



5EME ÉDITION

# AMÉLIORER LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL PAR LE SHIATSU

## CONTEXTE

En 2015-2016, une démarche projet pour améliorer l'accueil en traumatologie du CHRU de Brest est menée par le cadre de proximité.

L'équipe paramédicale évoque ses difficultés à rester dans des dispositions physiques et psychiques optimales pour gérer la relation avec les patients et leurs proches.

Le besoin de travailler sur leur disponibilité est alors exprimé.

## COMMENT AMÉLIORER LEUR DISPONIBILITÉ ?

### MODÉLISATION DE L'ACTION

Le cadre de proximité manage le projet pour un service et une équipe impliquée dans la démarche.

Le partage des sensations et émotions ressenties est fédérateur.

Le principe du volontariat est important.

### DESCRIPTION DE L'ACTION

- Créer le projet, les outils et choisir la technique en équipe
- L'intégrer à la formation continue du pôle
- Organiser 1 à 3 séances de 30 mn/agent
- Trouver un local dans le service
- Adapter les horaires à ceux des agents
- Les inciter à s'inscrire

### OBJECTIF

Un temps individuel pour lâcher prise

### EVALUATION DE L'ACTION

Questionnaires et réunion de bilan. 37 agents (sur une équipe de 45) pour 90 séances sur 5 mois.

Ils se sentent plus détendus physiquement (88%), moins émotifs, moins stressés (40%), apaisés (70%).

Ce projet a favorisé les échanges dans l'équipe.



WWW.SPHCONSEIL.FR

