

# Famille de défis 4 : Etre acteur de sa santé

## Uitdagingsgroep 4 : De zorg voor eigen gezondheid in handen hebben

Salle 4  
Zaal 4

### 4. Être acteur de sa santé

peuvent choisir en connaissance de cause

Être acteur de son bien-être

autonomie dans les démarches

proactivité des usagers

**DÉFI 2**  
Comment encourager la **proactivité** des usagers ?  
Comment répondre correctement à la proactivité ?

Activation automatique des droits.

Site avec les informations sur les symptômes et les droits. (ex: dr google pour tes droits.)

Un site qui informe sur les spécialités de chaque hôpital.

Ne pas oublier les traitements alternatifs.

Information sur les remboursements avant que les dépenses ne soient effectuées.

**DÉFI 5**  
Comment, au sein des institutions de soin, rendre les personnes **actrices** de leur santé/bien-être ?

Plateforme globale avec les prix.

Dentiste: devis annonçant en avance le prix de la consultation.

Revoir le prix pour toutes les activités et med. qui concernent le bien-être.

**DÉFI 1**  
Comment faire en sorte que chacun puisse faire ses démarches (seul) ou accompagné si besoin ?

Cours à l'école sur les droits.

Point d'information pour se renseigner quand on n'a pas d'urgence à venir.

Que le médecin prenne l'habitude de tout expliquer tout et de ne pas décider à la place du patient.

Expliquer l'intérêt du dossier médical global.

**DÉFI 3**  
Comment inciter les Bruxellois.es à prendre la peine de choisir un **médecin généraliste** permanent ?

Campagne sur le dossier médical global.

Importance d'avoir le choix pour choisir un médecin généraliste ou un spécialiste. / Un médecin qui gère plusieurs spécialités. / Les maisons médicales qui regroupent tous les spécialistes.

D'abord motiver pour voir un médecin.

Intégrer le bien-être dans chaque maison médicale

Comme à Brugman: les médecins travaillent ensemble. Ils partagent les dossiers et il n'y a pas toujours besoin d'une consultation (se fait parfois par mail).

Le médecin peut toujours dire au patient quelle maladie peut endercher une autre maladie.

Expliquer l'intérêt du dossier médical global.

**DÉFI 4**  
Comment donner à chaque Bruxellois.e les **connaissances** et les possibilités de décider de la manière dont leur traitement se déroulera à tout âge ?

Groupe internet de parole.

Des référents de santé qui parlent aux gens pour identifier les problèmes et les orienter.

Parrainage pour accompagner des migrants / groupes spécifiques.

Pharmacien de référence, toujours le même, qui informe et conseille sur la médication.

Informier sur la possibilité d'avoir un pharmacien de référence.

Site web central (comme my pension) qui reprend tes droits mais aussi les choses à faire pour sa santé par âge.

Une consultation gratuite par an avec un généraliste.

Bilan de santé gratuit à partir d'un certain âge (50 ans?).

**DÉFI 6**  
Comment pouvons-nous donner aux Bruxellois.es davantage de possibilités d'être dans une approche de **prévention** des problèmes de santé ?

Penser aux questions que l'utilisateur pourrait avoir avant qu'il n'y pense (comme pour des femmes qui ont le cancer de sein).

Un rappel automatique pour des contrôles qui sont imminents pour le patient (femme, âge, etc).

Avoir une personne de coordination qui conseille et/ou prend tous les rendez-vous pour le patient (comme à Saint-Pierre). Ou à minima une fiche informative centralisant tous les résultats d'exams.

Objectif de l'exercice :  
Formuler des idées pour relever les défis.

1. Temps individuel pour noter vos idées (prenez un papier, pliez-le en 4 et notez 4 idées sur chaque partie de la feuille)
2. Partager les idées
3. Voter pour les 3 idées les plus pertinentes selon vous (étoiles)

Doel van de oefening: Het ontwikkelen van ideeën om de uitdagingen aan te gaan.

1. Individuele tijd om je ideeën op te schrijven (neem een stuk papier, vouw het in 4 en schrijf 4 ideeën op elk deel van het papier op).
2. Ideeën delen
3. Stem voor de 3 meest relevante ideeën volgens u (sterren)