

# Thiers - Ambert → Vie locale

**CULHAT** ■ L'Ehpad veut prendre soin de ses agents pour les garder longtemps

## Être zen pour mieux travailler

L'Ehpad de Culhat a organisé une « Quin'zen » pour ses 74 salariés. Quinze jours de prestations diverses pour favoriser le bien-être au travail, libérer les idées, et améliorer le fonctionnement de l'établissement.

L'Ehpad de Culhat a profité de la Semaine nationale pour la qualité de vie au travail pour proposer à ses agents de prendre soin d'eux pour qu'ils puissent à leur tour prendre soin des autres.

« Se lancer dans une démarche qualité de vie au travail ne se résume pas à organiser un escape game ou un repas entre collègues en espérant que le lendemain tout le monde ait le sourire jusqu'aux oreilles en venant au travail ! », lance Noémie Maubert, psychologue à l'Ehpad Groisne-Constance de Culhat. « Il est primordial d'identifier les besoins et de trouver les leviers du côté de la qualité de vie et des conditions de travail qui permettent de rester en poste tout en améliorant la façon de travailler collectivement. »

### Pauses gourmandes, réalité virtuelle...

C'est la démarche engagée par l'équipe pluridisciplinaire composée d'Aurélië Marsoni (infirmière coordinatrice), Pauline Salgues (qualificatrice), Noémie Maubert (psychologue), Aurélië Navarro



**RÉFLEXOLOGIE.** Parmi toutes les propositions de la « Quin'Zen », une séance de réflexologie plantaire dispensée par une intervenante extérieure.

(aide médico-psychologique) et Djamel Bourebi (animateur) avec la « Quin'Zen » : un programme d'activités et de prestations sur deux semaines, destinées aux 74 salariés de l'établissement (\*) invités à « penser à eux » et « à prendre soin d'eux ».

Dans un espace convivial, petits déjeuners, pauses gourmandes, pizzas, paella géante et atelier pâtisserie (avec Stéphane Dupuy, Meilleur ouvrier de France), étaient proposés à certains tandis que d'autres préféraient se relaxer grâce aux soins et massages prodigués par des intervenants extérieurs.

Les professionnels pouvaient aussi bénéficier d'une séance de fauteuil de massage ou d'une évacuation par le biais de la réalité virtuelle. Véronique Valeix, aide-soignante, a suivi une séance réflexologie plantaire : « J'ai fait le bon choix en m'inscrivant à cette activité pendant mon temps de travail, vingt minutes dans une bulle de bien-être m'ont permis de me détendre », a salué l'agent.

### Une Maison des soignants fin 2023

Au demeurant, l'Ehpad n'a pas attendu la Semaine de la qualité de vie au travail pour aborder le sujet. L'équipe pilote, épaulée

par la directrice de l'Ehpad, est aussi à l'initiative du projet intitulé « la Maison des soignants », prévu pour fin 2023. Il s'agit d'un espace de 100 m<sup>2</sup> qui sera dédié aux agents, et consacré au bien-être avec une salle de sport équipée de matériel de fitness, des fauteuils de massage, des casques de réalité virtuelle, un salon détente, une cuisine équipée, le tout pour un coût de 180.000 € dont une subvention de 93.000 € de la Fondation des hôpitaux. ■

(\*) Avec le soutien de Catherine Barthe Montagne, directrice de l'établissement et celui des « Myosotis » (association de bénévoles créée en 1999 par des agents).

## → À L'AFFICHE

### « LE MONACO » À THIERS

**BUZZ L'ÉCLAIR.** Animation (1 h 49). D'Angus MacLane. « Une véritable histoire du légendaire Ranger de l'espace qui, depuis inspiré le jouet que nous connaissons tous. Après s'être échoué avec sa commandante son équipage sur une planète hostile située à 4,2 millions d'années-lumière de la Terre, Buzz l'Éclair tente de ramener tout ce petit monde sain et sauf à la maison... »

Mercredi à 14 h 30 et 20 h 30  
jeudi, vendredi, samedi,  
dimanche et lundi à 20 h 30.

**L'HOMME PARFAIT.** Comédie (1 h 25). De Xavier Durringer, avec Didier Bourdon, Pierre-François Martin-Laval, Valérie Karsenti. « Florence, débordée par sa vie de famille et son travail, décide d'acheter un robot à l'apparence humaine et au physique parfait. Il répond à toutes ses attentes : entretenir la maison, s'occuper des enfants, et plus encore... »

Mercredi à 14 h 30 et 20 h 30  
jeudi, vendredi, samedi,  
dimanche et lundi à 20 h 30.

**I'M YOUR MAN.** Romance (1 h 45, Vostf). De Maria Schrader avec Maren Eggert, David Stevens, Sandra Hüller. « Alma, brillante scientifique, se révèle être une parfaite candidate pour se prêter à une expérience : pendant trois semaines, elle doit vivre avec Tom, un robot à l'apparence humaine parfaite, spécialement programmé pour correspondre à sa définition de l'homme idéal. Son existence ne doit servir qu'un seul but : rendre Alma heureuse... »

Mercredi à 14 h 30 et 20 h 30  
jeudi, vendredi, samedi,  
dimanche et lundi à 20 h 30.

### « LA FAÇADE » À AMBERT

**L'HOMME PARFAIT.** Comédie (1 h 25). De Xavier Durringer avec Didier Bourdon, Pierre-François Martin-Laval, Valérie Karsenti.

Mercredi à 14 h ; jeudi et lundi à 21 h ; samedi à 15 h et 21 h ; dimanche à 17 h.

**BUZZ L'ÉCLAIR.** Animation (1 h 49). D'Angus MacLane avec François Civil, Chris Evans, Lyna Khoudri.

Mercredi à 14 h ; jeudi à 21 h ; samedi à 15 h et 21 h ; dimanche à 17 h.

**COUPEZ !.** Comédie (1 h 50). De Michel Hazanavicius avec Romain Duris, Bérénice Bejo, Grégory Gadebois. « Un tournage de film de zombies. Entre techniciens

## ■ PESCHADOIRES

### Tous réunis avant de partir en vacances

