

Infirmière en santé au travail et plus... est ce trop ?



Stéphanie Decrulle – IST/Sophrothérapeute – JEF Toulouse
10/19

Quelles formations et pourquoi ?

- Formation en lien avec la sécurité, la prévention des risques professionnels
- Formation en lien avec la santé au travail
- Formation en lien avec l'aspect qualité de vie au travail, bien être

- Faire valoir pour l'entreprise
- Pourquoi et comment ?
- Quelques réponses
- Questionnement
- Rappel du cœur de notre métier
- Soins
- Ouverture et proposition

Définition du cadre d'intervention idéal

- S'inscrire en tant que thérapeute, mettre une deuxième casquette
- Séparer les deux activités, accord du service (MDT, IST), accord RH
- Avoir deux contrats de travail
- Évaluer nos actions
- Acteur pluridisciplinaire dans l'équipe de santé au travail – échange avec les autres interlocuteurs
- Possibilité d'animer des formations à thèmes

Dossier de présentation de projet

Nom du projet : Atelier de sophrologue et Jet Lag

Objet du projet : Apprendre à mieux gérer le Jet lag

Quel public : les personnes qui se déplacent régulièrement chez XX

Coût : Temps passé à la préparation du projet, besoin en matériel

Contact : Stéphanie DECRULLE – Infirmière en santé au travail

Justification du projet

Contexte : Dans le cadre de la prévention du risque professionnel déplacements à l'étranger, le jet-lag est une source de fatigue pour les salariés.

Public visé : Tout salarié se déplaçant régulièrement avec un décalage horaire de plus de 4 heures et souhaitant connaître les bonnes pratiques et exercices pour retrouver un rythme adapté à leur environnement.

Cadre du projet :

Objectifs : A la fin de la sensibilisation, les salariés seront capables de comprendre les mécanismes du jet lag et de mettre en place des techniques pour le gérer

Résultats attendus : Une meilleure gestion du jet-lag pour les salariés concernés, Retrouver un rythme adapté à leur environnement, restaurer leur énergie, renforcer leurs capacités d'adaptation et éviter les insomnies,

Présentation : Atelier « sophrologie et jet-lag »

Moyens : Salle de formation, groupe de 10 personnes, projecteur feuille de présence, d'évaluation, document récapitulatif de la sensibilisation, couverture, oreillers, tapis

A misty, teal-toned landscape with mountains and water. The scene is hazy and atmospheric, with a soft gradient of light blue and green. The text "Questions ?" is overlaid in a dark teal color.

Questions ?