



ESPACE SANTÉ
MAISON MÉDICALE D'OTTIGNIES

Bienvenue à Espace Santé!

Brochure d'information destinée aux
patients d'Espace Santé

*Avenue des Combattants, 47/2 - 49 - 1340 OTTIGNIES -
010/40.22.65*

Notes

Un petit mot de présentation...

Toute l'équipe de la maison médicale Espace Santé vous souhaite **la bienvenue**.

L'objectif de cette brochure est de vous présenter **diverses informations** qui pourront vous aider à mieux comprendre le fonctionnement de la maison médicale dans laquelle vous vous inscrivez.

Au cours de ces pages, vous découvrirez une brève définition de ce que sont les maisons médicales et comment celles-ci ont vu le jour. Vous retrouverez également une partie dédiée spécialement à **Espace Santé**, où la mission ainsi que nos valeurs y sont présentées. Cela peut vous sembler ardu au départ, cependant nous vous encourageons à poursuivre la lecture au-delà de ces pages.

Nous vous réexpliquerons le **système du forfait**, son fonctionnement ainsi que ses particularités et ses exceptions.

De nombreuses informations quant à notre fonctionnement viendront à la suite de l'explication du forfait.

Pour conclure cette brochure, plusieurs de nos activités en **promotion à la santé** seront présentées.

Ces pages ne suffiront certainement pas à répondre à toutes vos questions, n'hésitez donc pas à nous interpeller lors de vos passages à la maison médicale !

Les maisons médicales

Un peu d'histoire...

Les premières maisons médicales sont apparues en Belgique en 1972 : elles sont nées de la fièvre idéaliste des Golden Sixties. Les fondateurs voulaient changer le monde dans un sens plus égalitaire, plus libertaire, plus fraternel.

La volonté des fondateurs était de:

- rapprocher les soignants et les soignés ;
- valoriser la pluridisciplinarité, c'est-à-dire la collaboration entre professionnels de formation différente ;
- combattre l'hospitalo-centrisme en repositionnant la médecine générale au centre du système de soins ;
- se mettre en priorité au service des plus défavorisés ;
- développer l'éducation pour la santé et la prévention.



Les maisons médicales

La Fédération des Maison médicales

La Fédération des Maisons Médicales (FMM) et des collectifs de santé francophones regroupe plus de 100 maisons médicales implantées sur le territoire de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Elle représente un mouvement pour une société plus solidaire, plus équitable et socialement juste.

Elle a pour objectif général de promouvoir une politique de santé basée sur un système de santé organisé à partir des soins de santé primaires, et en particulier de soutenir les Maisons médicales constituées d'équipes pluridisciplinaires qui cherchent à fonctionner selon un modèle de Centre de Santé Intégré (CSI).

Attention : toutes les Maisons médicales ne sont pas membres de la fédération et ne fonctionnent pas toujours selon ce modèle.

Les valeurs de la FMM sont :

- la solidarité ;
- la citoyenneté ;
- le respect de l'altérité ;
- l'autonomie.

Pour en savoir plus :

<http://www.maisonmedicale.org/Leur-charte-leurs-valeurs.html>

La FMM offre différents services :

- un service de développement et d'appui à la gestion ;
- un service de promotion de la santé et de la qualité (aides méthodologiques et formations) ;
- un service d'éducation permanente vers les professionnels de santé, vers les patients, vers les collectivités...
- un service d'étude et de recherche ;
- une publication: « Santé Conjuguée ».

Espace Santé a signé la charte de la FMM qui décrit un projet suivi sur le long terme par la Fédération.

Espace Santé

En deux mots...

La maison médicale « Espace Santé » a été **fondée en 1997** par trois médecins généralistes et un kinésithérapeute. Elle s'était dans un premier temps établie au numéro 79 de l'avenue des combattants et en 2008, l'ensemble de l'équipe a déménagé au numéro 49.

Étant trop à l'étroit au 49, nous avons décidé d'investir dans une extension, profitant de la construction d'un immeuble juste à côté de la maison. Nous y avons emménagé en novembre 2013 et avons terminé les travaux de rénovation du 49 début 2015. L'inauguration de nos bâtiments s'est déroulée en mai 2015.

Aujourd'hui, nous sommes une équipe de **24 travailleurs** et comptons 2200 patients inscrits au forfait.

Notre vision

La maison médicale est ouverte à tous.

Elle offre des soins de qualité,
personnalisés

à l'écoute du patient et de son vécu,
tout en le rendant autonome et responsable.

Les soins sont donnés par une équipe
motivée, solidaire et transdisciplinaire,
où chacun a su développer ses compétences et ses qualités,
dans une structure permanente,
respectueuse des personnes et des savoirs,
en synergie avec le tissu associatif.

Espace Santé

Notre slogan...

*Dans un idéal commun,
la bonne personne
au bon moment*

Notre mission

La mission d'Espace Santé est de proposer des **soins de santé globaux, continus et intégrés** de 1ère ligne.

Elle peut le faire grâce à une **équipe transdisciplinaire**
soucieuse de la qualité des soins,
ouverte et respectueuse de la différence de l'autre,
en relation avec le **réseau psycho-médico-social**.

Quelques mots d'explication s'imposent pour tous ces termes ...

- **Soins de santé globaux**

C'est-à-dire qui tiennent compte de tous les aspects de la santé : médicaux, psychologiques, sociaux, culturels et environnementaux.

- **Soins de santé continus**

Ce sont des soins dispensés par une équipe de thérapeutes qui travaille dans une logique de suivi à long terme, de la naissance jusqu'à la fin de la vie.

- **Soins de santé intégrés**

Ce sont des soins qui englobent aussi bien les aspects préventifs que curatifs et palliatifs mais également la promotion de la santé.

- **Équipe transdisciplinaire**

C'est une équipe qui dépasse le cloisonnement entre les disciplines. Chacun enrichit et est enrichi par les compétences de l'autre. Ce fonctionnement va au-delà de la multi – ou pluridisciplinarité qui consiste au simple échange d'informations entre disciplines (*plus d'informations en p.13*).

- **Réseau psycho-médico-social**

C'est l'ensemble des organismes qui ont une action, quelle qu'elle soit, pour le bien-être de la population.

Espace Santé tente de maintenir des contacts privilégiés avec certains partenaires locaux.

Notre philosophie : les mots clés

- **Globalité des soins**

Il est nécessaire d'être attentif au contexte de vie de la personne pour proposer des soins de santé globaux.

- **Accessibilité**

La maison médicale Espace Santé favorise :

- ◇ l'accessibilité financière en ayant choisi de fonctionner selon le système du forfait (*voir pages 20-26*) ;
- ◇ l'accessibilité géographique par son choix de limiter son territoire à la commune d'Ottignies-Louvain-la-Neuve.

Elle est également attentive aux différences culturelles.

- **Partenariat**

L'équipe de la maison médicale imagine la relation soigné(s)-soignant(s) comme étant un accompagnement qui propose le « faire avec » plutôt que le « faire pour ». Il s'agit donc dans ce cas-là plus d'un partenariat que d'un accompagnement.

- **Promotion de la santé et participation communautaire**

À la maison médicale, le travail en réseau et la prise en compte de chaque individu comme partenaire de soins permettent d'inscrire nos activités dans ce type de processus. (*Voir pages 31 et suivantes*).

- **Transdisciplinarité**

Notre mode de fonctionnement

Quelques principes

- Équipe autogestionnaire non hiérarchisée organisée en association sans but lucratif relevant du secteur privé.
- Partage de compétences, de responsabilités et de pratiques grâce, entre autres, à des réunions pluri- et mono-disciplinaires.
- Relation interactive avec la population.
- Implication dans le réseau local et le travail de quartier.



L'autogestion

La maison médicale « Espace Santé » est une structure autogestionnaire, c'est-à-dire que chaque travailleur peut être membre de l'**Assemblée générale (AG)** de l'ASBL et participer à l'organisation et à la gestion des projets.

Le **Conseil d'administration (CA)**, élu par l'Assemblée générale, est composé de minimum trois membres effectifs. Il se réunit autant de fois que la gestion le nécessite. Le Conseil d'administration peut désigner parmi ses membres un président, éventuellement un vice-président, un trésorier et un secrétaire. La gestionnaire de la maison médicale est invitée permanente aux réunions du Conseil d'administration.



La transdisciplinarité

À Espace Santé, nous visons la transdisciplinarité qui va plus loin que la pluri- et l'interdisciplinarité

Le travail en équipe **pluridisciplinaire**, ou multidisciplinaire, se traduit par l'association de différentes disciplines : une sorte de cohabitation plus ou moins harmonieuse.

L'interdisciplinarité implique l'interaction entre les différentes disciplines, chacun s'ouvrant au regard et à la compétence de l'autre.

La **transdisciplinarité** va plus loin, chaque intervenant s'enrichit de l'expérience et du point de vue des autres disciplines afin de créer une nouvelle opinion, une nouvelle compétence collective et, partant, une nouvelle discipline. Ce processus permet de réfléchir autrement une problématique dès le moment où chaque intervenant est capable d'entendre un avis pertinent d'un collègue, ouvrant ainsi la porte à de nouvelles réponses que ce soit face à une situation individuelle ou face à des problèmes de santé publique.

La transdisciplinarité implique une coresponsabilité :

Nous sommes tous responsables de la prise en charge du patient.

Concrètement pour mettre cela en mouvement nous nous rencontrons régulièrement en équipe pour partager une situation d'un patient mais aussi entre soignants intervenant auprès d'un même patient pour échanger nos observations, difficultés, réflexions, encouragements...

Nous prenons également le temps pour réfléchir en équipe sur nos pratiques.

L'organisation de l'équipe

Voici un bref aperçu des différents « secteurs » et de leur quotidien :

L'accueil est la plaque tournante et a une fonction capitale au sein de la maison médicale. Son tout premier rôle est d'être l'interface entre tous les acteurs d'Espace Santé.

L'accueillante est la personne qui reçoit la demande et oriente celle-ci, mais c'est également quelqu'un qui offre une écoute aux patients. Dès lors, l'intégrer dans l'équipe soignante a tout son sens. Les personnes chargées de l'accueil assurent également une part du travail administratif, la gestion des rendez-vous de la plupart des membres de l'équipe, le classement des protocoles et des dossiers... L'accueil c'est aussi un lieu qui se veut chaleureux et qui permet la confidentialité des échanges si nécessaire.

Le secteur de **médecine générale** prend en charge les soins curatifs et participe aux actions de prévention ainsi que d'éducation pour la santé.

Les contacts avec les patients se font uniquement sur rendez-vous. Ils ont lieu en consultation ou en visite à domicile.

Tous les patients inscrits dans les maisons médicales au forfait ont d'office un Dossier Médical Global (DMG). Celui-ci engage le médecin à tenir à jour un certain nombre de données dans le dossier du patient.

Le secteur de la kinésithérapie prend en charge notamment les pathologies ostéo-articulaires et musculaires, la kinésithérapie respiratoire, pré- et post-natale, la relaxation, la prévention des lombalgies et autres activités collectives. Ces soins sont dispensés soit en consultation, soit à domicile mais toujours sur rendez-vous.

Nos kinés sont disponibles pour vous aider à dépasser toute problématique fonctionnelle que vous pourriez rencontrer dans votre quotidien.

Le secteur des soins infirmiers prend en charge un ensemble d'actes infirmiers dont les prises de sang, les soins de plaies, les injections, les toilettes, etc. De plus, ce service propose une aide à la gestion des médicaments, des séances d'éducation pour la santé et l'accompagnement des pathologies chroniques.

Dans ce sens, un dispensaire et des visites à domicile sont organisés.

La cellule psycho-sociale répond à toute demande sociale qu'elle soit d'ordre administrative ou autre, de manière ponctuelle ou à long terme. Il accompagne le patient tout au long de ses démarches et participe ainsi à la prise en charge globale du patient, en interdisciplinarité avec les autres secteurs.

Travaillant principalement en réseau, le travailleur social peut être amené à orienter le patient vers une structure plus spécialisée.

Le travail social est donc un travail à la fois individuel et collectif et un travail de collaboration et de réseau.

Le secteur de **promotion de la santé** développe des activités visant la population locale, en partenariat avec le réseau dans le but de renforcer les aptitudes et les capacités des individus afin de leur permettre de rester ou redevenir acteur de leur santé.

C'est ainsi que les activités de promotion de la santé à Espace Santé se réalisent avec la collaboration de travailleurs de différents secteurs professionnels mais surtout en co-construction avec les usagers de la maison médicale et du réseau.

Le secteur administratif assure la gestion administrative et financière de la maison médicale. Ce secteur s'occupe également de la gestion administrative du personnel ainsi que de la gestion des ressources humaines.

Finalement, il est compétent pour la gestion de la communication interne-externe, ainsi que la gestion de l'infrastructure.

L'équipe actuelle

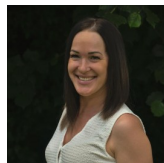
4 accueillantes



Christine
PONZODA



Maud
Deceulaer



Virginie
MERNIER



Christine
SBOLGI

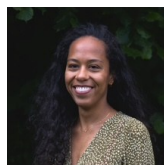
5 médecins généralistes



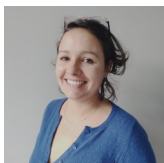
Jehanne
HAVET



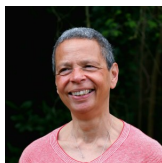
Patricia
RUBBERS



Elise
STRYPSTEIN



Rinske
BLOM



Maïté
CARBETY

2 médecins généralistes assistants

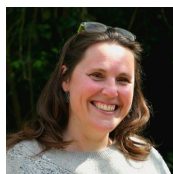


Meryem
DERRAZ



Juliette
GILBERT

5 kinés



Émilie
DE
FALLOISE



Marie-Cécile
LANTSOGHT



Aurélie
STOCK



Juliette
DERNY



Noéline
WAUTERS

3 infirmiers



Guillaume
DELVIGNE

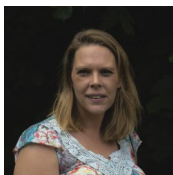


Béatrice
YSEBOODT



Sylvie
DEKNOP

2 intervenantes psychosocial



Veronique
GALLANT



Véronique
CAPART

1 coordinatrice en promotion de la santé



Christine
SBOLGI

5 collaborateurs administratifs



Maxime
FRENOT



Virginie
MERNIER



David
COURTOIS



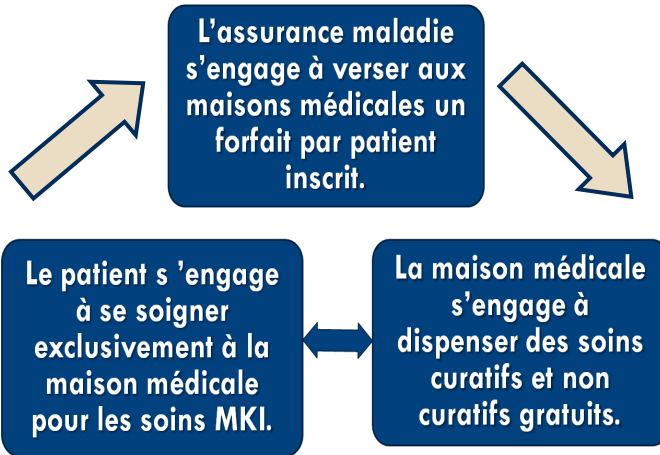
Caroline
CALLEWAERT



Maud
DECEULAER

Le Forfait

Le financement



* MKI = Médecins, kinés, infirmières

- Le système de financement est basé sur la solidarité. Ce mécanisme permet de développer des actions de prévention et donne une grande liberté aux maisons médicales dans le choix de leurs actions.
- Le forfait est calculé par l'INAMI. Pour ce calcul, l'INAMI élabore un profil moyen de notre patientèle en tenant compte de 41 critères comme l'âge, la pathologie, le statut mutuel, etc. Le forfait mensuel moyen de l'ensemble des Maisons médicales est d'environ 35€ par patient inscrit au forfait. Il est recalculé tous les ans.
- A cela s'ajoute des subsides publics pour l'organisation de l'accueil, de la coordination, de la santé communautaire, du travail en réseau et de la fonction d'observatoire de la santé.
- Attention! Il faut préciser que toutes les maisons médicales ne fonctionnent pas au forfait.

Le Forfait

Les droits et les devoirs de chacun

Nos engagements envers vous sont de :

- Permettre un accès financier aux soins par le système solidaire du forfait
- Être attentif à prendre en compte votre contexte de vie pour offrir des soins de santé globaux
- Assurer la continuité des soins
- Travailler en transdisciplinarité dans l'équipe.

Vos engagements envers Espace Santé sont de :

- Être et rester en ordre de mutuelle
- Être résident sur la commune d'Ottignies-Louvain-la-neuve
- Ne venir qu'à la maison médicale pour les soins de médecine générale, les soins infirmiers et de kinésithérapie.
- Prévenir, le plus vite possible, de tout changement administratif (changement d'adresse, de numéro de téléphone, de mutuelle, etc.)

Le Forfait

Inscription et désinscription

L'inscription à la maison médicale est à durée indéterminée. Cependant à tout moment elle peut prendre fin sur décision d'une des trois parties (patient, mutuelle ou Maison médicale). La désinscription ne sera effective qu'après un délai de 1 à 2 mois (à la fin du mois qui suit le mois de signature des documents de désinscription).

La zone d'action de la maison médicale est limitée à la commune d'Ottignies-Louvain-la-Neuve.

En cas de déménagement :

- **Dans la zone de la maison médicale**, il n'y a pas de changement de votre inscription : il vous suffit de nous communiquer vos nouvelles coordonnées.
- **Hors de la zone de la maison médicale**, la désinscription sera obligatoire. En effet, la zone d'action d'Espace Santé est limitée pour des raisons pratiques (comme les visites à domicile, par exemple). C'est aussi nécessaire pour nous permettre d'avoir une action pertinente dans le réseau et une action locale de promotion de la santé.

Le Forfait

Exceptions et particularités

Le système du forfait vous impose de venir à Espace Santé pour les soins de médecine générale, de kiné et infirmiers. Vous ne pouvez donc pas consulter ailleurs pour ces trois types de soins.

- **La continuité des soins : les gardes des médecins**

La Maison médicale a l'obligation d'assurer la continuité des soins mais cela ne veut pas dire qu'elle doit elle-même les assurer.

Tous les jours de 18h30 jusqu'au lendemain à 8h ainsi que les week-end, la garde médicale pour les urgences est assurée à tour de rôle par différents médecins généralistes de la région. Il vous faudra donc payer leur visite. Si vous amenez l'attestation de soins de ce médecin (et votre numéro de compte) la maison médicale vous remboursera le tiers payant

A partir de 08h jusqu'à 8h30, en cas d'urgence, c'est le numéro des urgences de la maison médicale qu'il faudra appeler.

- **Impossibilité de venir à Espace Santé à cause de la distance.**

Si vous avez un besoin urgent d'un médecin généraliste et que vous êtes loin de la maison médicale

1. En Belgique : c'est le même fonctionnement que pour les gardes. Il faut d'abord payer le soignant extérieur et ensuite venir avec l'attestation à la maison médicale.

1. A l'étranger : c'est votre mutuelle qui prendra cela en charge.

- **Soins kiné et infirmiers à l'extérieur pour débordement et/ou spécialisations**

La Maison médicale remboursera les soins kinés et/ou infirmiers extérieurs si vous avez demandé l'autorisation avant le début du traitement. Si vous avez obtenu l'accord du kiné de la maison médicale vous pouvez demander le remboursement des soins. Vous remettez l'attestation de soins à l'accueil. La maison médicale vous remboursera les soins sur base des prix fixés par la convention médico-mutualiste : le tiers payant (partie à charge de la mutuelle) et le ticket modérateur (la partie à charge du patient).

En conclusion :

Il faut donc toujours passer par les soignants d'Espace Santé avant de faire appel à :

- un médecin généraliste extérieur à la MM sauf dans le cas de la garde et de soins de médecin généraliste effectués en « urgence » hors de la zone de la maison médicale
- un kiné extérieur
- un service infirmier extérieur

et payer les prestataires de soins avant de venir avec l'attestation à la maison médicale pour le remboursement.

L'équipe administrative procède aux remboursements une fois par mois.

En résumé

« Je voudrais consulter en dehors de la maison médicale alors que je suis inscrit au forfait est-ce possible? »

Pour la médecine Générale

NON

Sauf 2 exceptions :

- Consultation durant la garde
- Consultation « d'urgence » en Belgique en dehors de la zone de la M.M.

Pour la kiné et les soins infirmiers

NON

Sauf si :

Autorisation préalable d'un travailleur d'Espace Santé.

Si accord préalable pour consulter à l'extérieur pour les soins kiné et/ou infirmiers

1. Vous payez d'abord vous-même le soignant extérieur
2. Vous déposez l'attestation de soins à l'accueil
3. Nous vous remboursons la totalité de la consultation (selon les tarifs officiels de l'INAMI).

Pour les spécialistes

OUI

Par exemple : cardiologue, ophtalmologue, gynécologue, urologue, chirurgien ...C'est la mutuelle qui vous remboursera le tiers payant.



Sachez que la plupart des homéopathes, ostéopathes, psychomotriciens, acupuncteurs, médecins sportifs, nutritionnistes utilisent pour leurs attestations de soins des numéros de nomenclature de médecine générale ou de kinésithérapie.

Ces soins sont alors considérés par la mutuelle comme des soins de médecine générale ou de kinésithérapie et ne sont donc pas remboursés par la mutuelle aux personnes abonnées en Maison médicale.

Pour information : sachez qu'en cas d'hospitalisation il n'y a pas de particularité liée au forfait. Votre mutuelle procèdera au remboursement comme précédemment.

Informations pratiques

Coordonnées utiles

Téléphone de l'accueil : **010/40 22 65**

Pour la garde des médecins: à partir de 18h et jusqu'au lendemain à 8h, vous pouvez contacter le Poste de Garde du BW Centre au **1733**

Numéro de garde pour les « urgences » médicales entre 08h et 08h30 et sur les temps de midi en semaine : 0499/90.09.88

N'hésitez pas à visiter le site de la maison médicale:
www.mmottignies.be

Si vous souhaitez recevoir nos informations concernant les projets de promotion de la santé par e-mail, envoyez-nous votre adresse e-mail à **promotion.sante@mmottignies.be**

L'adresse e-mail d'Espace Santé : **espacesante@mmottignies.be**

- **La Maison médicale**

L'accueil de la maison médicale est ouvert tous les jours de 8h à 13h et de 14h à 19h (fin des appels téléphoniques à 18h30). Sauf le mardi où nous sommes fermés de 12h à 15h pour permettre à tous les travailleurs d'être présents à la réunion d'équipe.

- **La médecine générale**

Des médecins sont présents de 8h à 18h30.

Toutes les consultations se font sur rendez-vous.

Des visites à domicile sont possibles si :

- demandées le plus tôt possible en matinée
- pour des personnes ne sachant pas se déplacer pour des raisons médicales
- la demande est « urgente », c'est-à-dire qu'elle ne peut être reportée au lendemain

- **Les soins de kinésithérapie**

Les kinés travaillent de 8h30 à 19h et ils répartissent leur temps de travail entre des rendez-vous à la maison médicale et des visites à domicile. En général on vous demandera de laisser votre demande de soins à l'accueil et un des kinés vous recontactera pour fixer avec vous les rendez-vous.

- **Les soins infirmiers**

Tous les matins de 8h à 10h les infirmières tiennent un dispensaire sur rendez-vous uniquement pour des prises de sang et des pansements, par exemple.

De 8h à 13h ce sont les soins à domicile. Pour les demandes de soins à domicile, il vous faudra passer par l'accueil de la maison médicale.

Le mercredi après-midi, de 14h à 17h, il y a aussi un dispensaire qui fonctionne sur rendez-vous. C'est pendant cette plage horaire que vous pourrez venir pour faire des vaccins, enlever des verrues, faire des pansements, des prises de sang non à jeûn, etc.

- **La cellule sociale**

Les horaires de la cellule sociale sont variables en fonction des besoins et des demandes.

Autres informations pratiques

Comment prendre rendez-vous?

Pour prendre un rendez-vous, contactez la Maison Médicale par téléphone au 010/40.22.65

Renouvellement d'ordonnances?

Il faut le demander à l'accueil avec un délai de 48h.

Ces demandes peuvent se faire soit par téléphone ou soit en passant à la maison médicale après 10h. Vous avez également la possibilité de commander votre ordonnance via notre site web : **www.mmottignies.be**

Le délai de préparation reste identique.

Retard?

Par respect pour les soignants et l'ensemble des patients, les personnes qui arrivent en retard à leur rendez-vous ou qui annulent celui-ci en dernière minute, peuvent se voir refuser un nouveau RDV le même jour.

À noter qu'au-delà d'un retard de 10min, votre rendez-vous sera susceptible d'être reporté.

Autres informations

Le réseau Santé Wallon

Qu'est-ce que le partage de données médicales ?

Le Réseau Santé Wallon est une plateforme qui permet **l'échange des documents informatisés de santé d'un patient (résultats d'examens, rapports médicaux, courriers, etc.) entre les prestataires de soins intervenant dans sa santé**. Certains patients confondent cette nouveauté avec le dossier médical global (DMG), qui est plutôt un accord administratif avec les mutuelles et le médecin généraliste en charge.

Ce partage de données est donc un outil pour les médecins qui vous prennent en charge (urgentiste, spécialiste, généraliste de la maison médicale, médecin de garde, etc.) qui pourront dorénavant avoir instantanément accès à vos documents médicaux, ce qui **facilite grandement votre prise en charge**.

Concrètement, en quoi cela pourrait vous intéresser ?

Imaginons qu'un de vos proches fasse un malaise lors d'un déplacement et qu'il soit conduit aux urgences de l'hôpital le plus proche. Les médecins, n'ayant pas connaissance de son dossier, risquent de faire une batterie d'examens. La prise en charge pourrait être plus rapide, plus sûre et/ou plus efficace si ceux-ci avaient eu accès au dossier médical du patient (dans lequel sont mentionnés ses antécédents, ses traitements passés et en cours, ses éventuelles allergies et intolérances...).

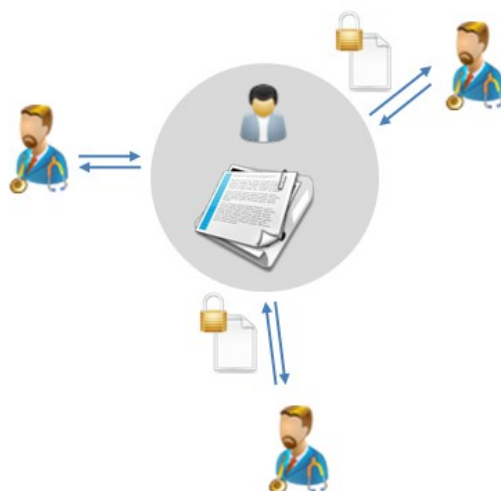
Autres informations

Le réseau Santé Wallon

Vous trouverez plus d'informations sur le site du Réseau Santé Wallon : **www.rsw.be**

Si vous êtes intéressé, voici trois possibilités pour vous inscrire :

- En consultation avec un médecin de la MM. N'hésitez pas à prendre un RDV uniquement pour vous inscrire au RSW.
- De chez vous, par le biais de votre carte d'identité électronique (et le code PIN) et via l'application sur le site www.rsw.be



La promotion de la santé

Définition des concepts

La santé publique

La santé publique désigne à la fois l'état sanitaire d'une population apprécié via des indicateurs de santé (quantitatifs et qualitatifs, dont l'accès aux soins), et l'ensemble des actions susceptibles de soigner, de promouvoir la santé et d'améliorer les conditions de vie grâce à la mise en place d'une politique de santé en lien avec cet état sanitaire.

La mission d'observatoire de la santé de la maison médicale contribue au développement de la santé publique autant par ses missions curatives que préventives.

La promotion de la santé

Par promotion de la santé, on entend le processus qui vise à permettre à l'individu et à la collectivité d'agir sur les facteurs déterminants de la santé et ce faisant d'améliorer celle-ci en privilégiant l'engagement de la population dans une prise en charge collective et solidaire de la vie quotidienne alliant choix personnel et responsabilité sociale.

La vision développée par la charte d'Ottawa (1986) implique la mise en œuvre de diverses stratégies :

- Élaborer une politique publique favorisant la santé
- Assurer des milieux favorables
- Développer les aptitudes personnelles
- Réorienter les services de santé
- Renforcer l'action communautaire.

À la maison médicale, le travail en réseau et la prise en compte de chaque individu comme partenaire de soins permettent d'inscrire nos activités dans ce type de processus.

L'éducation pour la santé

L'éducation pour la santé vise à accroître :

- les connaissances et les compétences des individus sur la santé, la maladie et l'utilisation du système de santé afin de modifier des comportements dans le but de prévenir un facteur de risque bien déterminé ;
- la prise de conscience des facteurs sociaux, politiques et environnementaux qui exercent une influence sur la santé.

L'éducation pour la santé est également le moyen mis à disposition du patient pour qu'il puisse s'impliquer dans sa santé et augmenter ainsi son autonomie.

Pour être efficace, elle doit s'inscrire dans le temps et prendre en compte le contexte et les besoins de chacun, de même que l'éventualité d'un « non-besoin ». Elle nécessite au préalable une relation de confiance et peut commencer pour développer cette relation par de l'information personnalisée et adaptée et un travail sur les représentations. Elle peut se réaliser de manière individuelle ou collective selon les objectifs poursuivis. Le collectif est particulièrement approprié pour de l'échange d'expériences et de compétences entre patients.

La santé communautaire

Cette stratégie vise le changement social et contribue à développer le droit à la santé pour tous ; elle se caractérise par une base collective et un processus participatif entre tous les acteurs concernés inclus notamment dans le réseau. La santé communautaire est une pratique basée sur la solidarité, le dialogue, le partenariat avec l'utilisation des compétences de chacun, ainsi que sur un engagement sincères des partenaires en fonction des capacités de chacun. La population passse du rôle de bénéficiaire passif à celui d'acteur ou plutôt d'auteur.

La prévention

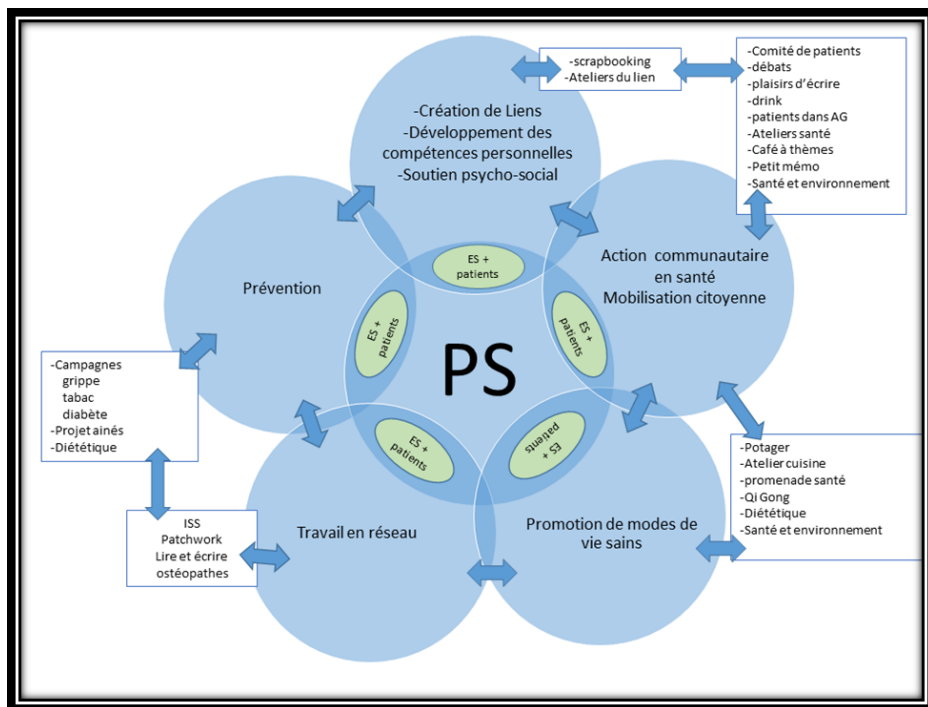
Tout ce qui permet de prévenir et éviter les problèmes de santé, la maladie et les accidents et d'en diminuer l'aggravation.

La promotion de la santé

De nombreuses actions sont réalisées par la Maison médicale Espace Santé. Les patients et les travailleurs ont la possibilité de s'impliquer dans divers projets. Chaque projet est co-construit avec les patients

Nos projets se structurent autour des 5 axes d'interventions favorables à la promotion à la santé et à la réduction d'inégalités sociales en santé développés par la Charte d'Ottawa.

Ils répondent aux besoins et aux demandes des patients et de la population. Les besoins sont déterminés par les patients via le comité des patients



La promotion de la santé

Espace Liens - Le Comité de patients

**Extraits du discours prononcé lors de l'inauguration
par Liliane LEROY, représentant le comité de patients :**



[...] C'était en hiver, 2011 , l'équipe d'Espace Santé a fait appel à quelques-uns d'entre nous pour ouvrir des palabres et lancer l'idée d'un comité de patients.

Pourquoi faire ? Comment ? Il ne me semblait pas y avoir d'objectifs précis. Mais où voulaient-ils nous emmener ? Qu'attendaient-ils de nous ? Qu'est-ce qu'on allait organiser ?... Il n'y a pas eu de réponse à ces questions mais un espace de rencontre, un espace où quelque chose pouvait « advenir » a été ouvert. Nous étions invités à un partenariat, à une co-construction d'activités pour favoriser le lien, la solidarité et la prise en compte de la santé, dans son acception la plus large, dans la prise en compte des déterminants sociaux de la santé .

Après quelques réunions et deux fêtes, « Espace Liens » est enfin né. A ce jour, nous n'y sommes pas nombreux mais les questions, elles, sont nombreuses. [...] Sommes-nous là seulement pour créer du lien ou aussi pour faire de l'éducation permanente ? Les débats sont ouverts: « mais c'est quoi l'éducation permanente ? Nous ne sommes pas là pour « éduquer », « mais l'éducation permanente, c'est tout sauf un enseignement ! C'est une co-construction critique et citoyenne ! », « Mais on ne va pas l'imposer ! »....

Toutes ces questions font partie de la construction même du projet. [...]Ce qui est sûr en tous cas, c'est qu'on partage les mêmes valeurs de respect des personnes, de solidarité, d'égalité.

La promotion de la santé

Nous avons déjà bien travaillé !

- ◇ Nous avons mis sur pied « **Plaisir d'écrire et de lire** », le journal des usagers d'Espace Santé qui permet à chacun.e de s'exprimer . Vous les trouverez dans les salles d'attente.
- ◇ Nous animons un **atelier Scrapbooking** depuis mars 2015. Devant le succès qu'il a remporté, il continue à accueillir celles et ceux qui veulent présenter, mettre leurs photos en scène.[...]
- ◇ Nous avons un **atelier potager** dans notre jardin. Le but de ce projet n'est pas d'avoir une production énorme de fruits et légumes mais bien de créer du lien entre les patients, de prendre plaisir se retrouver, d'échanger, d'apprendre , cultiver son jardin intérieur et extérieur...
- ◇ **Les ateliers du lien** est un projet d' échanges de savoirs entre patients : couture, peinture, bricolages...l'objectif est de partager et de développer sa créativité .

Nous avons également d'autres projets ponctuels comme des **ciné-débats** ou des **café papotes à thèmes** ou nous discutons d'un sujets santé avec un soignant.

Nous nous voyons **régulièrement en « comité »** mais faisons également des groupes de travail autour de projets concrets. Nous aimerions être plus nombreux.

Tous les bras et les têtes sont les bienvenus, chacun avec ses particularités, ses disponibilités, ses envies, et ce dans le comité ou dans les groupes de travail. Toutes les idées sont les bienvenues....c'est un peu l'auberge espagnole !

La promotion de la santé

Nos autres projets de promotion de la santé

Les promenades santé

Chaque 3ème samedi du mois, une promenade est proposée dans les environs de la maison médicale. Ces promenades sont co-organisées avec des patients de la maison médicale.

Les cours de Qi Gong

Le Qi Gong allie respiration et mouvement, pour atteindre l'harmonie et le calme intérieur. C'est une pratique sportive douce qui se déroule chaque vendredi.

Le Petit Mémo Santé

« Le Petit Mémo Santé » est notre périodique. Il est publié trimestriellement et peut vous être envoyé par e-mail si vous en faites la demande.

Différents objectifs sont à l'origine de ce livret, notamment l'envie de sensibiliser les patients sur certains points de santé ou encore faire participer les patients par la publication de certains de leurs articles. Cette publication nous permet également d'informer les patients sur les activités de la Maison médicale et du réseau.

Notre Comité de patients, Espaces Liens, annonce ses diverses activités du trimestre à venir.

Vers une vie sans tabac

L'ensemble de l'équipe de la maison médicale est là pour soutenir toute demande d'arrêt du tabac. Nous avons au sein de la maison médicale 2 tabacologues.

Nous proposons 3 fois par an des matinées de dépistage où sont effectués 3 tests différents : une spirométrie (pulmonaire), un test à l'effort et un bilan des facteurs de risque cardio-vasculaires.

Alimentation saine

Manger sainement est important .

Nous proposons tous les 3 mois des ateliers de cuisine co-organisés avec les patients; Cela nous a permis de faire de belles découvertes gustatives. Certaines recettes ont été compilées dans un recueil accessible par demande.

Le diabète

Espace Santé tente d'établir un état des lieux du diabète pour les patients de la maison médicale. Les objectifs sont multiples : améliorer la prise en charge des patients diabétiques, améliorer la transdisciplinarité ou encore travailler sur la circulation de l'information concernant les patient diabétiques. Un suivi éducatif individuel est assuré par une infirmière spécialisée en éducation des patients diabétiques.

La promotion de la santé

Diagnostic et interventions sur les inégalités sociales en santé (ISS)

Depuis 2013, la maison médicale en partenariat avec la Cellule de Développement Communautaire de la ville d'Ottignies—Louvain-la-Neuve, le CLPS et l'ONE propose des temps de rencontres et de paroles mais aussi des entretiens individuels pour récolter les avis des personnes (cela s'est fait en groupe et pour des familles) de la commune au sujet du bien-être.

Les vaccinations

Par cette action, l'équipe veut sensibiliser les patients et les professionnels de la maison médicale, en respectant le choix de se faire vacciner ou pas. Concrètement, deux activités sont mises en place :

- Sensibiliser tous les usagers aux règles d'hygiène, transmettre une information critique...
- Sensibiliser les groupes à risque et les inviter à la vaccination.

Autres projets ponctuels

Restez attentifs car des projets ponctuels émergent chaque année : santé environnement, parentalité, lombalgies, débats citoyens ou autres.... La santé englobe de multiples facettes !

Education à la santé digitale

La pandémie Covid a rendu l'accès aux plateformes de santé digitale incontournable et par ce fait a accentué la fracture numérique et l'exclusion de celles et ceux qui n'ont pas accès aux outils numériques.

L'accès et l'usage des technologies numériques sont devenus des facteurs qui influencent l'état de santé de la population.

Les médecins sont actuellement sur-sollicités pour répondre aux demandes des patients liées à la crise sanitaire (prise de rendez-vous pour test PCR, résultats de test, covidsafe tickets, etc).

Ces démarches, souvent fort compliquées, peuvent être une source d'angoisse et de solitude, particulièrement chez les personnes âgées et plus vulnérables.

Nous pensons donc qu'il est important de renforcer les compétences en santé numérique des patients et des habitants de la commune d'Ottignies-Louvain-la-Neuve.

En facilitant l'accès au numérique vous aurez une plus grande autonomie sur votre suivi de santé ce qui vous engagera davantage dans un processus de promotion de la santé et de prévention de la maladie.

C'est pour cette raison que nous organisons des séances d'informations exploratrices de la page web www.masante.belgique.be. En collaboration avec l'EPN de la ville.

Toutes nos activités sont affichées sur les écrans dans les salles d'attentes et publiés dans nos petits journaux.

N'hésitez pas à demander plus d'information à l'accueil ou a nous envoyer votre adresse email sur l'adresse :

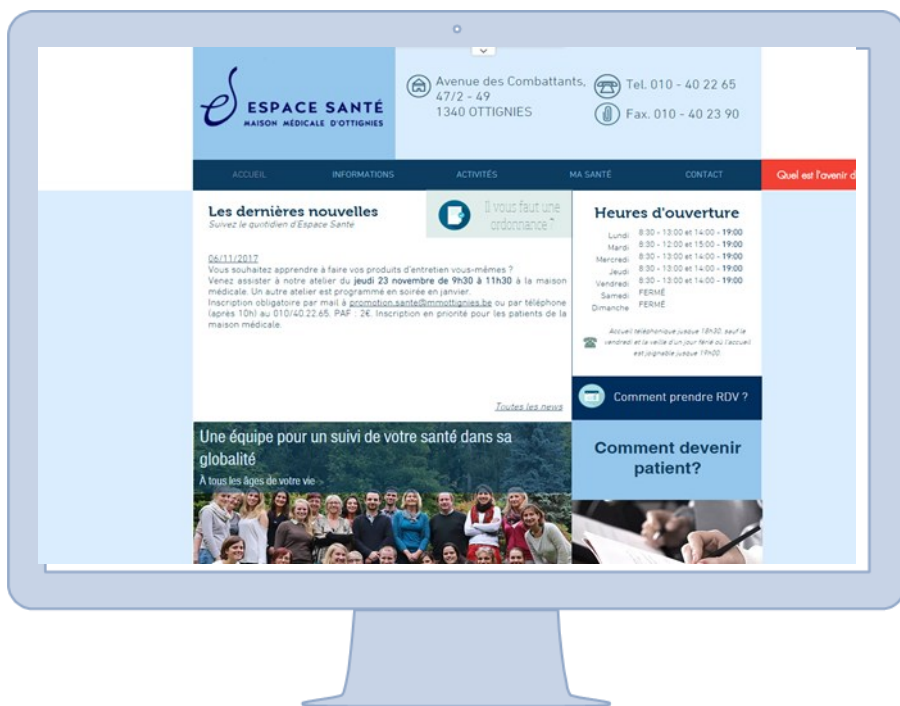
promotion.sante@mmottignies.be Nous vous tiendrons dès lors au courant de nos activités par courrier.

Notes



Pour plus d'informations, consultez notre site web:

www.mmottignies.be



ESPACE SANTE maison médicale d'Ottignies ASBL

Siège social : Avenue des Combattants 47/2-49 1340 Ottignies-Louvain-la-Neuve

Numéro d'entreprise : 0462231130 – RPM Nivelles

INAMI : 82550067111 - ASI n° 14