

Généralités sur la bobologie

Bobologie : terme qui permet de dédramatiser.

Etre rapide et efficace sans être expéditif cf fiche Attitude et positionnement des encadrants

1. Généralités

- **Le coin bobologie :**
 - l'installer dès le samedi
 - facile d'accès
 - fonctionnel
 - fiche d'utilisation HE et homéo
 - A portée de main : les outils les plus utilisés (Epinette-noire, Nux vomica, appareil tension) , miel + cuillères
- **Choix des produits:** La liste des produits a été étudié avec soin, elle est suffisante pour parer aux différents désagréments.
 - Vérifier en début et fin de chaque stage : l'état et la quantité des produits, la trousse de rando, les dates de péremption
 - Utiliser uniquement les outils définis par le réseau: comme dans toute entreprise, on utilise le matériel déterminé, on n'utilise pas ses outils personnels.
- **Accepter de ne pas pouvoir tout soulager**

2. Les problématiques les + fréquentes :

- Fatigue
- Nausées
- Maux de tête
- Sensation de vertige, tête cotonneuse
- Palpitations (perception des battements cardiaques, car estomac et intestins sont vides)
- Tachycardie
- Douleurs abdominales
- Courbatures
- Douleurs lombaires, sacro-iliaques
- Langue blanche, pâteuse

3. Les points bobologie dans la journée et en randonnée :

4 points RV systématiques :

- 8h 00-8h 30 = suivi personnalisé
- 9h 30-10h 00
- Retour de rando
- Après exposés

Le matin : suivi personnalisé.

- Surveillance de la tension, prise de poids et décision
- Miel, jus de fruit si nécessaire
- Evaluation de l'état des stagiaires, avant et après éveil matinal (Souvent amélioration après séance d'éveil matinal)

Pendant la randonnée : trousse de randonnées

- Repérer et rester avec les plus fragiles
- Rappeler qu'il faut boire
- Attention au soleil (insolation)
- Lors des pauses : demander, proposer (Epinette-noire)
- Piqûres d'abeilles, de guêpes... (venin thermolabile -> se détruit par la chaleur d'un mini moxa ou par défaut d'une cigarette)

Au retour de randonnée :

- Vérification tension artérielle chez les hypertendus
- Si problème pendant rando, envoyer le stagiaire en bobologie.
- Courbatures....

Le soir : après exposé

- Le plus fréquent : troubles du sommeil
- Stagiaires en process « Personne fragile » : à revoir systématiquement

Attitude : toujours professionnelle (cf fiche attitude)

- Rester calme
- Rassurer sans pour autant minimiser la plainte
- Si « crise » : éloigner la personne ou le groupe

4. Rappels :

- responsabilité des naturopathes
- utilisation des outils définis par le réseau
- transmissions au sein de l'équipe
- vérifier l'intégrité des produits et des trousse, dates de péremption

5. Divers.

En cas de malaise : envoyer chercher collègue ou responsable ce centre

Transmissions précises sur l'état du stagiaire :

- « Ça ne va pas » : ne veut rien dire !
- Préciser la nature des troubles: maux de tête, nausées, limite malaise....

Fiche d'urgence affichée en évidence dans un lieu de passage (tisanerie) sur laquelle sont notées les coordonnées de :

- médecins proches du centre
- SAMU
- Pompiers
- N° tel. du gîte
- N° tel. du responsable de centre

Cortisone (SOLUPRED en comprimés) : pour les problèmes d'allergie (urticaire important, œdème)

-> face à une réaction massive : appel du SAMU et demander au médecin si vous pouvez le donner et à quelle dose.