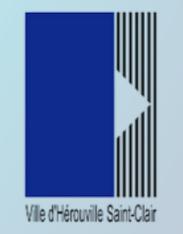


# SANTÉ EXPERIENCE

cpts Caen couronne

colloque 25 et 26 avril 2025  
INNOVATIONS ET PARTAGE D'EXPERIENCES  
DANS NOS CPTS

## " Santé des Soignants "



# INTERVENANTS

*Modératrice : Fabienne Gouabault, infirmière*

*Elisabeth MAUVIARD, médecin généraliste*

*Frédéric BARBIER-RENOU, médecin généraliste*

*Fabienne GOUABAULT, infirmière*

*Elise LEBOURG, directrice, Clinique des Boucles de la Seine, Yvetôt*

*Paul MALEKPOUR, médecin psychiatre*

*Hélène WOZNY (en remplacement du Dr. Durand-Réville), cheffe de projet offre de soins ambulatoires*

# SOMMAIRE

**Objectif** : présenter les dispositifs du territoire, spécificités de prises en charges des soignants en souffrance et retours d'expériences

- 1. Le Café des Soignants : la CPTS Sextant 76**
- 2. L'Association IMHOTEP**
- 3. L'Association MOTS**
- 4. La Clinique des Boucles de la Seine**
- 5. L'Exposition " Pose Ta Blouse "**
- 6. Questions et échanges**

1

# Le Café des Soignants : la CPTS Sextant 76

26 avril 2025



SEXTANT 76

CPTS GRAND HAVRE

LE CAFÉ DES SOIGNANTS

---

PROJET CPTS GRAND HAVRE

Frédéric RENOU  
Matthieu PLATEL

## LIENS D'INTÉRÊT



**1. Membre de l'association Imhotep Normandie**

**2. Membre de la cellule de soutien des étudiants de médecine générale**

**3. Maître de conférence associé**

**4. Membre du CA de la CPTS du Havre Sextant 76**



## C'est qui ?

**À l'origine de cette démarche** portée par la CPTS Grand Havre, Matthieu Platel et Frédéric Renou ont initié la création d'un groupe de travail réunissant une équipe pluriprofessionnelle : Lalia Ben Malfi, Charlotte Cléron, Brigitte Houard, Olivia Jacomin, Céline Lecorre, Olivier N'Guyen et Doriane Perret; représentant les professions d'infirmier(ère), kinésithérapeute, médecin généraliste, sage-femme et orthophoniste.

# Le café des soignants c'est quoi ?

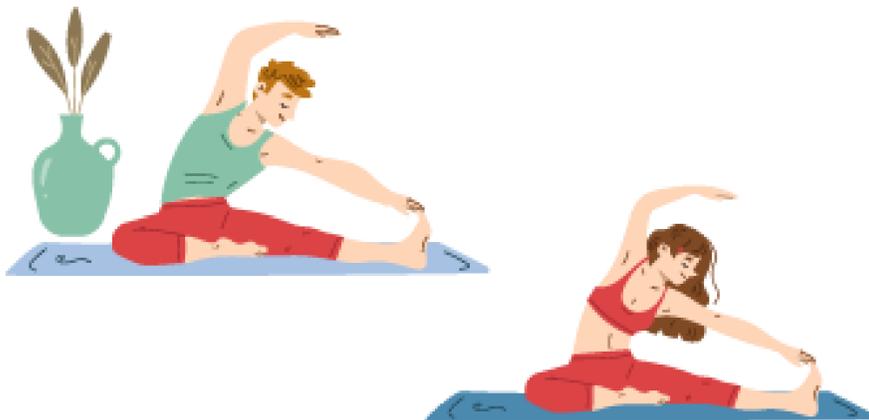
Projet global de prévention autour du  
« Prendre soin des professionnels de santé »



## Action 1

Des activités « bien-être »  
collectives et des moments  
d'échanges une fois par  
mois

**Pour continuer à aller  
bien**



## Action 2

Des sensibilisations et  
formations pour  
s'acculturer à prendre  
soin de soi et des autres

**Pour prendre soin de soi et  
des autres ça s'apprend**



## Action 3

Un temps individuel d'écoute et  
d'accompagnement par un  
binôme de professionnels de  
santé formés

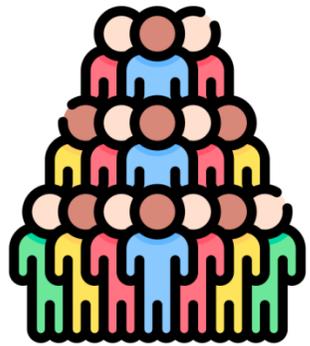
**Et pour aller mieux, on se  
pose, et on prend du temps**



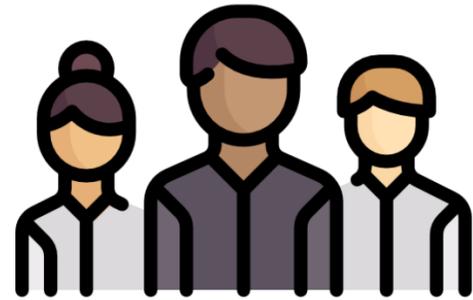
# Action 1 : Pour continuer à aller bien...



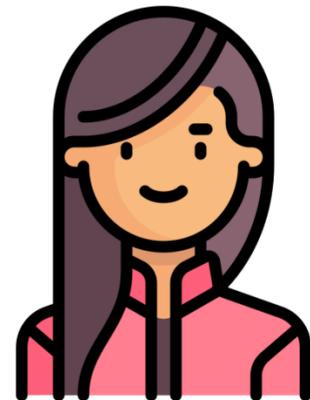
151 participants



Ateliers  
rempli à  
**105%**



dont 84  
différents



**80%** de  
femme



dont 75 adhérents  
à la CPTS

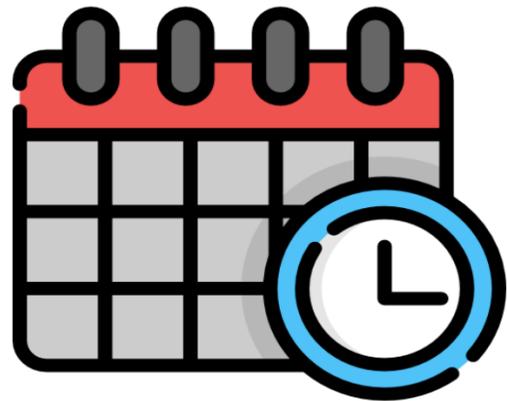


**8,4/10**  
satisfaction

**Au total 50 % des  
participants ne  
sont pas  
adhérents**

**Ce projet semble  
attirer d'autres PS  
hors réseau CPTS**

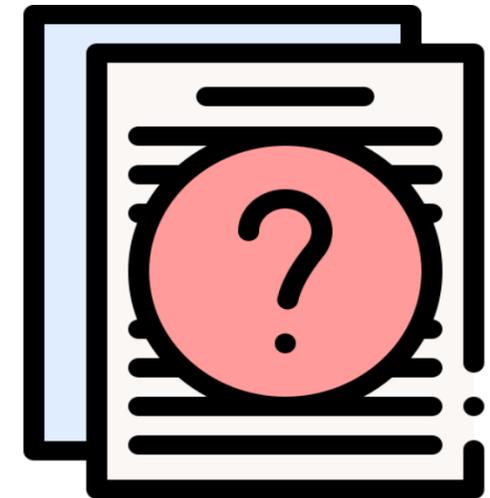
# Parce que l'on peut toujours s'améliorer



Ajustement des  
jours et des horaires



Formation des professionnels du café des  
soignants = DIU soigner les soignants



Trop grande  
méconnaissance  
encore du projet par  
les professionnels de  
santé

***On n'est pas  
meilleur  
soignant parce  
qu'on néglige sa  
santé, on est  
juste soignant  
moins  
longtemps !***





Merci de votre écoute



# 2. L'Association IMHOTEP

# Préambule

- « (...) Les médecins se doivent assistance dans l'adversité »

Art. 56 Code de Déontologie (art. R.4127-56 Code de Santé Publique)

- « (...) je veillerai à ma propre santé, à mon bien-être et au maintien de ma formation afin de prodiguer des soins irréprochables »

Déclaration de Genève



## Historique

- 2009
- Médecine préventive adaptée aux médecin libéraux
- 2012 : Une centaine de médecins
- Depuis 2017
  - Cahier de prévention
  - Sensibilisation des étudiants, médecins en activité et retraité
  - Réseau de MG et autres spécialités
- direction de thèses santé des soignants



## Composition CA

- Médecins formés DIU soigner soignants Normands
- Médecins du DUMG Rouen
- Médecine du travail du CHU



### **Réunions régulières**

supervision,  
soutien,  
suivi des projets

# Sensibilisation

- Professionnels de santé
- Maître de Stage des Universités
- Internes



Aller plus loin

formation / **DIU** soigner les soignants Toulouse

**DEVENIR UN SOIGNANT DE SOIGNANT**





## Soirées

- **Risques professionnels**
  - ✓ Sensibiliser
  - ✓ Prévenir
- **Veilleur- guetteur**
  - ✓ Repérer
  - ✓ Aborder
  - ✓ Fournir des ressources

## Journée 1x/an

- ✓ Les risques professionnels
- ✓ Les périodes de fragilité
- ✓ Reconnaître le soignant en difficulté
- ✓ L'aborder
- ✓ L'accompagner, le soutenir  
(ressources internes)
- ✓ Fournir coordonnées  
(ressources externes)



Veiller ce n'est pas  
prendre en charge,

c'est permettre  
d'enclencher le soin



# Ambition : Maillage territorial

- Réseau premier recours  
et de second recours
- Répartis territoire Normand
- Médecins formés
- Engagement : recevoir soignants rapidement
  - Confidentialité
  - Indépendance / institutions
  - Imhotep Normandie a signé la charte

## Cellule de soutien

- Internes de médecine générale
- Rencontrer - Orienter – Suivre

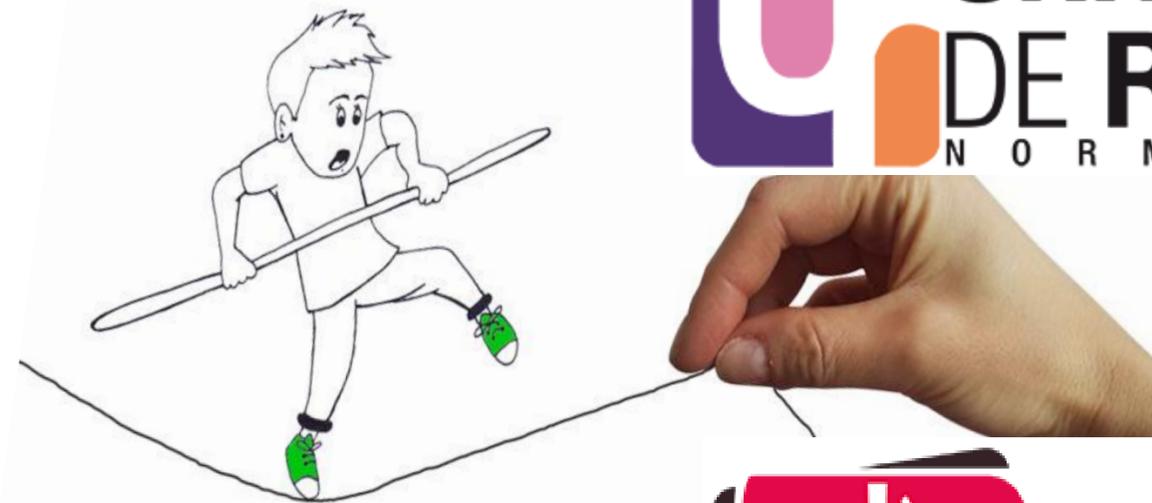
Entretiens de 30 minutes à 1 heure

En Binôme

Réunion régulière de débriefing

Contact unique : [soutien-img@univ-rouen.fr](mailto:soutien-img@univ-rouen.fr)

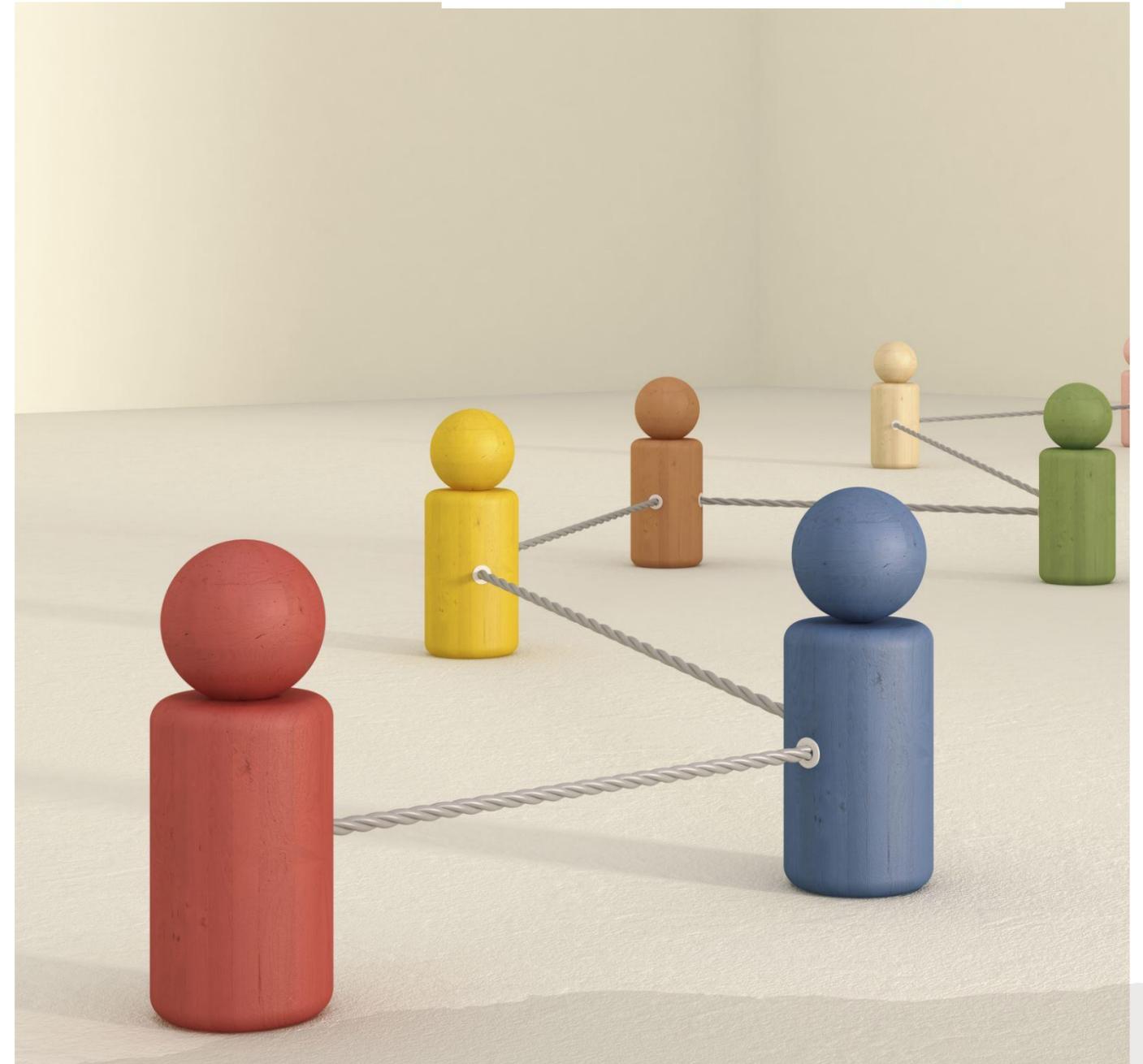
Trouver sa place : ni médecin <=> ni enseignant



**UFR Santé**

## Cellule de soutien – Ressources d’aval

- Médecine du travail
- Médecine préventive de l’université
- Psychologues, psychiatres
- Réseau de médecins généralistes
- DUMG
- Assistante sociale
- Syndicat des internes





## Perspectives

- Sensibiliser dès l'externat
- Médecins hospitaliers
- Pluri pro
- Basse Normandie
- Augmenter la visibilité

<https://imhotep-normandie.fr/soignerlessoignants/>

- Mission 6 des CPTS



## Perspectives

- Bagnoles de l'Orne
- Vendredi 31 octobre
- Journée
- [imhotep.normandie@gmail.com](mailto:imhotep.normandie@gmail.com)



[imhotep.normandie@gmail.com](mailto:imhotep.normandie@gmail.com)

<https://imhotep-normandie.fr/soignerlessoignants/>

Soutien-img@univ-rouen.fr



# 3.

## L'Association MOTS

## URML Normandie — Prévention de l'épuisement professionnel (depuis 2017)

- **Une priorité partagée**

Depuis 2017, l'URML Normandie agit en étroite synergie avec les acteurs régionaux pour anticiper et prévenir l'épuisement professionnel des médecins libéraux. Cette action s'est élargie auprès de tous les professionnels de santé libéraux dans le cadre de la crise Covid-19

- **Pourquoi ?**

1. Un médecin en souffrance ne peut pas soigner efficacement.
2. La santé mentale des soignants est un véritable enjeu de santé publique.

- **Le choix stratégique**

➔ **S'appuyer sur l'association MOTS pour créer et faire vivre l'antenne normande soutenue par l'ARS Normandie**

- Dispositif d'écoute, de soutien et d'orientation
- Dédié aux médecins libéraux, élargi à tous les soignants

**Objectif : préserver la qualité des soins en prenant soin de ceux qui les dispensent.**

***MOTS, un dispositif d'entraide entre pairs, de soutien téléphonique 24/7***

***Pensé par et pour les soignants en détresse***

***Il fonctionne grâce à une équipe formée et soutenue :***

- ✓ *8 médecins effecteurs généralistes ou médecins du travail*
- ✓ *5 personnes pour l'accueil téléphonique*
- ✓ *Un médecin référent technique coordonnateur, le Dr Loïc Sauvignon*
- ✓ *Un médecin conseiller psychiatrie, le Dr Emmanuel Granier*
- ✓ *Une cellule de coordination avec deux chargées de mission*

## Comment ça fonctionne ?

- ✓ *Accompagnement confidentiel*
- ✓ *Soutien neutre sans jugement*
- ✓ *Un ou plusieurs entretiens téléphoniques ou rencontres*
- ✓ *Sans limite stricte de temps*

ANTENNE NORMANDE  
D'AIDE AUX MÉDECINS

Une solution conçue par les médecins, pour les médecins

**0608 282 589**

ÉCOUTE 24H/24

ACCOMPAGNEMENT

CONFIDENTIALITÉ

INDÉPENDANCE

### 1 Appeler



24h/24  
Un médecin formé  
vous répond

### 2 Echanger



Pour cibler  
les difficultés

### 3 Agir



Pour chercher  
ensemble  
des solutions

### 4 Accompagner

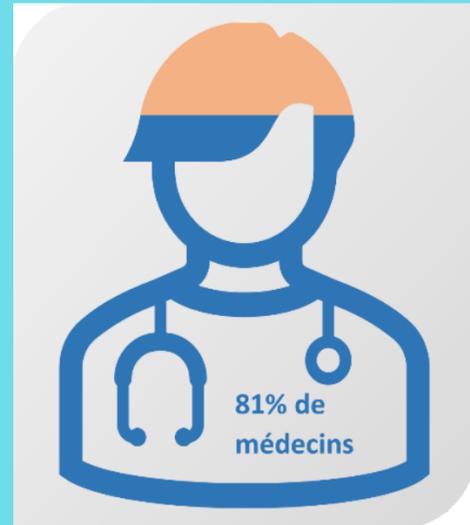
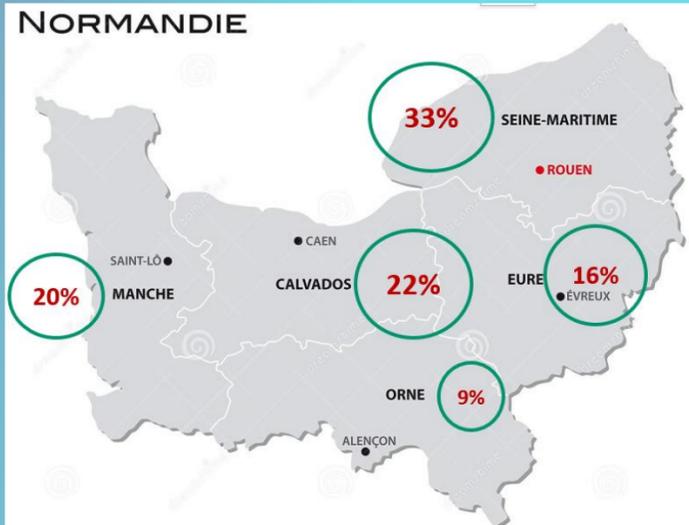


Votre médecin-effecteur  
vous accompagne  
durant tout ce parcours

## *Le dispositif MOTS est particulièrement adapté aux médecins et plus globalement aux soignants car :*

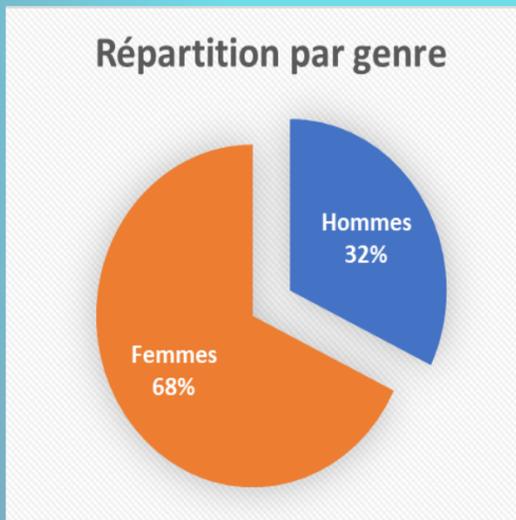
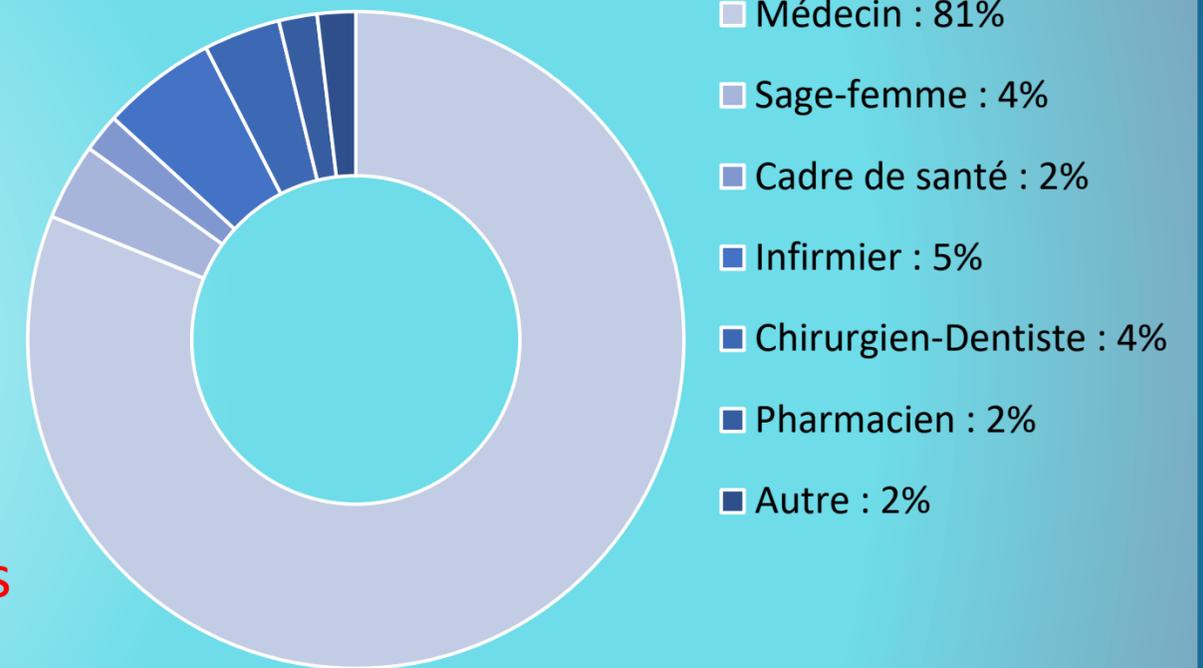
- *Il repose sur le soutien entre pairs (de médecin à médecin)*
- *Il offre une approche globale et systémique*
- *Les médecins formés sont eux-mêmes accompagnés*
- *Il est adapté aux contraintes des soignants : soir, week-end, sur mesure avec une réponse au 1<sup>er</sup> appel 24/7*
- *Il permet un accompagnement long (en moyenne 6 entretiens)*
- *Il est inséré dans un écosystème complet  
(avis psychiatrique rapide, clinique des Boucles de la Seine, convention avec SPS)*

# Qui contacte Mots ?



41,5% exercice exclusif salarié  
 47,9% exercice exclusif libéral  
 55% des médecins appelants sont spécialistes en médecine générale

## Répartition des appelants par métier



Près de 8% ont des idées suicidaires actives

## Offre d'accompagnement pour les CPTS

- Une formation "Leader" pour le référent santé des soignants
- Formations au repérage de la souffrance professionnelle
- Accès à OASIS, outil d'autoévaluation de la santé mentale
- Aide à la communication locale

# 4.

## La Clinique des Boucles de la Seine

# 5. L'exposition " Pose Ta Blouse "



**l'Assurance  
Maladie**

**mojs**  
Prendre soin  
des soignants



**FÉDÉRATION  
URPS  
NORMANDIE**

## PRESENTATION

# **P**  **S** **E** **T** **A** **B** **L**  **U** **S** **E** 

ET TOI, SI TU OSAIS ?

**Fabienne GOUABAULT**

## LE PROJET #POSETABLOUSE

Un appel à une attention à **SOI**

#PoseTaBlouse est une action de sensibilisation pour la santé des futurs professionnels de santé. Conçue par deux groupes de 4 étudiants en santé, le projet a vu le jour lors d'un de leur service sanitaire en santé à la CPAM de la Manche.

L'ambition est de sensibiliser au risque d'épuisement par le biais d'une campagne déployée en milieu étudiant. Une exposition et des bloc-notes reprenant les messages et ressources utiles ont été imaginés. Ils sont proposées aux écoles et universités, couvrant l'ensemble des filières sanitaires.

# LES ACTIONS MISES EN PLACE :



- Une exposition temporaire à parcourir en autonomie dans les lieux de formation (écoles des filières santé, université).



- Des animations et temps forts organisés autour de l'exposition pour :
  - favoriser le repérage et la rencontre d'équipes et professionnels locaux ressources en cas de questionnements, fragilités, souffrance.
  - s'initier à des activités, faire l'expérience de pratiques autour de la forme, du bien-être mobilisables dans le quotidien.



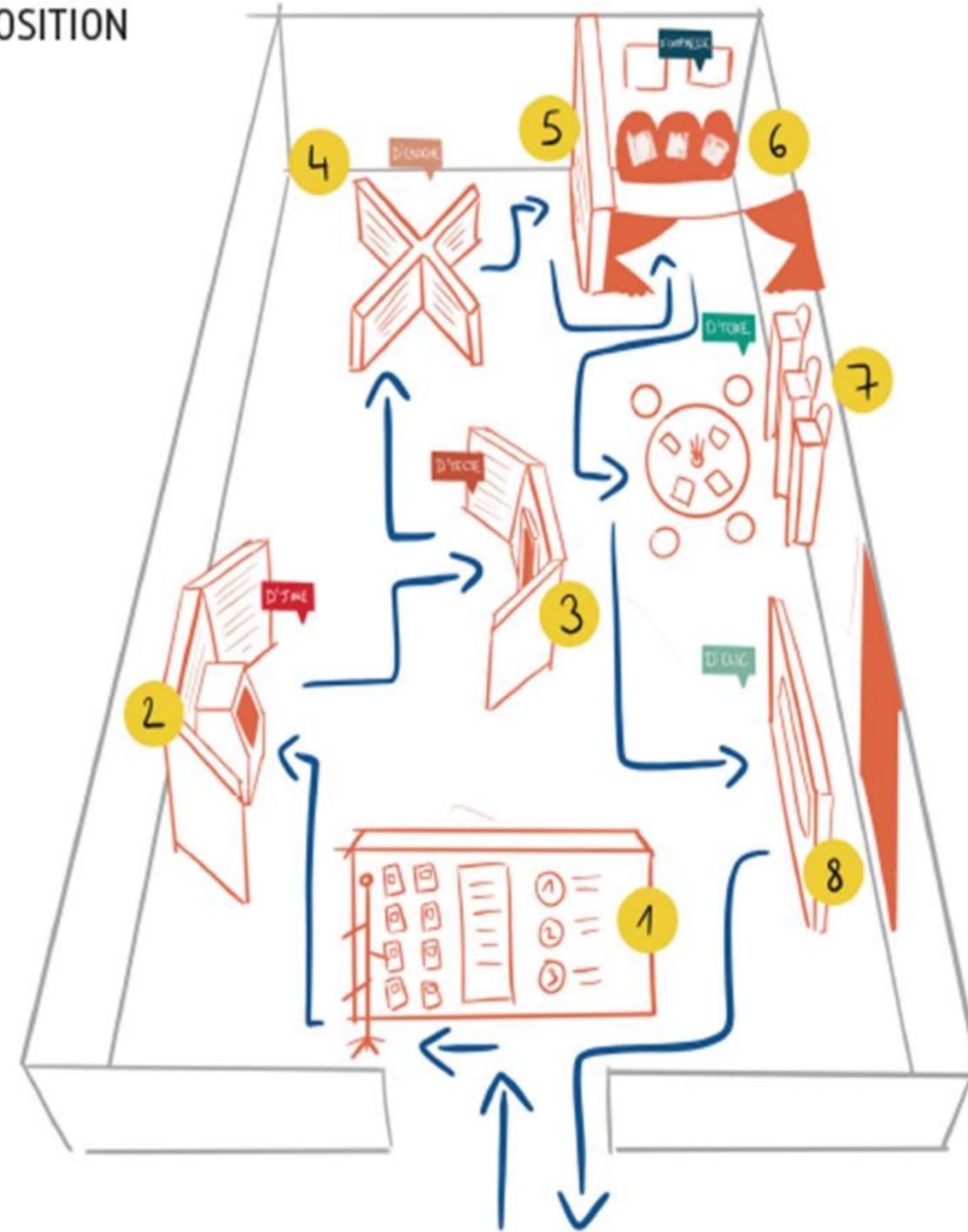
- Un bloc-notes, mis à disposition des étudiants, qui reprend les messages principaux de la campagne et, pour agir, oriente par QR codes vers des ressources dédiées à la prévention, le repérage, le soutien ou l'accompagnement du mal-être.

# EXPOSITION

L'exposition #PoseTaBlouse est modulaire, elle s'articule en plusieurs îlots. Il est donc possible de s'adapter selon le lieu de l'exposition en suivant le sens des îlots indiqué à gauche.

Avec cette exposition sont inclus les îlots en carton, le décor, ainsi que des blocs-notes reprenant les messages forts de l'exposition. Par souci économique et écologique, ces blocs-notes ne sont pas en libre service mais fournis à la demande de l'étudiant.

- 1 DÉROULÉ DE L'EXPOSITION
- 2 D'JOUE
- 3 D'TECTE
- 4 D'CROCHE
- 5 PARTIE 2
- 6 D'COMPRESSE
- 7 D'TOXE
- 8 D'CLIC



Exposition articulée par des ballons au dessus de chaque stand en forme de bulle qui reprennent les couleurs des intercalaires du bloc-notes dans le même ordre. Sur chaque bulle est écrit la partie concernée («D'JOUE», «D'TECTE»...)



## PARTIE 1

### D'JOUE

**Le syndrome du super héros et le risque d'épuisement.** Après avoir posé leur blouse, les visiteurs sont invités à se questionner sur leur stress, leur syndrome du super héros. Pour déjouer les menaces qui pèsent sur leur santé mentale, le jeu du labyrinthe leur est proposé afin de les écarter des risques.

### D'TECTE

**Les signes qui peuvent alerter.** C'est le moment de l'auto-diagnostic sur les signes d'un risque d'épuisement, pour cela les visiteurs sont invités à évaluer leur moral ou émotions du moment, grâce à différentes jauges qu'ils pourront remplir. Aussi, un outil d'auto-test sera disponible par le biais d'un QR code.

### D'CROCHE

**Parles-en a ton entourage.** Dans cette section, les visiteurs prendront connaissance des différents interlocuteurs existants pour pouvoir parler : association, numéro vert, etc. L'objectif : ne pas rester seul, enfermé dans sa souffrance, sans mots.

## PARTIE 2

## D'COMPRESSE

**Trucs et astuces simples pour déstresser.** Chiliennes, coussins, coloriage relaxant. Le temps est venu de faire une pause. Divers affiches appellent à la déconnexion ou encore aux micro-pauses.

## D'TOXE

**Alimentation, sommeil, activités physiques.** Ici, plusieurs flyers sont mis à disposition des visiteurs pour donner des conseils et astuces sur les bonnes pratiques à adopter au quotidien sur : le sommeil, l'activité physique et l'alimentation.

## D'CLIC

**Prends la pose marinière et ne la perds pas de vue !** Pour clôturer ce parcours, un espace photo sera mis à disposition. Une seule obligation : **Poser sa blouse !**

CHERBOURG - 24/05/2024



**CONTACTS :**

**URML NORMANDIE**

Aline JOUEN

Directrice

☎ 06 58 41 49 84

✉ [ajouen@urml-normandie.org](mailto:ajouen@urml-normandie.org)

**FÉDÉRATION DES URPS NORMANDIE**

Corinne DUBUISSON

Directrice des opérations – URPS INFIRMIERS

☎ 06 65 00 68 86

✉ [direction@urps-infirmiers-normandie.fr](mailto:direction@urps-infirmiers-normandie.fr)

# 6. Questions et échanges

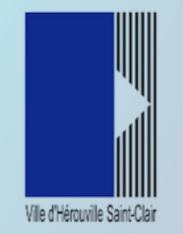
# SANTÉ EXPERIENCE

cpts Caen couronne

colloque 25 et 26 avril 2025

INNOVATIONS ET PARTAGE D'EXPÉRIENCES  
DANS NOS CPTS

# MERCI



*Et ensuite...*

**De 17h00 à 18h00 – Plénière**

**Plénière de clôture : Synthèse de la journée**

**De 18h00 – Apéro concert**

**19h00 - Tirage au sort du jeu concours**