



MMDF - LE MAG

Maison Médicale de Frasnes

Magazine Médical et paramédical Destiné à Fructifier votre santé !



SOMMAIRE

Quoi de neuf à la maison médicale ?	Page 1
Les prestataires de la mmdf	Page 2 & 3
Présentation de l'équipe d'infirmier(e)s	Page 4
L'info médecin : Les vaccins	Page 5
L'info logo : les troubles neurodéveloppementaux	Page 6
L'info psy : Faire de l'échec une opportunité	Page 7
A vos agendas !	Page 8

QUOI DE NEUF À LA MAISON MÉDICALE?

A partir du 4 septembre 2024, nous aurons le plaisir d'accueillir au sein de la maison médicale, une psychologue et psychothérapeute pour les enfants et adolescents : **Stéphanie Manise**.



Nous lui avons demandé de se présenter pour que vous puissiez faire plus ample connaissance ...

“Diplômée en Psychologie Clinique depuis 2009, et en Psychothérapies intégrées depuis 2012, j'exerce dans le secteur de l'enfance et de l'adolescence depuis le début de ma carrière.

Il a toujours été naturel pour moi d'écouter l'humain, de tenter de le comprendre et d'apporter beaucoup de bienveillance.

Pendant près de 10 ans, j'ai pratiqué en milieu hospitalier, dans une unité enfants/adolescents, entourée d'une équipe médicale et paramédicale. Mon expertise pour l'enfance et l'adolescence me permet actuellement d'y poser ma spécialisation.

Au sein de la Maison Médicale, je prendrai en charge les jeunes enfants et adolescents entre 4 et 20 ans. Le travail avec les jeunes s'articule directement avec les parents, notamment par la guidance parentale.

Dans un premier temps, nous travaillons la demande de prise en charge ensemble, parents et jeune, afin de s'assurer que chacun puisse prendre sa part active dans le suivi.

Le respect du rythme de chacun est important à mes yeux, et la temporalité est donc individualisée.

L'espace thérapeutique proposé peut être investi pour travailler une thématique particulière (deuil, changements majeurs, dépression, émotions, troubles de comportements, difficultés relationnelles, adaptation à un diagnostic, ...), mais il est aussi le lieu de dépôt de valises, de vécus, trop lourds à porter.

Consulter est un premier pas vers un mieux-être, et un pas en avant vers la découverte de son SOI profond, authentique, vers une recherche d'équilibre”.



Le Docteur Cuvelier a donné naissance à la petite Chloé, à qui nous souhaitons la bienvenue.



MAISON MÉDICALE
DE FRASNES

LES PRESTATAIRES DE LA MMDF

Les médecins généralistes



Dr Damien Ayoub

Consultations du lundi au vendredi de 8h30 à 20h00 (à l'antenne de Villers-Perwin les jeudis de 8h30 à 12h30).



Dr Caroline Cuvelier

Consultations du lundi au jeudi de 8h20 à 18h00 (à l'antenne de Villers-Perwin les mercredis de 8h30 à 12h30).



Dr Camille Bastien

Consultations :
Lundi de 8h40 à 12h30 à Villers-Perwin et à Frasnes de 12h30 à 18h20.
Mardi - Jeudi et vendredi de 8h40 à 18h20 à Frasnes.
Mercredi de 10h00 à 20h00 au service des urgences de Lobbes.



Dr François Chevalier

Consultations :
Lundi de 8h30 à 12h30 à Frasnes et de 12h30 à 20h00 à Villers-Perwin
Mardi et vendredi de 8h30 à 18h00 à Villers Perwin
Mercredi de 8h30 à 18h00 à Frasnes
Jeudi de 8h30 à 12h30 à Villers et de 12h30 à 20h30 à Frasnes



Dr Julie Page

Consultations:
Lundi - mercredi et vendredi de 8h30 à 18h00.
Mardi de 8h30 à 12h30 à l'antenne de Villers-Perwin et de 12h30 à 18h00 à Frasnes.
Jeudi de 8h30 à 12h00.



La prise de rendez-vous se fait exclusivement par téléphone via l'accueil de la maison médicale (071 17 79 08) assuré par Marie-Cécile Vanbeneden et l'équipe des bénévoles.

Les médecins spécialistes



Dr Alain De Caevel

Cardiologue

Consultations :
Les lundis et mercredis de 8h30 à 17h00 à l'antenne de Villers-Perwin.

Prise de rendez-vous exclusivement via l'agenda en ligne Progenda (<https://progenda.be/centers/de-caevel-alain>)
Si difficulté, question ou urgence: 0455 13 72 86 (laisser un message autrement pas de rappel).



Dr Diana Sanchez-Molina

Pédiatre

Domaines d'activité:

- Pédiatrie générale en consultation privée et à l'hôpital

Consultations :
Les vendredis de 13h30 à 16h00 à Frasnes.

Prise de rendez-vous par sms au 0471 52 93 96.



MAISON MÉDICALE
DE FRASNES

Les soins paramédicaux



Stéphanie Six

Kinésithérapeute

Les consultations ont lieu exclusivement au cabinet privé, rue Jean-Baptiste Loriaux, 12 à Frasnes les lundis, mardis et jeudis de 7h30 à 18h30 et les mercredis de 7h30 à 12h00.

Prise de rendez-vous au 0474 92 67 02.



Céline de Sart

Diététicienne-Nutritionniste et Tabacologue

Les consultations à Frasnes ont lieu uniquement les lundis de 9h00 à 18h00. (Consultations les autres jours à Viesville et au Centre médical Sart-Lez-Moulin à Souvret).

Les rendez-vous se prennent exclusivement par téléphone via un secrétariat privé au 0476 61 57 45 les lundis-mardis et vendredis de 19h à 20h.



Chantal Saint-Mard

Infirmière

Les visites se font à domicile sur Rêves et Frasnes-Lez-Gosselies.

Prise de rendez-vous au 0471 28 10 49.



Marie Paulet

Logopède

Consultations à Villers-Perwin les mardis et jeudis de 15h30 à 18h30.

Prise de rendez-vous au 0494 52 81 52.



Stéphanie Van Oost

Psychothérapeute

Les consultations ont lieu à Frasnes et Villers-Perwin en semaine et le weekend.

Prise de rendez-vous exclusivement par téléphone au 0484 75 88 39.



Fanny Girboux

Ostéopathe

Consultations à Frasnes les mercredis.

Les prises de rendez-vous se font par téléphone au 0470 82 48 51 ou via l'agenda en ligne DoctorAnytime.



Clémence Patte

Sage-femme

Les consultations ont lieu à Frasnes le mardi après-midi.

Prise de rendez-vous au 0472 63 94 86



Stéphanie Manise

Psychologue et psychothérapeute Enfants et adolescents Guidance parentale

Les consultations ont lieu à Frasnes le mercredi.

Prise de rendez-vous au 0456 81 50 21 ou sur www.stephaniemanise.be



MAISON MÉDICALE
DE FRASNES

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE D'INFIRMIER(E)S

par Chantal Saint-Mard, infirmière



Infirmière référente à la maison médicale, je travaille également depuis 1991 aux soins intensifs de Braine-L'Alleud. Depuis une vingtaine d'années, j'exerce une activité complémentaire de soins à domicile.

Mon objectif est d'apporter des soins de qualité, ainsi qu'une écoute active auprès de chacun de mes patients.

Pour cela, je ne suis pas seule, une petite équipe d'infirmier(e)s partage les mêmes valeurs que moi. Je tenais donc à vous les présenter car sans eux, la coordination des soins aux patients dans l'entité ne serait pas possible!



Nous sommes cinq personnes ayant toutes et tous une activité associée, qui apporte une vraie richesse dans la prise en charge des patients.

De gauche à droite :

Julie, infirmière en soins intensifs, nous travaillons ensemble à l'hôpital

Dominique, infirmière travaillant en hôpital de jour chirurgical.

Moi, **Chantal**, au milieu.

Angélique, infirmière ayant une "longue" expérience en soins intensifs.

Arnaud, infirmier et gérant d'une maison de repos.

Si vous rencontrez des soucis de santé, c'est avec plaisir et bienveillance que nous vous prodiguerons les soins nécessaires.





L'INFO MÉDECIN : LES VACCINS

par le Dr Camille Bastien

Les enfants

	Nourrissons					Enfants et adolescents				Adultes		
	8 sem. (2 mois)	12 sem. (3 mois)	16 sem. (4 mois)	12 mois	15 mois	5-6 ans	7-8 ans	13-14 ans	15-16 ans	Femmes enceintes	Tous les 10 ans	65 ans
Poliomyélite	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓
Diphtérie	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓
Tétanos	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓
Coqueluche	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓
Haemophilus influenzae de type b	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓
Hépatite B	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓
Rougeole				✓	✓	✓						
Rubéole				✓	✓	✓						
Oreillons				✓	✓	✓						
Méningocoques ACWY					✓							
Pneumocoques	✓	✓	✓	✓	✓							✓
Rotavirus (vaccin oral)	✓	✓	✓									
Papillomavirus (HPV)							✓	✓				
Grippe (Influenza)										✓	✓	✓

Legend:
 ✓ Recommandé à tous et gratuit
 ✓ Recommandé à tous
 ✓ Vaccin combiné (une seule injection)

Hexavalent: Vaccin qui confère une protection contre 6 maladies

Notes:
 1) Pour les bébés nés avant 37 semaines de grossesse, une dose supplémentaire de vaccin contre le pneumocoque est recommandée à 3 mois et les vaccins prévus à 15 mois seront administrés à 13 mois (hexavalent et méningocoques ACWY).
 2) Depuis septembre 2020, la deuxième dose du vaccin RRO est administrée à 7-8 ans. Les enfants plus âgés qui n'ont pas encore reçu la vaccination peuvent être vaccinés à 11-12 ans.
 3) En 2 ou 3 doses en fonction du vaccin administré.
 4) Vaccination en 2 doses à 6 mois d'intervalle (minimum 5 mois d'écart).
 5) À partir de 24 semaines et idéalement avant 32 semaines de grossesse.
 6) Pendant la saison grippale, quel que soit le stade de la grossesse.

Text boxes:
 - Ce calendrier est susceptible d'être modifié au fil des ans. Votre médecin pourra éventuellement l'adapter à votre enfant, n'hésitez pas à discuter vaccination avec lui.
 - Pour plus d'infos : Consultez votre médecin traitant ou le site www.vaccination-info.be

Adulte en bonne santé

- **Tétanos / diphtérie / coqueluche** : rappel tous les 10 ans
- **Grippe** : rappel annuel recommandé : à tous les patients de >65 ans ; personnel du secteur médical ou social ; Les personnes vivant sous le même toit que des enfants de moins de 6 mois ou que les personnes à risque de développer une forme grave
- **Pneumocoque** : administration d'une dose du vaccin et d'une seconde dose à un an d'intervalle ; recommandé à tous les patients de >65 ans

Patient présentant une maladie chronique

Certains patients sont plus fragiles car ils souffrent d'une maladie chronique : maladie des reins, du foie, du cœur, maladie respiratoire, neurologique, diabète... Leur organisme étant affaibli par la maladie chronique se défend moins bien contre les infections. Certaines vaccinations leur sont donc recommandées :

- **Tétanos / diphtérie / coqueluche / polio** : rappel tous les 10 ans
- **Pneumocoque** : la vaccination consiste en l'injection d'une dose du vaccin et d'une seconde dose du vaccin 8 semaines plus tard.
- **Grippe** : rappel annuel
- **Covid** : rappel annuel
- **Méningites à méningocoques ACWY** : recommandé aux patients atteints d'une maladie chronique de la rate ; une seule injection suffit chez l'adulte qui n'avait pas été vacciné dans l'enfance
- **Hépatites A et B** : recommandés aux patients atteints d'une maladie chronique du foie. Pour l'hépatite A, une dose de vaccin suivie d'un rappel après 6 à 12 mois assure une protection à vie. Pour l'hépatite B, soit le patient a été vacciné dans l'enfance, soit 3 doses seront administrées aux mois 0, 1 et 6.

Femme enceinte

- **Grippe, coqueluche** (entre la 24ème et la 32ème semaine)

Voyageur

- La vaccination du voyageur : Se fait au cas par cas, en fonction de la destination de voyage.

Consultez votre médecin pour toutes questions.



L'INFO LOGO : LES TROUBLES NEURODÉVELOPPEMENTAUX par Marie Paulet, logopède

De quoi s'agit-il ?

Les troubles neurodéveloppementaux ou TND sont des troubles qui apparaissent dès la petite enfance et qui se manifestent par un retard ou un déficit dans le développement cognitif ou affectif.

Plusieurs pathologies sont regroupées sous ce terme (selon le DSM-5 *) :

- **Handicap intellectuel** : l'atteinte peut être légère, modérée ou sévère.
- **Trouble de la communication** : cette catégorie comprend les troubles du langage (anciennement dysphasie), les troubles de la voix, les troubles de la fluidité verbale (bégaiement) et les troubles de la communication sociale (pragmatique).
- **Trouble du spectre de l'autisme (ou TSA)**
- **Trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (ou TDA/H)** : ce trouble se manifeste par une inattention et/ou une hyperactivité/impulsivité dans différents contextes.
- **Trouble spécifique des apprentissages** : ce trouble se caractérise par un déficit en lecture (anciennement dyslexie), en orthographe (anciennement dysorthographe), en calcul (anciennement dyscalculie) qui ne peut être expliqué par aucune autre cause intellectuelle, sensorielle, neurologique ou environnementale. Ce trouble peut co-exister avec un autre trouble précédemment cité (exemple avec un TSA ou un TDA/H).

- **Trouble développemental de la coordination (ou TDC, anciennement appelé dyspraxie)** : les caractéristiques de ce trouble sont la maladresse, la lenteur et l'imprécision dans l'exécution d'une tâche.



Comment poser le diagnostic ?

Le diagnostic s'établit sur base d'examen précis réalisés par différents professionnels (médecins spécialisés en neuropédiatrie, logopède, psychologue, neuropsychologue, ...) suivant le trouble concerné.

Qu'en est-il du traitement ?

Le suivi thérapeutique a pour but d'aider le patient à pallier ses difficultés car en effet, ces troubles persisteront tout au long de sa vie. Par exemple, un patient présentant un trouble spécifique des apprentissages avec déficit en lecture devra adapté autant que possible la police et la taille de la police pour lui permettre de faire le moins d'erreurs possible en lisant.

*Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders – 5e édition est l'ouvrage de référence pour la classification des maladies mentales. -1



MAISON MÉDICALE
DE FRASNES



L'INFO PSY : FAIRE DE L'ÉCHEC UNE OPPORTUNITÉ

par Stéphanie Van Oost, psychothérapeute

L'échec est souvent perçu de manière négative dans notre société, mais il est important de réaliser que l'échec peut également avoir des aspects positifs dans un parcours. En effet, l'échec peut être une source d'apprentissage, de croissance personnelle et de développement de la résilience.

En affrontant l'échec, nous sommes confrontés à nos limites, à nos erreurs et à nos faiblesses. Cela nous permet de mieux nous connaître, de comprendre nos points forts et nos points faibles, et de prendre conscience de nos axes d'amélioration. L'échec peut être une véritable leçon de vie qui nous permet de progresser et de nous améliorer.

L'échec peut également être une source de motivation. En surmontant un échec, en rebondissant et en continuant à avancer malgré les obstacles, nous renforçons notre détermination et notre capacité à persévérer dans l'adversité. L'échec peut nous pousser à repousser nos limites, à sortir de notre zone de confort et à viser plus haut.

Enfin, l'échec peut être une opportunité de réorientation. En cas d'échec dans un domaine particulier, il est possible de se tourner vers de nouvelles perspectives, de découvrir de nouvelles passions, de développer de nouvelles compétences et de saisir de nouvelles opportunités. L'échec peut être le point de départ d'un nouveau chapitre dans notre vie, plus enrichissant et plus épanouissant.



En conclusion, l'échec n'est pas une fatalité, mais une étape incontournable dans un parcours. En le voyant comme une opportunité d'apprentissage, de croissance et de réorientation, nous pouvons en tirer des leçons précieuses et en faire un moteur de notre évolution personnelle. N'ayez pas peur de l'échec, voyez-le comme un tremplin vers de nouveaux horizons et une occasion de vous surpasser.



Les grands de ce monde qui ont vécu l'échec avant de réussir :

JK Rowling
Steve Jobs
Michael Jordan
Thomas Edison
Walt Disney
Albert Einstein



MAISON MÉDICALE
DE FRASNES

A VOS AGENDAS !

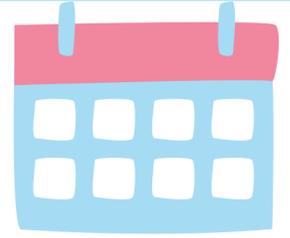
Le 26 août, c'est une nouvelle année scolaire qui débutera pour de nombreux enfants.

Et qui dit reprise de l'école dit préparation des cartables avec collations et boîtes à tartines... Si vous êtes parents ou grands-parents et manquez de connaissances, d'informations et/ou d'idées, nous vous invitons à un atelier sur les thèmes :

"Du déjeuner au goûter: les secrets des repas équilibrés et variés!" (Plus d'informations sur l'affiche ci-dessous).

Nous souhaitons déjà une belle rentrée à tous !

Le 5 septembre, reprise du projet "Sport sur ordonnance" aux Bons Villers. Il s'agit d'un dispositif dans lequel les médecins ont la possibilité de prescrire de l'activité physique aux personnes ayant une affection de longue durée (diabète, hypertension artérielle, lombalgie, cancer, ...).



La prise en charge des patients est effectuée par des kinés de la commune. Vous trouverez plus d'informations sur l'affiche ci-dessous.

Le 26 septembre, c'est la journée mondiale de la contraception. Si vous vous posez des questions sur ce sujet, vous trouverez des informations sur le site www.mescontraceptifs.be

Si vous souhaitez que l'on aborde un sujet médical ou paramédical en particulier dans un de nos prochains "Mag trimestriel", n'hésitez pas à soumettre votre/vos idée(s) dans notre "Boîte à idées" disponible dans la salle d'attente.



ATELIER SPÉCIAL RENTRÉE !
*Du déjeuner au goûter :
Les secrets des repas équilibrés et variés !*

La maison médicale, en collaboration avec **Céline de Sart, Diététicienne-Nutritionniste**, organise un atelier éducatif et gourmand pour vous aider à comprendre pourquoi et comment construire un petit-déjeuner et une boîte à tartines équilibrés ainsi que des collations saines et gourmandes pour la santé des enfants (et des plus grands!).

Quand et où?
Le 2/10/24
à la **Maison du village de Villers-Perwin**

Accueil à 18h15,
atelier de 18h30 à 20h

La participation est ouverte à tous et s'élève à 5€ par personne (gratuit pour les enfants). **Votre inscription sera prise en compte dès réception du paiement sur le compte de la Maison Médicale : BE77 0018 6787 5042** (avec en communication "Atelier du 2-10 + x personne(s) + votre n° de téléphone"). Intéressé(e) ? Réservez votre place dès à présent!

Wallonie familles santé handicap AVIQ
Fonds européen agricole pour le développement rural: l'Europe et la Wallonie investissent dans les zones rurales

La rénovation de la Maison Médicale de Frasnes est cofinancée par l'UNION EUROPÉENNE dans le cadre du Fonds européen agricole pour le développement rural (FEADER)

SPORT SUR ORDONNANCE
BOUGER POUR SE SOIGNER

Améliorez votre santé grâce à la PRESCRIPTION MÉDICALE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Hypertension, diabète, lombalgie chronique, obésité, cancer, maladies cardiovasculaires...

Nouveau cycle à partir du 5 septembre !

ÉTAPE 1
Prescription médicale par votre médecin
DISCUTEZ DU DISPOSITIF "SPORT SUR ORDONNANCE" AVEC VOTRE MÉDECIN QUI POURRA VOUS PRESCRIRE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

ÉTAPE 2
Inscription au dispositif
Complexe sportif de Les Bons Villers
complexe.sportif.lbv@skynet.be
071/85 25 82

ÉTAPE 3
Participation au dispositif
UN CYCLE DE 12 SEMAINES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE COMPRENANT DE L'ENDURANCE, DU RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET DE LA SOUPLESSE
Le programme est proposé en continu hors vacances scolaires

<https://www.sport-sur-ordonnance.be/lesbonsvillers/>

Wallonie Relance
Wallonie familles santé handicap AVIQ
Communauté des Bons Villers



Fonds européen agricole pour le développement rural: l'Europe et la Wallonie investissent dans les zones rurales



La rénovation de la Maison Médicale de Frasnes est cofinancée par l'UNION EUROPÉENNE dans le cadre du Fonds européen agricole pour le développement rural (FEADER)