



AGAMag'

Jun 2015
n°12

NOTRE PROFESSION

Evaluation et prévention
des facteurs de risque
cardiovasculaire

A PROPOS DE...

L'illettrisme

HORS-SUJET

La danse burlesque



LE THEME L'homosexualité

Journal de l'Association Genevoise
des Assistantes Médicales





www.agam-ge.ch

Allez vous promener sur le site de l'AGAM, vous y trouverez diverses informations, la possibilité de vous inscrire aux formations continues, mais aussi des articles à télécharger et mille et une choses intéressantes sur notre profession.



SOMMAIRE

Actualités	2
<i>Le visage de votre nouveau comité</i> <i>Journée d'automne de l'AGAM</i>	
Notre Profession	3-4
<i>Evalutation et prévention des facteurs de</i> <i>risque cardiovasculaire</i>	
Le thème	5-9
<i>L'homosexualité</i>	
Formation continue	10-11
<i>Conférences et cours été/automne 2015</i>	
A propos de ...	12-13
<i>L'illettrisme</i>	
Hors-sujet	14-15
<i>La danse burlesque</i>	
Agenda	16
Impressum	16

COORDONNEES DU COMITE AGAM

AGAM – 1200 Genève
www.agam-ge.ch

Présidente

Régine FROSSARD

Clos des Ecornaches 16
1226 Thônex

Tél. : 022 348 34 28

Courriel : r.frossard@hispeed.ch

presidente@agam-ge.ch

Vice-présidente

Catherine MULLER

AGAM, 1200 Genève

Tél.: 022 349 24 34

Responsables formation continue

Sara OEUVRAY

Avenue Rosemont 3A
1208 Genève

Tél. : 076 693 27 18

Courriel : formation@agam-ge.ch

Virginie DUPERTUIS

34, avenue de la Forêt
1202 Genève

Tél. : 076 693 20 21

Courriel : formation@agam-ge.ch

Responsable fichier des membres

& Trésorerie

Isabel SOUSA PEREIRA

Ch. De-Maisonneuve 12C
1219 Châtelaine

Tél. : 076 389 43 24

Courriel : adhesion@agam-ge.ch

Membre polyvalente

Marie-Estime LORREUS-GACHET

AGAM, 1200 Genève

Tél. : 077 409 53 21

Collaboration externe

Responsable journal

Isabelle BLANC

AGAM, 1200 Genève

Tél. : 076 336 34 22

Courriel : isa.blanc74@gmail.com

journal@agam-ge.ch

EDITORIAL

Chère lectrice,
Cher lecteur,

A l'heure où ce numéro est rédigé, l'Irlande, pays très conservateur, accepte le mariage homosexuel à plus de 60%. Peu à peu, les mentalités changent et permettent aux personnes homosexuelles d'accéder aux mêmes droits que les hétérosexuels. Mais des progrès restent à faire, quand on pense que l'OMS a retiré l'homosexualité des maladies psychiatriques il y a 25 ans seulement et que dans plusieurs pays, les personnes LGBT (lesbiennes, gays, bisexuel-les, transgenres) sont condamnées, parfois de la peine de mort. En tant que soignant-e-s, sachons accepter ces patients différents et ayant leurs spécificités, afin de les prendre en charge de façon optimale. Notre dossier spécial vous apportera plus d'informations sur ce sujet.

Votre nouveau comité, plein d'enthousiasme, a décidé d'organiser pour vous une journée entière de formation. Le thème de la première édition, qui aura lieu en septembre prochain, est consacré aux maladies chroniques, domaine dans lequel les compétences de l'assistante médicale se verront probablement développées dans les années à venir.

Nous vous souhaitons à toutes et à tous un très bel été !

Isabelle BLANC

SAVE THE DATE

JOURNÉE D'AUTOMNE DE L'AGAM

Chères membres AGAM,

Comme vous avez pu le lire dans notre dernier journal, le congrès FSAAM qui devait avoir lieu en avril dernier a été annulé faute de moyens financiers. Pour y remédier, votre comité, en partenariat avec LaborTeam, a décidé de mettre sur pied une journée de formation.

Cette journée aura lieu **le samedi 5 septembre au Palais Beaulieu de Lausanne** sur le thème des maladies chroniques. Nous y aborderons notamment l'hypertension, l'orthorexie, le pied diabétique, les douleurs chroniques, etc.



Réservez dès à présent cette date et parlez-en à vos collègues, stagiaires et apprenties !

Le programme, ainsi que le bulletin d'inscription, vous parviendront prochainement.

Au plaisir de vous y rencontrer en nombre !

Votre Comité

LE VISAGE DE VOTRE NOUVEAU COMITÉ



Voici les bobines de votre comité nouveau cru 2015 avec, de gauche à droite :

Catherine Müller vice présidente **Estime Lorreus** électron polyvalent **Isabel Sousa** responsable fichier membres et trésorerie **Régine Frossard** présidente **Virginie Dupertuis** responsable formation continue **Sara Oeuvray** responsable formation continue

Cette équipe dynamique est prête pour relever les défis qui s'annoncent et compte sur votre soutien pour réaliser les projets de votre association. Nous élaborons pour vous le journal AGAMag' et la formation continue. Nous attendons vos idées (thèmes, articles, sponsors, orateurs, etc), afin de répondre au mieux à vos attentes. N'hésitez pas à nous contacter.

Au plaisir de vous rencontrer prochainement.

Votre comité

PRÉVENTION ET ÉVALUATION DES FACTEURS DE RISQUE CARDIOVASCULAIRE



Dans les pays occidentalisés, les maladies cardiovasculaires telles que l'infarctus du myocarde ou l'accident vasculaire cérébral représentent la première cause de mortalité. Chaque jour, 60 personnes décèdent en Suisse suite à un accident cardiovasculaire. Ces pathologies, dont la pré-

vention est une priorité en médecine de premier recours, sont liées à l'athérosclérose, c'est-à-dire l'épaississement progressif de la paroi artérielle en raison de la plaque d'athérome (dépôts gras).

Les facteurs de risque cardiovasculaires

Certains facteurs sont non modifiables :

- Age
- Hérité
- Sexe

D'autres facteurs sont modifiables :

- Tabagisme
- Dyslipidémie : un taux élevé de LDL-cholestérol et de triglycérides est le facteur de risque principal de l'athérome coronarien.
- Obésité : évaluée par l'index de masse corporelle ($IMC = \text{poids (kg)}/\text{taille (m)}^2$) qui devrait se situer entre 20 et 25, et le périmètre abdominal (au niveau du nombril) qui devrait être inférieur à 88 cm pour les femmes et inférieur à 102 cm pour les hommes. C'est en effet la masse grasse intra-abdominale qui augmente le plus le risque cardiovasculaire.



- Sédentarité (manque d'activité physique)
- Hypertension artérielle : pression systolique supérieure à 140 mmHg et/ou pression diastolique supérieure à 90 mmHg. L'impact est essentiellement cérébral.
- Diabète
- Alcool
- Facteurs psychosociaux (notion d'environnement stressant) : influence indéniable de facteurs psychologiques, mais difficile à quantifier.

Évaluation du risque cardiovasculaire

Les médecins disposent actuellement de divers outils fournissant des scores de stratification du risque cardiovasculaire, afin d'améliorer la prévention primaire et secondaire des pathologies cardiovasculaires. Il existe notamment des calculateurs de risque cardiovasculaire, comme par exemple celui proposé par le Groupe de travail Lipides et Athérosclérose (GSLA). Sur son site internet www.gsla.ch, il est possible de calculer le risque de survenue d'un événement cardiovasculaire dans les 10 prochaines années. L'algorithme utilisé prend en compte l'âge, le sexe, l'hérité, la pression artérielle systolique, les taux de LDL-cholestérol, HDL-cholestérol et triglycérides, ainsi que le tabagisme et le diabète.

La première évaluation du risque est conseillée dès 40 ans chez les hommes et dès 50 ans ou en post-ménopause, chez les femmes.

Prévention des maladies cardiovasculaires

Dans ce contexte, l'assistante médicale joue un rôle-clé dans la sensibilisation des patients aux facteurs de risque cardiovasculaire. Ses connaissances et ses compétences relationnelles en font une interlocutrice privilégiée pour conseiller les patients sur leurs habitudes de vie.

Alimentation

Les études démontrent le rapport entre l'athérosclérose et l'alimentation. Une alimentation équilibrée permet de diminuer de manière significative le risque cardiovasculaire. Les points importants sont les suivants :

- Favoriser la consommation de fruits, de

légumes, de céréales complètes et de fruits oléagineux (noix, noisettes, amandes).

- Substituer les graisses saturées (viandes, produits laitiers, huile de coco, huile de palme) et les graisses trans (aliments industriels tels que chips ou pâtisseries) par des graisses non saturées (huile de colza, huile d'olive, huile de noix).
- Augmenter la consommation de graisses oméga-3 provenant des huiles végétales (huile de colza, huile de soja, huile de lin) et des poissons d'eau froide (saumon, hareng, maquereau, sardine)
- Eviter un apport excessif de sel (moins de 5 g de sel de cuisine par jour) et de sucre raffiné.

Consommation modérée d'alcool

La quantité conseillée est de deux à trois verres standard d'alcool maximum par jour pour un homme et d'un à deux verres standard d'alcool (25 cl de bière ou 10 cl de vin ou 2 cl de spiritueux) maximum par jour pour une femme.

Activité physique régulière

Il est recommandé de pratiquer au minimum 30 minutes d'activité physique d'intensité moyenne par jour. Les sports de résistance sont particulièrement adaptés pour le cœur et les vaisseaux, car ils permettent une contraction et une détente musculaire en rythme (par exemple : marche, marche rapide, marche nordique, jogging, ski de fond, vélo, natation, tennis, danse).

Tabagisme

En raison de l'effet délétère du tabac sur les artères, un arrêt est vivement souhaitable.



Dans le cadre d'une pénurie annoncée de médecins de premiers recours, les assistantes médicales seront de plus en plus amenées à fournir de telles activités de conseil. Il est donc indispensable que TARMED permette la facturation de telles prestations.

Isabelle BLANC

SITES INTERNET

www.gsla.ch : Groupe de travail Lipides et Athérosclérose

www.swissheart.ch : Fondation suisse de cardiologie

www.ssg-sgn.ch : Société suisse de nutrition



D O S S I E R

L'HOMOSEXUALITÉ

L'homosexualité correspond à une attirance et au sentiment amoureux pour une personne du même sexe que le sien. Pour l'individu, la prise de conscience d'être homosexuel, de son identité amoureuse et sexuelle se fait le plus souvent avec difficulté. En effet, l'hétérosexualité reste dans beaucoup d'esprits comme une norme sociale. Seule l'hétérosexualité est considérée comme « naturelle », or les comportements homosexuels existent dans la nature : en effet, les comportements homosexuels font partie de la sexualité d'animaux tels que les perdrix, les abeilles, les chauves-souris, les vaches, les singes, les lions et les chiens. Au total, plus de 450 espèces animales ont des comportements homosexuels. Cependant, l'Homme est l'une des seules espèces chez qui le désir sexuel peut être exclusivement dirigé vers des partenaires de même sexe.



RÉALISER SON HOMOSEXUALITÉ

Souvent cela survient brutalement et avec la crainte du jugement et du rejet des proches, parfois dans la solitude et la souffrance. Il est difficile de s'assumer homosexuel quand la vision sociale de cette identité est caricaturée et dévalorisée. Quand survient la prise de conscience, c'est dans la difficulté pour la plupart des gays (hommes homosexuels) et des lesbiennes (femmes homosexuelles). Lors de cette étape, il est plus difficile encore de faire face aux injures, à la répression et d'envisager un « coming out », c'est-à-dire d'annoncer à ses proches son orientation sexuelle.

IMPORTANCE DE DIRE SON HOMOSEXUALITÉ

Le terme « coming out » vient des Etats-Unis avant la guerre de 1939-1945. Il s'agissait d'imiter avec humour le bal des débutantes des jeunes filles. En

effet, pour celles-ci, il signifiait le passage à l'âge adulte et le moment de s'afficher au bras d'un prétendant. Pour les gays et les lesbiennes, c'est devenu le moment d'assumer avec panache leur sexualité et leur différence.

En français, on emploie le terme « sortir du placard ». Le placard étant cette période après la prise de conscience de son identité sexuelle, le gay et la lesbienne la vivent dans le secret par rapport à leurs proches. Se contraignant ainsi à vivre dans la dissimulation, la discrétion et même le mensonge.

Cette situation de secret entre la prise de conscience et l'annonce aux proches n'est pas bonne pour l'estime de soi et génère malaise intérieur et sentiment de décalage par rapport aux proches. Quand le coming out est fait, il s'installe un senti-



ment d'égalité vis-à-vis des proches hétérosexuels. Le gay et la lesbienne indiquent ainsi que leur identité amoureuse est digne de reconnaissance au même titre que l'hétérosexualité. Elle implique un courage de la part de la personne et une fierté, quand il ou elle s'assume aux yeux de ses amis et de sa famille. Courage, car il y a un risque de rejet encore important, et fierté d'avoir passé le cap et de s'assumer dans une société qui ne le/la reconnaît pas toujours dans ce qu'il/elle est.

L'HOMOSEXUALITÉ, UN CHOIX ?

La réponse à cette question est non. Personne ne décide un beau jour de devenir homosexuel, d'ailleurs on ne décide pas non plus d'être hétérosexuel. Cela s'impose à nous et nous constitue dans notre vie amoureuse et dans notre identité. La différence entre les deux, c'est que l'homosexualité n'est pas considérée, totalement, sur un pied d'égalité avec l'hétérosexualité. Il existe encore dans la société un débat sur l'origine, acquise ou non, de l'homosexualité. Ce débat est ravivé lors des avancées sociales, comme le pacte civil, le mariage ou l'adoption pour les gays et lesbiennes.

L'HOMOSEXUALITÉ, DU PASSÉ AU PRÉSENT

Il existe plusieurs vestiges du passé dont des céramiques mettant en scène des actes homosexuels (Pérou, 200 ans avant J.-C., Chine, Mésopotamie, Grèce antique ou la Rome pré-chrétienne).

De grands artistes comme Léonard de Vinci étaient homosexuels. Pour le philosophe français Michel Foucault, avant le XIX^{ème} siècle, il était question de « pratiques homosexuelles » et c'est avec la classification psychiatrique que vont surgir les termes « homosexuel/les » et « hétérosexuel/les ».

L'instauration du contrat civil, du

mariage et de l'adoption pour les couples homosexuels en Europe s'inscrit dans un combat, né aux USA à la fin des années 1960, pour la reconnaissance des droits des gays dans le monde.

1969 : naissance du mouvement de défense des droits homosexuels

Le 27 juin, les policiers new-yorkais font une descente au bar du Stonewall Inn, alors fréquenté essentiellement par des jeunes des rues et des travestis, dans le quartier de Greenwich village. La loi interdisait alors à un barman de servir les homosexuels. A la surprise générale, les interpellés ripostent.

Trois jours d'émeutes suivent donnant naissance au mouvement pour l'égalité des droits des homosexuels. Les Gay Pride célèbrent chaque année cette protestation.



1989 : premières unions civiles

Le 1er octobre, le Danemark est le premier pays à autoriser des unions civiles entre personnes de même sexe. En 2001, les Pays-Bas accordent aux couples homosexuels les mêmes droits et devoirs que les couples hétérosexuels, leur ouvrant ainsi le mariage civil et la possibilité d'adopter des enfants.

1990 : l'homosexualité retirée des maladies mentales

Le 17 mai, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) retire l'homosexualité de la liste des maladies mentales. La journée internationale contre l'homophobie, instaurée en 2005, se réfère à cette date.

2008 : appel d'un tiers des pays du monde à la dépenalisation

Le 18 décembre, 66 des 192 Etats membres de l'ONU lancent devant l'Assemblée générale des Nations unies, un appel historique à la dépena-

lisation universelle de l'homosexualité. En juin 2011, le Conseil des droits de l'homme de l'ONU adopte une résolution pour promouvoir l'égalité des individus sans distinction de leur orientation sexuelle, alors que l'homosexualité reste interdite, et souvent fortement réprimée, dans 76 pays (Amnesty International).

2011 : abolition du tabou gay dans l'armée américaine

Le 20 septembre, la loi de 1993, dite «Don't ask, don't tell» («ne rien demander, ne rien dire»), qui obligeait les militaires gays et lesbiennes à dissimuler leur homosexualité sous peine de renvoi, est abrogée après des années d'activisme des associations, de procès pour discrimination et une promesse de campagne de Barack Obama. En 18 ans, cette loi aura conduit au renvoi de 14.000 soldats en raison de leur homosexualité, selon des sources associatives.

L'HOMOPHOBIE

L'homophobie, de la contraction de « homo » (homosexuel) et « phobos » (phobie, peur), est un terme utilisé depuis une quarantaine d'années pour désigner le rejet, le dénigrement et la haine envers les personnes homosexuelles ou identifiées comme telles.

On considère comme homophobe toute organisation ou personne ayant une attitude de mépris ou refusant de reconnaître aux « homosexuel-le-s » les mêmes droits qu'aux hétérosexuel-le-s. C'est essentiellement un refus et un rejet de la différence. Il s'agit du même phénomène que la xénophobie, le racisme, le sexisme, le rejet lié aux croyances religieuses, envers les handicapés, etc.

On utilise depuis plus récemment le terme de « lesbophobie », qui sert à désigner ce dont souffrent plus spécifiquement les femmes homosexuelles et qui est un mélange d'homophobie et de sexisme.

Plusieurs types d'actes peuvent être désignés comme homophobes :

- Rejet
- Injures
- Moqueries
- Harcèlement
- Refus de service dans des lieux publics
- Discrimination à l'embauche

Cela peut se passer aussi bien dans la famille, dans des lieux de formation, dans des lieux publics, la rue, les commerces, etc.



LES DROITS DES HOMOSEXUELS EN EUROPE



L'homosexualité a longtemps été considérée comme un crime en Europe. Dans certains pays, elle a été «légalisée» seulement dans les années 1990.

Avant 1930 : Belgique, France, Pays-Bas, Luxembourg, Italie

1930-1940 : Danemark, Pologne

1940-1950 : Suède

1950-1960 : Grèce

1960-1970 : Slovaquie, Allemagne, Hongrie, République tchèque, Bulgarie

1970-1980 : Finlande, Malte, Autriche, Slovénie, Espagne, Croatie

1980-1990 : Royaume-Unis, Portugal

1990-2000 : Irlande, Estonie, Roumanie, Lettonie, Chypre, Lituanie

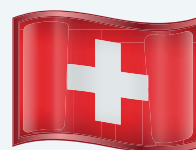
Le mariage homosexuel est autorisé dans 14 pays : Pays-Bas (2001), Belgique (2003), Espagne (2005), Suède (2009), Norvège (2009), Portugal (2010), Islande (2010), Danemark (2012), France (2013), Royaume-Unis (2013), Luxembourg (2014), Slovénie (mars 2015), Irlande (mai 2015), Finlande (dès 2017).



Le droit à l'adoption est autorisé dans 10 pays : Pays-Bas (2001), Suède (2003), Royaume-Unis (2005), Espagne (2005), Belgique (2006), Danemark (2009), France (2013), Malte (2014), Autriche (2015), Luxembourg (2015). Cependant, dans certains pays, les couples du même sexe peuvent adopter l'enfant de l'autre conjoint. En outre, plusieurs pays permettent aux parents seuls d'adopter un enfant.



LES DROITS DES HOMOSEXUELS EN SUISSE



Dépénalisation de l'homosexualité : 1942

Union civile : 2007

Statut de beaux-parents et autorité parentale partagée : 2007

Rente de veuvage au sein d'une ex-union civile : 2008

Nom d'alliance commun inscrit sur les papiers d'identité : 2013

Mariage civil pour tous : refusé

Adoption de l'enfant du partenaire : refusée

Adoption par un couple homosexuel : refusée

Accès à la PMA pour les couples homosexuels : refusé

Don du sang : refusé

Ce type d'attitude peut pousser les jeunes homosexuels au suicide. En effet, le rejet et la discrimination de la part de leur famille et de leurs amis peuvent les conduire à des sentiments d'auto-dénigrement et d'auto-dévalorisation.

Au même titre que le racisme, l'homophobie peut conduire jusqu'au crime de haine. Plusieurs faits divers impliquant l'homophobie continuent à défrayer la chronique et des homosexuels ou supposés tels par des homophobes ont subi des agressions verbales et/ou physiques parfois jusqu'à la mort. Au même titre que les actes racistes, l'homophobie est punissable par la loi suisse.

Dans le monde, 77 états pénalisent les lesbiennes, gays, bisexuel-les ou personnes transgenres par de la prison, de la torture ou des travaux forcés. Dans 10 pays, l'homosexualité est passible de la peine de mort : Afghanistan, Arabie saoudite, Brunesi, Emirats arabes unis, Iran, Mauritanie, Nigéria, Soudan, Somalie, Yémen.

Le 18 mai 2015, il est prévu à Genève une campagne d'affichage contre l'homophobie.

Si vous, un proche ou un patient, vous trouvez confronté à un acte homophobe, ou pour toute question en lien avec l'homosexualité, plusieurs associations (voir sites internet à la fin de ce dossier spécial) peuvent apporter du soutien psychologique et juridique. Que ce soit pour les actes homophobes, des crimes de haine ou pour un soutien plus spécifique.

HOMOSEXUALITÉ ET SANTÉ

L'Université de Zurich et Dialogai (association homosexuelle) travaillent ensemble sur un projet de recherche et d'action visant la santé des hommes gays. Ce travail a débuté il y a 13 ans. Avec une étude sur le suicide qui a confirmé d'autres études dans le monde sur le risque élevé de suicide chez les homosexuels. Cette étude confirme la surmortalité chez les jeunes gays ; 20 % auraient fait une tentative de suicide. Ce qui représente un risque de suicide 2 à 5 fois plus élevé que dans la population hétérosexuelle.

Pour contrer cette tendance, l'association Dialogai recommande de parler de diversité sexuelle dès l'école et d'encourager les campagnes auprès de la population et des familles. En effet, c'est dans le cadre familial qu'il convient d'offrir un accueil au jeune qui découvre son homosexualité. Malheureusement, il arrive encore que ce soit

du rejet familial qui accueille le coming out.

Dans le cadre de la consultation médicale, et toujours d'après Dialogai, il convient d'être attentif aux spécificités des pratiques sexuelles homosexuelles et pour offrir un conseil médical et un suivi de qualité, il serait souhaitable d'interroger avec tact et empathie le patient sur son orientation. Quand il est question d'homosexualité et de santé, on pense bien entendu au VIH, mais aussi aux hépatites et autres maladies sexuellement transmissibles. Pour les homosexuels, comme pour les hétérosexuels, la prévention est, et doit rester la priorité.

Nawal JOS

BIBLIOGRAPHIE

PERREAU, B. (2005). *Homosexualité. 10 clefs pour comprendre, 20 textes à découvrir*. Editions Librio.

Droit des homosexuels en Europe : <http://www.touteurope.eu/actualite/les-droits-des-homosexuels-dans-l-ue.html>

SITES INTERNET

www.dialogai.org : Dialogai, association genevoise pour les gays.

www.federationlgbt-geneve.ch : Fédération genevoise des associations LGBT (Lesbiennes, Gays, Bissexuel-les, Transgenres).

www.legaisavoir.ch : Le Gai Savoir, association genevoise pour la promotion d'événements culturels et artistiques LGBT.

www.lestime.ch : Lestime, association lesbienne et féministe à Genève.

www.totemjeunes.ch : espace genevois d'accueil et de rencontre pour les jeunes LGBT (moins de 25 ans).

www.parentsdhomos.ch : Parents d'homos Genève, lieu d'accueil et de partage de parents d'homosexuels.



FORMATION CONTINUE

Retrouvez ici toutes les offres de formation continue proposées par l'AGAM !

JOURNÉE D'AUTOMNE DE L'AGAM 2015

L'AGAM vous propose une journée de formation continue sur le thème des maladies chroniques.

Date : 5 septembre 2015, de 8h00 à 16h30

Lieu : Palais Beaulieu, Lausanne

Des informations détaillées vous parviendront prochainement.



Processus d'inscription

Pour les conférences, vous pouvez vous inscrire :

Par internet : www.agam-ge.ch

Par courriel : formation@agam-ge.ch

Par écrit : AGAM, Formation continue, 1200 Genève

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter

les responsables de la formation continue :

Sara OEUVRAY au 076 693 27 18

Virginie DUPERTUIS au 076 693 20 21

Pour les cours/ateliers, vous pouvez vous inscrire :

Par internet : www.agam-ge.ch

Par fax : 022 388 34 45

Par écrit : FOCAM, chemin Thury 6, 1206 Genève

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter

le secrétariat de l'Ecole d'assistant-e-s de médecin

au 022 388 34 15.

CONFÉRENCE ÉTÉ/AUTOMNE 2015

Illettrisme et compétences en santé

Les individus ont des capacités très différentes pour accéder à des informations importantes pour leur santé, à les comprendre et à prendre des décisions qui soient favorables à leur santé. Pour les personnes qui rencontrent des difficultés à lire et écrire, ces obstacles sont encore plus grands et l'impact sur leur état de santé plus important. Les assistantes médicales sont directement concernées par cette problématique et cette conférence a pour objectif non seulement de les sensibiliser aux différents liens entre compétences en santé et illettrisme, mais également d'échanger sur leurs expériences et fournir des pistes pour gérer ces situations au quotidien.

Date : 22 septembre, de 20h00 à 22h00

Lieu : SUVA, salle Versoix, 1er étage,
rue Ami Lullin 12, 1207 Genève

Intervenantes : Mme Anne-Béatrice Duparc, Section genevoise Lire et Ecrire,
& Mme Catherine Favre Kruit, Promotion Santé Suisse pour l'Alliance compétences en santé.

Prix : Gratuit pour les membres AGAM;
CHF 20.- pour les non-membres



FORMATIONS SUR PRÉINSCRIPTION

Afin de répondre aux besoins des assistant-e-s médical-e-s, les deux cours suivants seront organisés après inscription sur la liste d'attente dès que le nombre de participant-e-s requis sera atteint :

- **Retraitement des dispositifs médicaux réutilisables**
- **Techniques radiologiques conventionnelles élargies**

Information concernant le retard qui affecte les cours de radiologie élargie : au niveau pratique, tout est en place pour que ce cours puisse avoir lieu; le blocage se situe au niveau administratif, indépendamment de la volonté de l'ECAME et de l'AGAM. Nous mettons tout en oeuvre pour débloquer cette situation. Les personnes inscrites à ce cours seront informées dès que celui-ci pourra démarrer, nous l'espérons le plus rapidement possible.

Inscription et informations sur www.agam-ge.ch



A PROPOS DE ...

... L'ILLETTRISME

Comprendre les informations sur la santé... pas si simple

Etre capable de trouver et comprendre les informations relatives à sa santé et à la façon dont on peut la préserver ou la maintenir est essentiel. Ceci est pourtant difficile pour un nombre important de personnes. Parmi elles figurent notamment les personnes en situation d'illettrisme. Que faire ?

C'est l'histoire d'un patient parmi d'autres. Lorsque vous lui tendez un formulaire il vous dit : « Mon écriture n'est pas très jolie, pouvez-vous le remplir pour moi ? ». La dernière fois, il avait oublié ses lunettes et il n'arrivait pas à lire les caractères trop petits. La fois d'avant, il avait pris le formulaire à la maison pour le remplir tranquillement et vous l'avait ramené à la consultation suivante. Régulièrement, il a une douleur au bras ou à l'épaule qui l'empêche d'écrire et il vous demande de le faire pour lui. Et il ajoute qu'il déteste écrire, qu'il a horreur de la paperasse.

Ce monsieur, qui parle bien le français, fait peut-être partie des 800'000 personnes qui vivent en Suisse et qui ont des difficultés avec la langue écrite. La moitié d'entre elles est née en Suisse et y a suivi toute sa scolarité. On parle d'illettrisme.

L'illettrisme n'a pas seulement pour conséquence des difficultés à remplir un formulaire, il a un impact important sur les compétences en santé et donc sur l'état de santé des personnes concernées. Les compétences en santé désignent la capacité de chacun à prendre des décisions, dans le cadre de la vie quotidienne, qui ont un impact positif sur la santé – à la maison, au travail, dans le système de santé et dans la société en général. Une personne qui a de bonnes compétences en santé sait trouver, comprendre et analyser les informations sur la santé pour pouvoir réagir ensuite en conséquence.

La Suisse n'a pas de chiffres actuels sur l'état des compétences en santé de sa population. Une première recherche sera réalisée en 2015, sur la base du même questionnaire utilisé dans huit pays européens en 2008 et en Allemagne en 2014. Cette dernière enquête a livré des résultats intéressants et plutôt inquiétants : en moyenne 45% des personnes interrogées (dès 15 ans) ont des compétences en santé jugées insuffisantes.



Par exemple, pour 44% des personnes interrogées, comprendre des indications sur les emballages des aliments est une tâche difficile, voire même très difficile pour 14.7% des gens. Il s'agit pourtant d'un acte de santé parmi les plus importants de notre quotidien. Pour un quart des personnes, il est difficile de prendre une décision sur la base des informations fournies par leur médecin. Et pour 40% des personnes qui ont pris part à cette étude, il est difficile à très difficile de savoir dans quelle mesure les informations dans les médias en matière de santé sont fiables.

Cette étude a également montré qu'il existe un lien étroit entre les compétences en santé et l'état de santé : les personnes dont les compétences en santé sont plus élevées ont une perception plus positive de leur état de santé physique et psychique. Autrement dit, amener les adultes à mieux comprendre les informations sur la santé a un impact positif sur leur santé et celles des personnes dont ils ont la responsabilité.

Les difficultés en matière de compétences en santé ont aussi des conséquences sur les coûts de la santé. Une étude de l'OMS estime entre 3 et 5% des coûts de la santé qui sont imputables à des faibles compétences en santé. Si on rapporte ce chiffre à la Suisse, cela représente un montant non négligeable de 2 à 3 milliards de francs par année.

Ces chiffres montrent qu'il est important d'agir et c'est la raison pour laquelle Alliance Compétences en santé* en collaboration avec la Fédération suisse Lire et Ecrire** propose cette année une campagne de sensibilisation en associant étroitement les assistantes médicales. Nous avons besoin du soutien de chacun/e d'entre vous !



Vous pouvez en commander des exemplaires et les mettre à disposition dans votre salle d'attente. Vous contribuez ainsi à votre façon à améliorer les compétences en santé et la santé des patients. Des séances de formation continue seront également organisées durant l'année 2015 pour celles qui souhaitent approfondir leurs connaissances sur le sujet.

Catherine FAVRE KRUIT, Promotion Santé Suisse, pour l'Alliance Compétences en santé & Brigitte PYTHOUD, Association Lire et Ecrire, pour la Fédération suisse Lire et Ecrire***

* www.allianz-gesundheitskompetenz.ch

** www.lire-et-ecrire.ch

Cette campagne a deux objectifs. D'une part, sensibiliser les assistantes médicales sur la question des compétences en santé et leur lien avec l'illettrisme et fournir des pistes pour l'action au quotidien afin de mieux prendre en considération les difficultés dans les compétences de base :

- créer une atmosphère accueillante;
- prendre le temps de bien comprendre ce que le patient veut exprimer et l'encourager à poser des questions;
- utiliser un vocabulaire simple et répéter les messages essentiels;
- demander si le patient a compris et ne pas hésiter à lui demander de reformuler;
- illustrer les explications avec des dessins, des schémas, des maquettes, des panneaux illustratifs.

D'autre part, il est aussi nécessaire de sensibiliser les personnes qui sont en situation d'illettrisme et leur entourage sur le fait que les difficultés avec la langue écrite ne sont pas une fatalité. Des associations comme Lire et Ecrire organisent des cours pour permettre à tous les adultes d'améliorer leurs compétences et qui leur permettront entre autre de mieux comprendre les informations sur leur santé. Un dépliant a été réalisé qui présente les cours pour améliorer ses compétences en lecture, compréhension et écriture.

Pour commander des dépliants pour votre salle d'attente :

Tél. : 026 675 29 23
dompierre@lire-et-ecrire.ch



LA DANSE BURLESQUE

Commençons par un peu d'histoire... Connaissez-vous le burlesque ?

Le New Burlesque à Paris et le Burlesque aux Etats-Unis sont un mouvement féministe et artistique né à la fin du XIXe siècle. Il mélange danse, strip-tease et glamour. C'est dans les années 1940-50, l'âge d'or du Burlesque, que certaines femmes créent leur popularité et où plusieurs styles musicaux se développent, l'érotisme se banalise et les tatouages deviennent courants.



Jugés vulgaires, les images et les spectacles se font moins nombreux, mais en 1990 le mouvement est relancé avec des envies de rétro. L'image de la femme revient en force : féminité, force et sensualité. Et le mouvement ne cesse de s'accroître ces dernières années.

Aujourd'hui, le burlesque n'est plus synonyme de strip-tease, mais on parle d'effeuillage, c'est une façon de se déshabiller de façon sensuelle et glamour, mais



pas vulgaire, sans pour autant finir complètement nue.

Pour en venir à mon parcours, j'ai toujours eu une passion pour la danse ; depuis l'âge de 4 ans j'ai suivi plusieurs cours et différents styles de danse, mais j'ai toujours beaucoup apprécié le monde du spectacle, les chorégraphies en groupe, les costumes et les paillettes. C'est grâce à une amie que j'ai découvert cette année l'école de danse de burlesque d'Emma Mylan où on retrouve des cours d'effeuillage et de cabaret. Sa philosophie : chaque femme est unique.

Ce qui est extraordinaire dans la danse burlesque, c'est qu'elle nous permet de révéler notre féminité et notre sensualité. Et sans nous en rendre compte, nous finissons toujours par découvrir des aspects de nous-mêmes que nous ne soupçonnions pas.



Mais le plus important lors d'une représentation, que ce soit la 1ère ou la 10ème fois que nous passons sur scène, nous essayons toujours de transmettre notre plaisir pour la danse et le glamour qui est en nous. D'ailleurs l'outil principal d'une pin-up c'est le rouge à lèvres et rouge de préférence, car c'est une couleur chaude, celle de l'amour et du feu ! Le maquillage est aussi un point à ne pas négliger sans que ce soit excessif.

Le burlesque, c'est la danse et l'attitude, mais c'est aussi une question d'habits ; une petite robe à pois, cintrée au niveau de la taille, et de jolies chaussures à talons font tout leur effet.

Et puis, il y a les coiffures typiques des années 50, avec de belles boucles et souvent une fleur ou un accessoire dans les cheveux. Pour ma part, c'est ce qui est le plus difficile... la coiffure, c'est toute une histoire... mais surtout il faut que ça tienne !

L'apprentissage de l'effeuillage, c'est aussi une façon de prendre ou reprendre confiance en soi et de se réconcilier avec son corps ; qu'on soit grande ou petite, forte ou mince, jeune ou moins jeune, TOUTES LES FEMMES SONT BELLES !

La danse me permet de décompresser et de m'exprimer, mais également de me sentir bien dans mon corps et surtout de passer un agréable moment avec d'autres filles. Nous faisons des rencontres, partageons de bons moments, de plaisir comme de stress avant de danser sur scène, nous innovons, inventons, chacune à son mot à dire, son mouvement à partager et surtout on oublie tout ! Pour quelques heures, je ne suis plus assistante de médecin, mais danseuse...

Isabel

Pour plus d'informations
SECRET FOLLIES
Rue Alcide Jentzer 9
1205 Genève
www.secretfolliesboudoir.com



AGENDA IMPRESSUM

Tous vos rendez-vous avec l'AGAM pour l'été/automne 2015 !



SEPTEMBRE

Samedi
05.09.2015
8h00-16h30

Journée d'automne de l'AGAM
Les maladies chroniques

Palais Beaulieu
Lausanne

Mardi
22.09.2015
20h00-22h00

Conférence
Illettrisme et compétences en santé

Salle SUVA
12, rue Ami Lullin
1207 Genève

IMPRESSUM

AGAMag', journal de l'Association Genevoise des Assistantes Médicales (AGAM)

Edition N°12 / Juin 2015 - Tirage 500 exemplaires

PÉRIODICITÉ 4x/an (mars-juin-septembre-décembre)

RESPONSABLE DE LA RÉDACTION Isabelle BLANC, isa.blanc74@gmail.com

ONT PARTICIPÉ À LA RÉDACTION DE CE NUMÉRO

Régine FROSSARD, Nawal JOS, Isabel SOUSA PEREIRA, Catherine FAVRE KRUIT, Brigitte PYTHOUD

CONCEPTION / RÉALISATION / IMPRESSION ALTISCOM, contact@altiscom.com

Impression sur papier issu de forêts durablement gérées (PEFC)

Emission de carbone 100% compensée :

EQUIVALENTS CO2 80,534 kg

PROJET DE PROTECTION DU CLIMAT SPONSORISÉ

(Hydroélectricité, Renun, Indonésie)



Le Syndicat.

Avec l'AGAM et Unia Genève, défendons ensemble nos droits !

- Etre membre de l'Association Genevoise des Assistantes Médicales (AGAM) et du syndicat Unia.
- Une double affiliation qui renforce la solidarité et améliore la défense de la profession d'assistante médicale !

L'AGAM et Unia ont décidé de se battre ensemble pour défendre les conditions de travail des assistantes médicales. Salaires, formation, temps de travail, vacances, retraites... autant de sujets pour lesquels les assistantes médicales ont besoin d'une protection forte et efficace. C'est pourquoi, l'AGAM recommande à ses membres la double affiliation avec le syndicat Unia. Plus nombreuses, nous sommes fortes !

Se syndiquer pour protéger collectivement les conditions de travail ! Jusqu'en 2006, les cabinets médicaux étaient couverts par une Convention collective de travail (CCT) qui prévoyait notamment une grille de salaires minima selon les années d'expérience pour une durée de travail hebdomadaire de 40h. En 2006, les médecins ont revendiqué une augmentation du temps de travail et une baisse des salaires de 13-18%. Les négociations ayant échoué, le secteur se trouve sans protection conventionnelle depuis le 1^{er} mars 2007. L'AGAM et Unia doivent désormais se battre contre la dégradation des conditions salariales qui mettent aujourd'hui cette profession, exclusivement féminine, en danger. En adhérant au syndicat, nous renforçons la représentativité du syndicat et améliorons la défense de notre profession.



Les membres de l'AGAM bénéficient d'une réduction des cotisations Unia à hauteur de la cotisation à l'AGAM.

Les assistantes médicales et nos laboratoires genevois, un partenariat gagnant pour les patients.



Matériel de prélèvements adapté, demandes d'analyses spécifiques, service coursier performant, urgences rapides, prélèvements à domicile, centres de prélèvements à disposition, nombreux services sur internet, formation continue et conférences ciblées. Des services et prestations pour répondre aux besoins des assistantes médicales.



dianalabs • dianapath • fertas • genesupport

• GENÈVE •

● membres du réseau medisupport

• www.medisupport.ch •