Rapport d'activité du service «Accueil Santé»

Université de Lausanne

Année 2010-2011

UNIL | Université de Lausanne
Accueil Santé

Sommaire

1. Introduction…… 03

2. L'Université de Lausanne (l'UNIL)…… 03

3. Mission du service…… .03

4. Bilan d'activités……03

4.1 Visibilité

4.2 Actions collectives
4.2.1 Actions d'information
4.2.2 Prévention
4.2.3 Santé communautaire
4.2.4 Coordination et réseau
4.2.5 Organisation d'événements
4.2.6 Conseil méthodologique

4.3 Actions individuelles
4.3.1 Accueil, écoute, orientation
4.3.2 Production d'outils de communication
4.3.3 Production d'outils pédagogique

5. Projets…….…… . 19

5.1 Etude et recherche

5.2 Santé communautaire
5.2.1 Workshop-"Workchope"
5.2.2 « Massages assis »
5.2.3 Atelier gestion du stress et relaxation

6. Positionnement professionnel…… … 23

7. Perspectives……..... ...23

8. Conclusion……..…..... 24

9. Annexes……..…..... ...25

1. Introduction

En mars 2009, l'Université de Lausanne (l'UNIL) est confrontée à une épidémie de rougeole. A l'automne de la même année, la problématique de la grippe H1N1 survient. Le service de l'UniSEP (service qui s'occupe de la santé, de la sécurité, de l'environnement et de la prévention au sein de l'UNIL) constate un manque de personnes « ressources » pour la santé des étudiant-e-s et des assistant-e-s. UniSEP collabore avec l'Association vaudoise d'aide et de soins à domicile (AVASAD) dont dépend l'engagement des infirmières scolaires travaillant dans le canton de Vaud et le médecin cantonal afin d'élaborer un projet de mise sur pied d'un service de santé communautaire pour les étudiant-e-s. Suite à ce partenariat, deux infirmières scolaires sont engagées en septembre 2010 (à 50% chacune)en milieu universitaire afin de répondre aux besoins des étudiant-e-s en lien avec leur santé et de s'intéresser à la qualité de vie de la communauté estudiantine sur le campus. En février 2011, un médecin référent est nommé pour le nouveau service, il complète l'équipe de santé à disposition à l'UNIL.

2. L'Université de Lausanne (l'UNIL)

L'UNIL comprend trois sites : le site de Dorigny, le site du Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV) et le site d'Epalinges. Le site de Dorigny s'étend sur une surface de 90 hectares à l'Ouest lausannois. Il comprend 18 bâtiments et héberge 7 facultés. Ces dernières accueillent 12000 étudiant-e-s dont environ 1/5 proviennent de l'étranger (plus de 86 pays différents y sont représentés). De nombreuses associations (env. 80) y sont plus au moins actives. La Fédération des associations des étudiants (FAE) les chapeautent.

3. Mission du service

« Accueil Santé » ouvre ses portes le 1er septembre 2010 et a pour mission de :

- Offrir soins, conseils et expertise dans les domaines liés à la santé physique, mentale et sociale des étudiant-e-s, assistant-e-s.
- Favoriser une approche communautaire de la santé en vue de renforcer l'intégration, les compétences et le bien-être.
- Contribuer à créer un environnement favorable aux apprentissages et à l'enseignement.
- Promouvoir la santé au sein de l'Université.

4. Bilan d'activités

4.1 Visibilité

Afin de rendre le service visible auprès des étudiant-e-s, une des premières tâches des infirmières est de lui trouver un nom, « Accueil Santé » (AS), de créer un flyer décrivant l'offre du service ainsi que sa localisation. Ce document est distribué lors de la journée d'accueil des étudiant-e-s de 1ère année à laquelle «Accueil Santé» participe.
Dès leur arrivée à l'UNIL, les infirmières prennent contact avec les différents services qui sont stratégiquement importants sur le campus : le Service d'orientation et de conseil (SOC), le Service des affaires socio-culturelles (SASC), la Fédération des associations d'étudiant-e-s (FAE), l'Aumônerie, le Service de médiation. Elles sont également attentives à rencontrer tous les conseiller-ère-s aux études des différentes facultés. Effectivement, ce sont ces derniers qui reçoivent les étudiant-e-s en difficultés.
Sur le site de l'UNIL, nombre de services et d'associations se côtoient. Les responsables des associations d'étudiant-e-s changent très régulièrement. Ceci influence l'implication ou non des associations dans la vie du campus et sur l'instauration d'un partenariat de longue durée avec « Accueil Santé ».

4.2 Actions collectives

4.2.1 Actions d'information

I. Contexte

Le contexte des actions d'information s'inscrit dans la mise sur pied d'un nouveau service de santé communautaire pour les étudiant-e-s et les assistant-e-s de l'UNIL. Les actions d'information permettent au service de se présenter, d'expliciter son rôle et de préciser sa mission.

II. Public cible

Les actions d'information s'adressent à l'ensemble de la communauté universitaire ainsi qu'aux partenaires du réseau de santé lausannois.

III. Objectif

Les objectifs poursuivis sont la connaissance du service de santé, la recherche de synergies potentielles pour des orientations réciproques entre les divers services.

IV. Déroulement de l'action

Plusieurs actions d'informations ont été menées durant l'année académique 2010-2011.

Actions d'information	Date	Lieu	Personnes impliquées	Objectifs	Supports utilisés	Résultats
Journée accueil des nouveaux étudiant-e-s	17 septembre 2010	Amphipôle	Les deux infirmières d'AS	Présentation du nouveau service « Accueil Santé »	-un stand de présentation -flyers d'information -2 slides de présentation dans la salle lors de la séance d'informations.	Les nouveaux étudiant-e-s sont réceptifs
Journée mobilité	18 février 2011	Anthropole		Présentation du nouveau service « Accueil Santé »	-Flyers, stand	Les nouveaux étudiant-e-s sont réceptifs
Journées des associations	12 octobre 2010	Amphipôle	Une infirmière d'AS	Connaître les associations d'étudiant-e-s de l'UNIL, rencontrer certains membres, se présenter en tant que service	-Flyers, discussions	Premier contact avec Point fixe (actuellement PROFA), collaboration envisagée
Rencontres avec conseiller-ère-s aux études et le personnel en charge des personnes en situation de handicap.	De façon permanente	divers	Les infirmières d'AS, les conseiller-ère-s aux études et parfois les secrétaires	Faciliter les orientations vers AS, proposer des réflexions sur situations complexes, relever les situations difficiles rencontrées par les conseiller-ère-s.	-flyers -entretiens	Certain-e-s étudiant-e-s sont envoyé-e-s à l'Accueil Santé par les conseiller-ère-s aux études lors de situations complexes.

Rencontre avec divers services internes (SASC, SOC, Aumônerie, FAE), et externes (PROFA, consultation psychothérapique, etc.)	De septembre 2010 à décembre 2010	divers	Les infirmières d'AS, les responsables et/ou collaborateurs des services rencontrés.		-entretien de présentation -échange sur les pratiques respectives -flyers	Orientations réciproques selon les situations, collaborations pour certaines situations, définition des champs de compétences respectifs
Participation à la création d'un article dans le journal Uniscope, le magazine du campus de l'UNIL.	Décembre 2010	Locaux d' « Accueil Santé »	Journalistes, photographe d'UNICOM, Infirmières AS	Augmenter la visibilité du service AS, présenter la mission et le public cible d'AS, se présenter en tant qu'acteurs de santé au sein de l'UNIL	Un article d'une page paru dans UNISCOP de décembre 2010	Augmentation significative de la fréquence des consultations suite à la parution de l'article

V. Partenaires

Le service de sécurité, environnement, prévention de l'UNIL (UniSEP) est un partenaire de première ligne dans l'orientation vers les personnes responsables des services et des associations. L'équipe d'UniSEP est régulièrement informée sur les contacts créés, les synergies et les difficultés rencontrées. Elle a souvent un rôle d'intermédiaire. Concernant le financement des actions d'informations, UniSEP prend en charge les coûts.

4.2.2 Prévention

I. Contexte

Les actions d'éducation à la santé permettent au service « Accueil Santé » de se rendre visible sur le terrain, de créer des interactions avec divers partenaires et de répondre à quelques besoins émis par la population cible.

II. Public cible

Les actions d'éducation pour la santé s'adressent aux étudiant-e-s et assistant-e-s de l'UNIL et par extension quelques fois au Personnel administratif et technique (PAT) pour des raisons de territoire commun.

III. Objectif

Les objectifs poursuivis sont l'identification du service de santé par le public cible en lien avec des questions de santé publique et des inquiétudes des étudiant-e-s relayées par nos consultations et par les questionnaires récoltés en décembre 2010.

IV. Déroulement de l'action

Plusieurs actions d'éducation citées ci-dessous ont été menées durant l'année académique 2010-2011.

Actions d'éducation à la santé	Date	Lieu	Personnes impliquées	Objectifs	Supports utilisés	Résultats/ Retours
Journée Santé 2011	Février 2011	Anthropole	Les infirmières AS et divers intervenants internes et externes : -Parc et Jardins UNIL, -Marcelin, production de jus de pomme -CSS, sport UNIL -art-thérapie, -sophrologie, -école d'ostéopathie, -aumônerie, -ergonome, -massages assis, -yoga du rire -Ligues pulmonaires -FVA -Croix bleue -Société des producteurs de lait	-répondre à la demande d'UniSEP -proposer des notions de santé communautaire -promouvoir la santé des assistant-e-s	conférences -ateliers -flyers -affiches -mail tous UNIL	-fréquentation élevée lors de la journée -retours écrits et oraux positifs -premier contact avec l'Institut de psychologie de la Santé
Action « pomme »	Décembre 2010	Internef, Unithèque	-M. Cananiello, restaurateur UNIL -UniSEP pour financement de l'impression des flyers	-se faire connaitre -sensibiliser les étudiant-e-s à la gestion du stress en période d'examens -répondre à des demandes relevées au travers du questionnaire.	-stand avec infirmières -flyers pommes -distribution de pommes gratuites	-accueil positif de la part des étudiant-e-s -adéquation du thème avec les préoccupations exprimées des étudiant-e-s
Massage Assis	Mars 2011 à mai 2011	Anthropole	Massage assis, Workevent massage, Mme Pidoux -UniSEP pour le financement		-2 intervenantes externes dispensent des massages assis gratuits	-fréquentation maximale malgré le peu de publicité -satisfaction +++ des bénéficiaires

Journée du 1er décembre	1 er décembre 2010	Internef-Anthropole-Amphimax	Association Plan-Queer[1] de l'UNIL et «Accueil Santé» pour la tenue des stands -UniSEP et AVASAD pour financement rubans et affiches	-exercer la collaboration avec une association d'étudiant-e-s.	-stands d'information avec documentation et distribution de préservatifs -distribution de rubans	-peu évaluable -collaboration qui a nécessité un positionnement de la part d'AS.
Bus prévention et dépistage CA de la peau, « Solmobile », LVC	Mai 2011	Esplanade Amphimax	-« Accueil Santé» -LVC (Ligue vaudoise contre le cancer), Mme Philiponna	-prise de contact pour collaboration en octobre 2010. Proposition de la LVC de fournir des prestations à un prix très préférentiel	stands avec bénévoles -bus avec dermatologue pour dépistage tâches suspectes -distribution crème solaire -mail tous UNIL -site internet	-111 dépistages (dont 3 carcinomes) -bonne fréquentation -collaboration avec LVC positive
Ateliers « outils pour gérer son stress »	Mai-juin 2011	Aumônerie et Ferme de la Mouline	Fatima Yerly, «Accueil Santé» UniSEP pour le financement et certains aspects logistiques Aumônier, V. Rochat	-réponse à une demande de renouvellement de l'atelier lors de la journée santé -nombreuses problématiques en lien avec la gestion du stress observées lors des consultations	-9 ateliers animés par une professionnelle -bilan	-beaucoup d'inscriptions -retours très positifs de la part des étudiant-e-s auprès de l'animatrice -auto-évaluation écrite du niveau de stress relatant une diminution significative du stress ressenti post intervention. - un grand nombre de participant-e-s souhaitent une suite à cet atelier.

[1] Plan-queer est l'Association des étudiant-e-s LesGayBiTrans des Hautes Ecoles vaudoises (UNIL, EPFL, HES)

4.2.3 Santé communautaire

I. Contexte

«Accueil Santé» (AS) est au service des étudiant-e-s pour répondre à leurs besoins en matière de santé. Afin de saisir les besoins des étudiant-e-s, AS décide de proposer un questionnaire[2] aux étudiant-e-s lors du don du sang de décembre 2010. Au printemps 2011, les infirmières approchent l'Institut de psychologie de la Santé et initient un partenariat en vue d'élaborer un questionnaire qualitatif sur les représentations de la santé et les besoins des étudiant-e-s de l'UNIL.

II. Public cible

Les étudiant-e-s et les assistant-e-s.

III. Objectifs

Connaître les besoins des étudiant-e-s et leurs représentations de la santé afin de cibler les interventions d'«Accueil Santé» en matière de promotion et prévention.

IV. Déroulement de l'action.

«Accueil Santé» profite de la collecte « Don du Sang » de décembre 2010 pour soumettre aux étudiant-e-s et assistant-e-s présents, un questionnaire contenant quatre questions : deux sur les besoins/préoccupations individuels en matière santé et deux autres questions sur les besoins/préoccupations sur la qualité de vie sur le campus. Pour distribuer le questionnaire, les infirmières privilégient le contact direct.

V. Intervenants

Les infirmières d' « Accueil Santé »

VI. Partenaires

Pour l'élaboration du questionnaire «Don du sang », le service prend contact avec Madame Emmanuella Fontana, socio-pédagogue de l'Office des Ecoles en Santé (ODES). Certains questionnaires sont aussi distribués par La Fédération des étudiants de l'UNIL (FAE)

VII. Remarques

63 questionnaires sont remplis par 60 étudiant-e-s et 3 personnes du PAT.
Plusieurs biais sont présents :

- les personnes ne répondent pas à la question homme/femme, ni sur le type d'étude qu'ils suivent
- Les personnes questionnées sont déjà impliquées dans le don du sang
- ce sont des personnes en bonne santé car elles remplissent les conditions de « donneur de sang »

C'est un questionnaire de type « réponse ouverte ». De ce fait il n'est pas toujours évident de classifier les différentes réponses. «Accueil Santé» a reçu davantage de réponse sur les questions relatives au soutien individuel et sur la qualité de vie du campus que sur les questions relatives aux besoins/ préoccupations individuels.

[2] Questionnaire santé en annexe

VIII. Résultats

Dans les réponses au questionnaire, les thèmes prédominants au niveau individuel sont essentiellement : le stress, le soutien, l'orientation et les consommations. Au niveau des préoccupations par rapport à la qualité de vie sur le campus, les items les plus représentés sont : l'alimentation, les besoins d'information sur la santé, le soutien et l'orientation.

4.2.4 Coordination et réseau

a. UniSEP

I. Contexte

«Accueil Santé» est fonctionnellement rattaché au Service de sécurité, prévention et environnement (UniSEP) de l'UNIL. C'est un partenaire important pour l'existence d' «Accueil Santé» au sein de l'Université de Lausanne.

II. Objectifs

Tout au long de l'année, «Accueil Santé» a des rencontres régulières avec UniSEP afin de créer un esprit de partenariat.

III. Activités

Des rencontres régulières entre UniSEP et AS sont planifiées une fois par semaine. Elles permettent aux infirmières une meilleure compréhension du fonctionnement de l'UNIL. Par sa connaissance du campus, UniSEP soutient et facilite le travail des infirmières. Grâce à ce partenariat, tant logistique que financier, «Accueil Santé» peut mettre à disposition des étudiant-e-s des actions de santé.

IV. Contact

UniSEP s'est organisé afin qu'une personne soit référente pour «Accueil Santé». Il s'agit de M. Patrick Michaux.

b. Médecin référent

I. Contexte

En janvier 2011, le Dr. Eros Fiorini est désigné par l'ODES (Office des Ecoles en Santé), sur préavis du DSAS (Département de la Santé et de l'Action Sociale) comme médecin référent. Il entre en fonction en février 2011 et rejoint l'équipe d'AS.

II. Objectifs

Les infirmières et le médecin référent collaborent pour améliorer la santé des étudiant-e-s sur le campus de l'UNIL.

III. Activités

Un partenariat est instauré avec des rencontres régulières. En premier lieu, une présentation du contexte et du cadre est nécessaire. Le médecin et les infirmières travaillent ensemble à l'évaluation des besoins des étudiants et planifient des actions. Le médecin soutient la réflexion des infirmières par rapport à certaines problématiques particulières, notamment le rôle et la place de l'infirmière dans une structure telle que l'Université. Pour exemple, médecin et infirmières réfléchissent à la forme et le contenu du dossier de soins, ainsi qu'à l'anonymat lors des consultations, entre autres. De plus, le médecin participe à certaines rencontres avec la direction. Des séances d'intervision sont agendées pour l'année académique 2011-2012.

4.2.5 Organisation d'événements

«Accueil Santé» met sur pied plusieurs manifestations en collaboration avec des services et des structures internes et des partenaires externes.

Contexte	**Journée mondiale du Sida, 1er décembre, UNIL**	**Journée Santé 2011,** **«En route vers le mieux-être»**
Objectifs	Collaborer avec une association d'étudiant-e-s, rencontrer les étudiant-e-s de l'UNIL, se rendre visible, prévention IST	Sensibiliser au bien-être sur le lieu de travail et dans le domaine privé, proposer et exercer des outils favorisant le mieux-être, favoriser une approche holistique de l'être humain en matière de santé.
Public	Etudiants et assistant-e-s de l'UNIL, toute la communauté de l'UNIL	Les assistant-e-s et le personnel (PAT)
Programme	1 jour, 3 stands d'information répartis sur l'Internef, l'Anthropole et l'Amphimax. 7 panneaux disposés aux entrées des bâtiments avec des rubans rouges	1 jour à l'Anthropole avec plusieurs stands interactifs et ludiques, 1 conférence sur le thème de l'arrêt du tabac, 2 ateliers (yoga du rire et relaxation). Les gens sont informés grâce aux flyers, affiches, stickers pieds, mail et annonce sur l'intranet.
Partenaires pour l'organisation	Plan-queer[3]	UniSEP
Résultats	Echanges avec membres de Plan-queer avant pendant et après la journée. Cette expérience permet aux infirmières d'AS de se positionner en tant qu'actrices de prévention et promotion de la santé.	Env. 250 personnes, les retours oraux sont très positifs tout comme les avis écrits. Les remarques émises sont un renouvellement plus fréquent de cet événement ainsi qu'une réflexion quant aux horaires. Les ateliers ont une fréquentation élevée. Par contre la conférence n'a pas l'effet escompté seules 3 personnes y participent.

[3] Plan-queer est l'Association des étudiant-e-s LesGayBiTrans des Hautes Ecoles vaudoises (UNIL, EPFL, HES)

4.2.6 Conseil méthodologique

I. Contexte

Lors de la permanence d'«Accueil Santé», un étudiant vient solliciter les infirmières pour un projet relatif à la prévention du cancer du sein. Avec son association Mosaïque, il souhaite sensibiliser la communauté de l'UNIL à cette thématique et profiter du mois d'octobre, déclaré mois du cancer du sein. Le SASC l'oriente vers AS car il souhaite une collaboration.

II. Objectif

Accompagner un étudiant dans une démarche d'action de santé et le sensibiliser aux notions de promotion de la santé.

III. Public cible

Un étudiant de l'UNIL ; membre d'une association d'étudiant de l'UNIL.

IV. Déroulement

Plusieurs rencontres sont organisées avec l'étudiant pour préciser sa demande et orienter ses actions. Le réseau de santé lausannois, notamment LVC est sollicité. Les infirmières réalisent qu'il est essentiel de préciser leur mission et leur fonctionnement. En effet, il apparait que plusieurs critères de promotion de la santé ne sont pas respectés, comme les délais, l'implication de la communauté ainsi que la pertinence du sujet avec le public cible. Les infirmières souhaitent se distancer du projet pour ces différentes raisons.

V. Outils.

Entretiens individuels de coaching, planification et débriefing sont organisés dans les locaux d'«Accueil Santé».

VI. Résultats

La journée sur le thème «Cancer du sein» a lieu le 28 octobre 2010, organisée dans un délai extrêmement court et avec peu de moyens financiers et humains. L'étudiant réussit à mobiliser beaucoup d'intervenants et de partenaires financiers mais au prix d'une énergie considérable. Il reconnait être fatigué après l'événement. Les intervenants sur les stands sont satisfaits et disent avoir trouvé des étudiant-e-s intéressés et attentifs. La conférence a quant à elle mobilisé très peu de monde. En effet seul une petite cinquantaine d'auditeurs sont présents.

Divers contacts, notamment avec la LVC sont instaurés, qui débouchent sur le projet de la Solmobile.

4.3 Actions individuelles

4.3.1 Accueil, écoute, orientation

I. Contexte

«Accueil Santé» est une structure «à bas seuil » c'est-à-dire que les étudiant-e-s et les assistant-e-s peuvent venir consulter sans prendre de rendez-vous et gratuitement. Selon la disponibilité des infirmières, ils sont reçus de suite ou ultérieurement.

II. Objectif

Donner la possibilité aux étudiant-e-s et assistant-e-s de bénéficier de consultations, de soins, de soutien et d'orientation.

III. Public cible

Dans la mission définie d'«Accueil Santé», le public spécifique est les étudiant-e-s et les assistant-e-s. Il est important de le préciser car actuellement le personnel de l'UNIL ne bénéficie pas de médecine du travail sur le campus. Certains collaborateurs ne comprennent pas qu'ils ne puissent pas bénéficier des services d'«Accueil Santé». A plusieurs reprises durant cette année académique, à défaut de structures existantes, AS s'est occupé de problèmes de santé du PAT.

IV. Déroulement

Les consultations ont lieu dans les locaux d' «Accueil Santé». Il n'y pas de permanences ailleurs sur le site de l'UNIL. Ceci peut influencer l'accessibilité au service pour certains étudiant-e-s. Nous avons aussi des consultations téléphoniques et par courriel. Un certain nombre de consultations ont trait à la santé physique, d'autres sont des demandes qui nécessitent une orientation soit vers des structures existantes sur le site (par exemple consultation psychothérapique, sociale ou d'orientation professionnelle) soit vers des structures à l'extérieur comme la PMU du Flon, le CHUV, PROFA, etc.

V. Outils.

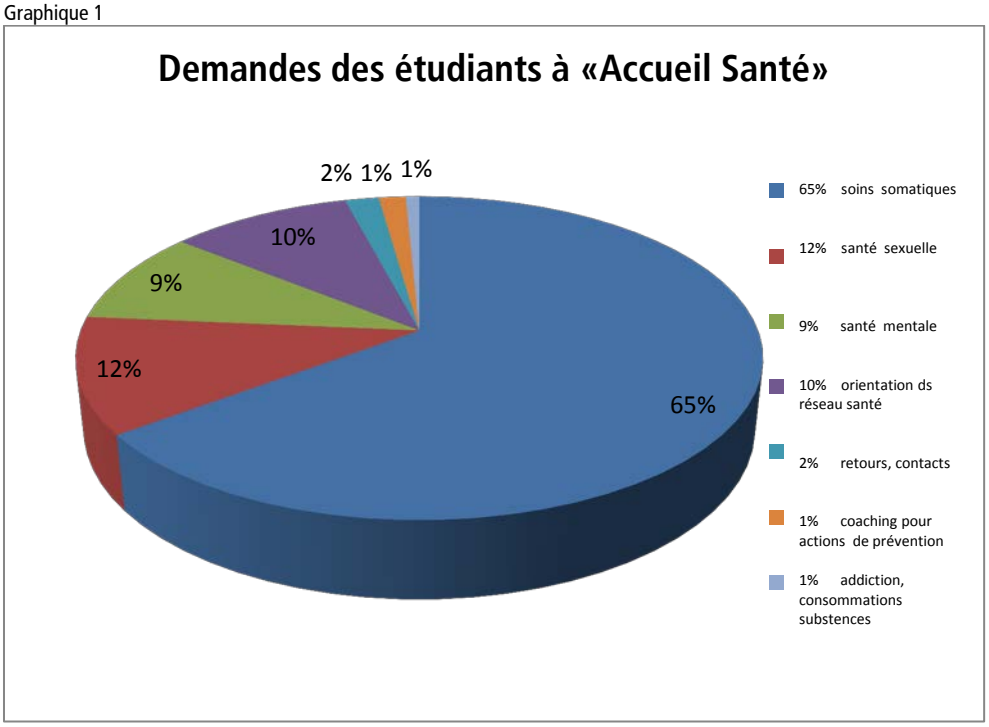
Un relevé d'interventions est rempli après chaque consultation. La raison de la demande, l'action et l'orientation proposée y sont inscrits. Ce relevé d'intervention est anonyme.
Des dossiers sont établis pour les étudiant-e-s qui reviennent pour des suivis plus complexes. Dans ces cas, les coordonnées de la personne sont demandées, elles sont consignées de manière sécurisées et non accessibles.

VI. Résultats

Les infirmières d'«Accueil Santé» assurent 276 consultations de septembre 2010 à juin 2011. Les consultations sont demandées en majorité par des femmes (175) contre 101 par des hommes. Le temps d'intervention varie entre 5 minutes et 2h30, ce qui représente un temps moyen de 42 minutes par intervention.

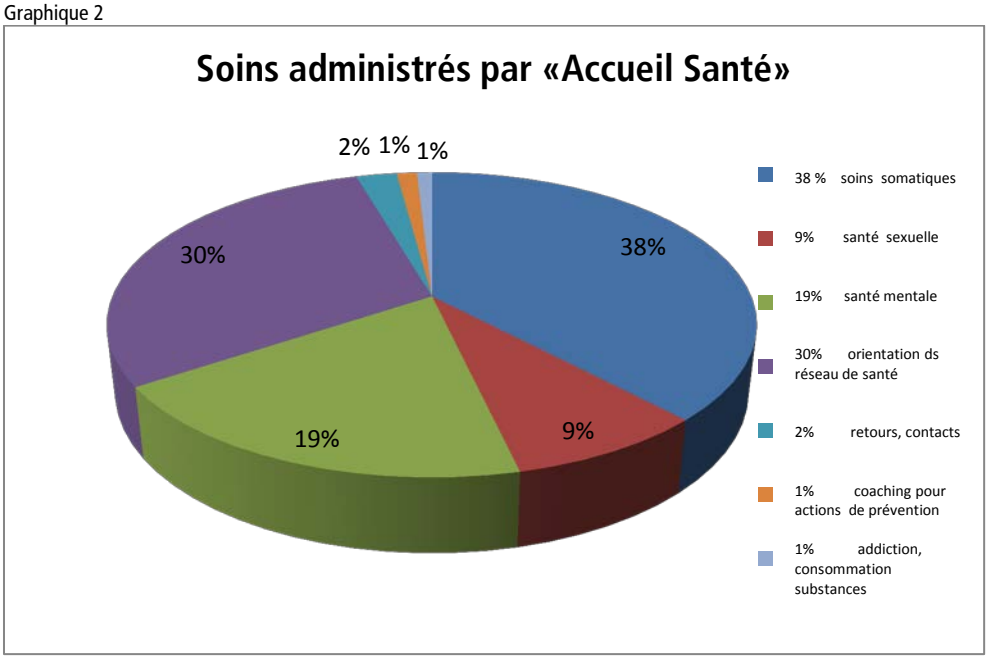
Nous avons classés les consultations en sept catégories :
-soins somatiques
-santé sexuelle
-santé mentale
-orientation et accompagnement dans le réseau de santé
-retours, contacts
-coaching pour des actions de prévention au sein de l'UNIL
-addiction, consommation de substances

Graphique 1



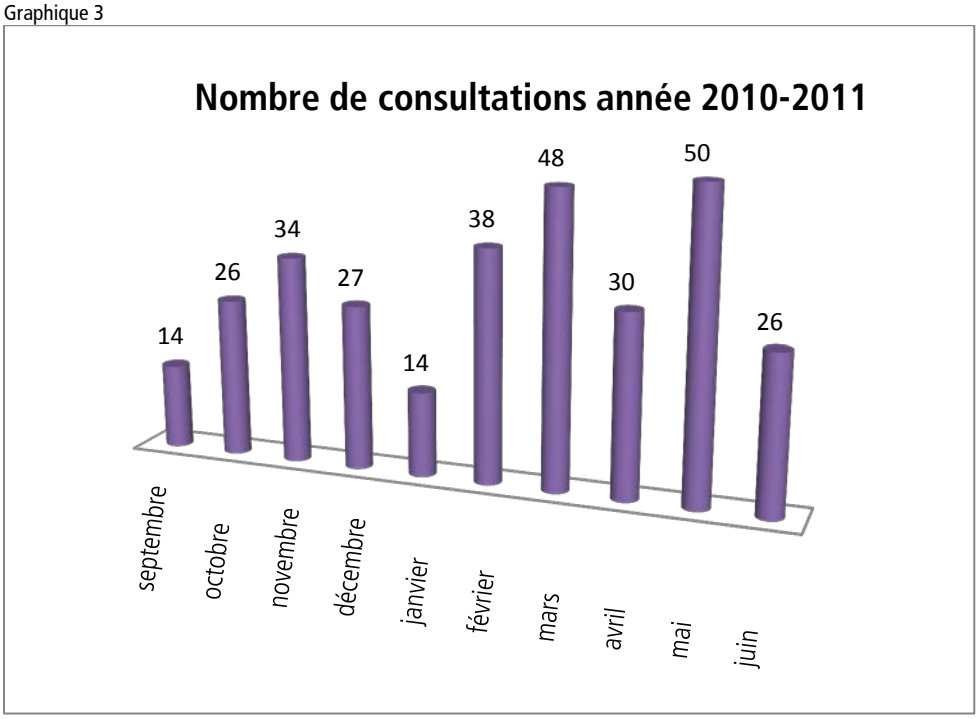
Il nous parait également judicieux de présenter les interventions des infirmières selon les mêmes catégories afin de faire apparaitre les différences entre les demandes de soins exprimées et les besoins sous-jacents qui vont engendrer les soins effectifs administrés par les infirmières d'«Accueil Santé».

Graphique 2



Finalement nous présentons un tableau chronologique afin de préciser les périodes de fortes demandes de consultations et les périodes d'accalmie.

Graphique 3



VII. Constats et Commentaires

La grande majorité des demandes adressées à AS concernent la santé somatique (65%). Le corps est un moyen privilégié pour exprimer un besoin. Environ la moitié de ces demandes sont traitées comme telles (38%) ; l'autre moitié concerne en réalité des problèmes de santé mentale ou un besoin d'orientation.
Les étudiant-e-s expriment des besoins en santé mentale (9%) mais ils sont en réalité plus du double à souffrir de difficultés de cet ordre (19%), selon le relevé de soins administrés par le service. Les infirmières relèvent donc une réticence de la part des étudiant-e-s à aborder un mal-être psychologique de prime abord.
Concernant l'orientation dans le réseau (30%), un tiers provient d'une demande formulée explicitement par les utilisateurs du service (10%). AS oriente donc trois fois plus que le service ne reçoit de demandes. Cette différence peut s'expliquer par le nombre élevé d'étudiant-e-s étrangers[4] qui consultent à «Accueil Santé». Ils arrivent avec une problématique de santé et les infirmières sont en première ligne pour évaluer leur situation.
Une autre hypothèse est que le service AS est parfois perçu comme un poste de santé avancé et que certains utilisateurs s'attendent à trouver des soins médicaux, dentaires ou autres.

Les demandes en santé sexuelle sont exprimées clairement par les étudiant-e-s (12%), tout comme les autres demandes de coaching, des retours ou des besoins en lien avec les addictions.

Les infirmières constatent que les consultations sont fréquentées par des hommes (37%) et par des femmes (63%), ce qui infirme la représentation selon laquelle les étudiantes seraient presqu'exclusivement demandeuses.

[4] Le terme d'étrangers s'adresse aux étudiants et assistant-e-s non suisses mais également aux étudiants suisses provenant d'un autre canton. En effet les infirmières constatent que les différences entre les systèmes de santé cantonaux sont telles qu'elles peuvent engendrer des difficultés d'orientation très importantes même pour des étudiants suisses. Celles-ci s'apparentent aux difficultés rencontrées par les étudiants non suisses.

Le graphique 3 démontre une augmentation des consultations au cours de l'année académique. Deux importantes diminutions de la fréquentation du service AS sont à noter durant les mois de janvier et de juin, diminution que l'on peut rattacher aux périodes d'examens. En effet les infirmières observent que les étudiant-e-s consultent peu durant ces périodes. Ils semblent être focalisés sur leurs travaux et peut-être moins à l'écoute de leurs besoins en matière de santé. Les diminutions moins significatives de décembre et d'avril correspondent aux périodes de vacances universitaires.

Quant au personnel d'UniSEP, il rapporte une très nette diminution des interventions secouristes durant les périodes préparatoires et durant les examens de la session d'été.

Plusieurs personnes (26 consultations) n'appartiennent pas au public cible définit dans la création de l'«Accueil Santé» mais appartiennent au PAT (personnel administratif et technique). Le nombre est constant au cours de l'année. Dans ces cas nous recevons les personnes et répondons aux demandes précises ne nécessitant pas un suivi.
Des besoins sont exprimés et les professionnelles de la santé du terrain constatent un nombre important des consultations (env. 10% de la totalité de demandes) malgré la nouveauté du service et malgré un positionnement constant et clair d'AS vis-à-vis du public cible.

VIII. Perspectives

Pendant cette année académique, les consultations ont eu lieu dans le bureau d'«Accueil Santé». Le campus de l'UNIL est très étendu, dès lors, il n'est pas aisé pour des étudiant-e-s fréquentant les bâtiments du quartier de Sorge de venir en consultation au service d' «Accueil Santé». Pour cette raison, les infirmières d'«Accueil Santé» vont proposer dans le courant du premier semestre, une permanence deux fois par semaine dans le bâtiment de l'Amphipôle. A moyen terme, elles prévoient également d'étendre une autre permanence au nouveau bâtiment Géopolis ; un local d'infirmerie est prévu à cet endroit.

4.3.2 Production d'outils de communication

I. Contexte

Un nouveau service pour les étudiant-e-s et les assistant-e-s de l'UNIL est créé en septembre 2010.

II. Objectifs

«Accueil Santé» veut créer des liens avec les partenaires internes (services, associations, etc.) ainsi que des partenaires du réseau de santé externes pour stimuler des collaborations.

III. Public cible

La communauté de l'UNIL dans son ensemble et le réseau lausannois

IV. Déroulement

Les flyers de présentation sont créés en premier pour indiquer l'emplacement d'AS ainsi que sa mission et son public cible. Deux versions sont créées, la première par les infirmières et la deuxième par le service d'UNICOM puisque la charte graphique de l'UNIL doit être respectée. Des affiches sont disposées sur les infirmeries des bâtiments pour signaler «Accueil Santé».

Beaucoup d'informations sont diffusées via les plateformes Internet des Facultés, des associations et autres. Les infirmières d'AS estiment qu'un site Internet est judicieux pour se faire connaître et pour diffuser des informations ainsi que des évènements.

V. Partenaires

UniSEP est un partenaire pour le financement de l'impression des flyers et des affiches. UNICOM est en charge de la réalisation de certains projets graphiques et de la diffusion des mails « tous UNIL », par l'intermédiaire de son responsable M. Gagnebin. Quelques affiches et flyers sont imprimés en interne à la reproduction, mais les impressions en grande quantité sont assurées par une imprimerie lausannoise.

M. Waeber, d'UNICOM, nous assure la formation du programme Wordpress sur une journée ainsi que des conseils personnalisés en matière d'adéquation des outils Internet par rapport aux besoins du service AS.

VI. Résultats

Un flyer de présentation est produit ainsi que des affiches aux différents formats dès septembre 2010.

Une plateforme Internet d'information et de présentation est opérationnelle dès décembre 2010. Le contenu est en développement et des collaborations avec le médecin référent sont envisagées. De plus, un outil d'évaluation de la fréquentation du site est en réflexion afin d'ajuster la présentation et le contenu du site.

4.3.3 Production d'outils pédagogiques

I. Contexte

Les infirmières constatent lors des consultations, une difficulté à gérer les périodes d'examens pour certains étudiant-e-s et donc une augmentation de leur stress. Cette problématique transparait aussi dans le questionnaire de santé distribué en décembre 2010 par AS. Elles réalisent un support écrit, baptisé « flyer pomme »[5] avec des conseils de gestion du stress et de préparation aux examens. Elles distribuent le flyer ainsi qu'une pomme aux entrées des deux bibliothèques principales (Unicentre et Internef) sur un jour pendant la période de préparation de la session d'examens d'hiver.

II. Public cible

Les étudiant-e-s de l'UNIL en période de préparation d'examens

III. Objectif de l'outil

Augmenter la visibilité du service AS, rentrer en contact avec la population estudiantine, insiter les étudiant-e-s à pratiquer des auto-soins[6] pour gérer leur stress.

IV. Partenaires

Le flyer est tiré des écrits de l'UNIGE, «Le petit futé des examens»[7]. La source est clairement mentionnée sur le support.

Un contact avec le restaurateur de l'UNIL, M. Nino Cananiello est instauré grâce à l'achat des pommes, qui sont finalement offertes.

V. Résultats

Les étudiant-e-s rencontrés lors de la distribution de pomme et de flyers sont réceptifs et plusieurs admettent vivre un stress négatif durant les périodes d'examens. Cette action permet d'aborder avec les étudiant-e-s la problématique de consommation de substances lors des examens, notamment des médicaments.

Le flyer est distribué lors de cette journée action de santé mais également lors des consultations comme support remis aux personnes concernées par une problématique en lien avec le stress.

[5] Flyer en annexes
[6] Les auto-soins sont, selon D. Orem, les moyens et les actions délibérées qu'un individu mobilise pour préserver sa vie, sa santé et son bien-être.
[7] http://www.unige.ch/dase/sante/examens/fute.pdf

5. Projets

5.1 Etude et recherche

I. Contexte de la recherche

L'année académique 2010-2011, permet à «Accueil Santé» d'avoir une première ébauche sur les besoins des étudiant-e-s en matière de santé. Pour ce faire, les infirmières du service peuvent s'appuyer sur les relevés de consultations et sur une enquête qualitative d'un échantillon restreint d'étudiant-e-s lors du don du sang de décembre 2010. Ces premiers résultats permettent de dégager des thèmes prioritaires en matière de santé pour les étudiant-e-s, tels que le sommeil, la gestion du stress, la santé sexuelle ainsi que l'alimentation. Mais «Accueil Santé» ressent le besoin d'affiner ces perceptions afin de cibler au mieux ses futures actions de santé.

Suite à ce constat, les infirmières s'approchent de l'Institut de la psychologie de la Santé. Une réflexion commune et une collaboration étroite pour la réalisation d'une recherche qualitative s'installe. Lors de leur cursus universitaire, les étudiant-e-s en psychologie doivent effectivement s'exercer aux entretiens semi-dirigés dans leurs travaux pratiques (T.P.). «Accueil Santé» pourrait utiliser ce moyen pour interroger les étudiant-e-s sur leur santé. Ce projet d'enquête s'intéresse donc à la santé des étudiant-e-s de l'Université de Lausanne, à leur perception de leur état de santé et à leurs besoins.

A préciser qu'à ce stade, aucun engagement formel n'est conclu entre l'Institut concerné et «Accueil Santé», le protocole de recherche devant être validé par l'AVASAD.

II. Objectifs

Recueillir les représentations et les besoins des étudiant-e-s sur la santé afin de cibler au mieux les actions de santé communautaire.

III. Méthodologie

Entretiens semi-dirigés selon canevas de thèmes[8] préétablis.

IV. Résultats

Les premiers résultats sont prévus pour l'année académique 2011-2012. En principe, l'analyse des résultats s'effectuera durant l'année 2012-2013.

[8] Thèmes en annexes

5.2 Santé communautaire

5.2.1 Workshop-"Workchope"

I. Contexte

Dans le cadre des Facultés, des soirées (Workshop-"Workchope") sont organisées au sein de l'UNIL. Lors de ces moments festifs, la consommation d'alcool est parfois excessive. «Accueil Santé» entend des doléances par rapport à ces soirées. Elles émanent de différents services notamment de l'intendance et de la sécurité. Certains estiment même que ces soirées devraient ne plus avoir lieu car trop perturbatrices. De plus, l'alcoolisation des étudiant-e-s pendant ces soirées présente un risque par rapport à leur sécurité ce qui inquiète également UniSEP.

II. Public cible

Les étudiant-e-s et les différents services qui gravitent autour.

III. Objectifs

Travailler avec les différents partenaires afin que ces soirées puissent avoir lieu dans des conditions qui satisfassent l'ensemble de la communauté de l'UNIL.

IV. Déroulement

En mai 2011, «Accueil Santé» participe à une rencontre entre les différents services techniques de l'UNIL, UniSEP et les étudiant-e-s organisateurs/responsables des soirées. Lors de cette réunion, les infirmières demandent aux étudiant-e-s présents s'ils seraient intéressés à participer à un groupe de travail sur la problématique de la consommation d'alcool lors de ces soirées. Suite à cette rencontre, les infirmières prennent contact avec la Fédération Vaudoise contre l'Alcoolisme (FVA) afin de savoir si la FVA peut entrer dans une telle démarche en qualité d'expert. « Accueil Santé » veut également prendre contact avec Madame Sylvie Bonjour, cheffe de projet dans le programme « Prévention et Dépendance » de L'Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS). A la rentrée de l'année académique 2011-2012, «Accueil Santé» va contacter les différents partenaires potentiels afin de leur proposer un premier rendez-vous de travail

V. Intervenants

Les intervenants sont encore à définir, mais il est important qu'une personne de la direction de l'UNIL participe au groupe de travail ainsi que de la Fédération des associations des étudiant-e-s (FAE) pour que l'ensemble de la communauté soit représentée.

5.2.2 « Massages assis »

I. Contexte

De février à mai 2011, les étudiant-e-s bénéficient de séances de « massages assis » gratuites dispensées par deux professionnelles. Cette offre est très appréciée et remporte un succès important puisque les plages horaires sont complètes à chaque fois.
Les intervenantes connaissent en partie les lieux, elles proposent déjà aux employés de l'UNIL des massages thérapeutiques une fois par quinzaine. Ceux-ci sont à la charge des bénéficiaires.

II. Public cible

Etudiants, assistant-e-s et par extension toutes les personnes fréquentant l'UNIL

III. Objectifs

Offrir des moments de détente et de relaxation, soulager les maux de dos. Les infirmières souhaitent agir sur le stress des étudiant-e-s en proposant des moyens accessibles et en favorisant les auto-soins.

IV. Déroulement

Deux intervenantes sont présentes pour une durée de 3 heures dans un lieu de passage, elles disposent de deux chaises ergonomiques et de musique d'ambiance. Elles proposent des massages courts (5-10 minutes) sans inscription mais selon l'ordre d'arrivée. Une brève anamnèse est effectuée avant l'intervention.

V. Intervenants

La responsable est Mme Nathalie Pidoux, de *Work & event massage*[9], assistée d'une ou plusieurs personnes.

[9] http://www.workandevents-massage.ch/

5.2.3 Atelier gestion du stress et relaxation

I. Contexte

Les infirmières constatent une demande de la part des étudiant-e-s d'outils concrets pour aborder les examens sereinement. De plus, lors des consultations, de nombreuses demandes somatiques sont en lien avec le stress. Les infirmières ont également une augmentation des demandes avant et après les examens relative à la gestion du stress. AS expérimente un atelier de relaxation lors de la journée santé 2011 qui remporte un franc succès. Les infirmières proposent d'offrir des séances spécifiques à la préparation des examens aux étudiant-e-s.

II. Public cible

Etudiant-e-s, assistant-e-s de l'UNIL, en préparation d'examens.

III. Objectifs

Offrir des outils de gestion du stress, expérimenter la relaxation dans un cadre sécure, proposer un support pour poursuivre l'entraînement chez soi.

IV. Déroulement

Une intervenante formée en sophrologie anime 9 ateliers d'une durée d'une heure chacun. Les groupes sont formés selon l'inscription et varient de 6 à 18 participants. La séance débute avec une présentation de l'intervenante et du déroulement de la séance. Une grille d'évaluation numérique du stress est remplie par les étudiant-e-s avant la séance et après pour évaluer l'impact direct du cours sur le stress ressenti.

V. Intervenants

Mme Fatima Yerly-Ouali, infirmière, sophrologue.
Les infirmières sont garantes de la préparation, de la coordination et de la logistique inhérentes aux cours.

VI. Retours

Les retours sont très majoritairement positifs avec le souhait de réitérer l'expérience et pour certains de la poursuivre de manière plus intensive.

Les infirmières s'interrogent sur la manière la plus judicieuse d'informer les étudiant-e-s et de gérer les inscriptions puisqu'un nombre important de personnes inscrites ne se sont pas présentées aux cours.

6. Positionnement professionnel

«Accueil Santé» est rattaché au service de l'UniSEP. Tout au long de l'année, les infirmières peuvent bénéficier de son soutien et de ses connaissances sur le fonctionnement de l'UNIL. L'intégration des infirmières dans leurs nouvelles fonctions est ainsi facilitée.

Par contre, lors des différentes prises de contact d'«Accueil Santé», des questions sur l'appartenance du service sont émises par les différentes instances de l'UNIL. Le fonctionnement « bicéphale » UniSEP et AVASAD semble méconnu. «Accueil Santé» estime qu'il est judicieux d'être rattaché à UniSEP pour des raisons de collaborations et de synergies.

Au cours des premières semaines d'activité, les infirmières doivent rapidement préciser leur champ d'action et se positionner vis-à-vis des interventions somatiques d'urgence. Elles doivent se différencier du service des secouristes de l'UNIL. Une présentation réciproque est organisée à l'automne 2010, mais des confusions demeurent dans les esprits de certains. Cela demande d'apporter régulièrement des précisions auprès des intervenants; par contre, nous constatons que les demandes des responsables des secouristes sont en adéquation avec la mission de l' «Accueil Santé».

Actuellement, les collaborateurs de L'UNIL ne bénéficient pas de prestations en santé au travail suffisantes selon certaines personnes. Les infirmières d'«Accueil Santé» sont interpellées par certains collaborateurs sur le fait qu'elles n'ont pas pour mission de s'occuper de la santé du personnel.

Même si l'une des missions d'«Accueil Santé» est d'offrir soins, conseils et expertise dans les domaines liés à la santé physique, mentale et sociale aux étudiant-e-s et aux assistant-e-s, les infirmières répondent à des demandes du personnel pendant cette année. Ce fait peut engendrer des confusions dans l'esprit du PAT mais il est difficile d'être strict dans notre positionnement professionnel. Refuser d'entrer en matière dès qu'il s'agit d'un collaborateur pourrait par exemple, engendrer par la suite des problèmes de collaborations.

7. Perspectives

Pour l'année 2011-2012, «Accueil Santé» va travailler sa visibilité et son accessibilité auprès des étudiant-e-s de première année de médecine et de biologie en proposant des permanences à l'Amphipôle, bâtiment situé sur le haut du site de l'UNIL.

Les ateliers « massages assis » et « préparation d'examen : outils pour gérer son stress » sont bien accueillis par les étudiant-e-s. L'évaluation de ces ateliers est bonne. Certains étudiant-e-s aimeraient que ces ateliers soient renouvelés. D'autres demandent que l'atelier « gestion du stress » soit plus conséquent tant dans sa durée que dans son contenu. De son côté, UniSEP constate une nette diminution des « interventions secouristes » lors de la dernière session d'examen. Selon UniSEP, ces offres de gestion du stress permettent aux étudiant-e-s d'aborder cette période dans de meilleures conditions. Pour toutes ces raisons, «Accueil Santé» en partenariat avec UniSEP va instaurer des sessions de massages assis une fois par mois. Un atelier approfondi en gestion du stress en vue des examens va être proposé aux étudiant-e-s à l'automne 2011. «Accueil Santé» va également réitérer les ateliers « préparation d'examen : outils pour gérer son stress » sur l'année académique 2011-2012.

En juillet 2011, «Accueil Santé» rencontre la responsable Formation et prévention du nouveau Centre de compétences prévention VIH-IST de PROFA. «Accueil Santé» et cet organisme manifeste le même intérêt en matière de promotion de la santé sexuelle. Des synergies sont éventuellement envisagées pour l'élaboration de deux projets. Le premier pourrait être une journée intitulée « santé et plaisir » qui aborderait les différents aspects de la santé sous l'aspect bien-être/plaisir. Le deuxième pourrait être un colloque sur le thème « comment élaborer un projet de promotion de la santé? ». Cette journée pourrait être une journée de formation accompagnée d'ateliers et de stands plus ludiques.

Les activités du service seront présentées dans un flyer destiné aux étudiant-e-s et aux assistant-e-s et le site Internet sera régulièrement mis à jour pour faciliter l'accès à l'information et atteindre le plus grand nombre de personnes concernées.

Les infirmières d'«Accueil Santé» ont le souhait que le service puisse être reconnu, dans le futur, comme un pôle de compétences en matière de santé communautaire et de promotion de la santé. Elles aimeraient être informées et/ou consultées lors de questions relevant de la santé des étudiant-e-s au sein de l'UNIL. Elles sont conscientes que cela implique un travail d'information auprès des différentes instances, à renouveler sans cesse. Elles souhaitent que le projet « alcool » permette une meilleure reconnaissance de leurs compétences et créer une dynamique de partenariat.

Au sein de l'UNIL, il existe une organisation de prise en charge des victimes secondaires en cas d'incident critique. Tout collaborateur peut s'y engager après avoir été évalué par une psychologue lors d'un entretien et après avoir suivi la formation « caregivers » reconnue par le Réseau National d'aide Psychologique d'Urgence (RNAPU). Lors de l'année écoulée, les infirmières d' « Accueil Santé » ont bénéficié de cette formation.
Par contre il semble qu'il n'existe pas à l'UNIL, une structure définissant le rôle de chacun en cas d'incident critique comme le Groupe Ressources d'Accompagnement et de Formation en cas d'Incident Critique (GRAFIC) des écoles obligatoires et post-obligatoires.
Les infirmières d' « Accueil Santé » pensent qu'une réflexion à ce propos pourrait être intéressante pour l'UNIL et pourrait déboucher sur la mise en place d'une structure spécifique à l'UNIL.

Les infirmières d'«Accueil Santé» sont conscientes de l'aspect pionnier du service. Pourtant elles sont convaincues que diverses situations de jeunes adultes du post-obligatoire peuvent être transposées et adaptées au milieu universitaire. Elles souhaitent donc poursuivre la réflexion avec la responsable de service, Mme Monique Archambault, pour rejoindre un groupe d'intervision au sein de l'AVASAD ou à l'extérieur.

8. Conclusion

La rédaction de ce rapport d'activité permet de mettre en lumière le travail effectué durant l'année écoulée.

Les infirmières d'«Accueil Santé» sont conscientes que rien n'est acquis. L'accent sur la visibilité doit être maintenu et même intensifié tant au niveau de la direction, des services que des étudiant-e-s. La structure de l'UNIL est immense et «Accueil Santé» pourrait être très rapidement « oublié ».

Pour cette première année, «Accueil Santé» met l'accent sur la connaissance de la structure de l'UNIL, des différents partenaires et de la politique de l'Institution en matière santé. L'appui et le soutien d'UniSEP est un facilitateur dans ces démarches. Actuellement, «Accueil Santé» est connu par un nombre restreint d'étudiants. Malgré cela, AS répond à un besoin au vu des nombreuses consultations effectuées pendant l'année académique. Le service remarque que les consultations augmentent après chaque action de visibilité sur le campus. Le travail auprès des étudiants est appelé à se développer en regard des préoccupations du public cible.

Durant l'année, AS souhaite améliorer sa collaboration avec le service de communication et d'audiovisuel (UNICOM). C'est un partenaire primordial au sein de l'UNIL. Effectivement, toutes les informations à diffuser auprès des étudiants et de la communauté UNIL passent par UNICOM. AS va proposer une rencontre avec le responsable de ce service afin de faire connaissance et de lui présenter la mission du service.

A ce jour, le travail en réseau et le partenariat doivent se développer. Le manque de connaissance d'«Accueil Santé» sur le fonctionnement de la structure et des courants politiques sous-jacents est un potentiel frein à ce développement.

Malgré ces quelques freins, les diverses perspectives sont intéressantes et motivantes. Elles permettront de développer le travail en réseau et de stimuler la participation des acteurs de l'UNIL.

9. Annexes

Flyer de présentation du service «Accueil Santé» version 1

Flyer de présentation du service «Accueil Santé» version 2

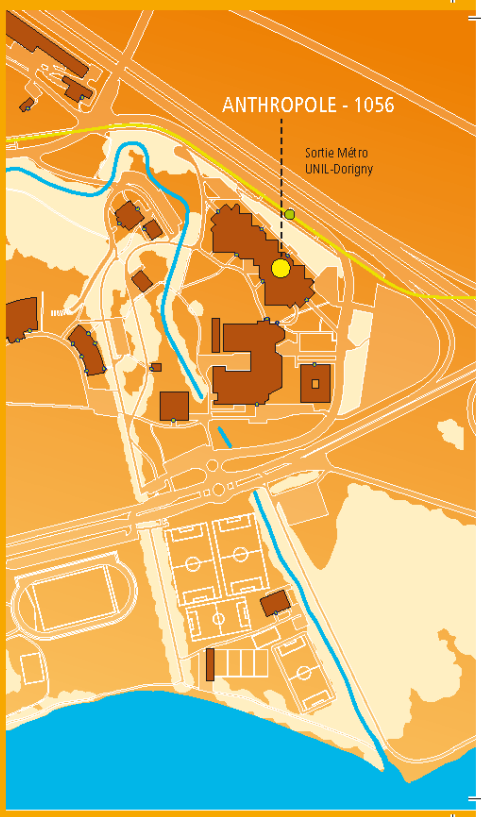
tu es étudiant-e, tu es assistant-e...

- tu as des soucis de santé
- tu souhaites être orienté
- tu t'interroges sur tes consommations
- tu te questionnes sur tes conduites à risques
- tu recherches un soutien

deux infirmières te reçoivent à
l'Accueil Santé - ANT 1056

lu-ve 8h30 - 13h30 sauf le mercredi

Contacts
Tél.: +41 21 692 25 77
Mail.: accueilsante@unil.ch
www.unil.ch/accueilsante



Flyer « Pomme »

1
Votre cerveau a besoin de nourriture

2
Attention aux médicaments

3
Dormez

4
Détendez-vous

5
Bougez-vous

Accueil santé

1 Votre cerveau a besoin de nourriture

Ne sautez pas de repas, Ne révisez pas en mangeant

Attention aux grignotages sucrés (chocolats, pâtisseries): ils provoquent un plaisir momentané mais induisent ensuite une baisse rapide du sucre dans le sang, responsable de fatigue et baisse de tonus.

Le matin des examens: le petit déjeuner est souvent oublié à cause du trac. Pensez à emporter une boisson et un en-cas (barre de céréales, pain, fruit) pour éviter l'hypoglycémie.

2 Attention aux médicaments

Aucun médicament n'a jamais garanti la réussite: il n'y a pas de potion miracle pour la mémoire et la concentration.

Les effets secondaires possibles peuvent être sérieux: fatigue, somnolence, perte de mémoire, bref, exactement ce qu'on voudrait éviter en période d'examens.

3 Dormez

Le manque de sommeil perturbe le processus d'apprentissage et de mémorisation.

Une petite sieste de 15 à 20 minutes entre 13 et 15 heures peut remplacer des heures de sommeil perdues et régénère le mental.

Stoppez vos révisions environ 30 minutes avant de vous coucher, cela vous permettra de «vider» votre tête.

La veille de vos examens, ne prenez surtout pas un somnifère pour la première fois, vous risquez d'être très «vaseux» au réveil; il vaut mieux la jouer «bio» en essayant un bain chaud, une tisane, quelques minutes de décontraction (lecture, pensées agréables…) avant le coucher.

4 Détendez-vous

Prévoyez du temps pour vous détendre, vous faire plaisir: bien dosés, les loisirs sont l'oxygène de l'esprit.

5 Bougez-vous

Le sport oxygène votre cerveau et est un bon moyen d'évacuer votre stress. Si transpirer ne vous dit rien, ne forcez pas, contentez-vous d'une balade en plein air, d'un tour à vélo, de promener le chien…

Tiré de : « Le petit futé des examens », Unige, mars 2003

Flyer « Journée santé 2011 »

Questionnaire santé

«Accueil Santé» est un service qui a ouvert ses portes le 1er septembre 2010. Deux infirmières vous y accueillent du lundi au vendredi (sauf le mercredi)

La santé conçue comme **« la capacité d'un individu ou d'un groupe à réaliser ses aspirations, à changer ou à s'adapter à son environnement » et** la santé conçue comme **«ressource pour la vie quotidienne, avec un accent porté sur les compétences sociales et personnelles aussi bien que physiques [1]… »**

Afin de répondre au mieux à vos besoins/préoccupations par rapport à votre santé, tel~~le~~ que défini~~e~~ ci-dessus, **votre avis nous intéresse !**

O Collaborateu~~r~~-trice O Étudiant-e O Assistant-e

O Homme O Femme

O bachelor O master O autre

Avez-vous des besoins/ préoccupations par rapport à votre santé ?

_____
_____
_____
_____

Dans quelles mesures pensez-vous qu'**«Accueil Santé»** pourrait vous soutenir dans vos besoins/ préoccupations ?

_____
_____
_____
_____

Avez-vous des besoins/préoccupations par rapport à la qualité de vie sur le campus ?

_____
_____
_____
_____

Comment, selon vous, **«Accueil Santé»** pourrait contribuer à la qualité de vie du Campus ?

_____
_____
_____
_____

En cas de manque de place, n'hésitez pas à compléter vos remarques au verso ! Merci.

Thèmes de la recherche qualitative

Thème 1 : sommeil, substances, santé sexuelle.

Sommeil	**Données attendues**	**Questions/consignes**
Qualité	Récupération	Comment vous sentez-vous après une nuit de sommeil ? Pouvez-vous d'écrire une bonne nuit ? Est-ce que vous vous réveillez facilement ? Rêvez-vous la nuit ?
Rythme	Difficulté à s'endormir	Comment dormez-vous ? Veillez-vous tard ? Pouvez-vous d'écrire une nuit en période d'examen ?
Substances	**Données attendues**	**Questions/consignes**
	Moyens naturels ou artificiels Possibilité d'addiction Stade d'addiction Soutien extérieur	Avez-vous besoin d'aide pour dormir ? Si oui, pouvez-vous décrire comment vous faites ? Décrivez ce qu'une aide extérieure pourrait vous apporter pour vous aider Imaginez une solution de soutien
Santé sexuelle	**Données attendues**	**Questions/ consignes**
Protection	Évaluer la préoccupation moyens de protection	Comment se passe votre vie affective, si vous êtes d'accord d'en parler Rencontrez-vous des difficultés de relation (créer- suivi- rupture)

Information	Ressources employées - Pairs - Centre d'information/orientation - Campagne de pub	Comment cela se passe au niveau physique Aborder problématique éventuelle .- de règles douloureuses .- hygiène .- prévention grossesse Avez-vous quelque chose à rajouter sur ces thèmes ? Quelles pistes ou mesures imaginez-vous pour améliorer la santé des étudiants à l'Uni ?

Thème 2 : Alimentation-mouvement, substance, santé mentale

Alimentation	**Données attendues**	**Questions/ consignes**
Qualité	Accessibilité, cherté des produits Influence du stress sur l'alimentation	Pour vous, qu'est-ce une alimentation équilibrée ? Est-ce difficile pour vous de manger équilibré ? Si oui pour quelles raisons ? Est-ce vous mangez différemment lors des sessions d'examens ? Si oui, qu'est-ce qui change ?
Mouvement	**Données attendues**	**Questions/ consignes**
	Gestion du stress, du temps Pratique ou non d'activité Santé physique (poids) Santé mentale	Faites-vous régulièrement du sport ? Si oui, que vous apporte cette pratique ? Si non, pouvez-vous nous en indiquer les raisons ? En période de préparation d'examens, continuez-vous à faire du sport ? Si oui, que vous amène cette pratique ? Si non, quelles sont les raisons qui vous amènent à suspendre votre pratique pendant cette période ?
Substances	**Données attendues**	**Questions/consignes**
	Consommation festive ? Possibilités d'addiction Soutien extérieur	Pouvez-vous nous décrire une soirée/fête réussie ? Que consommez-vous lors de ces évènements ? Si oui, pourquoi et combien ? Si rien, pourquoi ? Consommez-vous à d'autres moments et à quelle fréquence ? Si vous êtes d'accord d'en parler, pouvez-vous nous donner les raisons de votre consommation ?

Santé mentale	**Données attendues**	**Questions/consignes**
Protection	Évaluer facteur de protection estime de soi, relation aux autres etc.	Est-ce que votre consommation ou non-consommation vous pose problème ? Est-ce qu'elle influence vos relations aux autres ? Est-ce que votre consommation ou non-consommation a un lien avec votre humeur ? Comment qualifiez-vous votre vie actuellement ?