

## Sommaire :

- L'enfant :
- \* La vaccination
- \* L'absentéisme à l'école
- \* Se protéger des réseaux sociaux
- \* Quel sport pour mon enfant ?
- \* Le sommeil
- Nos projets santé
- Recette santé
- Coin lecture
- Actualités
- Arrivées/départs
- Notre équipe

## Bienvenue

Chers patients, chers lecteurs,

En ce début d'année scolaire, nous souhaitons aborder plusieurs thèmes en lien avec l'enfant.

L'occasion de faire le point sur l'état vaccinal de votre enfant, d'aborder la problématique de l'absentéisme à l'école, d'attirer votre attention sur les bonnes pratiques à adopter face aux réseaux sociaux, d'évoquer les sports les plus adaptés en fonction de l'âge et enfin de rappeler l'importance de bien dormir.

Bonne lecture !



# La vaccination chez l'enfant et l'adolescent (de 2 mois à 16 ans)

## Pourquoi faire vacciner son enfant ?

- **Pour se protéger contre certaines maladies.**

Les vaccins permettent de se protéger contre certaines maladies. Ils contiennent des fragments d'un virus ou d'une bactérie, ou une faible quantité de ceux-ci tués ou affaiblis.

Grâce aux vaccins, le système immunitaire se prépare à les reconnaître et à les combattre. S'il les rencontre encore une fois, il pourra plus facilement les neutraliser.

- **Pour protéger les autres contre certaines maladies.**

Quelques personnes ne peuvent pas être vaccinées : les nourrissons trop jeunes pour recevoir la vaccination en question, les personnes pour qui c'est médicalement contre-indiqué, etc.

Plus il y a de personnes vaccinées contre une maladie, moins le virus ou la bactérie circule dans la population, ce qui protège entre autres les personnes qui ne peuvent pas être vaccinées.

## Vaccination à l'ONE

L'ONE vaccine **gratuitement** les enfants de 0-6 ans dans ses consultations de médecine préventive. L'ONE suit et promeut le schéma vaccinal recommandé par le Programme de vaccination de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

## Vaccination et fréquentation d'un milieu d'accueil

Si votre enfant fréquente un milieu d'accueil, il doit être vacciné dans un souci de protection de la collectivité. La vaccination constitue une mesure de **prévention collective**, indispensable en des lieux où plusieurs enfants parfois très jeunes, susceptibles de transmettre ou de contracter une maladie, sont accueillis ensemble.

Les **vaccins obligatoires pour fréquenter une collectivité** d'enfants de moins de trois ans sont ceux contre la poliomyélite, la diphtérie, la coqueluche, la méningite (à *Haemophilus influenzae b*), la rougeole, la rubéole et les oreillons. Les vaccins contre le pneumocoque, la méningite à méningocoques ACWY et l'hépatite B font partie du schéma vaccinal belge et sont donc fortement recommandés.

De plus en parallèle du schéma vaccinal belge, on encourage la vaccination contre le méningocoque du groupe B pour les tranches d'âge à risque à savoir de 2 mois à 5 ans et de 15 à 19 ans.

Ci-dessous, un aide-mémoire intitulé « les rendez-vous des vaccins », va vous permettre de visualiser les différentes étapes de la vaccination de votre enfant de 0 mois à 18 mois.



### AVEC 5 VACCINS, VOTRE ENFANT EST PROTEGÉ CONTRE 12 MALADIES

à 2 mois / à 3 mois  
à 4 mois / à 15 mois

**Vaccin VAXELIS® (4 doses)**  
protège contre 6 maladies



#### DIPHTÉRIE

Infection de la gorge qui rend la respiration difficile.

#### TÉTANOS

Maladie qui provoque la paralysie des muscles.

#### COQUELUCHE

Quintes de toux particulièrement graves chez le tout petit bébé.

#### HAEMOPHILUS INFLUENZAE DE TYPE B

Microbe qui peut provoquer une méningite.

#### POLIOMYÉLITE

Maladie qui provoque des paralysies.

#### HÉPATITE B

Inflammation du foie; la maladie peut devenir chronique et évoluer vers une cirrhose et parfois un cancer du foie.

À 2 mois / à 4 mois / à 12 mois

**Vaccin PREVENAR13®**  
(3 doses) protège contre :



#### PNEUMOCOQUE

Microbe qui peut provoquer une pneumonie et parfois une méningite.

À 2 mois / à 3 mois / à 4 mois  
(si une 3<sup>ème</sup> dose est nécessaire)

**Vaccin ROTARIX® (2 doses)**  
ou **ROTATEQ® (3 doses)**  
(Seul vaccin pas gratuit)  
protège contre :



#### ROTAVIRUS

Microbe qui provoque de graves diarrhées.

À 12 mois

**Vaccin M-M-R-VAXPRO®**  
(1 dose) protège contre 3 maladies



#### ROUGEOLE

Maladie qui provoque une forte fièvre, des boutons sur tout le corps et qui peut se compliquer en otite, pneumonie ou encéphalite.

#### RUBÉOLE

Maladie qui s'accompagne de boutons sur tout le corps, particulièrement dangereuse pour les femmes pendant le début de la grossesse car elle provoque des malformations du bébé.

#### OREILLONS

Maladie qui provoque un gonflement douloureux sous les oreilles. Elle entraîne souvent une méningite, parfois une surdité, plus rarement une stérilité.

À 15 mois

**Vaccin NIMENRIX®**  
(1 dose) protège contre :



#### MÉNINGOCOQUES ACWY

Microbe qui provoque une méningite.



Un mot non compris,  
une question sur la vaccination ?  
Un réflexe  
[www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be)

CERTIFICAT  
POLIO



ONE.be

Après 15 mois

Le CERTIFICAT de vaccination contre la POLIO doit être déposé à la COMMUNE.



Ensuite, lorsque l'enfant grandit, le rythme du suivi médical se ralentit. Souvent, une fois qu'il atteint l'âge scolaire, la visite chez le médecin traitant ne s'effectue plus qu'en cas de maladie.

Lors de ces contacts, la vaccination n'est généralement plus l'un des principaux points d'attention. Pourtant, elle est toujours primordiale pour continuer à assurer une protection à l'enfant.



L'entrée à l'école, par exemple, est une période charnière.

A ce moment, l'enfant est particulièrement exposé à de nouveaux microbes et virus.

Le schéma vaccinal du Programme de vaccination de la Fédération Wallonie-Bruxelles commencé pendant la petite enfance doit être poursuivi.

- **A 5-6 ans** => coqueluche, diphtérie, poliomyélite, tétanos
- **A 7-8 ans** => oreillons, rougeole, rubéole
- **A 11-12 ans** (de manière transitoire pour tous les enfants qui n'auraient pas reçu la dose à 7-8 ans, suite au changement de l'âge d'administration) => oreillons, rougeole, rubéole
- **A 9-18 ans** => infections à papillomavirus humains (HPV)  
La vaccination, idéalement avant l'âge de 14 ans, généralisée des filles et garçons âgés de 9 à 18 ans inclus contre les infections à papillomavirus humains (HPV) est recommandée par le Conseil Supérieur de la Santé mais remboursée jusqu'à 18 ans.
- **A 15-16 ans** => diphtérie, tétanos, coqueluche

### Quelles sont les vaccinations supplémentaires qui peuvent être effectuées ?

En fonction de circonstances individuelles, d'autres vaccinations sont également disponibles et/ou recommandées (état de santé, voyage, milieux de vie...).

Discutez-en avec votre médecin.



# CALENDRIER DE VACCINATION

## 2023-2024

		Nourrissons					Enfants et adolescents				Adultes		
		8 sem. (2 mois)	12 sem. (3 mois)	16 sem. (4 mois)	12 mois	15 mois <sup>①</sup>	5-6 ans	7-8 ans <sup>②</sup>	13-14 ans	15-16 ans	Femmes enceintes	Tous les 10 ans	65 ans
Poliomyélite	Hexavalent	✓	✓	✓		✓					✓ <sup>⑤</sup>	✓	
Diphthérie													
Tétanos													
Coqueluche													
<i>Haemophilus influenzae</i> de type b													
Hépatite B													
Rougeole	RRO				✓			✓					
Rubéole													
Oreillons													
Méningocoques ACWY					✓							✓	
Pneumocoques		✓	✓ <sup>①</sup>	✓	✓							✓	
Rotavirus (vaccin oral)		✓	✓	✓ <sup>③</sup>									
Papillomavirus (HPV)								✓	✓				
Grippe (Influenza)											✓ <sup>⑥</sup>	✓	

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

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).

**Hexavalent** : Vaccin qui confère une protection contre 6 maladies

- 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.

Pour en savoir plus sur la vaccination, consultez le site de référence francophone en la matière : [www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be)

N'hésitez pas à parler vaccination à votre médecin ou lors d'une consultation ONE.

**Le calendrier de vaccination 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.

### Sources :

- <https://www.vaccination-info.be>
- <https://www.one.be>

# L'absentéisme à l'école

En ce début d'année scolaire, nous souhaitons attirer votre attention sur la problématique de l'absentéisme à l'école.

**En effet, il s'agit d'un phénomène important, en constante augmentation.**

L'absentéisme peut avoir de graves conséquences tant au niveau individuel que sociétal.

## Quelles en sont les causes, les conséquences et comment peut-on y remédier ?

### Les causes :

- \* Les difficultés scolaires
- \* Le désintérêt pour l'école
- \* Les maladies telles que la dépression, l'anxiété
- \* Le contexte familial, les relations parentales : manque de soutien parental, communication difficile, violences
- \* Les conflits

### Les conséquences :

- \* Perspectives d'avenir personnelles et professionnelles compromises
- \* Décrochage scolaire avec risque d'exclusion
- \* Isolement social et familial
- \* Insolence



## Que faire ? Qui peut aider ?

### ⇒ L'école, les parents :

Il est important de maintenir le dialogue entre les parents, les professeurs et l'enfant et d'identifier les causes de cet absentéisme.

Mais aussi de faire comprendre à l'enfant les bienfaits sur l'implication, la présence et la réussite scolaire, le motiver en lui rappelant l'importance de l'école sur son futur professionnel, lui donner confiance, l'inciter à croire en lui et en ses capacités, élaborer un projet professionnel, lui rappeler qu'il pourra se diriger vers un parcours qui lui convient mieux et également rencontrer un conseiller d'orientation scolaire.

### ⇒ Le centre Psycho-Médico-Social (CPMS) :

Chaque école est liée à un CPMS. Ce centre est à la disposition des élèves et de leurs parents, tout au long de la scolarité, notamment en cas de décrochage scolaire.

C'est un lieu d'accueil, d'écoute et de dialogue où le jeune et/ou sa famille peut aborder les questions qui le préoccupent en matière de scolarité, d'éducation, de vie familiale et sociale, de santé, d'orientation scolaire et professionnelle.

### ⇒ Le service AMO (Actions en Milieu Ouvert) :

Ce service a pour objectif l'aide préventive, tant sociale qu'éducative, pour les jeunes de 0 à 18 ans dans leur milieu de vie.

Parmi leurs différentes missions, certaines AMO accueillent les élèves en situation de décrochage. Leur objectif est de trouver, avec eux, des pistes de solution pour leur avenir scolaire.

### ⇒ Le service des équipes mobiles :

Instauré par la Fédération Wallonie-Bruxelles, composé de 26 intervenants extérieurs aux écoles, il a pour mission d'intervenir, notamment, dans le cadre de l'absentéisme et du décrochage scolaire.

Les intervenants psychosociaux du Service des équipes mobiles mettent en place un Plan d'Accrochage Scolaire (PAS) quand la situation de l'élève nécessite des mesures supplémentaires aux actions entreprises par les acteurs de premières lignes, à savoir l'école et le PMS.

Le PAS s'appuie sur la rencontre avec la famille, l'élève et les acteurs scolaires, afin d'identifier les besoins et les objectifs en vue de permettre à l'élève de retrouver une scolarité régulière et épanouissante via un ensemble de mesures d'aide.

#### **Sources :**

- *Edusign.com*
- *Enseignement.be*

# Se protéger des réseaux sociaux

**Réseau social** : désigne un site internet ou une application mobile permettant de développer des interactions sociales, de se constituer un réseau de connaissances, d'amis ou de relations professionnelles, avec lequel on interagit en temps réel.

## 1 RESPECTE TES AMIS



→ Identifie tes amis sur tes photos seulement quand tu y es autorisé.



## 2 CONTRÔLE TA VIE PRIVÉE



→ Facebook n'a pas besoin de tout savoir : inutile de remplir ton lieu de naissance, le lycée, ton mail...



## 3 RESPECTE L'ÂGE MINIMUM



Inscription à partir de :



~~-13 ans~~



~~-16 ans~~



## 4 PROTÈGE LES AUTRES



→ Signale sur Facebook une photo ou une vidéo qui ne devrait pas être là. Préviens un adulte en cas de harcèlement ou appelle **0800 200 000**.  
- numéro vert -



5

## SIGNALE (OU MASQUE)



Les mauvais commentaires qui peuvent faire du mal à tes amis.



6

## SAVOIR DIRE NON



N'accepte pas toutes les demandes de contact (ce ne sont pas tous tes amis). Ignore certaines demandes.



7

## CORRIGE TES MESSAGES



Tu peux toujours modifier ou supprimer tes publications, après les avoir mises en ligne.



8

## SÉCURISE TON PROFIL



Pour éviter les piratages, ne donne jamais ton mot de passe.

Change-le régulièrement !



## Quel sport pour mon enfant ?

Rentrée scolaire rime souvent avec reprise du sport !

Quels sont les sports les plus adaptés à l'enfant selon son âge ?

Le sport est important et bénéfique pour l'enfant mais il ne faut pas griller les étapes.

L'activité physique doit faire partie du quotidien des enfants, mais elle doit respecter leur stade de développement.

Du bébé, avec ses activités d'éveil, au petit qui remue, marche, escalade, se balance, court : à tout âge, les enfants « font du sport » ou, plutôt, trouvent du plaisir dans des activités physiques variées.

Pour un corps d'enfant encore en formation, pas question de supporter de réels efforts physiques. En revanche, il est possible d'accompagner sa croissance et son développement psychomoteur en lui proposant des activités adaptées, sous la vigilance de professionnels compétents, qui adaptent le sport à l'âge et aux limites des petits.

Il est conseillé d'initier tôt les enfants à des activités physiques variées, en évitant de leur proposer un seul type d'activité intensive.

### Être actif et le rester

Le médecin généraliste examinera généralement l'enfant avant qu'il ne se lance dans un sport, qu'il soit pratiqué dans un cadre purement ludique ou en compétition. Cette consultation peut permettre d'éviter de soumettre le jeune à une activité qui ne lui conviendrait pas.

Certains sports sont plus dangereux que d'autres. Un équipement adapté limite le risque de blessure.

**Attention**, la pratique sportive doit toujours être encadrée par des professionnels compétents. **Dans l'enfance, les objectifs et contraintes de performance peuvent être négatifs.**

### Bon à savoir :

Pour tout sport, une (ou deux) séance(s) d'essai s'imposent, afin d'éviter l'achat d'un équipement inutile. A l'inverse, certains enfants se découragent trop vite et souhaitent abandonner. Il faut alors insister un peu et les soutenir pour leur apprendre à surmonter ce premier découragement et prendre goût à l'effort.



**N'oubliez pas...**

Ce ne sont que des enfants

C'est un sport

Ce n'est qu'un jeu

C'est « leur » match

Ce n'est pas la coupe du monde

## Quel sport choisir ?

Courir, faire du toboggan ou du tricycle, c'est déjà bien.

Mais très jeunes, certains enfants veulent « faire du sport comme les grands ».

Pourtant, à chaque âge, ses disciplines :

- \* **Dès 18 mois**, la psychomotricité travaille l'équilibre, la coordination, la structuration spatiale. Elle favorise le développement physique, moteur et émotionnel. L'amélioration de la coordination motrice prépare aussi à l'écriture et à la lecture.
- \* **A 3 ans**, l'enfant peut commencer à se sentir à l'aise dans une piscine ; apprendre à nager, ce sera, selon les enfants, à partir de 4 à 6 ans.
- \* **Dès 4 à 5 ans**, de nombreuses activités sont proposées :
  - Les arts martiaux (karaté, judo,...)
  - L'équitation (sur des poneys)
  - Mini-tennis, basket, football
  - La natation
  - La danse
  - Le ski peut également être débuté.
- \* **A partir de 5 ans**, certains enfants aimeront l'escrime qui apporte discipline, maîtrise et concentration. Pour le roller ou le skate, qui stimulent l'équilibre, les parents feront souvent de bons coachs, attention de ne pas oublier les protections adéquates. L'escalade, le badminton, le hockey sur gazon, la patinage à roulettes : toutes ces activités sont possibles dès cet âge.
- \* **Vers 8 ans** , l'athlétisme, la canoé-kayak, le handball, le tennis, le basket s'ajoutent à la panoplie. Plus tard, le rugby, le volley, le base ball, la voile trouvent leur place.



- Avant la puberté, il est déconseillé de s'entraîner à l'aide de charges trop lourdes (musculature intensive).

Les zones de croissance des os pourraient être abimées.

- La pratique d'un sport est avant tout un loisir durant lequel l'enfant bouge et s'amuse. Le désir et la pratique de la compétition doivent venir de l'enfant et non lui être imposés par les parents ou l'entraîneur.

# Le sommeil

Après plusieurs semaines de vacances, la rentrée pointe son nez et il est temps de reprendre une routine de sommeil adaptée. Quel que soit l'âge de votre enfant, il est important pour lui de bien dormir afin de favoriser une croissance harmonieuse. Surtout lorsqu'on sait qu'environ 30% des enfants sont concernés par des troubles du sommeil et que la grosse majorité de ceux-ci sont surtout liée à des problèmes comportementaux et non médicaux.

Mais alors, pourquoi favoriser une bonne hygiène de sommeil ?

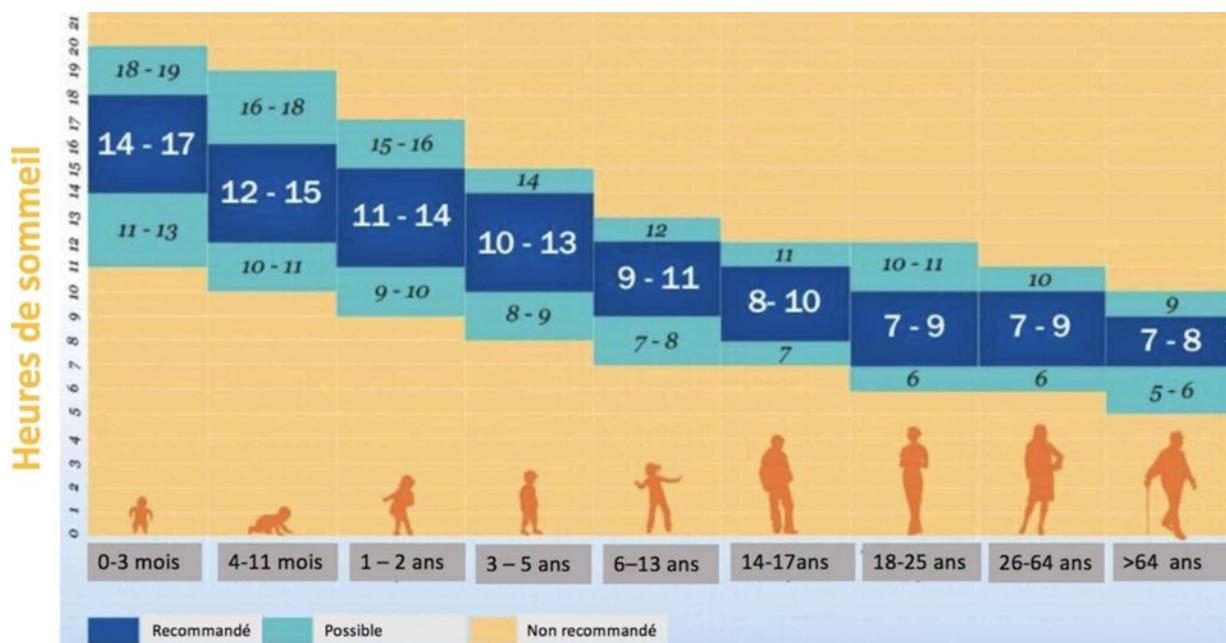
## Le sommeil contribue notamment :

- \* Au développement du langage, du raisonnement logique
- \* A améliorer l'attention et la concentration
- \* A une bonne croissance
- \* A renforcer le système immunitaire

## En revanche, un manque de sommeil peut provoquer :

- \* Des troubles de l'attention
- \* Une baisse des défenses immunitaires
- \* Le stockage des graisses
- \* Des troubles de l'humeur
- \* ....

Le graphique ci-dessous (tiré du Réseau Morphée), montre les heures de sommeil attendues selon l'âge. Ces chiffres sont théoriques, il est également important de prendre en compte les signes propres à votre enfant (par exemple : se frotter les yeux, bâiller, mais aussi agitation, irritabilité, troubles de l'attention, ...).



## Quelques conseils pour vous aider à remettre les bonnes bases :

### ⇒ **Instaurer une routine avant le coucher**

On conseille souvent que cette routine soit la plus stable dans le temps afin que l'enfant puisse reconnaître que la journée se termine et qu'il va bientôt aller au lit (mettre son pyjama, se laver les dents, faire pipi, raconter une histoire, ...).

### ⇒ **Respecter les horaires de sommeil**

A mettre en application également les week-ends et jours de congé si possible.

### ⇒ **Eviter les écrans**

Les écrans stimulent énormément le cerveau, et la lumière qu'ils envoient favorise l'éveil.

### ⇒ **Eviter l'activité physique intense le soir**

C'est une activité stimulante, il est donc préférable de la pratiquer en journée.

Par contre, pourquoi pas instaurer un petit moment de relaxation ou quelques postures de yoga dans le calme.

### ⇒ **Alimentation**

Eviter les boissons sucrées, tout ce qui contient de la caféine comme le chocolat, le thé et les boissons énergisantes avant d'aller dormir.

La boisson idéale pour les petits et les grands étant l'eau, encore plus après le lavage des dents. Il est également conseillé d'éviter les repas trop copieux juste avant d'aller dormir.

***Si malgré tout, le sommeil reste compliqué,  
ne pas hésiter à en parler avec votre médecin traitant.***



## Nos projets santé

### \* Je marche pour ma santé

Environ 1h de marche chaque mardi à 19h30 de fin avril à fin septembre.

Encadré par Colette Vincent, infirmière à la Maison Médicale - Gratuit

Malheureusement, ce projet prend fin le 24 septembre 2024.

Nous remercions Colette pour son implication durant ces dix années.

Nous ne savons pas encore si ce projet reprendra. Nous vous tiendrons informés ;-)

### \* Gym équilibre (en partenariat avec la commune et le CPAS de Libin)

A la Maison Médicale de Libin (salle de revalidation), elle a lieu chaque mercredi de 8h45 à 9h45 (hors vacances scolaires).

Elle s'adresse aux plus de 65 ans.

Les exercices sont spécifiques afin de minimiser le risque de chute à domicile et sont proposés par *Barbara Maes*, ergothérapeute.

### \* Les permanences alcool/assuétudes (en partenariat avec les AA et Solaix)

Elles se déroulent à la Maison Médicale de Libin :

- **Pour la permanence Solaix**, elle a lieu le 4ème vendredi du mois entre 13h et 16h, avec ou sans rendez-vous.

Remarque: en décembre, la permanence aura lieu le 3ème vendredi du mois !

- **Pour la Permanence AA**, celle-ci se déroule le deuxième jeudi de chaque mois de 18h30 à 19h30.

A cette permanence :

- \* Vous recevez des explications sur la manière dont fonctionnent les AA, comment certaines personnes sont sorties de l'enfer de l'alcool grâce à eux.
- \* Vous recevez une enveloppe d'accueil dans laquelle se trouve déjà de la littérature d'approche AA .
- \* Vous êtes dirigés, si vous le désirez, vers un groupe de rétablissement.

### - ! Nouveau ! Le groupe "Liberté Libin"

Les réunions se déroulent le mercredi de 19h00 à 21h00 à la Maison Médicale.

Le groupe est composé généralement entre 6 et 8 Amis et Amies autour de la table.

Ils ont un programme de rétablissement et de la littérature AA avec lesquels ils partagent leur vécu d'alcoolique pratiquant mais ils partagent surtout la manière dont on se rétablit un jour à la fois grâce à ce programme.

\* **Le projet alimentation** (en partenariat avec le CPAS de Libin)

⇒ Création d'un **espace ludique dans notre salle d'attente** + réalisation d'un **cahier santé** destiné aux enfant contenant plusieurs fiches sur les thèmes suivants :



- \* Le petit-déjeuner
- \* La boîte à tartines
- \* La collation et le goûter
- \* L'hydratation
- \* L'activité physique
- \* Le repos physique et mental
- \* La pyramide alimentaire



**Le cahier santé** est disponible :

- ⇒ dans notre salle d'attente
- ⇒ via notre site [www.maisonmedicalelibin.be](http://www.maisonmedicalelibin.be) > nos projets santé

⇒ Prochainement, **retour des petits déjeuners sains**, sous la même forme que l'an dernier (pyramide alimentaire, petit déjeuner et dégustation en pleine conscience) **auprès des élèves de 3ème maternelle** de chaque implantation scolaire de la commune.



\* **Le projet joëlette**

La joëlette permet à des personnes moins valides de pouvoir faire des "balades nature", au rythme des autres promeneurs.

Pour les personnes valides, c'est l'occasion de faire partager sa passion pour la marche, la course ou la nature "en prêtant ses jambes".

La Maison Médicale dispose d'une joëlette.

Si vous êtes intéressé(e) par ces balades, n'hésitez pas à prendre contact avec le secrétariat de la Maison Médicale afin de pouvoir l'emprunter.



\* **! Nouveau ! Les p'tits marcheurs du vendredi**

# LES P'TITS MARCHEURS

## du vendredi

### DEPART DU COMPLEXE SPORTIF DE LIBIN

Prendre le temps de marcher  
et de se promener avec un  
groupe bienveillant dans un  
esprit convivial.

**10h30 - 11h30**

**1er et 3ème vendredi du mois**

**Accessible à tous**

**Date de la 1ère sortie : 18 octobre 2024**

**1€ la séance - collation offerte**

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

📍 Rue d'Hatrival 173A, 6890 Libin

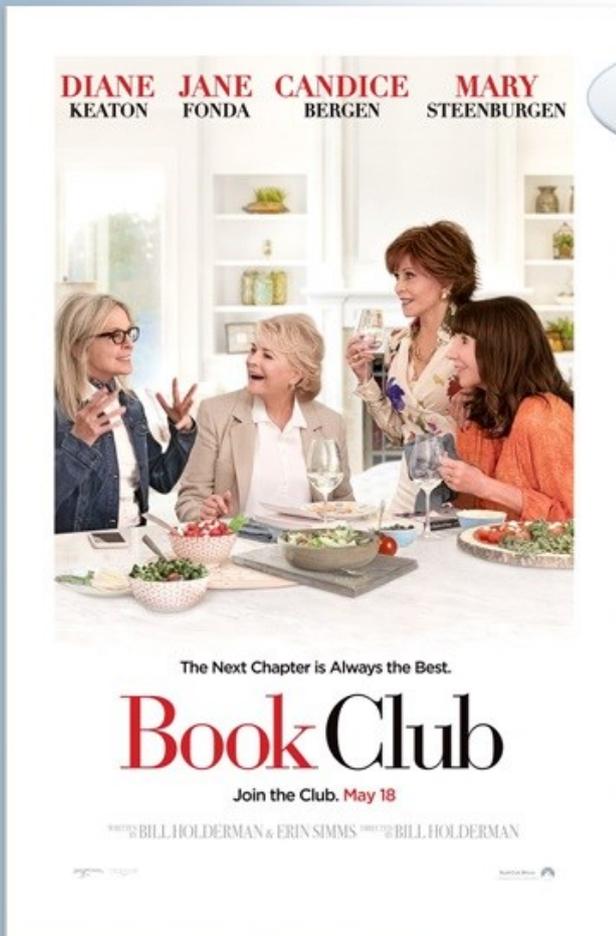
☎️ 061/260.819, 0494/80.36.28, 061/41.26.36





# CINE-DEBAT

« La vie intime des aînés »



**30 Septembre**

**LIBIN**

Maison de village,  
Quartier Latin

Programme :

**13h45** : Accueil

**14h** : Film

**15h30** : Débat et collation

*Une comédie drôle qui aborde la sexualité après 60 ans.*

**INSCRIPTIONS :**

Auprès du PCS au **061/26.08.19** ou sur **v.piron@libin.be**



## Recette santé

Recette santé proposée par notre diététicienne,  
**Emmanuelle COULON**

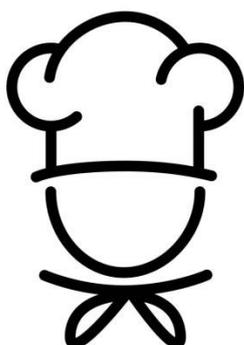
### Cake salé au yaourt :

#### Ingrédients pour 10 personnes :

- \* 2 yaourts nature
- \* 200 g de farine d'épeautre ou d'avoine
- \* 4 œufs
- \* 40 ml d'huile d'olive
- \* 1 sachet de levure
- \* 100 g de tomate cerise ou courgette râpée
- \* 100g de jambon ou poulet ou saumon
- \* 100g de fromage râpé ou feta
- \* Épices (poivre, paprika, ...)
- \* Un bouquet de basilic ou ciboulette et/ou noix, noisette, ...

=> Mélanger le tout et cuire 45 min à 180 degrés

Bon appétit !



## Coin lecture

### « L'absentéisme scolaire : Du normal au pathologique »

De Patrice Huerre

#### Résumé :

L'absentéisme scolaire n'est pas un phénomène nouveau, mais parce qu'il est devenu un phénomène de société il suscite désormais de l'intérêt, quand ce n'est pas de l'inquiétude, jusqu'à une mobilisation politique nationale.

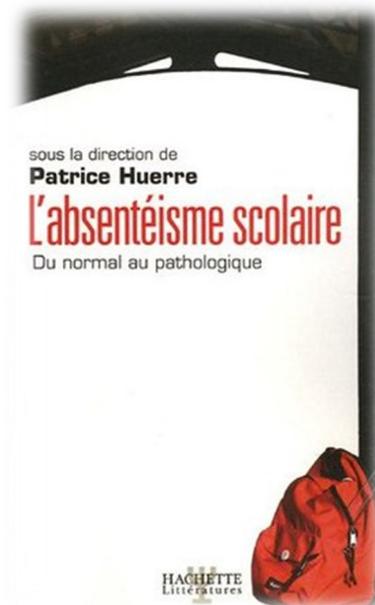


De l'adolescent qui sèche un cours occasionnellement pour s'investir parfois dans d'autres activités, à celui qui décroche totalement parce qu'il ne parvient plus à trouver la motivation nécessaire, ou est en proie à une phobie scolaire par exemple, en passant par le « présent absent » qui assiste aux cours mais sans jamais acquérir les savoirs fondamentaux, le terme d'absentéisme recouvre des réalités très diverses.

Ainsi peut-il apparaître, selon les cas, comme une transgression normale accompagnant le processus d'adolescence ou comme le symptôme d'une pathologie.

Sociologues (François Dubet...), pédagogues (Serge Boimare, Gilbert Longhi), psychiatres et psychologues (Annie Cordié, Patrick Delaroche, Daniel Marcelli) se penchent ici sur la question préoccupante de l'absentéisme scolaire, pour essayer d'en déterminer les causes, toujours plurielles, et de proposer des solutions tenant compte des différents enjeux à l'œuvre.

Un ouvrage qui contribuera sans doute à sensibiliser les pouvoirs publics et les professionnels concernés et qui aidera les parents à mieux comprendre une conduite adolescente devant laquelle ils sont trop souvent démunis.



### **IMPORTANT !**

A la Maison Médicale de Libin, **3 médecins** (équivalents temps plein) pour une commune de presque **6.000 habitants**.

C'est beaucoup trop peu pour satisfaire toutes les demandes.

Nous pouvons comprendre la frustration que cela engendre pour les patients comme pour nous-mêmes.

Nous ne pouvons cependant admettre les **comportements inappropriés** de certains envers les secrétaires et les médecins : grossièreté, violence, médisance sur les réseaux sociaux...

Ces actes malveillants pourraient aggraver la pénurie en poussant ceux qui restent par fidélité et sens du devoir à l'épuisement, ou à d'autres choix qui ne manquent pas.

Le **respect** qui leur est dû devrait se concrétiser par :

- \* votre politesse et courtoisie
- \* votre ponctualité aux rendez-vous (1 rendez-vous = 1 patient, prévenir si empêchement)
- \* votre prévoyance : demander suffisamment d'ordonnances jusqu'à la prochaine consultation

Vu la pénurie, la Maison Médicale **ne peut hélas plus se permettre d'être ouverte à tous les habitants**.

**Chaque médecin s'engage pour les patients dont il gère le DMG**  
(Dossier Médical Global).

Nous ne pouvons en faire davantage pour le moment.

Même s'il s'annonce un peu de renfort, la situation reste préoccupante.

Merci de comprendre...

En attendant des jours meilleurs.

L'équipe de la Maison Médicale



## AVANTAGES

Accès aisé,  
proche de  
l'autoroute

Entretien des locaux

Visibilité  
pour votre activité



## LOCATION DE CABINET

*Vous êtes un professionnel de la santé ?*

**La Maison Médicale de Libin**  
met en location plusieurs cabinets,  
tarifés par demi-journées.

Plus d'infos :

- 061/41.26.36
- [gestionnaire@maisonmedicaledelibin.be](mailto:gestionnaire@maisonmedicaledelibin.be)

**M** MAISON  
EDICALE  
**L** LIBIN

**MAISON MEDICALE  
DE LIBIN ASBL**

Rue du Curé, 16A  
6890 Libin

Tél : 061/41.26.36

[www.maisonmedicaledelibin.be](http://www.maisonmedicaledelibin.be)

## **Changements au sein de notre équipe**

### **Arrivées :**

#### **Dr CLAUS Hannah**



« Bonjour à tous,

Après avoir enrichi ma formation au sein de la maison médicale de Saint-Hubert lors de ma dernière année d'assistantat, je m'appête à rejoindre la maison médicale de Libin en tant que médecin généraliste à temps plein.

Je suis également formée pour accompagner les patients présentant des troubles de l'usage de substance (alcool, drogues, médicaments, etc). Dans ce cadre, je travaille en tant que médecin, au sein de l'asbl SOLAIX. Je réalise également 1 fois par mois des consultations ONE.

C'est avec plaisir que je pourrai vous accompagner à partir de janvier 2025. »

#### **Dr GAILLARD Pauline**

Dès le mois d'octobre, nous aurons la chance d'accueillir le Dr Gaillard Pauline. Elle rejoindra notre équipe en tant qu'assistante pour un an, à mi-temps.

### **Pour rappel ...**

#### **Dr CHARPENTIER Pascaline**

Elle prolonge son congé de maternité et devrait être de retour en janvier 2025.

#### **Dr CHAMPION Annie**

Elle est présente une fois par semaine, jusque fin décembre 2024, pour renforcer l'équipe médicale.

## Départs :

Cher Docteur DELVAUX Jean et cher Docteur GUIOT Gaston,

Il est temps de rendre hommage à deux figures emblématiques, deux médecins fondateurs de la Maison Médicale de Libin, deux passionnés qui ont su apporter à notre communauté bien plus que des soins.

D'un côté, nous avons le poète, amoureux de la nature et des mots. Celui qui a jonglé entre son stéthoscope et les aiguilles d'acupuncture. Gaston qu'on peut croiser parfois à vélo, avec lequel il sillonne nos belles forêts ardennaises.

Il est capable d'apaiser les corps et les esprits par la magie des méridiens et des mots choisis avec soin. Merci à toi, cher ami, de nous avoir enseigné que la santé passe autant par la tête, le corps que par les chemins bucoliques des bois de Libin.

De l'autre, il y a le musicien, un puits de connaissance incroyable, épicurien, Jean, qui exerce depuis 48 ans à Libin.

Un docteur avec son écriture et son horaire propres, qui ne compte plus les heures passées à soigner, à écouter, à rassurer, à conseiller.

Merci à vous, chers Docteurs, chers amis, chers collègues, à vous deux, merci d'avoir aidé à fonder ce lieu de soin et de partage qu'est la Maison Médicale de Libin.

Vous êtes des sources d'inspiration, non seulement par votre dévouement et votre passion, mais aussi par votre capacité à nous rappeler que la médecine est avant tout une affaire de cœur, de mots bien choisis, et d'humanité.

Avec toute notre reconnaissance et beaucoup d'affection,

L'équipe de la Maison Médicale de Libin et vos patients reconnaissants.



## L'équipe de notre Maison Médicale

### **Médecins généralistes :**

Dr Caroline Bonnet, Dr Annie Champion, Dr Pascaline Charpentier, Dr Jean Delvaux,  
Dr Anaëlle Javay, Dr Virginie Van Migem,

### **Acupuncture et Mésothérapie :**

Dr Gaston Guiot

### **Accueillantes/ secrétaires :**

Florine Chavériat, Mireille Dupont, Céline Otjacques et Dorothee Volvert

### **Gestionnaire :**

Fabian Prévot

### **Kinésithérapeutes :**

Françoise Louis et Guillaume Martinet

### **Logopède :**

Anne-Frédérique Stoffen

### **Diététicienne :**

Emmanuelle Coulon

### **Psychologue :**

Aline Haterte

### **Sexologue :**

Sarah Debouche

### **Infirmières indépendantes :**

Emilie Castagne, Carol Dero, Maureen Javay et Stéphanie Thiry

### **Infirmières ASD :**

Lucie Ansiaux, Wendy Bodet, Catherine Duchêne et Colette Vincent

### **Présidente de l'ASBL :**

Barbara Maes