

INFOLETTRE

CNSEP: hôpital de rééducation fort de 65 ans d'expérience et 100 % spécialisé dans la sclérose en plaques... au quotidien.

Apprendre à respirer correctement avec notre nouvelle thérapie de groupe



Le 1er mars, guidés par notre logopède et notre kinésithérapeute, nous avons lancé une nouvelle thérapie de groupe axée sur la respiration !

Les patients atteints de SEP qui participent à ce nouveau **groupe pluridisciplinaire dédié à la respiration** découvrent des techniques de respiration et l'importance de respirer correctement. Ils réalisent des exercices qu'ils pourront également reproduire chez eux.

La logopède détermine les patients éligibles sur la base du « bilan ». Huit patients au maximum peuvent rejoindre le groupe en même temps. Les patients se soutiennent mutuellement et peuvent travailler en binôme. La phase de test actuelle a commencé avec les patients inclus dans la convention.

Les séances du groupe de respiration auront lieu au sous-sol, à côté du local d'équilibre.

Un grand merci aux thérapeutes impliqués. Bonne chance à l'équipe et aux patients pour la suite des événements.

Webinaire gratuit : Mode de vie et SEP

Le 1er juin 2024, de 10 h à 12 h, la MS Liga Vlaanderen organisera un webinaire gratuit (en néerlandais) autour du mode de vie et de la SEP. Cet événement sera notamment animé par le professeur Dr Marie D'hooghe. En tant que personne atteinte de SEP, vous avez la main sur de nombreux aspects et facteurs susceptibles d'influencer positivement votre maladie. Le webinaire portera sur deux thématiques : l'alimentation et l'exercice. Les trois intervenants partageront leurs multiples années d'expertise et d'expérience avec les participants.

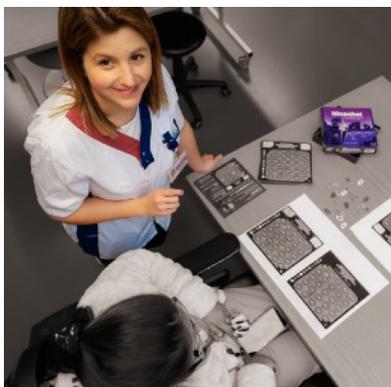
Les orateurs seront les suivants : Prof. Dr Marie D'hooghe, neurologue au Centre national de la SEP, Bert Op 't Eijnde, vice-doyen de la faculté de médecine et des sciences de la vie à l'université de Hasselt et Inge Van de Velde, experte par expérience (atteinte de SEP) et experte des patients de la MS-Liga Vlaanderen.



Vous pouvez vous inscrire en ligne via ce lien : <https://samen.ms-vlaanderen.be/nl/gratis-webinar> ou scanner le code QR.

Une lecture bien printanière !

Devenez gangster, passager de métro ou conteur de rêves



Glissez-vous dans la peau d'un gangster en pleine prohibition (jeu Omerta), frayez-vous un chemin en tant que passager du métro de Tokyo (jeu Tokyo Train) ou devenez « conteur de rêves » (jeu Dixit). Le tout grâce à notre groupe de langage et de cognition, qui s'est réuni pour la première fois le lundi 12 février après-midi. Ce groupe est ouvert aux patients en rééducation internes et externes. Qu'ils soient expérimentés ou novices, les joueurs ont l'occasion de (re)découvrir une multitude de jeux de société et de jeux de cartes. Les jeux sont d'excellents outils de stimulation linguistique et cognitive dans un contexte ludique et social.

Quand : Tous les lundis, de 13 h 30 à 14 h 30

Où : Dans la salle de concentration du CNSEP

In de praktijk :

Julie (logopède) et Aurore (NPSY) constituent chaque semaine un groupe de maximum quatre personnes atteintes de SEP pour qui cette activité pourrait apporter une valeur ajoutée au programme.



Les suggestions concernant ce groupe sont les bienvenues.



Chacun mérite de suivre un programme de revalidation en toute discrétion

Imaginez : vous êtes atteint de SEP et en plein effort dans la salle de revalidation ou de fitness. Quelqu'un vous photographie ou vous filme, sciemment ou non, et publie sur les réseaux sociaux des images de vous sur lesquelles vous n'avez absolument aucun contrôle. Votre vie privée est mise à nu. Une situation probablement très inconfortable pour vous.

On aperçoit régulièrement des amis ou des membres de la famille prendre des photos ou des vidéos dans la salle de revalidation ou de fitness. Certaines de ces images sont ensuite publiées sur les réseaux sociaux, sans l'autorisation des patients et des membres du personnel clairement identifiables. Une réelle entorse au RGPD.

Le NMSC décrète désormais l'interdiction stricte de photographier et de filmer dans ces locaux.

Des panneaux y seront bientôt apposés pour en informer tout le monde. Nous misons sur le bon sens de chacun en ce qui concerne la prise de clichés et de vidéos dans d'autres espaces à l'intérieur ou à l'extérieur des murs du NMSC. Faites preuve de considération envers les autres.



Pour information : si un collaborateur du NMSC prend, à des fins professionnelles, des photos ou des vidéos sur lesquelles on reconnaît des patients ou des membres du personnel, une autorisation explicite leur sera toujours demandée. Vous avez des questions à ce sujet ? Envoyez un e-mail à privacy@mscenter.be

En route vers Paris, Séville et au-delà ! Semaine de la prévention des chutes 2024

La semaine de la prévention des chutes aura lieu du 22 au 28 avril. En 2024 également, nous porterons une attention particulière à ce sujet grâce à des initiatives ludiques. **Le thème ? Bouger ensemble !**

(Lisez la page suivante pour en savoir plus)



Semaine de la prévention des chutes 2024



Nous appelons tous les collaborateurs et les personnes atteintes de SEP à participer aux différentes activités.

- Nous bougerons et marcherons le plus possible et le plus loin possible, jusqu'à Paris, Nice, Séville, voire encore plus loin !
- Pour l'occasion, un groupe « kinergo » sera organisé chaque jour afin d'accompagner les personnes ayant des difficultés à marcher ou étant dans l'incapacité de le faire et de leur permettre de participer elles aussi à l'opération ! Prévoyez avec votre thérapeute une balade adaptée à vos capacités grâce aux itinéraires disponibles.
- Nous accorderons une attention particulière au parcours d'exercices existant dans le jardin du NMSC !
- De plus, nous introduirons le tout nouveau parcours d'exercices pour les personnes en fauteuil roulant !
- Lors du dépistage de chute, nous accorderons une attention particulière au port de bonnes chaussures, adaptées à vos activités.

Pendant la période d'activité, vous pourrez suivre la distance que nous parcourrons ensemble au fil des jours via le baromètre d'exercice situé à l'entrée du NMSC.

Nous nous réjouissons de bouger avec vous !

Le groupe de travail sur la prévention des chutes.

Ces femmes cèdent leur place à la nouvelle génération

Ces collègues du Centre national de la SEP ont récemment pris leur retraite ou n'en sont pas loin.



- Sonja Verduyck** - Aide-soignante dans l'équipe soignante
- Lieve Van Cappellen** - Employée chargée de la facturation
- Veerle De Baerdemaeker** - Responsable du planning central
- Hilde Hermans** - Employée de cuisine
- Yvonne Van den Broek** - Infirmière T3 (dernier jour : 11/04)
- Veerle Cornand** - Assistante en pharmacie (dernier jour : 24/04)

La direction et tous les collègues souhaitent à ces femmes une merveilleuse retraite.

La journée mondiale de la SEP 2024? Une journée d'exception au CNSEP

Le 30 mai 2024 aura lieu la Journée mondiale de la SEP (World MS Day). Une journée qui nous tient beaucoup à cœur.

Cette année, le NMSC a choisi le thème suivant :
« **Mentalement solide, ensemble** ».

Nous prévoyons un mini-symposium passionnant animé par des orateurs belges et étrangers. Au programme : des ateliers et des activités intéressants et des stands d'information sur divers thèmes liés à la SEP. Le tout dans une ambiance musicale.

Le Centre national de la SEP de Melsbroek sera the place to be le 30 mai 2024.

Pour connaître le programme et obtenir des informations, rendez-vous sur notre site web thématique www.wereldmsdag.be ou scannez le code QR ci-dessous.

Pensez à visiter régulièrement le site web. Nous compléterons chaque semaine le programme.
Vous pourrez aussi bientôt vous inscrire au mini-symposium et à d'autres activités via le site web thématique.



La rédaction

Vous avez une question ou une remarque adressée à la rédaction ?

Envoyez un e-mail à

communicatie@mscenter.be





WERELD MS DAG

30 MEI 2024

Samen **M**entaal **S**terk



Mini-symposium

Introductie door Prof. Dr. Marie D'hooghe • **Stress en mentaal welzijn bij MS** door Dr. Brigit de Jong (Neuroloog, Amsterdam UMC) • **Handvaten voor het verbeteren van mentale weerbaarheid bij personen met MS** door Prof. Dr. Anne Speckens (Psychiater, Radboud UMC) • **Bewust leven zonder oordeel?** door Corinne Oosterlinck (kinesiste)

Activiteiten

Bekijk het volledige programma en
schrijf je in via de website

www.wereldmsdag.be

