



Nos héros ont aussi besoin de recharger leurs batteries

Lancement du portail numérique www.jemerecharge.be pour soutenir le bien-être mental des prestataires de soins

Une initiative de Takeda Belgium, en collaboration avec l'Union Générale des Infirmiers de Belgique et Attentia

Bruxelles, le 11 mai 2021 - À l'occasion de la Journée internationale des infirmières et des infirmiers célébrée le 12 mai, la société pharmaceutique Takeda, le spécialiste en RH et Well-being Attentia, ainsi que l'Union Générale des Infirmier(e)s de Belgique lancent un nouveau portail numérique pour soutenir le bien-être mental des prestataires de soins. Le portail www.jemerecharge.be offre à la fois un encadrement scientifique, des conseils pratiques et des suggestions. Il s'articule autour de quatre thèmes : le manque de sommeil, la fatigue, le stress et les émotions. Le projet a été encadré par la Prof. Elke Van Hoof (Vrije Universiteit Brussel), autorité au niveau du bien-être mental et par Laurent Moor, Coach Mental, Consultant-fatigue au CHU Liège et à Hôpital Erasme ULB & Fondateur de la 1ère Clinique de la Fatigue en Belgique.

Cette initiative vise à répondre à la demande croissante des prestataires de soins de santé de disposer d'outils supplémentaires pour soutenir leur bien-être mental et physique tout au long de la pandémie de COVID-19.

Bien que le lancement du portail soit organisé à l'occasion de la Journée internationale des Infirmières et Infirmiers, il s'adresse à tous les prestataires de soins.

Parce qu'ils sont nos héros et que les héros ont aussi besoin de recharger leurs batteries.

Chaque jour, les statistiques témoignent de l'énorme pression exercée par la pandémie de COVID-19 sur le système de soins belge. Les prestataires de soins (médecins, infirmiers, pharmaciens, kinésithérapeutes et autres membres du personnel paramédical) accueillent les patients jour et nuit. Ils sont en première ligne et nous les considérons, à juste titre, comme « nos héros ». Lors du premier confinement, ils ont reçu tous les soirs à 20 heures des applaudissements chaleureux en guise de remerciements pour leur engagement.

Depuis lors, la pression n'a pas diminué, avec quelques milliers de nouvelles contaminations quotidiennes et un taux d'hospitalisation qui se maintient à un niveau relativement élevé. Nous lisons tous les jours des histoires sur l'augmentation de la charge mentale pour le personnel soignant. L'afflux continu de nouveaux patients de COVID-19 vide peu à peu les batteries du personnel soignant. Dans la récente enquête "Power to Care" de Sciensano, menée auprès de 2530 aidants au mois de mars 2021, la population étudiée a signalé les symptômes suivants, qui sont une conséquence du stress chronique, comme étant présents à un degré plus ou moins élevé : 59% ont déclaré se sentir fatigués, 51% étaient sous pression, 47% ne pouvaient pas se détendre suffisamment, 38% ont signalé un manque de sommeil et près d'un sur trois (28%) avait des troubles de la concentration¹.

*« C'est également le message que nous avons reçu lors d'un webinaire très suivi que nous avons organisé sur ce thème en novembre dernier », explique **Souad Khaled, responsable de projet chez Takeda Belgium.** « Les soignants ont expliqué qu'ils souffraient de troubles du sommeil, qu'ils avaient été mis à l'épreuve sur le plan émotionnel et qu'ils étaient sous pression. Ils avaient besoin de conseils simples et pratiques pour savoir comment gérer ces problèmes. C'est alors qu'est née l'idée de créer ce portail numérique, pour lequel nous pouvions compter sur les connaissances et la longue expérience de la professeur Elke Van Hoof et de Laurent Moor. En effet, prendre soin des prestataires de soins n'est pas seulement nécessaire pour pouvoir combattre la COVID-19. Il s'agit d'une condition indispensable pour garantir l'optimisation des soins dispensés à tous les patients de notre pays. »*

*« Une infirmière m'a interpellé lors d'un webinar sur les raisons pour lesquelles personne ne prenait soin d'eux. Un cri bouleversant. Il n'est pas possible de rester insensible à cette souffrance contenue et à ce manque de reconnaissance. Car pour les soignants, ce n'est pas toujours facile de reconnaître que l'on est en souffrance dans un métier où l'on soigne la souffrance, dit **Laurent Moor, Coach Mental, Consultant-fatigue au CHU Liège et à Hôpital Erasme ULB & Fondateur de la 1ère Clinique de la Fatigue en Belgique.** « Avec le Professeur Elke Van Hoof, nous avons identifié quatre problématiques qui épuisent les ressources des soignants, à savoir la fatigue, l'anxiété, les troubles du sommeil et la difficulté à gérer les émotions. Pour chacune d'entre elles, nous avons tenté de proposer des outils très concrets pour apporter des solutions à court et à moyen terme. Chaque professionnel de la santé y puisera des éléments qui lui permettront de restaurer l'énergie et de retrouver une meilleure qualité de vie. Une goutte dans un océan de souffrance sans doute, mais nous espérons avoir pris « un peu » soin d'eux, à notre échelle. »*

*"Le portail se concentre sur les plaintes les plus courantes, à savoir les problèmes de sommeil, les plaintes de fatigue ou d'épuisement, le stress et la gestion des émotions", explique la **Professeur Elke Van Hoof (Vrije Universiteit Brussel), une autorité en bien-être mental.** "Les aidants peuvent y trouver des*

¹ Peeters, B., Koggen, K. et al. (avril 2021), "Power to Care - L'enquête sur le bien-être des personnes et professionnels d'aide et de soin. Principaux résultats de la deuxième enquête nationale enquête mars 2021", Sciensano Brussel, 48 p. Les pourcentages font référence au nombre de répondants qui ont répondu "7 ou plus" sur une échelle de onze points (de '0 = jamais à '10 = toujours').

informations pour les aider à cadrer leurs symptômes, ainsi que des exercices très pratiques pour les gérer à la maison ou au travail. Ce sont toutes des réactions normales en ces temps exceptionnels. Mais ça pèse lourd. Au début de l'année 2020, nous pensions que nous étions sur un sprint. Mais c'est devenu un marathon et même un marathon sans fin en vue. Il est donc essentiel de prendre soin de soi et de se recharger pour le prochain tour. Et c'est ce que nous faisons sur ce portail. Nous fournissons des points de charge pour chacune des plaintes afin que tous les prestataires de soins puissent se recharger au moment où ils en ont besoin."

L'initiative s'adresse à tous les prestataires de soins : médecins, infirmiers, kinésithérapeutes et paramédicaux. Elle bénéficie d'un soutien enthousiaste de la part de l'Union Générale des Infirmiers de Belgique et d'Attentia.

« La pandémie a plus que jamais démontré le rôle essentiel du personnel infirmier dans les soins de santé, mais elle a également attiré l'attention sur ses besoins. Une étude² réalisée en mai dernier a démontré que sept infirmiers sur dix présentaient un risque de burn-out. La situation ne s'est pas vraiment améliorée depuis lors. À l'heure actuelle, il est donc particulièrement important de prendre soin d'eux. » déclare **Adrien Dufour, porte-parole de l'UGIB-AUVB-AKVB qui représente 43 organisations d'infirmiers et infirmières en Belgique.** *« Ce portail numérique est une action concrète qui s'inscrit parfaitement dans les valeurs et la mission de l'UGIB. Ce projet a pour but d'aider les professionnels de la santé à prendre les choses en main et à prendre soin d'eux sur une base régulière, voire quotidienne pour ceux qui en ont besoin ».*

Attentia, le spécialiste en RH et Well-being, compte également parmi les partenaires enthousiastes de ce projet. **Evelien Buseyne, responsable du bien-être psychosocial chez Attentia:** *« À l'heure actuelle, soutenir le bien-être mental est crucial pour tous les collaborateurs. Au vu du contexte actuel, nous pouvons affirmer que le bien-être mental est un point d'attention indispensable dans le secteur des soins de santé. Les collaborateurs de ce secteur sont confrontés à beaucoup de pression au travail, sont exposés à de multiples risques et n'ont souvent que peu de temps, voire pas du tout, pour se reposer de manière optimale. On oublie souvent que dans le cadre d'une assistance psychosociale, on peut également s'adresser au conseiller en prévention aspects psychosociaux du service externe de l'employeur. Il est essentiel de communiquer de manière proactive, de sensibiliser les acteurs et d'encourager l'intervention du conseiller en prévention aspects psychosociaux lors de ces soins. La prise en charge en première ligne des collaborateurs est une méthode accessible et efficace pour apporter une aide aux collaborateurs qui en ont besoin. »*

Le portail numérique est accessible gratuitement à l'adresse suivante : www.jemerecharge.be

² Coronavirus : plus de sept infirmiers sur dix risquent l'épuisement professionnel selon une étude réalisée auprès de 4 500 infirmiers francophones, 2 mai 2020, <http://www.siznursing.be/coronavirus-plus-de-six-infirmiers-sur-dix-risquent-lepuisement-professionnel-selon-une-etude/>

À propos de Takeda

Takeda Pharmaceutical Company Limited est une entreprise leader mondial dans le secteur pharmaceutique axée R&D et ancrée dans ses valeurs, dont le siège social est situé au Japon et qui se consacre à la découverte et à la fourniture de traitements évolutifs, guidée par notre engagement envers les patients, nos collaborateurs et la planète. Takeda concentre sa R&D sur quatre domaines thérapeutiques : l'oncologie, les maladies génétiques rares et l'hématologie, les neurosciences et la gastroentérologie (GI), avec des investissements R&D ciblés sur les thérapies dérivées du plasma (PDT) et les vaccins. Nous nous concentrons sur le développement de médicaments innovants révolutionnaires pouvant faire la différence dans la vie des personnes en repoussant les limites des nouvelles options thérapeutiques ainsi qu'en utilisant notre moteur et nos capacités collaboratifs renforcés en matière de R&D afin de créer un pipeline solide qui présente diverses modalités. Nos employés s'engagent à améliorer la qualité de vie des patients et collaborent avec nos partenaires du secteur des soins de santé dans environ 80 pays.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur <https://www.takeda.be>.

À propos de l'UGIB-AUVB-AKVB

L'Union Générale des Infirmiers de Belgique (UGIB-AUVB-AKVB) est une ASBL qui a pour objet de réunir les praticiens de l'art infirmier, mais aussi de représenter et de défendre les intérêts du secteur. L'organisation vise à poursuivre la promotion et le développement de l'art infirmier dans sa globalité, dans l'intérêt des praticiens et des patients qui leur sont confiés.

L'Union Générale des Infirmiers de Belgique rassemble 45 organisations professionnelles issues des trois régions et communautés. Elle couvre ainsi tous les aspects de la formation et de l'exercice de la profession infirmière et représente les 140 000 professionnels actifs dans le pays

À propos d'Attentia

Attentia, partenaire RH et Well-being pour les grandes entreprises, les PME et les indépendants, propose des produits et des services dans le domaine des RH, du payroll, de la prévention et de la protection ainsi que du bien-être. Cette approche intégrée fournit à ses clients des informations et donc des connaissances plus larges afin de permettre l'optimisation de leur politique en matière de RH et de bien-être. Selon Attentia, le bonheur des collaborateurs est le moteur de toute entreprise prospère. Avec plus de 670 collaborateurs, répartis dans 40 bureaux en Flandre, à Bruxelles et en Wallonie, Attentia sert plus de 15 000 clients.

Contacts presse :

Prof. dr. Elke Van Hoof, Vrije Universiteit Brussel, elke.van.hoof@vub.be – GSM +32 479 99 12 19

Laurent Moor, l.moor@helmo.be - GSM +32 496 92 97 13

Takeda Belgium : Stefaan Fiers, Porte-parole, stefaan.fiers@takeda.com - GSM +32 476 76 90 77

UGIB-AUVB-AKVB : Adrien Dufour, adrien.dufour@slbo.be – GSM +32 496 64 89 65

Attentia : Maaïke Van Coppernolle, maaïke.vancoppernolle@attentia.be - GSM : +32 477 90 46 49