

Soins infirmiers : le bien-être au programme



Des élèves infirmières et infirmiers ont participé à une session de body karaté à la cité scolaire Marcel-Gambier.

1 PHOTO - OUEST-FRANCE

« Prendre soin de soi pour prendre soin des autres. » C'est à partir de cette idée que l'IFPS (Institut de formation des professionnels de santé) de Lisieux a décidé de proposer à ces élèves en soins infirmiers de 3^e année des séances dédiées au bien-être.

Body karaté, sophrologie, hypnose et nutrition, les disciplines ont été choisies après un travail des étudiants. « On a voulu travailler sur cette notion de bien-être, car le contexte est difficile pour les étudiants en ce moment, et pour les futurs professionnels de santé. Ils ont réfléchi à ce que voulait dire le bien-être

pour eux, les ressources à développer, les freins », explique Caty Ragois-Raffard, cadre de santé formatrice à l'IFPS.

Aux commandes de la séance de body-karaté, Eric Élisabeth, un coach qui a l'habitude de travailler dans des dispositifs de sport santé. « Ces séances permettent aussi de parler du sport santé. Les élèves pourront peut-être transposer certains savoirs auprès de leurs patients. »

« L'idée, c'est de poursuivre dans les années à venir. Le bien-être, c'est primordial », explique Sophie de Girolamo, formatrice à l'IFPS.