



Information
pour les professionnels

Santé mentale : offre de soins de 1^{re} ligne

Edition décembre 2023



Agir collectivement pour transformer
l'organisation social-santé



Information
pour les professionnels

1. Principe général	2
2. Travail multidisciplinaire	4
3. Tableau récapitulatif	5
4. Contenu, en détails	
4.1 Offre, dispositifs et services	
4.1.1 L'accompagnement de proximité	6
4.1.2 Les centres de planning familial	7
4.1.3 Les soins psychologiques de 1ère ligne ...	8
4.1.4 Les psychologues indépendants	12
4.1.5 Les équipes mobiles	13
4.1.6 Les services de santé mentale (SSM)	15
4.2 Publics cibles	
4.2.1 Enfants/Adolescents	15
4.2.2 Seniors	17
4.2.3 Non assurés	18
4.3 Thématiques particulières	19
4.3.1 Crise ou urgence	17
4.3.2 Crise suicidaire	21
4.3.3 Sevrage tabagique	23
5. Pensez-y	25
6. Annexes	27

1 Principe général

La santé mentale est « un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. Dans ce sens positif, la santé mentale est le **fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une communauté.** » (OMS)

Selon l'OMS, 80 % des besoins de la population générale devraient pouvoir être rencontrés dans la première ligne et les approches alternatives à la mobilisation de soins spécialisés.

Les réformes des soins de santé mentale en Belgique et l'augmentation de la détresse psychologique dans la population nous amène à répondre à un besoin de clarté quant aux ressources d'aide et de remboursements des soins de santé mentale belge.

Ce focus s'adresse aux professionnels de la santé et du social bruxellois qui accompagnent des personnes ayant des **troubles psychologiques**. Il vise à fournir une information objective et concrète sur les aides et remboursements existants à Bruxelles. En réunissant les éléments législatifs et sur l'organisation des soins, il doit permettre aux professionnels de trouver l'information pratique dont ils ont besoin pour accompagner les personnes ainsi que leur entourage. Seuls les services ambulatoires et de 1^{re} ligne sont décrits.

L'APPROCHE « STEPPED CARE » ET « MATCHED CARE »

En Belgique, les réseaux de soins en santé mentale visent de plus en plus une approche de **proximité**, de prises en charge **par étape** (« stepped care »)¹ ainsi qu'adaptée aux **besoins individuels**, à la situation du patient et de son environnement (« matched care » – Note CSS 2021/239 – INAMI – 26 juillet 2021).

Lorsque la situation dépasse la possibilité de prise en charge ambulatoire (de 1^{re} ligne) et en continuité avec celle-ci, un suivi en hôpital ou hôpital psychiatrique doit/peut être envisagée.

Afin d'orienter au mieux le patient selon ses demandes et ses besoins, plusieurs ressources de proximité s'avèrent utiles. La fiche pratique « **Construire son réseau** », en annexe, propose une visualisation concrète du réseau du professionnel. Ce document est inspiré du travail réalisé

¹ Kohn L, Obyn C, Adriaenssens J, Christiaens, W, Van Cauter X, Eyssen M. Modèle d'organisation et de financement des soins psychologiques – Synthèse. Health Services Research (HSR). Bruxelles: Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé (KCE). 2016. KCE Reports 265Bs. D/2016/10.273/32

par l'antenne Bruxelles-Est en 2017. L'objectif est de soutenir le professionnel dans la création de son réseau « stepped care » en dehors ou dans le réseau « santé mentale ».

→ Pour toute suggestion, contactez-nous: 02/880.29.80

ORGANISATION TERRITORIALE BRUXELLOISE

Le territoire bruxellois a été divisé en 4 antennes. Celles-ci rassemblent l'ensemble des acteurs actifs dans le secteur de la santé mentale. Une coordination par antenne permet une orientation la plus adaptée possible à la situation du patient.

→ Pour plus d'information, contactez les coordinations des 4 antennes bruxelloises.

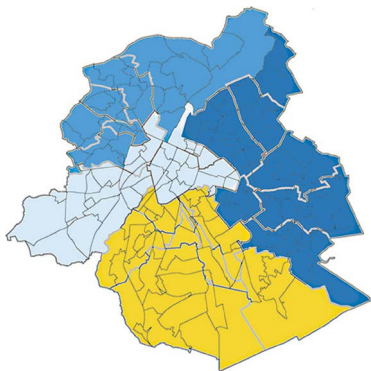
Ligue Bruxelloise pour la Santé Mentale a pour mission de promouvoir les questions, enjeux et pratiques de santé mentale, notamment par l'organisation d'espaces et de temps d'échanges. Elle est également la Fédération des Services de santé mentale agréés par la Cocof et les représente au cours de contacts avec les autorités.

→ lbsm.be

La **Plateforme Bruxelloise pour la santé mentale** a pour but de promouvoir et d'organiser, dans l'intérêt des habitants de la Région de Bruxelles-Capitale, une concertation entre les institutions et services psychiatriques qui y exercent leurs activités. www.santementale.brussels



Consultez
le répertoire spécifique:
→ « santé mentale »



Norwest

Molenbeek (hors quartiers bordant le canal), Berchem-Sainte-Agathe, Ganshoren, Koekelberg, Jette, Laeken, Neder-Over-Heembeek

Bruxelles-Est

Etterbeek, Auderghem, Woluwé-Saint-Pierre, Woluwé-Saint-Lambert, Schaerbeek, Evere, Hare.

Hermes Plus

Anderlecht, Molenbeek (quartiers bordant le canal), Pentagone et Quartier européen (Bruxelles), Saint-Josse-Ten-Noode, Quartier nord (partie Bruxelles)

Rézone

Forest, Saint-Gilles, Ixelles, Uccle, Watermael-Boisfort, Quartier Louise (Bruxelles)




+32 2 880 29 80
helpdesk@brusano.brussels
→ www.brusano.brussels

Figure 1 : <https://www.norwest.be/fr/reseau-norwest/reseau-psy-107>

2 Travail multidisciplinaire

Le médecin généraliste est parfois la première personne à qui le patient s'adresse en cas de détresse psychologique.

 1710 = numéro vert pour trouver un médecin généraliste proche du domicile du patient.

Outre le médecin généraliste, le réseau de soin et social (le pharmacien, l'assistant social, l'éducateur, l'infirmier, les coordinations sociales...) peut également assurer l'orientation du patient selon ses besoins et ses demandes vers diverses structures de soins ou communautaires. L'aidant proche/famille/réseau d'aide a également une place importante et des ressources existent pour le soutenir (cf. « Pensez-y »).

QUE FAIT LE PSYCHOLOGUE ?

En Belgique, le psychologue est un professionnel ayant suivi un master en psychologie (5 ans) et est affilié à la Commission des Psychologues (www.compsy.be), qui certifie l'exercice de la fonction de psychologue.

Les psychologues, selon leur pratique (ex. scolaire, travail, clinique...), ont diverses missions de soutien auprès du public. Avec l'accord du patient, ils peuvent travailler en collaboration avec le médecin généraliste, un psychiatre ou d'autres professionnels.

QUE FAIT LE PSYCHIATRE ?

Le psychiatre est un médecin ayant suivi un master de spécialisation en psychiatrie. Il peut poser un diagnostic de trouble mental, prescrire un traitement adapté à la pathologie rencontrée et proposer des mesures thérapeutiques au patient.

QUE FAIT LE PSYCHOTHÉRAPEUTE ?

Le psychothérapeute est un professionnel (médecin/psychiatre, psychologue clinicien ou orthopédagogue clinicien) ayant suivi une formation supplémentaire en psychothérapie. Il existe différentes spécialisations

en psychothérapie disponibles pour ces professionnels. Le psychothérapeute offre un suivi thérapeutique en fonction de sa spécialisation.

QUE FAIT L'INFIRMIER SPÉCIALISÉ EN PSYCHIATRIE ET SANTÉ MENTALE ?

L'infirmier spécialisé en psychiatrie et santé mentale travaille avec une équipe multidisciplinaire pour soutenir le patient et viser un maximum son autonomie. Il a diverses missions et est un « relais » entre le patient, sa famille et le corps médical.

QUE FAIT L'INFIRMIER SPÉCIALISÉ EN SANTÉ COMMUNAUTAIRE ?

L'infirmier en santé communautaire a pour objectif de promouvoir la santé, prévenir des maladies et diminuer les inégalités sociales liées à la santé. Il travaille principalement avec des groupes de patients ayant des caractéristiques communes et des besoins spécifiques en santé. Après avoir posé un diagnostic communautaire, il élabore des interventions adaptées qu'elles soient préventives, curatives ou de réadaptation. Il réalise également des entretiens individuels afin d'accompagner le patient sur le plan psychosocial ou administratif.

3 Tableau récapitulatif

Ce tableau récapitulatif est proposé à titre indicatif et non exclusif. Pour une orientation adéquate, le helpdesk de Brusano est à votre disposition : 02/880.29.80



Consultez
le répertoire spécifique :
→ « santé mentale »

Questions à se poser :

1. Comment est le **contact** avec le patient ? (Face à face possible ? angoisses ? ...)
2. Quels sont les **professionnels** déjà présents ? (Maison médicale ?)
3. Est-ce que le patient est en ordre d'**assurabilité** ?
4. Quelles sont les **possibilités financières** du patient ? (50€ ? 11€ ? 4€ ? 0€ ? ...)
5. Quel est le **profil** du patient ? (Isolé ? famille ? logement adéquat ? loisirs ? ...)
6. Quelles **interventions** ont déjà été proposées au patient ?

Besoins / Services	Isolement social	Soutien à domicile ou lieu alternatif (café, parc, etc.)	Soutien dans un centre/ cabinet	Soutien psychologique uniquement	Soutien pluridisciplinaire direct
Accompagnement de proximité	✓	✓	✗	✗	✗
Les centres de planning familial	✗	✗	✓	✓	✓
Psychologues indépendants	✗	✗	✓	✓	✗
Soins psychologiques de 1 ^{re} ligne	✗	✓	✓	✓	✗
Équipes mobiles	✗	✓	✗	✓	✓
Services de santé mentale (SSM)	✗	✗	✓	✗	✓

L'accès aux services de soins psychologiques 1^{ère} ligne couverts par la convention n'est possible que pour personnes possédant un numéro NISS (RN ou BIS).



+32 2 880 29 80
helpdesk@brusano.brussels
→ www.brusano.brussels

4 Contenu, en détails

4.1 Offre, dispositifs et services

4.1.1 Accompagnement de proximité

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Selon l'approche « **stepped-care** », les ressources de proximité doivent être les premières à être interpellées (sauf en cas de crise ou d'urgence). Voici quelques exemples de lieux et de ressources : maisons de quartiers, centres communautaires (nombreuses activités), associations de patients, centres sportifs, services communaux, potagers collectifs, groupes de paroles...

Les « lieux de liens » sont des lieux axés santé mentale proposant une multitude d'activités différentes en favorisant l'inclusion et la création de liens. Certains ont un public cible, d'autres sont ouverts aux tout-venants. L'estime de soi, la valorisation des ressources personnelles et le sentiment d'accomplissement peuvent y être travaillés dans un contexte non stigmatisant. Cela peut se faire en parallèle ou en attente d'un suivi plus spécialisé en santé mentale si nécessaire.

CONDITIONS D'ACCÈS

Chaque service ou institution a ses propres conditions d'accès (public cible, tarifs...), en fonction de son agrément ou fonctionnement. Néanmoins, la plupart conditionnent l'accès à certaines attitudes : ponctualité, relations sociales... Idéalement un soutien professionnel peut aider pour accompagner la personne dans ces lieux lors du premier contact. Le service social du service concerné peut également être interpellé.

AIDES ET REMBOURSEMENTS

Certaines mutuelles proposent une participation financière, par exemple, pour une inscription dans un centre sportif. Les communes et les CPAS peuvent également orienter vers des services de proximité selon les moyens financiers de la personne.

EN PRATIQUE

La demande d'accompagnement peut se faire par tout professionnel ou le patient lui-même.

Le répertoire « Bruxelles social » réalisé par le centre de documentation et de coordination sociales (**CDCS-CMDC**) informe sur les différents services existants à Bruxelles (www.social.brussels).

Pour les lieux de liens, consultez le guide spécifique publié par la Ligue Bruxelloise francophone pour la Santé Mentale : www.lbsm.be > onglet ressources > guides

La Plateforme Bruxelloise pour la santé mentale (PBSM) répertorie les différents services en santé mentale et des espaces communautaires/lieux de liens (www.santementale.brussels).

La PBSM a également publié un poster reprenant nombreux dispositifs en santé mentale à Bruxelles. Il est disponible en format imprimé gratuitement sur demande. [Version en ligne.](#)

4.1.2 Les centres de planning familial

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Les centres de planning familial sont ouverts à tous. Des équipes pluridisciplinaires répondent à toute question liée à des difficultés de vie quelles qu'elles soient. Des activités de prévention et de sensibilisation sont également proposées dans ces centres. L'agrément de ces centres est assuré par la COCOF.

CONDITIONS D'ACCÈS

Le patient :

- est capable de se rendre seul ou accompagné d'une personne de confiance
- peut entrer dans une relation réciproque et est intéressé par cette offre de soins
- présente des problématiques liées à des difficultés de vie relationnelle, affective et sexuelle.

AIDES ET REMBOURSEMENTS

Dans les centres de planning familial l'accueil est gratuit mais les consultations sont payantes. Le prix des consultations dépend d'un centre à l'autre et du type de consultation demandée (médicale, sociale, psychologique, juridique, sexologie, médiation familiale...). Il est en principe adapté à la situation financière du patient. Il est conseillé de s'en informer au préalable lors de la prise de rendez-vous.

EN PRATIQUE

La demande d'accompagnement peut se faire par tout professionnel ou le patient lui-même. Les consultations se font avec ou sans rendez-vous en fonction de la spécialité demandée. Pour plus d'informations, contactez le centre de planning familial. Confidentialité et secret médical sont assurés par les professionnels actifs dans les centres, en ce compris l'accueillant. Aucune prescription médicale n'est requise.

Côté francophone :

En Wallonie et à Bruxelles, les 4 fédérations des centres de planning familial se sont regroupées en un portail informatique « Love Attitude ». Celui-ci répertorie l'ensemble des centres existants (www.loveattitude.be).

Côté néerlandophone :

En Flandres et à Bruxelles, le CAW « Centrum Algemeen Welzijnswerk » assure, entre autres, des missions similaires à celles d'un centre de planning familial. En 2014, les CAW Mozaïek et CAW Archipel ont fusionnés. Le CAW est divisé en trois services d'accueil situés à Anderlecht, Jette et Bruxelles.



Consultez
le répertoire spécifique :
→ « santé mentale »



+32 2 880 29 80
helpdesk@brusano.brussels
→ www.brusano.brussels

4.1.3 Soins psychologiques de 1^{re} ligne

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Le dispositif de consultations psychologiques de 1^{ère} ligne permet d'offrir aux patients de tout âge des consultations partiellement remboursées (individuelles ou en groupe) avec des psychologues ou orthopédaogues (professionnel accompagnant le patient rencontrant des difficultés d'apprentissage) cliniciens indépendants ou salariés par un service conventionné afin d'assurer un accompagnement rapide et d'améliorer la prévention, la détection et l'intervention précoce.

Cette offre vise à renforcer l'accessibilité des soins en santé mentale et contribue au maintien et/ou au rétablissement du bien-être psychologique général.

Les consultations couvertes par cette convention sont limitées dans le temps et sont centrées sur l'évaluation diagnostique et le renforcement du patient (traitement orienté solution, psychoéducation, promotion de l'autonomie).

Elles permettent également d'orienter vers des soins psychologiques spécialisés en cas de besoins spécifiques ou d'intervention plus longue.

L'intervention du psychologue ou orthopédaogogue s'inscrit dans une dynamique multidisciplinaire dans les situations indiquées.

Les consultations peuvent avoir lieu dans le bureau du prestataire, dans des lieux de proximité déjà fréquentés par le bénéficiaire, ou encore au domicile ou à distance, s'il est dans l'impossibilité de se déplacer.

CONDITIONS D'ACCÈS

Pour bénéficier de l'accompagnement, le patient :

- s'adresse à un psychologue ou un orthopédaogogue clinicien couvert par la convention des soins psychologiques de 1^{ère} ligne
- est en ordre de mutuelle
- peut entrer dans une relation réciproque et est demandeur de cette offre de soins
- présente des problématiques légères à modérées, c'est-à-dire :
 - o présentes dans un domaine de la vie quotidienne (travail, familial, social, émotionnel...)
 - o qui pourraient être améliorées par des interventions limitées
 - o qui ne mettent pas la personne dans une situation de risque imminent de passage à l'acte (le contexte est sécuritaire et supportable)

Pour prester et être répertorié comme psychologue ou orthopédaogogue clinicien de

1^{ère} ligne (indépendants)

Dans la convention actuelle, le prestataire indépendant doit :

- conclure une convention de collaboration avec les réseaux de soins de santé mentale « Brumenta » ou « BruStars » (pour les enfants jusque 23 ans)
- être titulaire du visa délivré par le SPF Santé Publique et de l'agrément pour exercer la psychologie clinique ou l'orthopédagogie clinique et disposer d'un numéro INAMI (s'il n'en a pas encore, un numéro lui sera attribué)
- avoir une expérience clinique dans le domaine des soins psychologiques de 1^{ère} ligne, démontrée par un portfolio.
- s'engager à hauteur de min. 4 heures par semaine pour l'un des deux réseaux.
- participer au travail de réseau et aux formations organisées par le réseau de santé mentale, interventions/ supervisions organisées localement
- collaborer avec les autres intervenants, le réseau de soins pour les renvois de situation
- attester les prestations auprès du CHU Brugmann pour Brumenta et de l'HUDERF pour Bru-Stars (modalités définies avec le réseau).

Pour les services

Pour les services, il existe 2 possibilités :

- Demander un conventionnement en tant que service pour engager/ augmenter les heures de travail d'un psychologue. Le service sera financé à l'acte pour les séances individuelles ou de groupes réalisées par le psychologue. L'employeur maintient le droit de conclure ou modifier le contrat de travail qui lie le salarié.

- Devenir "un lieu d'accroche" en collaborant avec des psychologues indépendants et permettre un accompagnement des bénéficiaires en mettant à disposition un réseau d'aide autour des patients et un local pour les psychologues impliqués dans la convention.

Coanimation par d'autres professionnels

D'autres professionnels de santé ou experts d'aide/du vécu peuvent également coanimer des sessions de groupes à condition de signer une convention de collaboration avec un/des réseaux de soins de santé mentale et de démontrer leur expérience et compétence dans le domaine.

Convention spécifique post-COVID

Dans le cadre spécifique d'une personne ayant vu son diagnostic post-COVID posé par un médecin généraliste, le patient peut entamer un trajet de soins post-COVID. Ce trajet de soins inclut la possibilité d'un suivi monodisciplinaire ou multidisciplinaire, tous deux permettant l'intervention d'un psychologue de 1^{ère} ligne. Le trajet de soins post-COVID-19 est entamé au plus tôt 12 semaines après les premiers symptômes de COVID-19 aigu et/ou 12 semaines après un test positif au COVID-19.



AIDES ET REMBOURSEMENTS

Nombre de séances dont le patient peut bénéficier, par période de 12 mois :

Enfants et Adolescents (Bru-Stars, réseau enfant/adolescent jusqu'à 23 ans)	max 10 séances individuelles ou 8 sessions de groupe
Adultes (Brumenta, réseau adulte à partir de 15 ans)	max 8 séances individuelles ou 5 sessions de groupe

1^{ère} séance individuelle	Durée : 60 minutes → Diagnostic. → S'il est constaté que l'offre psy 1ère ligne ne correspond pas aux besoins, des pistes d'orientation doivent être proposées au patient.	Honoraire : 77,10€ → Le patient ne doit rien payer pour la première
Suivi en séances individuelles	Durée : 45 – 60 minutes. En fonction des besoins : des soins de psychologie généraux, un traitement orienté solution, de l'autoassistance accompagnée, de la psychoéducation ou des interventions visant à accroître l'autonomie.	Honoraire : 77,10€ → 11 € à charge du patient. 4 € si régime préférentiel
Ou suivi en sessions de groupe (4 à 15 personnes)	Durée : 90 – 120 minutes. 2 accompagnateurs par groupe dont au moins un psychologue/orthopédagogue conventionné.	Honoraire : 411,22€ par 2 psychologues / 1 médecin +1 psychologue ou 335,15 par un psychologue et un autre prestataire de soins → 2,5€ à charge du patient
Après... (hors conditions des consultations de 1ère ligne)	Si le patient nécessite un accompagnement plus intensif et de plus longue durée, le praticien de 1ère ligne orientera vers des soins spécialisés (même prestataire ou non), également couverts par une convention INAMI.	

Le patient ne paie que sa quote-part.

Le ticket modérateur est pris en compte dans le maximum à facturer du patient. Il est également possible de bénéficier des avantages complémentaires proposés par certaines mutualités.

Nomenclature

Les codes de nomenclature diffèrent selon le type de séance et le lieu où les séances sont dispensées. L'ensemble des codes est disponible sur le site de l'INAMI. (https://www.inami.fgov.be/SiteCollectionDocuments/tarif_ppl_orthopedagogue_psychologue_clinique_20220601.pdf)
D'autres prestations, dont les consultations multidisciplinaires, y sont également reprises.

Convention spécifique post-COVID

Selon le type du trajet de soins, une nomenclature spécifique est en vigueur. Pour l'intervention pluridisciplinaire, l'intervention d'un coordinateur du trajet et/ou participation aux concertations d'équipes sont couvertes par cette convention spécifique.
Pour plus d'informations détaillées concernant la convention et nomenclature à utiliser, vous pouvez consulter la page du site web de l'INAMI dédiée : Remboursement des soins de 1^{re} ligne pour les personnes souffrant de symptômes COVID persistants - [INAMI](#).

EN PRATIQUE

Les réseaux en santé mentale Bru-Stars et Brumenta ont pour objectif de proposer une première session pour le patient dans un délai de 1 semaine à 1 mois après la demande d'aide.

Aucune prescription médicale n'est requise pour accéder à cette offre, mais la collaboration entre médecin traitant/généraliste et psychologue/orthopédagogue est attendue.

Pour trouver un professionnel dans le cadre de cette offre de soins, ou pour en savoir plus sur les conditions spécifiques de la nouvelle convention, consultez le site de psybru.be



4.1.4 Psychologues indépendants

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Les psychologues indépendants ont suivi un master en psychologie. La plupart des psychologues sont affiliés à une association professionnelle reconnue. Afin de bénéficier d'un numéro d'entreprise, le psychologue doit s'inscrire à la Banque Carrefour des Entreprises (BCE). La **commission des psychologues** (Compsy) est une instance fédérale autonome. L'inscription y est obligatoire pour pouvoir porter le titre de psychologue.

La **fédération des psychologues (FBP)** est une fédération de 5 associations professionnelles. Elle a pour mission de représenter le métier de psychologue.

CONDITIONS D'ACCÈS

Le patient :

- est en ordre de mutuelle s'il souhaite un remboursement partiel
- est capable de se rendre au cabinet du psychologue
- peut entrer dans une relation réciproque et est demandeur de cette offre de soins

AIDES ET REMBOURSEMENTS

Les psychologues indépendants exerçant hors conventions peuvent fixer leurs honoraires librement. En règle générale, une consultation dure entre 45 et 60 minutes et coûte entre 30 et 70 €. Il est conseillé de se renseigner auprès de sa mutuelle sur les interventions qu'elle offre. Elles proposent toutes une compensation partielle dans le cadre de leurs avantages complémentaires (la CAAMI est la seule sans avantage complémentaire et n'intervient pas).

EN PRATIQUE

Pour introduire une demande, la personne elle-même doit prendre contact avec le psychologue. Aucune prescription médicale n'est requise. Plusieurs orientations, approches cliniques sont possibles. Le temps d'attente pour un premier rendez-vous ainsi que la durée du suivi dépendent du prestataire contacté.

Au niveau fédéral, les psychologues portant le titre officiel sont répertoriés sur le site de la commission des psychologues mais leurs coordonnées ne sont pas indiquées. Plusieurs sites privés répertorient certains psychologues. Il est donc indiqué, avant de contacter le psychologue, de vérifier sur le site de la commission si celui-ci possède le titre officiel.

4.1.5 Équipes mobiles

INFORMATIONS GÉNÉRALES

À la suite des réformes de la santé mentale, des équipes mobiles ont été créées et/ou renforcées pour rencontrer les besoins des groupes cibles n'allant pas vers les soins et les services et pour lesquels une démarche d'outreach est nécessaire. Ces équipes multidisciplinaires spécialisées se rendent au domicile du patient ou dans un lieu proposé par celui-ci afin de l'accompagner dans sa demande (ou celle d'autrui).

→ Équipes mobiles de crise (fonction 2a)

Noms des équipes	EMC Bruxelles Est: intervient à l'est de Bruxelles Tandem +: intervient à l'ouest de Bruxelles (HermesPlus)
Public cible	Adultes ayant des troubles de santé mentale aigus
Demande	Par toute personne présente ou le patient lui-même
Lieu d'intervention	Contexte de vie du patient
Intervention	Travail en binôme. Collaboration avec le réseau professionnel ou non.
Durée de suivi	4-6 semaines

→ Équipes mobiles « long terme » (fonction 2b)

Noms des équipes	Équipes mobiles long terme Mobiwest: zone antenne Norwest (nord) MoveoPlus: zone antenne d'Hermesplus (ouest) Tela: zone antenne Bruxelles-est (est) TrACTor: zone antenne Rezone (sud) <u>SPADS (Soins Psychiatriques pour personnes séjournant à Domicile)</u> aligo ; Interligne ; Prisme ; Lila (NL) ; Psycot (concertation et appui aux professionnels)
Public cible	Troubles de santé mentale graves et chroniques nécessitant un accompagnement sur la durée
Demande	Par toute personne présente ou le patient lui-même
Lieu d'intervention	Contexte de vie du patient / lieu choisi par le patient
Intervention	Travail en binôme. Collaboration avec le réseau professionnel ou non. Accompagnement dans la réinsertion, favoriser l'accès aux soins de santé et aider à vivre dans des conditions de vie idéales. Aide à l'autonomie. Ne travaille pas dans l'urgence.
Durée de suivi	Indéterminée



→ Équipes mobiles « spécialisées »

Les équipes mobiles spécialisées ont été créées afin d'assurer le suivi et le soutien de personnes ayant des problématiques spécifiques.

<p>Noms des équipes et leur public cible</p>	<p>Équipe mobile 107 Précarité: précarité SMES Support: interview, concertation, etc. pour professionnels + précarité Le Renfort: interview, concertation, etc. pour professionnels + assuétudes EOLIA: internement FORMAT: personnes ayant le statut d'interné Projet Cover: précarité et assuétudes Bru-Stars: enfants – adolescents Family Home Support: familles – proches Maya: double diagnostic et santé mentale</p>
<p>Demande</p>	<p>Par toute personne présente ou le patient lui-même. Certains services peuvent intervenir sans demande explicite du patient (ex. Équipe mobile 107 précarité)</p>
<p>Lieu d'intervention</p>	<p>Principalement dans le contexte de vie du patient</p>
<p>Intervention</p>	<p>Spécifique à chaque service</p>
<p>Durée de suivi</p>	<p>Généralement indéterminée (en fonction des besoins)</p>

CONDITIONS D'ACCÈS

Pour bénéficier du passage des équipes mobiles les conditions sont spécifiques à chaque équipe.

Être en ordre d'assurabilité n'est pas une condition d'accès. Les équipes mobiles de crise interviennent lorsque le patient ne peut ou ne veut pas se rendre dans un lieu de soins, de consultation.

Exemple: personne incapable de sortir de chez elle (crise d'angoisse) mais en demande d'aide. Elles interviennent également à la demande de tiers, professionnels ou non.

AIDES ET REMBOURSEMENTS

L'intervention des équipes mobiles est entièrement gratuite. Certaines interventions de psychiatre peuvent être facturées aux mutuelles. Cependant, l'affiliation à un organisme assureur n'est pas une condition indispensable pour bénéficier de l'accompagnement.

EN PRATIQUE

Le patient, ses proches ou le professionnel prend contact (cf. répertoire) soit par mail soit par téléphone avec l'équipe adaptée à la demande. Ensuite, la demande est analysée (dépend du service contacté) par l'équipe qui reprend ensuite contact avec l'appelant pour fixer un rendez-vous ou l'orienter vers un service plus adéquat.

Un **répertoire** reprend l'ensemble des services d'équipes mobiles ainsi que le fonctionnement de chacune d'elles. Il a été réalisé par la Plateforme Bruxelloise pour la Santé Mentale (PBSM)
(Contact: info@platformbxl.brussels)

4.1.6 Les services de santé mentale (SSM)

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Dans les services de santé mentale, des équipes multidisciplinaires assurent le diagnostic et le traitement de problématiques psychologiques et psychiatriques. Les SSM ont une approche d'accompagnement de proximité et ils sont actifs dans la prévention en santé mentale.

CONDITIONS D'ACCÈS

Les SSM sont accessibles à tous sans discrimination, ni restriction géographique. Toutefois l'accès est généralement garanti en priorité selon une logique de proximité, donc aux personnes qui habitent autour du service. 28 Services de santé mentale couvrent l'ensemble du territoire bruxellois.

Pour bénéficier de l'accompagnement, le patient :

- est en ordre de mutuelle
- souffre de difficultés psychiques ou psychologiques
- est capable de se rendre dans les locaux du SSM ou d'accueillir l'intervenant chez lui
- nécessite un accompagnement multidisciplinaire
- doit bénéficier d'une coordination étroite entre plusieurs champs d'accompagnement

AIDES ET REMBOURSEMENTS

Les tarifs, qui peuvent être pris en charge par la mutuelle, sont modérés. Ils ne doivent en aucun cas faire obstacle à la consultation. La grande partie des SSM offre aussi, directement ou via des partenaires, une orientation / prise en charge sociale.

EN PRATIQUE

La demande d'accompagnement peut se faire par tout professionnel ou le patient lui-même. La plupart des SSM fonctionnent sur listes d'attente. Aucune prescription médicale n'est nécessaire pour bénéficier des services proposés.



Consultez le répertoire spécifique :
→ «santé mentale»

4.2 Publics cibles

4.2.1 Enfants/Adolescents

EN DEHORS DE L'ECOLE

L'ONE (Office de la Naissance et de l'Enfance), francophone, et Kind&Gezin, néerlandophone, offrent différentes possibilités de suivi préventif psycho-médico-social, d'encadrement et orientation via des consultations multidisciplinaires accessibles gratuitement en milieu extra-scolaire, orienté vers le mineur et son milieu familial. Ces services sont souvent liés à une tranche d'âge spécifique (ex. **Consultations pour enfants ONE** de 0 à 6 ans ; **Consultations Kind & Gezin** de 0 à 3 ans). Les adresses des lieux d'accueil par commune sont accessibles sur les sites internet des deux organisations, ainsi que des infos détaillées concernant les différents projets et thématiques traitées.

Des services dédiés à la prise en charge de situations plus spécifiques existent aussi (par ex. les équipes SOS enfants de l'ONE pour la maltraitance [SOS_Enfants_-_Brochure_Professionnels_2014.pdf \(one.be\)](#)).



+32 2 880 29 80
helpdesk@brusano.brussels
→ www.brusano.brussels

À L'ECOLE

En liaison avec le milieu scolaire, mais avec une garantie d'indépendance et de confidentialité, les mineurs et les familles ont accès à une série des services dont la mission comprend, entre autres, l'accueil et l'écoute du jeune et de sa famille en matière de scolarité, d'éducation, de vie familiale et sociale, de santé, d'orientation scolaire et professionnelle... Les équipes sont multidisciplinaires, composées de psychologues, assistants sociaux et d'infirmiers et/ou médecins. Ces services sont gratuits, l'accompagnement proposé se focalise sur les aspects de prévention, de diagnostic précoce et d'orientation vers une prise en charge spécialisée si nécessaire. L'âge cible s'étale de l'entrée dans l'enseignement maternel et jusqu'à la fin de l'enseignement secondaire. Les compétences des différents services s'articulent sur base communautaire et territoriale; l'établissement scolaire qui accueille le mineur peut fournir l'orientation correcte vers le service approprié.

- Centres Psycho-Médico-Sociaux (PMS)
[Enseignement.be – Les Centres psycho-médico-sociaux](#)
- Services de Promotion de la Santé à l'Ecole (PSE)
[Enseignement.be – Services de Promotion de la Santé à l'école](#)
- Centrum voor Leerlingenbegeleiding Brussel (CLB)
[GO! CLB Brussel](#)

BRU-STARS

Le réseau bruxellois en santé mentale pour enfants et adolescents (www.bru-stars.be), offre une série de services pour la prise en charge multidisciplinaire des situations de crise ainsi que pour des accompagnements de plus longue durée, y compris des équipes mobiles.

Le groupe cible concerne principalement la tranche d'âge 0-18, avec une attention particulière à l'articulation avec la période charnière de 16 à 23 ans. Le réseau peut intervenir pour des situations pédopsychiatriques complexes (par exemple en lien avec l'autisme, les addictions, le handicap mental, la surdité, les problématiques psychiatriques judiciairisées, la maltraitance...) et au cas où s'entremêlent des difficultés sociales, socioéconomiques et psychiques.

4.2.2 Seniors

Les seniors sont nombreux à Bruxelles et des aides existent pour les soutenir dans leur quotidien : aide à domicile, groupes sportifs et culturels, restaurants sociaux, etc.

Le soutien psychologique s'avère parfois nécessaire : accompagnement psychologique, ligne d'écoute, etc.

Comme pour les adultes, l'approche « stepped care » est à privilégier. Pour plus d'informations, consultez le volet « seniors » sur le site de Bruxelles social (www.social.brussels) ou contactez les services communaux.

PROTOCOLE 3 (PSY)

Financé par le fédéral, le projet « Soutien à domicile pour les personnes 60 ans et plus » offre trois types d'aide : case management, suivi ergothérapeutique et suivi psychologique. Ce projet permet de soutenir les personnes âgées en perte d'autonomie, directement chez elles dans l'une des 19 communes de la région, ainsi que ses aidants proches. Les prestations sont gratuites.

Pour en savoir plus : www.brusano.brussels
Contactez-nous : 02/880.29.80 ou contactez directement un prestataire via le répertoire spécifique.

DIONYSOS

Dionysos est une équipe multidisciplinaire mobile de soutien aux professionnels actifs auprès de personnes âgées de plus de 60 ans, aux aidants proches et aux personnes elles-mêmes. Ils sont à l'écoute de la demande (santé/bien-être) et proposeront une rencontre afin de mobiliser les ressources nécessaires et adaptées à la situation. Ils sont actifs sur les 19 communes de Bruxelles. Les services proposés sont gratuits (vignette mutuelle nécessaire).

Contactez-nous : 02/888.70.57 (9h-16h)
 ou mail info@dionysos.brussels



Consultez le focus et le répertoire spécifique pour plus d'informations :
 → « Soutien à domicile pour les personnes de 60 ans+ »



+32 2 880 29 80
helpdesk@brusano.brussels
 → www.brusano.brussels

4.2.3. Non assurés

La personne sans mutuelle mais ayant besoin de soins en santé mentale peut être orientée vers le CPAS territorialement compétent. Celui-ci évaluera si elle rentre dans les conditions théoriques d'assurabilité. Il accompagnera la personne dans l'ouverture de ses droits.

- **Personne non assurée mais assurable :** le CPAS garantit l'affiliation à un organisme assureur (mutuelle, CAAMI, etc.) et octroie éventuellement une carte médicale
- **Personne non assurée, non assurable :** (ex. manque de droit de séjour légal) : le CPAS peut octroyer l'Aide Médicale Urgente (AMU) à la suite de certification faite par un médecin ou dentiste (Pour indications pratiques concernant la certification et la démarche de demande d'AMU cf. : Medimmigrant).

Pour en savoir plus :

- http://www.ocmw-info-cpas.be/fiche_FV_fr/la_mise_en_ordre_de_mutuelle
- http://www.ocmw-info-cpas.be/fiche_FV_fr/laide_medicale_urgente



La plupart des prestations psychologiques ne sont pas remboursées ni par les mutuelles, ni par les CPAS via l'AMU. Elles font souvent partie des avantages complémentaires des organismes assureurs, et ne sont donc pas remboursées par la CAAMI, par exemple.

Certaines prestations, comme les « Soins Psychologiques de 1^{re} ligne » rentrent cependant dans la couverture de base. Il est donc important, au cours de la démarche, de se concerter avec le CPAS pour trouver la solution la plus appropriée.

En parallèle, plusieurs services dédiés peuvent aider, soutenir et orienter, en fonction de la situation spécifique. Ils contribuent à une prise en charge adéquate et intégrée d'un besoin souvent complexe qui peut aller au-delà de la problématique en santé mentale (ex. personnes exilées, réfugiés, travailleurs du sexe, usagers de drogues, justiciables...). La majorité de ces ressources sont cadastrées dans les répertoires de la PBSM (www.santementale.brussels) et du CDCS-CMDC (www.social.brussels).

4.3 Thématiques particulières

4.3.1. Crise ou urgence

1 ENTRETIEN : 3 QUESTIONS CLEFS

- Qu'attendez-vous de cette consultation ?
- Qu'est-ce qui vous préoccupe le plus ?
- Que souhaitez-vous à l'issue de la consultation ?

2 CRISE OU URGENCE ?

La psychiatrie en urgence

↘ Antécédents psychiatriques

- Intervention sur le patient
- Hospitalisations régulièrement nécessaires
- Climat relationnel relativement apaisé

Les situations de crise

↘ Symptômes psychiatriques liés à une rupture d'équilibre mais absence de réelles pathologies

- Intervention sur le contexte
- Repérer ce qui a produit la crise
- Travailler la crise ≠ supprimer les symptômes ou éloigner le patient mais voir cette crise comme une occasion positive de changement pour tous => importance directivité - soutien - disponibilité
- Rares hospitalisations

Toute urgence doit être considérée comme une crise mais toute crise n'est pas une urgence

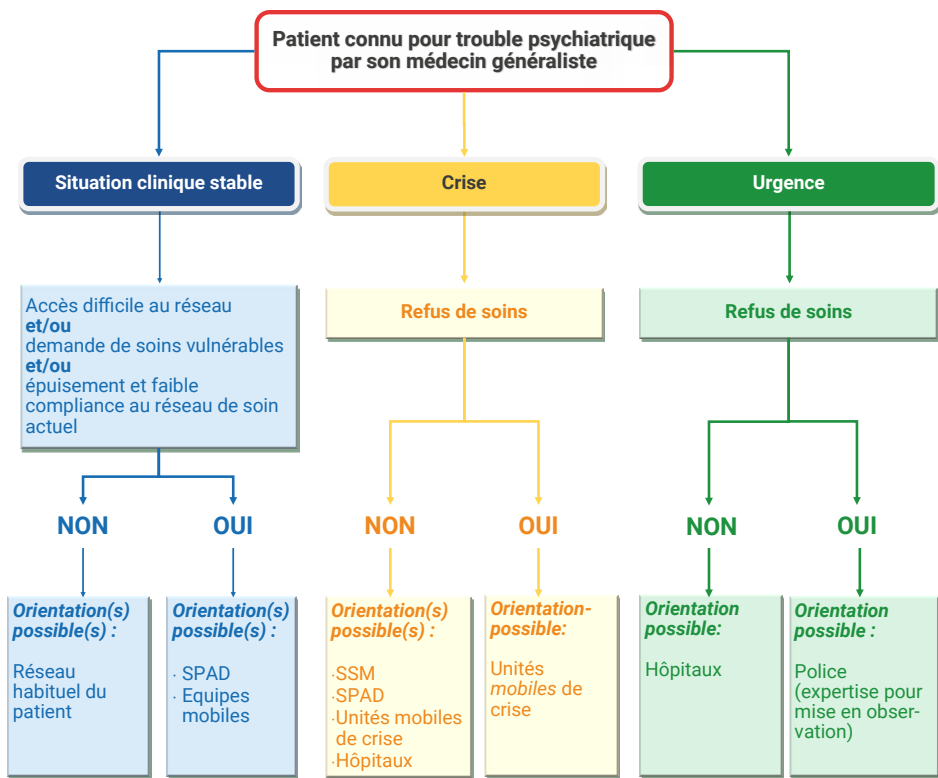
3 L'ATTITUDE LORS DE L'ORIENTATION

- Proposer une **réponse souple** : pas de promesse en urgence !
- Référer dans les **meilleures conditions** : rendez-vous programmé, contact téléphonique ...
- Ne pas faire de promesse sur ce qui sera fait au niveau du **suivi**



4 HÔPITAUX

Institution	Adresse	Unités de crise	Services d'urgences psychiatriques
CHIREC - Site Ste-Anne/St-Remi	Bld Jules Graindor, 66 - 1070 Bxl		02/434.35.91
CHU Brugmann - Site Horta	Place Van Gehuchten 4 - 1020 Bxl	02/477.20.00	02/477.20.00
CHU Brugmann - Site Brien	Rue du Foyer Schaarbeekois 36 - 1030 Bxl		02/477.02.25
CHU St-Pierre - Site Porte de Hal	Rue Haute, 322 - 1000 Bxl		02/535 36 42
Cliniques universitaires St-Luc	Avenue Hippocrate, 10 - 1200 Bxl	02/764.21.21	02/764.21.21
Clinique St-Jean - Site Botanique	Bld du Jardin Botanique, 32 - 1000 Bxl		02/221.93.40
Clinique St-Jean - Site Méridien	Rue du Méridien, 100 - 1210 Bxl		02/221.91.12
Hôpital Erasme	Route de Lennik, 808 - 1070 Bxl	02/555.34.05	02/555.34.05
HIS - Site Molière-Longchamp	Rue Marconi, 142 - 1190 Bxl		02/348.51.11
UZ Jette	Laarbeeklaan, 101 - 1090 Bxl		02/477.77.22



Fiche pratique réalisée sur base des documents présentés par le Docteur G. Deschietere

4.3.2. Crise suicidaire

1 COMMENT IDENTIFIER UNE PERSONNE SUICIDAIRE ?

- **Message direct** : Je veux en finir; je serais mieux mort ...
- **Message indirect** : C'est trop dur; je n'en peux plus...
- **Allusion** : J'ai fait mon testament; bientôt, vous n'aurez plus à vous en faire pour moi ...
- **Attitudes et comportements** : Conduites à risque; indécision/décision majeure soudaine; désir de mettre de l'ordre dans ses affaires; modification du rapport au corps (hygiène, tenue vestimentaire); isolement, retrait, rejet des liens habituels; abandon ou surinvestissement soudain (professionnel, sportif, ...); don d'objets personnels; consommation excessive d'alcool, de médicaments, de drogue; irritabilité, pessimisme, tristesse, découragement...
- **Symptômes** : Angoisse, anxiété; trouble de mémoire, d'attention, du sommeil, de l'appétit; émotions contradictoires, changeantes; incohérence, confusion dans le langage; ruminations; impuissance à trouver des solutions à ses problèmes; haine de soi, honte, autodépréciation; douleurs somatiques répétées; apathie ou euphorie soudaine; hyperactivité ou extrême lenteur...
- **Facteurs individuels** : Antécédents suicidaires; troubles de santé mentale, physique; faible estime de soi; tempérament et style cognitif de l'individu ...
- **Facteurs familiaux** : Présence de violence, d'abus physique, psychologique ou sexuel; relation conflictuelle avec les parents; perte et abandon précoces; parents toxicomanes ou alcooliques; négligence de la part des parents; présence de conflits conjugaux; comportements suicidaires/problèmes de santé mentale d'un proche...
- **Facteurs psychosociaux** : Isolement social; pertes, ruptures (deuil, divorce, séparation, emploi); difficulté avec la loi; vécu de solitude, d'abandon ...

ATTITUDES À PRIVILÉGIER

- Prendre au sérieux la souffrance
- Favoriser son expression
- Inviter à préciser les propos vagues ou allusifs
- Aborder la question du suicide sans équivoque
- Être cadrant: donner des indications claires sur ce que l'on fera et sur nos limites
- Se centrer sur la crise actuelle
- Grader l'espoir
- Travailler sur les perceptions
- Rompre l'isolement, l'encourager à se faire soutenir
- Planifier des démarches simples et réalistes que la personne peut entreprendre et l'associer autant que possible au traitement
- Miser sur des facteurs protecteurs
- Revenir à soi, être authentique

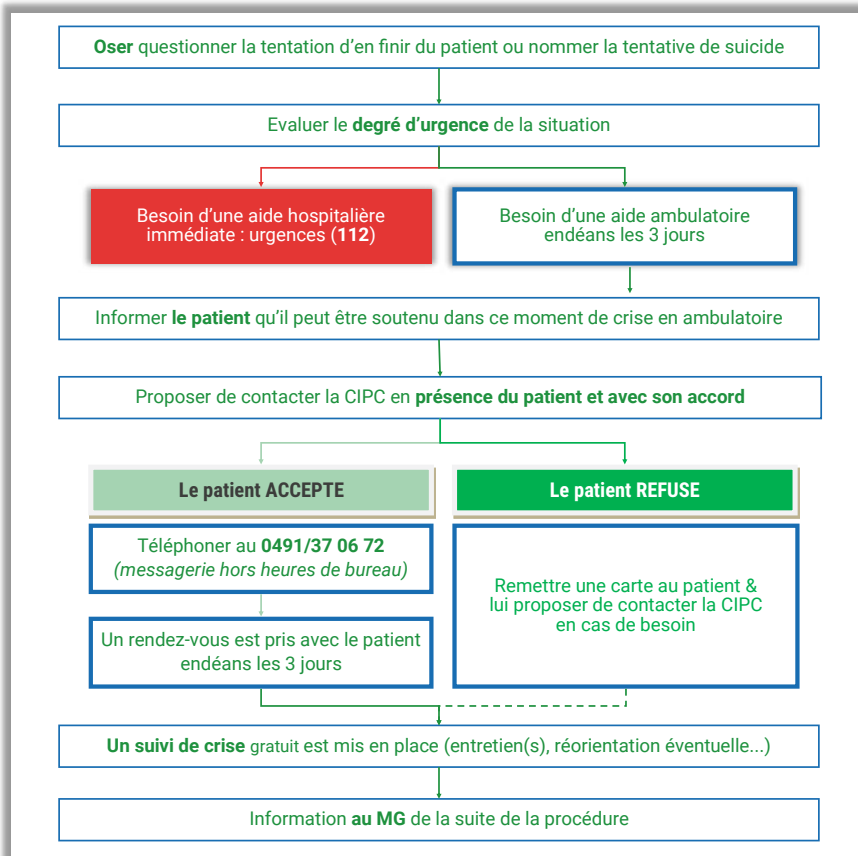
ATTITUDES À ÉVITER

- Mettre en doute les intentions
- Comparer sa situation à une autre pour dédramatiser
- Recourir à la morale pour responsabiliser
- Invoquer ses proches comme obligation à vivre
- Inventorier les raisons de ne pas se suicider
- Positiver à tout prix
- Se laisser gagner par le fatalisme
- Juger l'acte : une « bêtise », un acte lâche
- Banaliser la souffrance ou la dramatiser
- Se laisser enfermer dans un secret



2 CELLULE D'INTERVENTION PSYCHOLOGIQUE DE CRISE (CIPC)

En cas de crise suicidaire aiguë et/ou de passage à l'acte, la **rapidité de la prise en charge** contribue à la prévention. Le médecin généraliste n'a pas toujours le temps et/ou les moyens d'organiser le suivi psychosocial nécessaire. La **CIPC** du Centre de Prévention du Suicide peut constituer une ressource de **prise en charge rapide et gratuite**.



Pour commander les cartes à remettre aux patients et pour plus d'informations

Centre de Prévention du Suicide

Tél. : 02 650 08 69 - N° d'urgence : **0491/37 06 72**
 cps@preventionsuicide.be - www.preventionsuicide.be

Fiche pratique réalisée sur base des documents du Centre de Prévention du Suicide

4.3.3. Sevrage tabagique

Ce document s'adresse aux **professionnels de santé/social bruxellois** qui suivent des adultes en ordre d'assurabilité. Il permet une vue d'ensemble rapide et synthétique des aides et remboursements disponibles à Bruxelles. Ceux-ci diffèrent selon les régions et les mutuelles.

1 ABORDER LE SUJET

Le succès du sevrage tabagique réside essentiellement dans le lien et la discussion avec le professionnel chez qui le bénéficiaire dépose sa demande. Comment entamer la discussion ?

- Fumez-vous ?
- Avez-vous déjà eu envie d'arrêter de fumer ?
- Quel pourrait être le lien entre ce que vous avez et votre tabagisme ?
- Sur une échelle de 0 à 10, quelle pourrait être votre motivation à arrêter de fumer ?

2 ORIENTER VERS LES AIDES DISPONIBLES

Les **médecins généralistes** peuvent assurer le suivi d'un sevrage tabagique. Ils peuvent être soutenu par la Société Scientifique de Médecine Générale (www.ssmg.be) et par Domus Medica" (www.domusmedica.be). Toute demande de suivi de sevrage tabagique peut également être orientée vers des **tabacologues** (=professionnel de la médecine, de la santé ou de la psychologie ayant reçu une formation en tabacologie pour devenir un conseiller certifié et spécialisé dans le sevrage tabagique qui offre des services ambulatoires et hospitaliers). Différents types d'aides existent à Bruxelles. Les suivis **individuels** peuvent convenir pour un soutien et un suivi personnalisé. Les suivis **collectifs** permettent des échanges et partage de vécu dans un groupe.

SUIVI INDIVIDUEL	SUIVI COLLECTIF
<p>Suivi par un tabacologue</p> <p>De quoi s'agit-il ? Il s'agit de consultations individuelles menées par un professionnel du monde médical, de la santé ou de la psychologie, formé et certifié en tabacologie (certificat interuniversitaire reconnu par les autorités). Lieu : Cabinet privé Contact : Les répertoires en ligne du FARES - Fr (→repertoire.fares.be) et de la VRGT - NI (→rookstop.vrgt.be) Remboursement : cf. verso</p>	<p>Groupe d'aide à l'arrêt</p> <p>De quoi s'agit-il ? Les groupes d'aide permettent le partage d'expériences, vécu, difficultés avec un groupe soutenu par un animateur certifié en tabacologie. Lieu : Divers Contact : Fr → repertoire.fares.be NI → rookstop.vrgt.be Remboursement : cf. verso</p>
<p>Les Centres d'Aide aux Fumeurs (CAF®)</p> <p>De quoi s'agit-il ? Ces centres aident à la gestion du tabagisme. Le soutien est multidisciplinaire. Lieu : Hôpital Contact : FARES (→repertoire.fares.be) Remboursement : cf. verso</p>	<p>Ligue « Vie et Santé » - « plan de 5 jours »</p> <p>De quoi s'agit-il ? Le « plan de 5 jours » permet d'arrêter ensemble la consommation de tabac. Les 5 jours permettent de vaincre la nicotine. Plusieurs aspects de l'arrêt du tabac sont abordés : dépendance gestuelle, psychologique, perte de poids... Lieu : Divers Contact : 0475/25.61.22 (M. Yves Pierre) Remboursement : Gratuit</p>
<p>Tabac-stop</p> <p>De quoi s'agit-il ? Tabac-stop une offre téléphonique gratuite de conseil en sevrage tabagique par un tabacologue certifié. En outre, il existe la possibilité de recevoir gratuitement NRT (Nicotine Replacement Therapy). Lieu : (par téléphone) Contact : 0800 111 00 Remboursement : Gratuit</p>	



3 REMBOURSEMENT

Les remboursements sont différents selon la région où est domicilié le patient.

1-REMBOURSEMENTS DU SUIVI

> En pratique

8 consultations sur une période de 2 ans chez un tabacologue certifié ou médecin généraliste (à Bruxelles) sont remboursées par la mutuelle.

1^o consultation

- **Temps de consultation** : 45min
- **Remboursement** : 30 €
- **Nomenclature en ambulatoire et pour un patient hospitalisé** : www.iriscare.brussels

7 consultations suivantes

- **Temps de consultation** : 30min
- **Remboursement** : 20€
- **Nomenclature en ambulatoire et pour un patient hospitalisé** : www.iriscare.brussels

Femmes enceintes

- **Remboursement** : 30 € à chaque consultation
- **Nomenclature en ambulatoire et pour un patient hospitalisé** : www.iriscare.brussels

> Les documents administratifs

Retrouvez toutes les informations nécessaires au suivi administratif : www.iriscare.brussels

2-REMBOURSEMENTS MÉDICAMENTEUX

Le Zyban®

- **Remboursement** : Uniquement pour les patients ≥ 35 ans et BPCO.
- Nécessite justification d'un accompagnement professionnel tout au long de l'arrêt.
- **Plus d'informations** : Tabac Stop ([→www.tabacstop.be](http://www.tabacstop.be))

Les substituts de nicotine

- Non-remboursés.
- Aide financière de Tabacstop pour 6 semaines de substituts de nicotine pour BIM/omnio/vipo.
- **Plus d'infos** : 0800 111 00 de 15h à 19h

3-INTERVENTION COMPLÉMENTAIRE MUTUELLES

Certaines mutuelles proposent des aides complémentaires pour l'achat des substituts de nicotine ou le suivi du sevrage.

Pour en savoir plus, contactez la mutuelle du patient ou consultez notre [dossier sur les avantages complémentaires 2021](#) ([→www.brusano.brussels](http://www.brusano.brussels))

4 FORMATION

JE SOUHAITE ME FORMER EN TABACOLOGIE

> Pour devenir tabacologue :

En Français : [Formation en tabacologie du FARES asbl](#) ([→ www.fares.be](http://www.fares.be))

En Néerlandais : [Comment devenir tabacologue? | Rookstop](#) ([→ vrgt.be](http://vrgt.be))

> Formation continue en tabacologie (pour tout professionnel social/santé) :

En Français : <https://www.fares.be/webinairestabacologie> ([→ www.fares.be](http://www.fares.be))

En Néerlandais : [Formation continue](#) ([→ VRGT](http://vrgt.be))

5 Pensez-y

→ Pour les aidants proches

L'ASBL soutient et informe sur les droits des aidants proches. Une permanence téléphonique permet de répondre à leurs besoins.

Contactez : 02/474.02.55
(le mardi et jeudi de 9h à 11h)
info@aidantsproches.brussels
www.aidantsproches.brussels
jeunes aidants proches :
www.jeunesaidantsproches.be

Un réseau d'aidants proches permet d'échanger, s'informer, écouter gratuitement.
www.reseau-sam.be

Pro-famille : Psycho-éducation aux proches d'une personne atteinte de schizophrénie ou troubles apparentés
<https://profamille.site>

Un soutien aux aidants proches peut également être la participation à des groupes de parole

→ Pair-aidance

La pair-aidance c'est le partage d'expérience liée à des problèmes/ situations difficiles. Le pair-aidant, considéré comme suffisamment rétabli, a tiré un savoir de son expérience personnelle ainsi que des compétences, éventuellement renforcées par des formations. Ces compétences, il est prêt à les partager pour soutenir, inspirer et accompagner des personnes qui font l'expérience de situations similaires à la sienne.

La pair-aidance s'appuie sur la conviction que chacun peut s'en sortir, à son propre rythme, et que se rétablir est possible pour tous, avec le soutien nécessaire.

Voir la cartographie de pair-aidance :
cartographie-pair-aidance.be

→ Pour les indépendants

Les indépendants ont été particulièrement atteints par la crise COVID. Jusqu'à 4 séances de soins psychologiques gratuites par téléphone ou en visioconférence sont possibles. (Offre uniquement pour les indépendants francophones)

Contactez : 0800/300.25
(lundi au vendredi de 8h30 à 17h)
Il est également possible de contribuer au dispositif en tant que sentinelle: rôle de relais et d'alerte. Plus d'informations: 0817 77 870

Pour être psychologue à l'écoute, il faut :

- disposer du visa délivré par le SPF pour exercer la psychologie clinique ou l'orthopédagogie clinique
- être inscrit à la commission des psychologues
- avoir min. 3 ans d'expérience clinique
- être indépendant ou salarié au sein d'un établissement de soins (conventions distinctes)
- signer une convention avec l'ASBL « Un pass dans l'impasse » :
alert@un-pass.be

Honoraire unique : 61.79 € /séance (45-60 min)
(gratuit pour l'appelant)

Pour plus d'information : www.inami.fgov.be/SiteCollectionDocuments/brochure_psy_independants_detresse_covid19.pdf



+32 2 880 29 80
helpdesk@brusano.brussels
→ www.brusano.brussels

→ Logement

Bru4home : Depuis 2016, la plateforme intersectorielle Bru4Home permet à dix-huit acteurs institutionnels issus de multiples secteurs (Aide aux sans-abris, aux justiciables, à la Jeunesse, Handicap, Santé mentale, Action sociale, Assuétudes) de trouver ensemble des solutions de logement durables pour leurs publics en situation de précarité tout en garantissant un accompagnement psychosocial sur mesure. bru4home.be

→ Les lignes téléphoniques

Consultez le répertoire « [santé mentale](#) »

→ Le suivi psy en maison médicale

Certaines maisons médicales proposent des suivis psychologiques. www.maisonmedicale.org

→ La médecine du travail

La mission de la médecine du travail est de prévenir des facteurs de risques psycho-médico-sociaux sur le lieu du travail.

Pour en savoir plus : contactez la médecine du travail reliée à votre institution, OU consultez votre portail informatique. www.masante.belgique.be

→ Assuétudes

Assuétudes et santé mentale sont fréquemment liés. Si vous êtes un professionnel qui connaît des difficultés dans la prise en charge de votre public, liées aux assuétudes, Infor-Drogues vous propose un accompagnement.

Contactez le 02 227.52.61 du lundi au vendredi de 9 à 17 heures ; Par mail, via prevention@infordrogues.be

Infor-Drogues propose également un soutien pour les proches.

Contactez le 02 227.52.52 du lundi au mercredi de 9h à 21h, le jeudi de 13h à 21h, le vendredi de 9 à 17h et le samedi de 10h à 14h.

→ Les troubles plus complexes

Ligue Bruxelloise pour la Santé Mentale www.lbsm.be

→ La crise suicidaire

Centre de prévention du Suicide www.preventionsuicide.be

La ligne d'écoute du Centre de Prévention du Suicide: 0800 32 123

→ Les mesures de protection judiciaire

www.justice.belgium.be/fr/themes_et_dossiers/personnes_et_familles/protection_des_majeurs/protection_judiciaire/demander_une_mesure_de_protection_judiciaire

6 Annexes

RESSOURCES HORS RÉSEAU « SANTÉ MENTALE »

Exemples : maisons de quartier, centres communautaires (nombreuses activités), associations de patients, plannings familiaux, maisons médicales, soins à domicile...

Personne de contact	Personne de contact	Coordonnées	Commentaires

RESSOURCES SPÉCIALISÉES EN « SANTÉ MENTALE »

Exemples : psychologues indépendants, SSM, centres de guidance, hôpitaux psychiatriques, services résidentiels...

Personne de contact	Personne de contact	Coordonnées	Commentaires





RESSOURCES EN CAS DE CRISE ET D'URGENCE (SPÉCIALISÉES OU NON)

Exemples : unités mobiles de crise, hôpitaux, SSM...

Personne de contact	Personne de contact	Coordonnées	Commentaires

RESSOURCES EN LIGNE/TÉLÉPHONIQUES

Exemples : télé-accueil, Centre de Prévention du Suicide, helpdesk, Atome, crisis-bxl...

Personne de contact	Personne de contact	Coordonnées	Commentaires

Brusano est un service pluraliste et bicommunautaire de coordination et d'appui aux professionnels de la première ligne. BRUSANO exerce les missions de plateforme de soins palliatifs.

Ce soutien concerne également les articulations avec tous les intervenants de la santé et du social à Bruxelles.

Brusano, par le biais d'appuis concrets aux intervenants, a pour objectifs :

Lisibilité du système

Le citoyen et le professionnel bruxellois trouvent facilement les informations concernant des services et offres dont ils ont besoin, au moment où ils en ont besoin, en tenant compte de subsidiarité (step-up care) y compris territorial.

Coordination et multidisciplinarité

Chaque personne présentant une situation de prise en charge chronique et / ou complexe bénéficie de soins et aides coordonnés, interdisciplinaires, et dont elle et ses aidants proches sont partenaires. La continuité des services et celle de l'information sont assurées.

Accessibilité et vulnérabilités

Les personnes qui vivent dans des situations de grande pauvreté, de vulnérabilités particulières liées à leurs conditions de vie ou comportements à risque, et particulièrement les personnes socialement discriminées, ont accès aux soins et aides dont elles ont besoin.

Approche quartier

Chaque Bruxellois trouve, s'il le souhaite, les services dont il a besoin au plus proche de son lieu de vie. Le Quartier est un lieu de soutien social et de solidarité, par ses acteurs formels et informels.

- **Diabète de type 2 |
Les systèmes de prise en charge**
- **Soins palliatifs et fin de vie**
- **Santé mentale | Offre de soins:
consultations psychologiques de 1^{re} ligne**
- **Maintien au domicile des personnes
de 60 ans (+)**

Les focus s'articulent avec des répertoires,
des FAQ et Focus Live (webinaires).

→ Rendez-vous sur brusano.brussels



Helpdesk: +32 2 880 29 80
info@brusano.brussels
RPM / RPR : BE0711.719.484

E.R. / V.U.: Michel De Volder,
rue de l'Association 15
Verenigingstraat,
1000 Bruxelles / Brussel

