

## PRIX DE L'INNOVATION RH : Dossier de candidature 2016

### FICHE DETAILLEE

(3 pages maximum)

#### Etablissement :

Nom de l'établissement : CHU CAEN  
Service : DRH  
Adresse : Avenue de la côte de Nacre  
Code postal : CS 30001 – 14033 Caen cedex 9  
Ville : CAEN  
Personne référente : Christel POIROT  
Fonction : Attachée d'administration hospitalière – Chargé de la gestion des CHSCT  
Tél. : 02 31 06 51 09  
E-mail : poirot-c@chu-caen.fr

#### Domaine(s) (cochez 1 ou plusieurs domaines) :

- Attractivité
- Communication interne
- Conditions de travail et santé au travail
- Coopérations entre établissements
- Coopération entre professionnels
- Dialogue social
- Formation et développement des compétences
- Gestion RH / Contrôle de gestion
- GPEC
- Management
- Organisation du travail
- Politique sociale
- Autre (préciser) .....

#### Personnel concerné :

- PM     PNM     Ensemble du personnel

## Titre

Proposition de séances de Shiatsu traditionnel pour le personnel du CHU  
dans le cadre de la 1<sup>ère</sup> semaine Nationale du Shiatsu et du Do-in organisée  
sous l'égide de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

## Contexte et objectifs

Dans le cadre de sa politique d'amélioration de la qualité de vie au travail, le CHU de Caen a participé à la 1<sup>ère</sup> Semaine Nationale du Shiatsu et du Do-in, du lundi 21 au 25 mars 2016. Sous l'égide de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel (FFST), et en partenariat avec l'association sportive de la Butte de Caen/section shiatsu, des séances « découverte » du Shiatsu traditionnel ont été proposées à l'ensemble du personnel sur leur lieu de travail.

Depuis plusieurs années, la notion de « bien-être au travail » émerge dans la sphère professionnelle et vient compléter des actions déjà entreprises depuis plusieurs années dans le cadre de l'amélioration de l'environnement de travail. Le CHU de Caen n'est pas resté insensible à cette démarche, et encourage par exemple la participation d'agents du CHU à une course à pied, « La Rochambelle », dont l'objet consiste à sensibiliser les femmes sur le cancer du sein et à soutenir la recherche. Cette nouvelle initiative avait pour but de faire du lieu de travail, un temps donné, un lieu propice à la détente.

Les objectifs recherchés étaient les suivants :

- apporter une détente immédiate pour plus de sérénité avant ou après la journée de travail,
- faire découvrir une technique basée sur le principe de « donner /recevoir » comme dans la relation soignant/soigné (dans le cas présent, le soignant est dans ce cas « soigné »),
- prendre du temps pour soi.

Le Shiatsu ou « Art du bien-être » est une discipline manuelle d'origine japonaise, qui consiste à exercer des pressions des pouces et des paumes sur les méridiens d'acupuncture. Cette technique agit favorablement sur le physique et le psychisme et tend à prévenir les déséquilibres de l'organisme en stimulant les défenses naturelles. En 1955, le gouvernement japonais a légiféré pour que cette pratique soit régie par le Ministère de la Santé. Le Shiatsu est une des huit approches alternatives désignées, dans la résolution A4-0075/97 du parlement Européen votée le 29 mai 1997 comme « médecine non conventionnelle mais digne d'intérêt ». Le métier de praticien en shiatsu est inscrit au fichier ROME sous la référence Développement personnel et bien-être de la personne - K1103.

En pratique, à l'invite d'un enseignant ou d'un élève de l'association sportive de la Butte de Caen, la personne volontaire s'allongeait en position ventrale, dorsale ou latérale pour une séance de 40 à 45 minutes de détente et de bien-être. La séance se terminait par un temps de « réveil » et d'échange sur le ressenti de la personne.



## Description du projet, actions réalisées et calendrier

### Octobre 2015

#### La présentation et la justification du projet à la direction :

Ce projet a été porté par Mme POIROT, Attachée d'administration hospitalière au sein de la Direction du Patrimoine et des Infrastructures. Mme POIROT est en outre chargée de la gestion administrative des CHSCT et participe également à un groupe de travail en charge de la prévention des accidents du travail. Ayant commencé une formation de praticien Shiatsu au sein de de l'association sportive de la Butte de Caen, elle a souhaité faire découvrir cette technique au personnel de l'établissement. En effet, le shiatsu est une discipline susceptible de procurer un apaisement physique et/ou mental aux agents. Pour mener à bien ce projet, elle a reçu le soutien de la Direction des Ressources Humaines, qui pilote la politique d'amélioration de la qualité de vie au travail au sein du CHU de Caen.

### De novembre 2015 à février 2016

La structuration du projet : Une fiche projet comprenant différents items (définition, but, objectifs, moyens, contraintes/apports, communication, remerciements ...) a été rédigée et les modalités pratiques d'organisation ont été validées avec une enseignante-praticien Shiatsu diplômé FFST.

Une présentation du projet a été faite aux élèves de 1<sup>ère</sup> ou 2<sup>ème</sup> année afin d'ajuster les modalités pratiques d'organisation. Par conséquent, il a été décidé de proposer des séances d'une heure (10 minutes de temps d'accueil, 40 à 45 minutes de shiatsu, 5 minutes de réveil et d'échange à la fin de la séance) au lieu de 30 minutes comme pratiqué habituellement en entreprise, afin de laisser aux élèves tout le temps nécessaire.

#### La phase préparatoire s'est établie comme suit :

- *moyens humains* : élèves sous la responsabilité d'un enseignant (présent), praticiens en shiatsu et adhérents de l'association sportive de la Butte de Caen pour l'accueil
- *moyens matériels* : un lieu lumineux et suffisamment spacieux pour disposer de 4 à 5 espaces isolés par des paravents
- *hygiène et déontologie* : solution hydro-alcoolique pour désinfection des mains entre chaque personne, taies jetables, affichage du code de déontologie (FFST)
- *plan de communication* : courriel d'information 3 semaines avant l'événement en diffusion générale, article sur le portail Intranet du CHU, affiches dans tous les services, fléchage, documents édités par la Fédération Française de Shiatsu (affiche descriptive sur le Shiatsu (qu'est ce que le shiatsu, comment agit il ?, qui peut recevoir un shiatsu ?...), documentation le jour de l'événement : livret comportant des planches explicatives sur le shiatsu, sur les méridiens d'acupuncture ...)

#### La phase d'ajustement avant lancement (8 jours avant) :

- l'ajout d'un praticien en plus de l'effectif défini au départ a été prévu pour libérer l'enseignante afin qu'elle puisse répondre aux questions des personnes de passage et pour aider la personne chargée de l'accueil
- le rappel des déménageurs pour le positionnement des paravents
- L'envoi au poste de sécurité de la liste des personnes extérieures au CHU (élèves-praticiens, praticiens, personnes de l'accueil) pour la remise d'un badge visiteurs à leur arrivée.

#### Le lancement : Lundi 21 mars à 10 heures

Le suivi : Pendant la semaine : gestion des désistements et rappel des personnes sur la liste d'attente.

#### Le bilan et les remerciements : Réalisé le 30 mars

## Méthode adoptée : association des différents acteurs, instances...

Après accord de la direction, une information a été faite à la Direction des Soins, au Service de Santé au Travail qui ont appuyé ce projet innovant et ont proposé leur soutien.

En terme de mise en œuvre, les directions fonctionnelles suivantes ont été sollicitées :

- la Direction de l'Activité Médicale (pour trouver un lieu « zen » au niveau du futur espace bien-être au sein duquel une socio-esthéticienne et une infirmière hypnologue interviennent déjà pour les patients cancéreux notamment)
- la Direction des Services Economiques et de l'Equipeement (pour organiser le déménagement des paravents et réserver la salle)
- le Service Communication (pour la campagne de diffusion, les affiches et les paravents)
- La Direction des Ressources Humaines, qui a validé le projet et suivi sa mise en œuvre dans le cadre de la politique d'amélioration de la qualité de vie au travail.

L'association sportive de la Butte de Caen a mis à disposition des tapis de sol. Le matériel (coussins, plaids, futons) pour pratiquer le shiatsu a été apporté par les élèves-praticiens.

## Résultats obtenus et modalités d'évaluation : organisationnel, financier, impact pour les agents et les patients

Un article décrivant le déroulement de la manifestation est paru dans le magazine institutionnel du CHU de Caen, « Le chuch'auteur ».

Un compte rendu synthétique de cette manifestation a également été transmis à la direction, aux personnes qui ont contribué à la mise en oeuvre du projet au sein du CHU, aux élèves de l'association sportive de la Butte de Caen, à l'enseignant et aux autres intervenants praticiens, élèves et personnes chargées de l'accueil en les remerciant pour leur implication.

Le bilan fait état de :

- 113 rendez-vous prévus et réalisés ;
- du rappel de personnes inscrites sur la liste d'attente suite à plusieurs désistements ;
- la réalisation de séances « découverte » de shiatsu sur chaise pour des personnes de passage ;
- la réalisation de photographies (voir en annexe) avec recueil préalable du consentement des personnes ;

Un livre d'or a recueilli de nombreux commentaires dont voici plusieurs exemples :

« Très bonne initiative du CHU », « Pratique à développer dans notre CHU, aussi bien pour le personnel que pour les patients », « Merci pour ce partage sur notre lieu de travail », « Quel plaisir d'aller travailler, détendue, en forme, après cette séance découverte », « Quelles sensations agréables et en plus ressenties sur le lieu de travail » ...

Les participants provenaient de toutes les filières du CHU de Caen : Administratifs (43), Soignants (40), Médico-techniques (20), Médecins/pharmaciens/psychologue (6) et Techniques (4).

Conclusion : Pour une première participation du CHU à cet événement, le succès a été au rendez-vous. L'engouement du personnel s'est senti dès la prise de rendez-vous, après les séances au moment du temps d'échange et au sein du Livre d'or. L'organisation de cette manifestation reste bien sûr perfectible. Ainsi, à la lecture de la répartition des participants par filière, on peut noter une faible représentation des ASH et du personnel technique. Une meilleure anticipation de l'affichage dans les services pourrait permettre au personnel n'ayant pas aisément accès à un poste informatique de pouvoir s'inscrire à temps. Pour le personnel médical, certains ont été surpris de pouvoir participer à la manifestation.

## PRIX DE L'INNOVATION RH : Dossier de candidature 2016

### FICHE SYNTHETIQUE

(publiée sur internet)

#### Etablissement :

Nom de l'établissement : CHU CAEN

Service : DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

Adresse : Avenue de la Côte de Nacre

Code postal : CS 30001 cedex

Ville : CAEN

#### Domaine(s)

Qualité de vie au travail

#### Titre

Proposition de séances de Shiatsu traditionnel au personnel du CHU  
dans le cadre de la politique d'amélioration de la qualité de vie au travail

#### Résumé (maximum 10 lignes) :

Le CHU de Caen a organisé du 21 au 25 mars 2016, en partenariat avec l'association sportive de la Butte de Caen (section Shiatsu), des ateliers découverte de Shiatsu ouverts à l'ensemble du personnel. Placés dans le cadre de la première semaine nationale du Shiatsu et du Do-in organisée par la Fédération Française du Shiatsu Thérapeutique (FFST), ces ateliers avaient pour but d'une part de faire découvrir le Shiatsu ou « Art du bien-être » et d'autre part de proposer au personnel un instant de détente sur leur lieu de travail.

Le Shiatsu est une discipline manuelle d'origine japonaise, qui s'exerce par une pression des pouces et des paumes sur les méridiens d'acupuncture. A l'invite d'un enseignant ou d'un élève de l'association sportive de la Butte de Caen, la personne volontaire s'allongeait en position ventrale, dorsale ou latérale pour une séance de 40 à 45 minutes de détente et de bien-être. La séance se terminait par un temps de « réveil » et d'échange sur le ressenti de la personne.

L'événement a remporté un vif succès avec 113 rendez-vous au cours de la semaine. Toutes les catégories de personnel ont répondu présents à cette belle initiative. Des séances découverte de shiatsu sur chaise d'une durée de 15 à 20 minutes ont également été proposées aux visiteurs. Les nombreux messages inscrits dans le livre d'or témoignent de la réussite de cette semaine dédiée au Shiatsu.

J'autorise la publication de cette fiche sur le site internet de la FHF et dans d'autres supports de communication.





