

Exp. : Maison médicale,
rue du Ténimont, 35
6940 Barvaux-sur-Ourthe
086 212752

N° 113 juillet-août-sept. 2024

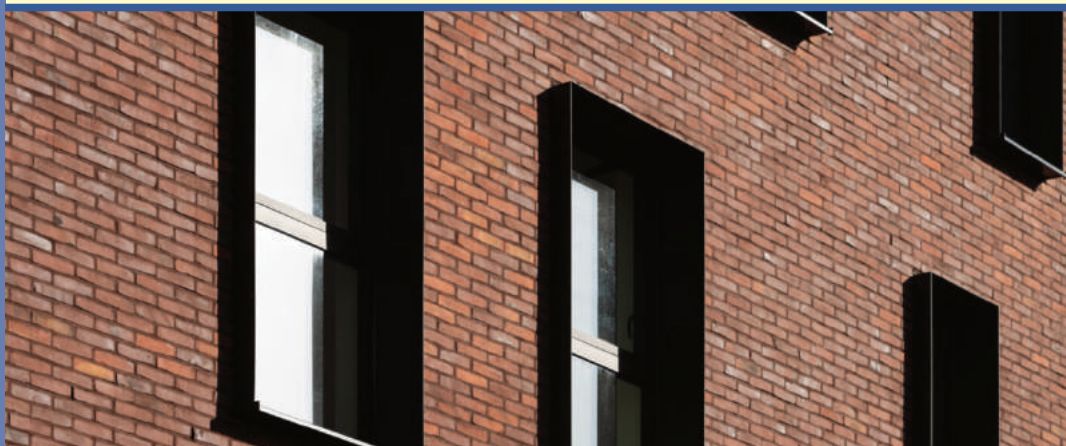


PB-PP | B-06940
BELGIE(N) - BELGIQUE

Bureau de dépôt Liège X P501232



www.mmbarvaux.be



Quel est votre regard sur la Maison médicale ?

Été 2024

Des patients et des soignants de la Maison médicale partagent leurs expériences, leurs connaissances, leurs lectures.

Dans ce numéro :

- **Qu'est-ce qu'une maison médicale**
- **Quel est votre regard sur votre Maison médicale**
- **Collaborations : ensemble, on avance plus loin**
- **Carte blanche : Santé et environnement à Durbuy**

Le magazine des
patients et des
soignants de la Maison
médicale de Barvaux.

Distribué exclusivement
aux patients inscrits,
aux soignants et aux
associations
partenaires.

Édit. resp. : JC Lesire,
vieux chemin de Wéris,
12 6940 Durbuy



Avec le soutien du Fonds européen agricole pour le développement rural. "L'Europe investit dans les zones rurales".

Une maison médicale qu'est-ce que c'est ?

Une maison médicale...

... C'est une équipe composée de différents métiers : médecins, kinésithérapeutes, infirmiers, accueillants, gestionnaires, travailleurs sociaux, psychologues....

Depuis plus de 50 ans, les maisons médicales pratiquent une médecine de proximité, préventive et accessible à tous.

Les maisons médicales dispensent des soins de santé :

- globaux, qui tiennent compte de tous les aspects physiques, psychologiques, sociaux et environnementaux de la santé,
- intégrés, qui englobent l'aspect curatif, préventif, palliatif ainsi que la promotion de la santé,
- continus, qui assurent un suivi des patients à long terme,
- accessibles sur le plan géographique, financier, et au niveau des horaires.

À Barvaux, la Maison médicale fonctionne "au forfait"

Ce système repose sur un contrat entre trois parties :

- Le patient ou la patiente choisit de se faire soigner à la maison médicale et s'engage à faire appel à ses services.
- La mutuelle s'engage à verser chaque mois à la maison médicale un montant fixe par patient inscrit.
- La maison médicale s'engage à prodiguer aux patients inscrits les soins dont ils ont besoin.

Vous ne payez ni vos consultations, ni les soins couverts par le forfait (en médecine générale, soins infirmiers et en kinésithérapie).

L'ensemble des montants versés par les mutuelles permet à la maison

médicale de fonctionner pour tous. Une solidarité se crée ainsi entre bien-portants et malades.

La santé dans ma commune, dans mon quartier

La santé, ce n'est pas seulement la santé physique ; c'est aussi la santé mentale et les liens sociaux. La maison médicale propose des actions de santé communautaire, de prévention et d'éducation à la santé. Ces actions, en partenariat avec les associations locales, portent sur ce qui influence la santé des habitants d'un quartier : logement, alimentation, conditions sociales, accès aux soins...

Être acteur de sa santé

La maison médicale travaille en auto-gestion. Chaque soignant ou soignante participe à l'organisation et à la gestion. Les relations ne sont pas hiérarchiques.

Cette approche vise à encourager des relations plus égalitaires entre les soignants mais également vis-à-vis des patients. Il s'agit de favoriser une prise de conscience critique de chacun vis-à-vis des mécanismes qui entravent la santé. Les patients, partenaires de leurs soins, sont aussi invités à participer à la gestion de leur maison médicale.

La maison médicale se veut proche, avec des activités autour de la santé, en tenant compte de la personne dans tous ses aspects. Elle n'est donc pas un cabinet médical ou un centre de santé comme les autres, c'est une ASI, une Association de Soins Intégrés, reconnue par la Région wallonne via l'AVIQ (Agence wallonne pour une vie de qualité).

Source : Fédération des maisons médicales - www.maisonmedicale.org

Donnez votre avis

sur les services de la Maison médicale

L'objectif de ce questionnaire anonyme est de connaître votre degré de satisfaction ainsi que vos attentes et vos besoins en tant que patient ou patiente à la Maison médicale de Barvaux. La dernière fois qu'une telle enquête a été réalisée, c'était en 2016. Depuis, l'équipe a grandi, nous avons déménagé 2 fois pour moderniser nos bâtiments, le tout saupoudré de covid et autre crise énergétique... Il nous semble donc bien utile de refaire le point avec vous. Nous vous remercions d'avance pour le temps et l'attention que vous accorderez à ce questionnaire.

Précisions préalables :

- MM = Maison médicale
- Soignant = les médecins, les kinés, les infirmiers, les psychologues ou l'assistante sociale de la MM
- Il vous êtes possible, à la fin du questionnaire, de donner un commentaire libre, une remarque, une suggestion concernant l'une ou l'autre question (en reprenant son numéro)

>>> Comment nous faire parvenir vos réponses ? Voyez page 5, en fin de questionnaire.

Appréciation globale	Entièrement d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Sans avis / Pas concerné
1- Les soins et l'attention reçus à la MM répondent à mes attentes	☐	☐	☐	☐	☐

À propos de la relation patient-soignant à la MM	Entièrement d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Sans avis / Pas concerné
2- J'ai suffisamment de liberté dans le choix de mon soignant principal (médecin, kiné, infirmier(e)) à la MM	☐	☐	☐	☐	☐
3- Je sens que j'ai bien le temps pendant la consultation	☐	☐	☐	☐	☐
4- Le soignant m'examine minutieusement et est attentif à ma situation personnelle, pas seulement à ma maladie	☐	☐	☐	☐	☐
5- Je peux donner mon avis sur les décisions à propos de mes soins	☐	☐	☐	☐	☐
6- J'ai l'impression que le soignant comprend bien quels sont mes besoins en soins	☐	☐	☐	☐	☐
7- Le soignant respecte la confidentialité de ce que je lui dis et de ce qu'il sait de moi	☐	☐	☐	☐	☐

Information et soutien	Entièrement d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Sans avis / Pas concerné
8- Le soignant m'explique le but de mon traitement et des examens à faire	☐	☐	☐	☐	☐
9- Le soignant répond à mes interrogations à propos de mes symptômes et de ma maladie	☐	☐	☐	☐	☐
10- Le soignant m'aide à gérer les difficultés émotionnelles liées à mon état de santé	☐	☐	☐	☐	☐
11- Le soignant me propose des activités de prévention pour certaines maladies	☐	☐	☐	☐	☐

Continuité de soins	Entièrement d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Sans avis / Pas concerné
12- Le soignant sait ce qui s'est passé lors de ma précédente consultation à la MM	☐	☐	☐	☐	☐
13- Le soignant me donne les informations nécessaires si un suivi par un soignant (tel qu'un spécialiste) hors de la MM est nécessaire	☐	☐	☐	☐	☐
14- Le soignant m'explique ce qui va se passer si je vais chez le spécialiste ou si je suis hospitalisé	☐	☐	☐	☐	☐
15- Le soignant m'oriente de manière adéquate si un avis spécialisé est nécessaire	☐	☐	☐	☐	☐

Concernant d'autres activités de soins

ENTOUREZ LA RÉPONSE QUI VOUS CORRESPOND

16- Je lis Forum Santé Magazine	Souvent	Parfois	Jamais	Je ne le reçois pas	
17- Je consulte le site web ou la page Facebook de la MM	Souvent	Parfois	Jamais	Il y a un site ?	Je n'ai pas accès à Internet
18- Les soignants peuvent proposer des pistes pour prendre soin de ma santé autrement qu'avec des médicaments (exemple : via l'alimentation, l'activité physique, la santé mentale)...	C'est très important pour moi	C'est relativement important pour moi	Ça m'intéresse peu	Ça ne m'intéresse pas	
19- Concernant les activités de groupe «santé communautaire», ex. : groupe tabac, balades de la MM, gym adaptée, atelier «burn out»)...	J'ai participé et je suis prêt(e) à le faire encore	J'ai participé mais je ne souhaite plus recommencer	Je n'ai jamais participé mais l'idée m'intéresse	Je ne ressens pas le besoin de participer	
20- Nous proposons des consultations avec plusieurs soignants en même temps pour améliorer la prise en charge d'une maladie (exemple : une même consultation avec le médecin et le kiné)...	C'est très important pour moi	C'est relativement important pour moi	Ça m'intéresse peu	Ça ne m'intéresse pas	
21- Je pense que le changement climatique a ou aura un impact sur ma santé	Entièrement d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Sans avis / Pas concerné
22- Je suis informé des projets dans lesquels la MM est impliquée en partenariat (ex. : sorties article 27, visites à domicile de la Croix Rouge, actions avec la maison du diabète...)	Entièrement d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas du tout d'accord	Sans avis / Pas concerné

Quelques points d'évaluation	Très positif	Positif	Négatif	Très négatif	Sans avis
23- La qualité du service "accueil"	☐	☐	☐	☐	☐
24- Le temps d'attente, une fois sur place	☐	☐	☐	☐	☐
26- L'accessibilité des soignants	☐	☐	☐	☐	☐
27- La qualité des soins	☐	☐	☐	☐	☐
28- La qualité des soignants	☐	☐	☐	☐	☐
29- Les horaires de disponibilité des soignants	☐	☐	☐	☐	☐

Tout commentaire ou suggestion est le bienvenu (si votre commentaire ou suggestion se rapporte à l'une des questions du questionnaire, merci d'en rappeler le numéro) :

Pour terminer, quelques questions à votre sujet

• Quels sont les services que vous consultez le plus régulièrement à la Maison médicale ?

- ☐ Médecins ☐ Kinés ☐ Infirmiers ☐ Psychologue ☐ Assistante sociale
☐ Accueil ☐ Activités collectives de la Maison médicale

• Combien de médicaments prenez-vous chaque jour habituellement (seulement votre « traitement chronique », sans compter les vitamines et les compléments alimentaires) ? :

- ☐ moins de 5 ☐ de 5 à 10 ☐ plus de 10

• Quel est votre âge ?

- ☐ moins de 18 ans ☐ de 18 à 25 ans ☐ de 26 à 40 ans
☐ de 41 à 60 ans ☐ de 61 à 75 ans ☐ plus de 75 ans

• Quel est votre sexe ?

- ☐ MASC ☐ FÉM ☐ AUTRE

MERCI POUR VOTRE AIDE !

Comment faire parvenir vos réponses ?

-
-
-

Seul-e on avance plus vite, ensemble on avance plus loin

A la Maison médicale, nous avons compris cet adage depuis de nombreuses années. Dès les premiers temps, puisqu'une des particularités de bébé Maison médicale en 1978 c'était de provoquer une collaboration entre les soignants. Cette interdisciplinarité était la prémisse de partenariats bien plus larges. Car, si nous travaillons mieux quand les infirmiers, les kinésithérapeutes, les médecins, les travailleurs sociaux se mettent autour de la table pour aider une personne, c'est également vrai au niveau communal, et régional.

Au fur et à mesure des années, la Maison médicale a donc cherché à créer et consolider des partenariats. Ces partenariats se déroulent - dans le milieu des maisons médicales, via la Fédération et tous ses intergroupes, - dans les différents secteurs médicaux et paramédicaux qui sont des lieux d'échanges de bonnes pratiques et de mise à jour des savoirs.

Au niveau local, la Maison médicale s'est impliquée à la table de concertation du premier PCS (Plan de Cohésion sociale) à Durbuy en 2003. À cette époque, la Région wallonne avait décidé de lancer un projet pilote et la commune de Durbuy avait directement pris le pas.

Le PCS a été une plaque tournante pour de nombreux projets et, grâce aux associations présentes dans le

comité d'accompagnement, de nombreux projets ont été mis en place : la Maison citoyenne, les balades Santé, la collaboration avec la Croix-Rouge pour les visites à domicile, etc. Depuis des années, le PCS a été le lieu de coordination des associations locales professionnelles et bénévoles. Il a été le moyen d'activer des projets coordonnés répondant à des besoins exprimés et identifiés de la population.

La Maison médicale est également partenaire avec l'organisation Article 27. En plus de consacrer un budget à l'achat de tickets - Article 27 permettant l'accès à la culture pour tous -, la Maison médicale est impliquée dans l'organisation de sorties collectives sur la commune de Durbuy. Cela facilite ainsi l'accès à la culture, de manière individuelle et collective. C'est également le lieu de rencontre d'autres asbl et de CPAS actifs sur la province du Luxembourg.

Gardant en tête que l'épanouissement de l'individu, la créativité et la culture sont des ingrédients d'une santé meilleure et des vecteurs de dynamisme de société, la Maison médicale travaille régulièrement avec le Centre d'Expression et de Créativité «l'Atelier».

Des ponts entre le social, le culturel et la santé sont donc régulièrement consolidés.

Dans les actions menées avec ou par la Maison médicale,

nous pouvons encore citer sans être exhaustif :

- La belle collaboration avec «l'Atelier 17» de Clairval qui étiquette les 1600 magazines tous les 3 mois. Ce même groupe prend également soin du jardin en y faisant pousser des légumes qui se retrouvent au Bol de soupe du lundi et vendredi ou au Resto Solidaire,

- l'Épicerie sociale et le Food-truck sont également des projets que la Maison médicale soutient et auxquels elle participe,

- la Maison Source, presque voisine, vient réaliser des séances de psychomotricité pour les plus petits.

- La Maison médicale participe également aux réunions de la Compagnie des Associations qui regroupe quelques asbl locales. Celles-ci collaborent plus régulièrement sur des projets locaux tels que le bal populaire, l'action Parassismique, etc.

- Le Bol de Soupe, organisé par l'asbl Socrates et l'institut Clairval, le Resto Solidaire, la Boîte à dons de l'asbl Pétillons, sont également des initiatives encouragées par la Maison médicale.

Le travail en réseau est fondamental pour permettre aux actions de prévention de s'ancrer et de tenir dans le temps.

La Maison médicale se réjouit de toutes ces synergies.

CARTE BLANCHE

Santé et environnement à Durbuy : craintes et espoirs des soignant·es de la Maison Médicale

Les changements climatiques et environnementaux que connaît notre planète ont des impacts dans de nombreux domaines de notre société.

Le système de soins n'est pas en reste. En effet, la santé de notre environnement et la santé des individus vont de pair. À la Maison médicale, nous avons tenu à nous former et nous informer sur ces liens étroits qui existent entre notre environnement et notre système de santé.

En tant qu'acteur·ices de santé de première ligne, nous observons en effet déjà ici, à Durbuy, les effets de ces changements de notre écosystème, dont les expert·es prévoient qu'ils iront en s'aggravant (on pense, par exemple, aux canicules, aux sécheresses, aux épidémies ou aux précipitations ex-trêmes)¹

À la veille des élections locales, nous souhaitons, au travers de cette carte blanche, faire part de nos constats, de nos inquiétudes et de nos espoirs concernant ce sujet, dans le contexte de Durbuy. Nous sommes certains qu'une majorité des habitant·es y sont sensibles et nous espérons qu'ils feront écho chez les hommes et femmes politiques de notre commune.

Constats et craintes

Inondations

La commune de Durbuy a été touchée de plein fouet par les inondations de 2021. Malheu-

reusement, et en accord avec les prévisions des climatologues, le risque de récurrence est réel comme en témoignent les nouvelles inondations ayant eu lieu récemment en Belgique.

Ces inondations ont impacté directement la santé des habitant·es de Durbuy : logements détruits, perte de repères, interruption de médication chronique, expositions aux hydrocarbures, aux moisissures, etc.

Comme l'OMS², nous remarquons, que les impacts du changement climatique sont inévitables, avec des effets disproportionnés sur les plus vulnérables (on pense, par exemple, aux habitant·es des campings qui bordent l'Outhen).

Covid 19

La pandémie de Covid-19 a touché Durbuy, comme le reste du monde. Il est important de rappeler que l'origine probable de cette infection est une zoonose³, c.à.d. qu'un précurseur du virus existait chez l'animal et a fini par se transmettre chez l'homme (exemple de zoonose : la maladie de Lyme, transmise par les tiques).

L'OMS rappelle, à ce sujet, qu'« environ 60 % des maladies infectieuses émergentes notifiées dans le monde proviennent d'animaux, qu'ils soient sauvages ou domestiques ». Or, les changements de notre environnement, qui mettent à rude épreuve nos écosystèmes, favorisent les

zoonoses⁴.

À nouveau, nous avons été en première ligne pour constater que ce problème de santé, qui a touché toute la communauté, a eu des impacts dramatiques sur les plus fragiles : patient·es âgés·es en maison de repos, patient·es accumulant des problèmes de santé, etc.

Canicules et sécheresses

Un autre phénomène atteint les Durbuysien·nes : il s'agit des vagues de chaleur. En Belgique, comme dans la plupart des zones climatiques tempérées, elles font plus de victimes que toute autre catastrophe climatique⁵.

À la Maison médicale, nous gérons de plus en plus souvent, et pendant des périodes plus longues, les risques (comme la déshydratation) liés à ces vagues de chaleur. Ici aussi, l'impact est décuplé pour nos ainés·es, pour les enfants, les malades chroniques et les habitant·es fragiles sur le plan socio-économique⁶.

Sur notre commune comme ailleurs, les températures plus élevées et les modifications des régimes de précipitations entraînent une disparition de l'humidité du sol et des sécheresses⁷. Nous pensons aux paysages de Durbuy roussis par la sécheresse de l'été 2022 qui a obligé certains éleveur·eu·ses à nourrir leurs bêtes avec les fourrages prévus pour l'hiver. Sur le plan sanitaire, nous

sommes interpellé·es par les baisses récurrentes du niveau de l'Ourthe entraînant un risque infectieux (avec les interdictions de baignades qui en découlent).

Espoirs et attentes

Les liens entre santé et environnement peuvent, heureusement, aussi être vertueux. Nous avons la possibilité de poser des choix collectifs qui contribuent à la santé de tous·tes.

Bénéfices pour la santé et l'environnement

Parmi les domaines d'actions bénéfiques tant pour la santé que pour l'environnement⁸, celui de la mobilité nous semble important. Nous observons, d'une part que, dans notre contexte rural, la voiture reste indispensable bien que tous n'y ont pas accès. D'autre part, favoriser les mobilités douces et alternatives réduit les émissions de gaz à effet de serre, le bruit, la pollution atmosphérique et la consommation de ressources et d'espaces.

Par ailleurs, l'usage de mobilité douce, favorable au mouvement, réduit le risque de développer des maladies cardiovasculaires et respiratoires. C'est aussi un vrai boost pour la santé mentale⁹.

Soutenir la mobilité douce en améliorant la cohabitation piétons-vélos-voitures et transports en commun apporterait donc un triple bénéfice : pour la santé, pour l'environnement et pour une plus grande équité en termes de mobilité.

Une alimentation saine (sans aliments ultra transformés, locale, variée et sans toxiques) est essentielle tant pour

la santé que pour l'environnement. Elle favorise, entre autres, des méthodes de production des aliments qui préservent la biodiversité, réduisent les pesticides, les émissions de gaz à effet de serre et diminuent la pollution plastique (pensez aux aliments ultra-transformés souvent sur-emballés). Une alimentation saine est par ailleurs une excellente prévention contre les maladies chroniques (diabète, problèmes cardio-vasculaires, cancers, etc).

Nous ne sommes pas tous·tes égaux·ales par rapport à ce que nous mangeons, car une alimentation de qualité présente un coût. Cet enjeu nous interpelle tout particulièrement dans le contexte actuel où les demandes pour bénéficier d'aides alimentaires explosent sur notre commune.

Nous avons, à Durbuy, la chance de vivre dans un cadre verdoyant et où l'urbanisation n'est pas partout présente. De nombreuses études suggèrent que le contact avec des environnements naturels est associé à des bénéfices à court et long terme pour la santé. C'est aussi ce qui attire de nombreux touristes dans notre région. Notre attention se porte donc sur ce capital de nature dont il faut, également, prendre soin.

Nos attentes

Nous attendons de nos élu·es locaux·ales qu'ils aient pour projet de faire de Durbuy une « **Commune en santé** », c'est à dire une commune qui permet à l'ensemble de ses habitants de bénéficier, à tout âge, d'un environnement favorable à la bonne santé et au bien-être. Aussi, la santé doit-elle être

prise en compte dans toutes les décisions. L'OMS invite à considérer la santé d'une façon plus large, en rappelant que la santé des humains, celle des animaux et des écosystèmes sont étroitement liées¹⁰.

Un aménagement du territoire favorable à la mobilité douce, aux zones vertes accessibles à tous, au « stop béton », à une alimentation saine, à la biodiversité, ainsi que la prévision d'éventuelles futures catastrophes climatiques... sont autant de facteurs qui influencent notre santé et sur lesquels les politiques locales possèdent énormément de leviers d'actions !

Nous insistons sur l'importance de politiques qui associent les citoyen·nes, y compris les personnes fragiles sur les plans socio-économique ou de la santé.

Ayons le courage de poser des actions qui seront bénéfiques pour notre futur à tous et toutes. ■

¹ Eva De Clercq et al. 2021. Impacts des changements climatiques sur le système des soins de santé en Belgique.

² OMS. 2023. Principaux repères sur le changement climatique et la santé. En ligne : <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>

³ Chantal Daumerie. 2021. Origine de la pandémie COVID-19 : zoonose ou fuite de labo ? Pourquoi est-ce utile de le savoir ? Louvain Médical.

⁴ OMS. 2023. Une seule Santé. En ligne : <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/one-health>

⁵ Eva De Clercq et al. Impacts des changements climatiques sur le système des soins de santé en Belgique, 2021

⁶ id.

⁷ id.

⁸ Julia Gonzalez Holguera, Nelly Niwa, Pr Nicolas Senn. 2020. Cobénéfices santé-environnement : concepts et recommandations pour la pratique clinique. Revue Médicale Suisse. Volume 16, 01-36

⁹ Mahindru A, Patil P, Agrawal V. Role of Physical Activity on Mental Health and Well-Being: A Review. Cureus. 2023 Jan 7;15(1):e33475. doi: 10.7759/cureus.33475. PMID: 36756008; PMCID: PMC9902068

¹⁰ OMS. 2023. Une seule Santé. En ligne : <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/one-health>