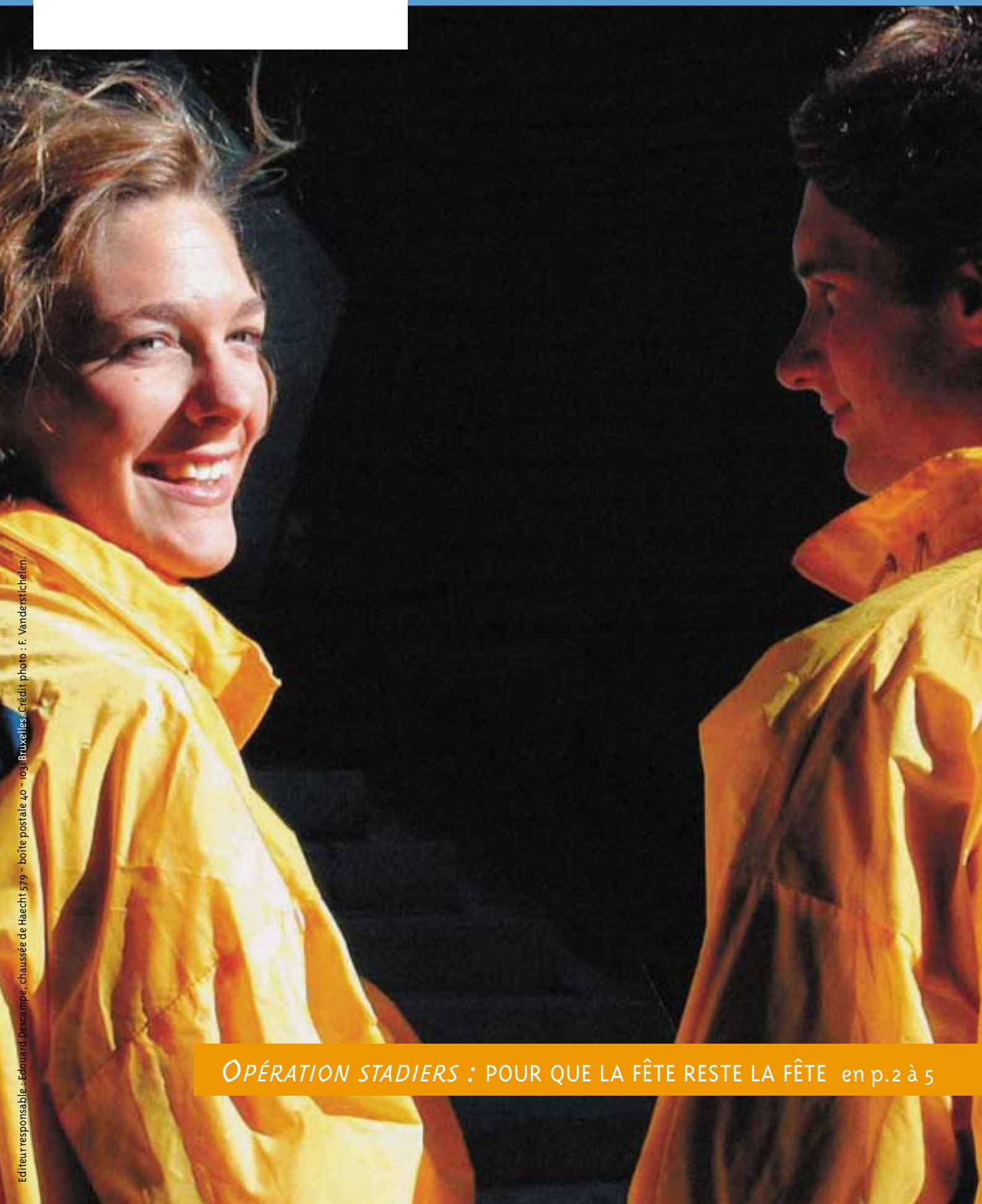
Education Santé

Mars 2003 | 177

Un mensuel au service des intervenants francophones en promotion de la santé

Ne paraît pas en janvier et juillet - Bureau de dépôt : Bruxelles X - ISSN 0776-2623



Editeur responsable : Edouard Descampe, chaussée de Haecht 579 - boîte postale 40 - 1031 Bruxelles. Crédit photo : F. Vanderstichelen.

Opération stadiers : pour que la fête reste la fête en p.2 à 5

Opération stadiers : pour que la fête reste la fête…

asbl de prŽvention et de promotion de la santŽ en milieu Žtudiant, a rŽalisŽ une publication sur le dŽroulement de ÔlÕOpŽration stadiersÕ aux 24 h vŽlo de Louvain-la-Neuve. But : laisser une trace de lÕaction menŽe mais surtout provoquer une rŽßexion menant Žventuellement ˆ adapter le concept ˆ dÕautres manifestations. Avis aux amateurs !

En 1997, les 24 h vŽlo sÕinterrompent brusquement ˆ lÕannonce du dŽc•s dÕun Žtudiant. Dans les annŽes 90, cette ÔguindailleÕ Žtait devenue la plus grosse manifestation Žtudiante de Belgique drainant quelque 100.000 participants. Au niveau de la sŽcuritŽ, la situation Žtait devenue ingŽrable.

En 1999, apr•s une annŽe dÕarr•t, les 24 h reprennent mais apr•s avoir subi un fameux remaniement. Deux impŽratifs sÕimposent : redonner un visage humain ˆ la manifestation et assurer la sŽcuritŽ de tous. Les Žtudiants organisateurs, les autoritŽs (la commune et lÕUniversitŽ), lÕaide de Santé et les permanents des services dÕaide de lÕUniversitŽ se rŽunissent pour dŽbattre et organiser ces nouvelles 24 h vŽlo. Au cours des discussions de travail, lÕidŽe de groupes de ÔstewardsÕ un peu ˆ la mani•re des stadiers opŽrant lors des matchs de football est avancŽe. Ces stewards seraient omniprŽsents sur le site, assureraient lÕaccueil et veilleraient ˆ ce que la f•te se passe bien. LÕopŽration stadiers Žtait Žbauchée...

Les stadiers…

Les premi•res rŽßexions concernaient ces fameux stadiers. Qui seraient-ils ? Quelles seraient leurs missions ? Comment allait-on les recruter ?... Si la sŽcuritŽ apparaissait comme une mission importante, il nÕŽtait pas question quÕils endossent le r™le de ÔgendarmeÕ. Leur prŽsence sur les divers lieux de lÕŽvŽnement festif devait •tre accueillante plut™t que dissuasive. Le stadier serait une sorte de guide qui pourrait orienter les participants et Žviter les probl•mes.

LÕŽtudiant sÕest vite imposŽ comme le stadier idŽal car qui mieux que lui pouvait accueillir, parler et veiller sur les autres Žtudiants. Les 24 h devaient rester une f•te estudiantine m•me si la manifestation, au Þl des ans, sÕest de plus en plus ouverte au public familial et aux habitants de Louvain-la-Neuve.

Ces Žtudiants, il fallait les choisir. Une sŽlection et une formation se sont avŽrŽes nŽcessaires. Devant lÕampleur de la t‰che, un ÔgroupeporteurÕ constituŽ de personnes-ressources sÕest mis sur pied : deux membres du Centre sportif Žtudiant, un permanent des 24 h vŽlo et plusieurs permanents du Service dÕaide aux Etudiants Santé ainsi que divers reprŽsentants des organisations Žtudiantes. Leurs missions : rŽßŽchir ˆ la sŽlection et la mettre en Ïuvre, former et encadrer les stadiers, organiser et coordonner lÕopŽration.

Le souci du détail

Le groupe porteur a estimŽ ˆ une centaine le nombre de stadiers nŽcessaires sur le site le jour ÔJÕ. Ces stadiers sont rŽpartis en Žquipe, chacune dirigŽe par deux responsables. Les Žquipes sont rŽparties sur quatre quartiers du site et en trois tranches horaires correspondant ˆ trois moments distincts de la f•te : lÕapr•s-midi et le dŽbut de soirŽe qui correspondent ˆ lÕaccueil des participants ; le milieu de soirŽe et la nuit où il faut porter une vigilance particuli•re aux risques dÕaccidents et enÞn la matinŽe du second jour où la f•te doit •tre relancŽe. Les stadiers travaillent toujours par deux. Une Žquipe ÔhŽbergementÕ est Žgalement constituŽe aÞn de recevoir ceux qui auraient un coup de pompe ou la gueule de bois.

Chaque annŽe, en mai, le groupe porteur met au point la Þnalisation du programme de formation et la crŽation dÕun plan de recrutement qui doit •tre lancŽ ˆ la rentrŽe, soit 5 semaines avant lÕŽvŽnement. Il leur faut Žgalement rŽserver lÕemplacement des 4 tentes qui servent de point de rep•re et dÕaccueil dans les 4 quartiers du site, commander des talkies-walkies ainsi que demander des frŽquences dÕŽmission. Pour leur visibilitŽ, les stadiers sont habillŽs de coupe-vent jaunes au slogan ÔVas-y molloÕ. Il faut Žgalement prŽvoir les pique-niques prŽparŽs par le restaurant universitaire. Les divers postes doivent •tre pensŽs avec soin.

Engagement et motivation : les clés du succès

Les stadiers re•oivent une formation spŽciÞque mais ils doivent Žgalement avoir certaines aptitudes d•s le dŽpart. Leur sŽlection a ŽtŽ conÞe ˆ des psychologues en fonction au Service dÕaide de lÕUCL qui ont Žlaborž une Ôfeuille de routeÕ permettant dÕŽvaluer quelques crit•res dont lÕexpŽrience et la connaissance du site, la sociabilitŽ, la dŽbrouillardise, la capacitŽ dÕempathie mais aussi la motivation des Žtudiants autre que Þnanci•re.

La rŽtribution est ici justiÞŽe par le fait que cet engagement demande un travail, un investissement dans la formation (qui elle, nÕest pas rŽmunŽrŽe) importants. De plus, trouver une centaine dÕŽtudiants bŽnŽvoles nÕest pas chose acquise.

Le recrutement se fait par le bouche-ˆ-oreille et par les campagnes dÕaffichage. Dès lÕinscription, le postulant mentionne sÕil prŽfre un poste de responsable ou de stadier, il dŽtaille Žgalement son expŽrience et sa motivation. LorsquÕil va dŽposer son inscription, il prend rendez-vous pour un entretien individuel menŽ par 2 psychologues. Cette premi•re rencontre lui permet de prendre conscience de ce ˆ quoi il sÕengage.

Former

Ce sont les formateurs du Centre de formation et dÕintervention psychosociologique (CFIP) et les permanents du Service dÕaide aux Etudiants Santé qui dŽbrissent et organisent la formation : une formation de 3 jours destinŽe aux

[suite p. 4]

© F. Vanderstichelen

Gros plan sur

LicenciŽe en communication, Florence Vanderstichelen travaille au sein de lÕŽquipe dÕ . Elle suit lÕÕOpŽration stadiersÕ depuis ses dŽbuts. Elle parle de cette expŽrience et des nombreux projets de lÕasbl en cours sur le site..

ƒducation SantŽ : QuÕavez-vous retenu de lÕambiance des derni•res 24 heures ?

Florence Vanderstichelen : Je me suis promenŽe en rue au moment du feu dÕartiÞce vers 10-11 h du soir. JÕai senti deux ambiances diffŽrentes. La premi•re, ÔGrand PlaceÕ, animŽe par les kots-ˆ-projets autour de concerts. On voyait tr•s peu dÕŽtudiants avec une chope en main, ils nÕŽtaient pas l pour •a. Il ne pleuvait plus, il y avait beaucoup de monde. JÕai trouvŽ lÕambiance vraiment bon enfant, culturellement intŽressante. Puis, dans dÕautres lieux de la ville, on retrouve les guindailleurs en tabliers avec les chopes ˆ la main, vraiment lÕambiance Ôguindaille-guindailleÕ.
Au quartier gŽnŽral, on nÕa pas eu dÕappels urgents de situations qui se dŽgradaient. Une anecdote : je suis au QG et jÕentends un appel dÕun stadier qui Žtait ˆ la Lux (cercle des Žtudiants luxembourgeois) et qui voyait une dizaine dÕŽtudiants danser sur une plateforme sans protection. Les responsables disent quÕils se rendent sur place et demandent au stadier de calmer le jeu et de les faire descendre. Le temps que lÕŽquipe de stadiers arrive sur place, il y avait dŽjˆ des responsables du cercle qui Žtaient intervenus. LÕimpression que •a mÕa donnŽ cÕest que les Žtudiants se prennent en charge eux-m•mes. CÕest un tr•s bon signe. Il nÕy a eu aucun accident majeur.
Lors du debrieÞng, tous les partenaires se sont fŽlicitŽs de lÕefficacitŽ. CÕŽtait une tr•s bonne annŽe.

E.S.: Pourquoi souhaitez-vous faire conna”tre cette opŽration ˆ dÕautres organisateurs dÕŽvŽnements ?

F.V.: ‚a nous semble important. Depuis quÕon travaille ˆ cette refonte des 24 h vŽlo et ˆ lÕÕOpŽration stadiersÕ qui en est lÕŽvŽnement visible, il semble que nous ayons acquis avec toute une sŽrie de partenaires - tant les Žtudiants organisateurs que les autoritŽs de la commune (forces de lÕordre, pompiers...) et de lÕuniversitŽ, la Croix-rouge, Univers SantŽ et le Service dÕaide aux Žtudiants - une expŽrience, on pourrait m•me dire une expertise dont nous aimerions faire proÞter dÕautres personnes.

E.S.: Est-ce que cette ÔOpŽration stadiersÕ a des rŽpercussions sur les autres manifestations estudiantines qui ont lieu pendant lÕannŽe ?

F.V.: LÕopŽration et les 24 h vŽlo ne sont quÕune partie de la politique de lÕUCL pour essayer dÕun peu changer cet esprit Ôguindailleu et les accidents qui vont de pair. Il y a dÕautres actions qui sont menŽes, plus souterraines et moins perceptibles pour le grand public. Par exemple : il y a des concertations tr•s frŽquentes entre les Žtudiants, les autoritŽs de lÕUCL et le Service dÕaide pour essayer que les cercles ne soient pas quÕun lieu de guindaille mais aussi un lieu de dŽveloppement dÕactivitŽs culturelles, sociales et surtout pour que le cercle vive bien sa mission premi•re qui est de crŽer des liens entre les Žtudiants de la facultŽ. CÕest un travail souterrain qui se fait depuis 96-97 et qui se poursuit.
Par ailleurs, Univers SantŽ et le Service dÕaide, toujours en partenariat avec les Žtudiants, mettent sur pied depuis fŽvrier et jusquÕen mai, une formation ÔVas-y proÕ. Elle invite les responsables dÕun cercle, dÕune rŽgionale, dÕune animation Žtudiante ˆ se donner des outils pour gŽrer cette animation. Nous proposons 7 modules de formation :

- un brevet europŽen de premiers secours ;
- un autre qui montre comment rŽagir sans violence mais avec efficacitŽ et assertivitŽ des situations de violences souvent liŽes des probl•mes dÕalcool ;
- un troisi•me propose une recherche-action avec les organisateurs des 5 grandes manifestations de Louvain-la-Neuve en vue de faire un mode dÕemploi, un vade mecum de tout ce qui est utile dÕorganiser en amont de la manifestation pour que celle-ci se passe bien ;
- il va aussi y avoir un module Ôconjuguer alcool et santŽÕ parce quÕun petit nombre dÕŽtudiants, moins dÕ1 %, se disent en difficultŽs avec lÕalcool. CÕest tr•s peu mais •a vaut la peine de sÕintŽresser ˆ cette situation ;
- le module Ôse former pour mieux communiquerÕ aidera les Žtudiants ˆ communiquer avec efficacitŽ, pour par exemple, faire mieux respecter lÕenvironnement, dŽbuter les soirŽes plus tˆt pour quÕelles se terminent plus tˆt... ;
- le dernier module plus gŽnŽral traite de la gestion et de lÕintŽr•t dÕune asbl.

Ces modules sont gŽrŽs par Univers SantŽ et le Service dÕaide aux Žtudiants.

Vous voyez, il y a lˆ un ensemble dÕinitiatives pour essayer de travailler en prise avec les Žtudiants pour dÕabord changer les mentalitŽs, essayer de limiter les risques liŽs ˆ une consommation dÕalcool et in Þne interroger lÕŽtudiant sur pourquoi guindailler au fond...

E.S.: Vous nÕavez pas peur dÕaller un peu loin dans ce souci de Ôfa•onner les espritsÕ, de dŽÞnir ce que doit •tre une f•te... Vous risquez dÕ•tre rejetŽs.

F.V.: On doit •tre attentif ˆ toujours prŽsenter Univers SantŽ comme un partenaire. Univers SantŽ nÕa aucun pouvoir sur toutes ces questions-lˆ. On se situe toujours comme accompagnant ou comme proposant. La formation est proposŽe, pas imposŽe. Je pense que cÕest une bonne parade ˆ ce que vous soulignez.

E.S.: Vous travaillez encore sur dÕautres projets ?

F.V.: LÕasbl a ŽtŽ crŽŽe par lÕUCL mais nous travaillons avec toute une sŽrie de partenaires extŽrieurs, dont les Žtudiants. Notre objectif est de mener des campagnes collectives de prŽvention et de promotion de la santŽ. Nous nÕavons pas dÕaccompagnement individuel dÕŽtudiants.

Nous menons une politique dÕinformation sur des questions de santŽ ˆ travers une publication qui sÕappelle ÔLes atouts santŽÕ, travers aussi Ôles midis de la santŽÕ axŽs sur des th•mes qui intŽressent les Žtudiants (cette annŽe, ils ont trait ˆ la vie affective et ˆ la sexualitŽ). Nous menons aussi des campagnes contre le tabac dans les halls dÕauditoire depuis 3 ans. Nous travaillons Žgalement sur le stress des premiers blocus en lien avec Infor SantŽ de Nivelles.

EnÞn, nous avons ce projet de crŽer une plate-forme Ôles jeunes et lÕalcoolÕ en CommunautŽ fran•aise parce que la consommation dÕalcool commence bien avant lÕuniversitŽ. Il y a une sŽrie de stratŽgies commerciales qui tendent ˆ normaliser cette consommation des tr•s jeunes notamment avec des alcools prŽsentŽs comme des limonades. Nous pensons quÕen multi-partenariat, il faudrait pouvoir crŽer un p™le de rŽfŽrence sur les jeunes et lÕalcool qui servirait notamment de groupe de pression pour dŽnoncer ces stratŽgies mais aussi plus positivement pour dŽvelopper des actions de prŽvention. Voilˆ un peu les dossiers sur lesquels nous travaillons...

Propos recueillis par Sylvie Bourguignon

responsables, et une plus restreinte dÕune seule journŽe pour les stadiers. Parmi les objectifs des formations : comprendre la mission et le r™le, accueillir le public, poser un bon diagnostic dÕune situation en se basant sur lÕobservation, apprendre ˆ dŽcouvrir ses propres ressources pour gŽrer les difficultŽs sur le terrain ou gŽrer une Žquipe quand on est responsable. La formule choisie est une formule participative : jeux de r™le et mises en situations basŽs sur des scŽnarios Ôprobables Õ. A la Þn du jeu, le debrieÞng permet dÕanalyser ce qui a ŽtŽ vŽcu, les mani•res de rŽagir de chaque participant, les techniques dÕintervention et de communication. Ce qui permet ˆ chacun de situer ses propres rŽactions.

Outre les jeux de r™le, la formation est divisŽe en diffŽrents ateliers Ôaccueil Õ, Ôvigilance Õ, Ôrelance Õ et ÔhŽbergement Õ. Tous les stadiers y participent. Au cours de lÕatelier ÔCroix-Rouge Õ par exemple, les stadiers apprennent ˆ faire un appel efficace aux secours ou ˆ sŽcuriser les lieux. Toute cette prŽparation permet Žgalement de nouer des liens Žtroits et de crŽer une solidaritŽ entre les divers partenaires. Cette formation est aussi lÕoccasion de voir comment le quartier gŽnŽral fonctionne. Ce QG se situe au lycŽe Martin V au m•me endroit que ceux de la Croix-Rouge, de la police, des pompiers, du Centre sportif Žtudiants (CSE). Le jour ÔJ Õ, trois permanents sont ˆ lÕŽcoute des conversations par talkie-walkie entre les stadiers et leurs responsables et nÕinterviennent quÕˆ la demande de ces derniers. Trois fois au long de la nuit, les forces de police rŽunissent les responsables des diffŽrents QG pour un grand brieÞng. La circulation des informations et la coordination sont ainsi assurŽes.

Des 24 heures 'en santé'

Les organisateurs ont voulu recentrer les 24 h sur lÕaspect sportif, culturel et humanitaire mais aussi de mani•re moins apparente sur lÕaspect Ôsant Õ. On le sait, le cocktail alcool-fatigue augmente les risques dÕaccidents pendant et apr•s la f•te. Si dans les annŽes 90, parler Ôsant Õ aux jeunes guindailleurs paraissait bien difficile, la rŽflexion qui a menŽ aux nouvelles 24 h a permis de travailler la thŽmatique. Cette refonte donnait lÕoccasion de conscientiser les jeunes sur la possibilitŽ de faire la f•te sans se mettre en danger.

Le groupe porteur et les Žtudiants ont travaillŽ ˆ lÕŽlaboration de stratŽgies de prŽvention des risques au travers des campagnes Ôvas-y molloÕ et Ôf•te •a bienÕ relayŽes par les stadiers et lÕensemble des organisateurs Žtudiants. La possibilitŽ de faire un tour dans la Ôvoiture- tonneauÕ et les messages ÔBobÕ ont Žgalement contribuŽ ˆ la diffusion dÕun message de prŽvention en mati•re de sŽcuritŽ routi•re. Pour dŽcourager la consommation excessive dÕalcool, les organisateurs ont choisi de promouvoir les boissons non-alcoolisŽes en distribuant de lÕeau gratuitement et des sodas ˆ prix coštant dans les tentes stadiers. Des accords avec les Žtudiants ont Žgalement permis que les boissons non-alcoolisŽes soient toujours vendues moins cher que les alcoolisŽes. Une ordonnance de police interdit par ailleurs la vente des boissons ˆ plus de 22¡ et des Ôcocktails surprises Õ dont on ne peut vŽriÞer la teneur. Elle rŽgit aussi le nombre de dŽbits de boissons.

Mais plus quÕun coup, les actions Ôen santŽ Õ sont appelŽes ˆ se dŽvelopper.

Evaluation

Apr•s chaque Ždition, lÕŽvaluation offre la possibilitŽ de discuter de lÕopŽration, et de penser ˆ la suivante. La sŽlection des stadiers, la formation, le nombre et la rŽpartition des stadiers, les tranches horaires ainsi que ce qui sÕest passŽ sur le terrain sont passŽs au peigne Þn.

Pour les autoritŽs de lÕUCL, lÕopŽration est positive et utile. Cette action conditionne la survie de la manifestation et la revalorise, il est donc impensable de la supprimer malgrŽ son cožt (lÕUCL a dŽbloquŽ 21.000 pour couvrir la rŽmunŽration des stadiers, le cožt de leur formation et celui de la phonie).

De son c™tŽ, la Croix-Rouge constate que le nombre dÕinterventions a diminuŽ de moitiŽ depuis la refonte de lÕŽvŽnement. De plus, elle souligne que les appels des stadiers permettent des interventions rapides.

DÕune mani•re gŽnŽrale, lÕensemble des intervenants sont satisfaits de lÕopŽration. Ce qui nÕempe•che pas quÕelle doive toujours faire lÕobjet dÕune remise en question et Žvoluer au Þl des ans.

Ce qui fait le succ•s de cette opŽration tient plusieurs facteurs : au fait que le Centre sportif Žtudiant ait compl•tement intŽgrŽ lÕopŽration dans son projet dÕanimation (les stadiers ne sont pas per•us comme des personnes qui nÕont rien ˆ voir avec la f•te), la collaboration des diffŽrents mouvements Žtudiants, des autoritŽs de lÕUCL, des forces de lÕordre, du Service dÕaide de lÕuniversitŽ et de lÕasbl Univers SantŽ ont Žgalement largement contribuŽ ˆ la rŽussite en donnant lŽgitimitŽ, moyens et cohŽrence ˆ lÕinitiative. La sŽlection et la formation de stadiers-Žtudiants se rŽv•lent Žgalement •tre un bon moyen pour approcher ce public dont ils sont si proches.

LÕopŽration semble bien remplir la mission difficile qui lui Žtait ÞxŽe. Apr•s 4 nouvelles Žditions avec les stadiers, les 24 h ont retrouvŽ un visage humain. Que la f•te continue !

Sylvie Bourguignon

Univers SantŽ, place GalilŽe 6, 1348 Louvain-la-Neuve. TŽl.: 010-47 28 28. Fax : 010-47 26 00. Courriel : univers-sante@univers-sante.ucl.ac.be

'La vie devant nous'

Une publication destinée aux invalides : évaluation concluante

Les nouveaux invalides reprŽsentent, parmi les affiliŽs des mutualitŽs, un public fragilisŽ. La MutualitŽ chrŽtienne a le souci dÕamŽliorer lÕinformation de ce public prioritaire, et ce dans les premiers mois du passage ˆ ce nouveau statut souvent mal vŽcu.

LancŽ en 1999, un outil dÕinformation spŽciÞque de ce public, le trimestriel intitulŽ [1] a fait lÕobjet dÕune Žvaluation aprŽs deux ans de diffusion.

Bref rappel

Nous avons Žvoquž ici ce projet lors de son dŽmarrage voici pr•s de trois ans

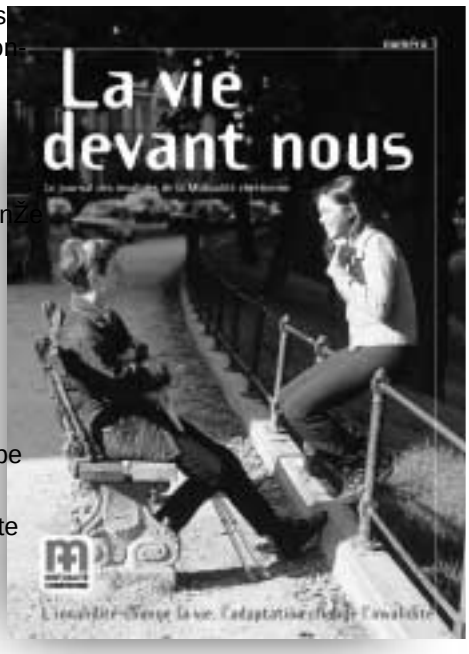
Cette publication vise plusieurs objectifs :
- tŽmoigner concr•tement de lÕintŽr•t que la MutualitŽ chrŽtienne porte ˆ ses nouveaux invalides ;
- donner aux nouveaux invalides une

[1] Bernadette Taeymans, 'La vie devant nous', Education Santé n° 144, décembre 1999

information compl•te, claire et prŽcise concernant leur statut, leurs droits, leurs revenus, les possibilitŽs de rŽadaptation professionnelle...
- leur fournir des informations utiles sur leur santŽ en fonction de leurs pathologies ;
- leur apporter un soutien Ç moral È durant une pŽriode difficile ˆ vivre ;
- leur permettre de se resituer dans la vie sociale et leur proposer des lieux de participation et dÕengagement, notamment dans les mouvements proches de la MutualitŽ chrŽtienne.

Nous avons choisi un dŽcoupage de lÕinformation inspirŽ du Journal de votre enfant de la Ligue des familles. En clair, il y a au total quatre numŽros de La vie devant nous, contenant des informations pratiques, lŽgales, administratives sur lÕinvaliditŽ, complŽtŽes de tŽmoignages dÕinvalides et dÕinterviews de professionnels en contact avec eux.

Qui re•oit la publication ? Les affiliŽs ˆ partir du dixi•me mois dÕincapacitŽ primaire et pendant la premi•re annŽe dÕinvaliditŽ. Cela reprŽsente chaque annŽe environ 2500 ˆ 3000 personnes pour la MutualitŽ chrŽtienne en CommunautŽ fran•aise de Belgique.



Qu'en pensent les lecteurs ?

Le test dÕun numŽro zŽro nous avait renforcŽs dans notre conviction que ce type de publication rŽpond ˆ un besoin.

Nous avons eu lÕoccasion de vŽriÞer cette hypoth•se.

LÕŽvaluation du projet a eu lieu en deux temps : dÕabord envoi postal dÕun

[suite p. 6]

Un témoignage

JÕai apprŽciŽ votre article sur la dŽpression. Beaucoup de gens, sÕils veulent comprendre, devraient le lire. Suite ˆ des difficultŽs personnelles nombreuses (maladies incurables de proches morts depuis, de suicides dÕamis chers, de difficultŽs professionnelles diverses), apr•s avoir luttŽ, supportŽ, tenu bon pendant quatre ans, jÕai senti que le monde sÕŽcroulait sous moi. Maintenant, je ne me sens plus capable de reprendre des relations amicales Ç comme avant È et encore moins mon travail dans le paramŽdical.

Les relations amicales antŽrieures ont fui comme si jÕŽtais un pestifŽrŽ... Je nÕy ai trouvŽ que des Ç conseils moraux È (bouge-toi, fais ceci, ne te laisse pas aller, etc.) : quand vous nÕattendez plus rien de la vie, cela nÕa aucun effet positif sinon que jÕŽtais plus moche apr•s leur passage quÕavant! Jamais aucun Ç ami È ne mÕa laissŽ parler librement, trop enclin ˆ Ç me trouver une solution È ou ce quÕil estimait en •tre une... La solitude est venue avec des bottes de sept lieues!

Grand lecteur avant ma dŽpression, mon manque de concentration ne me permet pas certains jours de suivre quatre lignes dÕaffilŽe m•me dÕun Ç b•te bouquin È : je dois relire trois, quatre, voire cinq fois le m•me passage. Tout le charme est rompu!

Et le reste est du m•me tonneau : un manque de plaisir total (en termes psy : lÕanhŽdonie).

Au dŽbut de ma dŽpression, je prenais un verre pour me sentir mieux, rapidement jÕai pris des verres pour mÕŽtourdir, pour quitter ce monde absurde o• je vivais et dont je ne comprenais plus rien...

A 50 ans, en arriver lˆ! Qui peut comprendre ce que lÕon ressent comme douleurs, comme souffrances, comme impuissance aussi dÕautant que jÕai toujours exercŽ une carrire fort indŽpendante et sujette ˆ responsabilitŽ accompagnŽe dÕhoraires pas toujours ˆ la carte, loin de lˆ, avec de nombreux sŽminaires pour Ç•tre dans le coup È au sein de mes diffŽrentes fonctions...

JÕai eu la chance de trouver un mŽdecin qui a pu mÕŽcouter, chercher avec moi les mŽdicaments qui semblaient les plus efficaces dans mon cas, et aussi un psychothŽrapeute attentif mais insuffisamment lˆ (prŽparation dÕun doctorat, voyages, colloques, etc.).

Quand vous en •tes lˆ, on pense souvent au suicide, dÕune mani•re ou dÕune autre, on nÕa plus tellement dÕespoir, Žtant le plus souvent considŽrŽ comme un proÞteur, un tire-au-ßanc, avec des remarques du genre : Ç Eh bien, cÕest la pleine forme, je vois... È, Ç Secoue-toi un peu mon vieux! È, Ç Retravaille, tu verras, •a va aller... È

Quand on aligne des chiffres toute une journŽe, quÕon rŽpare des moteurs, quÕon sÕoccupe de son petit mŽnage ou de ses prochaines vacances au soleil, lÕautre doit Ç bien aller È... Quand on travaille soi-m•me avec des gens ˆ Ç probl•mes È, cÕest une toute autre paire de manches. Comment comprendraient-ils mes difficultŽs ˆ me lever le matin apr•s une nuit blanche suivant une autre nuit blanche...

Et ce combat Žpuisant que lÕon m•ne, jour apr•s jour, heure apr•s heure : pour sortir de son lit, prendre en charge les t‰ches mŽnag•res du moment, essayer de trouver les mots que lÕon cherche en vain et qui ne viennent plus ˆ lÕesprit ; pour Žviter des fautes dÕorthographe en rŽdigeant parce quÕon ne ma”trise plus lÕorthographe quÕau prix de gros efforts... Et ce tas de petites choses qui semblent vous Žchapper, vous faire la nique, vous empoisonner la vie...

Et cet inŽvitable et terriÞant Ç Pourtant tu as bonne mine È que vos connaissances vous servent ˆ chaque fois. Mais quelle mine, celle de se sentir dŽcomposŽ, dÕavoir perdu le gožt des choses, de la vie m•me... DÕessayer de survivre ? Au prix dÕefforts dont personne ne se doute.

Pourtant, cela peut arriver ˆ tout le monde, m•me au mŽdecin conseil de la mutuelle qui prodigue de si bons conseils lors de ses consultations. Cela on ne devrait jamais le perdre de vue : les Ç clashs È nÕarrivent pas quÕaux autres, nous sommes tous des Ç clashŽs È en puissance. Un peu dÕattention, de comprŽhension seraient le plus grand des rŽconforts que nous puissions trouver chez nos contemporains. Il faudrait que beaucoup de personnes relisent le beau livre dÕAlbert Cohen, Vous fr•res humains, surtout le dernier paragraphe de ce livre. Cela ferait le plus grand bien ˆ lÕhumanitŽ tout enti•re!

CÕest pour tout cela que jÕai tenu ˆ rŽpondre ˆ votre article, concis, prŽcis mais parfois un peu trop Ç encourageant È.

Nom et adresse de lÕauteur connus de la rŽdaction

questionnaire Žcrit auto-administrŽ, ensuite enqu•te par tŽlŽphone, vu le faible taux de rŽponse ˆ la premi•re enqu•te.

Pour lÕenqu•te par courrier, le questionnaire a ŽtŽ envoyŽ aux invalides ayant re•u les 4 revues, deux mois apr•s lÕenvoi du quatri•me numŽro.
Les rŽsultats de 76 questionnaires ont ŽtŽ traitŽs. Le taux de rŽponse : 76/582 soit 13 %, est assez faible.

Pour lÕenqu•te par tŽlŽphone, sur base dÕun listing des 533 personnes ayant re•u le quatri•me numŽro lors dÕun autre trimestre, le centre dÕappel de la MutualitŽ chrŽtienne a recherchŽ les numŽros de tŽlŽphone et contactŽ les personnes. Au total, 87 personnes ont rŽpondu ˆ lÕenqu•te. Sur ces 87 personnes, 5 personnes concernŽes Žtaient absentes mais la famille a rŽpondu aux questions.

Résultats

Les rŽsultats complets de ces deux dŽmarches dÕŽvaluation gŽrŽes par Bernadette Taeymans sont disponibles ˆ Infor SantŽ.

Il nÕest pas facile dÕobtenir des rŽponses de la part de ce public. En sÕy reprenant ˆ deux fois, on obtient quand m•me 163 rŽpondants.

Le taux de rŽponse ˆ la question ÔAvez-vous re•u les 4 numŽros ?Õ est dÕenviron 70 %, ce qui peut sembler un peu faible. Plusieurs explications sont possibles : le nº1 est thŽoriquement remis en mains propres lors dÕun contact personnalisŽ avec lÕaffiliŽ, alors que les trois suivants sont envoyŽs par la poste, les envois sÕŽtalent sur un an (risque dÕoubli probablement plus fort pour ce type de public), nous ne ma”trisons pas la fiabilitŽ des donnŽes fournies sur Žtiquettes.

LÕinitiative de la MutualitŽ chrŽtienne est jugŽe importante (89 %) et est fort apprŽciŽe (91 %).

Les rŽpondants ont lu tout ou partie des documents (88 %), et six personnes sur dix ont conservŽ la publication.

La vie devant nous est jugŽe intŽressante (83 %), comprŽhensible (80 %), facile ˆ lire (86 %), utile (78 %), compl•te (76 %) et attrayante (80 %). La publication mŽrite dÕ•tre prolongŽe (88,5 %).

La revue a aidŽ un quart des invalides ˆ prendre contact avec un service ou mouvement de la mutualitŽ (surtout le Service social), beaucoup moins avec un organisme extŽrieur ˆ la mutualitŽ (5,5 %).

Les gens derrière le statut

Le plus impressionnant quand on se livre ˆ une enqu•te de ce type, ce nÕest pas seulement dÕavoir le sentiment que le public visŽ a apprŽciŽ et compris la dŽmarche ; cÕest surtout lÕidŽe dÕavoir pu, ne fžt-ce quÕun instant, briser la solitude, soulager la souffrance des gens qui gal•rent, sur le plan financier bien sžr, mais qui sont aussi dans un grand dŽsarroi moral. Les nombreux tŽmoignages, Žcrits souvent dans un fran•ais aussi approximatif que touchant, nous encouragent ˆ continuer ˆ leur tŽmoigner une forme de solidaritŽ, m•me symbolique, m•me limitŽe.

Christian De Bock, Infor SantŽ ANMC

Pour tout renseignement :
Infor SantŽ - ANMC, chaussŽe de Haecht 579 bo”te postale 40, 1031 Bruxelles.
Courriel : infor.sante@mc.be

Profil des répondants

Sexe	%
Homme	51
Femme	49

Age	%
Moins de 25 ans	0
De 26 ˆ 35 ans	13,5
De 36 ˆ 45 ans	27
De 46 ˆ 55 ans	34
Plus de 55 ans	24
Pas de rŽponse	1,5

Somnifères et calmants

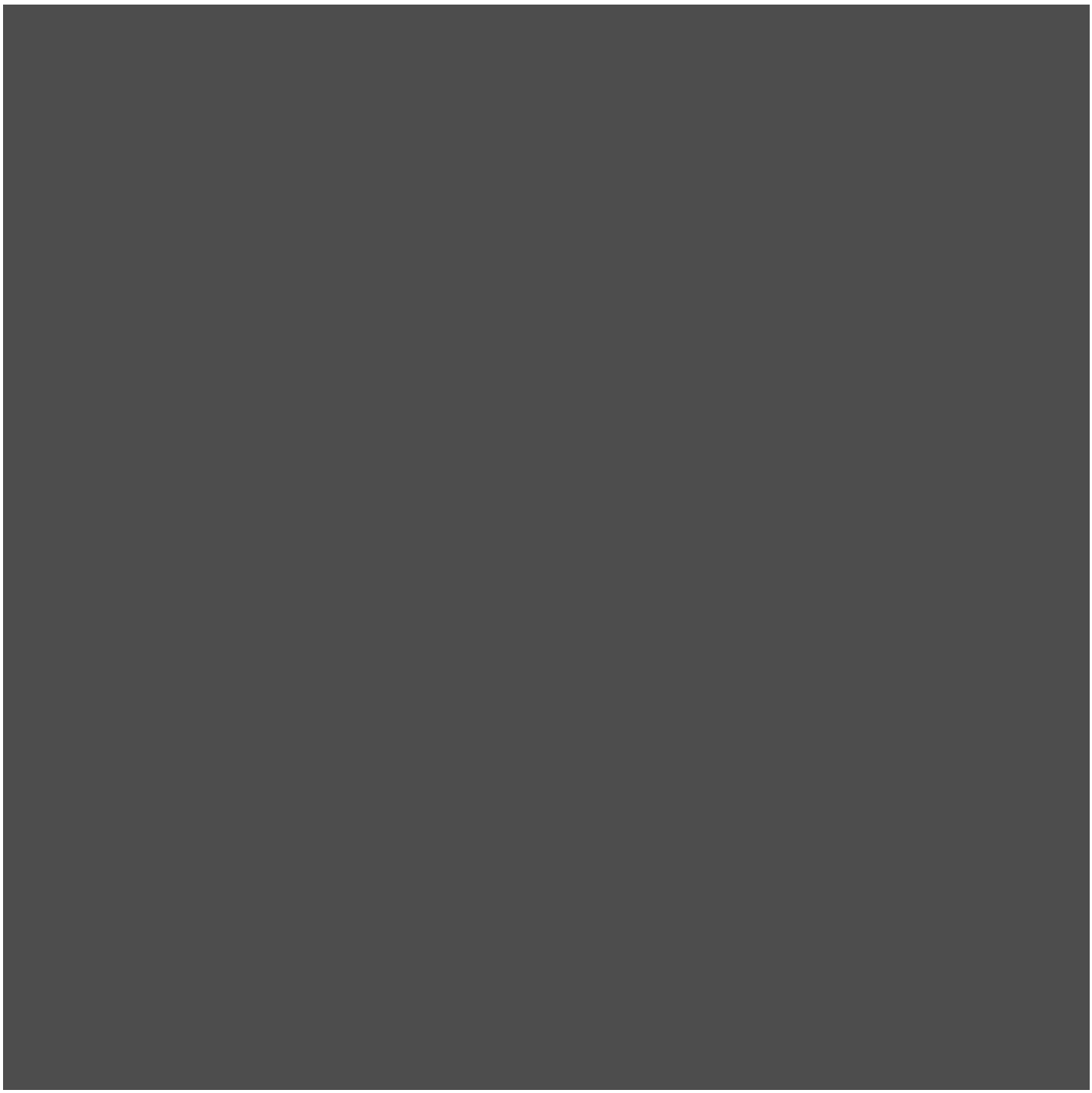
Les plus de 65 ans et les femmes jeunes consomment trop de tranquillisants et somnif•res. Sur lÕinitiative du Ministre fŽdŽral de la SantŽ publique, Jef Tavernier, une campagne de communication mŽdiatique sur ce probl•me est en cours dans notre pays.

SÕappuyant sur un avis du Conseil supŽrieur dÕhygi•ne, cette campagne sÕinscrit dans le cadre de la politique du gouvernement en mati•re de drogues.

Assez radicale, lÕapproche part du principe que beaucoup de personnes trouvent dans ces produits une solution simple ˆ leurs probl•mes. Les risques de dŽpendance ˆ ces mŽdicaments sont bien rŽels et peuvent appara”tre tr•s rapidement, apr•s quelques jours dÕutilisation. Pour de nombreux patients, la consommation de somnif•res et calmants devient alors elle-m•me un probl•me plut™t quÕune solution.

La campagne vise ˆ sensibiliser tant le grand public que les professionnels. Elle porte sur trois axes : sensibilisation ˆ travers les mŽdias, informations vulgarisŽes plus prŽcises via des dŽpliants disponibles aupr•s des gŽnŽralistes, des h™pitaux et des pharmaciens (notamment), informations dŽtaillŽes pour les prescripteurs sur les produits concernŽs, sur leurs indications dans le traitement de lÕinsomnie et de lÕanxiŽtŽ, sur lÕarr•t progressif des benzodiazŽpines et sur les traitements alternatifs possibles.

Cette campagne aura-t-elle un effet sur le comportement des mŽdecins et de leurs patients ? Son ton quelque peu comminatoire (Ôdemandez de lÕaideÕ, ÔnÕen faites pas une habitudeÕ) et le peu de rŽflexion quant aux raisons profondes du recours aux anxiolytiques et ˆ la construction dÕalternatives valables et acceptables nous laissent sur notre faim.

Une chose est certaine : on ne pourra pas faire le reproche au ministre dÕ•tre motivŽ par des Žconomies ˆ rŽaliser dans le secteur du mŽdicament, vu que ces produits sur prescription ne sont pas remboursŽs en Belgique...

Site web : www.health.fgov.be/benzo