



Maison Médicale des Riches Claires

J.M.M.



PB-PP | B-30956 |
BELGIE(N) - BELGIQUE

P 801385
Bureau de dépôt
Bruxelles X

Journal trimestriel de la Maison Médicale
des Riches Claires – n°45 – Décembre 2019



Maison médicale des Riches Claires
Rue de la Buanderie, 16 – 1000 Bruxelles
Tel. : 02 513 59 94



Agréée par la COCOF

SOMMAIRE

Les médecins	4
La santé communautaire	7
Les infirmières	8
La diététicienne	9
Les kinésithérapeutes	10
L'horaire de la maison médicale	12
La psychothérapeute	14
L'assistante sociale	15
Les accueillants	16
L'administration	18
Le service d'interprétariat	19
Le personnel d'entretien	19
Les activités	20
Le fonctionnement de la maison médicale	22

ÉDITO



L'année 2019 touche à sa fin. À cette occasion, nous vous proposons à travers ce journal de faire connaissance avec les travailleurs actuels de la maison médicale. Aux Riches Claires, nous avons fait le choix de travailler en équipe. L'équipe a évolué, grandi au cours des dernières années. Des anciens sont partis et des nouveaux sont arrivés pour renforcer l'équipe. Ce journal nous permet aussi de vous rappeler que tous les travailleurs (thérapeutes ou non) sont soumis au secret professionnel. Une fois par semaine, l'équipe entière se réunit afin de gérer au mieux la maison médicale et d'optimiser votre prise en charge.

Bien évidemment, comme à chaque édition, vous retrouverez l'horaire de la maison médicale, le détail de chacune des activités que nous organisons ainsi que le fonctionnement de la maison médicale.

L'Agenda du Réseau Santé Diabète des mois de décembre, janvier et février est disponible en format papier à l'accueil de la maison médicale.

L'équipe des Riches Claires vous souhaite de belles fêtes de fin d'année !

FÊTE DE LA MAISON MÉDICALE

La fête de la maison médicale des Riches Claires a eu lieu le samedi 5 octobre 2019 au parc Dolto (juste en face de la maison médicale).

Au programme, il y a eu un barbecue, de la musique, un château gonflable, des grimaces, des contes, ... Ça a été l'occasion pour les patients, le voisinage et les membres de l'équipe de se rencontrer dans un autre contexte et de passer un moment convivial.

L'équipe souhaite vous remercier d'avoir participé à la fête. Ce fut une très belle journée ! La bonne humeur était au rendez-vous.

MERCI !!!!

LES MÉDECINS

Il y a 7 médecins généralistes dans la maison médicale qui travaillent en équipe. Médecins généralistes, médecins traitants, médecins de famille... il s'agit d'une pratique médicale proche de la vie familiale et communautaire. Toute la famille peut être suivie, des enfants aux parents et grands-parents.

Cette prise en charge intègre les dimensions physique, psychologique, sociale mettant à profit la connaissance et la confiance engendrées par un suivi médical durable. Les consultations comprennent notamment la gestion des problèmes aigus, c'est-à-dire récents (fièvre, douleurs, toux, préoccupations, ...), ainsi que le suivi des maladies chroniques (diabète, hypertension, asthme, problèmes psychologiques,...). Les médecins sont également attentifs à la prévention et au dépistage (gynécologique, prise de sang, ..).

C'est une médecine de première ligne. Habituellement le premier contact avec le système de soins, cette médecine vous permet de vous orienter vers d'éventuels examens, d'autres soignants de la maison médicale ou vers la médecine spécialisée.

Les médecins ont accès aux dossiers partagés mais nous vous conseillons de choisir un médecin de référence pour votre prise en charge.





Les 7 médecins sont :

- **Anne Gillis** : Voici un peu plus de 10 ans que je travaille au sein de la maison médicale. Ce qui me plaît particulièrement, c'est de soigner des personnes de toutes origines et de tous âges. À côté de l'aspect curatif, le médecin en maison médicale apporte des conseils concernant la santé dans tous ses aspects (physique, mental, social, etc.) et la prévention des maladies. Ce travail effectué en collaboration avec les autres professionnels de la maison médicale est particulièrement motivant.
- **Antoine Chaumont** : Je suis assistant en médecine générale. Ce qui veut dire que je suis médecin depuis plus d'un an mais que je bénéficie, dans le cadre de mon assistantat, d'une supervision par le Dr. Banota et les autres médecins de l'équipe. Ceci implique également que je suis présent à la maison médicale pour une durée déterminée. Je quitterai la maison médicale à la fin du mois de septembre 2020. Dans ma pratique, il est important que tout le monde soit entendu, je me bats contre les stéréotypes de genre et ceux basés sur les origines. Je compte également me former en homéopathie par la suite. C'est important pour moi de pouvoir associer différentes médecines pour avoir une vision plus globale de la santé.
- **Ingrid Vandermotten** : J'aime beaucoup ce métier notamment pour la richesse des rencontres humaines. Je m'intéresse aussi à l'ethnomédecine (la médecine dans différentes cultures). Je travaille parfois au Hub avec Médecins du Monde parce que je veux défendre l'accès à la santé pour tous.

- 
- **François Madoki** : Médecin à la maison médicale depuis 1993, je suis maintenant le plus ancien des médecins de l'équipe. Au fil des années, je vois les générations défiler. Pour les plus jeunes d'entre vous, j'ai peut-être même soigné vos arrière-grands-parents... c'est dire à quel point je suis vieux ! Être médecin de famille est une richesse et c'est ce que j'aime dans ce métier.
 - **Luc Banota** : En 2006, je suis venu compléter l'équipe de médecins de la maison médicale. Travaillant au cœur de Bruxelles, je trouve que la diversité culturelle et sociale des grandes villes rend les prises en charge médicales riches. Pour ma part, l'accès aisé à la santé est primordial et travailler en équipe est un outil efficace pour une prise en charge optimale.
 - **Michel Kago** : C'est depuis novembre 2011 que je travaille à la Maison médicale des Riches Claires. J'apprécie particulièrement cette approche de la médecine curative et préventive par les multiples activités et animations proposées.
 - **Ségolène De Rouffignac** : Lorsque j'ai suivi ma formation en médecine générale à la maison médicale des Riches Claires, le bâtiment était encore situé à la rue des Riches Claires. Ensuite, je suis partie faire de la médecine humanitaire. À mon retour, j'ai réintégré l'équipe qui a alors déménagé à la rue de la Buanderie. Je suis particulièrement intéressée par une santé durable et mondiale, ne laissant personne de côté. J'aspire à une médecine équitable et ouverte à l'autre.

LA SANTÉ COMMUNAUTAIRE

La santé communautaire est l'un des axes de travail de notre maison médicale. La notion de santé communautaire regroupe la promotion de la santé, la prévention des maladies, l'éducation à la santé et les actions de sensibilisation.

Via les différents projets menés à la maison médicale, avec nos partenaires et en réseau, nous tentons de répondre à vos besoins et vos demandes.

La santé communautaire, c'est :

- une vision plus globale de la santé à travers des aspects non médicaux (physique, mental, environnement, emploi, éducation, culture, bien-être, lien social, logement, etc.) ;
- des activités collectives pour vivre la santé en communauté ;
- vous impliquer en partant de vos besoins afin de répondre à vos attentes et priorités ;
- valoriser les compétences de chacun.e ;
- aller vers l'autonomie ;
- la vision d'une santé intégrée dans la vie du quartier (associations, habitant.es, maisons de quartier, etc.).

Les 5 personnes chargées de projets en santé communautaire sont :

- Antoine Chaumont, médecin.
- Ashraf Mourtaad Issa, accueillant.
- Hélène Langlet, infirmière.
- Ingrid Vandermotten, médecin.
- Joséphine Kumps, psychothérapeute.

N'hésitez pas aller à la page 20 pour avoir plus d'infos concernant les différentes activités mises en place au sein de la maison médicale.

LES INFIRMIÈRES

Le secteur infirmier est composé de Caroline Dumont, Delphine Lantin et Hélène Langlet. Nous nous répartissons les 5 jours de la semaine afin d'assurer la consultation à la maison médicale et les soins à domicile chez les personnes qui ne peuvent pas se déplacer.

Quels types de soins faisons-nous ?

- Les prises de sang
- La prise de tension artérielle
- Les pansements
- Les retraits d'agrafes et de sutures
- Les injections dont les vaccins
- La glycémie
- Le suivi diabétologie
- Les électrocardiogrammes (uniquement à la maison médicale)
- Les tests de grossesse
- La préparation des médicaments
- Les soins d'hygiène (uniquement à domicile)



Les infirmières sont 3 :

- **Caroline Dumont** : Présente depuis février 2018 à la maison médicale, j'assure les soins infirmiers et je coordonne ce secteur. J'aime accompagner les gens face à leurs difficultés et c'est pourquoi j'ai entrepris, en septembre 2018, une formation pour devenir tabacologue. J'attache beaucoup d'importance aux valeurs, notamment au respect et à la bienveillance.

- **Delphine Lantin** : Je suis infirmière à la maison médicale depuis 11 ans. J'ai suivi une formation complémentaire en diabétologie. Depuis un peu plus d'un an, je m'occupe aussi de la gestion du personnel de la maison médicale.
- **Hélène Langlet** : J'ai rejoint l'équipe de la maison médicale en 2015. J'aime la richesse des échanges avec vous en consultation et pouvoir vous donner des clés pour améliorer votre santé. Je suis aussi formée à la gestion de projets en promotion de la santé et santé communautaire; pour plus de détails, allez à la page 7.

LA DIÉTÉTICIENNE

Je suis Silvana, diététicienne au Réseau Santé Diabète. Je viens à la maison médicale pour assurer des consultations diététiques 2 fois par semaine.

Le but des consultations est de vous accompagner dans la modification et/ou l'adaptation de vos habitudes alimentaires. Je vous conseillerai afin de faire les bons choix tout en considérant votre budget et vos conditions de vie.



L'objectif est de trouver un équilibre sans vous restreindre et surtout, en prenant plaisir à manger plus sainement. Le suivi doit idéalement se faire sur du long terme afin que l'adaptation soit progressive. J'aime cet accompagnement vers le changement. Grâce à vous, je découvre des cultures différentes et l'alimentation typique de votre pays d'origine. J'essaie le plus souvent de partir de vos connaissances et d'adapter les plats que vous aimez pour les rendre plus sains et plus équilibrés.

LES KINÉSITHÉRAPEUTES

Il y a 3 kinésithérapeutes à la maison médicale : Anne, Charlotte et Olivier. Depuis 2 ans, Fanny nous prête aussi main forte. Le mot « kinésithérapie » signifie soigner par le mouvement. Ils vont donc vous faire bouger !

Avec les kinés, vous apprendrez à remettre votre corps en mouvement, à mieux le connaître pour ainsi mieux gérer vos douleurs, à améliorer votre posture. Vous ferez des exercices d'étirements, de renforcements musculaires, de mobilisations articulaires, d'équilibres lors des séances de kiné mais aussi à la maison. Vous gagnerez ainsi en autonomie et en confort de vie.

Pour une prise en charge la plus globale possible, les kinés travaillent en collaboration avec les autres thérapeutes de la maison médicale. Ils ont accès à votre dossier médical : radios, rapport de spécialistes, notes des médecins, ... Pour débiter la kinésithérapie, vous aurez besoin d'une prescription médicale délivrée par votre médecin généraliste ou spécialiste.

Vous serez amenés à consulter un kinésithérapeute lors de :

- Problèmes musculo-squelettiques : fractures, entorses, douleurs musculaires et articulaires, lombalgies, sciatalgies, cervicalgies, tendinites, ...
- Suivi autour de la grossesse : préparation à l'accouchement, kinésithérapie post natale.
- Après une opération : prothèse de hanche, prothèse de genou, ...
- Problèmes respiratoires : BPCO, bronchiolite chez les bébés, ...
- Problèmes cardiovasculaires : lymphœdème, insuffisance cardiaque, ...
- Problèmes neurologiques : parkinson, AVC, ...
- Problèmes gynécologiques : incontinence urinaire, ...
- Problèmes vestibulaires : vertiges, pertes d'équilibre, ...
- Problèmes nécessitant une prise en charge en psychomotricité

La kinésithérapie nécessite un champ d'intervention très large et nous ne sommes pas en mesure de prendre en charge toutes ces pathologies à la maison médicale. En effet, certaines nécessitent des techniques ou matériaux spécifiques. Pour toute prise en charge en kiné, renseignez-vous toujours auprès de la maison médicale en prenant contact avec l'accueil.

Les 4 kinés sont :

- **Anne Meunier** : Je travaille comme kiné à la maison médicale depuis presque 12 ans. Je donne également le cours d'école du dos et participe de temps en temps à d'autres activités proposées par la maison médicale. J'aime le contact avec les patients et les échanges que nous avons. Je trouve également très enrichissant de pouvoir travailler avec les patients dans leur globalité en essayant de ne pas s'arrêter juste à l'aspect curatif. Le travail en équipe est également très important pour moi.
- **Charlotte Masson** : Je suis kiné à la maison médicale depuis 2013. Je donne également le cours d'aquagym et d'école du dos où je rencontre les patients dans un cadre ludique et convivial. J'aime beaucoup la danse et le yoga qui inspirent mes prises en charge kiné et mes cours collectifs. J'ai également suivi une formation en thérapie manuelle à l'UCL et en prise en charge de la femme autour de la grossesse.
- **Fanny Widart** : Depuis 2017, je remplace vos kinés pendant leurs congés. Je suis aussi présente quelques heures par semaine à la maison médicale pour faire face à la grande demande de prise en charge kiné. Je suis souvent dans le quartier pour des domiciles... vous me croiserez peut-être à vélo !
- **Olivier Devos** : J'habite Bruxelles depuis toujours même si mon parcours m'a amené à vivre quelques années en France. Je suis kiné à la maison médicale depuis maintenant 10 ans et en tire une satisfaction personnelle importante. J'apprécie les aspects physiques, intellectuels ou encore relationnels auxquels la pratique de la kinésithérapie fait appel.



Consultations

Rendez-vous

	LUNDI		MARDI	
Dr. Banota	13h40 - 14h40 15h40 - 16h40	14h40 - 15h40	8h20 - 9h	9h - 12h
Dr. Chaumont	8h20 - 9h	9h - 12h20	×	15h40 - 18h40
Dr. De Rouffignac	×	×	9h - 12h	×
Dr. Gillis	9h - 12h	12h - 12h40	×	×
Dr. Kago	16h - 17h 18h - 18h40	15h20 - 16h 17h - 18h	×	15h40 - 18h
Dr. Madoki	×	14h40 - 18h40	×	×
Dr. Vandermotten	8h20 - 9h	9h - 12h40	15h20 - 16h	16h - 18h40

1 interprète arabe-rifin est présent tous les jeudis de 9h à 12h

INFIRMIÈRES	Caroline Dumont/Delphine Lantin/Hélène
KINÉSITHÉRAPEUTES	Olivier Devos/Charlotte Masson/Anne Me
ASSISTANTE SOCIALE	Johanna Hamblenne
PSYCHOTHÉRAPEUTE	Joséphine Kumps
DIÉTÉTICIENNE	Silvana Caru Cifuentes

Médecin de garde présent tous les samedis de 10h à 12h

MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
16h - 17h 18h - 18h40	17h - 18h	9h - 12h	×	×	×
8h20 - 9h	9h - 12h20	13h40 - 15h 16h - 18h	15h - 16h	13h40 - 15h 16h - 18h	15h - 16h
13h40 - 15h 16h - 18h	15h - 16h	8h20 - 9h	9h - 12h	×	×
9h - 12h	12h - 12h40	×	×	9h - 12h	8h20 - 9h 12h - 12h40
14h40 - 15h40	13h40 - 14h40 15h40 - 18h40	13h40 - 14h40	14h40 - 18h40	×	×
10h40 - 12h40	×	×	×	10h - 11h	11h - 12h
×	×	9h - 11h	13h40 - 15h40	13h40 - 15h 16h 20 - 18h40	15h - 16h

Langlet	Du lundi au vendredi de 9h à 11h
Junier	Du lundi au vendredi sur rendez-vous
	Lundi matin, mercredi après-midi et jeudi matin sur rdv
	Du mardi au vendredi sur rdv
	Lundi et mercredi après-midi sur rdv

LA PSYCHOTHÉRAPEUTE



Joséphine Kumps, je suis psychothérapeute à la maison médicale depuis 10 ans. Systémicienne de formation, je suis actuellement en 2e année d'un certificat universitaire en psychotraumatologie. La psychotraumatologie s'intéresse à toutes les conséquences psychologiques et psychosomatiques pouvant survenir à la suite d'un événement traumatique, et au traitement psychologique de celles-ci.

Le plus important pour moi est avant tout d'établir avec vous un lien de confiance. Une fois ce lien de confiance établi, nous échangerons au sujet de vos difficultés.

Nous veillerons aussi à mettre en évidence ce qui va bien, ce que vous avez déjà mis en place pour faire face à vos difficultés, nous explorerons ensemble toutes vos ressources afin de retrouver confiance en vous. Je vous offre une écoute attentive et un soutien en toute confidentialité. Sans vous juger, je vous accompagne dans ce cheminement.

N'hésitez pas à prendre un rendez-vous si :

- vous rencontrez des difficultés relationnelles au sein de votre couple/famille.
- vous traversez une période de grand changement dans votre vie : grossesse, naissance, divorce, départ à la pension, vos enfants quittent la maison, ...
- vous souffrez de troubles anxieux et/ou dépressifs : crises d'angoisse, phobies, TOC, tristesse, perte d'intérêt, trouble du sommeil, ...
- vous vivez des difficultés au niveau professionnel : harcèlement, épuisement, burn-out, ...
- vous avez vécu un événement traumatique (agression, accident de la route, deuil, viol, ...) ou vous avez une histoire de vie traumatogène (maltraitance infantile, être témoin ou victime de violence, être pris dans les conflits parentaux, négligence, abus sexuels, violence conjugale, ...).
- vous avez du mal à gérer vos émotions.

Consulter un thérapeute est une démarche positive qui permet de se libérer de ses freins (peurs, traumatismes, troubles, souffrances, ...).

L'ASSISTANTE SOCIALE

Depuis quelques années, la maison médicale vous propose un service gratuit d'accompagnement social. Il est assuré par Johanna Hamblenne qui travaille également à l'accueil.



- Vous avez besoin d'un conseil, d'une explication ?
- Vous ne comprenez pas certains documents administratifs ou vous avez du mal à les compléter seul ?
- Vous avez des difficultés à gérer certaines factures : gaz, électricité, téléphone, hôpital... ou toutes autres factures ?
- Vous avez des problèmes au sein de votre logement ?
- Vous désirez mettre certaines aides à domicile en place à court ou à long terme ?
- Vous cherchez des cours ou des formations ?
- Vous cherchez une maison de repos ?
- Vous cherchez des cours ou des activités dans le quartier pour vous ou pour vos enfants ?
- Vous rencontrez des difficultés diverses et ne savez pas où vous rendre ?
- Ou vous avez tout simplement besoin de parler ?

Un rendez-vous avec l'assistante sociale peut être utile !

Une écoute, un renseignement ou une réorientation vers des services plus spécialisés sont possibles.

LES ACCUEILLANTS

Les 5 accueillants sont le premier contact que vous avez avec la maison médicale pour toute demande. Ceux-ci se feront un plaisir de vous recevoir. Ils sont en quelque sorte le « trait d'union » entre vous et les différents intervenants de la maison médicale. C'est d'ailleurs pour cette raison que les accueillants, en plus d'avoir accès à vos dossiers médicaux, sont présents lors des réunions d'équipe tous les mardis de 13h à 15h.

Le rôle principal des accueillants est de vous écouter, de percevoir votre demande, de vous conseiller pour ensuite vous orienter vers le service interne ou externe le mieux adapté à votre besoin ou à votre demande.

Vous vous dirigerez vers les accueillants pour :

- prendre, déplacer ou annuler un rendez-vous ;
- demander tout type de documents (ordonnances de vos médicaments habituels, réquisitoires, duplicatas, ...) ;
- demander à un membre de l'équipe de vous rappeler ;
- les remboursements ;
- vous désinscrire ;
- toute autre demande que les accueillants seront aptes à traiter...





Les 5 accueillants sont :

- **Ashraf Mourtaf Issa** : J'ai intégré l'équipe des accueillants en juin 2017 et c'est toujours un plaisir pour moi de vous accueillir et de répondre du mieux que je peux à vos demandes. Par ailleurs, depuis juin 2018, j'occupe également la fonction de chargé de projets en santé communautaire. N'hésitez donc pas à venir me voir concernant les différentes activités que nous mettons en place à la maison médicale.
- **Mathieu Van Driessche** : Le dernier arrivé dans l'équipe, je vous accueille avec plaisir depuis fin 2017. Je m'occupe également, avec le Dr. De Rouffignac, de récolter et analyser les données des différentes campagnes de prévention afin de pouvoir toujours en améliorer la qualité.
- **Johanna Hamblenne** : Voilà plus de 10 ans que je travaille à l'accueil de la maison médicale et également 10 heures par semaine en tant qu'assistante sociale. Mes deux fonctions me permettent parfois de pouvoir offrir des rendez-vous quand des situations administratives ou sociales peuvent être réglées plus au calme, en dehors de l'accueil.
- **Sylvie Fable** : Engagée à la maison médicale depuis près de 11 ans, lorsque vous ne me voyez pas à l'accueil pour vous accueillir et vous renseigner, je suis certainement dans mon bureau à l'arrière du bâtiment pour effectuer du travail administratif.
- **Valery Demare** : Dinosaur à l'accueil depuis l'année des 30 ans de la maison médicale, vous m'y retrouverez 4 demi-journées par semaine...

L'ADMINISTRATION

LE GESTIONNAIRE

J'ai rejoint l'équipe des Riches Claires il y a plus de 30 ans, en 1988, en tant que kinésithérapeute. Je suis progressivement devenu gestionnaire à partir des années 2000. Je conseille l'équipe dans les domaines financier et administratif. Cela signifie que je gère entre autres la comptabilité journalière, les budgets annuels, la facturation du forfait, les contrats d'assurance, les subsides, les relations avec divers organismes, ... Dans quelques mois, je cèderai ma place à un(e) nouveau (nouvelle) gestionnaire qui se fera un plaisir de rejoindre l'équipe.

Marc Vandeput

LA REONSABLE DES RESSOURCES HUMAINES

Infirmière à la maison médicale depuis 2008, je remplis également la fonction de responsable des ressources humaines depuis 2018. Ainsi, je m'occupe de la gestion du personnel et du bien-être au travail.

Delphine Lantin

LA SECRÉTAIRE

Engagée à la maison médicale depuis près de 11 ans, lorsque vous ne me voyez pas à l'accueil pour vous accueillir et vous renseigner, je suis probablement dans mon bureau pour effectuer des tâches purement administratives. En effet, je travaille en étroite collaboration avec le gestionnaire administratif et financier pour la gestion du forfait et des relations avec l'INAMI, la facturation aux mutuelles et aux différents partenaires (CPAS, maisons d'accueil, ...). Je m'occupe également du suivi des dossiers administratifs des patients, de la gestion des fournitures, des archives, ...

Sylvie Fable

LE SERVICE D'INTERPRÉTARIAT



La maison médicale collabore avec l'asbl SeTIS Bruxelles (Service de Traduction et d'Interprétariat en milieu social Bruxellois). « L'association a pour but de faciliter la communication entre les personnes d'origine étrangère et tout service public, association ou organisme travaillant dans le cadre du secteur non-marchand, par la mise à disposition d'un service d'interprétariat et de traduction ».

Par ailleurs, Latifa, l'interprète arabe-rifin, est présente à la maison médicale tous les jeudis entre 9h et 12h. Elle se fera un plaisir de traduire les échanges afin que la communication entre vous et un membre de l'équipe puisse se faire de manière optimale.

Pour les personnes ne sachant s'exprimer qu'en arabe ou rifin, il est préférable de venir à la maison médicale les jeudis entre 9h et 12h. Bien entendu, vous êtes les bienvenus aux autres moments de la semaine pour toute urgence médicale ou autre.



Naturellement, le SeTIS et Latifa sont soumis au secret professionnel, tout comme chacun des membres de la maison médicale.

LE PERSONNEL D'ENTRETIEN

Teili Demir, qui a rejoint l'équipe il y a 10 ans, et Murat Yener, il y a 7 ans, sont les deux personnes qui s'occupent de l'entretien de la maison médicale. Certains ont peut-être croisé Teili en fin de journée, à la salle d'attente, lors des urgences. Et d'autres ont peut-être aperçu Murat, très tôt le matin, lors de leur arrivée à la maison médicale. Ils font partie de l'équipe et c'est grâce à eux que vous êtes reçus dans des locaux propres.

LES ACTIVITÉS

BE CYCLE : REPRISE LE 16/03/2020

Initiation à la conduite d'un vélo. Les débutants comme les habitués de la bicyclette sont les bienvenus !

Où ? Départ de la Maison médicale. **Inscription ?** À l'accueil de la Maison médicale. **Prix ?** Forfait de 10€ (1€ est remboursé par séance où vous êtes présent(e)).

MÉDITATION

Vous êtes stressé.e, angoissé.e, douloureux.se,... Vous avez besoin de détente, de bien-être, de vivre l'instant présent,... cette activité, animée par Camille est faite pour vous !

Quand ? Le jeudi de 17h à 18h. **Où ?** À la Maison médicale. **Inscription ?** À l'accueil de la Maison Médicale. **Gratuit.**

ATELIER COUTURE

Khadija vous propose d'apprendre à coudre et vous aide à faire des retouches, des rideaux, des bonnets, etc. !

Quand ? Les mardis de 9h à 12h. **Où ?** À la Maison médicale. **Gratuit.**

ÉCOLE DU DOS

Avec les kinés, apprenez les bons gestes pour préserver votre dos

Quand ? Les jeudis de 10h à 11h30. **Où ?** À la Maison médicale. **Inscription ?** À l'accueil de la maison médicale. **Gratuit**

SENSICOR

Faites de la gym douce avec Virginie !

Quand ? Les mardis de 13h30 à 15h. **Où ?** À la Maison de quartier Buanderie. **Pour qui ?** Les femmes. **Inscription ?** À l'accueil de la maison médicale. **Prix :** 10€/an.

AUTO-MASSAGES

Avec Virginie, vous découvrirez différents mouvements spécifiques de massage pour vous sentir bien dans votre corps.

Quand ? 16/1, 20/2, 19/3, 23/4, 28/4, 25/6. **Où ?** À la Maison médicale. **Pour qui ?** Les femmes. **Inscription ?** À l'accueil de la maison médicale. **Prix :** 10€/an. **À apporter :** un petit essuie main, 1 grand essuie, 1 paréo.

CONTES ET JEUX : REPRISE EN 2020

Envie d'un moment privilégié avec vos enfants ?
Nous vous proposons des après-midis contes et bricolages !

AQUAGYM

Les maisons médicales des Riches Claires et du Béguinage proposent un cours d'aquagym. ATTENTION : COMPLET !

PODOLOGIE

La maison médicale contacte les patients concernés une fois que les dates lui sont communiquées. Prochaine date : 24/01/2020.

FONCTIONNEMENT DE LA MAISON MÉDICALE

HORAIRE D'OUVERTURE



Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30
(sauf mardi après-midi de 15h30 à 18h30)

CONSULTATIONS

Les inscriptions aux consultations ont lieu du lundi au vendredi.

Quand s'inscrire à la consultation ?

MATIN :

- à partir de 8h45 sur place
- à partir de 9h30 par téléphone

APRÈS-MIDI :

- à partir de 13h30 sur place
- à partir de 14h15 par téléphone

Les inscriptions se font par ordre d'arrivée. L'accueil vous donne une indication d'heure de passage en consultation chez le médecin.

Vous n'êtes donc pas obligés d'attendre dans la salle d'attente mais il vous est demandé d'être présent(e) **10 minutes avant l'heure** qui vous a été donnée.

RENDEZ-VOUS

Les rendez-vous sont réservés **aux personnes ayant un médecin attitré qui les suit régulièrement.**

Ils peuvent se prendre à l'avance sur place ou par téléphone.



L'équipe de la Maison Médicale se réunit chaque **mardi après-midi**. Nous ouvrons à partir de 15h. Les inscriptions commencent à 15h30 sur place **et** par téléphone.

UNE URGENGE MÉDICALE ?

LE SAMEDI

Un médecin est présent **de 10h à 12h** pour **les urgences**. Il reçoit les patients par ordre d'arrivée.

DU LUNDI AU JEUDI APRÈS 18H30

Vous pouvez contacter le numéro de la Maison Médicale (**02 513 59 94**) et vous serez mis en contact avec l'un de nos médecins.

DU VENDREDI SOIR AU DIMANCHE SOIR ET LES JOURS FÉRIES

Vous pouvez contacter le numéro de la Garde bruxelloise :
02 201 22 22

RÉQUISITOIRES

**Ceci concerne seulement
les patients inscrits au CPAS.**

Un réquisitoire est une autorisation du médecin généraliste pour avoir accès aux hôpitaux reconnus par le CPAS (consultations, hospitalisations, examens, etc.). Ce papier vous permet d'être remboursé. Pour cela, **votre médecin généraliste doit connaître la raison de votre visite à l'hôpital.**

Si vous avez besoin d'un réquisitoire, vous devez le demander **minimum 3 jours avant** la date de votre rendez-vous chez le spécialiste.

ORDONNANCES

Il est possible d'avoir certaines ordonnances sans passer en consultation auprès de votre médecin. Pour cela, il suffit de le demander à l'accueil. Mais attention, ceci n'est valable que pour **vos médicaments habituels**. Bien sûr, **le médecin se réserve le droit de vous demander de venir en consultation avant de prescrire les ordonnances.**

Toute demande d'ordonnance doit être faite **24 heures à l'avance.**



La Maison médicale sera **fermée**
les jours fériés suivants :

mercredi 25 décembre 2019 : Noël
mercredi 1 janvier 2020 : Nouvel An
**Les veilles (24 et 31 décembre 2019),
la maison médicale sera fermée à 17h30.**

En cas d'**URGENCES**, vous pouvez contacter
le numéro de la Garde bruxelloise
au **02 201 22 22**

ou vous y rendre directement :
Rue Jean de Brouhoven de Bergeyck 2
1000 Bruxelles

