

Comment préserver les infirmiers grâce à la QVT ?

Les infirmiers jouent un rôle central dans le fonctionnement du système de santé. Pourtant, leur propre qualité de vie au travail demeure fragile, confrontée à des contraintes professionnelles fortes et à une charge mentale élevée. Pour répondre à cet enjeu, un parcours d'ateliers dédié à la qualité de vie au travail (QVT) leur est proposé au printemps.

Ce programme gratuit repose sur un format court et accessible. En mai dernier, les infirmiers ont ainsi été invités à participer à quatre ateliers d'une heure, organisés en visioconférence, à raison d'un atelier par jour. Un dispositif volontairement léger, conçu pour s'adapter à des emplois du temps contraints. Le parcours est porté conjointement par Soins aux Professionnels de la Santé (SPS) et le Collectif Charlotte K. Il s'articule autour de quatre thématiques directement liées au quotidien infirmier. Les participants peuvent choisir les ateliers auxquels ils souhaitent assister.

Les sujets abordés concernent l'équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle, la redéfinition de sa carrière, le bilan de compétences et le développement de la confiance en soi. Autant de dimensions rarement explorées sur le temps long, mais identifiées comme essentielles pour prévenir l'usure professionnelle et favoriser le bien-être au travail. L'objectif affiché de ce parcours est d'encourager une prise de conscience durable et d'accompagner les professionnels de santé vers des comportements de prévention. Les ateliers privilégient l'échange, le partage d'expériences et l'accompagnement collectif, afin de dépasser une approche strictement individuelle du mal-être et de recréer des repères communs.

Créée en 2015, l'association Soins aux Professionnels de la Santé intervient à la fois en soutien des professionnels en difficulté et dans une logique de prévention. Son action s'appuie notamment sur un numéro vert et sur des événements organisés partout en France. À ce jour, plus de 35 000 appels ont été reçus et plus de 41 000 professionnels ont participé aux actions proposées. À travers ce parcours dédié aux infirmiers, SPS et le Collectif Charlotte K rappellent l'importance de dispositifs concrets et accessibles pour prendre soin des soignants. Une démarche qui s'inscrit dans une vision de long terme, considérant la prévention comme un levier essentiel de la solidité du système de santé.