu SMUR** qui a ouvert le bal avec un immense succès puisque 13 visites ont été assurées pour 150 personnels venant de tous les sites du CHU et de tous les métiers ! Le prochain service à ouvrir ses portes sera l'Unité Centrale de Production. Première série de dates à compléter en fonction de la demande : 28/2, 7/3, 9/3, 14/3, 21/3, 23/3. **Inscriptions** : [promotiondelasante@chu-nice.fr](mailto:promotiondelasante@chu-nice.fr)

- > Cet axe de développement de la connaissance de notre hôpital est renforcé par la rubrique **Au cœur du CHU, à la découverte de...** du journal interne. En effet, chaque mois, un service ou une activité sont présentés, sur volontariat des équipes et permettent de mieux exposer les contenus d'offre de soins, les atouts les fonctionnements...





## Promotion de la santé (suite)



### En parallèle, des actions de valorisation des personnels ont été mises en place :

> L'organisation des **conférences de Noël SMARA** qui permettent d'expliquer et de partager son engagement associatif mêlé à une activité sportive de haut niveau : 2 conférences ont été programmées les 13 juin et 12 décembre, à guichet fermé. Noël SMARA est conducteur ambulancier au SMUR et Président de l'association « Exploits Sans Frontière. » La dernière conférence, organisée à l'Archet, a encore une fois remporté un vif succès, avec une centaine de personnes présentes. L'Association « Promenade des Anges 14 juillet 2016 » était représentée par son Secrétaire Général, Vincent DELHOMEL, accompagné de familles de victimes. Le Pr Olivier GUERIN, Adjoint au Maire de Nice et délégué à la Santé, était également présent ainsi que des agents du CHU, venus nombreux. Noël SMARA était accompagné par l'équipe qui a réalisé à ses côtés l'Ascension solidaire et Humanitaire de l'été 2016 en Himalaya, ainsi que les enfants et professeurs encadrants de la CLIS de l'école Saint Exupéry de l'Escarène qui participeront au projet 2017. En effet, le 14 juillet 2017, l'Association « Exploits sans Frontière » se lance un nouveau défi : déposer au sommet du Stok Kangri (Himalaya 6153 m d'altitude) 86 galets portant le nom des victimes décédées lors de l'attentat du 14 juillet 2016 à Nice, pour rendre hommage à nos victimes, leurs proches, leurs familles et toutes les équipes de secours.

Prochaine conférence prévue le 10 février 2017 à 18h dans l'Amphithéâtre du Galet de Pasteur 2.

> La création d'une rubrique **Les hospitaliers ont du talent dans le journal interne** proposée par la direction de la communication : chaque mois, 1 à 2 agents sont interviewés pour présenter leur talent personnel particulier (*associatifs, peintres, chanteurs, sportifs, collectionneurs, photographes...*). Le Dr Laurence Bentz contribue à alimenter cette rubrique, qui rencontre un vif succès.

> Le champ de la musique a été investi avec la création d'un Orchestre du CHU financé par le Fonds de Dotation AVENI du CHU de Nice qui rassemble des mécènes dont la **MASCF** et la **Fondation Stavros Niarchos** très sensibilisées à cette action créatrice de convivialité et de lien social. Cet orchestre a démarré ses répétitions en mai 2016 et s'est déjà produit à Pasteur 2, en Gérontologie, à l'Institut Claude Pompidou... D'autres concerts sont prévus en 2017 ainsi que des répétitions publiques, 1 fois par mois, dans les halls de Pasteur 2 ou de l'Archet.



L'orchestre du CHU est ouvert à tous les personnels pratiquant un instrument !

Afin d'avancer de façon rythmée dans le développement de projets durables, des **groupes de travail thématiques** ont aussi été organisés, en fonction de la sensibilité des participants.

### > Activité physique en entreprise

La promotion de l'activité physique par et pour le personnel du CHU fait l'objet d'un groupe de travail avec la **Faculté du Sport** et la plateforme de soutien sport-santé A2S pour élaborer un programme d'activité physique en faveur du personnel (Pr Pradier). Nombre de pistes d'actions sont à l'étude comme : *l'aménagement d'un parc à vélos à Pasteur 2, la création d'un parcours piétons-coureurs sécurisé et aménagé menant du centre-ville de Nice à Pasteur 2, l'identification d'un espace à Pasteur pour développer un programme adapté aux pauses des agents, l'application de la fun theory (voir Les Infos! avril 2016) pour rendre ludique l'escalier métallique reliant P2 à P1 ainsi que les couloirs empruntés par les personnels à Pasteur et l'Archet, l'organisation d'un évènement sportif du CHU...*



### > Végétalisation



Sous l'animation de Stéphanie Saulnier, un groupe d'agents travaille sur la végétalisation des sites hospitaliers. Trois projets sont en cours d'étude :

- > Projet de végétalisation d'une terrasse et des patios de l'Archet 2 : afin d'y accueillir des ateliers jardinage à la fois pour les personnels et les patients
- > Projet de jardin potager pour le personnel : sur le principe des jardins collectifs
- > « Adopte une jardinière » : projet de végétalisation des bacs jardinières de l'Archet laissés à l'abandon .

### > Bien-être

Ce groupe animé par le Dr Laurence Bentz et Alain Percivalle, réfléchit à la mise en place de prestations « bien-être » pour le personnel : massages, acupuncture, sophrologie, reflexologie, auto-hypnose, relaxation, taï-chi, ateliers d'écriture...



### Pour en savoir plus :

Toutes les personnes qui veulent se joindre à la poursuite des travaux du Groupe Promotion de la Santé peuvent prendre contact à l'adresse : [promotiondelasante@chu-nice.fr](mailto:promotiondelasante@chu-nice.fr) ou contacter Stéphanie Saulnier au Département de Santé Publique : 04 92 03 54 34.



### Les hospitaliers ont du talent !



De ses origines issues des îles lointaines de Wallis et Futuna, **Marie FELOMAKI** a conservé une histoire et des traditions, précieusement entretenues. Elevée dans le Pacifique, elle est venue en France à sa majorité et a été engagée en tant qu'aide-soignante en Gériatrie à Cimiez (Mossa 3) en 2013.

Par le biais de l'association MATAGI TAKA WALLIS ET FUTUNA NCA (Littéralement : « La brise du matin ») établie à Nice et qui regroupe quelques 200 membres de la communauté polynésienne installée en France, la culture d'Océanie et de Polynésie continue de vivre sur le sol métropolitain. En effet, Wallis et Futuna sont parmi les rares îles polynésiennes à avoir conservé vivantes des coutumes qui ont par ailleurs progressivement disparu.

Ainsi, Marie FELOMAKI continue de s'adonner à la danse polynésienne, wallisienne, futunienne, tahitienne... Il s'agit en général de danses guerrières, avec des pratiques différentes entre les hommes et les femmes. Les costumes traditionnels y sont à l'honneur : pour les femmes, couronnes, colliers, Sissi (vêtements traditionnels utilisés lors des cérémonies, sortes de jupes fabriquées avec des fibres d'hibiscus), mais aussi tenues en velours lorsqu'il fait plus froid. Les danses sont accompagnées de musiques traditionnelles à la guitare, au To'ere (instrument de percussion en bois) et Ukulélé (instrument à cordes pincées hawaïen) et de chants polyphoniques.

Par ailleurs, la transmission et la préservation des langues (le wallisien et le futunien) est un enjeu important, et les participants continuent de parler le dialecte entre eux et avec les enfants. Une fois par an, une grande fête est organisée en hommage au saint patron de Wallis et Futuna, Saint Pierre Chanel, qui a introduit la culture chrétienne dans les îles

au XVIII<sup>e</sup> siècle. La cuisine traditionnelle n'est pas oubliée, en sachant que des recettes différentes sont élaborées en fonction des sexes : salades tahitiennes au poisson cru par les femmes ; bami (vermicelles, poulet ou viande et légumes) ; cochon et féculents cuits longuement sous la terre dans des feuilles de bananier, par les hommes.

Avec le groupe MATAGI TAKA WALLIS ET FUTUNA, Marie FELOMAKI réalise très régulièrement des prestations auprès de collectivités : hôpitaux, maisons de retraite, mairie, églises à l'occasion de messes dominicales, ....



**Allan BARBERIS**, 23 ans, est préparateur de commandes au Magasin de Drap, où travaillent une vingtaine de personnes du CHU de Nice (Gestion des commandes pour près de 1500 articles, en lien avec la Direction des Services Economiques).

Depuis 2 ans, ce grand gaillard de 1,84 m pour 102 kg pratique une discipline sportive encore méconnue en

France : le bras de fer sportif. « *Auparavant, je pratiquais à la fois l'entraînement de force en salle de musculation, et les sports de combats – Lutte libre ou Sambo, Self Défense, Boxe « Pied - Poing » – Puis, j'ai découvert le bras de fer sportif, qui pour moi réalise l'alliance des trois aspects : technique, force et stratégie.* »

Aux USA et dans les pays de l'Est, cette discipline est très développée et extrêmement médiatisée auprès du grand public. En France, il existe une Fédération Française du Bras de Fer Sportif, qui voit son nombre d'adhérents croître régulièrement. A Drap, un Club de Ferristes a été créé en 2015, auprès duquel Allan a découvert ce sport. L'entraînement conjugue le travail de force musculaire (main, avant-bras, bras, mais aussi l'ensemble du corps) et l'entraînement sur table. Si l'association des deux tient une place importante dans le développement des capacités des ferristes, la génétique a aussi une influence : l'effort physique développé dans ce sport est très contraignant, toute la chaîne musculaire et ligamentaire étant très sollicitée : un physique avec une ossature imposante et une bonne résistance tendineuse et ligamentaire est donc un élément favorable de réussite dans ce sport.

Les Compétitions organisées par la Fédération Française

ont lieu tous les ans, et la première participation d'Allan BARBERIS a eu lieu en mai 2016 : il y a été 1<sup>er</sup> dans la catégorie « Amateurs, bras droit », et 3<sup>e</sup> dans celle des « Amateurs, bras gauche ». Il y a gagné son nom de combat, « Le Viking » : « *Dans les tournois, il y a d'abord une sélection en fonction du bras privilégié – pour moi, ce sont les deux-, puis du poids – je fais partie de la catégorie 100-110 kg-, avec ensuite un tirage aléatoire de binômes. Après le signal de démarrage donné par l'arbitre, 75% du combat se joue dans les 3 premières secondes, sur des aspects très stratégiques.* »

Les excellents résultats de 2016 vont permettre à Allan de passer dans la catégorie des professionnels en 2017 : le prochain **Championnat de France de la Fédération Française des Ferristes** sera organisé par la Ville de Drap et **Olympia Fitness le samedi 11 mars 2017 à 11 heures à la Salle Jean Ferrat, Avenue Jean Moulin à Drap**. Nous souhaitons un beau combat pour notre Viking drapois ! Pour plus de renseignements sur le Bras de Fer sportif, le Club « *Le Pacte des Ferristes* » à Drap, Président Patrick PIAZZON. <https://www.facebook.com/federationfrancaisedebrasdefer/notes>