

Nouvelles Du



RESEAU Santé BALCON DU JURA.vd

N°10-2019 | Vendredi 22 novembre

PÉDIATRIE - LE DOCTEUR MICHAEL NABET TIRE UN BILAN POSITIF DE SES DIX-HUIT PREMIERS MOIS AU RSBJ

L'offre pédiatrique rencontre un franc succès

L'activité du Docteur Michael Nabet a pris de l'essor. Présent au Cabinet médical des Alpes depuis février 2018, sa consultation est aujourd'hui quotidienne.

« J'espère rester ici jusqu'à ma retraite soit encore pour au moins vingt ans », sourit le pédiatre. Vous l'aurez compris, le docteur Michael Nabet n'est pas venu à Sainte-Croix pour ne faire que passer. « Monté » depuis Genève en février 2018, le désormais habitant de Sainte-Croix a vu sa consultation évoluer. En novembre 2018, elle passait d'un à trois jours par semaine et, depuis février de cette année, l'homme exerce son métier exclusivement et à plein-temps au Cabinet médical des Alpes. « J'ai encore quelques tranches disponibles dans mon agenda », annonce-t-il.

Quitter Genève et son bassin de population pour venir à Sainte-Croix

peut paraître « risqué ». Le Docteur Nabet, lui, n'a pas hésité. « Il était évident qu'il y avait une demande sur le Balcon du Jura vaudois. La présence d'un pédiatre répond à une certaine attente », explique-t-il. « Les parents témoignent de leur satisfaction de pouvoir consulter un pédiatre sur le Balcon du Jura. Ils ont l'air contents. De mon point de vue, tout se passe pour le mieux. Au cabinet médical des Alpes j'ai trouvé un cadre de travail très agréable », complète-t-il.

L'homme établi depuis près d'un an dans la région s'y plaît. « Je préfère la campagne à la ville. J'ai un chalet en montagne et j'aime les

grands espaces. Ici les gens ont un esprit de communauté assez marqué, ils sont soudés. Je m'y sens bien », ajoute-t-il.

Le docteur Nabet est également le médecin de l'Entente scolaire Sainte-Croix, Bullet, Mauborget, Baulmes et Vuiteboeuf depuis la rentrée 2019. « Je travaille en partenariat avec l'infirmière scolaire, Sophie Cuendet. Nous nous occupons des vaccins mais également de la prévention dans le domaine de la santé, hygiène et nutrition. Elle me consulte également quand un avis médical lui semble nécessaire. C'est une belle collaboration », se réjouit le médecin.

A. Müller



Le Docteur Michael Nabet se plaît à Sainte-Croix.

URGENCES - ADOPTER LE BON COMPORTEMENT

Je suis malade : dois-je consulter les urgences ?

Quelles sont les possibilités de prise en charge en cas de maladie ou d'accident pour un habitant de Sainte-Croix et environs ? Appeler les urgences de l'hôpital ? La centrale des médecins ? Le médecin traitant ?

Telles sont les questions que se posent régulièrement un bon nombre de patients.

Si vous êtes un patient souffrant d'une ou de plusieurs pathologies comme le diabète, l'hypertension, la polyarthrite, adressez-vous à votre médecin traitant : c'est lui qui vous connaît le mieux, qui vous suit depuis de nombreuses années et qui sera donc à même de vous donner les réponses les plus adéquates à vos questions et, le cas échéant, le traitement le plus adapté.

Par contre, **si vous souffrez de manière aiguë** comme douleurs dans la poitrine, vertiges, maux de tête importants, fortes douleurs

abdominales, adressez-vous aux urgences car votre état nécessite une prise en charge rapide. Celle-ci est capitale en cas d'infarctus par exemple. Vous pouvez ainsi recevoir la médication en urgence et être rapidement transféré dans un centre spécialisé en cardiologie. Il est donc important de venir directement à l'hôpital dans ces cas de figure afin de ne pas perdre de temps.

Pour tous les traumatismes comme des entorses de cheville ou du genou, des chocs contre le genou ou le pied, des contusions de l'épaule ou du coude et, surtout, des traumatismes crâniens, adressez-

vous à l'hôpital. Des clichés radiologiques sont souvent nécessaires pour poser un diagnostic précis. Il sera aussi parfois nécessaire de rester sous surveillance quelques heures. Il en est de même pour les plaies, notamment les coupures, qui peuvent nécessiter une suture en urgence.

Si vous ne vous sentez pas assez bien pour vous déplacer, vous avez trois principaux choix :

1. Appeler votre médecin traitant pour une visite à domicile. Il vous conseillera de composer le **144** s'il l'estime nécessaire.
2. Appeler l'hôpital de Sainte-Croix. Le médecin de garde pas-

sera chez vous ou vous demandera de composer le **144**.

3. Appeler la centrale des médecins qui vous enverra le médecin de garde ou vous conseillera de composer le **144**.

Dr Alexander Kühn

Réponse à l'urgence : séances d'informations

Deux séances d'information à la population auront lieu :

• **11 décembre** de 19h à 21h

• **16 janvier** de 14h à 16h au RSBJ, rue des Rosiers 29 à Sainte-Croix.

PRÉVENTION - JOURNÉE MONDIALE DU DIABÈTE

A la rencontre de la population

À l'occasion de la Journée mondiale du diabète le jeudi 14 novembre dernier, une délégation du RSBJ est allée à la rencontre de la population.

Deux infirmières référentes en diabétologie, ainsi que la diététicienne, ont eu l'occasion de réaliser de la détection et de l'information.

Cette action s'est réalisée en partenariat avec le Réseau Santé Nord Broye, qui a coordonné différentes démarches sur la région et s'est inscrite dans la volonté du RSBJ de renforcer toutes les actions de prévention dans la trajectoire de santé de la population. En effet, que l'on soit diabétique ou non, des mesures peuvent être prises par chacun d'entre nous pour réduire l'apparition de la maladie ou diminuer ses complications, malheureusement nombreuses.

Ophélie Golaz Gigandet, diététicienne, a procuré de l'information et des conseils en diététique. Elle a aussi présenté les teneurs en glucides de différents produits et répondu à différentes questions dans le domaine de l'alimentation.

Géraldine Blondeau et Brigitte Sordoillet, référentes en diabé-

tologie, ont réalisé des mesures de glycémie et ont pu également répondre à diverses questions.

Que ce soit pour des consultations, des conseils, du soutien ou de la prévention, les compétences suivantes sont à disposition au RSBJ :

- médecin référent en diabétologie, consultations d'accompagnement thérapeutique et éducatif des patients : Dr Rolf Zumschlinge - 024 455 16 86
- médecin consultant spécialiste en diabétologie : Dr Jean-Marc Ferrara - 024 455 11 13
- infirmières spécialisées en diabétologie : consultations ambulatoires le vendredi deux fois par mois : 024 455 16 80
- diététicienne : consultations ambulatoires les lundis, mardis et jeudis : 024 455 11 11.

*Corinne Girod,
responsable
du département des soins*



Le nombre de diabétiques est en rapide croissance en Suisse et dans le monde. Dans le canton de Vaud, le diabète concerne plus de 40'000 personnes. Pour faire face à ce défi, la direction générale de la santé du canton de Vaud a ainsi lancé, en 2010, le programme cantonal diabète. Depuis 2013, ce programme est hébergé par l'association diabètevaud. Pour en savoir davantage sur les axes d'actions et les activités déployées par le programme cantonal diabète, vous pouvez consulter la page de l'association <https://www.diabetevaud.ch>

PORTRAIT MINUTE

Mohamed Ben Abdeljelil

**Chef technicien
en radiologie**

A.-S. Jaccard

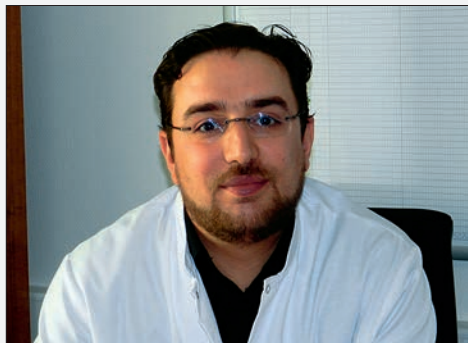
Au RSBJ depuis le
1^{er} septembre 2018

34 ans

Marié, 1 garçon de 3 ans et
une fille de 1 an

Domicilié à Evian

En dehors du travail :
Voyages, tennis, football,
lecture

**Pourquoi ce métier ?**

Français d'origine tunisienne, j'ai grandi à Nice. Après avoir réussi mon BAC, j'ai choisi d'étudier en Belgique où j'ai rejoint un de mes frères, pour satisfaire mon envie de découverte et d'ouverture. Diplôme

de technicien en radiologie en poche, j'y ai travaillé 2 ans avant de rejoindre un autre frère en Suisse et trouver du travail à Lausanne dans un Centre de radiologie. J'y suis resté 8 ans dont 4 comme responsable avant de postuler au RSBJ.

Quels sont vos instants préférés au travail ? Pourquoi ?

J'aime le contact avec le patient et surtout qu'il soit au centre du système. Ici on se reconnaît. Je me souviens de chaque personne, c'est très important pour moi.

J'ai tout de suite adoré le cadre et la petite structure du RSBJ. J'essaie d'apporter ma petite pierre à l'édifice et souhaite participer au développement du service.

Les horaires ne sont-ils pas trop difficiles à concilier avec votre vie de famille ?

Malgré la distance entre le RSBJ et mon lieu de vie, l'inconvénient me semble anodin. Je m'épanouis, mon épouse me trouve d'ailleurs beaucoup plus détendu et heureux.

Hormis votre famille, qu'aimez-vous faire pour occuper votre temps libre ?

Grand voyageur, j'ai découvert l'Asie, le Moyen-Orient et le États-Unis sac au dos avant d'être papa. Aujourd'hui je visite plutôt les capitales européennes avec ma famille.

J'apprécie aussi la lecture, géographie, histoire...

Que connaissez-vous du Balcon du Jura ?

Les espaces verts que je parcours dans mes moments de libres, l'authenticité qui me fait penser à la Suisse.

Les gens heureux qui me donnent l'envie de m'installer dans la région, ce à quoi je songe sérieusement.

*Propos recueillis par
Anne-Sylvie Jaccard*

HÉBERGEMENT - LES RÉSIDENTS DE L'HARMONIE ONT PU PROFITER DE VOYAGER CET AUTOMNE

Vive les vacances au Tessin

Les résidents du lieu de vie «L'Harmonie» de l'EMS l'arbre de vie ont pu profiter d'une semaine d'escapade au sud des Alpes. Un voyage rendu possible grâce à la générosité et à la solidarité de toutes et tous.



16 septembre. Le soleil est de la partie. Après quatre heures trente de route et plusieurs arrêts, résidents et accompagnateurs arrivent au Centre Magliaso à 16h30. Caroline Zäch et Aziz, tout souriants, les attendent sur place. Les voyageurs prennent possession des chambres, certains en individuelle, d'autres en chambre double.

Tout s'est passé comme prévu. Mais l'équipe se rend compte que, lorsque l'on se déplace en chaise roulante ou tintébin, les WC, c'est compliqué !

Pendant ce séjour, plusieurs escapades ont été organisées comme prendre le bateau jusqu'à Lugano avec repas spaghettis. La visite du petit village de Caslano et sa fabrique de chocolat «Alperose» avec, évidemment, dégustation et achats étaient également au programme ainsi que

la visite d'un petit zoo. Sans oublier le climat agréable du Tessin avec le soleil, la chaleur mais aussi les moustiques ! Les convives se sont régalez de glaces italiennes tous les jours ! Deux résidents, Messieurs Mercier et Martin, ont également profité de se baigner dans la piscine. Le jeudi soir le souper s'est déroulé en musique. L'ambiance était du tonnerre !

Quelles leçons ! Et quelle chance d'être une équipe soudée et de pouvoir compter les uns sur les autres, car pour les professionnels, ce ne fut pas vraiment un temps de vacances, mais du travail presque 24 heures sur 24.

Rires mais pleurs aussi ont émaillé le séjour. Ceci dit, une chose est sûre : accompagnants et résidents sont revenus plus soudés et enrichis de cette belle expérience. *EMS l'arbre de vie*

Merci

Merci à tous ceux qui ont rendu ce projet possible ! À la direction qui nous a beaucoup soutenus dans les préparatifs. Aux résidents et professionnels de l'équipe de l'Harmonie qui ont travaillé de mai à septembre pour récolter des fonds lors de la fête de printemps, à l'occasion de ventes de pâtisseries, croissants au jambon et confitures devant les magasins, ainsi que par leur présence au Marché d'été de Sainte-Croix. Merci à la Commune de sa contribution en nous ayant offert la place au marché d'été.

Merci aux entreprises du Balcon du Jura, Ferrari Peintures, Prior Électricité, boulangerie La Gourmandine, Le Ménil, de leurs précieux dons. Merci à la Coop pour son bon cadeau qui nous a permis d'acheter les gilets de sauvetage pour la baignade en piscine.

Nous sommes touchés par la solidarité pour nos aînés. Merci du fond du cœur !

La responsable du lieu de vie de l'Harmonie : Caroline Zäch

PARTICIPEZ



Marché de Noël



Rejoignez-nous le **vendredi 6 décembre 2019** pour participer au marché de Noël du RSBJ à l'EMS l'arbre de vie.

Découvrez le marché de Noël de Neuchâtel avec le CAT le **lundi 9 décembre 2019** :

Inscrivez-vous au **024 455 16 11**

Dates à retenir:

18 décembre : Noël du CAT – Site des Alpes
23 décembre : Marché de Noël d'Yverdon

Repas :

- 03 décembre : Tripes à la vinaigrette
- 11 décembre : Haricots secs au lard
- 27 décembre : Vacherin
- 30 décembre : Fondue chinoise

Rétrospective 2019 :

- 27 décembre : Projection photos au restaurant des Alpes

**Marché de Noël,
6 Décembre**

Au restaurant de l'ems l'arbre de vie

**Venez découvrir nos stands «épicerie» et «artisanal»
et vous régaler de plein de bonnes choses,
de 10.30-19.30**

vin chaud offert

Menu de midi:
Gâteaux avec salade 10FRS (fromage/ épinard-chèvre/ poireaux-saumon)

Dès 14h30, les enfants de l'école de Ste-Croix viendront chanter des chants de Noël.

Menu du soir:
Soupe chalet, pain complet, planchette de viande 10FRS