

Promotion de la santé

Le groupe de promotion de la santé: animé par des agents du CHU, pour les agents du CHU!

Le groupe fête ses 12 mois de dynamique. Au départ, l'objectif de ce groupe était 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 est apparu comme 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. Très vite, c'est l'ensemble du CHU qui s'est trouvé concerné et le groupe rassemble désormais des personnels de tous les sites.

→ Un peu d'histoire

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.

En effet, 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, etc).

Parmi tous les déterminants qui relèvent de la démarche en promotion de santé, deux d'entre eux apparaissent primordiaux dans ce 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.



Le principe de fonctionnement du groupe est simple: proposer aux participants d'avoir une liberté de parole et de propositions.

En avril 2015 donc, se réunit un groupe composé d'une douzaine d'agents de différents services de Pasteur 2. A cette époque, le personnel met notamment en avant des problèmes de santé liés à la ventilation du bâtiment (Centre 15 en particulier). Le groupe exprime des premières propositions: mieux connaître le bâtiment, et plus généralement, participer à améliorer les lieux et conditions de travail. Une visite collective a été organisée dans les services et lieux en lien avec la ventilation. Elle a été effectuée sous la coordination du Directeur du patrimoine immobilier, avec les services techniques. L'implication de la Direction Générale a été appréciée; cette visite a été jugée par le groupe comme une opportunité précieuse pour comprendre le fonctionnement technique du bâtiment et pouvoir avoir des réponses aux interrogations. De plus, le partage d'informations entre parties a été jugé enrichissant et a permis de comprendre les contraintes réciproques. Enfin, des améliorations pratiques ont pu être apportées au niveau de l'environnement de travail de certains membres du groupe.

A la même période, le groupe pose la question de l'accessibilité au lieu de travail: accès et agencements des places de parkings de Pasteur 2, usage de moyens de transports diversifiés pour se rendre sur le lieu de travail. Une visite du parking sera organisée à la suite, permettant questions pratiques et propositions.

Les réunions continuent. Pasteur 2 dans sa nouvelle architecture peut permettre de favoriser les liens et la cohésion entre Services. Emerge le projet 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.

Le groupe préconise également des actions en termes de communication: la Direction de la Communication soutient cette idée et relaie les actions dans le Journal interne «Les Infos!». Des articles contribuent à informer le personnel sur certains aspects du fonctionnement du bâtiment et à répondre aux questions susceptibles de se poser. Parallèlement, la Direction de la Communication fait aussi des propositions visant à mettre en valeur à la fois des personnels dans leur vie extra hospitalière et certains services, afin que l'on sache mieux ce que représente le quotidien du travail dans ce contexte.

Au fil du temps, plusieurs orientations se dessinent pour constituer des axes du groupe de promotion de la santé, avec l'implication particulière de professionnels comme C. Lenoble et MA. Graslan. Toutes les catégories professionnelles sont présentes.

La dynamique est confirmée en 2016

Dans les premiers mois de 2016, l'organisation s'est accélérée pour une mise en place concrète de certaines actions:

- **Valorisation des agents hospitaliers:** des agents ayant des talents particuliers et remarquables sont mis en valeur à travers la rubrique du journal interne «les hospitaliers ont du talent!»: associatifs, peintre, chanteurs, sportifs, collectionneur... toutes les passions sont bonnes à partager. Une déclinaison sous forme de conférence est encouragée afin de faire partager les talents au plus grand nombre. La première conférence est programmée au Galet de Pasteur 2 le 13 juin 2016 de 13h30 à 14h30, ouverte aux personnels du CHU. C'est Mr Smara, conducteur ambulancier au SMUR, qui relatera son périple à vélo dans l'Himalaya, au bénéfice de l'Association Exploits sans Frontières. Il reste encore des places pour s'inscrire!



- **Visite des services:** sur le principe d'un «tour-opérateur», le groupe organise des visites croisées des services, animées par les agents du CHU.



Ce sont déjà près de 60 personnes qui se sont inscrites pour visiter les Urgences de Pasteur 2 et la salle de régulation du SAMU pour le 16 juin 2016. Une séance supplémentaire est prévue le 24 juin 2016.

- **Création d'un orchestre d'entreprise:** grâce au soutien du Fonds de Dotation AVENI et de la MACSF et sous l'égide du chef d'orchestre T. Lemaire, une dizaine de musiciens se sont réunis pour la 1ère fois en mai 2015 (claviers, violons, clarinettes, tuba, percussion...). En bravant les deux

week end de pont (Ascension et Pentecôte), l'orchestre a maintenu l'idée de se réunir et déjà 4 partitions ont été déchiffrées.



- **Promotion de l'activité physique par et pour le personnel du CHU:** une rencontre avec le vice Doyen du STAPS autour de cette thématique est programmée prochainement, en collaboration avec la Médecine du Travail, pour élaborer un programme d'activité physique en faveur du personnel.

Longue vie à ces projets! 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

Les hospitaliers ont du talent !



Delphine Tran, une championne parmi nous !

Jeune diététicienne dans le Service d'Addictologie de l'Archet, Delphine Tran a débuté la pratique des arts martiaux dans son enfance. « Dans notre famille, les arts martiaux font partie de l'éducation. Tout combattant doit pratiquer les trois branches : la branche externe, dite « de combat » avec le Kung Fu, la boxe pieds-poings ; la branche interne qui comprend le Tai-Chi-Chuan ; et enfin, la branche énergétique avec le Qi Gong. J'ai commencé par le Kung Fu étant petite. Puis j'ai été séduite il y a 10 ans par le Tai-Chi lors d'un voyage au Vietnam : ça m'a tellement plu de voir les personnes pratiquer ensemble dans les parcs dès 4h du matin, pour entretenir leurs corps, vivre mieux, et plus longtemps ! »

Cette pratique sportive est associée à une philosophie de l'existence : « Le Tai-Chi m'apporte une certaine sagesse : on apprend de ses erreurs, on détecte ses limites, la vie se trouve inspirée par la dynamique du Yin et du Yang et la recherche d'harmonie ». Ainsi, cette vision s'incarne également dans son métier « Être diététicienne, c'est travailler sur les équilibres, dans le domaine de l'alimentation » et très directement auprès des patients,

puisque Delphine propose chaque semaine aux patients d'Addictologie une séance d'initiation au Tai-Chi : « Ces personnes vivent des excès dans leurs vies, elles perdent le sens de la mesure et cela s'observe aussi dans le langage du corps. A travers mon enseignement en Tai-Chi, il s'agit aussi d'apprendre à être à l'écoute de soi et de rechercher le juste milieu ».

Adepte fervente de cette discipline, Delphine enchaîne compétitions et médailles : aux championnats d'Europe de Tai-Chi-Chuan de 2014, elle a remporté les médailles d'or et d'argent ; aux championnats de France de mars 2016, 2 médailles d'or (l'épreuve à mains nues et l'épreuve à l'épée). En mai, c'est le départ pour les championnats d'Europe de Moscou : tous nos vœux l'accompagnent pour un beau succès !



Valérie Vecco, est une sportive accomplie . Diététicienne au CHU, elle a commencé le tennis durant son adolescence et est très vite entrée dans le rythme des compétitions qu'elle prépare grâce à des entraînements réguliers : « National tennis Cup » fin octobre au Cap d'Agde où elle s'est inclinée en ½ finale (tournoi national individuel par classement) ; tournois par équipe « Vétérans » en novembre avec son club de Marseille ; puis, depuis le mois de février, participation aux championnats régionaux par équipe « senior » : son équipe s'y est qualifiée pour les quarts de finale qui se dérouleront prochainement, toujours au sein de son club « Gallia TC ».

« Le sport permet d'aller au bout de soi-même, c'est un puissant défoulement : on oublie tout, durant le temps d'entraînement et pendant les matches. Il y a un intérêt supplémentaire dans les rencontres par équipe ; face à son adversaire, on mène une bataille qui est à la fois pour soi, mais aussi pour l'équipe à laquelle on appartient. Etre dans une équipe apporte une stimulation forte et supplémentaire, cela se retrouve aussi dans le contexte du travail. »