

CHRU DE NANCY



*mag*

#30

# LES CONSEILS PRÉVENTION DE L'ÉTÉ



## QUAND LA TEMPÉRATURE MONTE

Dans une voiture stationnée en plein soleil, même fenêtres entrouvertes, la température à l'intérieur de l'habitacle peut grimper au-delà des 45°C et de manière fulgurante (+10°C en 10 minutes). La chaleur a un impact très rapide sur l'organisme, donc ne jamais laisser dans un véhicule une personne seule ou un animal.

Toutes les bonnes pratiques pour affronter les vagues de chaleur



## POUR QUE LE SOLEIL RESTE UN PLAISIR

Les protections les plus efficaces contre les UV : t-shirt, lunettes, casquette à visière ou chapeau à large débord. Pour la crème solaire : indices les plus forts - même pour les peaux bronzées, bien faire pénétrer et renouveler toutes les 2 heures - davantage si transpiration et après chaque baignade.

Tous les conseils Juin jaune



## COMME UN POISSON DANS L'EAU

Profitez des joies de la baignade grâce à une vigilance à tout âge et en tout lieu. Entrez dans l'eau progressivement en vous mouillant tête, nuque et ventre pour éviter le choc thermique (risque de perte de connaissance et donc de noyade).

Tous les bons gestes pour se baigner en sécurité



## GARE AU COUP DE Foudre

Contrairement au proverbe, la foudre peut tomber deux fois au même endroit. Dehors, sans abri à proximité (bâtiment, voiture fermée à l'arrêt), éloignez-vous des structures métalliques, arbres, eau et points hauts, restez à au moins trois mètres des autres personnes et accroupissez-vous sur le sol, la tête rentrée dans les épaules. Chez vous : fermez les fenêtres et ne prenez ni bain ni douche.

Les réflexes en cas d'orage



## ON NE JOUE PAS AVEC LA NOURRITURE

Les cas d'infections alimentaires augmentent durant l'été : les habitudes et lieux de consommation changent et la chaleur favorise le développement des bactéries.

Les bonnes habitudes alimentaires



## TOXIQUE OU COMESTIBLE ?

Certaines plantes toxiques ressemblent à des plantes comestibles et peuvent être confondues lors de cueillettes dans la nature, le jardin ou le potager.

Les conseils pour éviter les risques d'intoxication



## DES RENCONTRES PIQUANTES

Tiques, moustiques tigrés, guêpes, abeilles, frelons, vipères, méduses (vivantes ou échouées sur la plage) : vigilance.

Se protéger et réagir en cas de piqûre ou morsure



## FESTOYER EN TOUTE SÉCURITÉ

Consommer alcool et substances psychoactives fait baisser notre lucidité : notre propension à prendre des risques augmente (sur la route, dans notre sexualité, etc.). En boîte, en festival ou lors d'un concert, nous sommes aussi moins conscients du bruit qui nous entoure.

Préservez vos oreilles



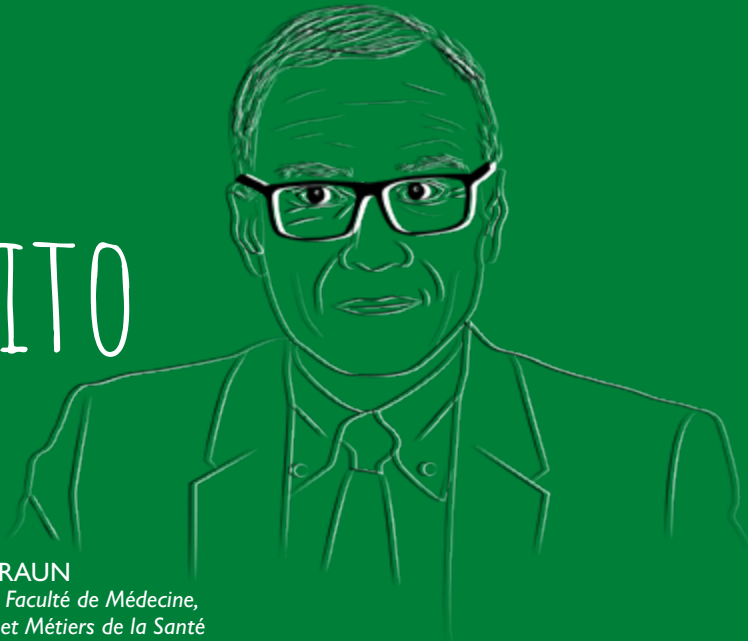
## DÉPRESSION SAISONNIÈRE, PAS QU'EN HIVER

Si vous souffrez de solitude, l'été peut accentuer ce sentiment : impossibilité de partir en vacances, entourage absent, loisirs habituels interrompus, pression sociale à s'amuser, injonctions liées au corps... Tout en acceptant sa solitude, il est important de prendre soin de soi et de nourrir ses liens sociaux : contacter ses proches, démarrer une nouvelle activité, participer aux événements près de chez soi.

Pour aider, informer et agir en prévention du suicide



# ÉDITO



Pr Marc BRAUN  
Doyen de la Faculté de Médecine,  
Maïeutique et Métiers de la Santé  
Université de Lorraine

Tous les jours, les équipes médicales et de soins du CHRU de Nancy forment des étudiants notamment de médecine, sages-femmes, orthophonistes, orthoptistes, audioprothésistes, en ingénierie pour la santé ou encore infirmiers du master en pratique avancée. En recherche, elles accueillent des étudiants en master et en doctorat.

La réalité des liens entre facultés, Université de Lorraine, CHRU et ICL se manifeste aussi par les actions au sein de l'hôpital virtuel de Lorraine et ses départements de simulation, contribuant ainsi à la politique qualité du CHRU.

Le département universitaire lorrain des professions de santé (DULPS) est quant à lui le résultat d'une alchimie un peu miraculeuse où toutes les professions paramédicales de Lorraine dialoguent et améliorent les maquettes de formation. Le pari est gagné et devient un modèle.

Le département universitaire de maïeutique contribue à l'excellence de la formation universitaire dans la perspective d'une association avec l'école du CHR de Metz.

Enfin, les facultés de santé sont aux côtés du CHRU de Nancy dans le processus long qui construira les partenariats hospitaliers et universitaires avec le CHR Metz-Thionville, sous le patronage conjoint de l'Université de Lorraine et de l'ARS Grand Est.

Cette ambition régionale forte est une réponse conduisant à une meilleure collaboration entre les établissements et une amélioration de la qualité des soins pour toutes les Lorraines et Lorrains, nourris par l'exemple régional de l'Université de Lorraine.

Cette association préfigure les grands ensembles hospitalo-universitaires de demain portant une légitimité et une notoriété nationale et internationale.

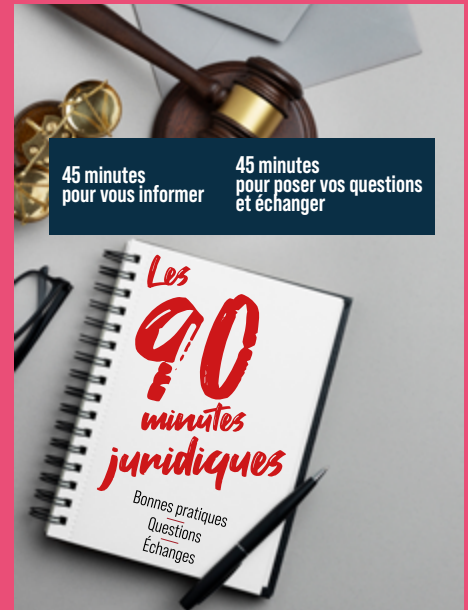
C'est confiant dans cet avenir commun que je vous souhaite un été serein et reposant.

Directeur de la publication : Arnaud VANNESTE  
Rédaction en chef : Émilie IHRY, David KOZON  
Rédaction - Secrétariat de rédaction : David KOZON  
Contributions : Francis BRUNEAU, Céline FAURE-GEORS HABERT, Sophie POTTIER  
Création - Mise en page : Émilie ROYANT  
Illustrations : Émilie ROYANT, freepik.fr  
Photographie : CHRU de Nancy (Coline GENAY)  
Impression et routage : Imprimerie Moderne  
Tirage : 8 600 exemplaires



Parution juillet 2024

## RENDEZ-VOUS



45 minutes  
pour vous informer

45 minutes  
pour poser vos questions  
et échanger

Thème d'octobre 2024

### L'obstacle médico-légal

Avec le Dr Élodie MARCHAND  
et/ou Dr Michael SEGONDY, médecins légistes  
L'équipe des affaires juridiques  
(Sarah MAHMOUDI, Christel GITTON)  
et du cabinet des Maîtres DUBOIS MARRION MOUROT

13h - 14h30

Hôpital Central : mardi 15 octobre 2024  
(amphi bât. Lepoire)

Hôpitaux de Brabois : jeudi 17 octobre 2024  
(amphi Faivre, Institut Louis Mathieu)

Réservé au personnel du CHRU de Nancy  
Entrée libre sans inscription

Renseignement : 03 83 85 12 15  
affaires.juridiques@chru-nancy.fr

## LES AUTRES RENDEZ-VOUS DE LA RENTRÉE

Randonnée de l'AREMIG  
pour Septembre en Or  
dimanche 8 septembre



Le Livre sur la Place  
Lecture au CHRU de Nancy  
samedi 13 septembre



Visites guidées au CHRU  
pour les journées du patrimoine  
samedi 21 et dimanche 22 septembre



Marche-course Octobre rose  
dimanche 13 octobre

Détails bientôt sur votre intranet

# L'hôpital en baskets

## Ballon rond et barbecue



Organisé le samedi 8 juin 2024 en Forêt de Haye, le tout premier tournoi de foot des agents du CHRU de Nancy a vu s'affronter 22 équipes - 187 joueurs et joueuses - issues des pôles cliniques, médicotechniques et départements territoriaux, dont une équipe formée par le CH de Commercy. L'action a permis de récolter 1 725 euros au profit du Fonds Axel Gallet-Thevenot pour la recherche sur les lymphomes pédiatriques et l'amélioration du bien-être des patients. Une grande ola à tous les joueurs, joueuses, supporters et agents investis dans l'organisation (stratégie, communication, direction des sites, restauration, services techniques et logistiques, groupe Musiques à l'hôpital de Brabois), à Décathlon et Intersport pour les dons de matériel et à l'ASNL pour le prêt de ses locaux et terrains.





### Sur la pelouse et derrière les fourneaux

« La mixité de notre équipe était toute relative souligne Virginie Bonnereau, gestionnaire de risques au sein du service restauration et cheffe de l'équipe Rest'Hôp, j'étais la seule femme et mes coéquipiers ont été d'une bienveillance irréprochable ! À un but près, nous aurions franchi le premier tour... Mais ça n'a pas gâché notre bonne humeur ». Après un accueil matinal gourmand, le service restauration a servi aux plus de trois cents personnes présentes le déjeuner, de l'entrée au dessert. Flavien Adam, responsable du secteur expédition du service restauration : « Le capitaine du service restauration, en première ligne sur le stand des boissons, a su gérer avec efficacité la horde de nos adversaires et des supporters, nous laissant les coudées franches au grill. La qualité des saucisses a surpassé celle de nos passes sur la pelouse (rires) et nous a fait remporter la victoire sur le front des saveurs. »



Retrouvez toutes les photos ici



## Impressions d'après-match

### Florence RICHARD

pour BLOC UNITED  
Cadre de santé apprenante  
Bloc adultes de Brabois

Des nouvelles rencontres, des liens au sein de l'équipe renforcés, des fonds récoltés pour une belle cause, une organisation impeccable, le tout sous un soleil radieux... Bref, une journée au top !

cela peut contribuer à mieux intégrer les femmes dans les secteurs en grande majorité composés d'hommes. Seul petit bémol : des matchs un peu courts, on aurait aimé jouer davantage ! Nous remercions chaleureusement les bénévoles et le CHRU pour cette journée riche en émotion, sur le plan sportif et humain.

d'entraînement de l'ASNL, ce n'est pas donné à tout le monde ! Les matchs se sont déroulés dans une bonne ambiance collective propice à rencontrer les personnels d'autres secteurs. Au sein de l'équipe, la plupart d'entre nous ne se connaissait pas. On s'est pris au jeu, fiers de notre mixité et de notre cohésion.

qu'à l'hôpital, aussi bien en intra qu'en extra pôle. Un grand merci pour l'organisation, le barbecue, l'orchestre et cette belle ambiance. Nous avons fièrement représenté les couleurs et les valeurs de notre établissement.

### Sébastien FISCHER

pour LES DÉGUNS  
Responsable atelier chauffage et plomberie  
Département territorial architecture & ingénierie - Nouvel Hôpital  
La mixité était une bonne idée,

Margot BREQUEL  
pour REAL LAB  
Technicienne de laboratoire médical en pharmacologie toxicologie  
Pôle laboratoires  
Jouer sur les terrains

Julien LOEFLER  
pour REAL PHARMADRID  
Faisant fonction cadre supérieur de santé - Pôle pharmacie - stérilisation  
Ce moment convivial nous a permis de nous côtoyer ailleurs

Coline GENAY  
pour LES TOUCANS ENRAGÉS  
Assistante de communication  
Direction de la communication  
Sortir de l'hôpital, jouer avec différentes équipes, créer des liens avec des collègues qu'on connaît peu, partager un repas tous ensemble... Quel plaisir d'avoir partagé dans la bonne humeur cette expérience géniale !



## Le soin n'est pas leur seule spécialité

À l'occasion des JO 2024 en France, rencontre avec des professionnels du CHRU impliqués dans le sport de haut niveau.



### Ahmed BELABBES Infirmier tuteur - Arbitre élite de handball

En handball, l'arbitrage fonctionne obligatoirement à deux. **J'ai toujours arbitré avec mon ami d'enfance**, on est vraiment soudés. Nos prestations sont toutes débriefées et évaluées : la moyenne annuelle de nos notes détermine le niveau des rencontres que nous pouvons arbitrer. Nous sommes au plus haut et on compte bien y rester ! Aujourd'hui, je n'arrive plus à regarder un match en tant que simple spectateur sans l'arbitrer, c'est plus fort que moi.

**Nos binômes peuvent être 100 % masculins, féminins ou mixtes** et nous arbitrons toutes et tous des matchs féminins et masculins. J'adapte ma façon d'arbitrer aux styles de jeu : par exemple, les handballeuses s'appuient davantage sur la vitesse et la technique, tandis que les handballeurs vont plus au contact.

L'arbitre doit **être ferme et juste tout en faisant preuve d'empathie**. Se retrouver face à des stars comme Nikola Karabatic, c'est très impressionnant, il faut vite oublier le fan en vous et revenir dans votre short d'arbitre. Savoir vendre ses décisions est une qualité essentielle pour un arbitre et beaucoup de choses y contribuent : la communication corporelle, l'attitude, les mots choisis... **L'ambiance est assez respectueuse, les contestations se font avec courtoisie**. Même s'il arrive de se faire

huer par cinq mille personnes ! Les premières fois, on a chaud, puis on apprend à faire totalement abstraction. Le niveau sonore souvent très élevé peut compliquer les échanges sur le terrain : on doit siffler fort, parler fort, l'oreillette qui me relie à mon binôme est donc indispensable.

**C'est le plaisir que je ressens à chaque arbitrage qui me motive à continuer**, pas notre indemnisation qui est loin d'être à la hauteur du temps investi. Nos déplacements se font dans toute la France et nous devons arriver dans la ville d'accueil au moins quatre heures avant le début du match. Durant les semaines qui précèdent, on étudie les équipes qui vont s'affronter en visionnant les vidéos de leurs derniers matchs. **En tant que sportifs de haut-niveau, nous bénéficions d'un suivi médical adapté**. Nous avons également un préparateur physique et un entraînement basé sur la course et le renforcement musculaire. Plusieurs fois par an, nous passons des tests physiques ainsi que des épreuves écrites sur le règlement et la gestion de situations de jeu.

**Ma fonction d'arbitre et le sport en général, m'ont aidé à combattre ma timidité, à me faire comprendre sans froisser mon interlocuteur et**

**à être très carré**. Ces compétences précieuses, je les mets à profit au CHRU de Nancy dans ma fonction d'infirmier tuteur au sein du pôle urgences réanimation médicale : j'accompagne les utilisateurs des dossiers patients informatisés, j'encadre les étudiants et je participe à l'accueil des nouveaux arrivants. La communication et ma bonne humeur sont mes plus grandes forces.

Stéphane, parathlète en saut en longueur et épreuves combinées (longueur, 100 mètres, lancer de javelot, lancer de disque, 1500 mètres) : champion de France de 1993 à 2011 - Europe 1999, 2001, 2003 et 2005 - Médaille or et argent à Atlanta (1996), Sydney (2000) et bronze à Pékin (2008), ainsi qu'un double titre et records mondiaux en longueur.





## Julien ADAMI

Logisticien aux urgences adultes et auparavant aide-soignant au sein du pôle digestif, Julien a porté la flamme olympique lors de son passage à Forbach le 27 juin 2024. « Une expérience incroyable qui restera gravée dans ma mémoire. J'ai été fier de représenter le CHRU de Nancy, les soignants et nos valeurs. » C'est grâce à sa femme qui voit passer l'appel en septembre dernier et qui gère le dossier de candidature, que le fan d'escalade également sapeur-pompier volontaire est retenu. « Enfant, j'avais déjà tenu une flamme à Nancy pour les jeux mondiaux des transplantés, c'était un très bon souvenir. »

Crédit photo : République Lorraine

## Stéphane BOZOLLO Kinésithérapeute - Parathlète

**Je me suis tout de suite reconnu dans les valeurs du sport :** le respect, le travail, la persévérance, la performance récompensée, le partage d'émotions, l'esprit de compétition. Une victoire, c'est avant tout une fierté du travail accompli. Si vous êtes en quête de notoriété ou d'argent, l'athlétisme n'est pas pour vous ! C'est un sport amateur assez protégé de ces dérives ; pour gagner leur vie, la plupart des athlètes exercent un autre métier.

**Je milite pour que les Olympiades s'ouvrent par les épreuves paralympiques.** La flamme est un symbole très fort des jeux. Elle sera éteinte lors de la cérémonie de clôture puis rallumée dix-sept jours plus tard : ça enlève aux Jeux Paralympiques un peu de valeur symbolique. Ils restent malgré tout une excellente opportunité

pour **montrer aux personnes atteintes d'un handicap physique ou mental, dans le monde entier, que la performance sportive leur est accessible.** Ma déficience visuelle m'a amené en catégorie parathlétique. Les performances y sont souvent très proches de celles réalisées par les athlètes dits valides, certaines disciplines dont le saut en longueur pourraient fusionner.

J'ai arrêté ma carrière sportive en 2012 pour rejoindre le staff de la Fédération Française Handisport. **Quand en tant qu'athlète, vous avez tout gagné et que vous avez à votre actif plusieurs records, cette transition paraît naturelle, c'était le bon moment pour moi.** Je suis l'équipe de parathlétisme aux côtés de deux autres kinés. Aussi bien en stage comme

en Afrique du Sud en février dernier, qu'en compétition – les championnats du monde ont eu lieu au Japon cette année. Sans être indispensable, mon parcours sportif est un plus : je connais parfaitement le sport des athlètes que je soigne, leurs blessures, ça enrichit nos échanges. **Ces nouveaux débuts ont été un peu difficiles** car à l'époque, j'ai dû montrer à mes camarades toujours athlètes, que j'étais là pour eux, mais dans un tout autre registre.

En compétition, le rôle de kiné est très exigeant. Les épreuves sont étalées sur la journée et c'est à toute une équipe qu'on prodigue les soins et séances de récupération. **La performance réalisée par le sportif se construit avec un ensemble d'acteurs et chacun se doit d'être au top.** J'apprécie agir en coulisses et partager avec les sportifs des instants que le public ne pourra jamais vivre avec eux. Sous la tente, c'est un va-et-vient continu entre athlètes victorieux euphoriques, déçus de leur défaite et hyper concentrés avant leur épreuve. **Un véritable ascenseur émotionnel !** Je dois rester concentré et m'adapter à chaque situation individuelle.

Je suis kinésithérapeute depuis 2001. Au CHRU de Nancy, je partage mon activité entre le CUMSAPA\* et les patients hospitalisés en chirurgie vasculaire, chirurgie cardiaque et hématologie. **Beaucoup de valeurs sportives sont transposables dans le monde de la santé :** pour que le soin se passe le mieux possible, le travail d'équipe, la rigueur, la coordination et la communication sont essentielles.

\*Centre universitaire de médecine du sport et activité physique adaptée



Membre du staff médical de l'équipe française parathlétique, le kinésithérapeute sera présent aux Jeux Paralympiques de Paris 2024.

Crédit photo : Fédération Française Handisport



Credit photo : Let's go Metz

## Lola PICARD

### *Infirmière puéricultrice - Athlète en saut en hauteur*

J'ai commencé l'athlétisme à l'âge de six ans. Après avoir essayé plusieurs disciplines, j'ai commencé à performer dans le saut en hauteur. **J'avais les qualités physiques et j'ai trouvé l'activité ludique et agréable.** Le fait de sauter dans les airs pour atterrir sur un tapis fait écho aux joies simples de l'enfance. Et les entraînements sont rarement douloureux contrairement à d'autres activités de l'athlétisme. **Le saut reste toutefois très exigeant techniquement et physiquement,** avec notamment une grosse pression au niveau des chevilles lors de la course en virage qui précède le saut.

Un saut, c'est très bref. Mais un concours peut durer plusieurs heures, il faut donc rester concentrée et prête à enchaîner les sauts. Même si j'apprécie les quelques compétitions en équipe, j'aime surtout le côté individuel de ce sport : je maîtrise la pression que je me mets et ce que je dois mettre en place pour atteindre mes objectifs. À la fin, **que le résultat soit positif ou négatif, j'en suis la**

**seule responsable et je trouve cela beaucoup plus simple à gérer.**

Chaque compétition a une part d'aléatoire : la favorite peut louper ses sauts tandis que celle que personne n'attend fait un très bon parcours. C'est ce qui m'est arrivée en février dernier lors du championnat de France Élite hivernaux, j'y ai décroché la seconde place.

Mon record personnel est 1,86 m. Il y a une hauteur que je ne pourrai physiquement jamais dépasser bien entendu, mais je m'efforce de ne pas mettre de chiffre en tête. À mes débuts, à chaque hauteur franchie, je me disais *C'est bien, mais je ne vois pas comment je vais réussir à faire plus la prochaine fois.* **J'ai lutté contre cette pensée limitante car une barrière mentale que vous vous posez à vous-même, vous empêche de progresser.** Aujourd'hui, je m'entraîne aussi bien que possible et je vois ce que cela donne en compétition.

Après avoir obtenu mon diplôme d'État d'infirmière à Nancy en 2022, j'ai intégré la spécialisation en puériculture avant de rejoindre l'équipe de soins intensifs et de réanimation néonatale à la Maternité du CHRU de Nancy en octobre 2023. Depuis que j'ai des horaires de travail fixes et un planning défini, **j'organise mes entraînements sur mes jours de repos.** Durant mes études, c'était souvent en fin de journée alors que j'étais fatiguée physiquement et mentalement. Maintenant, je vais à mes séances en meilleure forme et même si globalement, je m'entraîne moins fréquemment que l'année dernière, je les trouve meilleures sur le plan qualitatif.

**Le sport m'a aidée à trouver un certain équilibre de vie.** Je ne me lancerai jamais dans une carrière totalement sportive car j'adore mon métier d'infirmière. Le travail me permet de relativiser en cas de mauvais résultats et avec l'athlétisme, je me défoule, je m'aère le corps et l'esprit et j'arrive plus sereine au travail.



## Francis MOUGET Kinésithérapeute - Kayakiste

**Cela fait plus de vingt ans que la pagaie ne me quitte plus.** Grâce aux connaissances que j'ai acquises durant mon cursus en STAPS et mon métier de kiné, je gère moi-même ma préparation physique. La course à pied et la musculation sont la base de mon entraînement. J'y ajoute du vélo, de la natation et du ski de fond. Le canoë-kayak peut se faire à un, deux ou quatre. La pratique en équipe est très sympa, la synchronisation entre nous est super importante.

Avec ma préparatrice mentale qui est psychologue de formation, **j'ai appris à transformer mon stress en un stress positif et combatif** qui m'aide à trouver des forces supplémentaires durant les épreuves. Cet accompagnement m'a permis aussi de lever un blocage : je ne parvenais pas à augmenter ma vitesse maximale. Nos bateaux sont assez instables et vu que j'ai tendance à vouloir tout maîtriser, je gaspillais de l'énergie dans ma tentative

de contrôle total des mouvements du bateau. Dès que j'ai réussi à lâcher prise, j'ai progressé.

**Tout sport est fait de victoires et de défaites.** Quand vous décrochez un titre, passé l'euphorie, vous rebaseculez facilement dans le rythme de l'entraînement. Mais une défaite, c'est toujours compliqué. La déception ressentie est à la hauteur de votre investissement tout au long de la saison. **Mais pour avancer, il faut savoir se remettre en question.** Je me laisse du temps pour digérer. Je préfère débriefer à froid ma course pour ensuite me fixer de nouveaux objectifs.

Au travail, **le sport m'a aidé à perfectionner mon sens de l'organisation et à diversifier les exercices que je propose aux patients.** Ma mentalité de sportif m'incite à ne pas reculer devant les obstacles ; j'essaie de transmettre cet état d'esprit aux patients qui doivent être

acteurs de leur rééducation. D'ailleurs quand ils me reconnaissent ou qu'on échange sur le kayak, les réactions sont contrastées. Pour les frileux de l'activité physique, c'est ouhlala, il va me tuer (rires) et ils sont vite rassurés par mon approche. Ou au contraire, ça les stimule et ils se sentent encore plus en sécurité.

Je partage mon activité entre le CUMSAPA et l'unité de réadaptation cardiaque. Depuis 2019, avec l'accord du CHRU de Nancy et du pôle rééducation, **je peux consacrer 50 % de mon temps de travail annuel à ma pratique sportive.** Le dispositif proposé par le Ministère des sports, l'Agence nationale du Sport, en lien avec la Maison régionale de la Performance et la Fédération Française de Canoë-Kayak, me permet d'organiser plus facilement mon activité hospitalière par rapport au calendrier annuel des compétitions.

4e au championnat du monde 2018, médaillé d'or à la coupe du monde 2020, Francis atteint la 5e place européenne en 2024 avant un possible nouveau titre national cette année.





Crédit photo : Magalie Dalle Vedove

Sébastien débute la pole sport en octobre 2021. Deux ans plus tard, il arrive premier aux championnats de France, d'Europe et du Monde, et décroche à nouveau le titre national en 2024.

## Sébastien GERALDES BERNARDINO

### Infirmier - Athlète de pole sport

Lorsque ma meilleure amie m'a parlé de pole dance, j'étais dubitatif. J'ai toujours été sportif : aviron, badminton, volleyball... J'ai donc été très surpris de constater que la pole sport [ndlr pole signifie barre verticale en anglais] était **une véritable discipline sportive, très proche de la gymnastique**. C'est un sport complet qui sollicite à la fois la souplesse, la fluidité et la force avec beaucoup de gainage et de renforcement musculaire. J'aime la rigueur des figures à réaliser, ainsi que la part de création artistique.

Le fait d'être en grande partie dénudé n'était pas évident au début mais c'est nécessaire pour que la peau accroche à la

barre. Au final, **ça m'a beaucoup aidé à m'accepter**. Les hommes sont encore peu nombreux dans les compétitions alors que depuis sept ans, la pole est reconnue par l'Association mondiale des fédérations internationales de sport et depuis deux ans par la Fédération Française de Danse.

Ma carrière d'infirmier a débuté en 2018, en soins continus et salle de surveillance post interventionnelle à la Maternité du CHRU de Nancy. Il y a quatre ans, j'ai rejoint la réanimation chirurgicale polyvalente à l'hôpital Central. **Je constate les bienfaits de la pole dans l'exercice quotidien de mon métier**. Elle m'a rendu beaucoup plus

souple, mon corps est moins coincé, j'ai beaucoup moins mal au dos, je me sens plus fluide, mes mouvements sont facilités. Lorsque je me penche ou que je m'accroupis, je me relève très facilement. Les collègues l'ont bien vu et sollicitent volontiers mon coup de main pour mobiliser un patient. Et en plus du physique, la pratique de la pole m'aide aussi à tenir sur le plan mental.

**Pas besoin d'être jeune ou musclé pour s'y mettre** car au départ, on apprend les figures de base au sol et petit à petit, on progresse à son rythme. J'ai commencé à initier quelques collègues et elles sont bien parties pour se lancer à leur tour !

L'hôpital  
en baskets

Lionel (à gauche) aux côtés des autres arbitres français à l'European Youth Olympic Festival 2023 à Maribor, Slovénie.



## Lionel CROCI

Cadre kiné

Arbitre international en gymnastique

Le combo compétition internationale + JO + France est incroyable, **je ne verrai ça qu'une seule fois dans ma vie d'arbitre**. Je suis ravi de faire partie des officiels techniques nationaux des Jeux Olympiques de Paris 2024 pour la gymnastique artistique masculine. Après avoir pratiqué en tant que gymnaste et entraîneur, j'évolue depuis vingt-cinq ans dans l'arbitrage national et je m'implique dans la formation des juges nationaux. J'ai obtenu en 2017 la certification internationale.

Pour les six agrès de la discipline - sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles et barre fixe - les mouvements libres sont réalisés dans un temps donné. Des juges en notent le niveau de difficulté – autrement dit la **prise de risque** – tandis que d'autres en évaluent l'exécution – la **dimension artistique**. Chacun fixe sa note sans se concerter et le juge superviseur donne son approbation pour délivrer la note finale

la plus juste possible. Au poste de juge-arbitre, **j'apprécie la possibilité de faire de la pédagogie**, indiquer les pistes d'amélioration au regard de certaines erreurs observées, je prends ainsi part à l'amélioration de la performance du gymnaste.

Seuls les entraîneurs peuvent contester les notes attribuées aux gymnastes. Je débute ces JO au poste des requêtes, l'une des missions connexes assurées par des juges dédiés. Je devrai m'assurer que la réclamation est conforme avant de la transmettre au jury pour un traitement immédiat. **Il est donc impératif d'être tout le temps en alerte et de maîtriser l'anglais.**

Mon expérience dans ce sport et en qualité de masseur-kinésithérapeute a énormément renforcé **ma capacité à analyser visuellement un mouvement, à le décomposer**. En compétition, l'objectif est d'évaluer la

performance du gymnaste. À l'hôpital, c'est repérer les difficultés d'un patient et l'accompagner dans son apprentissage pour une meilleure santé. **Mon expérience de cadre hospitalier au CHRU de Nancy et celle de juge-arbitre se nourrissent l'une l'autre.**

L'arbitrage implique beaucoup de déplacements et de temps mais ce n'est rien comparé à l'immense plaisir que me procure ma passion. Dans le même temps, je prends soin à équilibrer mes prises de congés par rapport aux besoins du service et des collègues cadres.

## Yann SCHRUB

Interne en médecine générale de l'Université de Lorraine, Yann s'est qualifié pour les JO de Paris 2024 aux 5 000 et 10 000 mètres. L'année avait démarré fort avec une 2<sup>e</sup> place européenne aux 5 000 mètres et une 1<sup>re</sup> place française. C'est l'aboutissement des deux années de césure sollicitées à sa faculté après avoir décroché en 2022 la 3<sup>e</sup> place du podium européen. L'athlète a découvert la course au collège, il apprécie tout de suite « la sensation de tout lâcher qui répond à mon besoin de me défouler, de me vider la tête. »

Malgré les exigences de sa préparation sportive, Yann a fait le choix de poursuivre son travail de thèse consacrée à l'anémie ferriprive chez les coureurs. Thèse brillamment soutenue en mars 2024, sous la direction des Prs Antoine Kimmoun et Mathias Poussel du CHRU de Nancy.

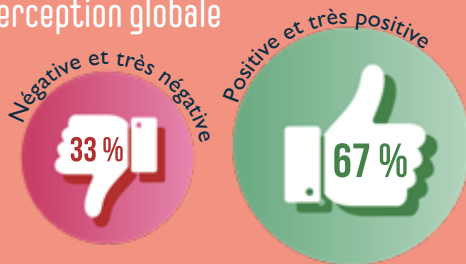
« À l'automne, j'entamerai ma neuvième année à la faculté, avec en tête une année de plus pour la spécialisation en médecine du sport. Je continuerai aussi l'athlétisme pour finir en beauté, je l'espère, aux Jeux Olympiques 2028 de Los Angeles. »



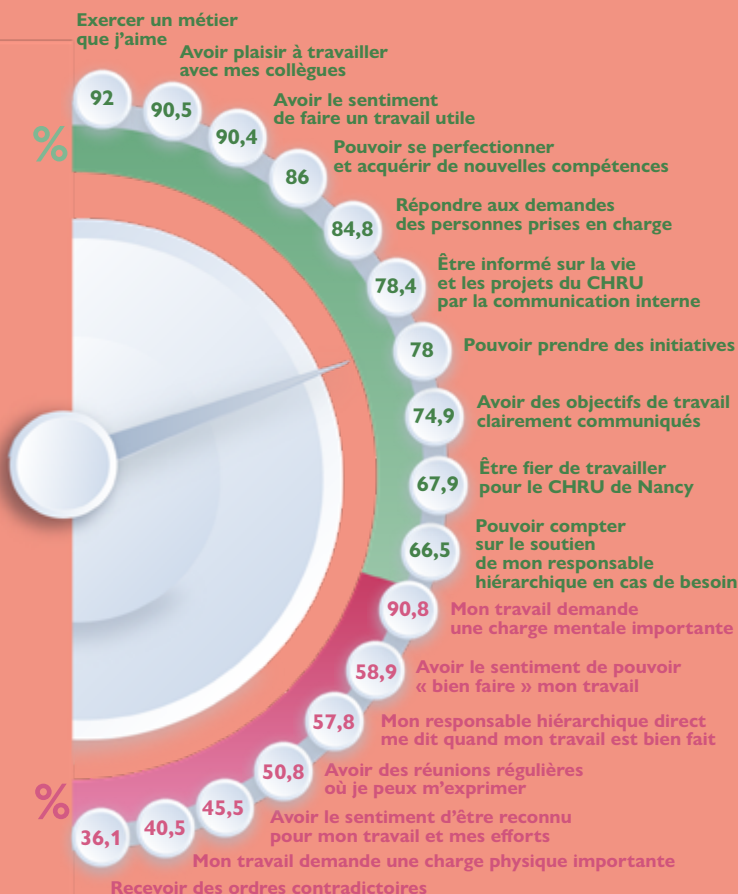
# Mesurer le climat social pour l'améliorer

Il y a un an, tous les professionnels du CHRU de Nancy étaient invités à s'exprimer sur la façon dont ils percevaient leur qualité de vie et des conditions de travail. Synthèse du baromètre social 2023 avec Steve JAMIS, psychologue du travail - ergonome et Chloé LEBRET, psychologue du travail qui portent la démarche pour le département territorial ressources humaines et affaires sociales.

## Perception globale



## Focus sur une sélection de perceptions



## Qui a répondu au baromètre ?

- Femmes 79 %
- Hommes 21 %
- Encadrement d'équipe non 83 % - oui 17 %
- Personnel Médical, soignant, de rééducation, médicotechnique, éducatif & social : 64 %
- Logistique & technique : 21 %
- Administratif : 15 %

## Une photographie à un instant T

Grâce à une importante participation - plus de 2 600 réponses reçues - et des profils représentatifs de la communauté hospitalière, cet état des lieux du climat interne du CHRU apporte une dimension supplémentaire au projet social de notre établissement.

Construit par l'ANFH pour ses adhérents, le baromètre social explore la perception qu'ont les agents de leur travail et de leur environnement quotidien au cours des derniers mois. Pour ce type de questions, la teneur des réponses individuelles est toujours colorée par le contexte du moment : comment s'est passée sa journée ? Sa semaine ? Il s'agit donc bien d'une photographie à un instant T.

## Entre charge mentale et amour du métier

Les résultats présentés à toutes les instances de l'établissement entre octobre 2023 et avril 2024, rejoignent les tendances observées dans les autres CHU ayant adopté l'outil. Les thèmes les mieux classés (perception positive et très positive) sont : les relations avec les personnes prises en charge par l'établissement, l'exercice de mon métier et le fonctionnement et l'animation au sein de mon équipe.

En tête des perceptions négatives : la charge mentale. Ses facteurs sont divers et vécus différemment selon les personnes, les postes et environnements de travail : hypersollicitation, interruption de tâches, ambiance bruyante, délais incompressibles, outils de travail défaillants, changements de planning, surcharge informationnelle, difficultés à trouver l'information souhaitée, ordres contradictoires, etc.

## Des leviers d'amélioration

Toutes les perceptions négatives révélées dans le baromètre social ont été reliées aux axes du projet social 2024-2028 du CHRU de Nancy. Concernant la charge mentale, les leviers d'amélioration suivants ont été identifiés pour nourrir les réflexions et élaborer des actions adaptées :

- ✓ Accompagner les agents exposés aux risques d'usure professionnelle
- ✓ Prévenir les troubles musculo-squelettiques
- ✓ Mettre en place une démarche de prévention des risques psycho-sociaux
- ✓ Évaluer la charge en soin pour le juste calibrage des effectifs
- ✓ Réfléchir à l'évolution des organisations de travail
- ✓ Dégager du temps aux cadres pour se recentrer sur leurs missions prioritaires d'encadrement
- ✓ Mettre en place le droit à la déconnexion

La prochaine édition du baromètre social aura lieu en 2026. Cette période de trois ans permet de laisser le temps nécessaire à la construction des plans d'actions, à leur mise en œuvre et à leur évaluation. Un suivi annuel est assuré pour toutes les actions du projet social.

# Les infirmières référentes en cancérologie

En 2024, le dispositif d'annonce et de coordination en cancérologie célèbre ses vingt ans au CHRU de Nancy. Une dizaine d'infirmières référentes (IDER) consacre une partie de leur temps à cet accompagnement personnalisé.



De gauche à droite - Edith THOUVENIN et Bruno GIRARD, IDER en chirurgie digestive, Nancy JEAMBAIRE, psychologue référente.

Crédit photo : Alexandre MARCHI

## *Aider le patient à se projeter dans son parcours*

« Dès que le mot « cancer » et les termes associés - chimiothérapie, biopsie, etc. sont prononcés, les patients tombent souvent en état de sidération, relate Edith Thouvenin, IDER en chirurgie digestive. Ce choc empêche de comprendre et d'assimiler tout ce que dit le médecin. » Après la consultation d'annonce, les patients et les proches peuvent se tourner vers l'infirmière référente pour poser leurs questions, exprimer leurs inquiétudes. « Nous mettons à profit notre expertise du soin et notre connaissance des services et des intervenants, pour aider le patient à se projeter dans son parcours. Nous pouvons également l'orienter, s'il le souhaite, vers un soutien social ou psychologique. »

Lors du lancement du dispositif en 2004, il a fallu faire comprendre cette nouvelle mission car il était étonnant de voir une infirmière faire autre chose que des actes de soin

techniques. Aujourd'hui, la fonction est pleinement reconnue par les équipes qui orientent volontiers patients et proches vers les IDER considérées par les équipes médicales et soignantes comme un soutien précieux. Cette expérience enrichit également les IDER qui, au fil du temps, font évoluer leur façon de prendre soin en secteur.

Les infirmières s'engagent sur la base du volontariat. Elles doivent avoir de l'expérience en cancérologie, un relationnel de qualité, une capacité à travailler en autonomie et à gérer une charge émotionnelle. « Les IDER entrent dans l'intimité des patients, explique Nancy Jeambaire, psychologue référente, et sont les témoins directs de leur vécu de la maladie et de leurs soins. » Une fois par mois, les infirmières échangent sur leurs pratiques, partagent leurs expériences et débriefent des situations difficiles. « Elles peuvent aussi me solliciter de façon individuelle », précise la psychologue.

## *Un temps insuffisant pour répondre aux besoins*

Les IDER alternent temps de travail en secteur et temps d'annonce & de coordination, avec des jours dédiés inscrits au planning. « C'est important d'être toujours au cœur du métier, de maintenir le lien avec les autres infirmières et les patients hospitalisés, souligne Evelyne Garat, cadre de santé référente du dispositif. Les pourcentages de temps IDER alloués varient par spécialités et profils de patients, et sont malheureusement toujours insuffisants pour répondre aux besoins réels. » La présence à la consultation d'annonce n'est donc pas systématique, les IDER se tiennent informées des étapes clés de la prise en charge grâce aux réunions de concertation pluridisciplinaire.

La pérennité du dispositif n'est pas absolue comme le rappelle Evelyne Garat : « La composition des équipes change, les priorités se modifient, les contraintes organisationnelles évoluent. Nous nous efforçons d'entretenir les liens avec les médecins, les équipes et les cadres, en nous montrant convaincues et convaincantes

par rapport à la nécessité d'un tel dispositif. Nous ne devons pas revenir en arrière. Les IDER sont un maillon indispensable de l'ensemble de la prise en soin en cancérologie. »

Un levier pour ancrer durablement la fonction au CHRU est la formation. Les IDER accueillent des stagiaires et interviennent à l'IFAS, à l'IFSI, à la faculté de médecine, ainsi que dans la formation institutionnelle sur les mauvaises nouvelles. « L'autre versant de ce levier serait la création d'une formation diplômante IDER. »

Les IDER sont présentes en chirurgie digestive, dermatologie, hématologie, hépato-gastro-entérologie, neuro-oncologie, ORL et pneumologie. Les autres spécialités du CHRU de Nancy assurent différemment cette fonction. Enfin, à noter : la mission des IDER est distincte de celle des IPA ayant la mention oncologie et hémato-oncologie. L'infirmière de pratique avancée concentre son activité sur le volet clinique de la prise en charge du patient, elle est l'une des interlocutrices de l'IDER.

# Maladies chroniques : regards européens sur les soins intégrés

De nombreux pays font le choix d'axer leur système de santé sur une démarche de soins intégrés qui prend acte de la place désormais centrale des pathologies chroniques. C'est le cas du CHRU de Nancy qui a accueilli en mai dernier, deux participantes du programme d'échanges européen HOPE en lien avec la FHF. L'occasion d'un éclairage anglais et espagnol sur la question.

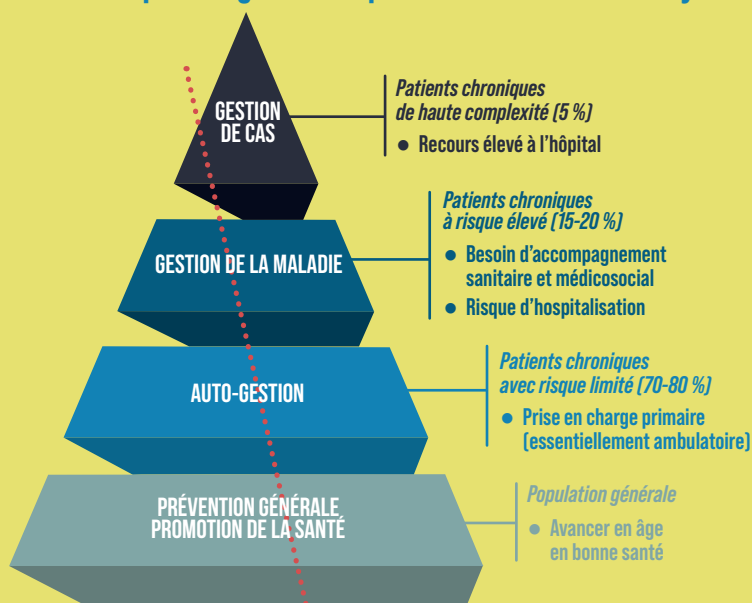
Francis BRUNEAU



Directeur général adjoint et coordonnateur HOPE au CHRU de Nancy

« Notre établissement s'est engagé dans la voie des soins intégrés via le déploiement de la responsabilité populationnelle dans le diabète de type II et l'insuffisance cardiaque. Cette nouvelle approche est centrée sur l'analyse de l'état de santé de la population et non limitée aux seuls patients pris en charge à l'hôpital. Elle vise notamment à mobiliser les acteurs ville et hôpital sur des parcours de soins adaptés aux différents stades de la maladie chronique, à approfondir prévention et promotion de la santé et à renforcer le rôle et l'autonomie du patient. »

## La prise en charge populationnelle d'une pathologie chronique selon le modèle de Kayser



Patients en autonomie ← Soins professionnels

Milaine GRADEL



Infirmière spécialisée dans la coordination des soins  
 East London National Health Service  
 Foundation Trust (Brentwood, Royaume-Uni)

« Je coordonne une équipe pluridisciplinaire dédiée au maintien à domicile des patients souffrant de santé mentale, de démence et de fragilité. Nous sommes le point de contact et de soutien pour les personnes confrontées à ces problèmes de santé complexes. »

Notre rôle consiste à : évaluer leurs besoins en santé physique, élaborer des plans de soins individualisés en étroite collaboration avec le patient, sa famille et les professionnels spécialisés, et assurer la liaison entre les différents acteurs. Nous avons également une mission de promotion et d'éducation en santé pour la prévention et la gestion des maladies chroniques.

Beaucoup des patients adressés en urgence par les médecins traitants sont concernés par des situations d'addictions. Ces interventions de crise sont difficiles à gérer dans un contexte de pénurie d'infirmières et d'un nombre limité de médecins. Participer à HOPE permet d'identifier les pistes d'amélioration mises en place à travers l'Europe. »

Dr Marta MARTÍN VIZCAÍNO



Directrice médicale  
 Clínica Universidad de Navarra  
 (Pampelune, Espagne)

« Les soins primaires et hospitaliers sont publics en Espagne, et tous les hôpitaux ont le même dossier patient informatisé qui communique avec celui des soins de ville. Cela facilite la dynamique des groupes de travail et la mise en place de protocoles partagés comme notre stratégie pour les patients pluripathologiques chroniques. »

J'ai trouvé le modèle du GHT Hôpitaux Sud Lorraine très positif et la fonction d'infirmier de pratique avancée serait très intéressante à développer dans mon établissement pour renforcer le suivi des malades chroniques.

En Navarre et dans mon hôpital, on manque de professionnels infirmiers et de médecins dans quasiment les mêmes spécialités qu'à Nancy. Vos initiatives pour les attirer et fidéliser sont intéressantes : les bourses d'études, les études promotionnelles, etc. Et vos modalités d'embauche et de mobilité sont plus simples.

J'en profite pour remercier tous les professionnels du CHRU que j'ai rencontrés et qui nous ont si bien accueillies, en particulier Francis Bruneau, Ghada Chelbi, chargée de mission à la CME et la direction des soins. »



# L'HÉBERGEMENT TEMPORAIRE NON MÉDICALISÉ DU CHRU DE NANCY

Depuis juin 2024, sept chambres non médicalisées ont été mises en service au troisième étage du bâtiment Philippe Canton. Elles sont accessibles aux patients en pré et post-hospitalisation ou lors de séjours itératifs, sous critères d'éligibilité et sur prescription médicale.

Hugo (prénom modifié) a vingt ans et habite à six cent kilomètres de Nancy. Atteint de la maladie de Crohn, il ne trouve pas de rendez-vous proche de chez lui dans des délais raisonnables. Il parvient à être pris en charge au CHRU lorrain. L'intervention chirurgicale programmée nécessite une série de rendez-vous préalables organisés sur plusieurs journées : consultation d'anesthésie, entéro IRM, coloscopie et gastroscopie. « J'étais très intéressé par l'hébergement en hôtel hospitalier qui m'a été proposé. Je

suis arrivé à Brabois le dimanche après-midi avec ma compagne. Sa présence était très importante pour moi. L'accueil, la chambre à deux lits, la salle de restauration dédiée, rien à dire ! On a pu être autonomes, libres dans nos activités et nos sorties en respectant l'heure de fermeture des portes de l'hôpital. »

Baptisé Hôtel Hôp', le nouveau dispositif vient compléter l'offre existante à la Maison des Parents - Aremig. Coordonné par l'équipe OPP (optimisation du parcours patient), cet hébergement temporaire non médicalisé est proposé aux patients avec un zéro reste à charge garanti par le CHRU.

Les demandes de réservation sont à faire par l'équipe soignante auprès des infirmières de parcours selon les spécialités, avec prescription médicale.



Cathy HANRION est en charge de la réception de Hôtel Hôp; elle a connaissance du parcours de soins des patients afin de leur assurer un accueil personnalisé.

## Les patients et leurs proches vous remercient

La fille, les petits-enfants et toute la famille de Hélène :

Mon épouse, quatre-vingts ans, a fait une très grave chute. Je tiens à vous apporter ici notre témoignage sur la réactivité de l'ensemble des services de santé depuis les pompiers, l'hôpital et le centre de convalescence et de réadaptation. Les chirurgiens, les docteurs, les kinésithérapeutes ont fait le maximum pour remettre sur pieds mon épouse, sans oublier l'ensemble du personnel soignant pour leurs compétences, leur accueil et leur disponibilité permanente. Qu'ils en soient tous remerciés.

Elle a beaucoup souffert les jours précédents son décès mais grâce au Pr Richard et à toute votre équipe, elle a pu partir apaisée et soulagée. Ça compte beaucoup pour nous. Merci pour votre gentillesse et votre dévouement au quotidien !

Envoyez les témoignages positifs de vos patients au département territorial qualité et usagers : [relationsusagers@chru-nancy.fr](mailto:relationsusagers@chru-nancy.fr)

# Votre médecin traitant n'est pas disponible ?

Suivez  
le bon chemin !



Consultez la carte  
des lieux de soins



Pharmacies  
de garde



Si aucune offre  
n'est disponible,  
appelez le 15.

## En cas d'urgence vitale



Si vous avez  
une difficulté à parler  
ou à entendre ?  
Faites le 114

Accessible par SMS,  
visio, tchat ou fax,  
24h/24, 7j/7.

Composez  
le 15 ou le 112\*

\*valable partout  
dans l'Union européenne,  
pour contacter gratuitement,  
tout service d'urgence  
via un opérateur  
parlant votre langue.

En cas d'intoxication

Ingestion / Inhalation / Projection cutanée  
ou oculaire / Piqûre - morsure / Envenimation

Appelez  
le centre antipoison :  
03 83 22 50 50  
(ligne d'urgence 24h/24)



Si la personne  
ne respire pas  
ou n'est pas  
consciente,  
appelez le 15.

Consignes  
de premiers secours  
Numéros  
des centres antipoison  
de toute la France