

Le patient



Votre santé nous tient à cœur

+HELORA
PLUS QU'UN RÉSEAU HOSPITALIER

Le magazine de
vos hôpitaux
Mensuel N° 05
JANVIER 2023



Immersion au cœur des urgences

P. 3



Tournée Minérale :
et si on repensait
notre consommation?

P. 6



Helora :
le point sur
la fusion

P. 8



Saint-Valentin :
et si on prenait
le temps ?

P. 10

Chers lecteurs,

En ce début d'année 2023, outre vous souhaiter, de la part de toutes nos équipes, une excellente santé, nous avons le plaisir de vous annoncer que les 6 hôpitaux du Pôle hospitalier Jolimont et le CHU Ambroise Paré ont officiellement fusionné sous la bannière HELORA. Ce réseau, le plus grand ensemble hospitalier de Wallonie, rassemble l'expertise de 7 sites hospitaliers établis dans les provinces du Hainaut et de l'ouest du Brabant wallon. Grâce à ses 6000 collaborateurs et ses 2230 lits et places, les patients vont pouvoir bénéficier d'un parcours de soins complet sur un large territoire. La mutualisation des ressources humaines, matérielles et financières permettra également de sauvegarder une médecine d'excellence, de répondre à la pénurie du personnel médical, infirmier et paramédical et d'assumer le coût de plus en plus élevé des équipements médicaux lourds.

Dans ce numéro, nous vous immergeons au cœur des urgences de nos hôpitaux, le seul en Belgique à devoir rester ouvert 24 h/24, 7 j/7. En effet, le 11 février, c'est la Journée européenne du 112, le numéro d'appel d'urgence utilisé dans tous les pays de l'Union. L'occasion de vous réexpliquer, chers lecteurs, pourquoi il y a un temps d'attente aux urgences, ce qu'est le centre de diagnostic rapide de l'hôpital de Tubize, et la mission première de nos urgentistes.

Repenser sa consommation d'alcool, c'est devenu pour nombre d'entre vous LE rendez-vous du mois de février et de la tournée minérale ! Faire le point sur sa consommation et pourquoi pas, la repenser à plus long terme.

En fin de journal, rendez-vous pour la Saint-Valentin et les conseils avisés de notre psychologue- sexologue pour renforcer l'amour au sein des couples, à déguster sans modération.

Il nous reste à vous souhaiter une bonne et fructueuse lecture de ces pages...

Le comité éditorial du Réseau HELORA



Éditeur responsable | Sudinfo - Pierre Leerschool -
Rue de Coquelet, 134 - 5000 Namur
Rédaction | Caroline Boeur
Coordination | France Brohée - Sophie De Norre -
Jérémy Mathieu - Vincent Lievin
Sélection des sujets | Comité de rédaction de HELORA
Mise en page | Creative Studio | Impression | Rossel Printing

Immersion au cœur



Le 11/2, c'est la Journée européenne du 112, le numéro d'appel d'urgence utilisé dans tous les pays de l'Union européenne. L'occasion de s'intéresser au service d'urgences, le seul en Belgique à devoir rester ouvert 24 h/24, 7 j/7.

3 h 30 du matin. Service des urgences du CHU Ambroise Paré. Médecins et infirmiers s'affairent pour prendre en charge les victimes d'un accident impliquant deux voitures. Si l'un des conducteurs semble bien aller, l'autre est couché et immédiatement emmené par les urgentistes. S'engage alors un protocole bien huilé afin d'établir le plus rapidement possible un diagnostic et orienter la

prise en charge du patient. Chaque jour, ce n'est pas moins de 145 personnes qui transitent ainsi par les urgences de l'hôpital montois. Au total, environ 52000 personnes y sont traitées chaque année. Un chiffre qui ne cesse d'augmenter comme le constate Michel Trémont, infirmier chef au CHU Ambroise Paré. Travaillant aux urgences depuis 1985, il a vu son métier fortement évoluer ces dernières années. « Dans les années 80-90, nous avions beaucoup moins de patients, mais ils étaient plus gravement atteints. Nous avions davantage de problèmes chirurgicaux. Actuellement, il y a un peu de tout. » Selon lui, plusieurs choses peuvent expliquer cette évolution. Le rôle des médecins généralistes d'abord. De plus en plus sollicités, ils

||
La première mission des urgences, c'est de prendre en charge les urgences vitales, mais aussi celles qui, si elles ne sont pas traitées tout de suite, engendrent une dégradation.

||

ur des urgences



sont aussi de plus en plus difficiles à joindre. Ne sachant vers qui se tourner, de nombreuses personnes se rendent aux urgences. Les difficultés financières ensuite. Certains patients ne pouvant pas payer les consultations chez un généraliste préfèrent venir aux urgences où le paiement est différé. Le vieillissement de la population apporte également de nouvelles interventions aux urgentistes. « Nous devons aussi faire face à ce que j'appelle le "shopping médical", un phénomène tout à fait nouveau », poursuit Michel Trémont. « Nous avons des patients qui viennent aux urgences en sachant exactement ce qu'ils veulent. Ils nous demandent avec beaucoup d'assurance de scanner, une écho, une prise de sang... Avec Internet et la vulgarisation de

la médecine, ils font eux-mêmes leur diagnostic. Ils ne viennent donc pas pour avoir un avis sur une éventuelle pathologie, mais pour un service. Au final, nous traitons beaucoup de cas qui ne font pas partie de notre mission de base. »

La mission première = ce qui ne peut attendre

Rappelons que la mission première des urgences est de prendre en



DR DIDIER
CHAMART
chef du service
des urgences du
CHU Ambroise Paré



MICHEL
TRÉMONT
infirmier chef des
urgences du CHU
Ambroise Paré

Comment arrive-t-on aux urgences ?

Les patients arrivent aux urgences soit parce qu'un médecin les y envoie, soit parce qu'ils ont pris eux-mêmes la décision de venir aux urgences, soit parce qu'ils y sont emmenés par ambulance. Il existe des ambulances simples, des ambulances PIT, le SMUR et des ambulances privées.

Les ambulances simples : envoyées par le 112, elles sont constituées d'une équipe de secouristes-ambulanciers.

Les ambulances PIT (Prehospital Intervention Team) : l'équipe est composée d'un secouriste-ambulancier et d'un infirmier SISU, spécialisé en soins intensifs et en médecine d'urgence. Ce dernier est com-

pétent pour les prises en charge extrahospitalières sans présence médicale. Les ambulances PIT sont envoyées par le 112.

Le SMUR – Service Mobile d'Urgence et de Réanimation : il s'agit d'une équipe médico-infirmière composée d'un chauffeur ambulancier, d'un médecin spécialisé et d'un infirmier SISU. Le SMUR est toujours accompagné d'une ambulance. Il est envoyé par le 112 ou il est appelé par des ambulanciers qui se trouvent déjà sur le lieu de l'intervention.

Les ambulances privées : elles ne sont pas gérées par le 112. Elles amènent aux urgences des patients à la demande des médecins traitants.



DR VANESSA
WAUTERS
chef du service
des urgences de
Nivelles et Tubize



charge... les urgences, c'est-à-dire ce qui ne peut attendre. Sont donc concernées, les urgences vitales (infarctus, accident vasculaire cérébral...) et les urgences qui, si elles ne sont pas traitées rapidement, engendrent une dégradation du patient, une perte de chance dans les heures à venir (difficultés respiratoires majeures liées à une embolie pulmonaire, surinfection, pathologies neurologiques et chirurgicales...).

Or, aujourd'hui, seuls 20 % des patients pris en charge aux urgences répondent à ces critères. Les 80 % restant pourraient donc ne pas passer par les urgences, mais par les médecins traitants, les généralistes ou les consultations comme l'explique le Dr Didier Chamart, chef du service des urgences du CHU Ambroise Paré. «Une entorse de cheville par exemple, si ce n'est pas une fracture ouverte, n'a pas de risque de se dégrader. Même si on ne sait plus poser son pied, on peut faire une radio le lendemain. Mais l'accès aux urgences est presque gratuit et tellement facile qu'on s'y rend vite. La première chose que nous devons faire pour une efficacité maximale et pour réduire le temps d'attente, c'est donc de séparer les urgences vitales et non vitales grâce à un tri de qualité.» Pour ce faire, l'infirmier trieur se base sur une échelle de valorisation qui classe les urgences de 1 à 5 : U1

et U2 étant les urgences vitales, U3 les urgences pouvant se dégrader dans les heures qui viennent, U4 les cas qui ne peuvent pas se dégrader, mais qui ont besoin de ressources comme une radiographie et U5 ceux qui ne nécessitent aucune ressource. Une fois que la pathologie du patient a été catégorisée, ce dernier est orienté vers une prise en charge spécifique.

Sectoriser pour mieux soigner

Cette sectorisation permet de soigner plus efficacement, mais aussi plus rapidement les patients. Et donc aussi de réduire les temps d'attente. «Ici, au CHU Ambroise Paré, nous avons plusieurs filières : la filière pédiatrique, la filière gynéco, la filière couchée (urgences vitales 1, 2, 3), la filière assise (urgences 4 et 5) et — c'est une spécificité du CHU — la filière psychiatrique. Dans chaque filière, nous avons des médecins spécialistes qui prennent en charge les patients. Nous soignons donc en parallèle les cas graves et moins graves, contrairement à la France où ils soignent d'abord les cas graves

puis, quand ils ont le temps, les autres. Chez nous, quand une filière est surchargée, les médecins des autres filières peuvent également venir la renforcer. Cela nous permet de soigner tout le monde dans un délai relativement court. Il a été démontré que laisser attendre des gens dans une salle d'urgence avait un impact négatif sur l'organisation générale et sur la prise en charge des patients urgents. Nous avons donc tout intérêt à ne pas laisser les délais d'attente se prolonger.» Cette

structure de travail par sectorisation a également été mise en place aux urgences de Nivelles. Récemment renouvelées, elles peuvent aujourd'hui accueillir plus de patients et dans de meilleures conditions. Les enfants et les adultes sont reçus dans deux salles d'attente différentes et deux filières ont été créées : une filière courte, pour les urgences ne nécessitant pas de gros bilans complémentaires, et une filière longue pour les cas plus complexes. «Nous avons deux couloirs distincts, mais une ré-

Pourquoi attendez-vous aux urgences ?

Le service des urgences est un service imprévisible. Les délais d'attente y sont par conséquent, eux aussi, imprévisibles. Ils varient selon le nombre de patients présents, la gravité des cas, les délais d'obtention des résultats de biologie clinique, de radiographie, d'un avis de spécialiste, de l'élaboration d'un diagnostic, de l'administration des premiers soins et traitement, de l'évolution des

patients et de la disponibilité des chambres en cas d'hospitalisation. Cependant, en comparaison avec d'autres pays et grâce à la sectorisation, les délais d'attente sont relativement faibles en Belgique. Le temps moyen d'attente pour une entorse de cheville par exemple est de 2 heures (max 4 heures), contre 10 heures en France et jusqu'à 15 h au Canada.

serve de matériel et de médicaments centrale pour plus d'ergonomie et un bureau médico-infirmier global pour travailler en équipe», explique le Dr Vanessa Wauters, chef du service des urgences de Nivelles et Tubize. «Au niveau de l'organisation de travail, nous avons mis en place le tri infirmier. Quand un patient est inscrit aux urgences, a priori, il patiente moins de 20 minutes en salle d'attente générale avant d'être pris en charge par un infirmier. Ce dernier va lui poser quelques questions et essayer de comprendre la gravité de sa pathologie afin de pouvoir éventuellement déjà traiter la douleur, mais surtout de l'orienter dans la bonne filière.»



Le 112

C'est un numéro d'appel d'urgence gratuit, accessible 7 j/7, 24 h/24. Il est prioritaire. C'est-à-dire que même en cas de saturation du réseau, il est théoriquement possible de l'appeler. Introduit en 1991 par l'Union européenne, il est disponible en Belgique depuis 1993. On appelle le 112 pour recevoir l'aide urgente des pompiers, d'une ambulance ou de la police. Pour vous faciliter encore l'accès à ce numéro, il existe une application : l'app 112 BE. Après l'avoir installée sur votre téléphone, vous pourrez appeler le 112 en cliquant simplement sur une icône. Elle permet aussi aux services de secours de vous géolocaliser. Une fonction très pratique si vous vous blessez en pleine forêt durant un running par exemple. Et pour apprendre aux enfants les bons gestes et les familiariser avec ce numéro d'urgence, une chanson a également été réalisée.



Le Centre de diagnostic rapide de Tubize

En 2018, le centre hospitalier de Tubize a été transformé en hôpital de jour. Conséquence? Le service des urgences a perdu son statut de «soins urgents spécialisés». Cependant, la direction souhaitait continuer à offrir les soins de première ligne à la population de la région. Elle a donc maintenu le service des urgences, mais lui a donné une nouvelle appellation : le «Centre de diagnostic rapide». La différence avec un service d'urgences classique réside principalement dans les heures d'ouverture puisque le Centre de diagnostic rapide est ouvert tous les jours, mais seulement de 8 h 30 à 20 h. En outre, les patients n'arrivent pas par ambulance, mais uniquement par leurs propres moyens. Comme dans un service d'urgences classique, les patients sont accueillis et pris en charge par des médecins urgentistes. «Ce sont exactement les mêmes locaux qu'avant», souligne le Dr Vanessa Wauters. «Nous avons une salle de réanimation et le même accès aux examens complémentaires que dans un service d'urgences habituel. Nous disposons également de machines de laboratoire pour analyser le sang et les urines en 20 minutes.

Ces résultats de base nous permettent d'orienter la prise en charge des patients. Durant la journée, l'hôpital de jour de Tubize fonctionne comme n'importe quel autre hôpital. Il y a un bloc opératoire, mais aussi des consultations.

Nous avons donc aussi accès à des avis spécialisés en cas de nécessité.»

Une prise en charge plus rapide

Depuis son ouverture, le Centre de diagnostic rapide ne cesse d'accueillir de plus en plus de personnes. En 2022, plus de 5000 patients y ont été admis. Ce qui fait une quinzaine de patients par jour. Bien loin de la centaine d'interventions du CHU Ambroise Paré. «Et c'est aussi le gros avantage de ce centre», précise le Dr Vanessa Wauters. «Le flux de patients est beaucoup moins important et donc, même si nous avons moins de personnel, la prise en charge est plus rapide. Les délais d'attente sont moins longs, l'accès à la radiologie et aux analyses de base de laboratoire est plus facile. Notre challenge, c'est de pouvoir mettre le doigt sur les urgences vitales. Face à un accident vasculaire cérébral ou un infarctus, il faut être encore plus réactif, car il faut organiser un transfert secondaire vers Nivelles ou Jolimont.»



Tournée Minérale

et si on repensait notre consommation



DR FABRICE

BON

psychiatre et
alcoologue au CHP
Chêne aux Haies

Février, c'est le mois le plus court de l'année, mais c'est aussi la Tournée Minérale. Le principe ? Ne plus boire d'alcool pendant 28 jours et en constater les effets bénéfiques. Mais aussi faire le point sur sa consommation et pourquoi pas, la repenser à plus long terme.

Cette année, la Tournée Minérale souffle ses 7 bougies. Ce défi qui consiste à ne pas boire d'alcool pendant 1 mois rencontre de plus en plus de succès. Une belle victoire pour les associations d'aide aux personnes alcoolodépendantes qui rappellent que l'alcool est une drogue. Et une drogue très addictive. L'alcool contient en effet — à

des degrés divers — de l'éthanol qui engendre des effets psychotropes. Dans un premier temps et à faible dose, l'alcool diminue les inhibitions. On se sent plus confiant, plus sûr de soi. Il rend la réalité moins présente et atténue les douleurs psychiques. Mais il ralentit aussi nos perceptions et nos réflexes, augmente la pression artérielle, engendre des troubles du sommeil et des problèmes de mémoire. À forte dose, il peut aussi entraîner des vomissements, voire un coma éthylique. Et à long terme, une consommation élevée et régulière d'alcool dégrade le foie et le système nerveux et augmente le risque de développer certaines maladies comme les cancers ou les maladies cardiovasculaires et digestives.

Plus jeune, plus de risques

Cependant, nous ne sommes pas tous égaux face aux effets de l'alcool.

Si certaines personnes les ressentent rapidement, d'autres auront besoin de plus de verres pour «se sentir bien». Hommes et femmes métabolisent également l'alcool de manière différente. Et plus on le consomme jeune, plus les dommages sont importants et le risque de dépendance accru. Entre 12 et 25 ans, le cerveau est en pleine construction. Il apprend à gérer les émotions, les envies, les relations aux autres, l'impulsivité... Il est donc plus sensible aux drogues qui l'altèrent plus vite et plus durablement. «On commence par des boissons peu alcoolisées que l'on pense sans risque», souligne le Dr Fabrice Bon, psychiatre et alcoologue au CHP Chêne aux Haies. «Mais le processus d'accrochage à la substance se met déjà en place. Petit à petit, on va avoir recours à des boissons toujours plus fortes. Avec le risque à terme d'installer la dépendance. L'alcool est au niveau neurophysiologique une drogue très dure. Il engendre une dépendance puissante avec des mécanismes intracérébraux qui s'installent à vie. Voilà pourquoi il est si difficile de s'en sortir.»

Un processus très long

Si certains se libèrent de cette dépendance seuls, beaucoup ont besoin de l'aide de professionnels. Car il ne suffit souvent pas d'une hospitalisation pour en être débarrassé. À Mons, une unité spécialisée dans la prise en charge des addictions existe. Le pavillon «Vivaldi» se situe sur le site du Chêne aux Haies. Un accompagnement spécifique et à long terme y est proposé. «L'alcool prend beaucoup de place. Après une cure, il peut y avoir un sentiment de grand vide», précise le Dr Fabrice Bon. «Notre rôle est alors d'aider nos patients à trouver de nouvelles habitudes et de leur donner des outils qui leur permettront de faire face. Après un séjour de 4 semaines dans l'unité, nous leur proposons un partenariat d'un an. L'abstinence à vie peut paraître une montagne infranchissable. Durant cette période, nous les revoyons tous les deux mois : on relance leur motivation, on maintient

ale : mation?



Bon à savoir

Si arrêter brutalement l'alcool est inoffensif pour la plupart d'entre nous, stopper net sa consommation peut être dangereux si vous êtes alcoolodépendant ou si vous avez une importante consommation quotidienne. Vous pourriez en effet développer un syndrome de manque (tremblements, maux de tête, nausées...). Parlez-en à votre généraliste. Il pourra vous accompagner dans votre défi minéral.

le lien, on avance ensemble, petit à petit. Il y a souvent des accidents de parcours, mais ce n'est pas grave. À partir du moment où la personne reste consciente qu'elle est dans une consommation problématique et qu'elle a tout intérêt à se soigner, l'abstinence peut arriver plus tard. C'est un processus très long dans lequel il faut impliquer l'entourage. Si la famille est soutenante, ce sera plus facile. La dépendance à l'alcool n'est pas une faiblesse, un vice, une honte ou juste une question de motivation. C'est une vraie maladie.»

462 €

**Chaque Belge boit
en moyenne 462€
de boissons
alcoolisées par an.**

L'Espérance, un centre unique en Belgique

L'Espérance est un centre de révalidation fonctionnel résidentiel situé à Thuin. Il accueille jusqu'à 35 personnes alcoolodépendantes sevrées pour des séjours allant de 4 à 5 mois. «Ce sont bien souvent des personnes qui ont déjà tout essayé, mais qui n'arrivent pas à sortir de l'alcool», précise Jacques Hansenne, directeur du centre L'Espérance et alcoologue. «Après un sevrage en milieu hospitalier, elles sont prises en charge par notre équipe multidisciplinaire. Nous leur proposons un traitement basé sur la thérapie cognitive comportementale. Nous essayons de faire changer leurs comportements par un travail de psycho éducation. Nous n'imposons rien, mais nous accompagnons. Au début, le programme de soins est commun, puis, dès la 4e semaine, nous individualisons la prise en charge.» Parmi les 38 activités proposées, une attention particulière est accordée à la révalidation cognitive. Car pris en grande quantité et pendant une longue période, l'alcool affecte durement les fonctions cognitives comme la mémoire, l'organisation de travail, l'exécution, la planification... Un travail important est également

réalisé sur la gestion des émotions souligne le directeur. «Chez les personnes alcoolodépendantes, elles sont exacerbées. À leur arrivée, on diminue les médicaments pour avoir la personne "à nu" avec toutes ses émotions positives et négatives. Cela nous permet de mieux comprendre pourquoi elle est dépendante à l'alcool et de trouver les bons outils qui l'aideront à sortir de la dépendance et à ne plus y retomber.» Car ici, on prône l'abstinence à vie. Une solution brutale, mais qui fonctionne. «Le gros problème avec l'alcool, c'est l'accessibilité du produit. Vous pouvez vous en procurer partout et à toute heure du jour et de la nuit. Nous avons également fait le choix de ne traiter que l'alcoolodépendance. Nous ne traitons pas les autres drogues. Nous avons constaté que les personnes alcooliques préféraient en général rester entre elles.» Une prise en charge tout à fait unique en Wallonie dans un centre qui va bientôt pouvoir offrir plus de confort et d'espace aux résidents et aux professionnels, grâce aux travaux de rénovation et d'extension débutés en janvier.

La Tournée Minérale

Vous avez décidé de ne plus boire d'alcool pendant 1 mois? Bravo! Vous allez rapidement en constater les bénéfices. En arrêtant de boire de l'alcool, vous offrez un peu de repos à votre foie. Résultat? Vous vous sentez de mieux en mieux, vous êtes plus concentré et plus efficace. Votre sommeil est aussi plus profond et plus réparateur et votre peau plus éclatante. Ne plus boire d'alcool, c'est aussi consommer moins de sucre, c'est dire bye bye à la gueule de bois et c'est faire de belles économies. «La Tournée Minérale est une initiative très intéressante, car elle nous amène à parler de notre relation à l'alcool d'une autre manière», souligne le Dr Fabrice Bon. «Cette campagne met en avant le positif, sans être moralisatrice : les bienfaits pour la santé, le soin personnel, la prise de conscience. La dépendance à l'alcool est un phéno-

mène extrêmement répandu. Pourtant, très peu de gens ont conscience qu'ils consomment trop d'alcool. Beaucoup sont dans le déni.» On estime en effet que seuls 10 % des personnes qui ont un problème avec l'alcool sont soignées. Alors, comment savoir si vous consommez trop? Dans un premier temps, notez dans un carnet chaque fois que vous buvez un verre. Cela vous permettra d'évaluer votre consommation. Vous pouvez également réaliser le test en ligne Audit ou le test Cage qui, en 4 questions, vous permet d'estimer votre consommation. Pour votre santé, il est conseillé de ne pas dépasser 10 unités d'alcool par semaine, avec 2 jours d'abstinence. C'est une bonne base pour savoir si vous buvez trop.

Plus d'informations : www.tournee-minerale.be

Helora :

le point sur la fusion

C'est officiel, le **CHU Ambroise Paré et les 6 hôpitaux du Pôle Hospitalier Jolimont ont acté leur fusion.**

Le 1^{er} janvier 2023, après approbation des communes, le CHU Ambroise Paré et le Pôle Hospitalier Jolimont ont officiellement acté leur fusion. Ce rapprochement fait suite à la réforme du paysage hospitalier dont l'objectif est de permettre aux générations futures de continuer à bénéficier de soins de santé de qualité et abordables, par la collaboration entre hôpitaux.

Le CHU Ambroise Paré et le Pôle Hospitalier Jolimont font tous les deux partie du réseau HELORA.

HELORA, le plus grand ensemble hospitalier de Wallonie

HELORA rassemble l'expertise de 7 sites hospitaliers établis dans les provinces du Hainaut et de l'ouest du Brabant wallon. Grâce à ses 6 000 collaborateurs et ses 2 230 lits et places, les patients vont pouvoir bénéficier d'un parcours de soins complet sur un large territoire.

« Le maintien de petites structures, séparées les unes des autres, ne permet plus d'offrir des soins de qualité parce que de plus en plus de services de soins sont soumis à des normes d'activités. Il faut donc une taille critique suffisante pour assurer la prise en charge de patients dans certains domaines particuliers notamment pour les pathologies

lourdes qui requièrent une forte expertise médicale et du matériel de pointe » explique Stéphane Mercier, Directeur général du réseau HELORA. L'ambition d'HELORA est justement de créer plus de synergie et plus de solidarité entre les différents hôpitaux afin de maintenir et de développer des soins innovants au bénéfice des patients.

Une bonne nouvelle pour les patients

« La fusion entre le CHU Ambroise Paré et le Pôle Hospitalier Jolimont nous permettra de continuer à proposer et à développer une offre de soins de meilleure qualité et accessible à tous » ajoute Chantal Bouchez, Directrice générale adjointe du réseau HELORA.

La mutualisation des ressources humaines (notamment médicales et infirmières), matérielles et financières permettra également de sauvegarder une médecine d'excellence, de répondre à la pénurie du personnel médical, infirmier et paramédical et d'assumer le coût de plus en plus élevé des équipements médicaux lourds.

Stéphane Mercier ajoute que « sur le plan médical, l'offre répondra au mieux aux besoins des patients en centralisant les soins de pointe et en décentralisant les soins de proximité. L'ambition est également de maintenir les agréments lourds et l'expertise pointue tels que la cardiologie lourde et la chirurgie cardiaque, la neurochirurgie, la radiologie interventionnelle, l'oncologie lourde et l'hématologie, la radiothérapie



Chantal Bouchez, Directrice générale adjointe du réseau HELORA et Stéphane Mercier, Directeur général du réseau HELORA

ou encore la réanimation pédiatrique ». A terme, cela permettra aux patients d'être accompagnés par une équipe médicale agrandie et à la pointe de l'expertise.

Ce partenariat pluraliste entend également respecter les convictions religieuses et philosophiques de l'ensemble des patients et leur liberté de choix quant aux soins prodigués. Une charte éthique a d'ailleurs été signée entre les différents partenaires afin de garantir les libertés thérapeutiques de chacun (IVG, fin de vie...).

De nouvelles perspectives pour le personnel

Chacun pourra compter sur de solides perspectives d'avenir en faisant partie de la nouvelle entité fusionnée, tant en termes



d'évolution de carrière, de mobilité interne et de formation à de nouvelles compétences. Elle permettra d'attirer, de former et de garder les talents en son sein.

Ce partenariat entre hôpitaux garantira également les droits acquis par l'ensemble des collaborateurs au sein de leurs hôpitaux respectifs, sans limitation dans le temps.

Les valeurs du service public préservées

Bien que la nouvelle entité aura un statut dit « privé » (asbl), une représentation proportionnelle des



pouvoirs publics sera conservée dans tous les organes de gestion (conseil d'administration, assemblée générale...).

« Toutes les décisions devront être validées conjointement par les représentants du secteur public et du secteur privé. Nous travaillerons main dans la main pour définir un projet médical fort », précise Chantal Bouchez.

Un nouveau logipôle sur Mons

« Nous avons décidé de créer un logipôle sur le site de Geothermia à Mons afin de regrouper la

cuisine, la buanderie et les magasins » précise Stéphan Mercier. Un logipôle regroupant des activités médicales (pharmacies, salles blanches et stérilisations) est également à l'étude sur La Louvière.

L'emplacement du site Geothermia à Mons n'a pas été choisi au hasard, car il présente de nombreux avantages : une large surface disponible, un accès facile via l'autoroute et une énergie 100 % verte.

« Réunir ces activités sur un site unique permettra d'améliorer la qualité des produits et des services proposés, de garantir un meilleur approvisionnement et d'assumer notre responsabilité sociétale et environnementale en réduisant notre empreinte carbone et en augmentant le nombre d'emplois dans la région » conclut Chantal Bouchez.

5 nouveaux hôpitaux d'ici 2030

Tous les hôpitaux d'HELORA feront l'objet d'investissements très importants. De nouveaux hôpitaux seront construits d'ici

2030 à Jemappes (pour remplacer les deux hôpitaux montois), ainsi qu'à La Louvière, à Nivelles et à Lobbes. Le site actuel de l'hôpital de Warquignies fera l'objet d'une reno-construction et le site de Tubize poursuivra sa rénovation. Il s'agit d'un projet "sans précédent" pour la Wallonie. Avec une standardisation poussée, une quasi-autosuffisance énergétique, un bilan carbone particulièrement bas et un recours à un maximum d'éléments préfabriqués, le budget global est d'un peu plus de 500 millions d'euros HTVA à l'index 2021. Ces nouvelles infrastructures ont été pensées et réfléchies eu égard aux enjeux sociétaux actuels et à venir. Elles seront équipées de technologies de pointe, seront à la fois plus ergonomiques et confortables pour les patients et le personnel et exemplaires sur le plan de la durabilité.

Saint-Valentin :

et si on prenait le temps ?



LAURIE
MERTENS
Psychologue et
sexologue au CHU
Ambroise Paré

Le 14 février, c'est la Saint-Valentin. L'occasion de s'accorder du temps de qualité en couple. Et de, pourquoi pas, décider de le faire toutes les semaines.

Un article sur la Saint-Valentin et l'amour ? Quelle bonne idée ! Oui, mais voilà : comment vous aider sans tomber dans les généralités ? Comment donner des conseils alors qu'il existe tant de couples différents et tellement de manières d'aimer ? Et si la Saint-Valentin était l'occasion de poser un regard bienveillant sur vous et votre duo ? L'occasion de freiner pour prendre le temps de redécouvrir l'autre. Le temps n'est-il pas le bien le plus précieux ? Quel cadeau magnifique alors que d'accorder un moment à celui ou celle que l'on aime ! C'est en tout cas ce que vous suggère Laurie Mertens, psychologue clinicienne et sexologue au CHU Ambroise Paré. « Partager du temps en couple, quel que soit ce temps, c'est important. On peut être dans une intimité relationnelle affective ou dans une intimité sexuelle. Peu

importe. L'essentiel est d'écouter les besoins du couple et d'aller à la rencontre de ces besoins, d'être dans la communication l'un avec l'autre. »

Apprendre à s'aimer

La communication n'est pas toujours évidente quand il s'agit de parler de sexe. Alors que la sexualité est omniprésente, à la télé, dans les publicités, les magazines, dans beaucoup de couples, elle est parfois difficile, douloureuse, voire inexistante... Mais quel serait alors le secret d'une sexualité heureuse ? L'épanouissement personnel, l'écoute de soi, de son corps. Apprendre à s'aimer soi, son image, son

||
Le conseil de notre
sexologue en ce
14 février ?
Prenez votre pied,
dégustez, savourez !

||

La pleine conscience du moment

Pour la sexologue, se retrouver régulièrement dans le couple est primordial. Cela permet de s'écouter, de mieux communiquer et donc aussi de mieux se comprendre. « Idéalement, ces temps en couple ne doivent pas être propres à la Saint-Valentin. En fait, il devrait y avoir un 14 février toutes les semaines. Ces moments permettent aussi de s'enlacer et de s'embrasser vraiment, pas de manière ritualisée. C'est important

de prendre conscience d'un baiser, de ce que ça suscite dans le corps, de comment on accueille la caresse de l'autre. D'être dans la pleine conscience du moment présent, de cette rencontre conjugale, sexuelle, affective. Car n'oublions pas que la sexualité est bonne pour la santé : elle lutte entre autres contre la dépression. Ce serait dommage ne pas lui accorder le temps qu'elle mérite. »

corps permet de faciliter la relation à l'autre. Facile à dire, mais pas toujours facile à faire. Pourtant, l'idée fait son chemin. De plus en plus de femmes, mais aussi de plus en plus d'hommes, entreprennent en effet une démarche d'éducation et de découverte de leur corps. « Car se découvrir soi, savoir ce que l'on aime ou pas, ce qui procure du plaisir ou pas, permet aussi de guider son/sa partenaire vers ce que l'on préfère, souligne Laurie Mertens. L'écoute des besoins de l'autre est aussi très importante. Et c'est là que se trouve toute la difficulté ! Il faut réussir ce fragile équilibre entre la satisfaction de ses besoins et ceux de son/sa

partenaire. C'est un peu comme choisir un resto. Et parfois, les amants ne sont pas du tout sur la même longueur d'onde. L'un voudra juste aller au fast food et l'autre aura envie d'un bon resto avec entrée, plat, dessert. Parfois, on veut quelque chose de rapide et intense et parfois, on a besoin de plus d'intimité et de caresses. J'aime bien cette métaphore parce qu'avec la sexualité, c'est un peu la même chose : il faut sentir son appétit et celui de son/sa partenaire et essayer de trouver un entre-deux sans que l'un ou l'autre ne se sacrifie. Mon conseil si vous n'avez pas les mêmes envies ? Discutez, rencontrez-vous, écoutez-vous. »

Les mots fléchés « santé »

Par Stéphane Drot

MOT CLÉ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Le mot mystère du numéro précédent était : **RADIOTHÉRAPIE**

excès de CO2 sanguin	actes erronés	assiette creuse	proche de Huy	voilier à deux mâts	affaiblissement des forces	ville sur l'île de Vancouver	comédien	position sur séant
syncope	envies de se gratter	organe de marché	note de musique	déesse marine		amas de pus	repas d'oïsson	fin d'année
		9				organe lymphoïde		
trans-dermique					grands aigles			
antidote					sortie d'un liquide			
	10		liberté limitée					syndrome d'hypertension pulmonaire
proche de Tinlot			relatif aux oreillons					
dermatose d'ado.			6		vomitifs		8	
					troubles autistiques			
		appendice charnu				étable équine		11
		robe de cheval				tracé cérébral		
indien Mohawk				auxiliaire			enzyme coupant en peptides	expulsés
brochets de mer				ennuiera		exprime la surprise		
	12		voisine de Courtrai			titre de roi		
						arme d'escrime		
agence spatiale					débuté un compte	repères nutritionnels journaliers		1
douze à Rome			branché		équivalent mille-pattes			
		commune du Pas-de-Calais						
						costaud de BD		
va en justice			un peu niais			hors d'usage		
norme			paralysies du bas				société de transport	
							aperçu	
		33 tours d'Albion		ville moldave	nettoient			
					commune du Charolais			
relatifs aux organes mous	infections de la peau	hors du clergé				relatif à l'oreille	traction pour péniches	
		chlore du labo					nez	
								possessif
						tournoi ouvert		dilatation d'une veine
bain à bulles	disque de sein	partie du monde			bout de cheveu		agent de police d'un bloc	partenaire d'avant
		monoxyde de soufre					célèbre nudiste	
							obéissant	
		fissure de la colonne (2 mots)						fin d'une idée
		génie US						élimasse
comburant					roulé			
retirée					au rochs	touchées	commune du Loir-et-Cher	
		à la fin de la douleur			accouchements normaux			village du livre
					fin de bras			
formule des ions							mauvaise manie	
hybride de citrus							sillon de flexion	argon
								petit avion
4		en fin de vie		or du chimiste		relative aux poils		
		étant donné		pronom personnel		saint normand		
qui porte des oeufs								
numéro un au tiercé				production de nectar				stupéfiant
	bandage pour les bourses						oiseau ratite	

HELORA, l'acteur incontournable de votre santé !

En s'associant, le **CHU Ambroise Paré** et le **Pôle Hospitalier Jolimont** vous offrent des soins :

- + de la plus haute qualité
- + empreints d'empathie et centrés sur l'humain
- + équitables et accessibles à tous
- + performants et à la pointe du progrès médical
- + au plus proche de vous !

Plus d'infos ?

www.helora.be

