

les blouses en Vadrouille



Pour votre équilibre au quotidien

POUR DES SOIGNANTS, PAR
DES SOIGNANTS

Bienvenue

Bienvenue dans la communauté des Blouses en Vadrouille.

En rejoignant l'association, tu fais le choix de ne plus exercer seul(e). Tu intègres un réseau de soignants engagés, solidaires et animés par l'envie de partager, d'échanger et d'évoluer ensemble et de créer une sororité solide.

Les Blouses en Vadrouille est né d'un constat simple : nos métiers sont exigeants, prenants, parfois isolants... mais nous sommes plus forts ensemble.

Que tu sois infirmier(ère) libéral(e), remplaçant(e), étudiant(e) ou autre professionnel(le) de santé, ta place est ici.

Merci de faire partie de cette aventure humaine et professionnelle.

Sommaire

- 01 Présentation de l'association
- 02 Pourquoi nous rejoindre
- 03 Nos actions et événements
- 04 Tuteur et tutrice référents
- 05 Comment nous rejoindre ?

QUI SOMMES NOUS ?



Les Blouses en Vadrouille est une association créée en Île-de-France par des soignants pour des soignants née du constat que l'exercice libéral peut être exigeant, parfois isolant,.

Nous avons pour vocation d'accompagner les professionnels de santé libéraux dans leur parcours avec la volonté de nous rassembler autour de valeurs communes sur lesquelles repose nos actions

:

- Bienveillance : écoute, respect et non-jugement
- Solidarité : entraide entre pairs
- Bien-être : physique, psychique et émotionnel
- Professionnalisme : des échanges encadrés et responsables

L'association a pour objectif de :

- Créer du lien entre infirmières, infirmiers et soignants
- Rompre l'isolement professionnel
- Organiser des rencontres locales et nationales
- Favoriser les échanges d'expérience
- Développer un réseau solidaire à l'échelle nationale au-delà de l'aspect purement professionnel

POURQUOI NOUS REJOINDRE ?

Nous croyons qu'un soignant qui va bien est un soignant qui soigne mieux.

L'exercice libéral peut exposer à :

- La solitude professionnelle
- Le stress et la charge mentale
- Les doutes face aux situations de terrain
- La difficulté à prendre du temps pour soi

Les Blouses en Vadrouille existent pour créer des espaces de respiration, de partage et de soutien, afin de préserver votre équilibre personnel et professionnel.

Ce que l'adhésion t'apporte

En tant qu'adhérent(e), tu bénéficies :

- D'un accès prioritaire aux événements
- D'un réseau national de professionnels
- D'un espace d'échange et de soutien
- D'informations exclusives sur les projets à venir
- D'un sentiment d'appartenance à une communauté engagée

L'adhésion soutient le développement de l'association et permet d'organiser des actions et événements de qualité.



NOS ACTIONS & EVENEMENTS



Nous proposons régulièrement des actions axées sur le bien-être global des infirmiers libéraux et des autres soignants:

- Événements de détente (sorties, moments conviviaux, pauses bien-être)
- Activités physiques adaptées
- Ateliers autour de la gestion du stress et des émotions
- Temps d'échanges informels entre pairs

Ces événements sont pensés pour favoriser le lâcher-prise, le lien social et la reconnexion à soi.

TUTEURS & TUTRICES RÉFÉRENTS

Afin de faciliter les premiers pas dans le libéral, Les Blouses en Vadrouille peuvent proposer des tuteurs/ices référents.

Qui sont-elles ?

- Des infirmiers (ères) libérales volontaires
- Ayant au minimum 4 ans d'expérience en libéral

Leur rôle

- Être un premier contact
- Répondre à de petites questions du quotidien
- Échanger autour de situations rencontrées sur le terrain

⚠ Les tutrices n'ont pas vocation à se substituer aux organismes officiels ou aux instances professionnelles. Leur rôle est basé sur l'écoute, le partage d'expérience et l'orientation si nécessaire.



COMMENT NOUS REJOINDRE



L'association s'adresse :

- Aux infirmières et infirmiers libéraux nouvellement installés
- Aux professionnels souhaitant rompre l'isolement
- À toute personne désireuse de prendre soin de son bien-être dans l'exercice libéral

Rejoindre Les Blouses en Vadrouille, c'est intégrer une communauté dynamique et humaine.

- Participation libre aux événements
- Possibilité de devenir membre de l'association
- Engagement bénévole possible selon vos envies

Contacts et informations pratiques



Email :



Téléphone :



Réseaux sociaux :

N'hésitez pas à nous contacter, nous serons ravies de vous accueillir.

Tu n'es
pas seule



CONTACTEZ-NOUS

Lesblousesenvadrrouille@gmail.com

INSTAGRAM: LESBLOUSESENVADROUILLE