



Commentaire accompagnant les réponses aux questionnaires santé Année scolaire 2007-2008

Cette année, 24 interprètes (sur 32 membres actifs, sauf erreur) ont répondu à ce questionnaire, soit les 3/4 des membres !!!

Après « analyse » de ces questionnaires, voilà les points principaux qui ressortent...

- 6 interprètes (soit 1/4 des personnes ayant répondu au questionnaire) n'ont pas de douleurs particulières à signaler.
 - Aucun interprète n'a mentionné de douleur aux genoux, ni de problèmes de mémoire ou de concentration... Quelques interprètes ont toutefois mentionné une fatigue générale, due au climat de travail (stress, pression, tension, etc.) et qui peut se manifester par des troubles du sommeil ou une tendance à se fatiguer plus vite en travaillant.
 - Trois collègues souffrent de douleurs physiques estimées dues à l'interprétation en quatre parties du corps ou plus...
 - Les douleurs qui reviennent régulièrement chez les uns et les autres sont : les douleurs à la nuque (7/25), à l'avant-bras (7/25) et aux poignets (10/25, dont 3 ont des douleurs permanentes). Si les données générales sont relativement stables, les douleurs aux poignets sont toutefois en nette augmentation : l'an passé, cela concernait seulement 4 interprètes... Cette année, ce sont 9 interprètes qui souffrent des poignets !
 - Au rayon des « trucs et astuces » pour prévenir, atténuer ou guérir les maux : ostéopathie, acupuncture, yoga, pauses, massages, physio, méthode Grinberg, opérations, se mettre au vert, prendre de la distance, Feldenkrais, mouvements, détente, joie de vivre, faire des choses intéressantes chaque jour, utilisation d'attelles, réflexologie, course à pied, ménage, gymnastique, natation, relaxation, travail à temps partiel, étirements, shiatsu, boire beaucoup, avoir une bonne hygiène de vie, faire du sport, éviter les activités extra-professionnelles qui sollicitent les tendons...
- A votre bon cœur messieurs-dames!

Séverine Gamper, mars 2009