

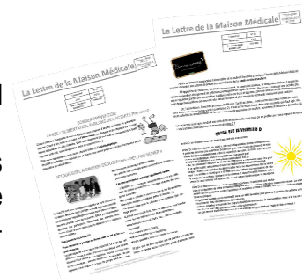
# La Lettre de la Maison Médicale

	N°44
juin	2017
Bureau de dépôt BRUXELLES X	

Chers patients,

En 2017 nous vous proposerons 2 numéros de La Lettre. Le premier paraîtra en juin et le second en décembre.

L'évolution constante de notre équipe et du travail nous contraint à effectuer des ajustements (durables ou temporaires) de nos activités. Pour notre publication, nous vous assurons qu'une bonne communication avec le patient reste une de nos priorités et que nous continuons d'y réfléchir. Toute suggestion de votre part est d'ailleurs la bienvenue.



## QUELQUES INFORMATIONS IMPORTANTES POUR LA PÉRIODE À VENIR

### Travaux à la Maison Médicale:

Nous avons prévu d'effectuer quelques travaux d'aménagement de l'espace accueil, de la salle d'attente et des cabinets de consultation. Ces travaux seront de courte durée et nous espérons vivement qu'ils contribueront à améliorer la confidentialité de l'accueil et le confort dans la salle d'attente. Ils se dérouleront prochainement. Ces travaux n'auront pas d'incidence sur les horaires d'ouverture de la Maison Médicale.



### Les vaccinations contre la grippe:

Les **séances de vaccination contre la grippe** se dérouleront à partir du mois d'octobre. L'horaire **sera** affiché et disponible à l'accueil.

### Les activités de promotion à la santé:

Les activités faisant appel à un intervenant extérieur se terminent le 30 juin (Gymsana, Tai-Chi et Yoga). Elles recommenceront à **partir du 13 septembre**. Vous pouvez vous inscrire à l'accueil.

### Horaire des consultations médicales:

Au début du mois d'octobre, avec l'arrivée du nouvel assistant, nous prévoyons un remaniement de l'horaire des médecins. Le nouvel horaire sera disponible à l'accueil.

### L'équipe :



#### Du côté des médecins:

À la fin du mois de septembre, le contrat **d'assistant en médecine générale** du Dr Guillaume Lefebvre s'achève. Nous accueillerons une nouvelle assistante, le Docteur Fanny Hanssens, pour une période d'un an à partir de début octobre.

#### Côté promotion à la santé:

Depuis mi-mai, la kiné Corinne Gilon a repris la fonction de **responsable des projets de promotion à la santé**. Véronique Chalon, qui occupait ce poste, reste dans l'équipe mais assurera désormais la fonction d'accueillante. Si vous avez des questions concernant les activités de promotion à la santé, n'hésitez pas à vous adresser à Corinne Gilon, par téléphone ou par mail: [corinne.gilon@lenoyer.be](mailto:corinne.gilon@lenoyer.be)

#### Les kinés:

Corinne Gilon continue son activité de **kinésithérapeute** deux jours par semaine à côté de sa fonction de responsable promotion à la santé.

Fiona Stas, kinésithérapeute, partira pendant 1 an à partir du début du mois de juillet.

Nous avons accueilli un nouveau kiné et un kiné pour remplacer Fiona Stas.

#### Le service social:

Notre **service social** est actuellement représenté par Nina Covalski. À partir du 1er septembre, Claudia Tonini reprendra son activité. Les rendez-vous se prennent à l'accueil ou par téléphone.



**NOUS VOUS SOUHAITONS UN MAGNIFIQUE ÉTÉ!**



# SOINS DE SANTÉ : PRESTATAIRES CONVENTIONNÉS OU PAS ?

Par l'affiliation à une mutuelle, une grande partie des soins de santé sont couverts tels les consultations chez le médecin généraliste, les médecins spécialistes, les kinésithérapeutes, les dentistes, les logopèdes, etc.

L'assurance soins de santé intervient dans le coût des soins mais cette intervention est partielle. Une part du coût reste à charge du patient, c'est ce qu'on appelle le **ticket modérateur**.

D'autre part, cette intervention ne s'effectue pas sur base des honoraires effectivement payés mais sur base de montants définis par les conventions médico-mutualistes. Les prestataires de soins qui ont accepté la convention sont dits « conventionnés » ; les autres « non conventionnés ».

## QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE UN PRESTATAIRE DE SOINS CONVENTIONNÉ ET UN NON CONVENTIONNÉ ?

Un **prestataire de soins conventionné** adhère à la convention et s'engage à respecter les tarifs officiels fixés par l'Inami. Il n'est pas libre d'appliquer les tarifs de son choix.

Un **prestataire de soins non conventionné** n'a pas accepté la convention et peut donc demander des suppléments d'honoraires en fixant librement son prix (pas de plafonnement).

Certains prestataires sont entièrement conventionnés. D'autres ne le sont que **partiellement** : ils respectent les tarifs fixés par l'Inami certains jours, à certaines heures ou à certains endroits (à l'hôpital par exemple) et fixent leurs honoraires pour les autres périodes.

Dans tous les cas, les patients qui font appel à des prestataires de soins non conventionnés pourront également recevoir une intervention de l'assurance soins de santé mais cette intervention sera établie sur les montants fixés dans les conventions. Les suppléments sont à charge du patient.

Sachez que les prestataires qui restent conventionnés garantissent un accès aux soins de santé pour tous et de qualité.

Le déconventionnement est un moyen pour arriver à la privatisation des soins de santé en faisant payer plus cher à ceux qui en ont les moyens mais ne garantit pas une prise en charge meilleure !

**COMMENT SAVOIR SI UN PRESTATAIRE EST**

## CONVENTIONNÉ ?

Qu'il soit conventionné ou non, un prestataire de soins est tenu d'en informer ses patients, par exemple par un avis dans sa salle d'attente mais ce n'est malheureusement pas toujours le cas.

Avant de prendre rendez-vous ou de vous présenter chez le prestataire, n'hésitez pas à le demander ou à consulter l'outil que chaque mutualité met à votre disposition sur son site internet. Ce module permet de rechercher un prestataire de soins et de savoir s'il est conventionné, partiellement conventionné ou non conventionné.

Les données dans ces outils de recherche sont régulièrement mises à jour et reprennent les informations communiquées par l'INAMI.

Nous avons testé pour vous plusieurs modules et il en ressort que le plus convivial est celui-ci:

[www.partenamut.be/fr/outils-et-services/prestataires](http://www.partenamut.be/fr/outils-et-services/prestataires)

## QUE PAYEZ-VOUS ?

### TARIF CONVENTIONNÉ

Partie remboursée par votre mutualité	Quote-part personnelle (= ticket modérateur)
---------------------------------------	--



Partie à votre charge

### TARIF NON CONVENTIONNÉ

Partie remboursée par votre mutualité	Quote-part personnelle (= ticket modérateur)	Supplément à votre charge
---------------------------------------	--	---------------------------



Partie à votre charge

## VOUS AVEZ DES QUESTIONS ?

Vous pouvez contacter votre conseiller mutualiste pour toutes informations complémentaires ou envoyer un mail à [corine.duquenoy@lenoyer.be](mailto:corine.duquenoy@lenoyer.be)

## VOTRE ADRESSE DE COURRIER ÉLECTRONIQUE

Je souhaite recevoir la Lettre de la Maison Médicale par e-mail

NOM:.....

Prénom:.....

Mail: .....



## CHANGEMENT D'ADRESSE, CHANGEMENT DE MUTUELLE ?

Informez l'accueil sur place ou par téléphone.

## LE SECRET PROFESSIONNEL DES ASSISTANTS SOCIAUX MENACÉ



Action éclair contre la loi sur le secret professionnel - © VIRGINIE LEFOUR - BELGA

Tout comme les médecins, les travailleurs sociaux des CPAS étaient, jusqu'à ce jour, soumis au secret professionnel vis-à-vis des bénéficiaires. Concrètement, les informations qu'ils recevaient des bénéficiaires étaient considérées comme confidentielles. Ce 3 février, une loi levant partiellement le secret professionnel pour les travailleurs sociaux des CPAS a été adoptée au parlement fédéral. Déposée par la NVA et soutenue par le MR et le cdH, cette loi s'inscrit dans le climat de la lutte contre le terrorisme : un cadre favorisant des positionnements plus émotionnels que réfléchis, permettant la mise en place de mesures antisociales au nom de la sécurité. Cette fois, au nom d'une meilleure circulation de l'information, le Procureur du Roi se voit permis de récolter, dans le cadre d'une enquête terroriste, toutes les informations qu'il juge nécessaires auprès des assistants sociaux des CPAS. Sans pour autant que ces informations doivent être mises en lien avec une activité terroriste. Ces travailleurs sont également appelés à dénoncer les situations pour lesquelles ils découvriraient des indices de risques terroristes.

Le secret professionnel, déterminé et clairement encadré par la loi comme étant un devoir professionnel, s'avère nécessaire à une relation de confiance dans certaines professions, en particulier dans les secteurs médico-sociaux. Il permet à ceux qui le souhaitent de pouvoir parler en toute franchise et sans aucune crainte. En outre, une exception, commune à toutes les professions tenues au secret professionnel, existe déjà en l'article 458 du code pénal : le secret doit être rompu en cas de danger immédiat pour des tiers, ou pour témoigner devant la justice. Les notions établies dans la nouvelle loi engendrent un flou vis-à-vis de cet article.

D'autres travailleurs (assistants sociaux, médecins, journalistes, avocats,...) peuvent craindre un effet tâche d'huile dû

au caractère ambigu de la loi. Parce que rien, si ce n'est l'arbitraire, ne justifie qu'elle s'astreigne aux assistants sociaux de CPAS (la première proposition de la NVA englobait l'ensemble des travailleurs soumis au secret professionnel). Et que le « risque terroriste », notion vague s'il en est, permettrait d'élargir son champ d'application, comme le propose clairement le MR.

Notre gouvernement foncièrement antisocial s'attaque encore une fois à des personnes économiquement plus fragiles. Cette fois ce sont les usagers des CPAS, qu'il amalgame à de potentiels terroristes. Par le même biais il réduit la relation de confiance qui peut subsister entre le citoyen et l'institution dans le cadre d'une relation d'aide et diminue d'autant ce qui sépare la fonction préventive d'agent social de celle, répressive, d'agent de police. De plus cette proposition vise expressément les assistants sociaux des CPAS, induisant implicitement une image négative de cette profession. Le raccourci serait vite fait d'incriminer ceux qui refusent de briser le secret professionnel de complicité d'actes terroristes, comme ils sont déjà parfois accusés par les partis promoteurs de la nouvelle loi, de favoriser la fraude sociale.

L'équipe de la Maison Médicale Le Noyer s'oppose aux politiques antisociales ou s'attaquant à la pratique des travailleurs sociaux en général. Par conséquent, nous sommes contre l'application de cette dernière loi diminuant la garantie du secret professionnel en CPAS et soutenons les travailleurs qui lutteront contre et ne l'appliqueront pas. De plus, nous nous inquiétons de l'utilisation par le gouvernement de l'émotion causée par des actes terroristes pour justifier sa politique. Nous estimons ce mode de fonctionnement pathologique, morbide et peu enclin à une politique cohérente pour le bien-être de tous.

## LE SOLEIL

**L'été va bientôt démarrer. Avec la chaleur et le soleil, arrive le temps de la décontraction en famille ou entre amis. Tout ceci ne doit pas nous faire oublier les dangers importants de l'exposition solaire.**

**Alors, protégez-vous !**

### **Petit historique: les modes et les couleurs de la peau**

Durant des millénaires, la mode de la peau blanche s'est imposée. Au temps de la Grèce dominante, les Athéniennes s'enduisaient déjà la peau du visage avec du blanc de céruse (une substance très toxique) et se trouvaient imitées dans tout le bassin méditerranéen. Plus tard, malgré l'opposition de l'Eglise, qui associait ces pratiques à la luxure, l'aristocratie a commencé à considérer que la peau mate devait être réservée aux roturiers. Le "courant précieux" au XVII<sup>ème</sup> siècle imposait particulièrement la blancheur aux nobles et aux bourgeoises, le mat étant réservé aux paysans, aux soldats, aux marins et autres pirates...



Ce n'est qu'à la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, avec le courant hygiéniste, que la tendance va s'inverser. Des "bains de lumière" et de mer sont alors prescrits aux personnes anémiées et rachitiques, presque par intuition. Au début du XX<sup>ème</sup>, les chercheurs vont mettre en évidence les bienfaits du soleil pour la synthèse de la vitamine D. Mais à cette époque, la mode n'est toujours pas d'avoir la peau bronzée.

En quelques années la tendance va s'inverser. La tradition et le prestige de la peau blanche vont s'effacer au profit de la couleur cuivre. Le facteur fondamental de cette évolution est l'arrivée des congés payés avec le Front Populaire en 1936. Grâce au développement des routes et des chemins de fer, l'exode estival peut commencer, les plages se remplissent, les corps se dénudent...

Après la deuxième guerre mondiale, ce sont les "trente glorieuses". 30 ans de forte croissance économique et d'avancées sociales. Les congés payés passent de une à trois semaines, les vacances se divisent en vacances d'hiver à la montagne et vacances d'été à la mer. Des expressions comme « juilletistes », « aoûtistes » et « chassés croisés » naissent. Plus tard, au cours des années 70 et 80, avec la baisse des prix du transport aérien, ce sont les séjours "tropicaux" qui se démocratisent. On observe même le développement des centres de bronzage. Payer pour bronzer, qui aurait pu l'imaginer au siècle précédent? Résolument, être bronzé est devenu synonyme de bonne santé et de classe sociale élevée.

L'épidémiologie et la biologie ont clairement apporté la preuve de la responsabilité de ces surexpositions solaires, particulièrement celles de l'enfance, dans l'accroissement du nombre de cancers cutanés et de cataractes. Les satellites montrent régulièrement une diminution de la couche d'ozone, notre bouclier contre les rayons nocifs du soleil. L'éducation "solaire" des jeunes générations est nécessaire et urgente.

### **Quels sont les dangers du bronzage et d'un excès d'exposition au soleil?**

#### **Cancer de la peau:**

Le cancer de la peau, ou mélanome, est aujourd'hui le principal problème de santé publique lié aux surexpositions solaires. Il y aurait plus de 2 millions de nouveaux cas dont 200.000 mélanomes malins chaque année dans le monde (Source PNUJ).

Les expositions solaires intermittentes et violentes, qui provoquent des coups de soleil, particulièrement pendant l'enfance et sur des sujets à peau claire, aggravent considérablement le risque de mélanome.

#### **Coup de soleil :**

Les rayons UV à trop fortes doses sont responsables de brûlures : les coups de soleil. Malheureusement trop fréquents, ils sont un des signes de l'agression solaire.

#### **Vieillesse accélérée :**

Le vieillissement cutané est accéléré particulièrement par une exposition de la peau aux UVA, présents dans le rayonnement solaire mais également émis par les lampes à bronzer.

#### **Photosensibilisation :**

Comme son nom l'indique, une réaction de photo sensibilisation de la peau peut se produire, c'est la peau qui devient plus sensible aux photons (particules composant entre autres le rayonnement ultraviolet).

#### **Cataracte :**

Le soleil est responsable de cataractes (1<sup>ère</sup> cause de cécité dans le monde avec 20 millions de personnes atteintes). L'OMS estime que près de 20 % des opérations de la cataracte pourraient être prévenues ou retardées par une meilleure information du public.

**Avec le Soleil comme avec tout autre élément,  
la recette tient en ces mots :  
la juste distance, le juste équilibre...**



## Les effets positifs d'une exposition courte et protégée

### Synthèse de la vitamine D :

La synthèse de la vitamine D, bénéfique à la calcification de nos os est effectivement favorisée par l'exposition de la peau aux UV. Mais de très courtes expositions (le visage, quelques minutes par jour) à un soleil modéré suffisent.

### Amélioration du moral :

Le soleil peut effectivement être bénéfique à notre moral. Mais ce n'est pas une exposition aux UV de la peau qui en est responsable ! C'est la lumière visible reçue par nos yeux qui permet dans certains cas de lutter contre la dépression saisonnière.

### UV thérapie :

Les UV, sous un strict contrôle médical, peuvent être recommandés pour traiter certaines pathologies comme le psoriasis.



## Quels sont les principaux comportements à risques ?

C'est exposer sa peau et ses yeux sans protection aux heures d'ensoleillement maximum. Avoir des coups de soleil. Faire des séances d'UV, faire « le lézard » sur la plage pendant toute la durée des vacances. S'endormir sous un parasol et se réveiller en plein soleil. Se croire totalement protégé parce que le ciel est couvert, ou encore parce qu'on est déjà bronzé ou rester des heures au soleil parce qu'on a appliqué sur sa peau un «écran total». Utiliser un produit solaire **trop peu efficace (FPS inférieur à 15)** ou un produit de haute protection (FPS 25 ou +) mais oublier de l'appliquer sur certaines parties du corps exposées. Se croire en sécurité parce qu'il ne fait pas chaud ou parce qu'on se baigne régulièrement. Partir en randonnée, en promenade ou pour une demi-journée de bateau en oubliant sa crème solaire. Au soleil, porter des lunettes de soleil dont la filtration des verres n'est pas de catégorie CE 3 ou 4 ou porter de lunettes de soleil laissant trop d'ouverture sur les côtés...

## QU'EST-CE QU'UN ASSISTANT EN MÉDECINE GÉNÉRALE ?

Vous ne le savez peut-être pas mais, parmi les 6 médecins de la Maison médicale Le Noyer, l'un d'eux est un assistant en médecine générale.

Un quoi ?!

Un assistant en médecine générale.

Qu'est-ce que c'est ?!

Un assistant est un médecin qui a terminé ses 7 années d'études de médecine, c'est donc un vrai médecin, et qui est en cours de spécialisation de médecine générale. Pour vous, ça ne change pas grand-chose : il fait des consultations, des visites à domicile, donne des rendez-vous et fait des gardes.

Il est cependant toujours en apprentissage.

Cela veut dire qu'un des autres médecins de la maison médicale est là pour superviser sa formation et répond à ses questions si nécessaire.

Un assistant est donc un médecin en formation. Cela signifie qu'il n'a pas, a priori, vocation à rester travailler dans la maison médicale par la suite. Vous devez le savoir : ça veut dire que, si vous le choisissez comme médecin traitant et que vous allez préférentiellement chez lui, vous devrez changer de médecin traitant à son départ. Ce n'est pas un réel problème, votre dossier reste dans la maison médicale et la continuité des soins est assurée, mais autant le savoir au moment de le choisir comme médecin référent.

La durée d'une spécialisation de médecine générale est de deux à trois ans (suivant les cas).

Un médecin généraliste en formation peut effectuer tout son assistantat au même endroit ou changer tous les ans, voire tous les 6 mois.

Le travail en tant que médecin assistant constitue pour vous, les patients, la face visible de la formation en médecine générale. Il existe aussi une autre face, plus académique : un médecin généraliste en formation est toujours inscrit à l'université, il a toujours des cours et des séminaires obligatoires, il doit rentrer un plan et un carnet de stage au ministère pour que sa formation soit reconnue et il doit réaliser un travail de fin d'études au terme de sa formation spécifique.

Actuellement, l'assistant de la Maison médicale est Guillaume Lefebvre. Il termine sa deuxième année et quittera donc la maison médicale à la fin du mois de septembre 2017. Il sera alors remplacé par une autre assistante en médecine générale, le Dr Fanny Hanssens.

En espérant que cet article ait pu vous éclairer sur ce qu'est un assistant et en quoi il n'est pas un médecin généraliste tout à fait comme les autres au sein de la Maison médicale, nous vous invitons à nous poser toutes les questions que vous souhaiteriez à ce sujet.



# LES ACTIVITÉS DE PROMOTION À LA SANTÉ

## LES ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES



### TAICHI

Apprendre à mieux connaître son corps permet de l'utiliser de la manière la plus naturelle et détendue.

Il s'agit d'un travail postural à partir **des chaînes musculaires et articulaires**, d'étirements doux, d'exercices de relaxation provenant du **Qi Gong**, d'un travail d'équilibre et d'enracinement, de méditation en mouvement.

Tous les jeudis à 18h à partir du **jeudi 14 septembre 2017.**



### GYM DOUCE

Debout ou sur une chaise, enchaînement de mouvements pour améliorer l'équilibre, la souplesse, le souffle, permettant de prévenir les chutes, de renforcer la musculature et développer la mobilité articulaire.

Ce cours est spécialement adapté aux personnes connaissant une perte de mobilité temporaire ou permanente, quelle qu'en soit l'origine.

Tous les vendredis de 11h à 12h à partir du **vendredi 15 septembre 2017.**



### YOGA POUR TOUS

Pratiquer le yoga aide à prendre conscience des bons réflexes mentaux et posturaux à adopter dans la vie de tous les jours. Ce cours s'adresse aux adultes.

Tous les mercredis de 16h30 à 18h, à partir du **mercredi 13 septembre 2017.**

**Ces activités s'interrompent pendant les vacances d'été et reprennent la semaine du 11 septembre. Inscriptions à l'accueil de la Maison Médicale, sur place ou par téléphone.**

**Participation aux frais: 3 € séance payable par trimestre. Une séance d'essai gratuite.**

## PROMENADE DÉCOUVERTE

La maison médicale vous invite à une visite guidée des **jardins Massart, le mardi 13 juin** après-midi.

N'hésitez pas à demander des informations ou à vous inscrire à l'accueil.

## ATELIER CUISINE

Apprenons à faire des pizzas !

**Samedi 17 juin de 10h30 à 13h à l'Atelier de l'Aster.**

Inscriptions, à l'accueil ou [corinne.gilon@lenoyer.be](mailto:corinne.gilon@lenoyer.be) - Prix de participation: 2€ par personne, payables lors de l'inscription.

## CINÉ CLUB

« L'OMS: dans les griffes des lobbyistes? » - **Mardi 20 juin à 19h15** à la Maison Médicale - Entrée libre.

## COMMENT ÊTRE EN RÈGLE DE MUTUELLE ET LE RESTER? SÉANCE D'INFO

Ouvert à toutes et tous, animé par l'Atelier des Droits Sociaux.

**Lundi 19/06/2017 de 17h à 19h**, à la Maison Médicale - Entrée libre.

Vous êtes les bienvenus, merci de bien vouloir confirmer votre présence à l'accueil ou 02.734.24.53.

## BROCANTE DES VOISINS

Comme chaque année, lors de la journée sans voiture, les associations du quartier Dailly organisent la brocante des voisins.

**Dimanche 17 septembre de 9h à 17h** sur la Place Dailly et aux alentours.

Vous voulez réserver un **emplacement**? Adressez-vous à Infor-Jeunes, chaussée de Louvain, 339 Schaerbeek.

– **du 1er au 30 juin de 16h à 18h**

– **du 1er au 15 septembre de 13h à 18h.**

Prix d'un emplacement pour la journée: 7€.