

PARAPLÉGIE

DÉCRYPTAGE

L'esprit « Nottwil »



6 Un employeur pas
comme les autres

20 Frank Clasemann mène
une vie autodéterminée

26 Heidi Hanselmann : entretien
avec la nouvelle présidente



Pommier
3 septembre 1994
Branche morte

Par un legs ou un héritage, vous léguerez
un meilleur avenir aux paralysés médullaires.

Téléphone 041 939 62 62, www.paraplegie.ch/legs



Fondation
suisse pour
paraplégiques



Chère bienfaitrice, cher bienfaiteur,

En novembre, j'ai eu l'honneur de pouvoir fêter mes 20 ans d'engagement à la Fondation suisse pour paraplégiques et je me suis rendu compte à quel point les choses ont changé durant toutes ces années. Le Groupe a énormément grandi et emploie aujourd'hui presque 2000 personnes. Nos activités se concentrent à Nottwil, c'est pourquoi la Fondation a quitté Bâle pour s'installer ici. De plus, un centre de recherche, un espace visiteurs et l'extension de la clinique ont fait leur apparition sur le campus. En parallèle aux rapides développements technologiques, les connaissances dans les différentes disciplines nécessaires au traitement de personnes avec une paralysie médullaire ont connu d'importants progrès – une dynamique passionnante.

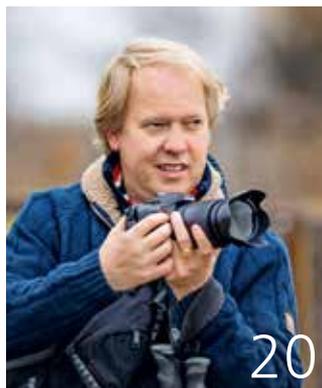
Toutefois, au cours de ces vingt années, tout n'a pas changé. En effet, les choses les plus fondamentales ont résisté au temps : en premier lieu, notre vision, formulée par Guido A. Zäch, qui est de permettre aux personnes ayant une paralysie médullaire de mener une vie en bonne santé aussi autodéterminée que possible. L'esprit « Nottwil », qui nous tient à cœur et auquel nous consacrons ce numéro de « Paraplégie », compte toujours parmi les valeurs essentielles aujourd'hui. Cet état d'esprit existe vraiment et porte notre travail : un objectif commun, une bienveillance mutuelle, des choses qui ont du sens sans oublier la fierté de faire partie de cette aventure unique racontée par le Groupe suisse pour paraplégiques depuis de nombreuses années.

À l'époque, je suis venu à Nottwil, car cette institution me fascinait : il s'agit d'une organisation où les patient-es se trouvent au centre et au sein de laquelle un sentiment d'appartenance se fait sentir, malgré le rayonnement international. Aujourd'hui, j'en suis toujours aussi fasciné. Certains des changements intervenus depuis mon arrivée sont dus à la taille et au besoin de structures d'entreprise modernes. Rétrospectivement, on remarque toujours que l'esprit « Nottwil » reste très présent et ce aussi grâce à votre soutien et à votre fidélité.

Un grand merci,

D' iur. Joseph Hofstetter

Directeur de la Fondation suisse pour paraplégiques



Décryptage : L'esprit « Nottwil »

-
- 6 **TRAVAILLER DANS UN ENDROIT UNIQUE EN SON GENRE** Objectif commun et valeurs partagées rassemblent les employé-es du Groupe suisse pour paraplégiques. Nous avons mené l'enquête.
 - 12 **MÊMES THÉRAPEUTES, NOUVEAU PROFIL PROFESSIONNEL** Au Centre suisse des paraplégiques, la physiothérapie et l'ergothérapie tentent un rapprochement.
 - 14 **« NOUS SOMMES UNIQUES, CAR NOUS PROPOSONS AUTANT »** Le Groupe investit dans de bonnes conditions de travail, mais le manque de personnel reste un grand défi.
 - 16 **LA PERFORMANCE EN FAUTEUIL ROULANT** Aucune différence de traitement entre personnes paraplégiques et valides.
 - 18 **SE PARLER DROIT DANS LES YEUX** Le service Conseils de pairs : petite équipe, grande importance.
 - 19 **REJOIGNEZ-NOUS !** Le Centre suisse des paraplégiques recrute grâce à une approche innovante.
-
- 20 **PORTRAIT** Frank Clasemann mène une vie autodéterminée malgré sa tétraplégie et n'est plus en colère contre la douleur.
 - 25 **INVITATION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ADB**
 - 26 **« JE NE PEUX RIEN FAIRE DEPUIS UNE TOUR D'IVOIRE »** Heidi Hanselmann, la nouvelle présidente de la Fondation suisse pour paraplégiques depuis juin.
 - 29 **LA DÉCISION INJUSTE** ou quand la pandémie force les médecins à choisir
 - 30 **MÉDECINE DE HAUT VOL POUR TOUTES ET TOUS (3^e partie)** La neuro-urologie constitue un domaine important de la médecine ambulatoire.
 - 32 **AUJOURD'HUI, J'AI ÉTÉ UTILE...** Grâce à Dagobert Kaufmann, tout le monde est bien dans ses baskets.
-
- 4 **CAMPUS DE NOTTWIL**
 - 33 **FEEDBACK**
 - 34 **À VENIR**

2,6 millions

de francs ont été récoltés en ligne par les dons et les affiliations durant l'année 2020, c'est-à-dire 12,5 % de plus que l'année précédente.

Merci infiniment.

« J'ai réalisé que je faisais partie de quelque chose de très grand. »

Daniel Rickenbacher, nouvel employé chez Active Communication, a récemment eu sa journée d'introduction à Nottwil. « Pour moi, c'était spécial de ne pas être là comme client mais comme employé du CSP », écrit-il dans son blog. Daniel vit et travaille avec un handicap physique en raison duquel il est dépendant de différents moyens auxiliaires.

 [paraplegie.ch/
le-blog-de-daniel](https://paraplegie.ch/le-blog-de-daniel)

Deux nouveaux membres au Conseil de fondation



Markus Béchir et Adrian Ritz font désormais partie du Conseil de fondation de la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP). Ils remplacent les membres de longue date Jacqueline Blanc et Kuno Schedler. « Ce choix nous permet de couvrir les champs de compétence médecine et recherche, mais aussi de conquérir deux personnes qui s'engagent avec enthousiasme pour les intérêts des personnes blessées médullaires », déclare Heidi Hanselmann, présidente de la Fondation.

Le Prof. Dr méd. Markus Béchir est médecin-chef de la médecine interne à la clinique Hirslanden Aarau, enseigne à l'Université de Zurich et préside le conseil d'administration du Centre suisse des paraplégiques.



Le Prof. Dr rer. oec. Adrian Ritz est professeur en management public à l'Université de Berne et dirige le centre de compétence pour le management public. Il est également président du conseil d'administration de la Recherche suisse pour paraplégiques.



Heinz Frei élu « Meilleur athlète paralympique des 70 dernières années »

Heinz Frei est l'un des plus grands athlètes d'élite de Suisse. Le pionnier du sport en fauteuil roulant a gagné 15 médailles d'or aux Jeux paralympiques, 14 titres de champions du monde et 112 marathons. C'est pour ce palmarès que le Soleurois de 62 ans s'est vu décerner le titre de « Meilleur athlète paralympique des 70 dernières années » lors des Sports Awards 2020.

L'actualité de la recherche

Deux tiers des personnes avec une paralysie médullaire souffrent de douleurs chroniques. Une étude de la Recherche suisse pour paraplégiques démontre que les ressources psychosociales jouent un rôle important dans l'attitude face à la gestion de la douleur. Des facteurs tels que des relations de soutien, l'optimisme, une bonne image de soi ou des compétences sociales influencent la gestion de la douleur de manière positive. Plus ces ressources sont mises à contribution au quotidien, plus les personnes touchées sont à même de gérer leur douleur avec la même intensité. Pour les auteurs de cette étude, le renforcement des ressources psychosociales représente un objectif prometteur pour de futures interventions dans le traitement contre la douleur.

 swisci.ch/fr

Le courrier qui réchauffe les cœurs

Que ce soit en provenance du Mexique, de Hong Kong ou simplement du village d'à côté, les patient-es du Centre suisse des paraplégiques ont reçu plus de 3000 cartes, lettres, dessins et vidéos magnifiques et touchants en provenance de tous les horizons en signe de solidarité en ces temps de pandémie où les visites sont presque toutes annulées. Au nom de toutes les personnes touchées, nous vous remercions de tout cœur d'avoir participé. Vous avez envoyé beaucoup de courage et de joie à Nottwil.

 paraplegie.ch/xmas2020



100 000 membres permanents

font désormais partie de la Fondation suisse pour paraplégiques. Nous vous dévoilerons dans le prochain numéro qui est la personne à avoir souscrit en dernier.



Patrick Moulin, coauteur

L'histoire des vis dans le dos

La Fondation suisse pour paraplégiques présente comme éditrice un livre d'histoire de la médecine sur les blessures de la colonne vertébrale et leur traitement chirurgical. Les deux auteurs sont Patrick Moulin, célèbre chirurgien de la colonne vertébrale qui a travaillé à Nottwil jusqu'à sa retraite, et Henry Nigst, ancien médecin-chef au Centre pour paraplégiques à Bâle. Le livre traite des traumatismes dus à des accidents ou à la violence depuis la blessure à la lance à l'âge de bronze jusqu'à l'opération à la moelle épinière après un accident de ski.



P. Moulin, H. Nigst, Schweizer Paraplegiker-Stiftung (éd.): *Verletzungen der Wirbelsäule – Geschichte der Wirbelchirurgie* (Blessures de la colonne vertébrale. Histoire de la chirurgie spinale [non traduit]), Nottwil, 2020, 382 pages.

 paraplegie.ch/moulin
(en allemand)



Concert surprise dans le jardin thérapeutique

Personne n'a vendu la mèche, la surprise était totale : en décembre, Coca-Cola Suisse a offert aux patient-es de Nottwil un « corona-concert » spontané et émouvant de Nickless et Reyn Turner. Les artistes se sont reproduits dans le jardin thérapeutique. De plus, Coca-Cola a fait un don de 5000 francs à la Fondation suisse pour paraplégiques. Merci beaucoup pour ce don pas comme les autres durant cette période de Noël particulière.

 Voir la vidéo



Courir pour celles et ceux qui ne le peuvent pas

Cette année, la course Wings for Life World Run aura lieu le **9 mai**. La Fondation suisse pour paraplégiques est la partenaire nationale de la course à pied internationale. Cette année, la course respecte les mesures sanitaires : grâce à l'appli Run, les participant-es font la course seul-es et n'importe où. L'intégralité des frais d'inscription est versée à la recherche sur la moelle épinière de la Fondation « Wings for Life ».

 wingsforlifeworldrun.com

PRATIQUE

Les yeux pour faire bouger les choses

Au printemps 2014, plusieurs signes ont indiqué à Manuel que quelque chose clochait. Il consulte à l'Hôpital de l'île à Berne où le diagnostic est posé : sclérose latérale amyotrophique (SLA), une maladie dégénérative incurable du système nerveux central. Quelques mois plus tard, Manuel se retrouve en fauteuil roulant. Le Biennois de 49 ans ne peut bouger qu'un petit peu son pouce droit, juste de quoi piloter son fauteuil roulant électrique. Il regarde la mort en face, mais reste optimiste. Il se réjouit tout particulièrement de faire une belle fête le 26 juin pour ses 50 ans.

Manuel Arn est membre du comité directeur de l'Association SLA Suisse. Un « Tobii » avec commande oculaire pour manipuler son ordinateur est indispensable. Le joystick et le smartphone sont liés à un système de contrôle de l'environnement qui permet de gérer son appartement. Active Communication, une filiale de la FSP, l'aide pour le support technique : « Active est indispensable pour moi et toutes les personnes pour qui la communication est importante. »

En tant que patient SLA, Manuel Arn nous raconte son histoire pour montrer que malgré une mobilité fortement réduite, une vie pleine de moments de bonheur est possible : « L'être humain n'est pas uniquement constitué d'un corps. Il possède également un esprit et une âme. Ainsi, je peux influencer mes perspectives à mon avantage. »

Lire toute l'histoire de Manuel Arn :

 paraplegie.ch/arn

Travailler dans un endroit unique en son genre

Un sentiment d'appartenance lie les employé-es du Groupe suisse pour paraplégiques et des valeurs communes marquent leur travail au quotidien. Nous avons mené notre petite enquête pour découvrir à quoi tient cet esprit « Nottwil ».

C'était une idée spontanée. Le « challenge Jerusalem » venait de prendre d'assaut les réseaux sociaux quand certain-es employé-es du Groupe suisse pour paraplégiques (GSP) ont eu envie de se déhancher. En tant que première entreprise à le faire en Suisse, le GSP a réalisé une vidéo sur la chanson du DJ sud-africain Master KG pour envoyer de la joie et une vague de solidarité, histoire de se changer les idées pendant cette pandémie dont la première vague venait d'être surmontée.

Par le biais de cette vidéo, les employé-es voulaient remercier la population car en raison de la pandémie, la fête en l'honneur des 30 ans d'existence du Centre suisse des paraplégiques (CSP) avait dû être annulée. « Si les gens ne peuvent pas venir à nous, nous allons vers eux en dansant », explique Manuela Marra, membre du Comité d'organisation. L'équipe initiatrice a motivé de plus en plus d'employé-es à participer. En quelques jours, tout était prêt pour la vidéo qui a été mise en ligne en septembre 2020. Depuis, quelque deux millions de personnes l'ont regardée.

Un soutien mutuel

« Tout s'est déroulé à la perfection », souligne Katrin Oberlin. La responsable Administration de Sirmed s'est chargée de la chorégraphie. Elle conclut que « si tout le monde a le même objectif, beaucoup de choses sont possibles en peu de temps ». C'est exactement ce qu'elle vit dans son travail : le soutien mutuel au-delà des différents départements et filiales est une caractéristique de l'esprit « Nottwil ».

N'importe qui le dira : les employé-es du Groupe suisse pour paraplégiques partagent une même vision, savent pourquoi elles et ils s'en-

gagent et voient le sens dans l'accomplissement de leur travail. Ce n'est qu'avec une collaboration étroite entre un grand nombre de professions différentes que l'on peut atteindre la meilleure intégration possible des personnes avec une paralysie médullaire. Il s'agit là de la base pour entretenir de bonnes relations.

Une vision commune

À Nottwil, on croise surtout des personnes pour qui le résultat est ce qui compte le plus et qui ont le cran de sortir des sentiers battus. Andrea Violka de ParaHelp en est une. Pour elle, l'esprit « Nottwil » signifie qu'en tant qu'infirmière, elle a eu la possibilité de mettre en œuvre l'idée de la ParaColoc. Pendant deux ans, Andrea Violka a mis en place un projet de colocation pour jeunes paraplégiques médullaires qui se trouvent dans la phase difficile d'entrée dans la vie professionnelle et de séparation d'avec les parents. « C'est l'état d'esprit présent ici qui a porté mon projet. Au sein de tout le Groupe, j'ai reçu des coups de main. »

Dans son travail avec des jeunes adultes, l'infirmière diplômée ES s'est de plus en plus rendu compte du besoin d'une forme de logement facilitant la transition vers l'indépendance. Ses supérieures lui ont fait confiance et, en tant que responsable de projet, elle s'est engagée avec une telle passion que pas une mais deux ParaColocs ont vu le jour en 2020 à Schenkon (LU).

Personne ne lui a refusé son aide ou s'est embarrassé de la bureaucratie lorsque Andrea Violka avait besoin de quelque chose pour son projet. Pour cette femme de 40 ans, cela constitue également une caractéristique du travail à Nottwil : au centre ne se trouve pas l'ego de chacun-e, mais le résultat visible. Aujourd'hui, onze jeunes occupent trois appartements.

Challenge Jerusalem

 [paraplegie.ch/
jerusalem](https://paraplegie.ch/jerusalem)

 Voir la
vidéo





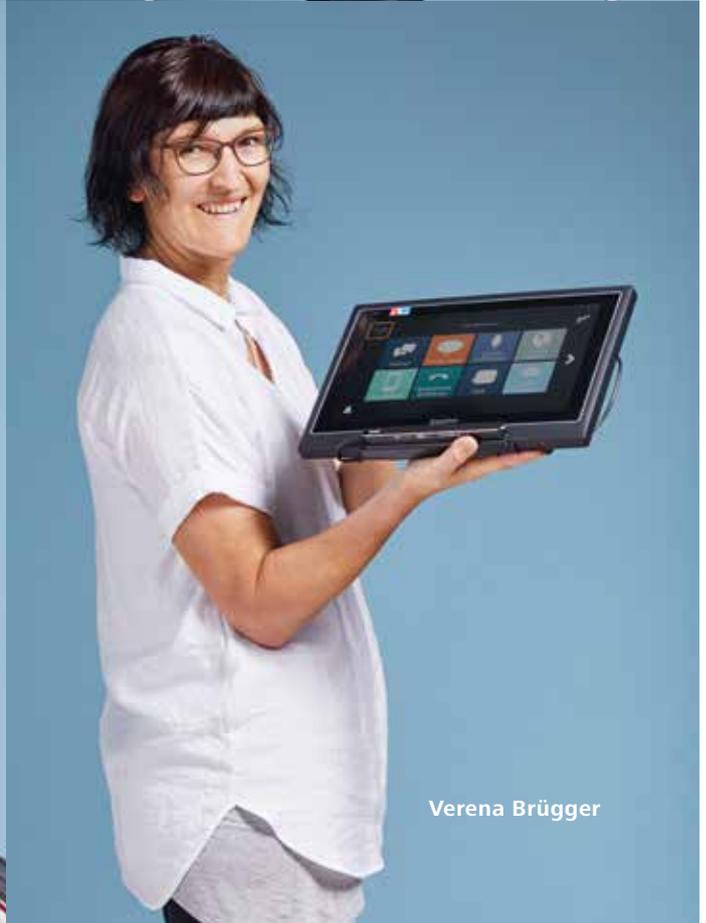
Philippp Gerrits



Christine Reuse Peter



Andrea Violka



Verena Brügger



« Seules peu d'entreprises offrent de telles possibilités. »

Andrea Violka, responsable ParaColoc chez ParaHelp



paraplegie.ch/
paracoloc

De nombreuses possibilités de développement

La collaboration interprofessionnelle constitue un facteur essentiel pour une bonne atmosphère de travail. Les axes principaux du traitement ainsi que les objectifs d'intégration à long terme sont régulièrement définis par les différentes disciplines, les personnes touchées et leurs proches. Au premier plan se trouvent des hiérarchies horizontales et la compétence des équipes. « Les employé-es pensent davantage en réseau et assument plus de responsabilités que dans d'autres cliniques », affirme Diana Sigrist-Nix, responsable Rééducation au CSP. La motivation de contribuer et de se développer personnellement s'en trouverait ainsi augmentée ; la direction laisserait délibérément cette liberté. Diana Sigrist-Nix connaît ces possibilités de développement : elle a commencé à travailler à Nottwil comme jeune ergothérapeute et, aujourd'hui, elle se retrouve à diriger des centaines d'employé-es et a intégré la direction.

La vision globale comprend tous les domaines. « La mise en réseau interprofessionnelle dans toute l'entreprise constitue notre force », déclare Christine Reuse Peter, responsable de la réinsertion professionnelle chez ParaWork et supérieure de vingt employé-es. Leur travail a un tel succès que les demandes de personnes à mobilité limitée augmentent dans toute la Suisse. L'assurance-invalidité (AI) constitue ici un partenaire important.

Pour Christine Reuse Peter et ses quatre équipes, il ne s'agit pas de vite trouver des postes de travail pour les personnes touchées, ce qui est rarement durable, mais plutôt d'accompagner les « client-es » de ParaWork vers une insertion professionnelle adaptée à leurs besoins et à leur handicap. Cela va du développement de la résis-

tance jusqu'au coaching sur place en passant par des évaluations et des formations. La collaboration à Nottwil est essentielle, notamment pour les aspects médicaux, la physiothérapie et l'ergothérapie, la psychologie ou encore le traitement des douleurs. De plus, que les personnes touchées disposent de suffisamment de temps représente un autre critère de réussite. « ParaWork est unique en Suisse, se réjouit la responsable de 50 ans, et nous avons encore beaucoup d'idées... »

Formations initiales et continues gratuites

En 2008, Christine Reuse Peter a été engagée en tant qu'enseignante de langues à la ParaSchool, l'école des patient-es. Au fil du temps, elle a assumé de plus en plus de tâches à responsabilité et a contribué au développement du service ParaWork qu'elle dirige maintenant depuis quatre ans. Tout comme Andrea Violka pour son projet de ParaColoc, Christine Reuse Peter a bénéficié de formations continues internes pour ses nouvelles responsabilités. L'offre de formation gratuite pour les employé-es qui comprend de nombreuses formations internes et externes ainsi que des programmes de développement des talents constitue un autre élément spécifique de Nottwil.

« Dans le développement professionnel, nous investissons à tous les niveaux », déclare Myriam Landtwing, responsable Développement du personnel du Groupe suisse pour paraplégiques. Deux objectifs généraux lui tiennent particulièrement à cœur : tout d'abord, la formation de la relève pour disposer d'employé-es adéquates à tous les niveaux et, ensuite, leur préparation à de futurs développements. En effet, elles et ils doivent être en mesure de relever les défis posés par les nouvelles technologies qui transforment complè-

1949

employé-es

travaillent pour le Groupe suisse pour paraplégiques.

80

professions

sont présentes au sein du Groupe.



« Beaucoup d'employé-es à Nottwil s'engagent cœurs et âmes en faveur des personnes blessées médullaires. »

Beat Bösch, athlète en fauteuil roulant et employé du service Conseils vie à l'ASP



spv.ch/fr/que_faisons-nous/conseils_vie/



« La mise en réseau interprofessionnelle dans toute l'entreprise constitue notre force. »

Christine Reuse Peter, responsable ParaWork



paraplegie.ch/
parawork



« Nous tirons tous à la même corde pour offrir le maximum aux personnes touchées. »

Philipp Gerrits, responsable Fabrications chez Orthotec



orthotec.ch

tement les profils professionnels ainsi que ceux posés par les exigences personnelles qui apparaissent avec la numérisation dans le « monde du travail 4.0 ».

Selon Myriam Landtwing, on aborde aujourd'hui le manque de personnel dans les soins avec de nouveaux modèles de travail. « Nous devons trouver des solutions individuelles afin de rester attractifs », souligne-t-elle. Les nouvelles technologies facilitant le travail physique lourd en font partie.

Une prise en charge optimale

Philipp Gerrits a déjà vécu de nombreux changements à Nottwil. L'actuel responsable Fabrications chez Orthotec avait fait un stage en 1999 et commencé ensuite sa formation d'orthopédiste. Depuis, le domaine des moyens auxiliaires pour les personnes ayant des restrictions physiques a connu toujours plus de nouvelles spécialisations afin de garantir la prise en charge personnalisée de chaque client-e. Grâce à la mise en réseau interprofessionnelle du Groupe, les professionnel-les parviennent à trouver ensemble le moyen auxiliaire idéal.

Philipp Gerrits se dit content de travailler à cet endroit spécial qui repose sur la vision de base du fondateur du CSP, Guido A. Zäch. « Tous les jours, des centaines de personnes avec le même objectif se rendent ici. Même si elles tentent de l'atteindre de manière différente, elles tirent toutes à la même corde et se soutiennent mutuellement – c'est ça l'essentiel. »

Philipp Gerrits souligne que la question des coûts qui ne sont pas pris en charge par les assurances suscite parfois des conflits internes, même

si les professionnel-les considèrent le besoin en question comme essentiel. « C'est difficile lorsque les solutions idéales ne peuvent être mises en œuvre à cause de l'aspect financier, car dans notre domaine, le luxe n'existe pas », déplore-t-il. La pression économique pousse les employés à se développer dans le but, par exemple, d'obtenir un bon résultat en peu de temps. En cas de besoin, elles et ils n'hésitent pas à se mettre à la recherche de soutien financier.

Se battre pour les personnes touchées

Le contact étroit avec les offices AI constitue l'une des tâches principales de Verena Brügger. La gestionnaire des cas chez Active Communication (AC) se considère comme le point central lorsque le processus de fourniture de moyens auxiliaires normal s'enlise. Ainsi, elle s'occupe des prises en charge des frais et des bonifications en temps chez cette filiale du Groupe, est l'interlocutrice en cas de difficulté avec le service extérieur et conseille les client-es après une décision de rejet des répondants des coûts. Quelles sont les possibilités ? Comment doit-on procéder ?

Verena Brügger compatit lorsque l'assurance fait part à un client qu'il n'a pas droit à un moyen auxiliaire lui permettant d'ouvrir la porte de son appartement sans aide : « Pour nous, cela coule de source. » Alors, elle se bat pour les personnes touchées. Ce travail est à la fois passionnant et exigeant, et la professionnelle de 42 ans se réjouit lorsqu'elle obtient un résultat positif.

Avant que cette mère de jumeaux de 4 ans ne soit partie en congé maternité, elle occupait un poste de cadre chez AC. Aujourd'hui, elle travaille à 60 %. « Avec deux enfants, une fonction

13

formations différentes sont proposées au GSP.

70

séminaires

et deux formations CAS sont organisés chaque année par le GSP.



« On sait tous ce qu'on fait ici et pourquoi on le fait. Tout le monde vise les mêmes objectifs. »

Verena Brügger, gestionnaire des cas chez Active Communication



activecommunication.ch

de coordination sans compétence décisionnelle est plus abordable qu'une fonction dirigeante classique, souligne-t-elle, c'est agréable lorsqu'un employeur rend possible des modèles de travail à temps partiel personnalisés. L'esprit « Nottwil » se manifeste donc aussi chez Active Communication : « On sent la joie qui règne au travail. Les employé-es viennent travailler tous les jours en sachant ce qui peut être fait et la raison pour laquelle c'est fait. Tout le monde vise les mêmes objectifs. »

Aide à l'entraide

Beat Bösch est engagé depuis dix ans dans l'Association suisse des paraplégiques (ASP). Ce célèbre sportif en fauteuil roulant travaille au service extérieur du département Conseils vie. « Pour moi, il ne s'agit pas d'un travail auquel je ne pense plus une fois la journée terminée. Au contraire, le fauteuil roulant m'accompagne 24 h sur 24 », précise l'athlète de 49 ans. Beat Bösch est devenu tétraplégique suite à un accident de mini-trampoline en 1996.

Son travail a du sens : « C'est agréable lorsqu'on peut aider les gens qui ont un problème. Cela me motive tous les jours. » Le service Conseils vie de l'ASP apporte de l'aide à l'entraide pour tous les domaines. Lorsqu'un accompagnement plus important est nécessaire, Beat Bösch fait le lien entre les différent-es professionnel-les. Lui aussi souligne le sentiment d'appartenance au sein du Groupe et le fait que beaucoup de personnes s'engagent cœurs et âmes en faveur des blessé-es médullaires.

L'athlète de haut niveau profite aussi personnellement du fait que son employeur a une grande

compréhension pour ses absences et congés en raison de ses entraînements intensifs en vue de compétitions telles que les Jeux paralympiques de Tokyo à la fin de l'été 2021. « J'en suis énormément reconnaissant », affirme le médaillé de multiples compétitions internationales.

Après notre petit tour sur le campus et les rencontres avec toutes ces personnes différentes qui œuvrent pour un même objectif, on comprend non seulement mieux cet esprit « Nottwil », mais également ce que Myriam Landtwing voulait dire en déclarant que « bien que nous ayons des profils définis pour chaque poste, nous n'engageons pas des profils, mais des personnalités ».

(kste / ch. schürpf) ■

« Meilleur employeur 2021 du secteur santé et social »



Le Groupe suisse pour paraplégiques fait partie des meilleurs employeurs 2021 selon les classements publiés par *Le Temps*, la *Handelszeitung* et l'entreprise d'études de marché Statista. Le Groupe obtient l'or dans le secteur santé et social et la troisième place dans le classement général.

1500 entreprises suisses employant au minimum 200 personnes ont été examinées. Le classement se fonde sur un sondage effectué auprès de plus de 7000 employé-es et des appréciations générées sur les sites internet des entreprises de médias participantes. En tout, plus de 200 000 évaluations ont été prises en compte. La phase de collecte du sondage a eu lieu entre mai et juin 2020.



paraplegie.ch/employeur2021

Mêmes thérapeutes, nouveau profil professionnel

La physiothérapie et l'ergothérapie se sont rapprochées : au Centre suisse des paraplégiques, les expert-es des deux professions ne travaillent plus uniquement dans leur domaine. Il existe désormais un « chevauchement » des métiers.

Jusqu'en 2015, les rôles étaient clairement définis : d'un côté se trouvaient les physiothérapeutes travaillant avec les patient-es sur le plan fonctionnel, c'est-à-dire sur la force, la mobilité et l'atténuation des douleurs, et de l'autre, les ergothérapeutes qui se concentrent sur les activités quotidiennes telles que les techniques pour manger, s'habiller et l'équipement en moyens auxiliaires.

Au Centre suisse des paraplégiques (CSP), il existait également une distinction spatiale. Vu que les deux professions travaillaient sur des étages différents, on devait clairement planifier les concertations. Tout cela, c'était avant que Diana Sigrüst-Nix, responsable Rééducation et membre de la direction du CSP, n'entame un processus de changement de concert avec les cadres : dorénavant, la physiothérapie et l'ergothérapie devaient se rapprocher et converger. Rétrospectivement, Pirmin Oberson, coresponsable Gestion thérapies, reconnaît que c'est un immense projet de changement qui a été mis en œuvre de manière exemplaire.

Tout doit passer par le dialogue

Il a fallu une bonne préparation avant le lancement du projet à l'automne 2017, car on savait qu'on allait devoir faire face à de nombreux obstacles. Un dialogue intensif avec le personnel était de rigueur, non seulement sur les idées reçues des « physios » et des « ergos », mais également sur les craintes concernant la réorganisation. On a aussi dû expliquer dans quelle mesure cette idée révolutionnaire signifiait un grand pas en avant : les patient-es pourraient ainsi être traités plus efficacement, car tout serait plus direct et permettrait une plus grande flexibilité dans la répartition du personnel.

Pour Pirmin Oberson, cette nouvelle organisation ne peut qu'améliorer la collaboration.

Les professionnel-les d'une discipline se voient désormais confier certaines tâches qui, traditionnellement, ne leur incombent pas, telles que le mouvement postopératoire de l'épaule. « Avant, c'était principalement du ressort de la physiothérapie. Désormais, il se peut qu'un-e ergothérapeute prenne en charge cette partie du travail. » La décharge et le soutien mutuel ainsi qu'un plus grand recoupement des disciplines constituent certains des objectifs de ce projet. Cela fonctionne bien, car les formations de base pour les deux professions partagent de plus en plus de contenu.

Une mise en commun couronnée de succès

La fusion de la physiothérapie et de l'ergothérapie a modifié toute l'organisation. Les quelque 120 thérapeutes forment de petites équipes d'en moyenne douze personnes et dirigées par un binôme formé en règle générale d'un-e spécialiste de chacune des deux disciplines.

« La nouvelle structure d'équipe est désormais devenue normale », affirme Pirmin Oberson. La mise en commun n'est plus remise en question et un sondage récent démontre que 99 % des employé-es ne souhaiteraient pas de retour en arrière. Bien que les changements n'affectent pas fondamentalement les dénominations des deux professions, on tend vers un nouveau profil professionnel : thérapeute de rééducation.

Ferdy Wijckmans, l'homme aux deux casquettes

Depuis janvier 2019, Ferdy Wijckmans travaille au CSP. Ce spécialiste est aussi bien physiothérapeute qu'ergothérapeute. En effet, le Hollandais a fait une formation d'ergothérapeute en Belgique avant de suivre des études de physiothérapie.

Pour lui, la nouvelle organisation de la gestion des thérapies constitue un progrès signifi-

120

« physios » et « ergos »
travaillent au CSP.

Physiothérapie au bassin
thérapeutique

Thérapie avec le robot Lokomat

catif pour le CSP: « Le modèle est très précieux, car ce sont en premier lieu les patient-es qui en profitent, déclare-t-il, tout le monde ne peut pas être expert en physiothérapie et en ergothérapie, mais nous pouvons toutes et tous apprendre des choses de spécialistes d'autres domaines et appliquer ce savoir le cas échéant. » Même lui, alors qu'il a appris les deux métiers, a besoin du soutien de ses collègues. « La rééducation de personnes avec une paralysie médullaire est une tâche très exigeante. Je suis régulièrement confronté à des situations nouvelles. C'est un avantage d'être entouré de gens expérimentés et de travailler au sein d'une équipe avec une bonne ambiance. D'ailleurs, je ne ressens aucun esprit de clocher : les frontières ont pratiquement disparu. »

Pour Ferdý, il est normal de passer rapidement d'un domaine à l'autre et de préserver en cothérapie l'échange actif avec d'autres « physios et ergos ». « Vois-tu une autre possibilité ? Quelle est la meilleure solution ? »

Thérapeute, infatigable motivateur

Il arrive que Ferdý débute sa journée de travail avec une ergothérapie dans l'appartement tremplin où il montre à un patient une technique pour se lever du fauteuil roulant pour attraper un verre dans le placard ou encore comment il peut se transférer au mieux sur sa chaise de bureau. Une heure plus tard, le Ferdý physiothérapeute se retrouve dans le bassin thérapeutique et accompagne un homme avec une tétraplégie incomplète. Ensuite, il assure une thérapie de la marche intensive avec le robot Lokomat. Le thérapeute encourage et motive aussi : « Encore un peu plus vite... très bien... super ! »

Comme tous les membres de l'équipe, Ferdý Wijckmans est aussi parfois demandé sur le plan psychologique. Durant six à neuf mois, il accompagne des personnes pour leur rééducation. « Il est important de les écouter, déclare-t-il, un lien se crée inévitablement lorsqu'on se voit quasiment tous les jours et qu'on travaille aussi longtemps ensemble. » Souvent, on lui demande ce qu'il peut encore changer en tant que thérapeute pour les personnes paralysées médullaires. « De nombreuses choses, explique-t-il, mon devoir est de permettre aux patient-es de retrouver le maximum d'autonomie. Chaque petit progrès est un succès. »

(pmb/ph. schmidli) ■



« D'ailleurs, je ne ressens aucun esprit de clocher : les frontières ont pratiquement disparu. »

Ferdý Wijckmans, thérapeute de rééducation



« Nous sommes uniques, car nous proposons autant »

Le Groupe suisse pour paraplégiques investit beaucoup pour offrir à ses employé-es de bonnes conditions de travail. De plus, le Groupe vient d'être désigné meilleur employeur 2021 dans le secteur de la santé. Toutefois, le responsable RH Marcel Unterasinger souligne que le manque de personnel constitue l'un des plus grands défis aussi à Nottwil.

Marcel Unterasinger, en automne dernier, des employé-es de Nottwil ont fait une vidéo de danse dans le cadre du « challenge Jerusalema » qui a fait le tour du monde. Qu'en avez-vous pensé ?

J'ai été tout d'abord surpris par la participation nombreuse et, ensuite, enchanté. Tout le monde était très enthousiaste et content de participer à cette action. Je n'aurais jamais pensé que ça se mettrait en place aussi vite et que ça mobiliserait autant de gens. Je pense que de telles dynamiques se créent car les employé-es s'identifient à leur travail au sein du Groupe suisse pour paraplégiques. On ressent une grande fierté d'appartenir à une entreprise interprofessionnelle aussi unique et on s'engage en conséquence.

Qu'entendez-vous par là ?

Le but de notre Fondation est d'accompagner les blessé-es médullaires tout au long de leur vie. Une étroite collaboration entre différentes professions est essentielle pour que les personnes touchées puissent bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Ce travail commun marque également les spécialistes.

À Nottwil, on l'appelle « hôpital aimant », la clinique qui attire les gens.

Tout précurseur doit toujours pouvoir se réinventer. Non seulement le Centre suisse des paraplégiques (CSP), mais aussi toutes les filiales de la Fondation y contribuent. Tous les acteurs intègrent de nouveaux traitements et thérapies, évaluent de nouvelles technologies et adaptent les processus. Ces

exigences en faveur des patient-es nous rendent attractifs en tant qu'employeur ouvert aux innovations.

Comment convainquez-vous les personnes extérieures de ces avantages ?

Grâce aux résultats de ce travail passionnant et exigeant : la qualité de nos prestations de services. Les meilleurs ambassadeurs sont des employé-es ressentant de la fierté pour ce qui est accompli. L'enjeu est surtout de ne pas perdre de vue l'essentiel parmi cette large offre de prestations. Le message « Nous sommes uniques, car nous proposons autant » n'est pas facile à faire passer lors de la recherche d'employé-es. Le GSP n'est pas un acteur de niche. Il propose une grande variété de prestations et se positionne comme précurseur dans de nombreux domaines.

Que représente pour vous la distinction « meilleur employeur 2021 » dans le secteur de la santé ?

C'est une belle confirmation pour tous les efforts fournis en faveur de nos employé-es. Cette distinction indique clairement qu'ils sont perçus de l'extérieur. Ainsi, avec le label de qualité « Friendly Work Space » que nous avons de nouveau obtenu en 2020, nous avons une double confirmation. D'un côté, les professionnel-les ont examiné notre travail et nous ont fait des éloges et, de l'autre, les employé-es et le grand public nous classent parmi les meilleurs employeurs. Que demander de plus ?

Un objectif ambitieux de l'extension de la clinique était de créer de nouvelles unités de soins. Avez-vous

réussi à occuper tous les postes vacants ?

Oui, dans la grande majorité, même si cela a pris plus de temps que prévu. Grâce à notre réputation et nos bonnes conditions de travail, nous avons pu augmenter nos effectifs. Toutefois, le manque de main d'œuvre se fait de plus en plus sentir. Il y a peu de main d'œuvre disponible sur le marché et le recrutement prend de plus en plus de temps.

Comment gérez-vous cette situation ?

Nous tentons de trouver de nouvelles voies et testons aussi de nouveaux modèles professionnels. Ces dernières années, nous avons introduit le modèle d'« infirmière et infirmier clinicien-ne spécialisé-e » et avons fusionné la physiothérapie et l'ergothérapie. L'environnement de notre rééducation constitue un autre de nos atouts : chez nous, une personne soignante suit ses patient-es durant plusieurs mois et peut établir des relations différentes de celles dans d'autres hôpitaux de soins aigus. Or, cela ne convient pas à tout le monde. C'est pourquoi nous devons examiner qui s'adaptera à notre « esprit ». Beaucoup d'employé-es trouvent leur travail sensé. La cohésion particulière présente à Nottwil se reflète dans le fait que beaucoup d'ancien-nes patient-es qui viennent en ambulatoire pour une consultation rendent visite au personnel soignant dans les unités de soins.

Les possibilités de formation et de perfectionnement sont considérables. Vous misez consciemment sur votre propre relève ?

Depuis quelque temps, nous assurons des

« Les meilleurs ambassadeurs sont des employé-es ressentant de la fierté pour ce qui est accompli. »

Marcel Unterasinger, responsable Ressources humaines

places de formation bien encadrées pour que nos employé-es restent chez nous. Nous avons besoin de relève à tous les niveaux. C'est pourquoi nous proposons des formations, des perfectionnements et des programmes de développement des talents pour tout le monde avec mentors, outils pour faire le point de la situation et un partenariat avec la Haute école de Lucerne afin d'assurer un diplôme reconnu à nos programmes internes.

Qu'en est-il du domaine numérique ?

La question du monde du travail 4.0 est très présente. Nous misons sur le numérique où c'est possible et sensé. Les enjeux du télétravail ne nous occupent pas seulement depuis le coronavirus. Nous offrons du soutien au niveau technique et interpersonnel : que signifient les nouveaux modèles de travail pour la direction, la collaboration et l'équipe ?

Que pensez-vous de la proposition de pallier le manque de personnel dans les soins avec une augmentation des salaires ?

En matière de salaire dans les professions des soins, le CSP est en bonne position en Suisse centrale. Toutefois, le marché du travail se nationalise de plus en plus, car non seulement le manque de main d'œuvre, mais également la mobilité augmentent. C'est pourquoi nous prenons désormais toute la Suisse comme référence et espérons nous améliorer dans ce sens-là. On oublie souvent que, bien que le salaire soit important et doive être correct, l'augmentation de salaire comme unique mesure n'a pas d'effet durable.

Le recrutement est-il plus facile dans les grandes villes ?

Oui. Cela dit, Nottwil offre de nombreux avantages tels que des infrastructures modernes, un lieu de travail au bord du lac ou encore de bonnes possibilités pour faire



du sport. De plus, bien que le CSP soit facilement accessible, nous devons motiver des gens de toute la Suisse à venir travailler ici. Au sein du Groupe, nous gérons plus de 500 arrivées et départs chaque année dans 80 professions différentes.

Dans quelle mesure la forme d'organisation de la Fondation influence-t-elle le travail ?

Les membres et les donatrices et donateurs nous permettent de nous concentrer sur notre travail avec les personnes touchées. Nous pouvons ainsi penser les traitements sur le long terme et essayer de nouvelles techniques sans être soumis à la pression économique. Ainsi, nous avons plus de sécurité et de liberté pour améliorer cer-

taines choses. La Fondation signifie également une grande responsabilité dans la gestion des fonds confiés. C'est le cadre dans lequel s'inscrit notre travail : sens de la responsabilité et liberté.

(kste/febe) ■



En 2020, le Groupe suisse pour paraplégiques s'est de nouveau vu décerner le label de qualité « Friendly Work Space ». En plus des critères fixes, les examinateurs ont loué les conditions de travail modernes et les nombreuses prestations supplémentaires pour le personnel.

La performance en fauteuil roulant

À Nottwil, Fabian Kieliger et Maurice Amacher, tous deux paraplégiques, sont tout aussi intégrés dans les processus de travail que leurs collègues valides. D'ailleurs, être en fauteuil roulant peut parfois être un avantage.

Fabian Kieliger est dans son élément. Pour un événement d'entreprise, une cliente a choisi l'hôtel Sempachersee, qui se trouve sur le campus de Nottwil. Il lui apporte son aide en passant en revue un questionnaire avec elle. Quelle salle de conférence conviendrait ? À combien s'élève le budget ? Faut-il prévoir une collation ? Fabian est tout de suite prêt à présenter différentes propositions de menu.

Traiter des demandes, mener des entretiens de conseil, réserver des salles : tout cela appartient au quotidien de l'organisateur événementiel. L'Uranais de 32 ans possède un diplôme de cuisinier et de boulanger-confiseur, mais ne peut plus exercer ces métiers. Paraplégique suite à un accident de vélo à Zermatt en 2015, il se déplace désormais en fauteuil roulant. Il s'est vite rendu compte que, pour avoir sa chance sur le marché du travail, il lui fallait repenser son avenir.

Longtemps, la gastronomie représentait tout pour ce cuisinier passionné – pas question que cela change. Un an après son accident, Fabian a commencé une formation à l'école hôtelière qu'il compte terminer en 2021. Il a déjà fait un séjour linguistique en Valais et un stage dans le secteur alimentaire du Centre suisse des paraplégiques (CSP).

La flexibilité est de mise

En cherchant du travail, Fabian Kieliger a souvent senti que ses interlocuteurs étaient sceptiques. À quel point une personne en fauteuil roulant est-elle performante ? Les nombreuses réponses négatives le frustraient. Un heureux hasard a tout changé. Grâce à une rencontre avec Andreas Korner,

ancien responsable du personnel du CSP, le dossier de Fabian a atterri sur le bureau de Torsten Pinter, directeur de l'hôtel Sempachersee. Vu qu'un poste à temps plein se révèle souvent trop intense pour les personnes blessées médullaires, Fabian a été engagé à 60 % et peut répartir son temps de travail sur cinq jours par semaine. Cela dit, il a exactement les mêmes fonctions que ses six collègues.

Il veille toutefois à être prêt avant les rendez-vous avec les clients, car, pour lui, par exemple se rendre aux toilettes prend plus de temps. L'organisateur souligne que, pour ce qui est du travail, on peut exiger autant de lui que d'une personne valide. « On n'a pas besoin de me faire de fleur par pitié. » Quand il a besoin de soutien, l'aide mutuelle est « extrêmement grande ».

Fabian est aussi reconnaissant de la compréhension de ses supérieurs lorsque, peu de temps après avoir été engagé, il a dû s'absenter une heure sans préavis et rentrer chez lui à Oberkirch (LU). Il n'a pas honte de dire que c'était à cause de son incontinence. Depuis, il maîtrise le problème. « J'ai bien entendu rattrapé mon absence, déclare-t-il, cette souplesse ne va pas de soi pour moi, mais constitue une condition pour une bonne collaboration. »

Lorsqu'il a affaire à des personnes en fauteuil roulant dans le cadre de son travail à l'hôtel Sempachersee, une filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques, il a un avantage : « Je peux bien m'identifier aux client-es. » Il connaît leurs besoins, sait quelles salles sont adaptées et pense aux soi-disant détails qui sont primordiaux. Par exemple, des pailles pour les tétraplégiques.

« On peut exiger autant de moi que d'une personne valide. »

Fabian Kieliger,
coordinateur séminaires et
manifestations

Maurice Amacher : « complètement intégré »

Pouvoir se mettre à la place des client-es est essentiel pour Maurice Amacher. Le trentenaire a une paralysie médullaire incomplète, car il a été renversé par une voiture lorsqu'il était bébé. Aujourd'hui, il travaille chez Orthotec en tant que conseiller en technique de rééducation. « Quand une personne souhaite des renseignements sur le fauteuil roulant adéquat, je peux mettre ma propre expérience à contribution. Ce sont des conseils de quelqu'un qui connaît les problèmes et les besoins des personnes en fauteuil roulant », affirme-t-il.

Après un apprentissage de commerce, Maurice Amacher a été professionnel de basket en Espagne, Italie et Allemagne. Avant le confinement en mars 2020, il tombe sur le poste à pourvoir chez Orthotec et met fin à sa carrière sportive. À Nottwil, le conseiller assume un poste à temps plein. Grâce à sa bonne forme physique, il n'a pratiquement jamais besoin de l'aide d'autrui, même lorsqu'il doit faire la démonstration d'un véhicule lourd. « Je suis complètement intégré, se réjouit-il, l'ambiance chez nous est géniale. Chez Orthotec, on est comme une grande famille. » Il aimerait que d'autres entreprises prennent exemple sur son employeur : « Malheureusement, les postulacions de personnes en



«Orthotec
est comme une
grande famille.»

Maurice Amacher,
conseiller Technique de
rééducation

fauteuil roulant dissuadent de nombreux employeurs. Le préjugé, comme quoi elles sont moins performantes que les personnes valides, me dérange.»

Tout comme Fabian Kieliger, Maurice Amacher a conscience que son engagement à Nottwil relève d'un coup de chance. Lui aussi fait partie d'une équipe qui attache une grande valeur à l'autonomie et à la flexibilité. Par ailleurs, Nottwil a une infrastructure idéale et accessible en fauteuil roulant, mais ils savent tous deux qu'ils doivent satisfaire les mêmes exigences que leurs collègues et qu'ils doivent apprendre constamment. Maurice Amacher prévoit une formation continue d'une année pour devenir technicien en rééducation.

En plaisantant, il se décrit comme un «paralégique de luxe»: sa paralysie médullaire incomplète lui permet de se lever de son fauteuil roulant et de faire quelques pas. C'est pourquoi, aller aux toilettes ne lui prend pas trop de temps et les transferts dans la voiture sont rapides. Son handicap n'entrave ni son activité de conseil, ni son travail de bureau. Maurice Amacher craint toutefois de savoir si son corps résistera sur le long terme. Il préfère ne pas trop y penser, parce qu'il va bien et qu'il est satisfait de son activité chez Orthotec. «J'ai vraiment un boulot de rêve.»

(pmb / ph. schmidli) ■

Conseils aux employeurs

La parole est d'argent, mais le silence est d'or. Cette devise n'est pas valable quand il s'agit de places de travail pour les employé-es en fauteuil roulant. Pour Stefan Staubli, responsable Insertion sociale et professionnelle, la communication ouverte doit se trouver au centre des préoccupations, pour répondre aux compétences et besoins individuels des personnes paralysées médullaires. Voici ses conseils pour les employeurs :

1. Adaptez le taux de travail

Quelles possibilités la personne possède-t-elle? Les postes à temps plein représentent souvent une charge trop lourde. Le travail à temps partiel est donc de rigueur.

2. Ciblez les compétences

Les compétences de l'employé-e doivent être au premier plan et l'accent doit être mis sur ses forces et non ses faiblesses. Par exemple, pour de nombreuses tâches administratives, la mobilité ne joue aucun rôle.

3. Préservez vos employé-es

Le lieu de travail doit être accessible sans

obstacle. Idéalement, l'employé-e dispose d'une place de parc couverte. Des toilettes accessibles aux personnes en fauteuil roulant sont une nécessité.

4. Placez tout à portée de main

Il arrive souvent qu'un outil soit placé de manière à ce que seules les personnes valides puissent l'atteindre. Il convient de placer les objets et les outils de travail pour que les personnes en fauteuil roulant puissent aussi s'en servir. Parfois, un simple «je peux t'aider?» de la part d'un-e collègue suffit.

5. Offrez-leur la possibilité de s'allonger

Les employé-es devraient idéalement pouvoir s'allonger dans une pièce pendant la pause afin de soulager leur fessier et leur dos.

6. Laissez-les se faire accompagner

L'accompagnement d'un-e spécialiste durant la phase de formation a fait ses preuves. Souvent, l'assurance-invalidité (AI) prend en charge les coûts engendrés. Le service ParaWork au CSP offre un tel soutien dans toute la Suisse. (gasc) ■

Se parler droit dans les yeux

Les conseillers pairs constituent un groupe, petit mais essentiel.

Joël Jung est allongé dans le lit, immobile. Suite à un accident de voiture, le jeune homme de 22 ans est devenu tétraplégique. Lorsque, trois semaines après son arrivée au Centre suisse des paraplégiques, on lui présente le service Conseils de pairs en lui disant qu'une personne ayant « vécu la même expérience » que lui viendra lui rendre visite, il est sceptique. Pourtant, lorsque Christian Hänel se trouve en face de lui, Joël tombe des nues. Ce qui l'impressionne le plus, c'est l'agilité avec laquelle son interlocuteur se déplace en chaise.

« Tout à coup, j'ai vu tout ce qui est encore possible quand on est tétraplégique et avec quelle aisance Christian appréhende son handicap. Cela m'a donné de l'espoir, car je voulais aussi y arriver. Vouloir devenir comme Christian m'a vraiment motivé pour ma rééducation », déclare Joël en repensant à cette première rencontre. En 2020, le jeune homme passe neuf mois et demi à Nottwil. Grâce aux entretiens réguliers avec son conseiller, il obtient un grand nombre d'astuces pour sa vie en dehors de la clinique. « Rien que de voir comment Christian débouche une bouteille d'eau, enfile ses chaussettes ou utilise son poignet pour soulever ses jambes m'a impressionné. Je m'en suis vraiment inspiré. » Aujourd'hui, Joël habite en colocation avec d'autres jeunes paralysés médullaires et va bientôt réintégrer le monde du travail.

Conseiller et chercher des solutions

Lorsque le monde s'écroule, l'échange d'expériences avec d'autres personnes touchées sont d'un grand secours pour surmonter les craintes et se forger un avenir. Depuis 2005, Thérèse Kämpfer a progressivement mis en place le service Conseils des

pairs qui fait aujourd'hui partie de la première rééducation à Nottwil. Une équipe de dix personnes à temps partiel accompagne les patient-es et leurs proches. Dans la mesure du possible, on tente de former des binômes avec des personnes qui se trouvent dans une situation similaire.

« Nous montrons qu'il est possible d'avoir une belle vie même en fauteuil roulant, souligne Christian Hänel, on ne met pas l'accent sur les restrictions, mais sur la manière de les appréhender, particulièrement dans les endroits où les personnes en fauteuil roulant se trouvent face à de grands défis. » Depuis dix ans, Christian transmet ses expériences de tétraplégique. L'échange avec les personnes en première rééducation le passionne : « Chacun-e doit trouver sa propre technique, car chaque paralysie médullaire est différente. »

Ses conseils pratiques et orientés vers les solutions comprennent également les questions taboues et la problématique de la pudeur. Il est plus simple de discuter de ces choses-là avec des gens ayant vécu une

expérience similaire qu'avec les professionnel-les. Par ailleurs, les conseillers sont en étroite collaboration avec toutes les disciplines présentes à la clinique.

Une œuvre de pionnier

Des entretiens de conseil réguliers ne représentent qu'une partie de leur travail. En effet, les conseillers s'occupent des cours pour les patient-es (« Para Know-how ») et organisent des événements tels que les sorties « learning by doing » dans des situations quotidiennes, des tables rondes « Rolli Talk » ou des formations en petits groupes.

Cette année, un deuxième conseiller pour seniors para et tétraplégiques a débuté en mars, ce pour faire face au pourcentage croissant de personnes âgées présentes à la clinique. « Notre travail de conseil est un travail de pionnier. Ce serait formidable si notre équipe pouvait encore s'agrandir afin de mettre en œuvre d'autres idées », déclare Danielle Pfammatter, responsable Soutien par les pairs et aux proches.

(kste / we) ■



Amis après la sortie : Christian Hänel (à gauche) et Joël Jung.

Rejoignez-nous !

Pour trouver du personnel, le Centre suisse des paraplégiques tente une approche innovante qui prend en compte des apports du personnel soignant recherché.



Isa réintègre le monde du travail

« Je n'étais plus dans le métier depuis longtemps, car je ne pouvais allier mes obligations familiales avec les heures de travail irrégulières. Sur le site internet du CSP, j'ai découvert le portrait d'une employée qui a réintégré le métier après 20 ans. Cela m'a motivée. »



Sebastian soins en spéciali- tés spécifiques

« Nous devons parvenir à conjuguer travail, famille et temps libre. J'apprécie que le CSP nous soutienne pour la formation continue et la garde d'enfant. »
« Nous devons nous assurer de ne pas briser la confiance qu'on nous accorde. »



Heidi employée de longue date

« On se connaît tous. Pour les employé-es à temps partiel, il faudrait différents modèles de travail alternatifs. »
« Même après 20 ans de service, le travail reste varié en raison des nombreux cas différents. Et je peux travailler étroitement avec d'autres services. »



Tim apprenti

« Au CSP, on est bien encadré comme apprenti. Même si j'aimerais acquérir de l'expérience dans d'autres cliniques après mon apprentissage, je peux m'imaginer revenir à Nottwil par la suite. »



Daniela employée expérimentée

« J'ai recommencé au service de nuit pour pouvoir rester dans le métier et travailler tout en ayant une famille. Le CSP est intéressant pour les mamans. »
« Il faut des solutions pour les personnes soignantes plus âgées, car le travail physique est lourd. »

Le personnel soignant se fait rare. En Suisse, trop peu de soignant-es sont formé-es et nombre sont celles et ceux qui se reconvertisent au bout de cinq ou dix ans en raison de différents facteurs tels qu'un salaire insuffisant ou des conditions de travail incompatibles avec la vie privée. En outre, le changement démographique joue aussi un rôle : de plus en plus de personnes âgées ont besoin de soins.

Ce manque de personnel se fait déjà sentir depuis quelques années et la pandémie de coronavirus le souligne encore davantage.

Au Centre suisse des paraplégiques (CSP) aussi, on ressent ce manque et, pour y remédier et rester un employeur attractif, le CSP mise sur plusieurs projets, tant pour l'effectif actuel que pour les futures recrues. L'un des projets concerne spécifiquement le personnel soignant qui est très demandé. Afin de mieux cibler les

profils, on a identifié cinq « personas » typiques et déterminé leurs besoins, objectifs et attentes.

Chaque persona incarne un groupe cible, tel que les apprenti-es, les personnes souhaitant réintégrer le marché du travail ou les infirmières et infirmiers diplômé-es en soins intensifs. Comment fonctionnent ces personnes, qu'est-ce qui est important pour elles et de quoi ont-elles besoin ? Au lieu de faire de simples hypothèses sur ce qui pourrait être amélioré sur le lieu de travail, les contributions des employé-es réel-les ont été prises en compte, correspondant aux personas respectives. Celles-ci présentent les fonctions et les profils les plus importants pour le CSP ainsi que les éléments pouvant faire pencher la balance en faveur de Nottwil auprès des employé-es potentiel-les. Cela se traduit désormais par des mesures internes et externes qui visent à enthousiasmer les candidat-es pour un poste au CSP. (hbr) ■



Envie de travailler à
Nottwil ?

Jetez un coup d'œil à
notre portail emplois
(en allemand) :



paraplegie.ch/
karriere



Réconcilié avec la douleur

Frank Clasemann mène une vie autodéterminée malgré sa tétraplégie. Bien qu'il doive suivre de nouvelles règles de vie, il est reconnaissant pour sa seconde chance.

Partout dans le corps une douleur poignante, des fourmillements insupportables, une sensation de brûlure. Il pensait savoir ce que souffrir voulait dire, ce qu'on devait ressentir lorsque tout à coup le corps ne fonctionne plus. « Ce qui se passe dans ton corps, c'est impossible à prévoir. Cela peut rendre fou ! », s'exclame-t-il.

En tant que physiothérapeute, Frank Clasemann connaît le corps humain ; douleurs neurologiques et troubles sensitifs sont des termes habituels pour lui. Pourtant, le 28 juin 2011, ses connaissances techniques ne l'ont pas aidé : suite à un accident de surf sur la côte atlantique française, il est devenu tétraplégique incomplet.

À deux doigts de la noyade

Une immense vague le frappe de plein fouet et le propulse tête première sur le sol marin. Sous l'eau, il a peur pour sa vie. Il ne peut bouger ni les bras ni les jambes – il ne sent plus que son visage. Tout le reste est comme de la guimauve. Le nageur sauveteur diplômé et sportif en lui, lui dit de rester calme et que dans quelques secondes ça irait mieux.

Mais il se trompe : aucun muscle ne répond. Le manque d'oxygène le fait paniquer de plus en plus. « C'est une sensation horrible de devoir inspirer de l'eau », témoigne Frank Clasemann. Heureusement, son amie remarque que la planche de surf de Frank flotte toute seule sur l'eau, se précipite pour le tirer hors de l'eau et appelle à l'aide. Frank a perdu connaissance.

Presque dix ans plus tard, Frank raconte son histoire dans son appartement de Thalwil (ZH). Aujourd'hui, c'est surtout son attitude positive qui ressort. L'Allemand de 46 ans vit depuis 2009 en Suisse. Il ne se tourmente plus de savoir pour-

quoi à l'époque il n'a pas suivi son instinct qui lui disait de ne pas se mesurer à nouveau à la mer. « Peut-être que mon sentiment de reconnaissance s'explique par le fait que je me suis trouvé tellement proche de la mort que j'avais déjà dit adieu à mon amie. » La médecin urgentiste arrivée au dernier moment lui administre un médicament qui lui permet brusquement de respirer à nouveau. « Je ne sais pas ce qu'elle m'a donné, déclare-t-il, mais c'était incroyable. Je suis encore reconnaissant aujourd'hui d'être en vie. »

Frank Clasemann est opéré au CHU de Bordeaux ; il ne va pas bien ni physiquement, ni mentalement. Il ne peut pas parler en raison de la ventilation artificielle, ne parle pas un mot de français et a l'impression de se trouver sur une autre planète. Son désarroi se calme une fois qu'il est transféré en Suisse. Lorsqu'un médecin de la Rega le salue d'un « Grüezi » en venant le chercher dans sa chambre d'hôpital, il sait qu'il est désormais entre de bonnes mains.

Le soulagement d'arriver à Nottwil

C'est au Centre suisse des paraplégiques (CSP) que Frank Clasemann apprend la nouvelle : il est tétraplégique. Il doit apprendre à appréhender les limites posées par son handicap. Aujourd'hui, il déclare : « De nouvelles règles m'ont été imposées. Ça a été comme une toute nouvelle vie. » Au début, il espérait encore que sa moelle épinière se remettrait du choc, qu'il lui suffirait de prendre son mal en patience durant quelques semaines, voire quelques mois. Rien n'est plus important pour lui que de pouvoir mener une vie autodéterminée. Certaines fonctions sont bel et bien revenues, car certaines cellules nerveuses n'ont pas été endommagées dans l'accident. Il peut bouger

>

Frank Clasemann transmet ses connaissances comme coach dans un cabinet de physiothérapie.

Au travail à Niederhasli (ZH)

un peu ses membres, ce qui fait que sa paralysie médullaire est « incomplète ».

Le bonheur est à son comble lorsqu'il peut se lever pour la première fois, qu'il sent la gravité et qu'il aperçoit le Pilate depuis sa chambre à Nottwil. « Pour une personne avec une paralysie médullaire, pouvoir se tenir debout sans aide, c'est indescriptible ! » Cela déclenche non seulement beaucoup d'émotions en lui, mais le motive également dans sa rééducation. Il se dit que plus il bouge par lui-même, plus la probabilité est grande qu'un jour ses fonctions vésicale et intestinale redeviennent comme avant. Il pense que d'ici trois ans, tout sera de retour à la normale, même ses capacités cardiaque et respiratoire. Mais il se trompe.

Frank Clasemann doit faire face à des restrictions à vie ; sa vessie et ses intestins ne fonctionnent plus tout seuls. Le sondage fait désormais partie de sa routine tout comme se brosser les dents. Il dit s'être fait à cette nouvelle situation. Dans son sac à bandoulière ou dans sa voiture, il a toujours des sondes. Par jour, il en utilise cinq ou six. Voyager, par contre, représente un vrai défi : en 2014, Frank est parti pour deux semaines à Cuba avec une valise rien que pour ses sondes.

Un break après les études

Frank Clasemann est un homme avec une forte volonté. Sa vie professionnelle était rythmée par l'ambition de toujours s'améliorer et, côté sport, il osait pousser jusqu'aux limites que ce soit au surf, en parapente ou au triathlon. Alors, pourquoi n'aurait-il pas continué à ce rythme après son accident ? Il exige beaucoup de lui-même et veut se prouver qu'il peut le faire. En 2012, il commence des études en Master en plus de coacher des physiothérapeutes dans un cabinet à Niederhasli (ZH).

Son taux de travail le fatigue et lui en demande trop. Il peine à rester concentré plus de trois heures d'affilée, car ses capacités cognitives d'assimilation sont réduites. Cela dit, abandonner n'est pas une option pour Frank ; cela serait un échec pour lui. Il s'y oppose fermement : « Pendant mes études, le Frank têtu et obstiné qui veut atteindre ses objectifs coûte que coûte s'est réveillé en moi. »

Il doit prendre des médicaments contre la douleur toujours plus grande et souffre d'effets secondaires tels qu'une grande fatigue. Il se sent vidé et son moral devient instable. Il tente de trouver un équilibre avec ses médicaments afin de soulager la douleur et de ne pas être trop fatigué.

« Chaque pas est un succès.
Le rythme n'a pas d'importance. »

Frank Clasemann

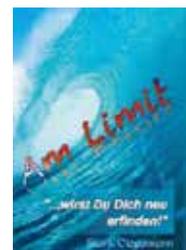
Aujourd'hui, il prend des médicaments « aussi rarement que possible et aussi souvent que nécessaire ».

À la fin de ses études qui ont duré quatre ans, il est obligé de prendre plusieurs mois de repos, tellement les exigences et les charges de son corps l'épuisent mentalement. Par la suite, il donne quatre à cinq heures de formation par semaine dans le cabinet de physio d'un ami.

Frank Clasemann renonce à rester assis dans son fauteuil roulant aussi souvent que possible, car il aime avoir une conversation en regardant son interlocuteur dans les yeux. Bien que les bâtons de marche soient d'importants moyens auxiliaires pour lui, lorsqu'il arrive devant le cabinet à Niederhasli, Frank les abandonne et se met en mode compétition : « C'est là que commence mon défi sportif. Je m'expose volontairement au stress de pouvoir tomber, car j'aimerais me prouver à moi-même que je peux marcher sans moyen auxiliaire. »

L'écriture comme thérapie

Le suicide n'a jamais été une option pour lui, car déjà durant son séjour aux soins intensifs à Nottwil, il était convaincu que sa vie avait un sens plus profond. De nombreuses personnes l'ont encouragé à écrire un livre sur son histoire. Durant les cinq ans qu'a duré la rédaction de son livre, Frank Clasemann replongeait régulièrement dans les moments terribles de sa vie jusqu'à l'aboutissement de son livre *Am Limit... wirst Du Dich neu erfinden!* en 2020. Il y décrit son accident, sa première rééducation et son séjour au CSP en détail et y intègre aussi des entretiens menés avec les personnes qui l'ont accompagné :

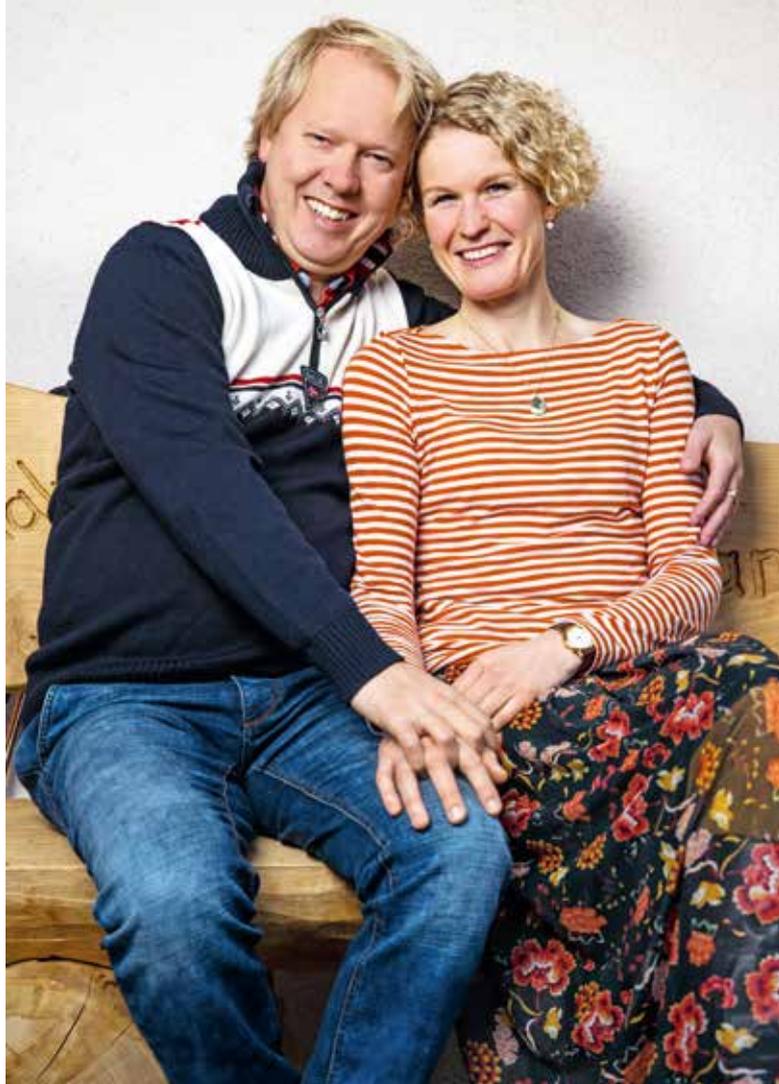


Frank Clasemann :
Am Limit... wirst Du Dich neu erfinden!, 324 pages, Books on Demand, 2020

>



Frank Clasemann
et Indra Wessels
chez eux à Thalwil



du prof de surf jusqu'au pédagogue du mouvement en passant par le médecin de la Rega, l'infirmier en soins intensifs et les thérapeutes.

Durant sa rééducation, Frank s'est rendu compte qu'un physiothérapeute et même un médecin au profit d'une grande expérience peinent souvent à trouver le traitement idéal pour lui : « Ils sont capables d'identifier beaucoup de choses ; toutefois, ils ne peuvent pas prévoir la manière dont telle ou telle approche thérapeutique m'influencera. » C'est pourquoi il a testé de nombreuses thérapies à Nottwil et a appris à bien gérer ses douleurs chroniques tant physiques que psychiques. « Au début, j'étais très en colère contre la douleur. Mais la colère, la rage, la tristesse ou la déception n'aident pas à aller de l'avant. Je ne voulais pas tomber en dépression ou me morfondre pour le reste de ma vie. Au contraire, je voulais pouvoir influencer ce qui pouvait encore l'être. »

Le corps réagit vite

Aujourd'hui, il ne se met plus en colère à cause de la douleur mais l'accepte comme faisant partie de sa paralysie médullaire. En outre, il sait qu'il peut aussi la contrôler un peu. Bouger beaucoup lui fait du bien : la douche matinale et l'application de la crème ont un effet calmant sur son système nerveux. Le stress, en revanche, a tout de suite des répercussions négatives. En effet, son corps réagit de manière plus sensible aux influences externes qu'avant. C'est pourquoi il se permet de ralentir la cadence. Il veut être bon dans ce qu'il fait, mais ne veut plus que son travail le définit. Et pour ce qui est du sport, une promenade de deux heures avec des cannes et un appareil photo amène tout autant de satisfaction qu'un triathlon. En effet, pour lui, les limites sont relatives : « Chaque pas est un succès. Le rythme n'a pas d'importance. »

Lorsqu'on croise Frank Clasemann en train de marcher, on ne remarque pas tout de suite qu'il est paralysé médullaire. Personne ne voit la concentration extrême dont il a besoin pour ne pas tomber. Et qu'il est incapable de différencier le chaud du froid de son nombril à la pointe des pieds ou que parfois ses mains brûlent comme s'il avait touché des orties. « Pour la plupart des gens, être tétraplégique signifie être paralysé à partir du cou et passer sa vie dans un fauteuil roulant électrique. Dans mon cas, beaucoup est invisible. »

Accepter de se quitter

Frank Clasemann considère sa survie comme un cadeau de Dieu. Sa foi l'encourage à « faire quelque chose » de sa tétraplégie. Il a dû surmonter de nombreux obstacles. Par exemple, le fait que son amie de l'époque, avec qui il voulait découvrir les plus belles destinations pour le surf, l'a quitté peu après son accident. Il lui a fallu du temps pour digérer cela, mais rationnellement il comprenait sa décision : « Lorsqu'on a un accident, tout l'environnement social change. Mon amie avait le choix de vivre aux côtés de quelqu'un avec une paralysie médullaire. Moi, en revanche, je n'avais pas le choix : je devais accepter ma situation. Et je ne sais pas si à sa place je serais resté. »

Depuis huit ans, Frank est à nouveau en couple. Il a fait la connaissance d'Indra sur les réseaux sociaux. Elle vient du même endroit en Allemagne que lui et elle est venue vivre à Thalwil. « C'est un énorme cadeau pour moi. Je m'étais déjà préparé à rester célibataire, souligne-t-il, la vie est belle – peut-être même plus belle qu'avant l'accident. » Une phrase de son livre le reflète : « La tentative de reconnaître et d'apprécier consciemment le positif dans la vie constitue un moyen d'ôter l'obscurité à la tristesse. »

(pmb / ph. schmidli) ■



Voilà à quoi sert votre cotisation

La Fondation suisse pour paraplégiques a financé l'adaptation de la voiture de Frank Clasemann, ce qui lui a facilité les études. Elle a aussi participé au tricycle électrique : « Il m'offre un équilibre physique et psychique et me donne de l'énergie – j'en suis très reconnaissant ! »

Invitation à l'assemblée générale

Mercredi 21 avril 2021 à 18 heures

Aula, Centre suisse des paraplégiques, 6207 Nottwil



Ordre du jour

1. Allocution de Heinz Frei, président de l'Association des bienfaiteurs
2. Approbation du procès-verbal de l'assemblée générale du 24 avril 2019¹
3. Rapport annuel du président
4. Informations de la Fondation suisse pour paraplégiques, Heidi Hanselmann, présidente
5. Approbation des comptes annuels 2019¹
Approbation des comptes annuels 2020¹
6. Fixation du montant des cotisations
7. Modifications statutaires
8. Requêtes des membres²
9. Élections au Comité directeur
10. Élection de l'organe de révision
11. Informations
12. Divers

1 Procès-verbal 2019 et comptes annuels 2019 et 2020 peuvent être consultés sur paraplegie.ch/ag ou sollicités en version papier auprès de : Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.

2 Les requêtes portées devant l'assemblée générale doivent être adressées avant le 1^{er} avril 2021 à l'Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil, ou par e-mail, cachet de la poste ou date d'envoi du courriel avec confirmation de lecture faisant foi. Les requêtes des membres portées devant l'assemblée générale seront en ligne sur paraplegie.ch à partir du 8 avril 2021.



Inscription à l'assemblée générale 2021

J'assisterai/Nous assisterons à l'assemblée générale. Nombre de personnes : _____

Nom/prénom : _____

Rue : _____

NPA/localité : _____

N° de bienfaiteur : _____



Pour vous inscrire, veuillez retourner le présent bulletin avant le 12 avril 2021 à : Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.



Inscription en ligne : paraplegie.ch/ag

Sous réserve d'éventuelles ordonnances par les autorités par rapport à la pandémie de coronavirus.



« Je ne peux rien faire depuis une tour d'ivoire »

Depuis juin 2020, Heidi Hanselmann est présidente de la Fondation suisse pour paraplégiques. La Saint-Galloise apporte une nouvelle manière de communiquer à Nottwil et s'engage pour une collaboration étroite au sein du Groupe.

Heidi Hanselmann, avez-vous déjà senti l'atmosphère spéciale qui règne à Nottwil ?

Oui, je l'ai déjà ressentie lors de ma première visite il y a presque 25 ans. J'ai très vite su que c'était un endroit spécial tant pour les traitements et les échanges entre spécialistes que les rencontres. À l'époque, je dirigeais le service de logopédie de l'Hôpital cantonal de Saint-Gall et j'ai été fascinée par le concept de prise en charge intégrée à Nottwil pour permettre aux personnes avec une paralysie médullaire de mener une vie autodéterminée et aussi autonome que possible. Les discussions que j'ai aujourd'hui en tant que présidente de la Fondation me confirment cette impression de caractère unique.

Avez-vous un exemple ?

Notre colocation pour jeunes para et tétraplégiques est un projet très spécial. Lors de l'inauguration en septembre 2020, les habitants de la colocation m'ont fait part non seulement de leurs espérances et craintes, mais également de leur confiance de recevoir les soins et le soutien médical et thérapeutique nécessaires. Ainsi, j'ai compris à quel point il est primordial que nous, en tant que fondation, créions un terreau fertile pour renforcer la confiance en soi. Avec les conditions adaptées, on peut aussi aborder des questions difficiles. Les personnes touchées se rendent compte que notre réseau les soutient.

Ce projet est spécial, car il a été porté par la passion des employés-es.

Cela représente une autre caractéristique de l'état d'esprit à Nottwil: de nouvelles idées sont développées à tous les niveaux. Chaque employé-e peut donner son impulsion pour des initiatives innovantes. Nous sommes heureux d'offrir cette liberté, au profit des personnes paralysées médullaires.

Que se passe-t-il lorsque les coûts d'un projet sont très élevés ?

Alors, nous nous battons pour le projet en question. Tout particulièrement à notre

époque où l'économie se trouve souvent au premier plan, il est essentiel que les besoins des personnes touchées restent au centre. Toutefois, un projet se doit d'être approprié et économiquement justifiable. Garder cet équilibre est une tâche permanente pour la Fondation et il faut que nous examinions toujours minutieusement où nous pouvons investir de manière efficace pour les personnes touchées.

La Fondation laisse une grande marge de manœuvre aux spécialistes afin de travailler encore mieux pour les patient-es.

Travailler avec les patient-es et non pour elles et eux. Cette subtilité fait toute la différence. En effet, les personnes touchées ne doivent pas simplement se voir imposer certains besoins, mais doivent être intégrées dans les processus. Ma devise est donc «faire des personnes touchées des personnes concernées». Nous devons être proches des gens pour sentir ce dont ils ont le plus besoin. C'est pourquoi deux personnes en fauteuil roulant sont présentes à toutes les discussions de requête d'aide directe à la Fondation afin de pouvoir estimer ce qui est vraiment nécessaire selon la perspective des personnes touchées.

La Fondation présente ainsi sa stratégie pour les années à venir : «atteindre les gens – dans toute la Suisse depuis Nottwil». Que se cache-t-il derrière cette phrase ?

Nous voulons rapprocher le suivi ambulatoire du domicile des patient-es pour éviter qu'elles et ils doivent se déplacer jusqu'à Nottwil pour chaque examen. La Suisse orientale n'est pratiquement pas couverte. Pour les traitements hospitaliers, en revanche, le Centre suisse des paraplégiques à Nottwil est l'endroit idéal grâce à toutes les prestations de qualité proposées. Nous souhaitons non seulement plus d'échanges avec les autres centres pour paraplégiques, mais aussi des liens plus étroits entre les filiales et l'Association suisse des paraplégiques (ASP). Nous avons

au sein du Groupe une grande diversité qui nous offre de nombreuses possibilités et que nous voulons mettre à profit.

L'organisation décentralisée, très appréciée en interne, contraste avec cette idée de liens plus étroits. Voulez-vous y renoncer ?

Non. Je vois surtout le potentiel qui se cache derrière une plus grande perméabilité entre les membres du Groupe. En effet, tout le monde ici s'investit pour les personnes touchées et développe l'offre depuis leur angle d'approche professionnel. La nouvelle stratégie est axée sur le potentiel de synergie. Il existe de nombreux points de contact et d'intersections que nous pouvons développer ensemble afin de bénéficier de l'expertise des autres et de combler des lacunes de prestations. Une large mise en réseau est essentielle tant du point de vue des personnes touchées que des employé-es. Nous devons utiliser une variété de perspectives afin d'appréhender les thèmes d'avenir tels que l'évolution démographique, la numérisation ou encore la robotique.

De quelle manière peut-on le faire ?

Durant mes mandats de conseillère d'État, j'ai construit différents réseaux. La communication est un outil important dans ce contexte. Tous les domaines doivent être au courant des activités des autres et reconnaître où une collaboration plus étroite est possible. J'ai déjà invité toutes les filiales et l'ASP à une table ronde. La nécessité d'une mise en réseau intensive est connue et ce début a été un succès.

Vous mettez l'accent sur la communication. Au moment de votre prise de fonction, vous avez offert aux employés-es un mousqueton et un bout de corde comme symbole de cohésion.

Je ne peux rien faire depuis une tour d'ivoire. La communication est l'instrument de l'échange et de l'intégration. Le Conseil de fondation transmet à toutes les personnes concernées les valeurs et les objectifs de la

Fondation. Ainsi, nous découvrons aussi ce qui se passe moins bien. Nous devons savoir ce qui occupe le Groupe afin de prendre les bonnes décisions pour l'avenir et d'appréhender les problèmes à temps. C'est pourquoi, il est essentiel pour moi que nous trouvions des solutions ensemble. Les personnes doivent être concertées et se sentir concernées afin de comprendre pourquoi telle ou telle décision est prise.

Pour la nouvelle année, vous vouliez rendre visite à toutes les patientes et tous les patients...

...et leur amener personnellement un petit cochon porte-bonheur. En raison du coronavirus, je n'ai malheureusement pas pu le faire. Je vais rattraper ces visites dès que possible, car ce n'est qu'en les rencontrant directement que je peux savoir comment vont nos patient-es et découvrir leurs inquiétudes, besoins et joies. Ce n'est pas uniquement notre grand professionnalisme qui me tient à cœur, mais également l'empathie : nous sommes là pour les patient-es, entièrement et tout au long de leur vie. L'été dernier, lorsque les restrictions en raison de la pandémie étaient moins sévères, il m'arrivait de m'asseoir avec les personnes touchées et de leur demander comment elles allaient et si elles avaient des suggestions. Parfois, elles m'expliquaient leurs problèmes ou disaient que Nottwil était comme une oasis qui leur redonne de la force. Ainsi, je reste au cœur de ce qui se passe et proche des gens dans nos institutions.

Vous amenez un bagage important de connaissances et expériences.

Quelles sont vos priorités actuellement ?

Utiliser les synergies, éliminer les doublons, casser les silos et instaurer une coopération efficace. Voilà mes objectifs actuels. La nouvelle stratégie de la FSP est un bon instrument pour les atteindre. En outre, mon expérience au niveau stratégique et ma carrière à l'hôpital seront d'une aide précieuse. Grâce à de grands réseaux, les différentes institutions pourront réaliser des perfor-

mances ensemble afin de garantir la qualité aussi à l'avenir. C'était déjà ma préoccupation en tant que présidente de la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé : continuer de développer les structures hospitalières intercantionales ensemble et non les uns contre les autres. Avec cette approche, nous pouvons utiliser de manière optimale le potentiel du Groupe et faire des économies là où c'est possible – tout cela en faveur des personnes touchées.

En quoi consiste la différence entre la politique et le travail de fondation ?

Ce sont deux mondes différents. À Nottwil, il ne s'agit pas de profilage de parti ou de luttes de pouvoir. Au centre se trouve en revanche le soutien de qualité aux personnes avec une paralysie médullaire et tout le monde travaille pour cela. Lors des mises en œuvre concrètes, les discussions et débats sont nécessaires. En fin de compte, tout le monde œuvre pour trouver des solutions adaptées. On tire tous à la même corde, c'est ce qui me motive.

La pandémie de coronavirus nous lance de nouveaux défis, tant médicaux qu'économiques.

Tout d'abord, j'ai conscience de tout le travail qui a été fait par les équipes durant la pandémie. J'aimerais remercier infiniment toutes les collaboratrices et tous les collaborateurs. Les répercussions de la pandémie se font aussi sentir à la Fondation suisse pour paraplégiques. Tout comme d'autres institutions, nous devons faire face à des pertes des filiales et devons réfléchir à la meilleure manière de maintenir notre offre de prestations aussi complète, pertinente et durable. Ressortir indemne de cette situation représente une tâche stratégique considérable pour la Fondation. Si nous parvenons à utiliser les synergies de manière cohérente au sein du Groupe, non seulement la qualité en sera améliorée, mais des possibilités d'économie émergeront.

Depuis l'année dernière, vous êtes aussi présidente de la Commission

fédérale du Parc national – un second grand mandat ?

En tant qu'alpiniste passionnée et amoureuse de la nature, ce mandat me tient également à cœur. La combinaison des deux fonctions me permet de mettre à contribution mes connaissances acquises dans le système de santé et mon expérience de tâches stratégiques. Après seize années intenses au gouvernement saint-gallois, ces deux mandats me donnent du temps libre, ce que j'apprécie beaucoup.

Quelle est votre motivation personnelle pour votre engagement à Nottwil ?

Dans mon travail ici, je sais chaque jour pourquoi je m'engage. Je suis fasciné par cette possibilité de soutien unique aux personnes avec une paralysie médullaire, c'est-à-dire la prise en charge intégrée, la collaboration interprofessionnelle et intersectorielle et l'offre complète concentrée en un endroit. J'ai adopté cette approche dans le cadre de mon travail en politique depuis des années et de pouvoir désormais continuer à la développer à la FSP représente un privilège pour moi. J'ai conscience que l'offre différenciée au bénéfice des personnes touchées n'est possible que grâce au soutien de nos bienfaitrices et bienfaiteurs. Je leur suis énormément reconnaissante, car s'engager pour l'autodétermination et la plus grande autonomie possible pour les personnes est probablement la chose à faire qui a le plus de sens.

(kste/we) ■

Heidi Hanselmann est la nouvelle présidente de la Fondation suisse pour paraplégiques depuis juin 2020. Durant 16 ans, elle a été conseillère d'État et cheffe du département de la santé du canton de Saint-Gall et, depuis 2019, présidente de la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé. Elle a travaillé comme logopédiste durant 13 ans à l'Hôpital cantonal de Saint-Gall jusqu'en 2004.

La décision injuste

La discrimination ne doit pas avoir sa place dans les décisions des médecins concernant les ressources limitées.

Dans toute la Suisse, les unités de soins intensifs se remplissent à vue d'œil. Il ne reste plus qu'un ventilateur de libre et deux patientes infectées par le coronavirus et dans un état critique viennent d'être amenées en même temps. Il s'agit de deux femmes de 48 ans, sans antécédents médicaux. Leurs chances de guérison ne peuvent être évaluées. La seule chose qui les différencie: l'une des deux est en fauteuil roulant depuis un accident. Qui aura droit au dernier ventilateur?

Se peut-il que le fauteuil roulant soit le critère décisif lors du triage? Jusqu'en décembre dernier, c'était effectivement le cas. Les personnes avec des handicaps physiques ou psychiques étaient défavorisées en cas de triage, selon les critères de triage de l'Académie Suisse des Sciences Médicales (ASSM). L'utilisation de l'« échelle de fragilité » aurait souvent exclu les personnes en situation de handicap des traitements aux soins intensifs.

Pour Nadira Hotz, paraplégique et psychologue au Centre suisse des paraplégiques (CSP), cela a été un vrai choc: « C'est la première fois que je me suis sentie discriminée. » Elle s'est demandé si sa vie valait moins que celle d'une personne valide. « Ma contribution est-elle économiquement ou socialement moindre? » Nadira Hotz n'est pas la seule à avoir eu ce genre de pensées. Différentes organisations sont intervenues auprès de l'Académie. Michael Baumberger, médecin-chef au CSP et membre de la task force Covid-19 cantonale, est ravi que ces oppositions aient porté leurs fruits. En effet, dorénavant, l'ASSM souligne que l'échelle de fragilité clinique ne peut être utilisée pour l'évaluation de personnes en situation de handicap.

Les personnes ayant une paralysie médullaire, en particulier, sont pleinement intégrées économiquement et socialement.



Leur espérance de vie n'est pas moindre et elles n'entrent pas dans la catégorie des personnes à risque en raison de leur lésion médullaire. « Le fauteuil roulant représente simplement un moyen auxiliaire au quotidien, souligne Michael Baumberger, tout comme les lunettes. »

Des directives anticipées peuvent aider

Le triage dans les soins intensifs est rude. Qui aime prendre des décisions qui peuvent avoir des conséquences fatales? Christoph Weis, médecin assistant paraplégique, conseille de prendre les devants en communiquant ses volontés: « Des directives anticipées peuvent aider les médecins à prendre une décision. Que ce soit en temps de pandémie ou non. » En sachant ce qu'un-e patient-e souhaite comme traitement aux

soins intensifs, les ressources peuvent être utilisées de manière ciblée.

Michael Baumberger est du même avis. Aujourd'hui (début février), la situation aux unités de soins intensifs en Suisse s'est légèrement calmée. Mais personne ne sait ce que l'avenir nous réserve. L'incertitude, la situation qui change rapidement et toutes les questions sont toujours là. Le vaccin va-t-il nous aider rapidement? Les mutations du virus nous rendront-elles la vie dure? Devra-t-on un jour vraiment choisir qui sauver?

Rien n'est moins sûr. Toutefois, il est rassurant de savoir que les personnes avec un handicap ne seront plus discriminées. Le premier obstacle est passé, mais le débat de société sur la pandémie de coronavirus ne fait que commencer.

(scst/rob) ■

UNE MÉDECINE DE HAUT VOL POUR TOUTES ET TOUS

3^e partie : la médecine ambulatoire

En médecine ambulatoire, le contrôle annuel complet constitue un élément important pour l'accompagnement à vie de personnes avec une paralysie médullaire. Une attention particulière est accordée au contrôle neuro-urologique.

En une année, beaucoup de choses peuvent changer dans le corps d'une personne avec une paralysie médullaire. C'est la raison pour laquelle les patient-es du Centre suisse des paraplégiques (CSP) reviennent chaque année en contrôle ambulatoire à Nottwil après leur première rééducation. En effet, durant toute une journée, les patient-es empruntent un circuit à travers toutes les spécialités tant médicales que non médicales. L'équipe de l'ambulatoire reste attentive à des signes de changements afin de prendre les mesures nécessaires à temps pour prévenir des atteintes à la santé et éviter des traitements fastidieux.

Une vue d'ensemble

« Nous examinons les personnes avec une blessure médullaire d'une perspective intégrale afin d'éviter les séquelles et de prévenir d'éventuels problèmes », déclare Inge Eriks-Hoogland, responsable du service ambulatoire. Il s'agit d'un effet domino : « Si un seul élément connaît un changement, il est possible que de nombreux problèmes émergent par la suite. » L'étroite collaboration entre les différentes disciplines est aussi essentielle lors du contrôle annuel.

« Une personne avec une paralysie médullaire ne ressent pas les changements qui s'opèrent dans son corps de la même manière qu'une personne valide, souligne la paraplégologue, mais elle doit souvent faire face à des conséquences plus graves. » Le réglage de la position assise dans le fauteuil roulant qui peut mener à de graves problèmes de peau (escarres) ou une surcharge des épaules en sont des exemples typiques.

D'autres éléments de la consultation portent sur les fonctions vésicale, intestinale et pulmonaire, les douleurs ou le traitement médicamenteux. La situation de vie peut également jouer un rôle sur l'état de santé, comme le taux de travail, la situation de logement ou les moyens auxiliaires. La vue d'ensemble montre les défis à long terme pour la santé.

Une prise en charge complète et unique

Grâce au suivi ambulatoire à vie, les personnes touchées ont en permanence accès aux prestations offertes à Nottwil. En effet, Nottwil constitue un point de chute spécialisé pour les urgences médicales. Ce concept rend le Centre suisse des paraplégiques unique pour ce qui est de la prise en charge de personnes avec une paralysie médullaire.

Cela dit, le développement ne cesse jamais. En effet, compte tenu du nombre d'examen à effectuer et de questions à aborder, le contrôle annuel peut difficilement se faire en une seule journée, en particulier pour les patient-es tétraplégiques. « La ligne directrice « un suivi médical à vie pour les personnes blessées médullaires » nous permet d'adapter le contrôle annuel à chaque personne afin d'offrir les examens et les évaluations personnalisés pour chacun-e », souligne Inge Eriks-Hoogland. En outre, de nouveaux modèles sont discutés afin de rapprocher les prestations au lieu de domicile des patient-es. Des bases ambulatoires décentralisées ainsi que des concepts de soins à domicile ou des moyens auxiliaires numériques permettant des consultations en ligne en font partie.



D^r méd. Inge Eriks-Hoogland, PhD, responsable Ambulatoire



Prof. D^r méd. Jürgen Pannek, médecin-chef Neuro-urologie et membre de la direction du Centre suisse des paraplégiques



La mesure de la pression vésicale permet de détecter certains troubles.

Le développement technique contribue à offrir des soins primaires proches du lieu de domicile des patient-es. Toutefois, c'est à Nottwil que s'établiront les diagnostics complets qui, en médecine ambulatoire, comprennent, en plus de la paraplégologie, notamment la radiologie, la neuro-urologie, la chirurgie spinale, la neuro-chirurgie, la médecine antidouleur et la médecine du sport.

Cap sur la neuro-urologie

La neuro-urologie constitue un domaine particulier du contrôle annuel, car une blessure de la moelle épinière cause des troubles des fonctions vésicale, intestinale et sexuelle. Les troubles de la fonction vésicale sont particulièrement délicats, car les reins peuvent être touchés sans que les patient-es ne le remarquent par des signes cliniques. C'est pourquoi un contrôle régulier des facteurs de risque est indispensable.

«Conjointement avec les personnes touchées, nous devons trouver un chemin qui leur permette la plus grande sécurité et la meilleure qualité de vie possible. C'est toujours une décision individuelle», affirme Jürgen Pannek, médecin-chef Neuro-urologie et membre de la direction du CSP. Au cours de la première rééducation, les patient-es choisissent de concert avec les spécialistes une technique de vidage de la vessie et se mettent d'accord sur la gestion future. Selon Jürgen Pannek, lors du contrôle annuel, le but est de trouver une synthèse entre la protection des reins, les besoins des patient-es et les possibilités des spécialistes de répondre à ces derniers.

Aujourd'hui, son équipe peut proposer des solutions encore inimaginables il y a 20 ans. Les connaissances de ces progrès influencent tout particulièrement l'attitude des jeunes personnes touchées qui, désormais, acceptent moins rapidement des interventions chirurgicales irréversibles qu'à l'époque où on voyait surtout les avantages indéniables d'une opération. Jürgen Pannek souhaite informer les personnes touchées au mieux afin qu'elles puissent fixer elles-mêmes les priorités.

Son département se trouve au cœur du développement médical. Actuellement, la stimulation mini-invasive des nerfs constitue une question importante et le département participe à la recherche liée à la pratique et à des projets d'avenir. Par ailleurs, il arrive que Jürgen Pannek propose des solutions issues de la médecine complémentaire telle que l'homéopathie aux patient-es ayant des infections des voies urinaires chroniques et qui souhaitent une alternative aux antibiotiques. En effet, il a fait de bonnes expériences avec la médecine complémentaire et notamment l'homéopathie. Il connaît les tableaux cliniques urologiques des deux perspectives et intègre l'offre de médecine complémentaire de manière à ce qu'elle entre dans le concept général du CSP. «En fin de compte, le but est que nos patient-es terminent leur traitement en évitant toute infection et toute incontinence. La manière d'y parvenir n'est pas ce qui compte le plus.»

(kste/we) ■

« Notre but est de permettre la meilleure qualité de vie pour les patient-es. »

Jürgen Pannek

Série : une médecine de haut vol pour toutes et tous

Le CSP propose un large éventail de prestations en médecine médullaire, médecine du dos et rééducation respiratoire. Notre série dévoile les coulisses de ces thèmes clés. Précédemment : 1. La chirurgie spinale («Paraplégie» 3/20). 2. La rééducation respiratoire («Paraplégie» 4/20).



paraplegie.ch/
medecinedepointe

Être bien dans ses baskets

Dagobert Kaufmann est bottier-orthopédiste chez Orthotec.

« Aujourd'hui, j'ai été utile, car j'ai amélioré la sécurité et la mobilité de personnes blessées médullaires. »

Adapter et élargir les chaussures, compenser la longueur des jambes, identifier les points de pression, fabriquer des chaussures orthopédiques sur mesure qui peuvent coûter jusqu'à 9000 francs – voilà un aperçu du travail de Dagobert Kaufmann. Chez Orthotec, il s'occupe de tout ce qui a trait aux chaussures.

Son métier demande une certaine dextérité, de la créativité et surtout de la sensibilité. Le professionnel doit connaître ses client-es pour répondre à leurs besoins, c'est pourquoi des échanges intenses permettent souvent de trouver la solution idéale.

Un vrai caillou dans la chaussure

Cela fait plus d'une année que le bottier-orthopédiste de 36 ans travaille chez Orthotec, une filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques. À ses débuts, il lui arrivait de demander aux paraplégiques si cela faisait mal quelque part durant l'essayage. La réponse ne se faisait pas attendre : « Je sens rien du tout. Je n'ai aucune sensibilité dans les pieds. »

Les points de pression, provoquant de sévères lésions tissulaires, constituent l'un des grands défis du métier. Avant l'examen minutieux des pieds, il faut porter des chaussures orthopédiques durant une ou deux semaines, « la phase critique » comme l'appelle Dagobert Kaufmann. S'il découvre ensuite une rougeur, il tire la sonnette d'alarme. Durant la phase critique, il faut être vigilant et observer ses pieds, au besoin à l'aide d'un miroir, afin de découvrir un éventuel point de pression ou une lésion de la peau.

Dagobert Kaufmann a développé différents éléments de support pour semelles et met à profit sa grande expérience. Il modélise des semelles sur mesure par ordinateur à l'aide d'une empreinte 3D du pied. Des semelles sensori-motrices, les « semelles thérapeutiques » comme il les appelle,

améliorent aussi la démarche. Grâce à des rehaussements, ces semelles ont un effet stimulant sur la plante des pieds et augmentent ou réduisent la tension musculaire.

Aussi agréables pour les yeux!

Les patient-es à Nottwil ainsi que les client-es de toute la Suisse profitent de l'expertise de Dagobert Kaufmann. Le bottier-orthopédiste est particulièrement reconnaissant lorsqu'il reçoit des retours, car c'est ainsi qu'il peut progresser.

Une fois, il a fait une expérimentation sur lui-même et a porté durant un mois des semelles qui provoquent une différence de longueur des jambes. Il n'avait pas de problème majeur, mais l'expérience lui a fait comprendre que cela peut provoquer des douleurs jusque dans les cervicales.

Des chaussures stables sont indispensables pour les personnes touchées. En effet, aux personnes avec une paralysie médullaire incomplète en particulier, de telles chaussures apportent de la sécurité lors des transferts dans le fauteuil roulant ou pour se lever. Même si la fonctionnalité est le critère le plus important, l'aspect visuel n'est pas à négliger : « Le temps des gros souliers bruns est révolu. Nos chaussures orthopédiques offrent suffisamment de place en cas de spasme, mais sont bien plus esthétiques qu'à l'époque. »

Dagobert Kaufmann n'abandonne pas jusqu'à ce que ses client-es soient satisfait-es. La persévérance paie : après plusieurs opérations, un patient avait perdu toute confiance dans les moyens auxiliaires. Son attitude de refus a motivé encore davantage le bottier-orthopédiste à trouver la solution qui lui conviendrait. « Il m'a dit qu'il n'avait encore jamais eu d'aussi bonnes chaussures. »

(pmb/boa) ■



Un don pas comme les autres



Remise de chèque pendant la pandémie : (de g. à dr.) Heidi Hanselmann (FSP), Stefan Staubli (CSP), Martin Amrein (UBS), Claudia Gasser (UBS), Joseph Hofstetter (FSP)

Retour au travail : un simulateur comme tremplin

Grâce à la Fondation UBS pour le domaine social et la formation, ParaWork dispose d'un simulateur d'engins de chantier pour faciliter la réinsertion professionnelle.

La réinsertion professionnelle de personnes paralysées médullaires est particulièrement difficile dans le secteur de la construction. Ainsi, le service ParaWork du Centre suisse des paraplégiques s'est procuré un simulateur d'engins de chantier afin de préparer au mieux les professionnel·les des secteurs de la construction, des transports et de l'agriculture à un retour au travail après leur rééducation. Cet appareil permet non seulement de nombreuses simulations de formation et des exercices proches de la réalité, mais aussi d'établir un pronostic sur les capacités professionnelles des personnes.

L'acquisition de cet important appareil a été possible grâce à un don de la Fondation UBS pour le domaine social et la formation s'élevant à CHF 40 000. « Nous accompagnons le travail de la Fondation suisse pour paraplégiques depuis de nombreuses années et nous sommes heureux d'apporter notre contribution », a déclaré la directrice régionale d'UBS Claudia Gasser lors de la remise du chèque.

Un grand merci.

Lettres à la Fondation

J'aimerais vous remercier de tout cœur pour votre soutien lors de la révision complète du monte-escalier. Cela me donne force, courage et confiance pour relever les défis au quotidien. Voir tant de gens s'engager pour les paraplégiques médullaires et les personnes en situation de détresse fait chaud au cœur.

Fabian Kohlbrenner, Bratsch (VS)

Nous tenons à vous remercier de tout cœur d'avoir répondu positivement à notre demande. C'est un grand soulagement de pouvoir rester dans l'appartement où nous vivons depuis 15 ans. Sans votre participation aux aménagements nécessaires à l'autonomie, cela n'aurait pas été possible. Grâce à la Fondation suisse pour paraplégiques, nous appréhendons l'avenir avec beaucoup de courage.

Paul Barbezat et Marie Louise Beck, Chesières (VD)

Chaque fois que je m'assieds dans ma voiture, je me dis « quelle chance de pouvoir encore conduire ». Je suis veuve et habite seule. Ainsi, sans voiture, je ne pourrais pas faire mes courses sans l'aide d'un tiers. Pour moi, la qualité de vie signifie entretenir mes relations sociales et pouvoir me déplacer d'un endroit à l'autre. Sans la Fondation, je n'aurais jamais pu acquérir un véhicule adapté et faire les aménagements nécessaires chez moi. Grâce au monte-escalier, j'ai accès à tous les étages. Qu'aurais-je fait sans vous? Merci de tout cœur.

Jasmine Bähr, Buchrain (LU)

Nous aimerions vous remercier infiniment pour votre généreux don au Para Agility Club Suisse. Presque tous les participants bénéficient d'une rentre AI et ne roulent donc pas sur l'or; c'est pourquoi nous nous réjouissons de chaque soutien. Cela nous permet de couvrir les coûts de location de la salle et des entraînements.

Renate Carigiet, caissière, Granges (SO)

Messages en ligne



 redaktion@paraplegie.ch ou sur les réseaux sociaux

Petite anecdote du week-end

envoyée par une de nos lectrices de Buchs (SG)

Un jour, je flânais dans les rayons lorsque je suis tombée sur un petit garçon et sa mère. « Regarde, maman. Est-ce que cette dame a eu un accident ou pourquoi elle est en fauteuil roulant? Elle n'a peut-être pas envie de marcher? », s'exclama le petit garçon. Sa mère lui répondit: « Je ne pense pas qu'elle ait choisi d'être en fauteuil roulant. Pose-lui donc la question... » Je ne pus me retenir de sourire. Je m'arrêtai à leur hauteur et discutai avec la mère que le comportement de son enfant mettait visiblement mal à l'aise – alors qu'il n'y avait aucune raison à cela. J'expliquai au garçon que mes jambes étaient malades depuis toujours et que, comme elles ne guériraient plus, je devais me déplacer en fauteuil roulant.

Les enfants sont attentifs et n'ont pas d'appréhensions. Ils sont directs et curieux. Si l'on est soi-même ouvert et qu'on n'a rien contre les questions, alors les gens oseront plus aborder les personnes en fauteuil roulant.

Vous avez aussi vécu une expérience liée au fauteuil roulant?

 redaktion@paraplegie.ch



Impressum

Paraplégie (43^e année)

Revue de l'Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques

Édition

Mars 2021/n° 165

Parution

trimestrielle, en allemand, français et italien

Tirage total

1 038 323 exemplaires (certifiés)

Tirage français

78 669 exemplaires

Copyright

Reproduction sous réserve de l'autorisation de l'éditeur

Éditrice

Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques
6207 Nottwil

Rédaction

Stefan Kaiser (*kste*, rédacteur en chef), Peter Birrer (*pmb*), Cathérine Gasser (*gasc*), Brigitte Hächler (*hbr*), Manuela Marra (*manm*), Stefanie Schlüter (*scst*)
redaktion@paraplegie.ch

Photographies

Walter Eggenberger (*we*, responsable)
Beatrice Felder (*febe*)
Astrid Zimmermann-Boog (*boa*)
Philipp Schmidli (*p. 13, 16-17, 20, 23-24*)
Christof Schürpf (*p. 1, 7-11*)

Traduction

Anne-Salomé Evéquo

Maquette

Andrea Federer (*feda*, responsable), Regina Lips (*rel*)

Préresse/Impression

Vogt-Schild Druck AG
4552 Derendingen

Changements d'adresse

Service Center
Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques
6207 Nottwil, tél. +41 41 939 62 62
sps@paraplegie.ch

Formulaire en ligne pour toute modification:
paraplegie.ch/service-center

Emballage écologique

La revue pour les bienfaiteurs est distribuée dans un emballage respectueux de l'environnement (film en polyéthylène).

imprimé en
suisse

Abonnement à « Paraplégie » compris dans la cotisation : 45 francs pour les membres individuels et familles monoparentales avec leurs enfants, 90 francs pour les conjoints et familles. 1000 francs par personne pour les affiliations permanentes.
Les membres touchent un montant de soutien de 250 000 francs en cas de paralysie médullaire due à un accident avec dépendance permanente du fauteuil roulant.
paraplegie.ch/devenir-membre

Agenda

21 mars

First Responder Symposium – en ligne

Le 13^e First Responder Symposium de Sirmed aura lieu en ligne en 2021 et s'adresse aux personnes prodiguant les premiers secours. L'événement pratique sur mesure se compose d'une vaste offre d'exposés, ateliers et échanges avec des spécialistes. « La psychologie des premiers secours » et « Sanitaires d'entreprise à l'heure du télétravail » constituent deux des thèmes phares de cet événement.

sirmed.ch

Sirmed: webinaires gratuits

Sirmed propose dès le printemps 2021 des webinaires gratuits. Accéder directement au programme :



9 mai

Wings for Life World Run – App Run

wingsforlifeworldrun.com

Suivez-nous :

-  facebook.com/paraplegie
-  twitter.com/paraplegiker
-  instagram.com/paraplegie
-  youtube.com/ParaplegikerStiftung

À venir : juin 2021



DÉCRYPTAGE

Sport et activité physique

Le sport et l'activité physique sont essentiels pour la santé des personnes avec une paralysie médullaire. Dans le prochain numéro de « Paraplégie », nous présenterons les liens qui existent entre le sport et le corps au niveau médical ainsi que les nouveaux développements dans le domaine du sport loisir. De plus, nous suivrons les athlètes suisses de haut niveau dans leur préparation pour « Tokyo 2021 », dans la mesure où les Jeux paralympiques pourront avoir lieu à la fin de l'été.

Les gestes qui sauvent.
Les apprendre
et les réapprendre.



Cours et conseils à Nottwil, ou dans vos locaux
dans les quatre langues nationales.

www.sirmed.ch

SIRMED

Institut suisse de médecine d'urgence

« J'adore aller partout –
tout en gardant l'esprit tranquille. »

Andreas, 37 ans, est ravi de pratiquer son hobby en toute sérénité.



En cas de coup dur,
un montant de soutien de
CHF 250 000.–

en cas de paralysie médullaire consé-
cutive à un accident, avec dépendance
permanente du fauteuil roulant

Une souscription unique – une prévoyance à vie

Devenez dès maintenant membre permanent

Où que vous soyez dans le monde et quelle que soit votre situation, vos avantages demeurent toujours les mêmes. En tant que membre permanent, vous versez **une fois CHF 1000.–** et recevez CHF 250 000.– en cas de coup dur, à savoir en cas de paralysie médullaire consécutive à un accident avec dépendance permanente du fauteuil roulant.

Un seul paiement, pour une affiliation à vie: www.devenir-membre-permanent.ch



Fondation
suisse pour
paraplégiques