n° 84 - Décembre 2021

Brèv'infos

Bulletin d'information du Centre hospitalier de l'estran

Centre Hospitalier de l'estran

Sommaire

Interview
- Justine le Bechec, FF cadre de santé pôle addictologie
- Elodie Mauchauffée, FF cadre de santé

Actualités du personnel
- Mouvements du personnel
- Rencontre avec la psychologue du travail

En direct des services
- Présentation de l'équipe TCA

Un peu d'histoire

Infos documentation

Revue de presse

Directeur de la publication
Stéphane Blot, directeur

Rédacteur en chef/ conception et réalisation :
Valérie Munoz, chargée de la communication

Ont participé à ce numéro :
Valérie Boisbras, Dr Aline Imbaud et l'équipe TCA, Danièle Soudée.

Crédit photos : service communication©

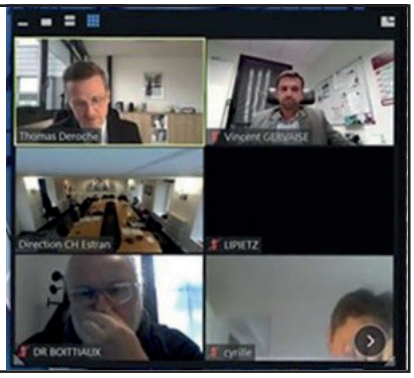
édito

Tout au long de l'année 2021, et malgré la crise sanitaire, le Centre hospitalier de l'estran a poursuivi son action pour répondre aux besoins et à l'attente de ses usagers.

Je ne reviendrai pas sur les faits marquants de cette année car largement présentés dans les colonnes de Brèv'infos mais je tiens à souligner qu'ils témoignent de la détermination des personnels de l'établissement à mener à bien les projets destinés à structurer et optimiser l'offre de soins, à contribuer au renforcement de la qualité et de l'efficacité de la prise en charge des usagers et à travailler en complémentarité avec les partenaires dans la sphère de la santé mentale.

A ce titre, on peut souligner **la reconnaissance des tutelles**. Le Directeur Général de l'A.R.S. de Normandie nous a en effet choisi pour organiser une visio conférence avec les différents professionnels impliqués dans le Projet Territorial de Santé Mentale (P.T.S.M.). Cette visio conférence s'est tenue le lundi 13 décembre en présence du D.G. de l'A.R.S. et de nombreux professionnels du département dans le secteur social, médico-social, libéral, privé, usagers, familles d'usagers, justice, … Le travail mené par les différents professionnels autour du **P.T.S.M. de la Manche** a été considéré par l'A.R.S. comme une référence. La visioconférence, organisée sur un format de table ronde a permis de présenter quelques actions concrètes du projet territorial. Plusieurs professionnels de l'estran sont intervenus avec brio et je les en remercie vivement. C'est une belle reconnaissance pour notre établissement.

Visioconférence autour du projet de territoire de santé mentale sous l'égide du CH de l'estran, en présence du Directeur général de l'ARS, Monsieur Deroche.



Dans ce dernier numéro de l'année, nous avons le plaisir d'accueillir **deux nouveaux FF cadres de santé** sur le pôle santé mentale adultes : Justine le Béchec et Elodie Mauchauffée.

Nous ferons également la connaissance de Madame Dénoyés, **psychologue du travail,** qui se tient à votre disposition pour vous accompagner et vous apporter conseils et écoute bienveillante.

La rubrique "En direct des services" nous amène à faire un focus sur **la filière de prise en charge des troubles du comportement alimentaire.** Elle s'est mise en place au sein du Pôle santé Mentale Adulte en 2019 et poursuit son activité sur le Sud Manche. Elle est destinée à l'évaluation ainsi qu'à la prise en charge ambulatoire des patients présentant des troubles du comportement alimentaire.

Nous poursuivons **la découverte de l'établissement** à travers l'histoire d'un bâtiment et des évènements qui ont marqué les moments de vie du centre hospitalier au cours du XXème siècle.

Ce dernier numéro de l'année de Brèv'infos est pour moi l'occasion de vous souhaiter de **belles fêtes de fin d'année.**

Par **Stéphane BLOT**
• Directeur

Développement durable

Ateliers bien-être

JEUDI 20 JANVIER 2022	JEUDI 22 FÉVRIER 2022
15h30 > 16h15	15h30 > 16h15
MICRO-SIESTE	AUTO-MASSAGE mains et bras

Groupe Hospitalier Mont Saint-Michel

DDelle

Accueil des nouveaux arrivants

Deux nouveaux FF cadres de santé sont venus renforcer l'équipe. Brèv'infos est allé à leur rencontre :

INTERVIEW

Justine LE BECHEC, FF cadre de santé sur l'extra hospitalier CMP/HJ ST Hilaire, CMP Pontorson et AFTA depuis le 18 octobre.

Diplômée en 2015, Justine Le Bechec est arrivée dans l'établissement cette même année. Elle débute ses missions d'infirmière sur des postes de remplacement en EHPAD, au SSR et en géronto psychiatrie avec des affectations ponctuelles dans les unités de santé mentale. Elle intègre Normandie rez de chaussée en 2016 et y reste deux années pour exercer ensuite sur l'extrahospitalier au CMP de Saint Hilaire.

"*Grâce à ces expériences variées, je connais bien la prise en charge du patient, les conduites à tenir face aux situations d'urgence et également la plupart des acteurs de l'établissement ; ce qui me facilite la tâche au quotidien*".

Pourquoi ce choix ?
"*Dès mon entrée à l'IFSI, je souhaitais accéder à des fonctions d'encadrement. Le cadre de santé a un rôle de proximité qui lui permet de s'investir dans l'animation des équipes. J'avais envie de développer des missions de management et d'avoir en charge la gestion et la coordination des soins.*
J'ai postulé sur l'extrahospitalier car j'apprécie le travail en ambulatoire avec la prise en charge du patient différente de l'intrahospitalier. Le travail en réseau et les liens importants tissés avec les partenaires du territoire encouragent l'autonomie des soignants"

Vos 1ères impressions ?
"*A mon arrivée, j'ai eu la chance d''être accompagnée par Sandrine Durand, cadre de santé sur les structures dont j'allais avoir la charge. Je la remercie ainsi que Sophie Mouchel et Sandra Helleu pour l'accueil réservé*"

Elodie MAUCHAUFFÉE, FF cadre de santé Bretagne 2 - Normandie 2, arrivée le 15 novembre.

Diplômée de l'IFSI de Fougères en 2005, Elodie Mauchauffée intègre le Centre hospitalier d'Avranches-Granville où elle exerce pendant 2 ans en long séjour et hôpital de semaine (HDS).
Elle choisit ensuite de quitter la Normandie vers les Yvelines dans un établissement de santé mentale, l'institut MGEN la Verrière.

Quelques années plus tard, à son retour en Normandie, elle connaît une expérience de quelques mois en EHPAD à Jullouville et au sein du centre de soins infirmiers de la Croix Rouge en tant d'infirmière à domicile. Elle entre ensuite à l'EHPAD à Saint Senier de Beuvron où elle y restera 6 ans.

En 2014, à l'ouverture de la MAIA (Méthode d'action pour l'intégration des services d'aide et de soins dans le champ de l'autonomie) Sud Manche, elle devient coordinatrice à domicile. En charge du suivi individuel et global des personnes âgées de plus de 60 ans se trouvant dans des situations très complexes, elle apporte la meilleure coordination entre les différents professionnels qui interviennent à domicile. Au cours de ces 7 années, elle est confrontée à des situations dramatiques face à l'isolement social et familial et au refus des personnes de toute aide.

"*J'ai dû faire preuve d'une capacité d'adaptation importante afin de respecter les choix des personnes chez lesquelles j'intervenais. Il fallait également gagner leur confiance. Ce fut une expérience riche grâce aux collaborations avec les partenaires notamment les équipes mobiles (EMPE et EMPPA) et l'EHPAD du Centre hospitalier de l'estran. C'est au cours d'échanges avec ces professionnels que j'ai décidé de postuler ici.*

Dans ce premier poste d'encadrement, j'aspire à mettre en place une proximité avec les soignants, recréer une dynamique au sein des unités en m'investissant dans les projets. En quelques semaines de présence, j'ai déjà constaté que la gestion des plannings est très chronophage mais je tiens à conserver des temps d'échange réguliers avec les équipes".

Mouvements du personnel

DÉPARTS

Personnel non médical

DULAC Laura, psychomotricienne, rééducation
FOUCAULT Matthieu, infirmier, Cellule hygiène

Bonne Retraite à

BATTAIS Yvette, ASH FF, SSR
LEGROS Patrick, ASH, SSR
MADEC Annick, Infirmière, Henri Ey

RECRUTEMENTS

Personnel non médical (contractuels emplois permanents, CDI, mutation)

AYIVI-PASSOT Marianne, psychomotricienne, rééducation
BELLOIR Julie, orthophoniste, Rééducation
BERTRAND Romane, adjointe administrative, MAS Escale
DÉNOYÉS Charlène psychologue du travail, DRH
MAUCHAUFFÉE Elodie, FF cadre de santé, Normandie 2 / Bretagne 2
POTIER Yann, ouvrier principal, service informatique
TROCHON Nicolas, technicien hospitalier, service logistique
VERGA Justine, psychologue, CMPEA GRANVILLE

Rencontre avec...

Charlène DÉNOYÉS psychologue du travail

Originaire de Normandie, diplômée d'un master 2 ingénierie psychosociale et cognitive obtenu à Rennes 2, Charlène Dénoyés, détient une expérience professionnelle riche débutée dans la fonction publique territoriale avec l'accompagnement des collectivités sur les risques psychosociaux individuels et collectifs et le conseil aux encadrements. Elle arrive ensuite dans un établissement hospitalier du sud de la France ou elle intervient sur les trois niveaux de prévention des RPS (cf encart ci-dessous).
Elle poursuit sa carrière professionnelle dans un centre médico-social avec pour mission l'accompagnement des salariés dans leur reconversion professionnelle.
Présente depuis quelques semaines dans l'établissement, Charlène Dénoyés vous accueille dans son bureau situé dans le bâtiment Yves Tizon ; un espace dédié à la parole dans un cadre respectueux de la neutralité, de la bienveillance et surtout de la confidentialité.

L'objectif principal des entretiens est de vous aider à sortir des impasses de la souffrance et du mal-être au travail.
"*Si vous êtes épuisé(e), stressé(e), que vous rencontrez des difficultés relationnelles au travail, un sentiment de pression, je me tiens à votre disposition pour vous écouter, vous accompagner.*
Quelle que soit la nature de mon intervention, je dois pouvoir apporter à chaque professionnel qui le sollicite un accompagnement personnalisé, des conseils, une écoute bienveillante, et je peux faire appel à un réseau professionnel en interne et en externe pour apporter la solution la plus adaptée et la plus complète possible.
J'ai également un rôle actif dans la démarche institutionnelle d'amélioration des conditions de travail et de prévention des risques psychosociaux".

Le bureau de Charlène Dénoyés se situe dans le bâtiment Yves Tizon. Les prises de rendez-vous se font par téléphone au 02 33 60 74 69 ou bien par mail c.denoyes@ch-estran.fr

Trois niveaux de prévention des risques psycho-sociaux

La prévention primaire : Ce niveau de prévention vise à éliminer – à défaut réduire significativement – les causes à l'origine des risques psychosociaux. La plupart de ces causes sont présentes dans l'organisation du travail et de l'entreprise. S'il n'est pas possible de les supprimer, comme le préconise le Code du Travail dans ses principes généraux de prévention, il importe de chercher à les réduire.
Exemple d'action : mise à jour des fiches de poste pour redéfinir le rôle de chacun dans un service.

La prévention secondaire :
Ce niveau de prévention cherche, dans une situation de risques déjà établie, à donner aux professionnels, les moyens de faire face efficacement au stress et aux différents risques psychosociaux. Ce niveau ne supprime donc pas la cause des problèmes, mais en limite les effets.
Exemple d'action : une formation à la gestion de conflit.

La prévention tertiaire :
Cette forme de prévention recherche à apporter de l'aide aux professionnels en souffrance psychologique.
Ces agents sont donc (ou ont déjà été) exposés à des RPS et voient leur santé dégradée du fait de cette exposition. Cette dégradation peut être plus ou moins grave. L'établissement se préoccupe dans ce cas de réparer les conséquences, c'est à dire les dommages causés dans et par le travail : prise en charge au niveau du travail pour maintenir l'agent en emploi et dans de bonnes conditions. Les actions alors réalisées doivent permettre de diminuer la détresse des personnes et d'améliorer leur santé.
Exemple d'action : organisation d'un groupe de parole après le décès brutal d'un patient
Cette forme de prévention est nécessaire pour le bien-être de tous et complète les autres dimensions (actions sur les causes) qui sont indispensables : **prévenir pour éviter d'avoir à réparer.**

L'équipe T.C.A.

EN DIRECT DES SERVICES

Qu'est-ce que la filière TCA ?

La filière de prise en charge des troubles du comportement alimentaire s'est mise en place au sein du Pôle santé Mentale Adulte en 2019 et poursuit son activité sur le Sud Manche. Elle est destinée à l'évaluation ainsi qu'à la prise en charge ambulatoire des patients présentant des troubles du comportement alimentaire.

Les TCA... Qu'est-ce que c'est ?

On décrit trois grands Troubles du Comportement Alimentaire (TCA) :

•L'anorexie mentale : restriction alimentaire et perte de poids intentionnelles
•La boulimie : compulsions alimentaires (c'est-à-dire absorption de quantités importantes de nourriture en peu de temps) associées à des vomissements ou d'autres conduites de contrôle du poids
•L'hyperphagie boulimique : compulsions alimentaires sans vomissement, avec prise de poids passée ou présente.

Chacun de ces troubles peut être associé à des complications physiques et psychologiques.

Quels sont les professionnels composant cette filière ?

L'équipe constituant cette filière est la suivante :

➢*5 infirmières :*
Léa LE BRETON (CMP Granville)
Florence POTIER-LECRECQ (CMP Avranches)
Marine DELANOE (CMP Avranches)
Catherine AMI (CMP Avranches)
Justine GANDON (Bretagne 1)
➢*1 psychomotricienne (0.1 ETP)* : Amélie DELAROCQUE
➢*1 psychologue (CMP Granville et Avranches)* : Manon BONNO
➢*1 cadre de santé* : Tatiana PERRIER
➢*1 psychiatre* : Dr Aline IMBAUD

Mais d'une manière plus générale, l'alimentation est une fonction vitale qui répond à trois nécessités : la régulation énergétique, la régulation nutritionnelle et la régulation émotionnelle.

On présente un trouble du comportement alimentaire dès lors qu'une ou plusieurs de ces régulations nécessaires ne peuvent avoir lieu et qu'une souffrance est associée à l'acte de manger.

Un de vos patients présente un trouble du comportement alimentaire ? Nous sommes à votre disposition et à la sienne pour échanger sur sa situation.
Vous pouvez nous contacter à l'adresse suivante : tca@ch-estran.fr

L'équipe TCA au cours d'une journée de formation, à laquelle participait aussi Soizic HARDY, infirmière du PSMEA, reflet du partenariat entre les deux pôles depuis la création de la filière

En lien avec le précédent numéro de Brèv'infos dont un article vous présentait la maison de la sécurité, cette rubrique consacrée à l'histoire de l'établissement nous amène à mieux connaître ce lieu.

Un bâtiment âgé de 85 ans

En effet, cette construction date de 1936. En l'absence d'un laboratoire et face à l'insuffisance des locaux destinés à la morgue ainsi qu'à une salle d'autopsie mal éclairée et rudimentaire, cette construction est lancée.

Selon les plans et expressions de l'époque, ce pavillon comprenait au rez-de-chaussée un dépôt mortuaire, une salle d'exposition des morts et une salle d'autopsie.

Deux pièces du 1er étage étaient occupées par le laboratoire et aménagées de façon *à permettre les recherches usuelles indispensables à un établissement hospitalier ainsi que des recherches scientifiques d'ordre histologique, anatomo-pathologique, biologique et physiologique.*

Ainsi, il devait permettre de faire des économies car selon le Dr COULEON "*les examens pratiqués par les laboratoires voisins étaient très onéreux*"

L'activité du laboratoire prend fin en 1965 suite à la signature d'une convention avec le laboratoire d'Avranches.

Dans les années 70, ce bâtiment verra l'installation de deux salles de cours pour la formation professionnelle.

Les incendies dans l'histoire ...

Au cours du XXème siècle, 3 incendies importants sont répertoriés dans les documents d'archives consultés :

La chapelle

Le 18 mai 1956, un incendie s'est déclaré, provoqué par le chalumeau d'un ouvrier de l'entreprise qui venait installer le chauffage central dans la chapelle.
Suite à cet incendie, des travaux importants sont réalisés, le cœur est réinstallé, la voûte est restaurée et peinte ainsi que la réfection de l'électricité. La charpente et la couverture sont restaurées.

Maison de la sécurité dans les années 50

Le hangar de la ferme

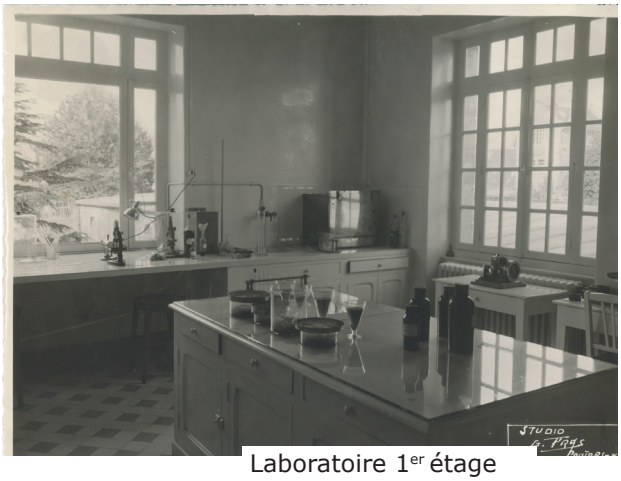
L'incendie du 26 juillet 1957 détruisit le hangar de la ferme situé à l'extrémité Ouest de l'exploitation agricole, bâtiment voisin de l'écurie et de la vacherie, malgré l'intervention des pompiers de la ville et les pompiers de l'établissement. Ce bâtiment est aujourd'hui celui du garage.

Toiture des anciennes écuries

Dans les années 1970, plusieurs débuts d'incendie sont tracés mais celui de la nuit du 17 au 18 juin 1976 fut le plus important. La toiture des anciennes écuries (actuelle pharmacie) est en flammes. Ce bâtiment fut en partie détruit. Ces locaux abritaient à l'époque les ateliers de menuiserie (à l'est) et de vannerie de l'ergothérapie.

Et pour l'anecdote, selon le rapport de l'époque, les pertes liées à l'incendie sont de l'ordre de 450 caisses à pommes de terre à claire voie, 20 harnachements complets (collier, brides, selles…), 1 scie circulaire, 1 meule et son moteur, 100 sacs de toile pour ramassage des carottes, 2 hâches, 2 serpes, 250 kg d'ail, 400 kg d'échalottes, du bois de toute nature (novopan, contreplaqué, chêne, hêtre, châtaignier, frêne, peuplier, niangon, …) 12 kg d'éclisse naturelle de rotin, 522 kg de moelle de rotin naturelle courant, 65 kg de raphia, 6 canapés, 1 lit armature bois en plus de 5 véhicules détruits qui étaient dans la partie Ouest du bâtiment, utilisée comme garage pour loger les voitures de service et les tracteurs.

Laboratoire 1er étage



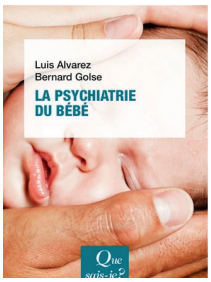
Laboratoire 1er étage

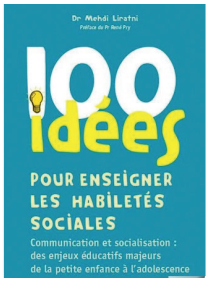
Infos documentation

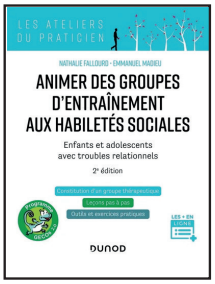
Le service documentation vous informe ...

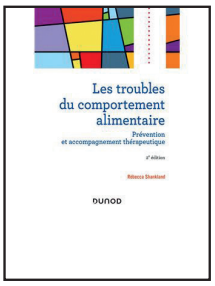
Vous souhaitez développer vos connaissances professionnelles, les actualiser … ! De nouveaux livres sont à votre disposition à la bibliothèque professionnelle : Les ouvrages présentés ci-dessous ainsi que Les cahiers de l'actif "*Habitat inclusif, des projets innovants au service d'une réelle inclusion*" n° 534-535, décembre 2020.

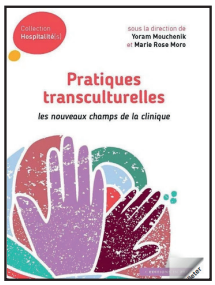
Pour développer les ressources documentaires selon les projets professionnels, vous pouvez soumettre une demande d'achat en complétant le formulaire disponible sur la GED : *Fiche de demande d'achat d'ouvrage et abonnement ou renouvellement de revues FORM_FC_001*











Contact :
v.boisbras@ch-estran.fr
✆73.45
ou sur place à la bibliothèque

Un hôpital dynamique

revue de presse

L'actu du Sud-Manche

LA GAZETTE
MERCREDI 3 NOVEMBRE 2021
actu.fr/la-gazette-de-la-manche
7

MOIS SANS TABAC. Cinq choses à savoir pour réussir à arrêter de fumer

Le Mois sans tabac a démarré. Il durera jusqu'à la fin du mois de novembre. Par cette première étape, ceux qui souhaitent arrêter de fumer multiplient leur chance de réussite. Un addictologue et une infirmière expliquent.

« J'ai envie d'arrêter, mais je n'y arrive pas ». Soit vous l'avez dit, soit vous l'avez entendu. Par prise de conscience, ou par soucis de santé, ils sont de plus en plus à vouloir arrêter de fumer. Chaque année, le mois de novembre est appelé « Mois sans tabac ». Un concept inspiré des Britanniques, qui existe depuis 2016 en France. L'idée ? Essayer pendant 30 jours de ne plus toucher à une cigarette. « Si on y arrive pendant un mois, on aura cinq fois plus de chance de s'arrêter définitivement », souligne le docteur Jean-Yves Breurec, addictologue au centre d'addictologie de l'hôpital l'Estran à Pontorson. Lui et Christelle Garnier, directrice référente de pôle, accompagnent les « anciens fumeurs » de demain. Cinq choses à savoir pour en faire partie.

Christelle Garnier et le docteur Jean-Yves Breurec accompagnent les fumeurs qui souhaitent arrêter la cigarette.

« Arrêter de fumer, c'est possible »

« Le changement ? On en fait presque tous les jours. On est en capacité de le faire », souligne l'addictologue. La motivation joue pour beaucoup. Parfois la volonté n'est pas suffisante et il faut une aide. « Mais arrêter de fumer, c'est possible », renchérit Christelle Garnier.

Plusieurs dépendances existent

Trois dépendances rythment la vie d'un fumeur. La dépendance physique, comportementale et psychologique. La première est liée à la nicotine présente dans les cigarettes. Le corps exprime un besoin. La seconde concerne les habitudes. « Ça peut être le geste ou un rituel », indique le docteur Breurec. Enfin, la dépendance psychologique est la plus difficile à traiter. Elle explique la consommation de tabac par des éléments extérieurs, comme l'anxiété.

Des premiers changements en un mois

La dépendance physique peut être assouvie en un mois d'arrêt. Pour ne plus être « en manque », des substituts nicotiniques sont prescrits.

En un mois, les habitudes sont aussi changées. En les conservant, le traitement de la dépendance comportementale est en bonne voie.

Faites vous accompagner

Si celui qui souhaite arrêter de fumer est soutenu, il a 70 % de chance de réussir son challenge. Pour cela, il faut employer les bons moyens. « Si on sous-substitue, on sait qu'on va vers un échec. Il vaut mieux mettre trois patchs que deux, par exemple, car si l'apport est insuffisant, le manque de nicotine produira d'autres effets comme du stress ou un mauvais sommeil », affirme la directrice. À l'aide de plusieurs tests, un addictologue analyse avec précision les dépendances. Les prescriptions sont alors adaptées au cas par cas. Patch, gomme, inhaleurs, comprimés, vapote, séances de relaxation, etc. Les techniques sont multiples.

Se faire aider est gratuit

Le pôle d'addictologie de l'Estran a plusieurs antennes dans le Sud-Manche. La prise en charge est gratuite. Les substituts de nicotine sont remboursés par l'État.

Maréva Laville

→ Où et quand prendre rendez-vous ?

Avranches. Tous les jours de 9 h à 17 h à l'hôpital. Tel : 02 33 89 40 00, poste 3991. Ou au site avranchinais du centre hospitalier de l'Estran. Tel : 02 33 60 65 00.
Granville. Tous les jours de 9 h à 17 h à l'hôpital. Tel : 07 84 11 62 40. Ou un mardi sur deux, de 9 h à 17 h, au PSLA de l'Octroi. Tel : 02 33 60 65 00.
Saint-Hilaire-du-Harcouët. Tous les vendredis, de 9 h à 17 h, à l'hôpital. Tel : 02 33 60 65 00.
Saint-James. Un mardi sur deux, en intermittence avec le PSLA de Granville, à la maison de santé libérale, de 9 h à 17 h. Tel : 02 33 60 65 00.
Pontorson. Tous les jours, de 9 h à 17 h, au centre d'addictologie de la Baie. Tel : 02 33 60 65 00.