

Date : 12-03-21

Auteur : Léonard, Bernard

Page 1 de 1

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Covid-19 et bien-être psychosocial des travailleurs en santé mentale : des séances de soutien et des cours de yoga pour le personnel du CNP St-Martin.

PRENDRE SOIN DE SOI POUR BIEN PRENDRE SOIN DES PATIENTS

La crise sanitaire actuelle soulève de nombreuses questions, peut bouleverser la vie quotidienne et générer des tensions. Si chacun vit la situation de manière propre, personne n'y est imperméable.

Vigilant face aux risques psychosociaux auxquels sont exposés les travailleurs dans le domaine des soins en santé mentale, le CNP St-Martin offre des **séances de soutien et d'écoute à chaque membre de son personnel**.

Dans ce cadre, l'institution a récemment engagé Rachel Hislairé, psychologue clinicienne externe. Mme Hislairé propose à ceux-ci des rencontres individuelles, confidentielles et sans jugement. Cette démarche est anonyme et facultative.

L'objectif de ces rencontres est d'ouvrir un espace à la réflexion sur la situation, de trouver d'éventuels outils pour gérer ses émotions, de retrouver du sens à sa fonction actuellement ébranlée. Un bénéfice à la fois personnel, mais indirectement aussi pour les 400 patients présents chaque jour sur le site de l'hôpital de Dave.

LE BIEN-ÊTRE MENTAL ET CORPOREL, SANS PASSER PAR LES MOTS

Depuis le mois de mars, le CNP St-Martin offre également à ses collaborateurs l'opportunité de participer à des **séances de yoga et de méditation**, encadrées par Fiona Cappuyns, professeure de yoga et coach bien-être externe.

Le yoga, approche holistique procurant des bienfaits reconnus tant sur le corps que sur l'esprit, s'inscrit en complément idéal aux séances de soutien individuelles.

Il favorise en effet le bien être mental, émotionnel et corporel.

UN LIEU PROPICE À L'APAISEMENT

Les séances collectives de yoga se déroulent par groupes de 15 personnes dans l'ancienne chapelle du CNP St-Martin, désormais désacralisée.

Le calme inhérent et l'atmosphère de l'ancien lieu de culte contribuent pleinement à la détente et à l'écoute de soi.

En proposant aux membres de son personnel un moment de ressourcement, de détente, de lâcher prise pour se reconnecter à soi et pour relâcher la pression, **le CNP St-Martin confirme sa volonté de veiller au bien-être physique et mental de ses équipes**. Une belle manière aussi d'exprimer sa **gratitude envers le professionnalisme de celles-ci durant la crise sanitaire**.

CONTACT

Bernard LEONARD
Chargé de Communication
bernard.leonard@saintmartin.ofc.be

Rachel HISLAIRE
Psychologue clinicienne externe
rachel.hislairé@saintmartin.ofc.be



T. +32(0)81 - 321 200
F. +32(0)81 - 306 479

martin@saintmartin.ofc.be
www.cp-st-martin.be