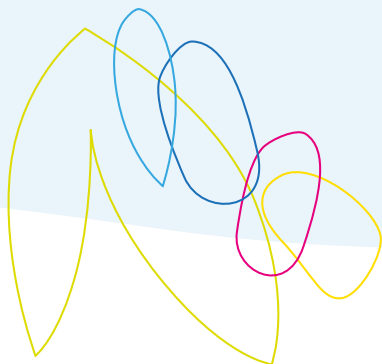


FOCUS
INFORMATION POUR LES PROFESSIONNEL·LES
Update décembre 2024

Santé mentale : offre de soutien et d'accompagnement en Région bruxelloise





Ce focus s'adresse aux professionnel·les de la santé et du social bruxellois qui accompagnent des personnes ayant des **troubles psychologiques ou des pathologies mentales**.

Il vise à fournir une **information objective et concrète sur les aides et remboursements existants à Bruxelles**. Il doit permettre aux professionnel·les de trouver l'information pratique dont ils et elles ont besoin pour accompagner les personnes et leur entourage.

Dans les pages qui suivent, nous vous présentons un éventail des dispositifs existants dans le domaine de la santé mentale, sans préjuger de l'opportunité d'utiliser ces dispositifs ou pas, en fonction des attentes et des besoins de chaque personne dans sa situation spécifique.

Il est important de comprendre que tous les dispositifs présentés ne sont pas forcément adaptés à chaque situation. Une mise au point et une bonne orientation constituent une étape-clé dans la bonne utilisation des ressources existantes et augurent souvent de leur efficacité.



Ce Focus s'inspire largement de [l'infographie](#) produite par la Plateforme Bruxelloise pour la Santé Mentale (en 2022) et il vient le compléter avec des informations plus détaillées et des ajouts.

Ce Focus est associé à un répertoire des ressources en santé mentale. Il est disponible [ici](#).

Vous trouverez également des informations sur l'accessibilité financière aux soins de santé dans le Focus dédié [ici](#).

Si vous constatez des erreurs ou des manques, vous pouvez nous le faire savoir à l'adresse mail du [Helpdesk](#). Le Focus est mis à jour de manière régulière en tenant compte des évolutions du secteur et des retours des lecteur·rices.

Si vous êtes un·e professionnel·le de la santé et du social et que vous cherchez une information pratique sur l'offre d'aide et de soins bruxelloise ou une aide dans l'orientation, le Helpdesk de Brusano est accessible tous les jours ouvrables de 9 à 17h pour vous répondre et/ou vous aiguiller vers des solutions existantes :
02 880 29 80 – helpdesk@brusano.brussels



TABLE DES MATIÈRES



1. INTRODUCTION		p 6
2. TRAVAIL MULTIDISCIPLINAIRE : QUE FONT-ILS ET ELLES ?		p 7
MÉDECIN GÉNÉRALISTE		p 7
PSYCHOLOGUE		p 7
PSYCHIATRE		p 7
PSYCHOTHÉRAPEUTE		p 7
ASSISTANT·E SOCIAL·E EN SANTÉ MENTALE		p 7
ORTHOPÉDAGOGUE		p 8
INFIRMIER·ÈRE SPÉCIALISÉ·E EN PSYCHIATRIE ET SANTÉ MENTALE		p 8
INFIRMIER·ÈRE SPÉCIALISÉ·E EN SANTÉ COMMUNAUTAIRE		p 8
3. EN DÉTAILS		p 9
AIDER LA PERSONNE À RENOUER DES LIENS	p 9	Les équipes mobiles longue durée (fonction 2b) Équipes mobiles spécialisées Soins psychologiques de première ligne à domicile
Structures d'accueil de jour		
Lieux de liens		
Structures d'accueil de jour pour jeunes		
Centres d'accueil pour personnes âgées		
AIDER LA PERSONNE À TROUVER DE L'ENTRAIDE ET DE LA SOLIDARITÉ	p 12	ACCOMPAGNER LA PERSONNE DANS LE DÉVELOPPEMENT D'UN PROJET DE RÉHABILITATION PSYCHO-SOCIAL p 24
Orientation et soutien téléphoniques		Dispositifs spécialisés en santé mentale
Associations d'usager·ères et/ou de proches		Dispositif non spécialisé dans le cadre d'une réinsertion professionnelle
Groupes de parole		Centre de Rééducation Psycho-Sociale (CRPS)
AIDER LA PERSONNE À ÊTRE ACCOMPAGNÉE EN INDIVIDUEL DANS L'AMBULATOIRE	p 16	HÉBERGER LA PERSONNE p 26
Services de santé mentale		Maisons de Soins Psychiatriques
Maisons médicales		Initiatives d'habitation protégée pour adultes
Centres de planning familial		Communautés thérapeutiques
Soins psychologiques de première ligne		Hôpitaux psychiatriques/ services
Psychologues indépendant·es		psychiatriques en hôpital général
AIDER LA PERSONNE À ÊTRE SUIVIE À DOMICILE	p 22	FAIRE FACE À L'URGENCE OU À LA CRISE p 30
Équipes mobiles de crise		Réagir en cas d'urgence
		Réagir en cas de crise
		Les urgences psychiatriques
		Équipes mobiles de crise
4. POUR ALLER PLUS LOIN		p 35
AIDE AUX PROFESSIONNEL·LES		p 35
RESSOURCES DE SOUTIEN POUR LES FAMILLES		p 39
LES MESURES DE PROTECTION JUDICIAIRE		p 40

1. INTRODUCTION

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 et les études scientifiques, il est préférable d'accompagner autant que possible les problèmes de santé mentale en ambulatoire tout en maintenant les personnes dans leur tissu social. C'est pourquoi le recours à des soins spécialisés devrait être réservé aux situations les plus complexes et l'hospitalisation aux situations de crise et aux situations les plus sévères. Un grand nombre de problèmes peuvent être suivis par des prestataires et des services généralistes.

Les réformes des soins de santé mentale (psy 107 et remboursement des soins psychologiques de première ligne) ont été conçues dans cette logique. Encore faut-il répondre à un besoin de clarté quant aux ressources d'aide et de remboursements des soins de santé mentale disponibles en Belgique et en particulier en région bruxelloise.

Le modèle du «stepped care» (ou soins échelonnés) est un modèle d'organisation des soins de santé mentale qui préconise une orientation des personnes dans le système social-santé selon la sévérité de leurs besoins.

Les personnes ayant des besoins peu sévères sont prioritairement orientées vers de l'aide et des soins généralistes, en première ligne, alors que les personnes ayant des besoins sévères et complexes accèdent aux services les plus spécialisés. Pour être fonctionnel, le stepped care implique des dispositifs d'orientation des personnes vers le type de ressources qui répondraient le mieux aux besoins identifiés.

Actuellement, le système belge est fort éloigné de ce modèle idéal. En effet, diverses études montrent que l'on recourt souvent, trop vite et trop longtemps, à l'hospitalisation en psychiatrie pour des problèmes qui ne le nécessitent pas et que l'on envoie vers des acteurs du secteur spécialisé des situations qui ne le nécessitent pas.

La structure de ce Focus suit cette logique en partant de ressources communautaires et ancrées dans le quartier pour aller vers des équipes et services très spécialisés, intervenant dans des situations d'urgence ou de crise.

2. TRAVAIL MULTIDISCIPLINAIRE : QUE FONT-ILS ET ELLES ?

MÉDECIN GÉNÉRALISTE

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

Pour trouver un médecin généraliste proche du domicile de la personne :

1710 (Numéro Vert)

Site de la FAMGB (FR-NL)

Fédération des associations de médecins généralistes de Bruxelles

Site du BHAK (NL)

Brusselse Huisartsenkring

Outre le-la médecin généraliste, le réseau de soin et social (pharmacien-ne, assistant-e social-e, éducateur-riche, infirmier-ère, coordinations sociales...) peut également assurer l'orientation de la personne selon ses besoins et ses demandes vers diverses structures de soins ou communautaires. L'aidant-e proche/la famille/le réseau d'aide a également une place importante et des ressources existent pour le soutenir (cf. « Pour Aller Plus Loin »).

PSYCHOLOGUE

En Belgique, le-la psychologue est un-e professionnel-le ayant suivi un master en psychologie (5 ans) et est affilié-e 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 de la personne, ils-elles peuvent travailler en collaboration avec le-la médecin généraliste, le-la psychiatre ainsi que d'autres professionnel-les.

PSYCHIATRE

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

PSYCHOTHÉRAPEUTE

Le-la psychothérapeute est un-e professionnel-le (médecin/psychiatre, psychologue clinicien-ne ou orthopédagogue clinicien-ne) ayant suivi une formation supplémentaire en psychothérapie. Il existe différentes spécialisations en psychothérapie disponibles pour ces professionnel-les. Le-la psychothérapeute offre un suivi thérapeutique en fonction de sa spécialisation.

ASSISTANT-E SOCIAL-E EN SANTÉ MENTALE

Aider et soutenir les personnes dans leurs démarches d'autonomisation et d'insertion sociale sont les missions principales d'un-e assistant-e social-e.

Celles et ceux qui travaillent dans le secteur de la santé mentale peuvent se retrouver en hôpital psychiatrique ou général, en habitation protégée, en maison de soins psychiatriques ou en service de santé mentale. Lorsque ces professionnel·les travaillent dans le secteur des soins, ils-elles travaillent dans l'équipe pluridisciplinaire.

ORTHOPÉDAGOGUE

Les orthopédagogues clinicien·nes ont pour mission la prévention, le dépistage, le diagnostic psychopédagogique et l'intervention auprès de personnes présentant des problèmes éducatifs, comportementaux, de développement ou d'apprentissage.

INFIRMIER·ÈRE SPÉCIALISÉ·E EN PSYCHIATRIE ET SANTÉ MENTALE

L'infirmier·ère spécialisé·e en psychiatrie et santé mentale travaille avec une équipe multidisciplinaire pour soutenir la personne et viser son autonomie maximale. Il-elle a diverses missions et est un « relais » entre la personne, sa famille et le corps médical.

INFIRMIER·ÈRE SPÉCIALISÉ·E EN SANTÉ COMMUNAUTAIRE

L'infirmier·ère en santé communautaire a pour mission de promouvoir la santé, prévenir des maladies et diminuer les inégalités sociales liées à la santé. Il-elle travaille principalement avec des groupes de personnes ayant des

caractéristiques communes et des besoins spécifiques en santé. Après avoir posé un diagnostic communautaire, il-elle élabore des interventions adaptées, qu'elles soient préventives, curatives ou de réadaptation. Il-elle réalise également des entretiens individuels afin d'accompagner la personne sur le plan psychosocial ou administratif.

3. EN DÉTAILS

AIDER LA PERSONNE À RENOUER DES LIENS

Structures d'accueil de jour

Voir dans le répertoire : catégorie 2, p.5

Infos générales

Les initiatives d'accueil de jour (centres de jour ou hôpitaux de jour) proposent un projet thérapeutique visant **la réadaptation et la réinsertion sociale** par un programme personnalisé d'activités comme des groupe de paroles, des ateliers artistiques, des ateliers pratiques, de l'ergothérapie, des activités physiques, des ateliers d'expression etc.). Ces structures proposent également une prise en charge psycho-thérapeutique par des entretiens individuels.

Les personnes sont encadrées une à plusieurs journées par semaine.

Conditions d'accès

Ce type de structure s'adresse soit à des personnes souffrant d'un trouble psychique stabilisé, soit à des personnes personnes usagères de drogues inscrites dans un processus vers l'abstinence.

En général, une procédure de candidature se fait en plusieurs étapes :

- La personne adresse sa demande soit via une permanence téléphonique soit par mail. Certains documents (p.ex. un rapport médical) peuvent être demandés.
- S'en suivent un ou plusieurs entretiens de candidature qui permettent d'évaluer si le programme du centre est adapté aux besoins et aux demandes de la personne.

- Si la personne est acceptée, il y a souvent un accord sur le nombre de jours par semaine où elle fréquentera le centre. Parfois, des semaines d'essai permettent de décider de la pertinence de ce projet.

Coût(s)

Des frais de prise en charge sont demandés et peuvent évoluer en fonction de la réalité sociale. Le forfait mensuel comprend la prise en charge pluridisciplinaire, la présence en atelier et parfois le repas du midi. Une caution d'un mois, qui sera restituée en fin de séjour, peut être demandée.

Les journées de présence peuvent être facturées à la mutuelle.

Lieux de liens

Voir dans le répertoire : catégorie 3, p.7

Infos générales

Par leur ancrage dans un quartier et dans un réseau, ces initiatives permettent de lutter contre la solitude, de favoriser l'inclusion sociale ainsi que l'entraide entre pairs. Certains se définissent comme lieu de liens, d'autres se définissent par des intitulés différents, voire ne se définissent tout simplement pas.



Vers le
répertoire



Aucun consensus de définition n'existe à l'heure actuelle, libre à chacun de ces lieux de conserver une identité qui lui est propre.

Pour autant, il existe bien des points communs à ces lieux : **faire lien et favoriser l'inclusion**. Ces lieux sont soutenus par différentes sources de financements publics. Les lieux de liens sont des lieux où l'on est libre d'aller et venir dans la tranche horaire d'ouverture. Des activités sont proposées mais ne sont jamais obligatoires. On peut se rendre dans un lieu de lien pour boire un café, participer aux activités ou pour sociabiliser. Ils peuvent être des lieux d'accroche pour adresser des demandes de redirection dans le réseau administratif, d'aide ou de soins.

Conditions d'accès

L'accès est généralement inconditionnel, avec ou sans rendez-vous, à toute personne dans le besoin. Une réunion d'information peut être organisée lorsqu'il y a une demande. Aucune condition n'est nécessaire et aucune procédure d'admission n'est prévue. Un respect des valeurs du lieu et/ou des participant-es est demandé. La signature d'une charte peut parfois être réalisée.

Coût(s)

Le service est souvent gratuit. Une participation peut être demandée pour le matériel de certaines activités. Certains lieux fonctionnent avec une cotisation annuelle.

Structures d'accueil de jour pour jeunes

Voir dans le répertoire : catégorie 4, p.9

Parhémie (3-18 ans)

Infos générales

Paragraphe revu : Parhémie est un hôpital pédopsychiatrique qui accueille 34 enfants et adolescent-es et qui dispose également de lits de revalidation.

Au centre de jour sont organisés :

- Des ateliers hebdomadaires
- Un accompagnement au quotidien
- L'école Escale
- Une collaboration avec l'entourage de l'enfant

Conditions d'accès

- Un avis d'orientation à Parhémie doit être établi par un-e pédopsychiatre extérieur-e à Parhémie et libeller le diagnostic psychiatrique. Ce document doit être rédigé avant la période d'essai.
- Cotisation mutuelle en ordre.

Coût(s)

Intervention de la mutuelle, la quote-part personnelle reste à charge des parents.

En pratique

Le centre de jour est ouvert du lundi au vendredi, sur les deux sites :

- À Woluwe-Saint-Lambert pour l'unité de la petite enfance
- À Uccle :
 - › Pour l'unité de la moyenne enfance
 - › Pour l'unité des adolescent-es

Le Thipi d'Area + (12-20 ans)

Infos générales

Hôpital de jour pour adolescent-es qui conjugue une prise en charge psychiatrique avec un dispositif scolaire.

Ce lieu de vie, de soins et d'apprentissages accueille en journée une vingtaine de jeunes. Ce dispositif s'adresse à des jeunes souffrant de difficultés psychiques (états dépressifs, crises existentielles, problèmes alimentaires, troubles anxieux, phobies scolaires, manifestations psychotiques ...) qui rendent difficiles l'intégration sociale et la poursuite de la fréquentation scolaire.

Le Thipi a comme finalité de favoriser, pour un-e jeune et sa famille, une traversée de la crise et une réinsertion relationnelle, scolaire et sociale. Il s'agit donc de :

- permettre à chaque adolescent-e de déployer ses potentialités et de trouver des points d'appui pour poursuivre son chemin ;
- soutenir une inscription scolaire, tant au sens symbolique que concret, selon des modalités compatibles avec chacun-e ;
- proposer une alternative ou un complément aux hospitalisations à temps plein.

La prise en charge proposée dure généralement quelques mois et combine le travail de dynamique institutionnelle, les entretiens individuels, familiaux et de réseau, l'école Escale (école à l'hôpital de type 5) et les ateliers.

Conditions d'accès

Un entretien d'information individuel (à prendre via le 02 430 75 04) ou une séance d'information collective (le vendredi à 11h15) sont ouverts aux jeunes, aux familles, à l'entourage et aux intervenant-es du réseau médico-socio-éducatif. Deux consultations d'admission avec le-la psychiatre sont prévues : l'une pour le-la jeune accompagné-e de sa famille ou de son institution, l'autre pour le jeune individuellement.

Coût(s)

Intervention de la mutuelle possible.



Vers le répertoire



Vers le répertoire



Centres d'accueil pour personnes âgées

Voir dans le répertoire : catégorie 5, p.10

Infos générales

Les centres d'accueil de jour permettent aux personnes âgées de bénéficier d'aides, de soins et d'animations adaptés à leur perte d'autonomie, leur état psychique et physique. Ils constituent une alternative au placement en maison de repos et permettent aux personnes âgées de rester plus longtemps à domicile. Chaque jour, les centres organisent des activités centrées sur les actes de la vie quotidienne, le maintien en forme, la créativité, ou encore des animations socio-culturelles, toujours dans le but de favoriser ou de maintenir l'autonomie des personnes.

Ces centres sont implantés au sein d'une maison de repos ou sont en liaison fonctionnelle avec un tel établissement.

Les personnes âgées sont encouragées à participer à la gestion du centre via un conseil participatif. Ce dernier est composé de personnes âgées ou de leurs représentant-es. Il émet des avis quant au fonctionnement général du centre.

Conditions d'accès

- Être âgé-e de 60 ans et +
- Vivre à domicile
- Présenter une perte d'autonomie

Coût(s)

Une participation financière à la journée ou à la demi-journée est demandée aux personnes accueillies. Elle couvre certains services et le repas de midi.

En pratique

Les centres d'accueil sont ouverts au minimum 5 jours par semaine et 6 heures par jour, entre 9h00 et 17h00. Les personnes âgées y viennent pour une ou plusieurs journées par semaine.

AIDER LA PERSONNE À TROUVER DE L'ENTRAIDE ET DE LA SOLIDARITÉ

Orientation et soutien téléphoniques

Voir dans le répertoire : catégorie 6, p.11

Infos générales

Les lignes d'écoute offrent un soutien téléphonique spécialisé sur une gamme variée de thématiques et, dans certains cas, axé sur un public spécifique. Cela inclut des problématiques comme la détresse psychologique, les pensées suicidaires, les difficultés relationnelles, le deuil, les crises familiales, les violences conjugales, la solitude ou des problèmes sociaux.



Vers le répertoire



Ces services sont conçus pour écouter activement, offrir un espace confidentiel et anonyme garantissant la protection de l'identité des appelant-es tout en apportant un soutien adapté et une redirection en fonction des besoins exprimés.

Coût(s)

L'accès à ces services est gratuit.

En pratique

Le contact se fait par téléphone ; certaines structures mettent également à disposition un chat avec leurs conseiller-ères.

Associations d'usager-ères et/ou de proches

Voir dans le répertoire : catégorie 7, p.17

Infos générales

En région bruxelloise et en Belgique, il existe un grand nombre d'associations ayant pour but de représenter et venir en aide à certain-es usager-ères du système de santé. Leurs actions peuvent prendre différentes formes : en se concentrant sur les droits des patient-es, en proposant des actions de sensibilisation sur une problématique, en proposant des groupes de parole ou des activités de soutien à un certain public, ou encore en accompagnant psychologiquement et/ou administrativement leurs publics cibles.

Ces ressources sont souvent considérées comme ne faisant pas partie du secteur de la santé mentale mais elles disposent de connaissances spécialisées et permettent de faciliter la réorientation de certains publics vers les services les plus adéquats.

Ces associations ont un impact direct et indirect sur la santé mentale de leur public cible. En fournissant du soutien émotionnel, en éduquant sur la thématique, en renforçant leurs compétences d'adaptation et en facilitant l'accès aux ressources, elles contribuent à améliorer la qualité de vie et le bien-être mental des individus et/ou des familles auxquelles elles viennent en aide.

Dans le domaine de la santé mentale et du soutien psycho-social, certaines associations œuvrent dans un champ d'action spécifique, comme l'aide aux proches de personnes en difficulté, l'accompagnement des personnes souffrant de troubles psychiques ou la représentation des usager-ères.

Conditions d'accès

Les conditions d'accès à ces associations varient en fonction du type d'association et peuvent être vérifiées en les contactant.

Coût(s)

Services et activités accessibles gratuitement ou à faible coût. Certaines mutuelles proposent le remboursement de la cotisation à une association mais cela reste une exception.



Vers le répertoire



En pratique

Il existe 2 fédérations en Belgique qui mettent à disposition une liste d'associations fédérées, permettant ainsi aux usager-ères de chercher directement un soutien en lien avec leur condition ou pathologie.

Pour trouver une association :

LUSS Bruxelles (FR)

VPP (Vlaams Patiëntenplatform) (NL)

Groupes de parole

Voir dans le répertoire : catégorie 8, p.19

Infos générales

Les groupes de parole jouent un rôle essentiel dans le soutien psychologique et social des personnes concernées par des problématiques générales ou spécifiques. Ils permettent un échange d'expérience, de conseils et de stratégies pour faire face à la problématique entre les participant-es.

Il existe des groupes de parole de toutes sortes. Ils sont généralement animés soit par des pairs, soit par un-e professionnel-le. Ils sont organisés en présentiel ou en ligne et sont soit ouverts à toute personne, soit limités aux membres. Afin de faciliter l'intégration à ces groupes, la prise de parole n'est pas obligatoire.

Conditions d'accès

Pour rejoindre un groupe, il faut avoir un lien avec la thématique et le public cible du groupe de parole. Dans certains cas, il est nécessaire d'être membre de la structure pour accéder aux groupes (par exemple les AA).

Coût(s)

Les conditions d'accès et les modalités financières peuvent varier, il est important de se renseigner directement auprès de la structure.

Pour les groupes de paroles via Psybru :



Vers le répertoire



TYPE DE SÉANCE	DURÉE, OBJET ET COÛT
<p>Suivi en séances de groupe (min. 4 participant-es)</p>	<p>Durée : 90 – 120 minutes.</p> <p>2 accompagnateur-rices par groupe dont au moins un-e psychologue/orthopédagogue conventionné-e.</p> <p>Nombre illimité de séances</p> <p>Pour plus de détails concernant l'offre en séances de groupe, consultez le site de PsyBru. https://psybru.be/fr/seances-en-groupe</p> <p>2,5€ Gratuit pour les < 24 ans</p>
<p>Les ateliers de sensibilisation (min. 10 participant-es)</p>	<p>Durée : 90 – 120 minutes.</p> <p>2 animateur-rices, dont un-e psychologue de première ligne.</p> <p>Nombre illimité de séances</p> <p>Pour plus de détails concernant l'offre disponible en ateliers de sensibilisation, consultez le site de PsyBru. https://psybru.be/fr/ateliers-de-sensibilisation</p> <p>Gratuit</p>

AIDER LA PERSONNE À ÊTRE ACCOMPAGNÉE EN INDIVIDUEL DANS L'AMBULATOIRE

Services de santé mentale

Voir dans le répertoire : catégorie 9, p.21

Infos générales

Dans les services de santé mentale (SSM), les équipes multidisciplinaires sont composées au minimum de psychiatres, psychologues et assistant-es sociaux-ales assurant le diagnostic et le traitement de problématiques psychologiques et psychiatriques, sociales et environnementales de la santé. De nombreux SSM ont également une équipe pour enfants, adolescent-es et familles. Beaucoup proposent un suivi logopédique. 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-tes sans discrimination, ni condition d'assurabilité ni restriction géographique. 28 services de santé mentale couvrent l'ensemble du territoire bruxellois.

Le travail avec interprètes est également pratiqué et la prise en charge dans la langue de la personne est favorisée lorsqu'elle est possible.

La demande d'accompagnement peut être introduite par tout-e professionnel-le, via le réseau proche de la personne ou la personne elle-même. Les SSM accueillent toutes les demandes avec une garantie de traitement

et d'analyse de la demande, ainsi qu'une réorientation lorsqu'elle est nécessaire. Aucune prescription médicale n'est nécessaire pour bénéficier des services proposés.

Coût(s)

Les tarifs, qui peuvent être pris en charge par la mutuelle, sont modérés. La gratuité des services est également possible. L'aspect financier ne doit en aucun cas faire obstacle à la consultation.

Maisons médicales

Infos générales

Les maisons médicales sont composées d'équipes pluridisciplinaires qui proposent une médecine préventive et de proximité accessible à tous-tes. Les maisons médicales proposent des soins intégrés, continus, globaux et accessibles qui tiennent compte de tous les aspects de la santé, en ce compris psychologiques.

Conditions d'accès

Les maisons médicales sont accessibles à tout public.

Si la maison médicale fonctionne au forfait, la personne doit signer une convention qui l'engage à bénéficier de certains soins (médecine générale, soins infirmiers et kinésithérapie) uniquement dans cette maison médicale.

Pour s'inscrire, il suffit de prendre contact avec la maison médicale la plus proche du domicile car les maisons médicales travaillent sur un territoire donné.

Certaines maisons médicales sont saturées et n'ont pas toujours la possibilité d'inscrire de nouveaux-elles personnes. Une liste d'attente est, dans ce cas, proposée.

A noter que toutes les maisons médicales ne disposent pas d'un-e psychologue.

Coût(s)

Les maisons médicales fonctionnent soit à l'acte soit au forfait. Au forfait, la personne ne paie pas les consultations couvertes par celui-ci. A l'acte, la maison médicale applique le tiers-payant : la personne paie uniquement le montant qui est réellement à sa charge (quote-part personnelle), sans devoir avancer le montant couvert par la mutuelle. Concernant les consultations de soutien psychologique, cela dépend d'une maison médicale à l'autre.

Pour trouver une maison médicale :

Fédération des Maisons Médicales (FMM) (FR)

Vereniging van wijkgezondheidscentra (VWGC) (NL)

Centres de planning familial

Voir dans le répertoire : catégorie 10, p.25

Infos générales

Les centres de planning familial sont ouverts à tous-tes. 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.

Conditions d'accès

La personne :

- est capable de se rendre au centre seule ou accompagnée d'une personne de confiance ;
- peut entrer dans une relation réciproque et est intéressée par cette offre d'aide et de soin ;
- présente des problématiques liées à des difficultés de vie relationnelles, affectives et/ou sexuelles.

La demande d'accompagnement peut se faire par tout-e professionnel-le ou la personne elle-même.

Coût(s)

Les consultations sont payantes. Le prix dépend d'un centre à l'autre et du type de consultation demandée (médicale, sociale, psychologique, juridique, sexologique, en médiation familiale...). Il est, en principe, adapté à la situation financière de la personne. Il est conseillé de s'en informer au préalable lors de la prise de rendez-vous.



Vers le répertoire



Vers le répertoire



En pratique

Les consultations se font avec ou sans rendez-vous en fonction de la spécialité demandée. Confidentialité et secret médical sont assurés par les professionnel·les actif·ves dans les centres, en ce compris l'accueillant·e. 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 Flandre et à Bruxelles, les CAW « Centrum Algemeen Welzijnswerk » assurent, entre autres, des missions similaires à celles d'un centre de planning familial. Ils ont une mission générale d'amélioration du bien-être des personnes. Ils s'adressent à tous publics, et en particulier aux personnes en situation de vulnérabilité. Depuis 2014, un seul CAW couvre le territoire bruxellois. Il est divisé en trois services d'accueil situés à Anderlecht, Jette et Bruxelles. (<https://www.caw.be>)

Soins psychologiques de première ligne

Infos générales

Le dispositif de soins psychologiques de 1ère ligne permet d'offrir aux personnes de tout âge des consultations afin d'assurer une prise en charge rapide dans des objectifs de prévention, de détection et intervention précoce, d'autosoins, de renforcement de la résilience et/ou de traitement à court terme. Ces consultations sont :

- individuelles ou en groupe ;
- partiellement ou totalement remboursées ;
- avec des psychologues ou orthopédagogues clinicien·nes.

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.

Ces consultations sont limitées dans le temps et sont centrées sur l'évaluation diagnostique et le renforcement des compétences de la personne (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 d'un·e psychologue ou orthopédagogue s'inscrit dans une dynamique multidisciplinaire dans les situations indiquées.

Les consultations/les groupes peuvent avoir lieu dans le bureau du·de la prestataire, dans des lieux de proximité déjà fréquentés par la personne, au domicile ou à distance si la personne est dans l'impossibilité de se déplacer.



Conditions d'accès

Pour bénéficier de l'accompagnement, la personne :

- est demandeuse de cette offre de soins et peut entrer dans une relation réciproque
- présente des problématiques légères à modérées, c'est-à-dire :
 - › présentes dans un domaine de la vie quotidienne (travail, familial, social, émotionnel...)
 - › qui pourraient être améliorées par des interventions limitées
 - › qui ne mettent pas la personne dans une situation de risque imminent de passage à l'acte (le contexte est sécuritaire et supportable)
- doit être en ordre de mutuelle (pour les suivis individuels)
- doit s'adresser à un·e psychologue ou un·e orthopédagogue conventionné·e (voir ces professionnel·les repris·es sur le site psybru.be)

Pour trouver un·e psychologue ou orthopédagogue de 1ère ligne :

psybru.be

(Pour prester et être répertorié·e comme psychologue ou orthopédagogue clinicien·ne de 1ère ligne : écrire à info@psybru.be)

Coût(s)

Selon le type de séance et le public, les coûts à charge de la personne varient. Nombre de séances dont la personne peut bénéficier, par période de 12 mois :

	SÉANCES INDIVIDUELLES	SÉANCES DE GROUPE
Enfants & adolescents (Bru-Stars, réseau enfants et adolescent·es, jusqu'à 23 ans inclus)	Max. 10	Illimité
Adultes (Brumenta, réseau adultes à partir de 15 ans)	Max. 8	Illimité

TYPE DE SÉANCE	DURÉE, OBJET ET COÛT
1ère séance individuelle (diagnostic)	<p>Durée : 60 minutes.</p> <p>Remarque : S'il est constaté que l'offre psy 1ère ligne ne correspond pas aux besoins, des pistes d'orientation doivent être proposées à la personne.</p> <p>Gratuit</p>
Suivi en séances individuelles	<p>Durée : 45 – 60 minutes.</p> <p>Adultes : 11 € Statut BIM : 4 € < 24 ans : gratuit</p>
Après...	<p>Si la personne nécessite un accompagnement de plus longue durée, le-la praticien·ne de 1ère ligne pourra, l'orienter vers une prise en charge de « traitement psychologique de première ligne » (même prestataire ou non), également couverte par la convention INAMI.</p> <p>Dans certains cas, cela peut aller jusqu'à 20 séances supplémentaires.</p>

En pratique

Les réseaux en santé mentale Bru-Stars et Brumenta (repris ensemble sous le nom de « Psybru ») proposent à la personne une première session 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 une collaboration entre médecin généraliste et psychologue/orthopédagogue est fortement encouragée.

Psychologues indépendant·es

Pour trouver un·e psychologue :
www.compsy.be

Conditions d'accès

La personne :

- est capable de se rendre au cabinet du psychologue ;
- peut entrer dans une relation réciproque et est demandeuse de cette offre de soins.

Voir dans le répertoire : catégorie 11, p.28



Vers le
répertoire



Coût(s)

Les psychologues indépendant-es 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 car toutes proposent une intervention partielle dans le cadre de leurs avantages complémentaires (la CAAMI est la seule sans avantage complémentaire et n'intervient pas). Cf. Focus « Accessibilité financière aux soins de santé ».

En pratique

Pour introduire une demande d'accompagnement, la personne prend contact avec le-la 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-de la prestataire contacté-e.

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 des psychologues. Il est donc indiqué, avant de contacter le-la psychologue, de vérifier sur le site de la commission si celui-ci possède le titre officiel.

AIDER LA PERSONNE À ÊTRE SUIVIE À DOMICILE

Équipes mobiles de crise

Voir dans le répertoire : catégorie 12, p.29

Infos 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 se rendent au domicile de la personne ou dans un lieu proposé par celle-ci afin de l'accompagner dans sa demande (ou celle d'autrui).

Ces équipes travaillent en binôme et collaborent, pour certaines, avec le réseau professionnel. Le suivi dure généralement de 4 à 6 semaines.

Conditions d'accès

Les équipes mobiles de crise interviennent lorsque la personne ne peut ou ne veut pas se rendre dans un lieu de soins, de consultation. (Ex. : personne incapable de sortir de chez elle – crise d'angoisse, etc. – mais en demande d'aide.) Elles interviennent également à la demande de tiers, professionnel-les ou non.



Vers le
répertoire



Coût(s)

L'intervention des équipes mobiles est entièrement gratuite. Dans la majorité des équipes appliquant le tiers payant, les interventions du-de la psychiatre ou les consultations médicales peuvent être facturées aux mutuelles. Cependant, l'affiliation à un organisme assureur n'est pas une condition indispensable pour bénéficier de l'accompagnement.

Les équipes mobiles longue durée (fonction 2b)

Voir dans le répertoire : catégorie 12, p.29

Voir tableau des zones d'intervention des équipes mobiles longue durée (fonction 2b) p.32

Infos générales

À la suite des réformes de la santé mentale, des équipes mobiles et des services psychiatriques **pour personnes séjournant à domicile (spad)** ont été créés et/ou renforcés 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 se rendent au domicile de la personne ou dans un lieu proposé par celle-ci afin de l'accompagner dans sa demande (ou celle d'autrui).

Ces équipes travaillent en binôme et collaborent, pour certaines, avec le réseau professionnel. Elles ne travaillent pas dans l'urgence : il s'agit d'un suivi de longue durée, ou à durée indéterminée.

Conditions d'accès

La personne doit souffrir de troubles de santé mentale chroniques nécessitant un accompagnement sur la durée. La demande peut être introduite par toute personne présente ou la personne elle-même. La rencontre peut se faire dans son lieu de vie ou dans un lieu extérieur.

Coût(s)

L'intervention des équipes mobiles est entièrement gratuite. Dans la majorité des équipes appliquant le tiers payant, les interventions du-de la psychiatre ou consultations médicales peuvent être facturées aux mutuelles. Cependant, l'affiliation à un organisme assureur n'est pas une condition indispensable pour bénéficier de l'accompagnement.

Les équipes mobiles spécialisées

Voir dans le répertoire : catégorie 12, p.30

Infos générale

Les équipes mobiles spécialisées ont été créées afin d'assurer le suivi et le soutien de personnes ayant des **problématiques spécifiques ou pour soutenir les professionnel-les**.



Vers le
répertoire



Conditions d'accès

Pour bénéficier du passage d'une équipe mobile spécialisée, les conditions sont spécifiques à chaque équipe.

Coût(s)

L'intervention des équipes mobiles est entièrement gratuite. Dans la majorité des équipes appliquant le tiers payant, les interventions du/de la psychiatre ou consultations médicales 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

La personne, ses proches ou le-la professionnel-le prend contact, soit par email soit par téléphone, avec l'équipe adaptée à la situation. La demande est analysée (dépend du service contacté) par l'équipe qui reprend ensuite contact avec l'appelant-e pour fixer un rendez-vous ou l'orienter vers un service plus adéquat.

Soins psychologiques de première ligne à domicile

Des psychologues de 1re ligne pour adultes ou enfants peuvent venir à domicile. Les conditions d'accès et de remboursements restent les mêmes. Voir chapitre sur les soins psychologiques de première ligne.

Pour trouver un-e psychologue ou orthopédagogue de 1ère ligne : psybru.be

ACCOMPAGNER LA PERSONNE DANS LE DÉVELOPPEMENT D'UN PROJET DE RÉHABILITATION PSYCHO-SOCIAL

Voir dans le répertoire : catégorie 13, p.33

Le but de ce type d'accompagnement est d'offrir un soutien visant à favoriser la réintégration sociale, personnelle et, dans certains cas, professionnelle des personnes souffrant de troubles mentaux stabilisés. Il existe différents types de structures proposant ce type d'accompagnement, que cela soit au cœur de leur mission ou comme une activité complémentaire à d'autres.



Vers le répertoire



Dispositifs spécialisés en santé mentale

Voir dans le répertoire : catégorie 13, p.33

Infos générales

Ces structures s'adressent spécifiquement aux personnes présentant des troubles psychiatriques ou psychosociaux et peuvent offrir un soutien pour la réhabilitation et l'intégration (job coaching ou réinsertion socio-professionnelle).

Conditions d'accès

Dans la majorité des cas, un accord médical du/de la psychiatre autorisant la personne à initier le processus de réhabilitation devra être fourni.

Pour en savoir plus, il est important de se renseigner directement auprès des structures. Dans certains cas, un processus de candidature sera nécessaire afin d'être intégré dans le programme.

Coût(s)

Les conditions financières peuvent varier, il est important de se renseigner directement auprès de la structure.

Dispositif non spécialisé dans le cadre d'une réinsertion professionnelle

Voir dans le répertoire : catégorie 13, p.33

Infos Générales

Des structures (non spécialisées en santé mentale) offrent un accompagnement à un public plus général dans le cadre d'une

réinsertion professionnelle. Bien que ces services soient généraux, ils peuvent contribuer au développement d'un projet de réhabilitation socio-professionnelle à travers des services de job coaching ou de formations.

Conditions d'accès

Les conditions d'accès varient, il est important de se renseigner directement auprès de la structure.

Coût(s)

Les conditions financières varient, il est important de se renseigner directement auprès de la structure.

Centre de Rééducation Psycho-Sociale (CRPS)

Voir dans le répertoire : catégorie 13, p.34

Infos générales

Les Centres de Rééducation Psycho-Sociale (CRPS) sont des **structures spécialisées qui accompagnent des personnes souffrant de troubles psychiatriques stabilisés**. Leur approche est centrée sur le développement de l'autonomie, de l'estime de soi et des compétences sociales et professionnelles afin de permettre aux personnes de retrouver un rôle actif dans la société. Ils visent à :



Vers le répertoire



- améliorer la qualité de vie des personnes ;
- réduire leur isolement social ;
- les préparer pour une réinsertion dans le monde du travail (lorsque c'est possible).

Les prises en charge ont une durée limitée mais peuvent s'étendre de quelques mois à plusieurs années.

Ils sont parfois désignés sous l'appellation « Centre de Revalidation Psycho-Sociale » ou « Centre de Réadaptation Psycho-Sociale ».

Conditions d'accès

Les critères d'admission varient d'une structure à l'autre en fonction de leur approche, des services proposés et des publics ciblés. L'accès à ces centres se fait via une candidature et des entretiens avec les équipes des structures.

La personne doit :

- présenter des troubles mentaux stabilisés. Cela signifie qu'elle ne doit pas être en phase aiguë de sa maladie (Ex. : pas d'hospitalisation imminente) ;
- exprimer une motivation à s'engager dans un processus de réhabilitation et à participer activement aux activités proposées ;
- être capable de fonctionner de manière autonome dans certaines activités.

Coût(s)

Une contribution est généralement demandée pour rejoindre les services de la structure. Dans certains cas, les mutuelles peuvent rembourser une partie des frais.

HÉBERGER LA PERSONNE

Maisons de Soins Psychiatriques

Voir dans le répertoire : catégorie 14, p.35

Infos générales

Une maison de soins psychiatriques (MSP) est **une habitation collective destinée aux personnes souffrant d'un trouble psychique chronique**. L'accompagnement des résident-es d'une MSP est assuré par une équipe multidisciplinaire : psychiatres, psychologues, infirmier-ères, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, éducateur-rices, assistant-es sociaux-ales etc. L'accompagnement se concentre sur la conservation et la stimulation des capacités des résident-es.

Les MSP proposent un séjour à des personnes souffrant d'un trouble psychique chronique ne nécessitant plus de traitement hospitalier, mais pour lesquelles une vie autonome dans la société ou un séjour dans une autre collectivité n'est pas encore possible. Les soins dispensés dans les MSP ont pour vocation de raccourcir les séjours en hôpital psychiatrique voire de les éviter.



Vers le répertoire



Condition d'accès

Cette forme d'habitat collectif est destinée :

- aux personnes souffrant d'un trouble psychique chronique stabilisé ;
- aux personnes en situation de handicap mental.

La personne doit remplir un dossier de candidature et joindre un rapport médical récent. Ensuite un ou plusieurs entretiens de préadmission sont proposés, afin de voir la pertinence d'un séjour en MSP.

Coût(s)

La quote-part personnelle (la mutuelle intervient dans le prix de séjour) sera calculée en fonction de la situation administrative de la personne.

Initiatives d'habitation protégée pour adultes

Voir dans le répertoire : catégorie 14, p.33

Infos générales

On entend par « Initiative d'Habitation protégée » (IHP) **l'hébergement et l'accompagnement** des personnes qui ne nécessitent pas un traitement continu en hôpital mais qui, pour des raisons psychiatriques, doivent être aidées et soutenues dans leur milieu de vie et de logement.

Les IHP peuvent proposer différents types de logements :

- Logements individuels
- Logements dans lesquels les communs (séjour, cuisine, salle de bains ...) sont partagés par plusieurs résident-es

Par ailleurs, les IHP peuvent assurer un suivi dans des logements individuels loués par les résident-es.

Certaines IHP accueillent des adolescent-es et jeunes adultes.

Conditions d'accès

Pour pouvoir séjourner dans une habitation protégée, les personnes doivent poser leur candidature. Les processus de candidature sont propres à chaque IHP. Certaines ont prévu des dossiers de demande d'admission standardisés, d'autres demandent que les candidat-es participent à une séance collective d'information, d'autres prévoient directement un rendez-vous avec le-la candidat-e résident-e. En général, il y a un ou plusieurs entretiens de candidature, suivis de réunions pour déterminer si un séjour en IHP est pertinent ou non. Si le-la candidat-e est accepté-e, il peut néanmoins y avoir une liste d'attente.



Vers le répertoire



Coût(s)

• L'accompagnement

L'accompagnement par les membres du personnel de l'initiative d'habitation protégée est pris en charge par la mutuelle. D'autres soins médicaux, qui ne sont pas compris dans l'offre d'accompagnement de l'initiative d'habitation protégée (comme la médication, les honoraires de médecin généraliste et psychiatre, etc.) doivent toutefois être payés séparément.

• Le séjour

Les résident-es paient des frais de séjour à l'IHP. Ce prix est différent pour chaque initiative. Les résident-es doivent prendre en charge eux-mêmes leurs frais de nourriture, vestimentaires, de loisirs, de déplacements, etc.

En pratique

Une équipe pluridisciplinaire accompagne l'usager-ère dans l'élaboration et la mise en œuvre de son projet. Cet accompagnement consiste notamment à assurer :

- Le suivi individuel, psychosocial et relationnel des résident-es ;
- Une aide dans la prise de traitement ;
- Le suivi socio-administratif ;
- Le suivi lié aux activités de la vie journalière ;
- La recherche, le suivi et l'organisation d'activités à caractère thérapeutique, occupationnel, formatif et professionnel.

Cet accompagnement se réalisera en collaboration éventuelle avec différent-es acteur-rices du réseau. L'objectif de l'habitation protégée est, dans tous les cas, de favoriser la réinsertion dans la société et l'autonomie.

Le séjour dans une IHP est justifié aussi longtemps que la personne concernée ne peut être totalement autonome dans sa réinsertion sociale.

Communautés thérapeutiques

Voir dans le répertoire : catégorie 14, p.37

Infos générales

Les communautés thérapeutiques hébergent des adultes en prise avec des difficultés psychiatriques avec pour objectif de permettre leur **réinsertion psychosociale** :

- Accompagnement psychologique et social.
- Cadre de vie communautaire, ateliers créatifs et activités sportives.

Condition d'accès

En général, il y a plusieurs entretiens de candidature suivis d'une journée d'essai. Dans le cas de post-cure pour des personnes ayant eu un parcours toxicomane, l'état de la personne doit être stabilisé et le double diagnostic psychiatrique est exigé.



Vers le
répertoire



Coût(s)

Une partie du séjour est prise en charge par la mutuelle via le système du tiers payant. La quote-part personnelle dépend du statut de la personne.

En pratique

Pendant son séjour, qui peut s'étendre de quelques mois à un an ou plus, chaque résident-e contribue à la gestion des tâches quotidiennes de la maison (entretien, préparation des repas...) et à la gestion du budget quotidien.

Il-elle assiste aussi à plusieurs réunions communautaires hebdomadaires où y sont discutés les divers aspects de la vie communautaire. La répartition des tâches domestiques et la planification des activités extérieures (théâtres, visites d'expositions, cinéma, sport...) sont également organisées à cette occasion.

Chaque habitant-e reçoit un-e référent-e à son arrivée. Il s'agit d'un-e membre de l'équipe qui sera particulièrement à ses côtés pour les questions liées à son séjour et à ses démarches. Les entretiens de référence offrent au-à la résident-e la possibilité d'obtenir un soutien psychologique.

Hôpitaux psychiatriques/ services psychiatriques en hôpital général

Voir dans le répertoire : catégorie 15, p.38

Infos générales

Les hôpitaux psychiatriques et les unités psychiatriques sont spécialisés dans la **prise en charge et le traitement d'adultes ou d'enfants atteint-es de maladies mentales**. Certains hôpitaux disposent de services spécialisés dans le traitement de troubles spécifiques (par exemple la dépendance à l'alcool et aux médicaments, les troubles alimentaires, les troubles de l'humeur etc.). D'autres orientent plutôt leurs activités sur la nature aiguë ou chronique des problématiques rencontrées.

Conditions d'accès

Pour avoir une place dans un hôpital psychiatrique, la personne/un-e proche/un-e médecin/son réseau doit téléphoner à l'hôpital et l'unité concernée.

Chaque demande est évaluée par l'équipe pluridisciplinaire et par le-la médecin psychiatre. Il peut y avoir des critères d'inclusion ou d'exclusion. Certaines unités admettent des personnes avec un double diagnostic, d'autres non. En fonction de l'unité et de l'hôpital, les facteurs d'admission ou d'exclusion changent. Une grande variété de facteurs peuvent entrer en ligne de compte (Ex. le besoin de perfusions, imprégnation éthylique majeure, oxygénothérapie, monitorings divers, troubles métaboliques, troubles importants



Vers le
répertoire



de mobilité, obésité morbide, personne en liberté conditionnelle ou en défense sociale, problèmes d'assurabilité etc.).

Un ou plusieurs rendez-vous de préadmission sont organisés. Les rendez-vous de préadmission permettent de savoir si l'hospitalisation est adéquate ou si la personne doit être réorientée.

Si la personne est admise, il faut attendre qu'il y ait une place libre. Le séjour peut être de courte ou longue durée et est établi au début de la prise en charge de la personne. Cette durée peut parfois être prolongée ou la personne peut passer d'une unité à une autre. Un projet de sortie est mis en place.

Coût(s)

Le coût d'une hospitalisation dépend du statut de la personne et de sa mutualité ainsi que de la durée et du choix de la chambre. L'hôpital facture directement à la mutualité les coûts supportés par l'assurance obligatoire soins de santé.

Sans mutuelle, l'hospitalisation est facturée à la personne à 100%. Une aide du CPAS peut être demandée. En cas de séjour illégal et sous certaines conditions, la personne peut bénéficier de l'Aide Médicale Urgente.

FAIRE FACE À L'URGENCE OU À LA CRISE

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

Une crise est un épisode de la maladie psychotique caractérisé par des symptômes aigus tels que des hallucinations, des idées délirantes, des troubles de l'humeur et/ou du comportement. La crise peut apparaître à n'importe quel moment chez une personne sans antécédents psychiatriques lors de l'émergence d'une maladie mentale. Elle peut également survenir chez les personnes stabilisées qui se sont retrouvées face à une situation stressante, douloureuse ou qui ont modifié voire arrêté leur traitement sans avis médical. Une prise de contact avec un-e professionnel-le de santé est alors nécessaire pour déterminer la meilleure marche à suivre et éviter d'arriver à une situation d'urgence psychiatrique.

Une urgence psychiatrique fait référence à un état de souffrance psychique tel que la personne refuse les soins et en arrive à adopter un comportement qui constitue un danger pour lui-elle (automutilation, tentative de suicide...) ou pour son entourage (menaces de mort, violences...). Dans ce cas, il n'est pas possible d'attendre une consultation médicale car la personne doit être prise en charge le plus rapidement possible pour sa sécurité et celle des autres.

Réagir en cas d'urgence

Pour réagir en cas d'urgence

- Si violences graves : police au 101
- Si pas de violence mais besoin d'une aide médicale urgente : secours au 112

Que faire en attendant ?

- En attendant l'arrivée de la police ou de l'ambulance, essayez de **garder votre calme et de maintenir le calme autour de la personne** (en diminuant le niveau sonore de la pièce et en faisant quitter la pièce à un maximum de personnes). N'essayez pas de raisonner avec la personne en crise, son état ne lui permet pas de le faire. Aussi, essayez d'éloigner les objets dangereux et évitez de la toucher et de la fixer longuement du regard. Laissez-la quitter la pièce si elle le souhaite et ne l'affrontez pas en lui bloquant le passage.
- Il est également possible, si la personne est quelque peu réceptive, de vous asseoir et de l'inviter à faire de même afin qu'elle puisse se calmer, que vous puissiez l'écouter et essayer, ensuite, de la convaincre à aller vers des soins.

Réagir en cas de crise

Une crise peut survenir de manière brutale mais, très souvent, des signes permettent d'indiquer qu'elle va arriver : discours ou comportement désorganisé, délire, violence verbale, confusion...

Afin d'éviter d'en arriver à l'urgence, vous pouvez, dès l'apparition des premiers symptômes, contacter le-la médecin généraliste ou le-la psychiatre traitant de la personne en crise.

Ils-elles sont une aide essentielle pour la prise en charge de cette personne.

Si la situation vous dépasse, vous pouvez également conduire la personne vers l'hôpital le plus proche. Si la personne est déjà connue dans un hôpital psychiatrique ou dans une section psychiatrique d'un hôpital général, appelez ce service en premier.

Source : plateforme bruxelloise pour la santé mentale [ici](#).

Contacts des hôpitaux
voir dans le répertoire : catégorie 15, p.38-39

Pour plus de ressources :

Lignes d'appels téléphoniques
voir dans le répertoire : catégorie 6, p.11

Équipes mobiles de crise
voir dans le répertoire : catégorie 12 p.29

Crise suicidaire

Une crise suicidaire est une problématique très complexe et les signes avant-coureurs peuvent être difficiles à détecter.



Vers le
répertoire



Plus d'infos sur les réactions adéquates, en cas de crise suicidaire.

www.preventionsuicide.be

Le **Centre de Prévention du Suicide** a aussi une ligne d'écoute, qui n'est pas une ligne d'urgence.

Voir dans le répertoire : catégorie 6, p.13

Vous pourrez y trouver des informations sur le processus, les facteurs de risques, les signes avant-coureurs, les signaux d'alerte, les attitudes à privilégier ainsi que des ressources.



Vers le répertoire



FACE À UNE PERSONNE SUICIDAIRE OU AYANT FAIT UNE TENTATIVE DE SUICIDE, COMMENT RÉAGIR ?

Oser questionner la tentation d'en finir de la personne ou nommer la tentative de suicide

Évaluer le degré d'urgence de la situation

Si besoin d'une aide hospitalière immédiate :
contacter les urgences (112)

Si besoin d'une aide rapide sans hospitalisation :
informer la personne qu'elle peut être soutenue en milieu ambulatoire dans ce moment de crise
et
proposer de contacter, en sa présence, le Centre de Prévention du Suicide

La personne refuse :
remettre les coordonnées du Centre de Prévention du Suicide :
• secrétariat : 0476 53 00 84
• numéro de la ligne d'écoute : 0800 32 123
• site : www.preventionsuicide.be

La personne accepte :
téléphoner au secrétariat du CPS au 0476 53 00 84 pour obtenir un rendez-vous avec un-e psychologue.

Un rendez-vous avec un-e psychologue spécialisé-e sera pris dans un délai rapide.

Le Centre de Prévention du Suicide organise des prises en charge pour un accompagnement individuel, en couple ou en famille de personnes endeuillées après le suicide d'un-e proche et peut intervenir pour soutenir les professionnel·les qui rencontrent des personnes dans une situation de crise suicidaire.

Les urgences psychiatriques

Infos générales

Une unité d'urgence psychiatriques est une unité qui a pour but d'accueillir toute personne nécessitant une aide urgente pour un problème psychiatrique et/ou psychique. Le but de la prise en charge est de penser et de gérer la crise en cours. La prise en charge aura aussi pour but de faciliter l'orientation, l'organisation et la continuité des soins, en collaboration avec d'autres institutions et professionnel·les externes.

Conditions d'accès

Chaque hôpital a pour obligation de prendre en charge toute urgence vitale. Il y a différents types d'hôpitaux à Bruxelles. Les conditions pour accéder aux soins dans les différents établissements dépendent du type d'hôpital (privé ou public) ainsi que du statut d'assurabilité de la personne qui s'y présente.

Pour plus d'informations concernant les hôpitaux bruxellois et les équipes mobiles qui prennent en charge les urgences psychiatriques, veuillez consulter le tableau des urgences psychiatriques dans le répertoire.

Voir dans le répertoire : catégorie 15, p.40

Coût(s)

Les remboursements dépendent du statut d'assurabilité de la personne.

Pour plus d'infos sur le statut d'assurabilité des personnes, veuillez consulter notre focus

"Accessibilité financière aux soins de santé".

Équipes mobiles de crise

Voir p.22 du focus même

Voir dans le répertoire : catégorie 12, p.29



Vers le répertoire



4. POUR ALLER PLUS LOIN

AIDE AUX PROFESSIONNEL·LES

Voir dans le répertoire : catégorie 16, p. 41

Interventions pour professionnel·les

ORGANISATION	OFFRE
La Ligue bruxelloise pour la Santé mentale	Catalogue annuel qui répertorie une série de groupes thématiques et d'espaces d'échanges pour professionnel·les ainsi que des coordinations thématiques soutenues par la COCOM et la COCOF avec les SSM. Ce catalogue a été mis à jour en septembre 2024.
La Plateforme bruxelloise pour la Santé mentale	Groupes de travail en lien avec la santé mentale pour professionnel·les. Elle organise également des groupes de travail régionaux.
Les SPAD (Soins psychiatriques pour personnes séjournant à domicile) de la région bruxelloise	Interventions pour professionnel·les de première ligne.
Le SMES (Santé Mentale Exclusion Sociale)	Interventions intersectorielles et interventions sur le sujet de la pair-aidance, en présentiel et en ligne. Interventions spécifiques pour les responsables d'équipes qui emploient des pair-aidant·es.
Le SSM-ULB	Interventions pour professionnel·les de première ligne, ainsi que des supervisions individuelles ou en groupe.

La cellule Maya (cellule d'intervention pour personnes porteuses d'un retard mental et d'une maladie mentale avec (risque de) trouble du comportement (double diagnostic), qui fait partie du Centre Hospitalier Jean Titeca.	Echanges entre travailleur·euses, en immersions, via son projet Papillon.
PsyBru	Des ateliers de partage d'expertise, gratuits, dans des institutions intéressées, avec l'appui de psychologues de 1ère ligne.
Brusano	Concertations thématiques en santé mentale sur les différents bassins d'aide et de soins de la région bruxelloise. Celles-ci se déroulent trois fois par an, dans chaque Bassin.
Le Centre de Prévention du Suicide	Supervisions pour professionnel·les sur la thématique. Pour plus d'informations, contactez son secrétariat.

Formations pour professionnel·les

Le SMES (Santé Mentale Exclusion Sociale)	Formations autour de thématiques récurrentes rencontrées par les travailleur·euses de première ligne.
La Plateforme bruxelloise pour la Santé mentale	Formations pour renforcer les professionnel·les dans leur accompagnement des bénéficiaires.
SPAD (Soins psychiatriques pour personnes séjournant à domicile)	Formations pour professionnel·les de première ligne. Pour toute demande, contactez directement le SPAD concerné.
SSM-ULB	Formations
La cellule Maya	Formations pour professionnel·les en se déplaçant dans les institutions demandeuses. Contenu adapté à l'institution et aux besoins énoncés dans la demande.
La cellule Maya	Formations pour professionnel·les en se déplaçant dans les institutions demandeuses. Contenu adapté à l'institution et aux besoins énoncés dans la demande.
PsyBru	Catalogue de formations à destination des acteur·rices de première ligne.
Le Centre de Prévention Suicide	Offre de formation tournant autour d'une meilleure compréhension des comportements et idées suicidaires.
Le Centre Chapelle aux Champs	Formations thématiques pour les professionnel·les, entre autres sur les traumatismes psychologiques et la prise en charge d'adolescent·es et jeunes adultes.

N.B. : Cette liste n'est pas exhaustive, mais répertorie une grande partie des possibilités d'interventions pour professionnel·les de première ligne, à Bruxelles.

Soutien aux professionnel·les

Voir dans le répertoire : catégorie 16, p.41

Pour les psychologues indépendant·es

Un pass dans l'impasse (Association en santé mentale spécialisée dans la prévention du suicide et la détresse des indépendants).

Jusqu'à 4 séances gratuites de soins psychologiques, par téléphone ou en visioconférence, sont possibles. (Offre uniquement pour les indépendant·es francophones). Gratuit pour l'appelant·e.

Tél. : 0800 300 25 (Du 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 les travailleur·euses des institutions bruxelloises

Plateforme bruxelloise pour la Santé mentale :

Ligne bilingue de soutien et d'entraide en santé mentale où des bénévoles sont à l'écoute tous les jours de 18h à 21h. L'appel est gratuit et anonyme.

Médecins en difficulté : Plateforme destinée aux médecins qui accompagnent des personnes rencontrant des difficultés psychosociales. Cette plateforme est aussi ouverte à une personne de l'entourage du·de la médecin concerné·e.

Faire appel à un service de santé mentale

Soins psychologiques de première ligne :

Les soins psychologiques de première ligne (SPPL) ou spécialisés (pour une problématique plus importante) sont remboursés via les Réseaux de Santé mentale. En effet, l'INAMI a organisé le remboursement des séances ambulatoires chez des psychologues clinicien·nes et des orthopédagogues clinicien·nes conventionné·es. Pour bénéficier du remboursement des séances, le·la psychologue ou l'orthopédagogue choisi·e par la personne doit participer au Réseau bruxellois de soins en Santé mentale (ou aux réseaux limitrophes). Il n'est pas nécessaire d'obtenir une prescription médicale. Si la personne est dans l'impossibilité de se déplacer, des soins à domicile ou par vidéo peuvent être envisagés. Une série de psychologues clinicien·nes sont conventionné·es avec Brumenta, le réseau pour adultes en région bruxelloise et référencé par commune.

Source : Iriscare

Services de santé mentale : Les SSM sont également accessibles aux professionnel·les et sont répertoriés par commune dans le répertoire.



Vers le répertoire



S'orienter dans le réseau

Pour trouver plus d'informations sur les ressources disponibles afin de s'orienter dans le réseau :

Voir dans le répertoire : catégorie 6, p.11

RESSOURCES DE SOUTIEN POUR LES FAMILLES

Aidant·es proches

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

Le réseau sam est un réseau d'aidant·es proches qui permet d'échanger, de s'informer et d'être écouté gratuitement. L'objectif est de trouver des aides et des solutions.

Pro-famille est un programme de psychoéducation qui s'adresse aux proches d'une personne atteinte de schizophrénie ou troubles apparentés.

Similes est une association d'aide aux familles et proches de personnes atteintes de troubles psychiques. Ils ont plusieurs missions :

- Accueillir et écouter
- Étudier les problématiques vécues et informer sur le quotidien des familles et des proches
- Former les proches et les professionnel·les aux problèmes de santé mentale rencontrés

par les familles

- Sensibiliser sur le rôle important des aidant·es proches
- Amener les aidant·es proches à faire partie du réseau en tant qu'acteur·rices et de collaborer avec des partenaires.

Pair-Aidance

La pair-aidance, c'est le partage d'expériences liées à des problèmes/situations difficiles. Le·la pair-aidant·e peut tirer un savoir de son expérience personnelle ainsi que des compétences, éventuellement renforcées par des formations. Compétences partagées pour soutenir, inspirer et accompagner d'autres 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 la pair-aidance : cartographie-pair-aidance.be

Voir dans le répertoire : catégorie 17, p.45



Vers le répertoire





FOCUS DISPONIBLES

- Soins palliatifs et fin de vie
- Soutien à domicile pour les personnes de 60 ans et +
- Systèmes de prise en charge du diabète de type 2
- Santé mentale : offre de soutien et d'accompagnement en Région bruxelloise

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

→ Rendez-vous sur brusano.brussels



Avec le soutien de la Cocom
COMMISSION COMMUNAUTAIRE COMMUNE

Helpdesk : +32 2 880 29 80

Le Helpdesk est un dispositif dynamique d'orientation au service des professionnel·les du secteur social-santé bruxellois qui accompagnent des personnes en situation complexe.

info@brusano.brussels | RPM/RPR: BE0711.719.484

www.brusano.brussels