

BULLES & CO



PRENDRE SOIN
AUTREMENT

Prendre soin de ceux qui soignent en leur offrant des moments pour se ressourcer.



CONTEXTE

Le personnel hospitalier est soumis à de fortes sollicitations qui peuvent être à l'origine d'un stress quotidien pouvant impacter le bien-être et la qualité des soins.

La crise de la Covid-19 a nécessité des efforts supplémentaires qui ont altéré la qualité de vie des professionnels du CHUGA. La problématique de bien-être et de qualité des soins reste plus que jamais une priorité.

Pour réduire et prévenir l'épuisement professionnel, il est essentiel de déployer un dispositif pérenne, capable de fédérer la communauté hospitalière autour de valeurs partagées :

- Remettre l'humain au cœur de l'organisation
- Permettre aux équipes de mieux travailler ensemble
- Retrouver du sens

Un état des lieux inquiétant

- 41 % des personnels hospitaliers ont des symptômes de dépression légère à sévère
- Une vulnérabilité des professionnels à la souffrance psychologique nécessitant de renforcer les stratégies de prévention (El-Hage 2020)



« Le projet Bulles & Co est un projet ambitieux qui permet d'allier bien-être des professionnels, développement des compétences et amélioration des soins. C'est d'ailleurs pour cela qu'il fédère autant autour de lui ! »

Isabelle WATIN, psychologue pour les soignants du Pôle Anesthésie Réanimation.

SITUATION AU CHUGA

Créé en mars 2020 pendant la crise Covid, le dispositif Bulle offrait aux professionnels travaillant dans les réanimations : une salle de pause conviviale, des espaces de repos pour faire des relaxations ou des micro-siestes, et une salle d'activité pour des pratiques en petits groupes de yoga, méditation ou chi-kong.

Face à son succès, le projet s'est inscrit dans la durée et s'est étendu à l'ensemble des 4 sites du CHUGA (Michallon, Sud, Couple-Enfant, Voiron).

Aujourd'hui, Bulles & Co repose sur une offre complète, à la fois physique et digitale :

- **Les Bulles physiques** : des espaces conviviaux ouverts en libre accès tous les jours de 7h à 22h sur chaque site
- Des **ateliers bien-être** : gestion du stress, yoga, automassage, sophrologie, massage Tui Na, cardio boxing...
- La **Mobi-Bulle** : des ateliers directement dans les services, pour les équipes ne pouvant se déplacer ou se libérer de leur service
- La **e-Bulle** : une plateforme gratuite en ligne avec des ressources de bien-être et de relaxation utilisables partout en illimité

Les compétences non techniques, un enjeu essentiel



Aussi appelées CRM (Crisis Resource Management), elles regroupent des compétences clés (stress, communication, leadership), essentielles à la qualité des soins, mais encore peu développées en santé malgré leur importance dans les secteurs à risque.

SOLUTION

Favoriser le bien-être de la communauté hospitalière avec des outils, des ateliers et des espaces dédiés

Le projet « Bulles & Co » propose une offre globale, accessible à tous les professionnels du CHUGA, visant à améliorer durablement leur bien-être et, par extension, la qualité des soins.

Il s'articule autour de plusieurs objectifs :

- **Améliorer la qualité des soins**, en soutenant les professionnels dans leur quotidien
- **Redonner du sens** et une place à chacun dans un système de santé complexe
- **Développer des compétences non techniques** (gestion du stress, communication) pour améliorer la résilience et la performance des professionnels
- **Mieux travailler ensemble** en utilisant l'intelligence collective et la créativité sur des projets innovants



NOUS AVONS BESOIN DE VOUS !



Développement des infrastructures, interventions et dispositifs.


5 000 €
par an

FAIRE UN DON 