

Quelles nouvelles?

Ete 2025

**Le journal de la
maison médicale Antenne Tournesol**

**ÉDITION
SPÉCIALE**

**Écrit par les patients
de la maison médicale**

Éditrice resp. : MAISON MÉDICALE ANTENNE TOURNESOL,
rue Henri Werrie, 69 – 1090 Jette
Agréée par la Commission communautaire française
Trimestriel été 2025 - Bureau de dépôt – 1090



Edito

Vous avez en main le premier numéro du journal rédigé par et pour les patients de notre maison médicale.

Vous y trouverez entre autres une interview d'un participants aux 20 kilomètres de Bruxelles, une interview de l'initiateur du projet « objectif lune », mais aussi des petits bonheurs du quotidien partagés par les patients et patientes. Vos enfants ne sont pas oubliés avec des jeux et recettes.

Vous pourrez lire également des nouvelles des anciens travailleurs de l'Antenne Tournesol et une interview de la Bourgmestre de Jette.

Nous vous souhaitons bonne lecture en espérant que ce le numéro sera suivi d'autres. Si vous aussi, vous avez envie de participer au prochain numéro, dites le nous en passant par l'accueil.

Vos rédacteurs :
Richard, Aurore, Jean-Jacques,
Fadila, Aurore et Paule

PS: Merci à nos relecteur-relectrice
Jean-Jacques et Dominique !

Sommaire

INFOS SANTE

- P 3 INTERVIEW DE NOTRE NOUVEAU MÉDECIN
- P 5 INTERVIEW DE LA BOURGMESTRE DE JETTE ET D'UN ÉCHEVIN
- P 8 QUAND LES MAISONS MÉDICALES VISENT LA LUNE !
- P 10 JEUX
- P 11 RECETTE
- P 12 DES NOUVELLES DES ANCIENS DE TOURNESOL
- P 15 TÉMOIGNAGE SUR LE PROJET NATATION
- P 16 ANECDOTES, AVENTURES ET MOMENTS DE VIE À TOURNESOL
- P 18 BULLES DE BONHEUR

AGENDA DE LA MAISON MÉDICALE

- P 20 LES ACTIS DU VENDREDI
- P 21 JOURNÉE À LA MER
- P21 RENCONTRE « SANTÉ DES FEMMES »
- P 23 TÉMOIGNAGE DES PARTICIPANTS
- P 25 ACTIVITÉS SPORTIVES DE L'ÉTÉ

INFOS +

- P26 PLAN CANICULE
- P 27 BESOIN D'AIDE EN INFORMATIQUE
- P28 APPEL À SOLIDARITÉ ET MARCHE ANNUEL

À LA RENCONTRE DU DR LAPORTE, NOUVEAU MÉDECIN À NOTRE MAISON MÉDICALE

Entretien réalisé par Jean-Jacques

L'équipe de la maison médicale s'est récemment agrandie avec l'arrivée du Dr Laporte. Dans cet entretien, nous découvrons son parcours riche et ses réflexions sur la médecine sociale.

Un parcours dédié à la médecine sociale

Diplômé en 2000, le Dr Laporte exerce depuis plus de vingt ans en tant que médecin généraliste, principalement au sein de maisons médicales à Bruxelles. D'origine française, il est arrivé en Belgique à 21 ans pour échapper au numerus clausus imposé en France pour les études de médecine.

Son parcours est marqué par un engagement constant envers la médecine à visée sociale. Avant de nous rejoindre à Jette, il a exercé dans différents quartiers bruxellois :

- À la Free Clinic d'Ixelles, dans le quartier Matongé, une structure qui fonctionne depuis les années 70 avec un double agrément de maison médicale et planning familial
- À la Maison Médicale du Nord à Schaerbeek, dans un quartier qu'il décrit comme "en souffrance" et "un des plus pauvres de Belgique"
- Dans plusieurs plannings familiaux

Pourquoi la maison médicale ?

Pour le Dr Laporte, le choix de travailler en maison médicale s'est imposé naturellement. Il n'a jamais envisagé la médecine libérale ou hospitalière, expliquant : *"J'ai toujours aimé le collectif. La médecine libérale m'aurait laissé tout seul dans mon cabinet."*

Il identifie trois atouts majeurs des maisons médicales :

1. **La pluridisciplinarité** : *"C'est un outil très performant. On arrive à globaliser les soins de santé primaire autour d'un patient et les aspects sociaux et économiques ou de fragilité psychique."*
2. **Le soutien entre pairs** : *"C'est chouette d'avoir plusieurs collègues pour pouvoir réfléchir à des situations au sein de la même profession."*
3. **L'ouverture sur le quartier** : *"Une maison médicale est ouverte sur les associations du quartier, elle construit des ponts avec d'autres maisons médicales ou des services de la commune. C'est vraiment super enrichissant !"*

Le Dr Laporte est également un fervent défenseur du système de financement au forfait, qu'il qualifie d'"outil tout à fait formidable" et "très puissant".



À LA RENCONTRE DU DR LAPORTE, NOUVEAU MÉDECIN À NOTRE MAISON MÉDICALE

Son expérience à Jette

Après avoir travaillé dans des quartiers particulièrement défavorisés, le Dr Laporte découvre à Jette une ambiance plus apaisée. *"Le quartier est quand même ici beaucoup plus 'village'. La population est plus mélangée et moins paupérisée. Il y a moins de violence entre guillemets, même dans les situations rencontrées."*

Il apprécie particulièrement l'organisation du travail mise en place dans notre maison médicale : *"La réflexion menée ici me plaît beaucoup tant par l'organisation du travail que par l'attention qui est portée au patient. Je me sens bien ici."*

Inquiétudes pour l'avenir de la médecine sociale

Le Dr Laporte partage ses préoccupations concernant les récentes évolutions politiques et leurs impacts sur le secteur de la santé et le système social belge.

Il s'inquiète particulièrement pour l'avenir des maisons médicales, malgré leur efficacité prouvée : *"Des études ont montré que les économies qu'elles permettent sont substantielles. C'est vrai qu'une maison médicale, ça coûte cher. Le financement est important. Mais on sait que les patients des maisons médicales vont prioritairement consulter leur généraliste plutôt que d'enclencher toute une série de soins de deuxième ligne en consultation spécialisée, souvent dans les hôpitaux."*

Il défend également avec vigueur l'intégrité de sa profession face aux récentes remises en question concernant les certificats médicaux : *"Un certificat médical est argumenté, réfléchi, c'est quelque chose d'important. Il n'est jamais établi à la légère."*

Le Dr Laporte souligne la réalité des patients qu'il rencontre, notamment dans les quartiers populaires : *"Plus vous allez dans des quartiers populaires, plus vous allez rencontrer des patients qui travaillent ou ont travaillé dans des conditions fatigantes, pénibles, exténuantes. Et les pathologies arrivent tôt en âge."*

Notre équipe est heureuse d'accueillir le Dr Laporte, dont l'expérience et l'engagement pour une médecine de proximité, accessible et attentive aux dimensions sociales de la santé, correspondent parfaitement aux valeurs de notre maison médicale.

Welcome

LA COMMUNE DE JETTE ET SES PRIORITÉS : ENTRETIEN AVEC MME VANDEVIVERE ET MR KURT

Entretien réalisé par Jean-Jacques

Nous avons rencontré Mme Vandevivere, bourgmestre de Jette, et M. Kurt, échevin de la vie sociale, de la santé, de l'égalité des chances, de la famille et de la petite enfance, pour discuter des priorités communales et des défis à venir.



Le social et la santé à Jette

La politique sociale et de santé constitue "la marque de fabrique" de la majorité communale actuelle. Les deux élus mettent en avant une approche caractérisée par un **partenariat étroit avec les acteurs de terrain**.

"Le mot d'ordre général est de travailler en réseau et en partenariat avec tous les acteurs de terrain. Nous remercions les associations d'être aussi proactives et nous n'oublions pas les maisons de quartier, les mouvements de jeunesse ou les maisons médicales."

Ce partenariat prend plusieurs formes : plateformes d'échanges pour coordonner les actions et projets, soutien logistique (mise à disposition de locaux), appui financier aux associations, promotion des activités associatives via le "Jette Info"

Le CPAS joue un rôle central comme "bras armé social de la commune", travaillant lui-même en réseau avec plusieurs organisations comme le Centre d'Entraide, Caba Jette (épicerie sociale) et la Croix-Rouge locale.

Des projets de santé publique concrets

La commune participe activement au CeRAPPs (Centre de Réflexion et d'Action pour la Promotion de la Santé), qui regroupe les échevins de la santé de la Région. Parmi les initiatives à venir :

1. Dépistage des maladies cardiaques : Un bus, en partenariat avec l'UZ Brussel, sillonnera les communes pour offrir des dépistages gratuits. Il sera présent à Jette lors du marché annuel. Les maisons médicales sont appelées à promouvoir cette initiative.

2. "Génération sans tabac" : Des animations de sensibilisation aux dangers du tabac et des vapeuses, destinées particulièrement aux jeunes de 12-14 ans.

La commune soutient également les initiatives de cohésion sociale comme le soutien scolaire, la lecture pour tous et les comités de quartier.



SUITE: ENTRETIEN AVEC MME VANDEVIVERE ET MR KURT

Contexte politique et budgétaire difficiles

Le contexte actuel, avec un gouvernement régional en affaires courantes, amène des incertitudes pour les communes et le secteur associatif. Malgré cela, malgré la pression financière sur le dos des communes de plus en plus grande (plus de charges et moins de recettes), Jette a réussi à adopter son propre budget 2025 (une des trois premières communes bruxelloises à l'avoir fait), et à maintenir "une chouette enveloppe" pour encourager de nouvelles initiatives et préserver l'essentiel du soutien financier au secteur associatif.

Les responsables communaux espèrent que l'appel à projets aux associations sera relancé d'ici fin mai ou début juin, permettant aux associations de retrouver le soutien financier de la commune.

EGALITE
♀
dans ma commune

Être femme bourgmestre à Bruxelles

Interrogée sur la spécificité d'être une femme bourgmestre, Mme Vandevivere souligne qu'elle fait partie d'une minorité dans la Région (seulement quatre femmes bourgmestres) :

"Nous sommes clairement en minorité dans la Région... dans un monde encore essentiellement masculin, relativement violent avec des rapports de force bien établis." Elle évoque une certaine complicité entre femmes bourgmestres, tout en refusant de "jouer la victime" : "Il y a tout à fait la place pour les femmes en politique."

La jeunesse, une priorité

La commune investit significativement pour sa jeunesse avec un soutien aux mouvements de jeunesse, le développement d'infrastructures sportives (centre omnisport), l'aménagement des parcs avec des plaines de jeux et terrains sportifs et comme projets à venir : skatepark et terrain de paddle



Dans le cadre du contrat de quartier "Magritte durable", deux Maisons de la Citoyenneté seront créées. La première avec une crèche et des locaux polyvalents et la seconde avec un "repair café vélo" et une grande salle polyvalente, notamment pour activités sportives.

Un espace extérieur couvert sera également aménagé pour les jeunes.

"Nous pensons que les jeunes sont assez satisfaits de leur commune. On peut toujours faire mieux, mais nous ne sentons pas de tension entre générations, ni entre communautés ici à Jette. Néanmoins, nous devons rester à l'écoute"

Des investissements dans tous les quartiers

Les élus reconnaissent la division géographique de Jette par le chemin de fer avec au Nord, plus d'espaces verts et un indice socio-économique plus élevé et au Sud, une zone plus urbanisée, moins d'espaces verts et une population plus populaire. Malgré ces différences, la commune s'engage à investir équitablement. "Nous avons toujours veillé à n'avoir aucun quartier ghetto qu'on abandonnerait à son sort. Nous avons toujours voulu investir dans l'espace public, absolument partout." Des projets spécifiques sont prévus par exemple pour le site d'Esseghem, avec des plaines de jeu et la requalification des espaces existants.



SUITE: ENTRETIEN AVEC MME VANDEVIVERE ET MR KURT

Les défis à venir

1. Nouvelles mesures concernant le chômage

Les élus s'inquiètent des conséquences de la limitation du chômage à deux ans. Plus de personnes risquent de frapper à la porte du CPAS et il y a une incertitude quant aux moyens disponibles pour les aider et les accompagner. Il y a la volonté de maintenir une politique d'émancipation plutôt que d'assistanat

"Notre objectif est d'emmener un maximum de gens vers l'émancipation, vers une place qui leur revient et vers la dignité. Le défi est qu'il ne faut surtout pas que la pauvreté s'accroisse."

2. Fusion des zones de police

La bourgmestre exprime ses préoccupations concernant le projet de fusion des zones de police bruxelloises et ses priorités :

- Garder une police de proximité proche de la population
- Importance du contact régulier avec le commissaire local

Nécessité d'un refinancement des zones de police à Bruxelles

3. Soutien au secteur associatif

L'absence de gouvernement régional crée de l'incertitude pour les associations (Projets en attente, questions sur la reconduction des subsides, impact potentiel sur l'emploi, ...)

Un message rassurant pour les habitants

Malgré ces défis, la bourgmestre se veut rassurante. "Nous ferons en sorte qu'à Jette, tout le monde puisse trouver son chemin. Le CPAS sera aussi très attentif à la classe moyenne qui est fragilisée et peut octroyer des aides ponctuelles, que ce soit pour des activités, le scolaire, l'aide médicale urgente ou non."

Personnes à mobilité réduite

La commune a fait des progrès significatifs en matière d'accessibilité (Une plateforme de handicap depuis vingt ans, un plan d'égalité des chances avec un volet PMR, des aménagements pensés pour l'accessibilité). Les chantiers restent un point difficile malgré :

- Des réunions de chantier où ces questions sont abordées
- Des assemblées d'habitants incluant des personnes handicapées
- Des cahiers des charges prévoyant l'avis d'associations spécialisées

La bourgmestre, temporairement en chaise roulante, témoigne personnellement de ces difficultés : "Je m'en rends compte avec la chaise roulante que je suis contrainte d'utiliser pour le moment."



Merci à Mme Vandevivere et Mr Kurt pour ces échanges !

OBJECTIF LUNE : QUAND LES MAISONS MÉDICALES VISENT LA LUNE !

Entretien réalisé par Richard

384 400 kilomètres - c'est la distance qui nous sépare de la Lune, et c'est exactement le défi que se sont lancé les patients et équipes de 41 maisons médicales jusqu'au 20 juin : cumuler ensemble suffisamment de kilomètres pour atteindre la lune !

Un projet qui prend de l'ampleur

Né en 2021 pendant la pandémie, le projet "Objectif Tour du Monde" s'est transformé cette année en "Objectif Lune". L'initiative, lancée par Martin Eyckermans, kinésithérapeute à la maison médicale des Balances à Namur, n'a cessé de grandir : de 7 maisons médicales participantes en 2021, le projet en compte aujourd'hui 41, représentant plus de 83 000 patients !

L'idée est simple mais efficace : encourager tout le monde à bouger, peu importe comment. Marche, vélo, patins, natation ou skateboard... chaque kilomètre parcouru nous rapproche un peu plus de la Lune. Au-delà de l'aspect santé, le projet ajoute une dimension ludique avec un concours entre les différentes maisons médicales.

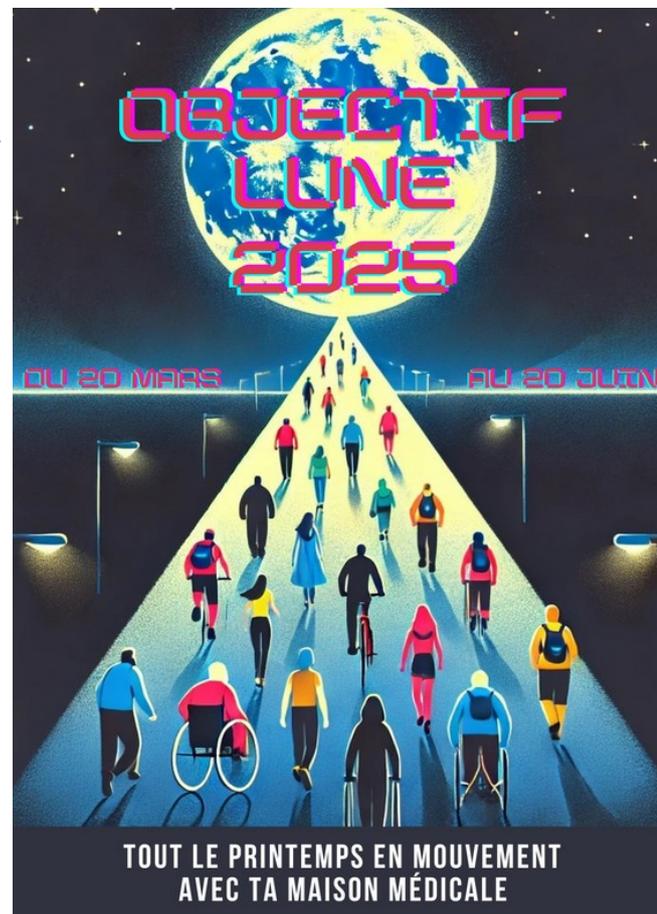
Témoignage de Martin, le fondateur du projet

"En 2021, avec le Covid, les salles de sport étaient fermées et tout le monde était confiné. J'étais inquiet que les gens restent chez eux et ne bougent plus," nous explique Martin. "Je voulais trouver un moyen d'encourager l'activité physique, sachant qu'à ce moment-là, le vélo, la marche et les activités en plein air étaient autorisées."

Pour Martin, la motivation passe par un objectif commun. Il a donc créé "Objectif Tour du Monde", puis a proposé à d'autres maisons médicales de se joindre à l'aventure. Le succès a été immédiat et grandissant.

Le véritable défi, selon lui, n'est pas tant de motiver ceux qui bougent déjà, mais "d'aller chercher ceux qui ne bougent pas d'habitude". Pour y parvenir, les maisons médicales font preuve de créativité : vélos d'appartement en salle d'attente, groupes de marche, balades gourmandes...

Lui-même sportif (aviron, vélo et course à pied), Martin espère que l'objectif lunaire sera atteint, même si "ce n'est pas sûr". Pour l'avenir, il rêve d'intégrer le site au portail de la Fédération des maisons médicales et pourquoi pas, "faire une activité qui regrouperait toutes les maisons médicales participantes" !



OBJECTIF LUNE : QUAND LES MAISONS MÉDICALES VISENT LA LUNE !

Témoignage de Marc, un participant motivé

Fan de BD, Marc a d'abord été intrigué par le nom du projet, pensant qu'il s'agissait de Tintin ! Ancien jogger et participant aux 20 km de Bruxelles, il y a vu l'occasion de se remettre en forme : "J'ai décidé de participer aux 20 km en marchant cette année et je suis en train de m'entraîner pour y arriver. Mon objectif est d'y arriver en 3h30."

Son entraînement est sérieux : une séance hebdomadaire de marche d'environ 3 heures à rythme soutenu, le cours de gymnastique le mardi avec Angel, et 15 à 20 minutes d'exercices chaque matin. Les résultats sont déjà là : "Je me sens moins essoufflé, j'ai une meilleure maîtrise de ma respiration et je bouge mieux."

Son conseil pour les débutants ? "Voir d'abord avec son médecin si tout va bien, surtout quand on prend de l'âge. Respecter ses limites, ne pas vouloir aller trop vite. Bien boire de l'eau et avoir une petite collation avec soi." Fier de sa contribution, Marc a déjà encodé 77,5 kilomètres pour le projet !



Témoignage de Julie, moteur du projet à la maison médicale

À la maison médicale Tournesol, Julie motive l'équipe par des messages réguliers et lors des réunions. Pour les patients, sa stratégie est multiple : "J'ai communiqué autour du projet par des affiches, une newsletter, mais aussi surtout en en parlant dans la salle d'attente."

Elle aide également les personnes intéressées à installer une application podomètre pour mesurer leurs distances, et envoie un message hebdomadaire d'encouragement aux participants.

Objectif Lune 2025

20 mars au 20 juin



Ensemble, améliorons notre santé !
Marchons, courons, roulons, nageons.
Et offrons nos km à la maison médicale.

Ce qui la motive personnellement ? "J'aime l'aspect ludique du concours. Je me prends au jeu." Ce projet tombe bien aussi pour lancer le nouveau groupe de marche et le groupe de natation.

Alors, atteindrons nous la Lune avant le 20 juin ? À l'heure d'écrire ces lignes, il reste pas mal de km à parcourir ! Réponse fin juin à la fin des encodages. D'ici là chaque pas compte !

JEUX

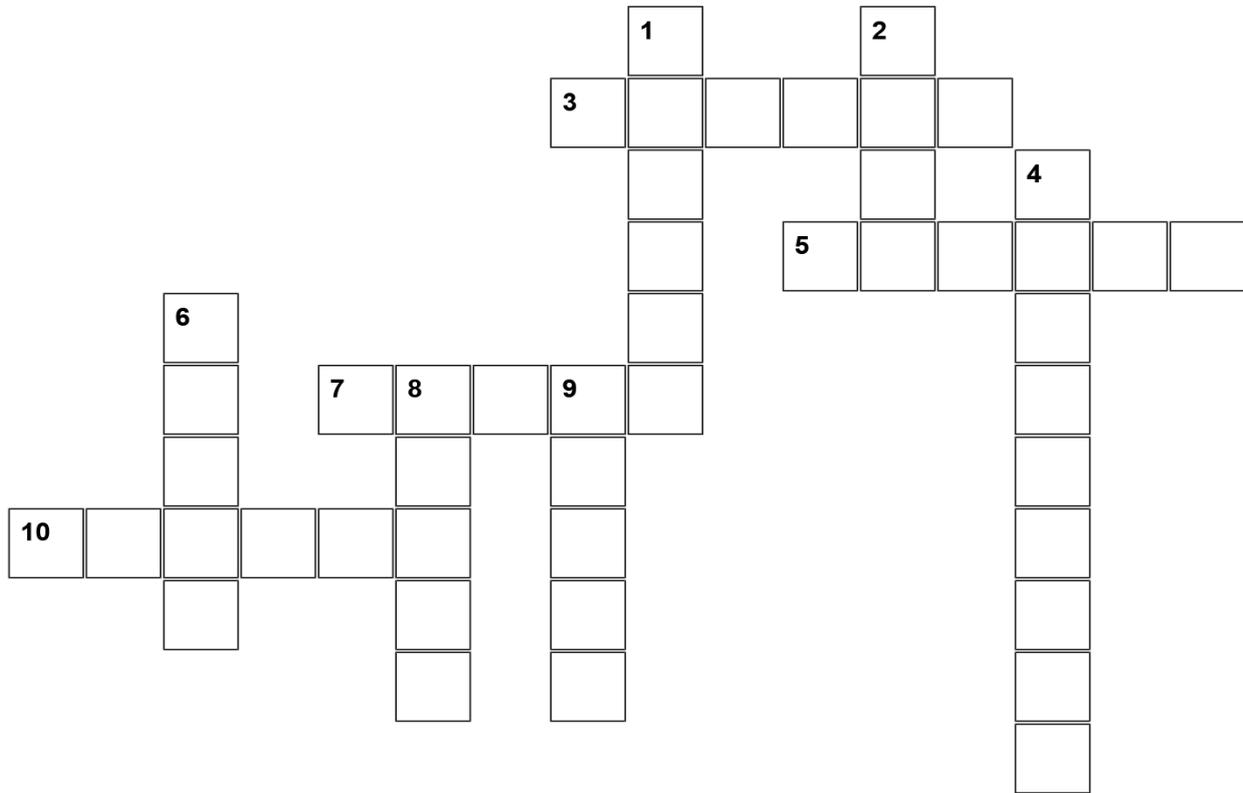
Pour les plus jeunes, Aurore a contacté une page jeux et cuisine !

Quelle fête se cache derrière ce rébus ?



Réponse : _____

Un mot croisé vitaminé !



Horizontal

- 3. fruit en grappe
- 5. fruit jaune
- 7. fruit de blanche-neige
- 10. fruit chinois

Vertical

- 1. fruits en forme de sourire
- 2. fruit vert à moustache
- 4. orange
- 6. fruit qui est dans le calendrier
- 8. fruit à huile
- 9. fruit qui donne son nom à un chapeau

le PAIN PERDU



6 personnes



préparation : 5 min



cuisson : 5 min



ingrédients

- 6 tranches de pain rassis
- 80 g de beurre
- 1 œuf
- 20 g de sucre
- 10 cl de lait
- 1 c. à c. de fleur d'oranger
- du sucre glace



1 Dans un bol, fouette les **œufs** avec une fourchette.



2 Ajoute le **sucre**, le **lait** et la **fleur d'oranger**.



3 Verse le mélange dans une assiette creuse. Trempe délicatement les tranches de **pain** une à une.



4 Fais fondre le **beurre** dans la poêle à feu moyen puis fais griller le **pain** environ **2 min** sur chaque face jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

C'est prêt !

Saupoudre d'un peu de **sucre glace** et déguste aussitôt !

DES NOUVELLES DES ANCIENS TRAVAILLEURS DE TOURNESOL

Plusieurs patient.es de la maison médicale ont demandé des nouvelles des anciens travailleurs de la maison médicale. Nous leur avons écrit pour leur demander comment ils allaient, quels étaient leurs projets aujourd'hui et s'ils avaient un souvenir ou une anecdote de leurs années à Tournesol ! Ils nous ont fait le grand plaisir de nous répondre. Voici les messages qu'ils vous adressent !

Adélaïde :

« Hé bien je vais bien ! Je suis actuellement à la mer avec mes enfants. On profite pour faire du cuistax, se balader sur la plage et vendre des fleurs en papiers sur la plage et je me fais ratatiner au mini golf ;-) Aujourd'hui, je me sens en meilleure forme car il y a 9 mois, j'ai été opérée suite à une déchirure du ligament croisé au genou (blessure survenue lors d'un match de basket) et la rééducation a fait son chemin ! Maintenant je remarche, recours, refais du vélo comme si de rien était et prépare les 20km de bxl d'ici peu....

Récemment j'ai changé de cabinet, je suis super contente de l'endroit où je suis et je vais commencer à rechercher quelques collaborateurs/trices pour bosser avec moi. J'aimerais avoir de la pluridisciplinarité, donc ça va être un chouette projet/challenge de recréer une petite équipe. Car la vie d'équipe me manque par moment...

J'ai beaucoup de bons souvenirs à tournesol: la journée à la mer avec les patients, je revois encore Madame G. et Mr S. manger une gaufre, une autre patiente qui venait en famille avec un pic nic gigantesque et qui partageait avec tout le monde, madame C. qui fait bronzette, madame B. qui rigole et met l'ambiance....

Egalement : la séance aux thermes avec les patients où j'ai testé pour la première fois un gommage traditionnel et passé un moment privilégié avec les patientes... les nombreux cours d'aquagym où on s'amusait toujours (d'ailleurs c'est pas pour rien que j'ai relancé il y a 3 ans des cours d'aquagym que je donne toujours ;-)). Je garde aussi de bons souvenirs de moments en équipe que ça soit en réunion, en mise au vert ou entre deux patients.... Je vous embrasse fort »

Arnaud Fermin

« Je vais très bien. C'est un peu bateau mais ce joli printemps est plaisant.

Actuellement je prépare un voyage à vélo en Espagne. De la côte atlantique à Saint Jacques de Compostelle. Je pars avec mon père et mon frère, de belles aventures en perspective.

J'ai beaucoup de souvenirs à Tournesol. Notamment le cours de stretching, l'école du dos les ballades à vélo et les visites à domicile.

J'ai beaucoup aimé travailler dans les locaux de la commune pendant la rénovation de l'ancienne banque devenue notre nouvelle maison médicale C'était une adaptation merveilleuse à un endroit insolite. Mais surtout la bonne odeur de l'ail des ours dans le parc roi Baudouin en allant au domicile des patients à vélo. »



Rania

« Bonjour à toutes et à tous,

Cela fait si longtemps ! J'ai souvent pensé à vous : vous avez fait partie de mon quotidien pendant presque 10 ans.

Mon travail en tant qu'accueillante et animatrice d'activités de santé communautaire à Tournesol avait énormément de sens pour moi. La maison médicale, c'était un microcosme vibrant, rassemblant des personnes aux parcours si variés, venues parfois de très loin, mais qui partageaient tant de choses. Ces années ont été d'une grande richesse ! Je trouve que ce modèle de centre de soins mérite d'être largement soutenu et promu. J'y ai énormément appris, auprès de vous comme de l'équipe.

Depuis mon départ, j'ai beaucoup cherché ma voie — et je ne suis toujours pas certaine de l'avoir trouvée, tant ma curiosité me pousse vers des domaines très divers : ateliers d'écriture, formations en médiation et résolution de conflits, gestion de projets... Pour l'instant, c'est vers la radio que je me tourne, en suivant une formation en animation et réalisation. On verra où cette nouvelle aventure me mène !

Ma fille, qui a maintenant 9 ans, m'apporte aussi chaque jour son lot de joie et de défis.

Si je devais partager une anecdote... Je repense souvent aux journées à la mer, aux balades en bateau sur le canal, aux ateliers théâtre, aux enfants... Mais ce qui reste particulièrement marquant pour moi, et qui résonne malheureusement avec une terrible actualité, c'est l'organisation des soirées de sensibilisation autour de la question palestinienne, en particulier sur le thème de la colonisation. Je me souviens notamment d'une des dernières soirées : un concert au centre culturel de Jette, où nous avons applaudi ensemble des chansons traditionnelles arabes et laissé nos esprits voyager au son du oud... Une expérience collective très forte et profondément émouvante.

J'espère que vous allez tous bien, dans ce monde qui continue de nous surprendre, mais aussi de nous offrir des instants de joie. Être joyeux, c'est aussi une forme de résistance, un moyen de garder l'espoir vivant.

À bientôt peut-être, Rania »



Marie Grenez

« Ben du coup ça va bien. Au niveau des projets en plus d'un boulot en maison médicale, j'ai des projets artistiques sur le côté: réalisation d'un jeu de cartes en linogravure pour des joueurs de jeu de rôle, un projet autour du travail sous forme d'abécédaire et peut être des expo à venir mais rien n'est encore fixé, donc je ne m'avance pas. En tout cas je ne m'ennuie pas.

Une anecdote ou un souvenir, il y en a beaucoup! Peut-être celle qui a le plus de conséquences sur ma vie c'est le fait que j'y ai rencontré mon amoureux et que maintenant on vit ensemble. Ma vie serait donc bien différente si je n'étais pas passée par Tournesol! »



Aurore:

Bonjour à tous, chers patients de la maison médicale Antenne Tournesol !

Merci de prendre de mes nouvelles, cela me touche beaucoup ! ☺

J'avais quitté la maison médicale en août 2015 pour travailler au bloc opératoire de l'hôpital Erasme et en tant qu'enseignante à la Haute Ecole Libre de Bruxelles pour former de futurs infirmiers.

Aujourd'hui, je travaille à temps plein à la HELB. Mon temps de travail est divisé comme suit : je suis toujours enseignante en soins infirmiers pour un mi-temps et l'autre mi-temps, je travaille aux ressources humaines de la haute école. Ces deux mi-temps me satisfont entièrement ; j'accompagne des étudiants dans leurs stages de soins à domicile et d'éducation à la santé et j'accompagne des travailleurs dans leurs démarches liées à leurs contrats de travail, leurs rémunérations, leurs congés,...

D'ailleurs, certains d'entre vous ont peut-être croisé l'un ou l'autre des mes étudiants ! En effet, la maison médicale accueille chaque année des stagiaires étudiants infirmiers de l'école où je travaille. Et tous les étudiants sont à chaque fois enchantés de leur stage ! Cette année, ce sont Michelly, Alicia et Desirée qui ont rejoint l'équipe pour quelques semaines.

Et au niveau personnel, moi qui vivais juste à côté de la maison médicale quand j'y travaillais, j'ai quitté Jette et Bruxelles pour aller m'installer à la campagne ! Depuis plus d'un an, je vis dans le village de Maransart en province de Brabant Wallon. C'est très dépaysant de Jette et de Bruxelles mais la nature et le calme me vont très bien et je suis très heureuse de ces changements !

Un souvenir de la maison médicale ? Il y en a tellement ! Les moments que j'ai préféré sont ceux où nous faisons la fête tous ensemble ! Les fêtes de la maison médicale, les drinks de la nouvelle année, ... Tous ces moments où vous nous faisiez découvrir vos talents culinaires et/ou artistiques et durant lesquels nous pouvions nous rencontrer autrement qu'au travers des soins.

Prenez bien soin de vous et à bientôt, peut-être, dans une rue jettoise, lors d'un événement ou avec un étudiant durant des soins infirmiers à domicile !

Aurore, ancienne infirmière (2010-2015)



TÉMOIGNAGES DU "PROJET NATATION"

Témoignages des participantes recueillis par Fadila

Depuis février, un groupe d'une quinzaine de patientes se réunit chaque semaine à la piscine pour apprendre à nager pendant 17 semaines.

Les bénéfices sont nombreux: renforcement musculaire, amélioration de la santé cardiovasculaire, réduction des douleurs chroniques, meilleure qualité du sommeil... Mais apprendre à nager, c'est aussi gagner en confiance, c'est repousser ses limites et faire du bien à son corps. Les participantes nous disent pourquoi elles participent et ce qu'elles aiment.

"Apprendre à nager, prendre soin de mon corps et me muscler. Et diminuer mes douleurs au dos. C'est à la fois ludique et médical."

" Pour apprendre à nager, pour se redonner de l'énergie, même quand on est fatigué."

" Pour apprendre à nager. Ça m'aide aussi pour mon équilibre, pour ma santé mentale et physique."

" Pour être en groupe, ça m'encourage, car c'est plus facile d'apprendre ensemble que toute seule."

" La piscine, c'est anti-stress. Ça permet de se défouler, de relâcher toutes mes tensions intérieures."

Ce que j'aime dans le projet:

"Être en groupe, ça motive. On s'encourage."

"Je n'aurais jamais pu me payer des cours dans le privé, ce projet me donne accès à ça."

"J'aime tout ! J'aime le moniteur, j'aime apprendre, j'aime prendre une heure pour moi. Je m'autorise à prendre une heure pour moi."

"On fait connaissance avec les autres patientes qu'on ne connaissait pas."

"Ce que cela m'apporte ?

Du bien-être physique et mental, c'est vraiment important."

"Ce qu'on fait avec la maison médicale, ce sont des activités hyper importantes. Apprendre à nager, ou apprendre à rouler à vélo l'année passée, ce sont des activités qu'on peut intégrer dans notre quotidien."

ANECDOTE, AVENTURE ET MOMENT DE VIE À TOURNESOL

Plusieurs patient.es nous ont proposé des textes pour parler de leur expérience à la maison médicale à travers une anecdote comique, un témoignage, une aventure. Merci à vous pour ces petites perles !

Un jeudi matin...

Ce jour-là comme d'habitude je me prépare un petit-déjeuner ravigotant et plus rapide que de coutume car je vais aller au Lunch in Jette : couper, éplucher, laver, cuire, etc.. ! Je surveille du coin de l'œil le chat Manou voleur impénitent et je pose sur le plateau une tartine au gouda, tasse de thé et ma gélule habituelle depuis quelques années.

Je m'installe avec mon bouquin, mon chat Pasti à côté de moi ronronnant de tout son cœur, quand je constate qu'il mâchouille quelque chose :

« Hé mes tartines ! » mais non... c'est mon médoc !

J'enfonce le doigt entre ses mâchoires espérant lui enlever mais il part au galop et s'échappe dans le jardin ! Je reste plantée comme une idiote me demandant que faire ! Téléphoner au vétérinaire ? Mais mon chat a disparu. J'ai pris un autre médicament et je suis partie au Lunch in Jette en espérant que les 9 vies d'un chat ne soient pas une légende ! A mon retour, il m'attendait avec un regard noir !

« C'est à cette heure-ci que tu rentres !? Quand est-ce qu'on mange ? » semblait-il me dire.

Bref, Pasti a bien digéré la pilule !



Paule



J'ai le souvenir d'un karaoké au Nouvel An où j'ai dansé avec Frans et chanté avec tout le monde. Et un autre bon souvenir, c'est lors de la fête de départ du Dr Gravet, j'ai fait un spectacle avec des imitations des membres médicaux et paramédicaux et on a partagé les 9 quiches que j'avais préparées.

Dominique

Un petit mot de partage au sujet du cours de STRETCHING à notre maison Médicale.

Je souhaite partager avec vous ce moment de **Bien-Etre** et de **Détente** que nous offre notre centre de santé.

En effet, le Stretching n'est pas une séance de sport en soi. C'est plutôt 1h où je me fais du bien, durant laquelle je chouchoute mon corps en lui offrant des mouvements corrects et corrigés/ voire adaptés par Louise afin de soulager les contactions douloureuses que je ressens et d'apporter de l'amplitude à mes articulations. Le tout se fait en douceur : « ne jamais se faire mal » est le Maître Mot !



Et pour finaliser cette expérience d'étirements, Louise nous offre un moment de Relaxation, cadeau que nous offrons ensemble à notre corps et notre mental.

Je peux vous dire que je repars de cette séance en plein forme et l'esprit apaisé.

N'hésitez pas à vous offrir ce beau cadeau, ces séances se déroulent 2X/semaine sur inscription auprès de l'accueil.

Et MERCI à la MM Tournesol pour cette belle et bonne activité. 😊

Chantal

Le lunch in Jette du Rayon Vert est un très chouette endroit.

Je l'ai découvert grâce à une animation de la maison médicale et comme j'aime cuisiner, je suis devenue « régulière ».

Si on aime couper, trancher, émincer, aplatir, frire, rôtir, etc... C'est vraiment agréable de cuisiner avec d'autres en bavardant, en écoutant de la musique, dirigées par Céline qui s'occupe des menus et des courses comme une pro !



Si on préfère juste déguster, c'est une découverte de produits bio, souvent de saison, végétariens ;

Soupe, plat, dessert. Prix en fonction des revenus : 3 à 18 euros. Juste penser à s'inscrire avant !

Paule

Les infos: rayonvert.be ou dans notre salle d'attente

BULLES DE BONHEUR

Sur une idée de Paule

Quels sont les petits bonheurs, les moments de joie du quotidien ? Quels sont les lieux, les activités, les personnes qui vous font du bien ? Voici la question que nous avons posé dans la salle d'attente ces dernières semaines. Voici quelques-unes de vos réponses :

Les actis de tournesol c'est vraiment super : le sport, les sorties, la cuisine... Ça permet parfois même de SE RECONSTRUIRE!

Admirer la couleur et les Pétales d'un Pissenlit

Faire la fête ensemble

Aller dans un Parc ou dans la nature, m'asseoir et regarder autour de moi

Mon Petit Plaisir coupable, m'installer confortablement dans mon fauteuil et allumer la télé

Faire des bulles et les regarder danser

Mon Petit Plaisir du matin, c'est quand Je sors de de chez moi et que Je vois le sourire d'une personne que Je rencontre

M'installer dans mon lit avec mon livre

Quand je m'installe
dans mon fauteuil
Préféré et que je lis
ou tricote...c'est mon
Petit coin de Paix

Un moment de joie intense
J'attendais ton coup de téléphone
Ça sonne enfin !
Mon cœur tressaille
C'est toi, mon loup
Tu me dis avec un tremolo dans la voix :
"Ça y est, nous avons un petit garçon !"
Je sens une houle de joie qui monte, monte, monte et
me submerge
J'ai la gorge sèche, je ne peux plus parler
Les murs éclatent autour de moi
Je ne vois plus que ce merveilleux soleil
Il brille de mille feux et m'enveloppe d'une douce
chaleur
Le parfum des lilas m'envahit de ses senteurs suaves
Je suis ivre de joie
J'ai le cœur rempli d'étoiles
Des papillons au creux du ventre
Il faut que je sorte crier mon bonheur à pleine voix
Je suis enfin maman, j'ai un petit garçon
Nous l'appellerons Benoît
Nous serons heureux tous les trois !

Christiane J-VdM

Boire mon Petit café
le matin et observer
Par la fenêtre la ville
qui se réveille, un
moment calme avant
que la Journée ne
commence

LES ACTIVITÉS DE LA MAISON MÉDICALE

Tous les vendredis de 13h à 15h, une activité choisie et parfois animée avec les patients !

Bienvenue à toutes et tous ! C'est gratuit et toujours un bon moment !

Projet animé par Julie, Chloé mais aussi pourquoi pas par vous ?

Vous avez envie d'animer un atelier ? Vous avez une idée d'atelier ou de sortie ? Contactez Julie ou Chloé à la maison médicale !

Inscription au 02/ 420 48 67 ou info@antennetournesol.be ou à l'accueil !

- 23/06 : Don de sang à la Croix Rouge (ATTENTION EXCEPTIONNELLEMENT LUNDI à 16h20)

Don de sang à la Croix Rouge de Jette 

Lundi 23 juin

Conditions

- bonne santé
- 18 ans ou +
- 65 ans max (si premier don)
- 50kg ou +
- pas de risque de transmettre des maladies infectieuses

Départ à 16h20 de la maison médicale avec Julie



Inscription à l'accueil ou au 02/420.48.67

Maison médicale antenne tournesol 

WE NEED YOUR HELP 

- 8/7 Rencontre entre femmes sur la santé des femmes
 - 11/07 : Atelier cuisine
- 18/07 : Journée à la mer en car (départ et retour devant le centre culturel de Jette)
 - 25/07 : Piscine
 - 01/08 : Activité bien-être avec Louise
 - 08/08 : Marche d'1h à rythme tranquille
 - 22/08 : Marche d'1h à rythme tranquille
- 29/08 : Goûter et récolte d'idées d'activités pour l'année à venir
 - 05/09 : Atelier cuisine



JOURNÉE à la MER

Vendredi 18 juillet

Départ 8h45 - retour vers 19h

Adulte 7 euros
enfants 4 euros

Inscription indispensable
au 02/420 48 67
(places limitées)

prévoir gourde, pique-
nique, crème solaire,...

réservé aux patients de la
maison médicale



Maison médicale Antenne Tournesol



OU 02/420 48 67

MARDI 8/7 DE 13H - 15H

LA SANTÉ DES FEMMES!

RENCONRE ANIMÉE PAR LE
PLANNING FAMILIAL DE
BERCHEM



GRATUIT
ET OUVERT
À TOUTES



MAISON MÉDICALE TOURNESOL

RUE HENRI WERRIE, 69

INSCRIPTION À L'ACCUEIL

TÉMOIGNAGES DE PARTICIPANTS AUX ACTIVITÉS DE LA MAISON MÉDICALE TOURNESOL

Témoignages recueillis par Fadila

Matilde

L'aquagym m'apporte plein de bonnes choses et du bien-être. Quand il n'y a pas de séance, je suis triste, je me sens coincée. Quand je vais à l'aquagym, je peux mieux bouger et faire des mouvements avec mon dos qui me soulagent.

Je participe aussi souvent aux autres activités comme la cuisine, la pétanque, les jeux, les manifestations... J'aime l'ambiance lors de ces rencontres. Cela me permet de me changer les idées car je vis des situations difficiles avec mon fils.

J'ai de très bons souvenirs de l'atelier cuisine où j'ai animé la préparation de tortillas. J'ai pu montrer comment on les préparait traditionnellement en Espagne. Tout le monde a participé et s'est entraîné dans une ambiance chaleureuse.

Pour le repas de Noël, nous avons préparé une paëlla et l'ambiance dans l'équipe cuisine était extraordinaire. C'était un moment de partage inoubliable.

Ce que j'apprécie particulièrement à la maison médicale, c'est que nous venons de nombreuses contrées différentes et pourtant nous nous entendons bien. Ce mélange de cultures est riche. On est tous égaux et c'est ce qui fait la force de notre groupe.

La maison médicale Tournesol, c'est bien plus qu'un lieu de soins, c'est un espace où l'on se sent accueilli et valorisé.



Philippe

J'ai participé à la balade en bateau et j'ai aimé l'ambiance.

J'ai eu la chance d'aller à l'avant du bateau pour faire des photos. Cette sortie est un beau souvenir.

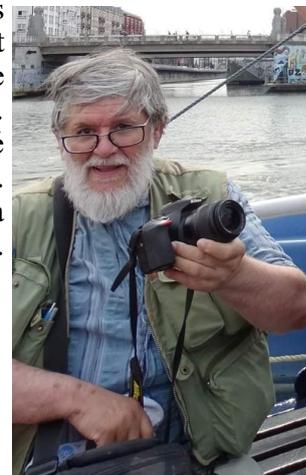
Mais ce que j'apprécie surtout, c'est la variété des activités proposées par la maison médicale. Par exemple, j'ai beaucoup apprécié les séances de préparation pour les élections organisées avec la fédération des maisons médicales. Ces moments sont importantes pour les citoyens.

J'ai également assisté à la projection de courts métrages au cinéma avec le projet « les maisons médicales font leur cinéma ». C'était très intéressant, d'autant plus que

nous avons l'occasion d'échanger directement avec les réalisateurs après la séance.

Ce que je trouve chouette dans ces activités, c'est qu'elles nous offrent la possibilité de discuter et de réfléchir ensemble sur différents sujets.

Je suis aussi un participant du groupe de marche car cela me permet de maintenir ma santé physique.



Jacqueline

J'ai eu le plaisir de participer plusieurs fois au repas de Noël. Ces moments festifs m'ont toujours apporté beaucoup de joie. Ils permettent de mieux connaître les personnes et de faire de nouvelles rencontres dans une ambiance bienveillante.

Ce qui est important pour moi, c'est de sortir de chez moi et de ne pas rester seule. La maison médicale m'offre cette opportunité de briser l'isolement et de créer des liens sociaux.

Les activités organisées apportent du réconfort et me donnent l'occasion de partager des moments avec d'autres personnes.

Le groupe marche est lancé !

Article rédigé par Lisa, stagiaire à la maison médicale

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous vous annonçons le lancement officiel de notre groupe de marche, une belle initiative portée par l'équipe de la maison médicale.

La toute première marche, organisée le 15 avril, a rencontré un franc succès. Sous un ciel clément et dans une ambiance conviviale, les participants ont pu profiter d'un moment d'activité physique tout en échangeant de manière détendue.

Durant cette marche, nous avons pu discuter avec les participants de leurs envies pour la suite de ce groupe de marche : fréquence, durée, trajet, etc. Suite aux premières marches organisées pour lesquelles les expériences des participants étaient très positives, nous avons fixé les prochaines dates de marche que voici :

Marches à **rythme soutenu**, d'une durée de **1h30 à 2h** :

→ **LUNDIS** 16 et 30 juin, 14 et 28 juillet, 11 et 25 août, 8 et 22 septembre

Marches à **rythme tranquille**, d'environ **1h** :

→ **VENDREDIS** 6 et 27 juin, 11 et 25 juillet, 8 et 22 août (exceptionnellement de 13h à 14h en août), 5 et 19 septembre

Ces marches sont ouvertes à tous (patients de la maison médicale ou non), gratuites et accompagnées par un membre de l'équipe.

L'idée envisagée par l'équipe est d'organiser une **marche chaque semaine**, en alternant les jours : une semaine le vendredi, la suivante le lundi, et ainsi de suite.

Ce rythme régulier vise à permettre à chacun de trouver une formule adaptée à ses envies, à sa condition physique et à son emploi du temps.

La naissance du projet

L'idée de créer un groupe de marche ne sort pas de nulle part : elle est née à la fois de **demandes concrètes de plusieurs patients** désireux de bouger davantage et de se retrouver autour d'une activité simple, et des **constats partagés par les médecins et kinés** de la maison médicale.

Ces derniers ont en effet observé chez certains patients un besoin de mouvement, de lien social, et parfois un certain découragement à reprendre une activité physique seul.

Ce groupe de marche vient donc répondre à une double réalité : **un désir exprimé et un besoin de santé**, en proposant un cadre bienveillant, soutenu, et évolutif.



Quel futur pour ce groupe de marche ?

À plus long terme, notre souhait est que les **marches du lundi puissent devenir autonomes**. Les marches du **vendredi, elles, resteront encadrées** par un membre de l'équipe, afin d'offrir un cadre rassurant et un accompagnement constant pour les participants.

À l'issue de quelques mois de fonctionnement, un bilan sera réalisé pour réfléchir ensemble à la suite du projet et à son éventuelle pérennisation.

Et pourquoi marcher ?

Participer aux marches, c'est bien plus qu'une simple activité physique. Sur le plan de la santé, marcher régulièrement permet d'améliorer l'endurance, de renforcer le cœur, de stimuler la circulation sanguine et de soulager certaines douleurs articulaires.

C'est aussi une belle manière de lutter contre le stress, l'anxiété ou encore l'isolement. En rejoignant un petit groupe convivial, chacun trouve sa place, échange, partage, et crée du lien.

Les marches sont aussi l'occasion de s'oxygéner en douceur, de (re)découvrir les environs, de s'émerveiller de la nature toute proche, et de s'offrir une pause dans le rythme du quotidien. Un vrai moment de bien-être, accessible à tous, à son rythme !



Groupe de marche

Rythme soutenu
Durée : 1h30 à 2h

Lundi
16 et 30 juin
14 et 28 juillet
11 et 25 août
8 et 22 septembre

Rythme tranquille
Durée : 1h

Vendredi
6 et 27 juin
11 et 25 juillet
8 et 22 août (de 13h à 14h)
5 et 19 septembre

Départ à 11h
de la maison
médicale

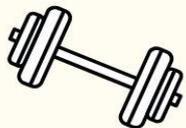


Inscription souhaitée à l'accueil

Maison médicale antenne tourmesol

Si tu n'es toujours pas convaincu après avoir lu cet article, il ne te reste plus qu'à venir participer à l'une de nos marches et nous donner ton avis...

LES ACTIVITÉS SPORTIVES ÉTÉ 2025



STRETCHING

Les mercredis de 11h15 à 12h15

- Animé par les kinés de la maison médicale
- Les exercices d'étirement actifs font partie intégrantes d'un traitement kiné et peuvent vous être prescrits par votre médecin traitant à la place de la kiné. Effectivement, ils sont bénéfiques contre les maux de dos et de nuque et d'épaules.
- Prévoir une tenue souple et un essuie
- Où ? A la maison médicale
- Gratuit, inscription indispensable à l'accueil de la maison médicale,
- Maximum 10 personnes par cours et prévenir en cas d'absence pour permettre à d'autres patients d'y assister.
- Activité réservée aux patients de la maison médicale Antenne Tournesol

Les mercredis de 18h00 à 19h

- Le même cours sera également donné au soir **pour les personnes qui ne peuvent pas venir au cours du matin pour des raisons professionnelles**, inscription également indispensable à l'accueil.

AQUAGYM À GANSHOREN

Pause pendant les vacances scolaires !

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Les mardis de 10h à 11h.

- Animé par Angel, kinésithérapeute de la maison médicale
- Travail dynamique en groupe adapté à tout le monde et recommandé pour être en bonne santé physique ! Cette activité sportive adaptée, peut vous être prescrite par votre médecin traitant à la place de la kinésithérapie
- Où ? **A la maison médicale ou au jardin rue Vandenschriek**
- Prévoir une tenue souple et un essuie
- Carte de 10 séances à 8 euros ou 1 euro par cours, inscription à l'accueil, max 12 personnes
- Activité ouverte aux patients de maison médicale et aux membres du réseau d'échange de savoirs



PLAN CANICULE JETTE

Protégez-vous cet été !

- Buvez beaucoup d'eau et humidifiez-vous (bain, spray, ...)
- Restez à l'intérieur et évitez les efforts physiques durant les heures chaudes
- Gardez les fenêtres, rideaux, stores et volets fermés pendant la journée
- Restez à l'ombre et privilégiez les endroits frais (parcs, bois, centres commerciaux, ...)
- Évitez de boire de l'alcool et des boissons sucrées
- Portez un chapeau et des vêtements légers, aérés et clairs
- Consultez votre médecin si vous présentez des symptômes tels que des crampes, une forte fièvre, des maux de tête, des signes de malaise, ...
- Informez-vous de l'état de santé des personnes qui vous entourent et aidez-les



Besoin d'aide ? Contactez-nous !

Les services VIVA! - 02.422.46.51 (du lundi au vendredi, de 8h à 16h)

Vous voulez quelques conseils préventifs ? Appelez le Call Center du SPF Santé Publique - 02.524.97.97 (entre 8h et 17h)



UNE INITIATIVE DE LA COMMUNE DE JETTE, LE CPAS, LA CROIX-ROUGE LOCALE, LES MAISONS MÉDICALES ESSEGHEM ET ANTENNE TOURNESOL AINSI QUE LOJEGA



BESOIN D'AIDE EN INFORMATIQUE !

BESOIN D'AIDE EN INFORMATIQUE ?

GRATUIT



Prendre un rendez-vous ?

Effectuer un paiement en ligne

Récupérer un mot de passe? Remplir un formulaire ?

Envoyer un e-mail, un CV ? Faire une recherche (numéro de téléphone, activité...) ? ... ?



Chaque lundi de 14h à 17h

Informaticien public à la maison médicale

Gratuit et sur rendez-vous

02/ 420 48 67

Ouvert à tous et toutes



Maison médicale Antenne Tournesol

Place à la solidarité

Venez découvrir les actions de Bulle et RestoJet

Solidariteit in de kijker

Maak kennis met de acties van Bulle en RestoJet

- Ateliers & témoignages
- Initiation aux rollers
- Animations organisées par les Écoles de devoirs et l'ATL
- Donnerie nomade
- Animation santé : Vélo smoothie

- Workshops & getuigenissen
- Rollerinitiatie
- Animatie door 'Ecole de devoirs'
- Weggeefstand
- Gezondheidsanimatie: smoothiefiets



Apportez vos dons !

Vous pouvez soutenir Bulle en faisant un don (vêtements propres, produits d'hygiène, soutien financier) ou en rejoignant l'équipe des bénévoles. Toute aide, même ponctuelle, fait une différence concrète sur le terrain. Pour sa boutique VestJet, RestoJet est à la recherche de matériel de survie et de vêtements pour hommes : tentes - couvertures ou sacs de couchage - sacs à dos - gourdes - pantalons - sous-vêtements - t-shirt - pulls - chemises - vestes - chaussettes et chaussures - casquettes - huiles solaires.

Giften zijn welkom!

Je kan Bulle steunen door een gift te doen (propre kledij, hygiëneproducten, financiële steun) of door je aan te sluiten bij het vrijwilligersteam. Alle hulp, ook eenmalig, maakt een verschil op het terrein. Voor de VestJet-winkel is RestoJet op zoek naar noodhulp en kledij voor mannen: tenten - dekens of slaapzakken - rugzakken - drinkbekers - broeken - ondergoed - T-shirts, pulls, hemden - jassen - sokken en schoenen - pet - zonnebrandolie.



Avec le soutien du Collège des Bourgmestres et Echevins de la commune de Jette, à l'initiative de l'Echevin de Vie sociale Christophe Kurt. Met de steun van het College van Burgemeester en Schepenen van de gemeente Jette, op initiatief van de Schepenen van Sociaal Leven Christophe Kurt.



Place à la solidarité !

Mercredi 25 juin 2025

Place Cardinal Mercier

Apportez vos dons !

Vous pouvez soutenir Bulle en faisant un don (vêtements propres, produits d'hygiène, soutien financier) ou en rejoignant l'équipe des bénévoles. Toute aide, même ponctuelle, fait une différence sur le terrain. RestoJet est à la recherche de matériel de survie et de vêtements pour hommes : tentes - couvertures ou sacs de couchage - sacs à dos - gourdes - pantalons - sous-vêtements - t-shirt - pulls - chemises - vestes - chaussettes et chaussures - casquettes - huiles solaires.



La maison médicale sera présente lors du marché annuel de Jette avec un stand « prévention ».

En effet, la commune de Jette organise le **1er septembre** dans la rue Van Huynegem (rue du Rayon vert) un projet santé. L'UZVUB sera présente avec un bus autour de la prévention des maladies cardiaque.

Le principe de ce bus à destination des plus de 60 ans: 4 boxes où ils pourront répondre à un questionnaire, faire vérifier leur tension, réaliser un électrocardiogramme et une échographie entouré d'un cardiologue et d'une équipe. Un courrier est ensuite réalisé avec les résultats pour le médecin généraliste.

Une super façon de faire un check up de sa santé cardiovasculaire !

Plus d'infos pratiques dans les prochaines semaines à la maison médicale !