

Le dossier

Agissons pour demain !

Passion des étudiants

Coup de cœur

Sommaire

ÉDITO

Agissons pour demain! 03

DOSSIER : AGISSONS POUR DEMAIN !

Changements climatiques 04

Développement durable 06

Prendre soin de la vie : la santé environnementale au cœur de la profession 09

Hôpital zéro déchet : pour un développement durable dans les soins 11

Potagers urbains et jardins thérapeutiques 13

Sauvons notre peau! 17

Un peu de bon sens bon sang! 19

Pour en savoir plus 21

AGENDA

Vos prochains rendez-vous avec la santé 22

NOUVELLES DE L'ÉCOLE

L'ASI Suisse invitée de La Source 23

Après la politique, un peu de musique... 24

Les laboratoires d'enseignement et de recherche soufflent leur 1^{ère} bougie 25

NOUVELLES DE LA CLINIQUE

De l'ombre à la lumière 26

QUE SONT DEVENUS NOS DIPLÔMÉS

Johann Ripper 29

PASSION DES ÉTUDIANTS

Enya Emmenegger 32

LES SOURCIENNES RACONTENT...

Valérie de Gasparin-Boissier, dans l'ombre de Florence Nightingale. Pourquoi l'une et pas l'autre? 36

PORTRAIT

Mélanie Schmittler 39

DES CHEMINS QUI MÈNENT AUX SOINS...

Audrey Tissot-Daguette 43

LA RECETTE

Fondant au chocolat, cœur caramel et ses framboises 47

COUP DE CŒUR

Révolution silencieuse - Film documentaire suisse de Lila Ribí (2016) 48

FAIRE-PART

Nouvelles adresses, décès 50

Edito

AGISSONS POUR DEMAIN !

Impératif présent ! Engageons-nous, agissons, réagissons, réveillons-nous ! Mobilisons-nous pour sauver notre peau et celle de notre planète !

Résistons contre le gaspillage, la consommation irréfléchie, la surconsommation ! Osons manifester notre désaccord, partageons nos prises de conscience, usons de notre bon sens, soyons des éclaireurs, des acteurs pour aujourd'hui et DEMAIN !

Soyons critiques, avisés, concernés ! Il est encore temps d'agir et de réagir contre les menaces environnementales, cela nous regarde en tant que professionnels de la santé.

Comment sauvegarder la planète, veiller à la santé environnementale ? Comment être acteur, promoteur du bien-être des êtres humains dans un climat mouvementé voire très perturbé ?

Une palette de questions auxquelles nos auteurs livrent leurs réponses et démontrent leur engagement.

Envie de clore mon propos par deux citations de Pierre Rabhi¹ et une invitation.

« Si l'humanité ne prend pas conscience de son inconscience, on va droit dans le mur.² »

« La modération c'est ajuster l'indispensable et le nécessaire et réduire le superflu. Tant que nous ne réduirons pas le superflu, nous continuerons à être victimes de notre boulimie, car l'être humain est manipulé pour être insatiable.³ »

L'arrivée du printemps symbolise le renouveau où la nature nous comble de ses merveilles. Merveilles que je vous invite à savourer sans modération aucune...

Véronique Hausey-Leplat
Rédactrice Journal La Source
Institut et Haute Ecole
de la Santé La Source

¹ Agriculteur bio, romancier, poète. Fondateur du mouvement Colibris. Il appelle à « l'insurrection des consciences » www.pierrerabhi.org

² Pierre Rabhi : Manifeste pour la Terre et l'Humanisme : pour une insurrection des consciences (2011)

³ Pierre Rabhi : Il ne suffit pas de manger bio pour changer le monde : conversations avec Pierre Rabhi (2012)

PRENDRE SOIN DE LA VIE : LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE AU CŒUR DE LA PROFESSION

Heureuse d'être sur cette Terre que j'aime et admire, qui me ressource et dont je perçois mon appartenance.

Effectivement nous ne sommes pas seulement sur la Terre, nous en faisons partie et sommes liés à elle pour le meilleur et pour le pire.

Comme nous le savons tous, pour de multiples raisons, notre planète est en danger, en souffrance. Perte de la biodiversité, changement climatique, pollutions, pour ne citer que quelques-unes de ses maladies. La santé de la Terre est indissociable de la santé humaine. En effet, tout ce qui pollue la Terre nous contamine par le biais de l'eau que l'on boit, de l'air que l'on respire, des sols qui nous nourrissent. Boire, manger, respirer : les besoins fondamentaux (Virginia Henderson) pour la vie. De même Florence Nightingale, déjà, relevait l'importance d'un environnement naturel sain.

La planète Terre est, tout comme l'homme, un organisme vivant. Ainsi il est essentiel d'en prendre soin, comme nous le faisons des êtres humains grâce à notre métier d'infirmière. Promouvoir la vie est à la base de notre profession. En soignant, l'infirmière soutient, renforce et préserve la vie. Pour voir à ce qui est essentiel pour que la vie puisse continuer, c'est aussi intégrer dans nos pensées et notre agir cette attention particulière à ce lien indéfectible avec la planète Terre, ses habitants et ses écosystèmes.

Cette profonde et bouleversante prise de conscience m'a guidée dans la construction du module à option « Santé Environnementale » qui s'adresse aux étudiants de 3^{ème} année Bachelor de la Haute Ecole de la Santé La Source et de la Haute Ecole de Santé Vaud. Il existe depuis décembre 2009.

Ce module étudie les liens entre la santé et l'environnement. Il permet aux étudiants d'analyser les origines et les causes des nouvelles menaces environnementales (pollutions de l'air, de l'eau, du sol, perturbateurs endocriniens, champs électromagnétiques, changement climatique, etc.) et de réaliser leurs impacts sur la santé humaine et environnementale. C'est l'occasion pour les étudiants de réfléchir aux moyens d'actions tant personnels que professionnels afin de préserver la santé humaine et la santé de l'environnement.

Les étudiants ont l'opportunité de choisir un sujet de santé environnementale qui les motive et leur tient à cœur et de l'approfondir en vue de la validation du module. Cette validation consiste à écrire un article synthétique sur une problématique de santé environnementale. Les meilleurs articles sont

publiés dans la Revue « Soins Infirmiers » de l'Association Suisse des infirmières et des infirmiers (ASI) depuis mai 2013. À ce jour plus de 20 articles ont été écrits par des étudiants engagés. Consacrés à des thématiques très variées, ils explorent et questionnent tous le vaste domaine inhérent à la santé environnementale.

En guise d'illustration, voici quelques exemples de sujets choisis et travaillés par les étudiants :

- Les additifs alimentaires et l'hyperactivité chez l'enfant.
- Pesticides, impacts sur la santé et l'environnement.
- Les hyperfréquences des téléphones portables et l'infertilité.
- Les substances chimiques dans les cosmétiques.
- L'amiante.
- Les médicaments comme problème de santé environnementale.
- La surconsommation de viande: effets sur notre santé et sur l'environnement.
- Les OGM.
- Quels impacts le réchauffement climatique a-t-il et aura-t-il sur les allergies respiratoires ?
- Les microparticules dans l'air extérieur.
- La Stévia, édulcorant naturel ?
- Le Bisphénol A, les femmes enceintes et allaitantes.
- L'huile de palme, l'environnement et la santé.
- Les Phtalates dans les hôpitaux.
- Antibiorésistance, élevages intensifs et soins infirmiers, etc.

Lors de l'évaluation du module et de leurs apprentissages, les étudiants disent qu'ils ont « élargi leur vision de la profession, enrichi la compréhension de leur rôle de promotion de la santé tant en faveur de l'environnement que de l'être humain ». Cette approche santé environnementale leur permet d'« inscrire leur pratique dans une perspective de développement durable ». Ils s'expriment aussi sur leurs prises de conscience (parfois douloureuses) et leur volonté de s'engager, de modifier leurs comportements et de partager ces nouveaux savoirs avec leurs proches, les patients et les professionnels. La plupart ont déjà commencé à changer des aspects de leur vie quotidienne comme trier (et parfois tout jeter!) leurs produits cosmétiques en les remplaçant par des substances naturelles, changer leur manière d'acheter (plus local), de choisir les fruits et légumes (de saison et si possible bio), de ne plus utiliser les récipients en plastique pour réchauffer leurs repas, voire de s'engager dans une démarche « Zéro déchet »!

Une contribution pour Demain pour un monde plus sain parce que des alternatives innovantes existent et que futurs professionnels, professionnels et citoyens nous sommes en marche.

Nicole Froment
Maître d'enseignement
Institut et Haute Ecole
de la Santé La Source

SAUVONS NOTRE PEAU !

«La santé par la peau» est un projet de l'association *equiterre* visant à promouvoir la cosmétique maison, 100 % naturelle, auprès du grand public et notamment des jeunes ménages de condition modeste.

Pourquoi une association de promotion du développement durable soutient-elle activement cette alternative de consommation ?

Premièrement, car les substances contenues dans nombre de produits d'hygiène du quotidien s'avèrent, à terme, nocives pour notre santé. Et deuxièmement, parce que la cosmétique maison est une solution idéale pour s'orienter dès à présent vers les modes de consommation de demain ; bon marché, rapide, simple, saine et écologique, elle a tous les atouts pour séduire ceux qui désirent préserver leur santé, tout en ménageant l'environnement et leur porte-monnaie.

Bien sûr, il existe déjà de nombreuses façons de s'initier à la cosmétique maison – blogs, livres, site Internet, émissions, etc. Cependant, devant cette multitude d'informations, difficile parfois d'être certain que la recette dénichée est 100 % sans risque pour l'épiderme – et d'autant plus pour celui des tout-petits, bien plus fragile et vulnérable !

Grâce aux nombreux partenaires de la santé et spécialistes en formulation de cosmétiques maison impliqués dans ce projet, le guide et les ateliers sont à même d'offrir une information claire, synthétique et ciblée, ainsi qu'un set de recettes rapides, faciles, réalisables avec peu d'ingrédients et adaptées à la peau des jeunes enfants.

La santé par la peau est un projet imaginé par *equiterre* et dont la réalisation a été rendue possible grâce au soutien de nombreux partenaires. Promotion Santé Suisse, en premier lieu, qui nous a accordé son soutien dès le lancement du projet, mais aussi l'Institut et Haute Ecole de la Santé La Source, le journal *Terre&Nature*, le *Sanu Future learning*, *Green-Shop.ch*, les Laboratoires *Scientia-Natura* et bien d'autres, tous rencontrés durant la campagne *wemakeit*.



**Pour-
quoi La Source
soutient ce projet?**

Nous sommes traditionnellement très engagés dans la promotion de la santé. La dimension des perturbateurs endocriniens ainsi que l'ensemble des micro-polluants qui nous entourent nous préoccupe également. Nicole Froment, maître d'enseignement à La Source participe à ce projet. En effet, ces problématiques sont étudiées dans le cadre du Module Santé Environnementale décrit dans l'article «Prendre soin de la vie: la santé environnementale au cœur de la profession». Aussi, est-il important de lier la théorie à la pratique et surtout d'illustrer et de soutenir le changement, les pratiques innovantes telles que ce beau projet.

equiterre travaille actuellement à l'élaboration du guide, accompagnée de professionnels de la santé et des animatrices des ateliers, sa sortie est prévue fin 2017!

Si vous désirez en savoir plus sur l'avancée du projet et sur l'association **equiterre, rendez-vous sur www.equiterre.ch.**

Camille Rol
Cheffe de projets senior
equiterre