

Prendre soin des soignants

En cette période où l'engagement de la communauté hospitalière est mis à forte contribution, le CHRU de Nancy a favorisé le déploiement d'actions bien-être accessibles à l'ensemble de ses professionnels, soignants et non soignants. Complémentaires au dispositif d'écoute et de soutien psychologique proposé par l'institution dès les débuts de la crise, ces initiatives illustrent la forte solidarité qui lie les équipes de l'hôpital.



Pause sportive et activité physique adaptée

L'équipe du Centre Universitaire de Médecine du Sport et Activité Physique Adaptée (CUMSAPA) spécialisée dans le suivi des sportifs et la promotion de l'activité physique adaptée chez les patients porteurs d'une affection chronique, s'est mobilisée pour aider les professionnels du CHRU à maintenir une activité physique régulière.

Des équipements (vélos, tapis de course, tennis de table, sac de frappe... dont une partie a été mise à disposition par une enseigne d'articles de sport) sont accessibles sur réservation à Brabois au niveau des locaux du CUMSAPA qui a totalement repensé son organisation.

Des séances sont également animées par les enseignants en activité physique adaptée en lien avec le pôle Rééducation du CHRU.

En place depuis le 6 avril, le dispositif a été élaboré avec l'équipe opérationnelle d'hygiène pour garantir le bionettoyage des équipements entre chaque séance et le respect des gestes barrière.

Ces activités sportives seront bientôt proposées également sur le site de l'hôpital Central, en partenariat avec le Comité Départemental Olympique et Sportif de Meurthe-et-Moselle, préfigurant leur collaboration au travers de la Maison Sport Santé 54.

Enfin, l'équipe du CUMSAPA a incité les athlètes de haut niveau suivis au CHRU, de partager en vidéos leurs exercices « spécial confinement » (à voir sur Instagram @cumsapa et Facebook @CHRU_de_Nancy).

Se détendre, prendre du temps pour soi

Les professionnels du pôle Rééducation du CHRU de Nancy mettent tout en œuvre pour minimiser les conséquences physiques, psychologiques et socio-économiques d'un handicap ou d'une incapacité physique chez les patients.

Depuis le 20 avril, le pôle Rééducation et l'Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie de Nancy proposent à l'ensemble des agents du CHRU des séances bien-être avec massage relaxant et des conseils (auto-massage, étirement et relaxation) à appliquer chez soi ou au travail.

Les séances durent entre 30 et 45 minutes, sur rendez-vous. Elles sont assurées à Brabois et à Central dans une salle dédiée et dans le respect des règles de sécurité sanitaire.

Comme pour le sport, le choix d'utiliser des salles situées un peu à part des secteurs de soins, permet de renforcer la sensation de pause et de temps pris pour décompresser et lâcher prise.

C'est également sur ces notions que les sophrologues et hypnothérapeutes du CHRU concentrent leurs interventions. Ils proposent à tous les professionnels de l'établissement des vidéos de pratiques à écouter librement, ainsi que des séances individuelles ou collectives par visio, adaptées, simples et positives.

CONTACT PRESSE

Direction de la Communication : communication@chru-nancy.fr