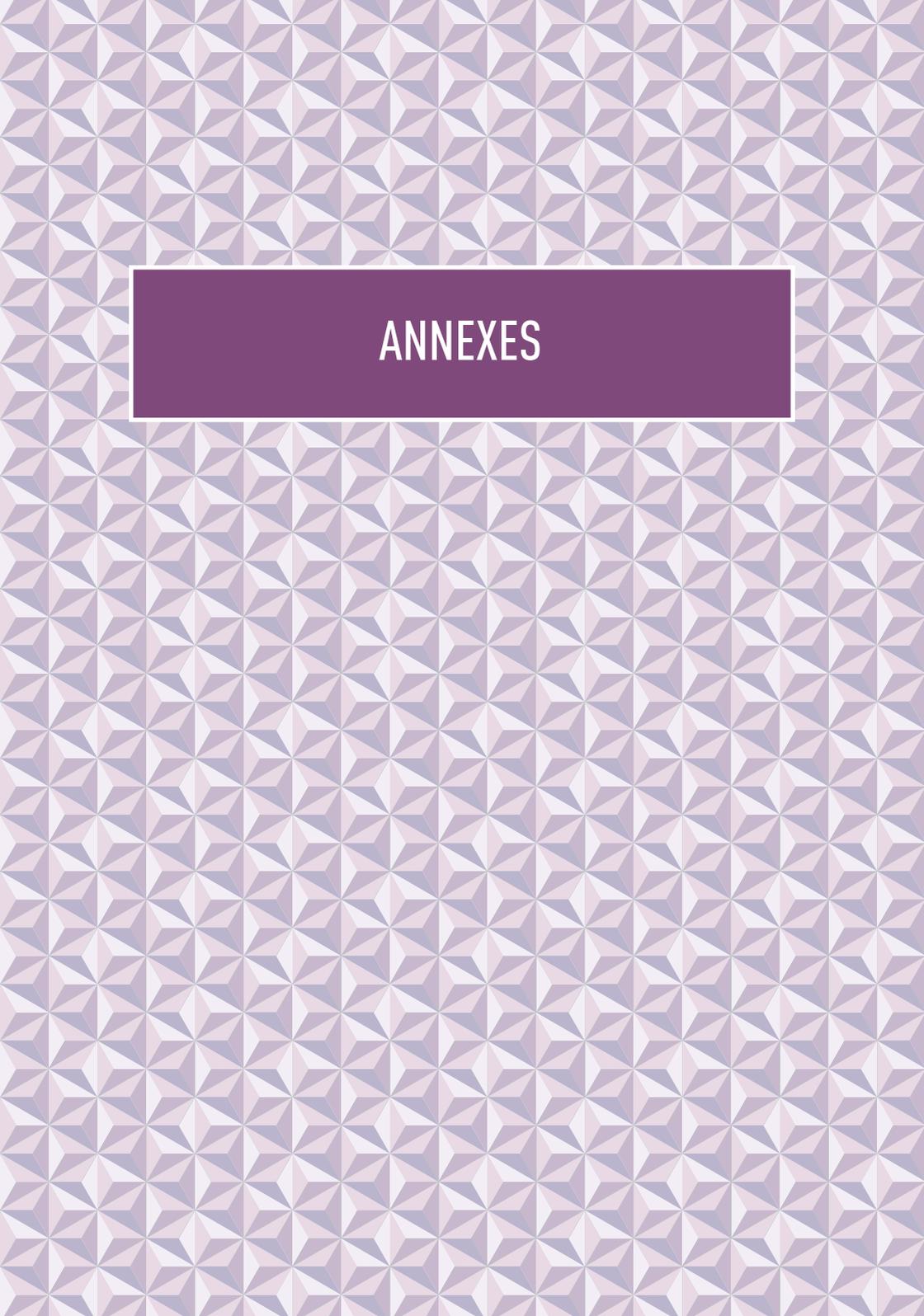


# DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN : ACTIONS DE TERRAIN AVEC LES ACTEURS LOCAUX

Rapport de la recherche-action  
des Femmes Prévoyantes Socialistes  
et de la Mutualité Socialiste-Solidaris



# ANNEXES

## Annexe 1 :

WAVRE-CENTRE - Brochure distribuée aux femmes lors de l'action porte-à-porte



*Aujourd'hui, on peut guérir du **cancer du sein** !  
Le plus souvent, si le cancer du sein est détecté à temps, les traitements sont plus légers et les chances de guérison sont élevées.*

## UN CANCER, C'EST QUOI ?

Notre corps est composé de cellules. Les cellules sont la structure de base de tous les hommes et femmes. Parfois, certaines cellules deviennent malades (on ne sait pas pourquoi).

Ces cellules malades se développent dans une partie du corps (par exemple : l'estomac, le foie, le sang, la peau ...)

Les cellules malades peuvent soit guérir toute seules, soit devenir de plus en plus nombreuses.

Une **tumeur** est un groupe de cellules malades.

Un **cancer** est une tumeur qui a tendance :

- à grandir vite,
- à détruire les organes tout autour d'elle,
- à se répandre dans d'autres parties du corps.

Au début d'un cancer, les cellules malades ne se trouvent qu'à un seul endroit du corps. C'est à ce moment qu'il vaut mieux attaquer le cancer, c'est-à-dire **le soigner**.

Plus tard, les cellules malades peuvent quitter la partie du corps où elles se trouvent.

Elles se répandent dans d'autres parties du corps.

C'est ce que l'on appelle les **métastases**.

On peut encore trouver un traitement contre un cancer avec métastases, mais c'est souvent plus compliqué.



## ET LE CANCER DU SEIN LÀ-DEDANS ?



Dans le cas du cancer du sein, les cellules malades ont commencé à se développer dans le sein.

Comme pour les autres cancers, il vaut mieux commencer à se soigner quand il n'y a pas trop de cellules malades, et quand elles ne se trouvent que dans le sein. C'est pour ça que le dépistage a été créé.

### Y A-T-IL QUELQUE CHOSE À FAIRE POUR NE PAS ATTRAPER UN CANCER DU SEIN ? C'EST POSSIBLE ?

On ne sait pas toujours très bien ce qui rend les cellules malades. Il n'y a pas vraiment de manière de vivre qui évite à 100 % d'avoir un cancer.

On remarque pourtant que certaines habitudes permettent d'être en meilleure santé en général.

- Boire surtout de l'eau (et faire attention à ne pas trop boire d'alcool)
- Manger des fruits et des légumes
- Etre non-fumeuse, ou faire attention à ne pas trop fumer.
- Bouger (par exemple : se promener à pied ou à vélo, faire du sport, monter les escaliers au lieu de prendre l'ascenseur)

**A noter :** Si vous avez envie de conseils pour avoir une meilleure santé, parlez-en aux animatrices FPS. Vous pourrez discuter de ce qui est possible de faire.

## LE DÉPISTAGE, C'EST QUOI ?

N'attendez pas que vos seins vous le réclament.

Entre 50 et 69 ans,  
faites le mammothest.



[www.lemammothest.be](http://www.lemammothest.be)

Faire un dépistage, c'est essayer de découvrir une maladie avant que la maladie ne soit visible (avant que la personne n'ait mal quelque part, ne se sente malade ou ne sente une boule dans son sein)

Pour le cancer du sein, la Communauté française organise un dépistage pour **toutes** les femmes **entre 50 et 69 ans**.

C'est le **mammothest**

## LE MAMMOTEST, C'EST QUOI ?

C'est donc un dépistage du cancer du sein.  
C'est une radio (radiographie) des seins.



### *C'est pour qui ?*

Toutes les femmes de 50 à 69 ans.

Pour les femmes qui n'ont jamais rien eu à un sein et qui n'ont personne dans leur famille qui a eu un cancer du sein.

### *Combien ça coûte ?*

Rien du tout ! C'est gratuit pour toutes les femmes entre 50 et 69 ans.

### *Ca prend du temps ?*

Non l'examen dure que 10 minutes et c'est une fois tous les deux ans.

Les résultats arrivent au plus tard 2 semaines après le dépistage.

### *C'est efficace ?*

Oui !

Ce n'est pas parce que c'est gratuit que c'est de mauvaise qualité.

Au contraire : c'est le gouvernement de la Communauté Française qui organise, on fait très attention à la qualité.

Les machines sont entretenues et contrôlées. Deux radiologues regardent les radios, pour être sûrs du résultat.

### *Ca fait mal ?*

Ca dépend des femmes. Pour que la radio soit bonne (qu'on voit bien à l'intérieur du sein), il faut que le sein soit un peu écrasé. Ca peut donc ne pas être très agréable, mais c'est pour la bonne cause !

Si ça fait trop mal, il faut le dire tout de suite, et on pourra faire quelque chose.

A côté du dépistage par Mammotest, il y a aussi le **bilan sénologique**.

C'est une radio (radiographie) des seins avec en plus une échographie des seins (un examen par ultra-sons). C'est le gynécologue qui décide si une femme doit le faire.

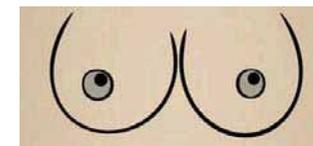
C'est surtout pour les femmes :

- avant 50 ans,
- après 69 ans,
- qui ont déjà eu un problème à un sein ou qui ont quelqu'un dans leur famille qui a eu un cancer du sein.

## LE MAMMOTEST, COMMENT ÇA MARCHE ?

1/ Vous recevrez une 1<sup>e</sup> lettre d'invitation tous les 2 ans entre 50 et 69 ans.

Cette lettre comprendra le logo et l'image suivante avec noté programme de dépistage du cancer du sein.



La lettre présente les informations suivantes :

- Explication à propos du mammotest
- Invitation à prendre rendez-vous dans une unité de mammographie proche de chez vous (voir adresses utiles en fin de brochure)
- Information des résultats à votre médecin
- Le mamotest est gratuit
- Le jour du mammotest prendre avec soi la lettre d'invitation, sa carte SIS, deux vignettes de mutuelle, le nom et l'adresse précise de votre médecin.
- Prendre vos anciennes radios si vous en possédez.

## LE JOUR DU DÉPISTAGE

Voici quelques conseils pour que tout se passe bien.



1/ L'examen se fait les seins nus. Ca sera plus facile si vous mettez un chemisier ou un T-shirt plutôt qu'une robe. Si vous n'êtes pas à l'aise, prenez un châle, un T-shirt ou un gilet que vous retirerez juste au moment de faire la radio.

**A noter** : A Wavre, ce sont des femmes qui s'occupent des radios.

2/ Ne mettez pas de déodorant, de crème ou du parfum sur vos seins et sous les bras. Les radios risquent d'être de moins bonne qualité.

3/ Vous devrez retirer vos bijoux (collier, boucles d'oreilles ...). Prévoyez un petit sac pour les mettre, ou laissez-les à la maison.

4/ Si vous avez envie, vous pouvez demander à un proche de vous accompagner.

5/ Vous avez le droit de poser des questions pendant le dépistage. N'hésitez pas à le faire

### **Pour le mammothest**

Prenez avec vous :

- la lettre de la communauté française (ou la prescription médicale)
- votre carte SIS
- deux vignettes de la mutuelle
- les radiographies de vos seins faites par le passé
- les coordonnées du médecin (celui que vous choisissez et qui recevra les résultats)

### COMMENT JE REÇOIS LES RÉSULTATS?

Les résultats arrivent chez le médecin que vous avez choisi.

Il vous téléphonera pour vous les donner.

**A noter** : Si vous n'avez pas de nouvelles après deux semaines, appelez-le !

## ADRESSES UTILES

### 1.) Centres agréés de mammothest

#### Centre médical de Wavre

Rue Pont Saint Jean2 - 1300 Wavre

010/23.29.50

Prendre rendez-vous

Mammothest programmé une fois par semaine

Le rendez-vous peut être rapide.

#### Cabinet de mammographie

Rue Adelin Colon 3 - 1300 Wavre

010/24.22.22

Prendre rendez-vous

Tous les jours de 8h à 18h. Le rendez-vous peut être rapide.

### 2) Autres centres d'informations à propos du cancer du sein

Pour connaître les adresses des unités de mammographies agréées, vous pouvez contacter :

010/23.82.71

Site : [www.lemammothest.be](http://www.lemammothest.be)

Fondation contre le cancer

Chaussée de Louvain 479

02/736.99.99

[www.cancer.be](http://www.cancer.be)

La fondation fait de la prévention, de l'aide sociale, donne de l'information et finance les recherches.

Cancerphone : 0800/15.801

Tous les jours ouvrables de 9h à 13h et le lundi de 9h à 19h.

Permanence gratuite de la fédération belge contre le cancer. Des professionnels (médecins, psychologues) sont à disposition pour une aide sociale, pour des questions ou pour une écoute.

Atout Santé (médecins, psychologues pour toutes informations ou aide).

Chaussée des Gaulois, 13 - 1300 Wavre

010/22.59.66

### 3) Services aides médicales/sociales

#### -FPS Brabant wallon (Femmes Prévoyantes Socialistes)

Les « Femmes Prévoyantes Socialistes » font des actions d'éducation permanente.

Autrement dit : les animatrices font des choses pour aider les gens à réfléchir et à se mettre en action pour :

- être en meilleur santé,
- comprendre le monde dans lequel ils vivent (par exemple : la politique en Belgique, le droit de vote),
- la place des femmes et des hommes dans la société

Ce que les animatrices font :

- des animations autour de différents thèmes comme l'alimentation saine, sensibilisation aux violences conjugales...
- des activités (cours de gymnastiques, cours de couture
- des séances d'information sur ces thématiques (conférences, stand...)

Les animatrices sont aussi là pour répondre à toutes les questions sur la Mutualité Socialiste (les remboursements, les aides et les services).

Personnes ressources : Anne Gérard ou Masoin Aurélie

Place Bosch, 24 - 1300 Wavre

010/24.37.24

[www.femmesprevoyantes.be](http://www.femmesprevoyantes.be)

## -CSD (Centre de Services à Domicile)

Le Centre de Services à Domicile organise des soins et des services (par exemple : apporter le repas, faire le ménage) à la maison pour que les personnes malades, âgées et / ou handicapées qui veulent continuer à vivre chez elles puissent le faire.

### Les services

- service social (gratuit)
- soins infirmiers (tarif INAMI)
- service d'aide familiale (varie en fonction de vos revenus et de votre situation familiale)
- service de gardes à domicile (varie en fonction des horaires, jours, nuits, fériés, week-end)
- service d'aides ménagères (varie en fonction de vos revenus et de votre situation sociale)
- service de garde d'enfants malades (tarif préférentiel si affiliés à la Mutualité Socialiste du Brabant wallon)
- service de kinésithérapie (tarif INAMI)
- soins de logopédie (honoraires conventionnels)
- soins de pédicure (participation de la Mutualité Socialiste du Brabant wallon s'élevant à 15 € par an)
- service de soins dentaire (tarif INAMI)
- location et vente de matériel médical et sanitaire (varie en fonction du types de matériels)
- service de repas (4,30 € par repas)
- service de biotélévigilance ( installation gratuite, prix différents selon si affiliés ou non à la mutualité du brabant wallon)
- service de brico-dépannage (varie en fonction du revenus du ménage entre 1,98€ et 6,20€)
- service de coiffure (le prix varie selon les soins apportés et en fonction des tarifs en de la région)

Mettre une mention sur le prix ? pas cher ? en fonction de ce que les gens gagnent ?

Chaussée de Bruxelles, 5 - 1300 Wavre

Call-center 010/84.96.40

## -Permanence Mutualité Socialiste de Wavre

Si vous avez des questions sur :

- la cotisation que vous devez payer à la mutualité
- le remboursement de vos soins de santé
- tout ce que la Mutualité Socialiste peut faire pour vous aider

24, Place A. Bosch - 1300 Wavre

010/24.37.16

## - Permanence Sociale de Wavre (assistance sociale)

Des assistants sociaux sont là pour vous aider dans la vie de tous les jours, par exemple pour :

- vous aider à remplir vos papiers de mutuelle
- trouver des pistes pour chercher un emploi
- pour savoir si vous avez droit à des allocations (chômage, handicap, accident de travail)
- remplir les papiers officiels que vous recevez

Gratuit

24, Place A. Bosch - 1300 Wavre

Le mercredi de 13h00 à 16h00.

Possibilités de visites à la maison sur demande.

Sophie Van Molkot GSM : 0475/95.34.18

## Annexe 2 :

EVERE & SCHAERBEEK - Questionnaire rempli par le comité local avec les femmes lors de « Evere en Fête » et de la brocante de Schaerbeek

### Cancer du sein et dépistage

*En Belgique, une femme sur 11 sera atteinte d'un cancer du sein à un moment de sa vie.  
Le dépistage permet de détecter un cancer le plus petit possible, et souvent de découvrir la maladie avant l'apparition de symptômes.*

*Au plus tôt une tumeur est détectée, au mieux elle sera soignée.*

*Un programme fédéral propose aux femmes de 50 à 69 ans un dépistage gratuit et de qualité appelé « mammotest », tous les 2 ans.*

*Peu de femmes participent à un dépistage.*

*Nous chercons à comprendre pourquoi.*

**Dans quelle tranche d'âge vous situez-vous ?**

De 40 à 49  50 à 55  56 à 60  61 à 69  + de 70 ans

**Quel est votre code postal et le nom de votre rue ?**

.....

**Vous sentez-vous concernée par le cancer du sein ?**

Un peu  Moyennement  Beaucoup  Sans avis

**Que pensez-vous du dépistage ?**

**Selon vous, est-ce utile d'y participer ?**

**Et vous, avez-vous déjà participé au dépistage ?**

**Si oui, pourquoi ?**

**Si non, pourquoi ?**

**Connaissez-vous le mammotest ?**

**En quoi est-il différent d'une mammographie ?**

**Avez-vous déjà reçu la lettre d'invitation pour participer au mammotest ?**

**Connaissez-vous un centre agréé pour passer le mammotest ?**

**A votre avis, pourquoi y a-t-il si peu de femmes de votre quartier qui participent au dépistage ?**

**Faudrait-il faire quelque chose pour que plus de femmes se fassent dépister ?**



## Annexe 3 :

EVERE & SCHAERBEEK - Lettre envoyées aux affiliées de la ZAP



**Les Femmes Prévoyantes Socialistes du Brabant – asbl**  
Secteur Education Permanente FAM

Rue du Midi 120  
1000 Bruxelles  
Tél. 02 546 14 12  
02 546 14 13

Date de la poste

### INVITATION PERSONNELLE

Chère Madame,

**Vous vous posez des questions sur le cancer du sein ou sur le dépistage ?** Comment cela se passe ? Combien ça coûte ? Est-ce que cela fait mal ? Où peut-on aller faire le dépistage ? Ou encore d'autres questions ? Nous vous invitons à participer à une **séance d'information** sur le dépistage du cancer du sein :

**Dimanche 15 mai 2011**  
**À 14h00**  
**Espace Toots**  
**Rue Stuckens, 125 à 1140 Evere**

**Aujourd'hui, on peut guérir du cancer du sein !** Le plus souvent, si le cancer du sein est détecté à temps, les traitements sont plus légers et les chances de guérison sont élevées. Le **dépistage** est **gratuit** pour les femmes de 50 à 69 ans !

La Mutualité Socialiste et les Femmes Prévoyantes Socialistes (FPS) mènent actuellement un projet de promotion du dépistage du cancer du sein sur les communes d'Evère et de Schaerbeek. Vous recevez aujourd'hui cette invitation car vous êtes membre de la Mutualité Socialiste du Brabant et que vous êtes née entre le 15 mai 1941 et le 31 décembre 1961.

Lors de cet après-midi, vous recevrez **gratuitement un très beau colis cadeau composé de produits DOVE**. Pour recevoir votre colis, il vous suffit de compléter le petit questionnaire ci-dessous (ou le compléter sur place avec nous) **et de venir à la séance d'information avec cette lettre d'invitation !**

En espérant vous rencontrer le 15 mai, nous vous présentons, Chère Madame, nos salutations les meilleures.

Patricia Seront  
Animatrice

An Verbeke  
Coordinatrice

Âge : .....

Est-ce la première fois que vous participez à une action des FPS ?  oui  non

Avez-vous déjà fait un dépistage du cancer du sein ?  oui  non

↳ Si oui : quand avez-vous fait votre dernier dépistage ?  - de 2 ans  + de 2 ans  Ne sait plus

↳ Si oui : quel examen de dépistage avez-vous fait ?  Mammotest  Mammographie  Ne sait pas

Aimeriez-vous recevoir des informations sur nos prochaines activités ? Si oui, comment ?

Téléphone ? ..... E-mail ? .....

Adresse ? .....



## Annexe 4 :

EVERE & SCHAERBEEK - Folder d'information distribué aux participantes à la conférence et déposé dans divers lieu de passage de la ZAP

**Les centres de mammothest près de chez vous :**

**CHU Brugmann - Clinique du sein ATOSSA - Site Paul Brien**  
**Mammothest :** le mercredi, le matin et en fin d'après-midi  
 Rue du Foyer Schaerbeekois, 36  
 1030 Bruxelles  
 02 477 92 40

**CHIREC**  
 Centre Médical Europe-Lambermont  
**Mammothest :** tous les jours  
 Rue des Pensées, 1  
 1030 Bruxelles  
 02/240.60.60

**Clinique du Parc Léopold**  
**Mammothest :** le mercredi, de 13h à 16h  
 Rue Froissart, 38  
 1200 Bruxelles  
 02/287.51.50

**CHU Saint-Pierre**  
**Mammothest :** du lundi au vendredi à 8h30 et le vendredi après-midi  
 Site César de Paepe  
 Clinique du Sein - Centre Isala  
 Rue des Alexiens, 11  
 1000 Bruxelles  
 02/535.44.92

**Clinique Saint-Jean**  
**Mammothest :** le mardi après-midi  
 Clinique du Sein  
 Boulevard du Jardin Botanique, 32  
 1000 Bruxelles  
 02/221.97.97

**Centres d'Imagerie de la Femme de l'U.C.L.**  
**Mammothest :** du lundi au vendredi, en fin de matinée  
 Av. Hippocrate, 10  
 1200 Bruxelles  
 02/764.25.62

**Si vous avez des questions sur le cancer du sein et le dépistage...**

**Brumammo**  
 Chê de Louvain 479  
 1030 Bruxelles  
 De 9h à 14h : 02/736.19.84  
[info@brumammo.be](mailto:info@brumammo.be)  
 Centre bruxellois de coordination pour le dépistage du cancer du sein.

**Cancerphone**  
 0800/15.801  
 Tous les jours ouvrables de 9h à 13h et le lundi de 9h à 19h.  
 Permanence gratuite de la fédération belge contre le cancer. Des professionnels (médecins, psychologues) sont à disposition pour des questions ou pour une écoute.

**Si vous avez d'autres questions...**

**Permanence sociale de la Mutualité Socialiste**  
 Avenue Maréchal Foch 57 - 1030 Schaerbeek  
 02/215.22.66  
 Mardi et vendredi de 9h à 12h  
 Des assistants sociaux sont là pour vous aider dans la vie de tous les jours, par exemple pour :  
 • vous aider à remplir vos papiers de mutuelle  
 • trouver des pistes pour chercher un emploi  
 • pour savoir si vous avez droit à des allocations (chômage, handicap, accident de travail)  
 • remplir les papiers officiels que vous recevez

**Femmes Prévoyantes Socialistes**  
 Rue du midi, 118/120 - 1000 Bruxelles  
 02/546.14.13  
 02/546.14.01  
 Les « Femmes Prévoyantes Socialistes » mènent des activités pour aider les gens à se sentir en meilleure santé et à mieux comprendre le monde dans lequel ils vivent.

Une initiative des Femmes Prévoyantes Socialistes et de la Mutualité Socialiste du Brabant

**CANCER DU SEIN**  
**Agir tôt pour guérir vite**

**Vous avez entendu parler de dépistage du cancer du sein ?**  
**Il est gratuit pour les femmes de 50 à 69 ans !**

**SES SEINS SONT ASSURÉS**  
 Campagne de la Région bilingue de Bruxelles Capitale

**T'as demandé pour que tout aille mieux le dépistage ?**  
**Faites le mammothest.**  
 Campagne de la Communauté française

Une initiative des Femmes Prévoyantes Socialistes et de la Mutualité Socialiste du Brabant

**Aujourd'hui, on peut guérir du cancer du sein !**  
 Le plus souvent, si le cancer du sein est détecté à temps, les traitements sont plus légers et les chances de guérison sont élevées.

### Un cancer, c'est quoi ?

Notre corps est composé de cellules. Parfois, certaines cellules deviennent malades (on ne sait pas pourquoi).  
 Une tumeur est un groupe de cellules malades.

Un cancer est une tumeur qui a tendance :

- à grandir vite,
- à détruire les organes tout autour d'elle,
- à se répandre dans d'autres parties du corps.

Au début d'un cancer, les cellules malades ne se trouvent qu'à un seul endroit du corps. C'est à ce moment qu'il vaut mieux attaquer le cancer, c'est-à-dire le soigner.

Plus tard, les cellules malades peuvent quitter la partie du corps où elles se trouvent. Elles se répandent dans d'autres parties du corps. C'est ce que l'on appelle les **métastases**. A ce stade, on peut encore soigner le cancer mais c'est plus difficile.

### Et le cancer du sein ?

Dans le cas du cancer du sein, les cellules malades ont commencé à se développer dans le sein.

Il est important de trouver très tôt le cancer (= dépistage) pour pouvoir se soigner rapidement car il n'existe pas de vaccin ou d'autre façon d'éviter le cancer du sein.

Il existe deux manières de dépister le cancer du sein :

- Le **mammothest** : dépistage systématique organisé par la Région de Bruxelles Capitale
- Le **bilan sénologique** : demandé au cas par cas par le médecin

### Le mammothest :

- c'est une radio (radiographie) des seins
- c'est gratuit
- c'est seulement pour les femmes de 50 à 69 ans
- c'est tous les deux ans
- les machines sont entretenues et contrôlées régulièrement
- deux radiologues regardent les radios, pour être sûrs du résultat
- s'ils ne voient rien (mammothest négatif), aucun autre examen n'est nécessaire
- les résultats sont envoyés à votre médecin généraliste (médecin de famille) maximum 3 semaines après l'examen
- en cas d'anomalie, votre médecin vous demandera de faire d'autres examens

### Le bilan sénologique :

- c'est une radio (radiographie) des seins avec en plus une échographie des seins (un examen par ultra-sons)
- c'est payant
- c'est le gynécologue qui décide si une femme doit le faire
- c'est surtout pour les femmes avant 50 ans et après 69 ans, ou qui ont déjà eu un problème à un sein ou qui ont quelqu'un dans leur famille qui a eu un cancer du sein

### Le mammothest en pratique...

- Vous recevez une lettre d'invitation tous les deux ans entre 50 et 69 ans (ou bien votre médecin vous donne une prescription pour un mammothest).
- Vous devez prendre rendez-vous dans le centre de votre choix (la liste des centres proches de chez vous se trouve dans ce dépliant).
- Le jour de votre rendez-vous, prenez avec vous :  
 → votre invitation ou votre prescription (pour le mammothest)  
 → votre carte d'identité  
 → votre carte SIS et deux vignettes de mutuelle  
 → le nom et les coordonnées de votre médecin généraliste
- Le mammothest ne dure que 10 minutes.
- Vous devez vous déshabiller jusqu'à la taille.
- Pour que la radio soit bonne (qu'on voit bien à l'intérieur du sein), il faut que le sein soit un peu écrasé. Ça peut donc ne pas être très agréable, mais c'est pour la bonne cause !
- Si ça fait trop mal, il faut le dire tout de suite, et on pourra faire quelque chose.

### Quelques conseils pour que tout se passe bien...

- L'examen se fait les seins nus. Ça sera plus facile si vous mettez un chemisier ou un T-shirt plutôt qu'une robe.
- Si vous n'êtes pas à l'aise, prenez un châle, un T-shirt ou un gilet que vous retirerez juste au moment de faire la radio.

## Annexe 5 :

MOMIGNIES-CENTRE - Lettre d'invitation à la rencontre conviviale envoyée au public-cible

**FÉDÉRATION DES MUTUALITÉS SOCIALISTES DU BASSIN DE CHARLEROI**  
 Avenue des Alliés, 2 - 6000 Charleroi - Tél. 071.208.611  
 Site web : [www.mutac.be](http://www.mutac.be) / E-mail : [info.charleroi@mutac.be](mailto:info.charleroi@mutac.be)

Charleroi, le 4 mars 2011

Chère Madame,

- Vous avez vu à la TV ou entendu à la radio le spot d'information sur la campagne Mammothest ?
- Vous avez reçu un courrier de la Communauté française vous invitant à faire un dépistage du cancer du sein ?
- Vous vous posez des questions et ne savez pas où chercher les réponses ?

La Mutualité Socialiste et le Comité local FPS vous invitent à un petit déjeuner d'informations et de débats sur les cancers féminins et leur prévention autour du jeu Gynoquid - Ne faisons pas l'autruche ! -

**Nous voulons connaître votre avis et aller à votre rencontre !**

**Quand ? Le mercredi 6 avril de 9h à 12h00**

**Où ? Permanence de la Mutualité Socialiste**  
 rue Chantrenne, n° 32 à Momignies.

**N'hésitez pas à en parler autour de vous,**  
 vous êtes toutes les bienvenues !

Dans un souci d'organisation, nous vous invitons à vous inscrire avant le 30 mars 2011 :

- au 060/51 10 96 auprès de Marie-Danièle Hanecart du Comité FPS
- à la permanence de la Mutualité Socialiste, rue Chantrenne, 32 à Momignies

Espérant vous y rencontrer nombreuses, nous vous présentons, Chère Madame, nos sincères salutations.

  
 Daniel Jacquemin  
 Secrétaire Général de la fédération  
 des Mutualités Socialistes du Bassin de Charleroi

APPLICATION DE LA LOI RELATIVE À LA PROTECTION DE LA VIE PRIVÉE (LOI DU 8.12.1993)  
 Les informations à caractère personnel qui vous sont communiquées par l'UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES (rue Émile-Jean 33-36, 1050 Bruxelles) et ses mutualités régionales sont stockées dans leurs fichiers pour « offrir » vos droits au remboursement des soins de santé et au paiement des indemnités de maladie (loi du 8.12.1993 sur les mutualités et les autres organismes des mutualités). La loi sur la protection de la vie privée de 12.1992 accorde aux personnes que ces informations concernent un droit d'accès et de rectification. Sauf opposition de votre part, votre adresse, vos données personnelles peuvent être utilisées afin de vous tenir informés des actions menant à l'émission des bulletins paritaires. Tout manquement volontairement constaté le traitement de ces informations peut être objet auprès de la commission de la vie privée.

## Annexe 6 :

MOMIGNIES-CENTRE - Folder de publicité/invitation déposé en plusieurs lieux de la ZAP



**La Mutualité Socialiste et le comité local FPS** vous invitent à un **petit déjeuner** d'informations et de débats sur les **cancers féminins** et leur prévention autour du jeu **Gynoquid** « Ne faites pas l'autruche ! »

Nous voulons connaître votre avis et allez à votre rencontre **le mercredi 6 avril** de 9h à 12h00 à la **permanence de la Mutualité Socialiste**, rue Chantrenne, n°32 à Momignies. N'hésitez pas à en parler autour de vous, vous êtes toutes les bienvenues ! Dans un souci d'organisation pouvez-vous **vous inscrire avant le 30 mars 2011** soit au **060 51 10 96** soit directement à la **permanence de la Mutualité Socialiste**.

## Annexe 7 :

LA FOULERIE, COUVIN - Invitation aux petits-déjeuners déposée à la permanence de la mutualité



### Invitation

Les jeudis 23/12/2010, 20/01/, 24/02, 24/03 & 21/04/2011  
de 09h30 à 11h30

Dans les locaux de la Mutualité Socialiste à **Couvin**

## 5 petits déjeuners santé

Thème de ces rencontres : « Les soins de santé »

Rencontre conviviale pour toutes et tous

Group  
Solidaris  
FPS

Informations : Société Praticy 049709 21 51

## Annexe 8 :

LA FOULERIE, COUVIN - Lettre d'invitation envoyée au public-cible pour l'action « En route vers la mammo »



Couvin, le

Madame,

Il y a quelque temps les Femmes Prévoyantes Socialistes ont mené une enquête dans votre quartier sur le dépistage du cancer du sein.

Plusieurs d'entre vous nous ont expliqué les problèmes de déplacement pour ce rendre dans un centre de dépistage ainsi que de l'inquiétude que cet examen engendrait. (« Cela fait mal », « Je préfère ne rien savoir », .....).

Le Plan de Cohésion Sociale, la maison des jeunes « Le 404 » et les FPS ont recherché des solutions et on vous offre la possibilité de vous rendre à Philippeville, au centre agréé de dépistage dans les locaux de Solidarité Mutuelle.

Vous devez savoir que le cancer du sein se guérit de plus en plus souvent, nous le devons à une amélioration des traitements mais aussi à la détection précoce de la maladie.

C'est pourquoi il est intéressant de vous faire dépister :

### Vous avez entre 50 & 69 ans

Alors rendez- vous chaque 3ème mercredi du mois à 9h00 à la plaine de la Résidence Emile Donnay.

Sandrine, animatrice FPS vous attend pour vous accompagner à Philippeville avec le bus Alter Action pour faire le mammotest.

Le retour est prévu à la même place vers 12h00.



Sandrine sera à votre disposition pour répondre à vos questions au niveau des soins de santé et du mammotest. Un tee-shirt vous sera offert pour préserver votre intimité durant l'examen.

Inscription souhaitée au 060/34.70.52 afin de réserver votre place dans le bus et au centre de dépistage.

1

## Annexe 9 :

LA FOULERIE, COUVIN - Article sur l'action « En route vers la mammo » paru dans la Nouvelle Gazette (entre Sambre et Meuse)

MERCREDI 27 AVRIL 2011

SM SUPPRESSE 9

## Sambre & Meuse Actualité

COUVIN SANTÉ

# Un bus vous conduit à votre mammotest

Le "mammobus" accompagne les dames à leur dépistage

Il est parfois difficile de persuader la gent féminine de passer par la case dépistage du cancer du sein. Cela l'est encore plus dans certains quartiers: mobilité réduite, famille nombreuse... C'est pourquoi le "mammobus" a été créé.

Le plan de cohésion sociale de la ville de Couvin (Alter action) a répondu à l'appel de la mutualité socialiste et des femmes prévoyantes afin d'aider la population féminine (à partir de 50 ans) à passer un mammotest. "Pour l'instant, l'initiative porte sur la cité Emile Donnay. Une enquête a révélé que peu de femmes se soumettent au dépistage du cancer du sein. Gratuitement, chaque 3e lundi du mois, un bus passe prendre ces femmes jusqu'au centre agréé de Philippeville", révisé Isabelle Duriaux, coordinatrice de l'Alter action Couvin. Il n'est pas facile de venir frapper à la porte afin de proposer, de but en blanc, un tour gratuit en bus pour conduire une dame à son dépistage. "Au préalable, et avec les partenaires et la maison des jeunes du quartier, le 404. Il y a eu plusieurs déjeuners santé pour rencontrer ces femmes et tranquillement présenter la situation", décrit Isabelle Duriaux.

Inscrite dans le projet, la maison de jeunes du quartier était le relais idéal entre la population et le F.P.S. (femmes prévoyantes socialistes): "Nous représentons la première ligne de contact avec les habitantes du quartier. Nous avons été étonnés de voir qu'il y avait autant de personnes faisant partie de la tranche d'âge visée", explique Xavier Pêre, coordonnateur du 404. Parler de cancer du sein en faisant du portes-portes n'était pas évident pour lui. "Une collègue plus âgée a présenté la situation elle-même aux femmes. Nous avons ensuite fait passer un tract dans toutes les boîtes aux lettres". Un message que Monique Slembrock a bien reçu: "Lors du premier passage, le 22 mars, j'étais la seule à monter dans le bus. C'est pourtant une bonne initiative pour ceux qui n'ont pas de véhicule". Et le sera la première à trouver cela dommage: "Je préfère que cela soit détecté à temps. Si cela peut rassurer mes voisines, ça pince un peu. Ce n'est pas comme un accouchement. On a déjà vécu pire, je pense".

LIONEL GEORGES



Monique Slembrock reconnaît l'utilité du test et du bus. Elle encourage ses voisines. MONTAGE SUPPRESSE

ENTRETIEN:

Françoise Dupont  
COORDONNATRICE F.P.S. EN PROVINCE DE NAMUR

## "Trop peu de dépistages réalisés"

Lionel Georges  
JOURNALISTE

Depuis un an la mutualité socialiste, suite à la campagne de dépistage du cancer du sein de la Communauté française, a enquêté sur le taux de réalisation de dépistage du cancer du sein. Certains quartiers connaissent de trop faibles taux.

À quoi est dû ce manque de fréquentation des mammotests?

Il y a le problème de la mobilité qui a été mis en avant dans les résultats de l'enquête. Ensuite, l'argument de la peur revient souvent: peur d'avoir mal mais aussi peur de découvrir que l'on



Françoise Dupont. M.V.L.

a quelque chose. Il y a une aussi une peur du regard de l'autre. Certaines dames mettent en avant le fait que par pudeur, et parce qu'elles n'ont pas été élevées comme ça, elles ne veulent pas se déshabiller. Notre initiative sert aussi à démystifier cette démarche qui peut rassurer beaucoup de femmes.

Comment comptez-vous faire pour rassurer et persuader ces

femmes?

Lors de l'accompagnement au mammobus, grâce au mammobus, il y a toujours une animatrice présente afin de rassurer ces femmes par sa présence. Elle leur explique ce qu'est un test et son utilité. Pendant qu'une passe le test, les autres ne sont pas seules et peuvent en discuter autour d'une tasse de café.

Quelle est la prochaine étape?

Tout dépendra de l'efficacité de l'initiative. Cependant, en parallèle, le service de la santé travaille sur les résultats. Il y aura d'ailleurs en fin d'année un colloque et une présentation des conclusions. Nous verrons ainsi là où sont les meilleures pistes à suivre.

## Annexe 10 :

LA FOULERIE, COUVIN - Publicité/programme de l'action « vivons la vie il fera beau demain »

**il fera beau demain.**  
*Le cancer est l'affaire de tous et toutes.*

**Vivons la vie**

**fps**  
réseau  
Solidaris

**Entrée libre tout l'après-midi**  
**Accès gratuit**  
**Bar, petite restauration**

**Renseignements :**  
Aurélie Wilmart : 081/777.194  
ou aurelie.wilmart@mutsoc.be

Une initiative du Comité local des FPS de Couvin,  
en collaboration avec:

**Dimanche 3 avril 2011**  
**Mariembourg** - Place Marie de Hongrie  
(Ancien hôtel de ville) à partir de 13h

Eclair responsable - Laurence Pasmann - Rue de France, 87 à 1300 Philippeville

### Le Comité local des FPS de Couvin a décidé d'organiser une journée pour répondre aux questions que nous nous posons tous :

- qu'est-ce qu'un examen de dépistage, à quoi sert-il ?
- qu'est-ce qu'un cancer, comment cette maladie se développe dans le corps ?
- qu'est-ce qui existe pour aider les personnes atteintes d'un cancer et leur famille ?
- des stands d'information : présentation de sous-vêtements adaptés, de perruques, des services de Solidarité mutualité et des possibilités d'accompagnement durant la maladie.

**A 13h**  
Ouverture des stands

**De 13h30 à 14h30**  
«Il vaut mieux prévenir que guérir» le dépistage du cancer du sein

**Docteur Pierre Baldewyns**, coordinateur du service de promotion de la santé de la Mutualité Socialiste.

**De 14h30 à 15h30**  
«Comprendre le cancer, pour mieux l'appréhender»

**Docteur Oussama Hamdan**, pneumologue oncologue

**De 15h30 à 16h30**  
« L'accompagnement de la personne atteinte d'un cancer»

**Marie-Ange Deltenre**, psychologue clinicienne

**A 16h30**  
Clôture de la journée par **Françoise Libert**, représentante de la Fondation contre le cancer.

**Chaque intervention sera suivie d'un moment d'échange.**

## Annexe 11 :

LA FOULERIE, COUVIN - Support de présentation du Dr. P. Baldewyns pour l'intervention sur la prévention et le dépistage du cancer du sein à la journée « Vivons la vie il fera beau demain »

**Dépistage du cancer du sein**  
**Mieux vaut prévenir** que guérir...  
(mais !)  
**Mieux vaut dépister** tôt que tard...  
(mais !)  
**Mieux vaut soigner** tôt que tard...  
(mais !)

Dr Pierre Baldewyns  
Service Promotion Santé  
Union Nationale des Mutualités Socialistes



**Prévenir** une maladie,  
c'est avoir des comportements  
et vivre dans des environnements  
qui diminuent les risques de l'attraper.

→ Ce n'est pas efficace à 100 %  
→ On ne choisit pas ses environnements !



**Prévenir** une maladie,  
c'est avoir des comportements  
et vivre dans des environnements  
qui diminuent les risques de l'attraper.

→ Ce n'est pas efficace à 100 %  
→ On ne choisit pas ses environnements !  
→ Pas facile de changer de comportements !



**Prévenir le cancer du sein ?**

**Naître dans une famille « sans » !  
Avoir ses premières règles tard !  
Avoir une première grossesse tôt !  
Avoir beaucoup de grossesses !  
Allaier à chaque fois longtemps !  
Avoir sa ménopause tard !**



**Prévenir le cancer du sein ?**

**Habitudes de vie « bonnes pour tout »**

**Alimentation variée, équilibrée  
Fruits, légumes, fibres, graisses,...  
Poids... « OK »  
Alcool... modérément  
Cigarettes... le moins possible  
« Bouger » (Pieds, vélo, sport...)**



## Prévenir le cancer du sein ?

Habitudes de vie « bonnes pour tout »

Alimentation variée, équilibrée  
Fruits, légumes, fibres, graisses,...

Poids... « OK »

Alcool... modérément

Cigarettes... le moins possible  
« Bouger » (Pieds, vélo, sport...)



Le dépistage d'une maladie  
ne sert pas à la prévenir,  
il tente de la dépister,  
c'est-à-dire de

la trouver alors qu'il n'y a pas encore de symptômes...



Autrement dit...

Avant dépistage:  
« Je ne suis pas malade »

Après un dépistage qui a trouvé la maladie:  
« Je suis malade »

Qui se sent motivé ?



## Stratégie ?

Attendre les symptômes  
puis soigner =  
diagnostic précoce



Dépistage systématique



Pour quelles maladies  
organiser un dépistage systématique ?

Maladie fréquente	1 femme sur 10 !
Maladie grave	Cancer dont les femmes meurent le plus !
Maladie traitable	Traitements de plus en plus efficaces!
Test facile pour la détecter	Radiographie



## Le mammotest, c'est quoi ?

- = une radio (radiographie) des seins 
- Invitation par courrier 
- Une fois tous les deux ans
- Pour les femmes de 50 à 69 ans « non à risques particuliers »
- C'est gratuit!** 



## Le mammotest, c'est quoi ?

*C'est efficace !*

Ce n'est pas parce que c'est gratuit que c'est de mauvaise qualité ! :

- Les machines sont entretenues et contrôlées
- Deux radiologues regardent les radios, pour être sûrs du résultat



## Comment se passe l'examen?

Il faut se déshabiller jusqu'à la taille



Radios des seins dans deux angles



## Mammotest

Est-ce la meilleure solution? En tous cas... la moins mauvaise !

« Le dépistage, c'est un peu comme une loterie. La majorité des participantes n'y gagnent rien. La probabilité que vous soyez une des gagnantes est faible. Mais pour les quelques gagnantes, le gain est bien sûr énorme. » (Article de T.A.)

**Il y a des inconvénients au Mammotest... mais il n'y a pas pour le moment de meilleure solution**



## Mammotest

### Inconvénients ?

- C'est un examen désagréable, douloureux pour certaines
- Il faut attendre avant de savoir
- Ça utilise des rayons
- On ne voit pas tous les cancers (Faux -)
- Parfois, on croit voir un cancer et ce n'en n'est pas un (Faux +). On fait alors d'autres examens « pour rien »
- On trouve certains cancers qui ne se seraient jamais développés (Surdiagnostic)
- Certains cancers commencent entre deux Mammotests (Cancers d'intervall)



## Mammotest

### Avantages

- Découvre tôt des vrais cancers, sauve des femmes, évite des opérations importantes,...
- Qualité des appareils, double lecture, enregistrement... → évaluation → nouvelles recommandations
- Recommandations internationales
- Gratuit



## Et le bilan sénologique?

- C'est presque le même examen que le mammothest MAIS...
- C'est payant
- Il y a une échographie en plus
- C'est surtout pour les femmes avant 50 ans et après 69 ans, qui ont déjà eu un problème à un sein ou qui ont quelqu'un dans leur famille qui a eu un cancer du sein
- C'est le gynécologue qui décide si vous devez la faire



## Mammothest

Campagne Communauté française: où en est-on?  
Pas très loin!

Objectif : taux de couverture de 70% min

Avant le Programme National de Dépistage, 38% des femmes de 50 à 69 ans se faisaient spontanément dépister



## Couverture totale: évolution

	Couverture totale			
	2000-2001	2002-2003	2004-2005	2006-2007
Région Flamande	40%	54%	58%	65%
Région Bruxelles Cap.	48%	50%	51%	54%
Région Wallonne	47%	53%	55%	56%
<b>Belgique</b>	<b>43%</b>	<b>54%</b>	<b>56%</b>	<b>61%</b>

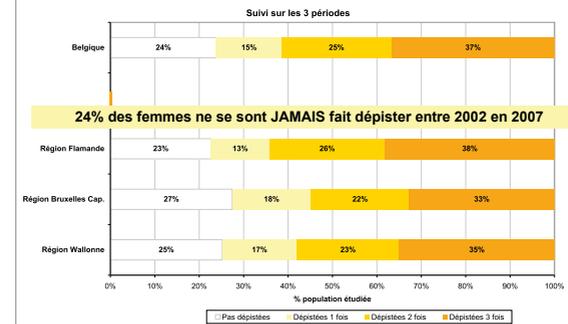


## Evolution de la couverture

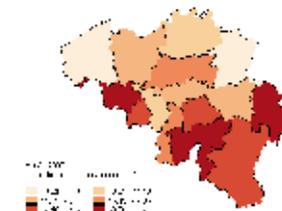
	2000-2001	2002-2003	2004-2005	2006-2007
<b>Couverture via mammothest</b>				
<b>Belgique</b>	<b>4,5%</b>	<b>22%</b>	<b>25%</b>	<b>30%</b>
Région Flamande	7,5%	33%	37%	44%
Région Bruxelles Cap.	0,3%	3,3%	6,6%	9,6%
Région Wallonne	0,0%	6,5%	8,8%	9,1%
<b>Couverture via mammographie diagnostique</b>				
<b>Belgique</b>	<b>39%</b>	<b>32%</b>	<b>31%</b>	<b>31%</b>
Région Flamande	33%	22%	21%	21%
Région Bruxelles Cap.	48%	46%	45%	44%
Région Wallonne	47%	47%	46%	47%



## Suivi pendant les 3 périodes (2002 à 2007)



## Tableaux de bord UNMS : écart entre les mutualités



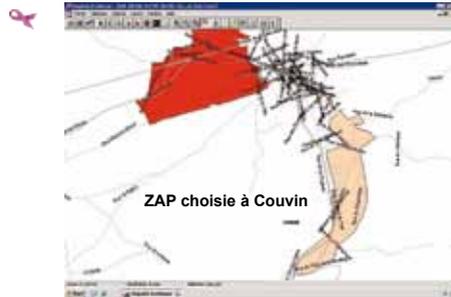
### Action de la Mutualité socialiste-Solidaris et des FPS

#### RECHERCHE ACTIONS SUR BASE DES TABLEAUX DE BORD

1. Formation des animatrices FPS
2. Recherche des quartiers statistiques avec peu de dépistage
3. Sur base des quartiers, choix des ZAP (Zone d'Action Prioritaire) par les régionales FPS
4. Diagnostic partagé avec les acteurs de chaque ZAP (réseaux mutu, quartier, militant FPS)
5. Analyse des diagnostics, mise en perspective, construction de modes d'actions
6. Actions sur le terrain (1er semestre 2011)
7. Evaluation, rédaction, publication, recommandations



### ZAP-Mammo – Régionale de Philippeville (Solidaris – Namur)



### ZAP-Mammo – Régionale de Philippeville (Solidaris – Namur)

Diagnostic partagé:

- Peu de « liens » dans le quartier
- Problème de mobilité
- Mutualité bien identifiée
- Manque d'informations

Actions:

- Petits déjeuners santé
- « En route vers la mammo »
- « Vivons la vie il fera beau demain ! »



## Annexe 12 :

SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Lettre et questionnaire à destination des femmes du public-cible envoyée aux médecins de la ZAP pour les faire remplir par les femmes



Liège, date de la poste

Madame,

Tout d'abord, nous vous remercions du temps pris à répondre à ce questionnaire.

Espace Santé est le service de promotion et d'éducation à la santé de la mutualité Solidaris et des FPS.

Dans le cadre de ses objectifs de prévention en matière de santé des femmes, Espace Santé réalise actuellement une recherche-action sur le dépistage du cancer du sein des femmes à partir de 50 ans, dans le quartier Sainte-Marguerite.

Nous cherchons à comprendre comment les femmes réagissent face au dépistage.

Pour cela, nous avons besoin de connaître votre avis, votre vécu, pour obtenir des informations les plus proches possible de votre réalité.

Pourriez-vous, s'il vous plaît, compléter ce questionnaire, et le déposer à votre meilleure convenance, soit chez votre médecin, soit à Espace M, rue des Fontaines Roland 29, 4000 Liège.

Nous vous remercions d'avance pour la suite que vous donnerez à ce courrier, et vous prions d'accepter, Madame, nos meilleures salutations.

La responsable du service

L'animatrice

Natacha LANGE

Dominique BAUDART



Rue de l'Université, 1 - 4000 Liège - Tél. : +32(0)4.223.01.50 - Fax : +32(0)4.223.01.80 - espace.sante@espacesante.be - www.espacesante.be

Date de naissance :  
Rue :

1. Vous sentez-vous concernée par le cancer du sein ?  
Situez-vous sur cette échelle :

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Non, pas du tout Oui, tout à fait

2. Que pensez-vous du dépistage ?  
.....  
.....  
.....

Avez-vous déjà participé au dépistage du cancer du sein ?  
.....  
.....

Combien de fois ? .....

Où ? .....

3. Pour vous, est-ce utile d'y participer ?  
Si oui, pourquoi ?  
.....  
.....  
.....

Si non, pourquoi ?  
.....  
.....  
.....

4. Avez-vous reçu une ou des invitations à faire un dépistage du cancer du sein ?  
.....  
.....

Qui vous invitait ?  
.....  
.....

Encore merci pour votre précieuse participation !

**ESPACE SANTÉ**

(âge, prénom)

NOM :

Cher(e) leme doktoruz, ipe aydolunze vadi ipe tepelele emele.

Espace Santé, Solidaris mutuelin ve FPS'n sagli egilimi ve promozionuyla iglenen emele.

Kadim saglyla igli inleyici tepelele objektifler çerçevesinde Espace Santé, Saint - Marguerite mahallesinde, 50 yaj ve lere boyanlara goglu karsel taramas alderlemekte.

Buyanlan taranaya rasli igli gonderikemi arafimaya gelyoyuz.

Bundan olkyuda ferisi dimal, yajonlra arlanca, herce yajonlra igli bilgileri ogrenmek istiyoz.

Bu formu fillen doktorunuz ve sllere uygun bir zamanda doktorunuz veya Espace SA, rue des Fontaines Roland 29- 4000 Sllger'e letlis.

Bir pindiler tepelele ediyoz ve saygilarla teleyoz.

Servis solumluz: Armutla

Nelalcha LANGE Dominique BAUCART




Rue de l'Université, 1 - 4000 Lillaz - Tél. : +32(0)4.22.00.00 - Fax : +32(0)4.22.00.00 - espace.sant@espace-sante.be  
www.espace-sante.be

Doğum tarihi:  
Adresi:

Kendiniz bu ölçeğe belirliniz

1. GÖĞÜS KARSINOMASI İÇİN İLGİLİSİNİZ

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hayır ilgil değilim Evet kesinlikle ilgilim

2. Taramaya hakınızda (Göğüs) karsinomaya nezdil ?  
.....  
.....  
.....

Daha önce hiç göğüs karsinoma yapıldınız ?  
.....

Kaç tane ? .....

Herce ? .....

3. Bilgi için yapılmış önlemler ?  
Bilgiye nezdil ?  
.....  
.....

Hizmetler nezdil ?  
.....  
.....

4. Göğüs karsinoma için hiç çağdırılmı ?  
.....  
.....

Herce çağdırılmı ?  
.....  
.....

Kutlamaya ipe lere dimal tepelele emele !

Ligue, date de la poste

Señora,  
Antes que nada, le agradecemos el tiempo dedicado a responder este cuestionario.

Este Espacio de Salud es un servicio que promueve la educación o la salud de la Mujer Solidaria y del FPS.

En el marco de sus objetivos de prevención en materia de salud en las mujeres, Espace Santé está realizando en este momento, en el barrio Jorita - Strogatta, una investigación acción consistente a la detección del cáncer al seno en las mujeres a partir de los 50 años.

Estamos buscando comprender cuál es la reacción de las mujeres frente al examen de detección.

Para ello y para poder obtener las informaciones más cercanas posibles a vuestra realidad, necesitamos conocer vuestra opinión y nuestra experiencia.

Por favor, podría usted llenar este cuestionario, y dejarlo como mejor convenga a usted, ya sea donde su médico o en el Espace M, rue des Fontaines Robard N°25, 4000 Liège.

De antemano le agradecemos el curso que usted hará a este punto, y le rogamos aceptar, señora, nuestros afectuosos saludos.

La responsable del servicio

La animadora

*Natacha LANGÉ*

*Dominique BAUDART*

Natacha LANGÉ

Dominique BAUDART



Rue de Fontaines, 1 - 4000 Liège - Tel : +32(0)4 221.01.00 - Fax : +32(0)4 221.01.00  
www.espacem.be - espace.m@espacem.be

ليج، تاريخ الإرسال

سيدي،  
قبل كل شيء، نشكركم على الوقت الذي خصصتموه لرد على هذا الاستبيان.

Espace Santé هو مشروع نسعى إلى ترقية الصحة و تعليم كيفية الحفاظ عليها، معاه الفصحة تابعة للتصان الصحي FPS و Solidariris.

في نطاق أهدافنا المتعددة في الرقابة الصحية النساء نقوم Espace Santé حاليا ببحث فعال يستهدف في فحص للكشف عن سرطان الثدي عند المرأة التي يتجاوز عمرها 50- و هذا هي سببنا

مهمتنا ( Saine Marguerite )

نحن نبحث عن كيفية رد فعل النساء بالنسبة لهذا الفحص،  
لذا نحن بحاجة لمعرفة آرائكم و لخبرتنا لفهمنا الحضور على معلومات في أقرب وقت ممكن من

وذلك.  
هل يمكنكم ذلك تعبئة هذا الاستبيان من فضلكم و إيداعه كما هو مناسب لك عند طبيبك أو ب

Espace M, Rue des Fontaines Robard 25, 4000 Liège  
نشكركم مسبقا على الاهتمام الذي توليه تجاه الرسالة و نقضلي سيدتي بكونكم تفضلين.

المنظمة

مسؤولة الصحة

*Dominique BAUDART*

*Natacha LANGÉ*

Dominique BAUDART

Natacha LANGÉ



Rue de Fontaines, 1 - 4000 Liège - Tel : +32(0)4 221.01.00 - Fax : +32(0)4 221.01.00  
www.espacem.be - espace.m@espacem.be

Fecha de nacimiento : \_\_\_\_\_  
Dirección : \_\_\_\_\_

1. Se siente usted preocupado por el cáncer al seno ?  
Dale un voto en la escala :  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
No, para nada 5. totalmente

2. ¿ Quiéjese usted del examen de detección ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Alguna vez ha participado en la detección del cáncer ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Cuantas veces ? \_\_\_\_\_  
Dónde ? \_\_\_\_\_

3. Para usted, es útil de participar ?  
En tal caso, ¿ por qué ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Si no, ¿ por qué ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
4. ¿ Alguna vez ha recibido una invitación a pasar un examen de detección ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
De parte de quién ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Gracias, una vez más por nuestra valiosa participación!

تاريخ الإرسال : \_\_\_\_\_  
العنوان : \_\_\_\_\_

1. هل تشعرين بالقلق معية سرطان الثدي ؟  
حدد موافقتك على سلم من 0 إلى 10

2. ما هو رأيك فيما يخص الفحص ؟  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
هل سبق لك أن شاركت في الفحص عن سرطان الثدي ؟  
كم من مرة ؟ \_\_\_\_\_  
أين ؟ \_\_\_\_\_

3. بالنسبة لك هل المشاركة فيه مفيدة ؟  
إذا كانت إيجابية نعم فمفيدة ؟  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
إذا كانت إيجابية لا فمفيدة ؟  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
4. هل وصفتك الاستعداد الأجراء الفحص عن سرطان الثدي ؟  
من أين ؟ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

شكرا على مشاركتك الجيدة.

Rue de Fontaines, 1 - 4000 Liège - Tel : +32(0)4 221.01.00 - Fax : +32(0)4 221.01.00  
www.espacem.be - espace.m@espacem.be

**ESPACE SANTÉ**

Liège, date de la poste

Spazio Salute

Gentile signora,

Innanzitutto la ringraziamo per il tempo dedicato al presente questionario. Espace Santé (Spazio Salute) è il servizio di promozione e d'educazione sanitaria di mutualità Solidaris del FPS.

Nel quadro dei suoi obiettivi di prevenzione in materia di salute delle donne, Espace Santé realizza attualmente una ricerca-azione sull'individuazione (depistaggio) del cancro al seno delle donne di più di 50 anni nella zona di Sainte-Marguerite.

Cerchiamo di comprendere come le donne reagiscono di fronte all'individuazione (depistaggio).

Per ciò abbiamo bisogno di conoscere il suo parere ed il suo vissuto per offrire delle informazioni più vicine possibile alla sua realtà.

La preghiamo di completare questo questionario nel momento opportuno per lei depositandolo, sia presso il suo medico sia all'Espace M, rue des Fontaines Roland 29, 4000 Liège.

La ringraziamo in anticipo per il seguito di questo posto e le preghiamo signora, i nostri migliori saluti.

Risponsabile di servizio: *Natacha Lange*  
 Animatrice: *Dominique Baudart*

**fps** **Solidaris mutualité**

Rue de l'Université, 1 - 4000 Liège - Tél. : +32(0)4.223.01.50 - Fax : +32(0)4.223.01.80 - espace.sante@espacesante.be - www.espacesante.be

Data di nascita:           
 Via:         

1. Si sente concernata dal cancro al seno?  
 Segni su questa scala:

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1

Ho, assolutamente no: \_\_\_\_\_ Sì, completamente: \_\_\_\_\_

2. Che pensa dell'individuazione (depistaggio) del cancro al seno?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Ha già fatto l'individuazione (depistaggio) del cancro al seno?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Quante volte? \_\_\_\_\_  
 Dove? \_\_\_\_\_

3. E quest'ultimo?  
 Se sì, perché? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Se no, perché? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

4. Ha già ricevuto una o più inviti da fare l'individuazione (depistaggio) del cancro al seno?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Chi l'ha invitato? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Anzitutto grazie per la sua partecipazione preziosa!

## Annexe 13 :

### SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Lettre de sensibilisation des médecins au projet et demande de remplir des questionnaires avec les femmes du groupe-cible

**ESPACE SANTÉ**

Liège, date de la poste

Madame,

Tout d'abord, nous vous remercions du temps pris à répondre à ce questionnaire.

Espace Santé est le service de promotion et d'éducation à la santé de la mutualité Solidaris et des FPS.

Dans le cadre de ses objectifs de prévention en matière de santé des femmes, Espace Santé réalise actuellement une recherche-action sur le dépistage du cancer du sein des femmes à partir de 50 ans, dans le quartier Sainte-Marguerite.

Nous cherchons à comprendre comment les femmes réagissent face au dépistage.

Pour cela, nous avons besoin de connaître votre avis, votre vécu, pour obtenir des informations les plus proches possible de votre réalité.

Pourriez-vous, s'il vous plaît, compléter ce questionnaire, et le déposer à votre meilleure convenance, soit chez votre médecin, soit à Espace M, rue des Fontaines Roland 29, 4000 Liège.

Nous vous remercions d'avance pour la suite que vous donnerez à ce courrier, et vous prions d'accepter, Madame, nos meilleures salutations.

La responsable du service L'animatrice

Natacha LANGE Dominique BAUDART

**fps** **Solidaris mutualité**

Rue de l'Université, 1 - 4000 Liège - Tél. : +32(0)4.223.01.50 - Fax : +32(0)4.223.01.80 - espace.sante@espacesante.be - www.espacesante.be

Etes-vous une femme ? ...  
 Etes-vous un homme ? ...  
 Adresse professionnelle : .....

1. Vous sentez-vous concerné-e par le cancer du sein ?  
 Situez-vous sur cette échelle :  
 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
 Non, pas du tout Oui, tout à fait

2. Que pensez-vous du dépistage ?  
 .....

Que pensez-vous du mammothest ?  
 .....

Préférez-vous la mammographie diagnostique ?  
 Oui - Non  
 Pourquoi ? .....

3. Conseillez-vous le mammothest à vos patientes ?  
 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
 Non, pas du tout Oui, tout à fait  
 Pourquoi ? .....

Conseillez-vous la mammographie diagnostique à vos patientes ?  
 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
 Non, pas du tout Oui, tout à fait  
 Pourquoi ? .....

4. Comment vos patientes réagissent-elles quand vous leur parlez du dépistage ?  
 .....

Nous vous remercions pour toutes ces informations précieuses pour notre travail !

Rue de l'Université, 1 - 4000 Liège - Tél. : +32(0)4.223.01.50 - Fax : +32(0)4.223.01.80 - espace.sante@espacesante.be - www.espacesante.be

**Annexe 14 :**

**SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Publicité de l'animation « Mon corps, mes seins, ma santé » à destination des femmes**



**MON CORPS,  
 MES SEINS,  
 MA SANTÉ**

Vous êtes une femme et vous avez plus de 50 ans. Vous voulez mieux comprendre votre santé. Cette animation peut vous y aider. Selon les différentes étapes de la vie et notre environnement, notre corps et nos seins sont perçus différemment. Notre société nous parle beaucoup de maladies ou de concepts de beauté... Au-delà des doutes et des questions, comment se sentir mieux dans son corps, être en accord avec ses seins ?

Comprendre ce corps qui change, la prévention, le coût de la santé... Des discussions, des images, des échanges pour chercher ensemble les représentations de la santé, dans notre société mais aussi dans d'autres cultures.

A travers des informations objectives, comprendre ce qu'est "un sein", dégager des pistes pour en prendre soin et informer sur le dépistage du cancer du sein.

*Une animation sur le corps et la santé des femmes*

Public : féminin, à partir de 50 ans.  
 Durée : 2 rencontres de 2h (journée ou soirée)

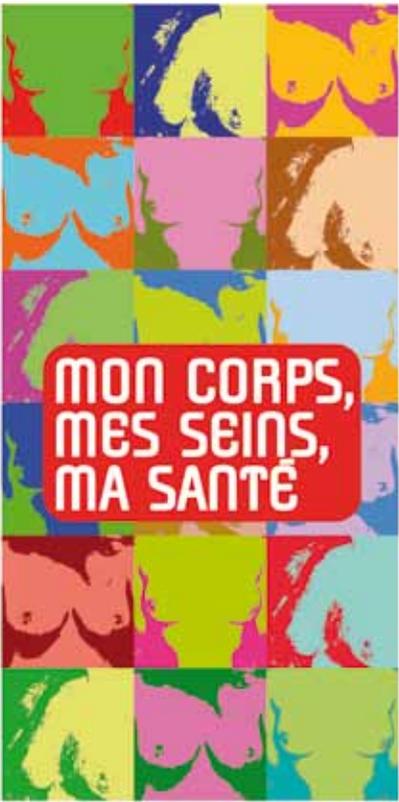
Pour participer ou pour toutes questions :  
 Espace Santé  
 Avenue Maurice Destenay, 3 - 4000 Liège  
 Tél. : 04/223.01.50 - Fax : 04/223.01.80  
 espace.sante@espacesante.be



Avec le soutien du service de l'éducation permanente de la Communauté Française et de la Région wallonne.

## Annexe 15 :

SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Publicité de l'animation « Mon corps, mes seins, ma santé » à destination des professionnels



**MON CORPS,  
MES SEINS,  
MA SANTÉ**

Vous êtes une femme et vous avez plus de 50 ans. Vous voulez mieux comprendre votre santé. Cette animation peut vous y aider. Selon les différentes étapes de la vie et notre environnement, notre corps et nos seins sont perçus différemment. Notre société nous parle beaucoup de maladies ou de concepts de beauté... Au-delà des doutes et des questions, comment se sentir mieux dans son corps, être en accord avec ses seins ?

Comprendre ce corps qui change, la prévention, le coût de la santé... Des discussions, des images, des échanges pour chercher ensemble les représentations de la santé, dans notre société mais aussi dans d'autres cultures.

A travers des informations objectives, comprendre ce qu'est "un sein", dégager des pistes pour en prendre soin et informer sur le dépistage du cancer du sein.

*Une animation sur le corps et la santé des femmes*

Public : féminin, à partir de 50 ans.  
Durée : 2 rencontres de 2h (journée ou soirée)

Pour participer ou pour toutes questions :  
Espace Santé  
Avenue Maurice Destenay, 3 - 4000 Liège  
Tél. : 04/223.01.50 - Fax : 04/223.01.80  
espace.sante@espacesante.be

**ESPACE SANTÉ**

"Mon corps, mes seins, ma santé",  
une animation du service Espace Santé

ESPACE SANTÉ  

Avec le soutien du service de l'éducation permanente de la Communauté française et de la Région wallonne.

## Annexe 16 :

SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Article sur l'animation « Mon corps, mes seins, ma santé » paru dans le journal local



**SALUT MAURICE...TTE!**  
61 Février 2011

**« MON CORPS J'EN PRENDS SOIN ! »  
À STE-MARGUERITE**

Espace Santé. Service de promotion de la santé de la mutualité Solidaris et des FPS

**CA SE PASSE CHEZ NOUS**

**FAR QUI ?** Par Dominique Baudart, animatrice d'Espace Santé.

**OÙ ?** Dans différentes associations du quartier ou chez vous, en groupe (min. 6 personnes) avec vos amies ou vos connaissances, si vous voulez.

**QUAND ?** A partir de février 2011, en journée ou en soirée, dates à fixer.

**PRIX ?** Gratuit ! En plus, vous recevrez des astuces pour vous soigner aussi bien et moins cher !

Pour tout renseignement ou question, contactez Dominique Baudart, au service ESPACE SANTÉ, en téléphonant au 04/223.01.50.

**Quelques informations sur le projet :**

Espace Santé, le Service de Promotion de la Santé de la mutualité Solidaris et des FPS, a depuis début 2010 un projet, « Santé des femmes » sur le quartier Ste Marguerite.

Ce projet concerne les femmes à partir de 50 ans, et principalement la prévention, par rapport au dépistage du cancer du sein.

L'objectif pour la mutualité Solidaris et les FPS est d'augmenter la participation au dépistage du cancer du sein et de donner un maximum de chances aux femmes de tous les milieux socio-économiques d'y participer.

Des séances d'animation auront lieu dans le quartier à partir de février.

Je vous propose :

- **QUOI ?** Une animation de 2 séances de 2 heures qui s'appelle « Mon corps, j'en prends soin ! »
- **POUR QUI ?** Pour les femmes du quartier à partir de 50 ans.

Dominique Baudart Espace Santé

**20**

## Annexe 17 :

SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Carton d'invitation à la table-ronde sur le dépistage du cancer du sein envoyé aux médecins de Liège et environs

**Table ronde**  
**DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN**  
POSTES ET RÉPLICATIONS POUR AMPLIFIER LES MESSAGES  
DESTINÉS AUX FEMMES DE LA RÉGION LIÉGEOISE  
jeudi 20 octobre 2011 de 20h à 22h30

ALLEZ! JE ME LANCE!

www.solidaris-liege.be

**AU PROGRAMME**

Allocution de bienvenue  
Pierre Annet, Secrétaire Général de la Mutualité Solidarité, Liège.

Recherche-action des mutualité socialistes-Solidaris et des FPS sur le dépistage au cancer du sein : freins à la participation des femmes et rôle des médecins  
Dr Pierre BALDEWYNS, Service de Promotion de la Santé de l'UNMS, Bruxelles.

Evolution de la participation et de la fidélisation au dépistage du cancer du sein  
Dr Valérie FABRI, Médecin-Conseiller, Direction Médicale de l'UNMS, Agence Intermutualiste.

Le dépistage du cancer du sein et le mammothest  
Pr Anne VANDENBROUCKE, Coordinatrice du Centre Communautaire de Référence pour le dépistage des cancers en Communauté française.

Action de terrain pour la promotion du dépistage du cancer du sein dans le quartier Sainte-Marguerite à Liège : quels constats ?  
Dominique BAUDART, Animatrice à Espace Santé, service de Promotion de la Santé de la mutualité Solidarité et des FPS Liège et Sarah HIBO, Service Etudes des FPS, Bruxelles.

Modératrice : Dr Anne Devillers, Médecin Conseil chef à la mutualité Solidarité, Liège.

Jeudi 20 octobre 2011 de 20h à 22h30 (accueil à partir de 19h30)  
Rue Edouard Remouchamps, 2 - 4020 Liège (près de la Médiacité) Salle des FPS, 1<sup>er</sup> étage  
Participation gratuite - Inscriptions via le bulletin d'inscription ou par téléphone : 04/223.01.50, ou espace.sante@espacesante.be  
Accréditation INAMI en éthique et économie

## Annexe 18 :

SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE - Brochure « Mammothest. Aller ! Je me lance ! Santé des seins mode d'emploi » proposée aux affiliées de 50 à 69 ans habitant Liège

**MAMMOTEST**  
**ALLEZ!**  
**JE ME LANCE!**  
SANTÉ DES SEINS MODE D'EMPLOI

www.solidaris-liege.be

**Sommaire :**

Le mammo... quoi ?	3
Mieux vaut prévenir que guérir	4
Première invitation	6
Déjà invitée	8
Pas d'invitation reçue	10
Mon corps ma santé	12
Que peut-on faire pour vous ?	13
Lexique	14

Les mots **surlignés en jaune** sont expliqués dans le lexique.

ESPACE SANTÉ

(c) Espace Santé 2012. Espace Santé est le service de promotion de la santé de la mutualité Solidarité et des FPS.  
www.espacesante.be - www.solidaris-liege.be  
Editrice responsable : Dominique Dauby, 36, rue Douffet - 4020 Liège.  
Illustrations et mise en page : Jean-Marc Ernes.  
Remerciements particuliers à Dominique Baudart et Anne-Françoise Gerday (Espace Santé) et Pr. Anne Vandembroucke (CCR).  
Coordination : Natacha Lange.

## LE MAMMO... QUOI ?

Le **mammotest** est la mammographie réalisée dans le cadre du programme de **dépistage** du **cancer du sein**, organisé depuis 2002 en Communauté française.

Dans le cadre de ce programme, toutes les femmes âgées entre 50 et 69 ans peuvent recevoir une année sur deux une **mammographie** (= radiographie des seins) de qualité contrôlée et gratuite. La plupart du temps, cet examen permet de vérifier que tout va bien. Tous les deux ans, chaque femme située dans la tranche d'âge reçoit chez elle un courrier d'invitation pour passer le **mammotest**.

Le **mammotest** a été décidé en terme de santé publique, car décelé tôt, un cancer du sein se guérit dans la majorité des cas.

Le service Espace Santé, sur base d'expériences vécues par les femmes et par les professionnels de terrain, a réalisé cette brochure « santé des seins / mode d'emploi ». Ses objectifs sont : d'informer sur le **dépistage** du **cancer du sein**, d'informer sur le **mammotest**, de permettre aux femmes de faire des choix pour leur santé en connaissance de cause et de donner des contacts utiles pour en savoir plus.

Nous vous souhaitons une bonne lecture...

3

## MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

**1/ Prenez le temps de choisir des professionnels de santé (généraliste, gynécologue, ...) avec lesquels vous vous sentez en confiance :**

- par vos ami-e-s, vos connaissances,
- par votre pharmacien,
- par votre mutualité.

Il est important que vous ayez confiance en votre médecin référent (généraliste ou gynécologue) pour le suivi de votre santé !

Vous avez déjà un professionnel de santé de confiance qui vous suit, continuez sur votre lancée !

MÉDECIN RÉFÉRENT

4



PRÉVENIR

### 2/ Pensez au dépistage du cancer du sein et participez au mammotest.

Le **mammotest** est une radiographie des seins réalisée dans une **unité de mammographie agréée**. Cet examen est gratuit et recommandé tous les 2 ans. Il permet de rechercher une éventuelle anomalie.

Lors du **mammotest**, il est important que vous donniez le nom d'un médecin référent (généraliste ou gynécologue) car c'est lui qui recevra les résultats de votre **mammographie**.



## PREMIÈRE INVITATION

**Vous venez de recevoir pour la 1<sup>ère</sup> fois votre invitation pour passer le mammotest ?**

**Renseignez-vous sur les avantages et inconvénients de ce dépistage :**

- auprès de votre médecin référent (généraliste/gynécologue),
- auprès du Centre communautaire de référence (CCR) au 010/23.82.71,
- auprès de votre entourage.

Une fois bien informée, choisissez librement de faire ou non ce **dépistage**.

**Vous souhaitez passer un mammotest ?**

1/ Prenez rendez-vous auprès d'une **unité de mammographie agréée**. La liste est annexée à la lettre d'invitation et disponible au 010/23.82.71 (CCR) ou sur [www.lemammotest.be](http://www.lemammotest.be). Notez votre rendez-vous dans votre **cahier de santé** ou ailleurs pour ne pas l'oublier.

PREMIÈRE INVITATION

6

## 2/ Le jour J

### Petits conseils vestimentaires

- Ne mettez pas de crème sur la peau,
- Mettez un pantalon et un haut,
- Ne mettez pas de bijoux,
- Prenez un châle ou un foulard pour mettre sur vos épaules une fois votre haut enlevé.

### Prenez :

- Votre invitation, c'est elle qui vous donne accès au mammothest,
- Votre carte SIS + 2 vignettes de mutuelle,
- Les coordonnées de votre médecin référent.

Vous devez donner toutes ces informations ou documents à l'accueil de l'**unité de mammographie agréée**.

## 3/ Les résultats

Ils seront envoyés à votre médecin référent au plus tard une semaine après l'examen. Prenez contact avec lui pour les obtenir. Dans la majorité des cas, les résultats sont **négatifs**. Cela veut dire que tout est normal.

### Vous ne souhaitez pas passer le mammothest ?

Si vous avez des craintes ou envie d'informations sous forme d'animation, participez à l'animation « Mon corps, mes **seins**, ma santé » du service Espace Santé (04/223.01.50). Ainsi, vous choisirez en connaissance de cause. Et surtout, la décision de faire ou pas un **mammothest** vous appartient.

PREMIERE INVITATION

## 2/ Le jour J

### Petits conseils vestimentaires

- Ne mettez pas de crème sur la peau,
- Mettez un pantalon et un haut,
- Ne mettez pas de bijoux,
- Prenez un châle ou un foulard pour mettre sur vos épaules une fois votre haut enlevé.

### Prenez :

- Votre invitation, c'est elle qui vous donne accès au mammothest,
- Votre carte SIS + 2 vignettes de mutuelle,
- Les coordonnées de votre médecin référent.

Vous devez donner toutes ces informations ou documents à l'accueil de l'**unité de mammographie agréée**.

## 3/ Les résultats

Ils seront envoyés à votre médecin référent au plus tard une semaine après l'examen. Prenez contact avec lui pour les obtenir. Dans la majorité des cas, les résultats sont **négatifs**. Cela veut dire que tout est normal.

### Vous ne souhaitez pas passer ou repasser le mammothest ?

Si vous avez des craintes ou envie d'informations sous forme d'animation, participez à l'animation « Mon corps, mes **seins**, ma santé » du service Espace Santé (04/223.01.50). Ainsi, vous choisirez en connaissance de cause. Et surtout, la décision de faire ou pas un **mammothest** vous appartient.

DÉJÀ INVITÉE

# DÉJÀ INVITÉE

**Vous recevez l'invitation pour la 2<sup>ème</sup> ou x<sup>ème</sup> fois.  
Vous souhaitez passer ou repasser le mammothest ?**

1/ Prenez ou reprenez rendez-vous avec une **unité de mammographie agréée** pour votre suivi tous les 2 ans.

Notez votre rendez-vous dans votre **cahier de santé** ou ailleurs pour ne pas l'oublier.

Un **dépistage**, ce n'est pas comme un vaccin. Si le résultat est **négatif**, cela signifie que vos **seins** sont en bonne santé. Cela ne veut pas dire que vous êtes protégée comme un vaccin contre une maladie. Pour cette raison, entre deux **dépistages** (durée de deux ans), soyez attentive à vos **seins** et surtout contactez votre médecin à la moindre question.

DÉJÀ INVITÉE

# PAS D'INVITATION REÇUE

**Vous n'avez pas reçu d'invitation ?**

**Vous n'avez pas entre 50 et 69 ans.**

Le **mammothest** concerne uniquement les femmes âgées entre 50 et 69 ans.

**Vous avez entre 50 et 69 ans.**

1/ Renseignez-vous sur les avantages et inconvénients de ce dépistage :

- auprès de votre médecin (généraliste/gynécologue),
- auprès du Centre communautaire de référence (CCR) au 010/23.82.71,
- auprès de votre entourage.

Bien informée, choisissez librement de faire ou non ce **dépistage**.

2/ Prenez contact :

- avec le Centre communautaire de référence (CCR) 010/23.82.71 à propos de votre invitation,
- avec votre médecin référent pour obtenir une prescription pour le **mammothest**.

3/ Prenez rendez-vous auprès d'une **unité de mammographie agréée**. La liste est disponible au 010/23.82.71 (CCR) ou sur le site [www.lemammothest.be](http://www.lemammothest.be).

Notez votre rendez-vous dans votre **cahier de santé** ou ailleurs pour ne pas l'oublier.

PAS D'INVITATION REÇUE

10

#### 4/ Le jour J

##### Petits conseils vestimentaires

- Ne mettez pas de crème sur la peau,
- Mettez un pantalon et un haut,
- Ne mettez pas de bijoux,
- Prenez un châle ou un foulard pour mettre sur vos épaules une fois votre haut enlevé.

##### Prenez :

- Votre prescription,
- Votre carte SIS + 2 vignettes de mutuelle,
- Les coordonnées de votre médecin référent.

Vous devez donner toutes ces informations ou documents à l'accueil de l'**unité de mammographie agréée**.

#### 5/ Les résultats

Ils seront envoyés à votre médecin référent au plus tard une semaine après l'examen. Prenez contact avec lui pour les obtenir. Dans la majorité des cas, les résultats sont **négatifs**. Cela veut dire que tout est normal.

#### Vous ne souhaitez pas passer le mammothest ?

Si vous avez des craintes ou envie d'informations sous forme d'animation, participez à l'animation « Mon corps, mes **seins**, ma santé » du service Espace Santé (04/223.01.50). Ainsi, vous choisirez en connaissance de cause. Et surtout, la décision de faire ou pas un **mammothest** vous appartient.

PAS D'INVITATION REÇUE

## QUE PEUT-ON FAIRE POUR VOUS ?

#### DMG+ (Dossier Médical Global +)

Demandez votre **DMG+** à votre médecin référent pour un meilleur suivi de votre santé et pour obtenir des soins moins chers (comme un bilan de santé complet une fois par an).  
Demandez aussi des informations à votre Mutualité.

#### Pour commander les brochures suivantes :

**DMG+** et **Carnet de santé**, contactez-nous au 04/223.01.50.

#### Pour commander les outils de la campagne « mammothest » :

contactez l'asbl Question Santé,  
par mail : [info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org)

#### Contacts et numéros de téléphone utiles :

- Centre communautaire de référence (CCR) : 010/23.82.71
- Espace santé : 04/223.01.50
- Accueil center de Solidarité : 04/341.62.11
- Centre de Planning Familial : 04/223.13.73

#### Sites utiles :

- [www.espacesante.be](http://www.espacesante.be)
- [www.mammothest.be](http://www.mammothest.be)
- [www.soinsrembourses.be](http://www.soinsrembourses.be)



NOUS POUR VOUS

11

## MON CORPS MA SANTÉ

#### Prenez soin de votre santé

##### Adoptez le programme 30-5-8 :

Par jour : Bougez 30 minutes  
Mangez 5 fruits et/ou légumes

Par nuit : Dormez 8h

Consultez votre médecin référent au moins une fois par an pour le suivi de votre santé de femme. Et restez attentive à votre corps, à vos **seins** et à votre santé.

Adoptez l'attitude « **prévention** ».



MON CORPS MA SANTÉ

12

## LEXIQUE

#### Cancer du sein :

Les seins sont constitués de milliers de cellules qui forment les glandes mammaires.

Ces cellules meurent et se renouvellent continuellement. Parfois, des cellules peuvent se multiplier de façon anormale et former une tumeur (une toute petite boule qui peut grossir). Soit la tumeur est « bénigne », ce n'est pas un cancer. Soit la tumeur est « maligne », c'est un cancer. Les cellules de cette boule se développent très vite et détruisent les autres cellules en bonne santé.

#### Carnet de santé :

C'est un carnet gratuit proposé par la mutualité Solidarité. Ce carnet peut vous servir d'aide mémoire pour noter ce qui concerne votre santé et celle de votre famille. Vous pourrez y noter les vaccins, dépistages, opérations, rendez-vous médicaux...

Il est préférable d'avoir un carnet par personne. Emportez-le avec vous lors de vos rendez-vous santé.

#### Dépistage :

C'est une démarche (une action) qui vise à découvrir, au plus tôt en l'absence de symptômes (de signes), des anomalies (irrégularités) susceptibles d'être cancéreuses ou dévoluer vers un cancer.

#### DMG+ :

C'est une partie spécifique du DMG (Dossier Médical Global) consacré à la prévention et qui concerne uniquement les personnes âgées de 45 à 75 ans. Le DMG+ propose un « module prévention » qui permet de bénéficier d'un bilan de santé complet une fois par an, entièrement remboursé par la mutualité. Un des 6 points de ce module prévention est entre autres le dépistage du cancer du sein.

14

### Mammographie :

C'est une radiographie des deux seins qui se fait uniquement sur prescription médicale dans un service de radiologie. Il n'y a pas d'âge défini. Il est possible d'avoir les résultats le jour même. Le prix de cet examen dépendra des honoraires du médecin choisi et du prix de l'examen en lui-même.

### Mammotest :

C'est une radiographie de dépistage des deux seins, pour les femmes entre 50 et 69 ans. Cet examen se pratique tous les deux ans, sur invitation reçue à domicile ou sur prescription médicale. Cette radiographie est réalisée dans une unité de mammographie agréée. Il faut environ une semaine pour que le médecin référent reçoive les résultats. Le mammotest est gratuit.

### Prévention :

C'est une attitude (un comportement) ou l'ensemble des mesures à prendre pour éviter que l'état de santé ne se dégrade.

### Sein :

Le sein contient une vingtaine de lobes glandulaires entourés de tissus graisseux.

### Unité de mammographie agréée :

C'est un service de radiologie situé dans un centre médical, un hôpital ou un centre privé, qui répond à des critères de qualité rigoureux et contrôlés :

- Le radiologue a reçu une formation spéciale et doit avoir une grande expérience technique et pratique.
- Les appareils sont strictement contrôlés au niveau qualité technique.
- La radiographie des seins est analysée par un 2<sup>ème</sup> voire un 3<sup>ème</sup> radiologue pour être sûr du résultat transmis au médecin référent.

15

**MAMMOTEST**  
**ALLEZ!**  
**JE ME LANCE!**  
SANTÉ DES SEINS MODE D'EMPLOI

ESPACE SANTÉ  
www.espacesante.be

Fédération Wallonie-Bruxelles

Avec le soutien du Ministère de la Santé de la Fédération Wallonie-Bruxelles

## Annexe 19 :

### MONT-À-LEUX, MOUSCRON - Lettre d'invitation à la séance d'information envoyée au public-cible

Mutualité Socialiste  
du Hainaut Occidental

Femmes Prévoyantes Socialistes  
**Samira Bouguerra**  
☎ 069/76 55 94

Ath, le 8 avril 2011.

Chère Membre,

Concerne : votre dépistage du cancer du sein, appelé mammotest.

Vous avez reçu ou allez recevoir un courrier de la Communauté Française vous invitant à pratiquer, gratuitement, un dépistage du cancer du sein appelé mammotest.

Cet examen suscite souvent des interrogations et provoque parfois des peurs.

Afin de répondre à toutes vos questions, nous vous invitons à une séance d'information le jeudi 28 avril de 18h30 à 20h30, au Foyer de l'amitié, rue de la Martinoire, 80 à 7700 Mouscron.

Merci de confirmer votre présence au 069/76 55 94 ou par mail à [samira.bouguerra@msho.be](mailto:samira.bouguerra@msho.be).

Dans l'attente de vous rencontrer, nous vous présentons, Chère Membre, nos cordiales salutations.

Jean-Pierre Genbauffe, Secrétaire-Trésorier  
Mutualité Socialiste du Hainaut Occidental.

Anne Spitals, Secrétaire-Trésorière  
Femmes Prévoyantes Socialistes.

Logo WP Wallonie picarde

Mutualité Socialiste du Hainaut Occidental - CA 314 - www.msho.be - info314@msho.be  
Siège social rue du Fort, 48 - 7800 Ath - T 069/26 42 42 - F 069/26 42 46  
Site de Mouscron rue du Val, 2 - 7700 Mouscron - T 069/55 27 27 - F 069/55 27 38

## Annexe 20 :

SAINT-HUBERT, NORD ET CENTRE - Invitation à la table-ronde de juin 2010 envoyée au public-cible

Service Education Santé  
V/correspondante: Ch. Duroy  
☎ 061/23.12.96  
[christine.duroy@mutsoc.be](mailto:christine.duroy@mutsoc.be)

Saint-Hubert, le 3 juin 2010

**Objet: dépistage du cancer du sein pour les femmes âgées de 50 ans à 69 ans**

Madame,

Aujourd'hui encore, 7 femmes par jour décèdent en Belgique des suites d'un cancer du sein. Des chiffres qui font froid dans le dos, des chiffres que l'on peut faire changer. Parmi les outils de prévention pour faire face à cette maladie figure le mammothest, une radiographie des seins qui permet de vérifier l'absence ou la présence d'anomalie dans les seins.

Le Service Education Santé de la Mutualité Socialiste du Luxembourg et les Femmes Prévoyantes socialistes vous proposent d'en parler lors d'une table-ronde  
**le lundi 21 juin prochain de 14h00 à 15h30**  
à la Mutualité Socialiste du Luxembourg (salle Mimosa)  
place de la Mutualité 1 à Saint-Hubert.

Nous vous proposerons la projection d'un mini film et un débat autour de cette problématique. Un moment de détente autour d'un morceau de tarte et un café clôturera cette après-midi.

En espérant vous compter parmi les présentes, recevez Madame, nos sincères salutations.

L'animatrice,

La chef de service,

Ch. DUROY

C. LAURENT

## Annexe 21 :

SAINT-HUBERT, NORD ET CENTRE - Publicité pour la table ronde du juin 2010 affichée à divers endroits de la ZAP

**Le Mammothest en questions**

Depuis 2001, la Communauté française organise le dépistage gratuit « Mammothest » du cancer du sein pour les femmes de 50 à 69 ans.

Pour différentes raisons, trop peu de femmes y participent régulièrement.

C'est pourquoi les Femmes Prévoyantes Socialistes et le Service Education Santé vous proposent

**Une table-ronde**  
**Le mammothest en questions**

**Le lundi 21 juin de 14h à 15h30**

Cet échange sera suivi d'un moment convivial et sucré!

Pour vous remercier de votre participation, un petit cadeau vous sera offert.

**Renseignements et inscriptions au 061/23.12.96**

**La Mutualité Socialiste**  
LA FORCE DE LA SOLIDARITÉ

EL - INFORMATION - C. LAURENT / J. VAN DEN BERGHE - 061/23.12.96

## Annexe 22 :

SAINT-HUBERT, NORD ET CENTRE - Questionnaire complété par les femmes pour le diagnostic lors de la table-ronde de juin 2010

### Le mammothest en questions

En Belgique, une femme sur 11 sera atteinte d'un cancer du sein à un moment de sa vie.

Le dépistage permet de détecter un cancer le plus petit possible, et souvent de découvrir la maladie avant l'apparition de symptômes.  
Au plus tôt une tumeur est détectée, au mieux elle sera soignée.

Un programme fédéral propose, tous les 2 ans, aux femmes de 50 à 69 ans un dépistage gratuit et de qualité appelé « mammothest ».

Peu de femmes participent à un dépistage. Les FPS (Femmes Prévoyantes Socialistes) mènent une enquête pour tenter de comprendre pourquoi.

Dans quelle tranche d'âge vous situez-vous?

	de 40 à 49		de 61 à 69
	de 50 à 55		+ de 70 ans
	de 56 à 60		

Vous sentez-vous concernée par le cancer du sein?

	Un peu		Beaucoup
	Moyennement		Sans avis

Que pensez-vous du dépistage?

-----  
-----  
-----

Quand vous entendez les mots "cancer du sein", quelle réaction cela suscite-t-il chez vous ?

*Merci d'entourer une ou plusieurs propositions, libre à vous d'en ajouter !*

douleur   peur   colère   ennui   interrogation   tristesse   ...

Connaissez-vous le mammothest ?

*Merci d'entourer votre réponse*

Oui   Non

Avez-vous déjà réalisé un mammothest ?

*Merci d'entourer votre réponse*

Oui   Non

Pourquoi avez-vous décidé de passer un mammothest/une mammographie?

*Voici 9 propositions, choisissez celles qui correspondent le mieux à votre situation*

1	parce que tout le monde en parle autour de moi et je me suis dit qu'il était temps de le faire
2	parce qu'un de mes proches me l'a conseillé
3	parce que j'ai reçu une lettre d'invitation
4	dans un souci de prévention, car je me sens concernée par ma santé
5	parce qu'il y a des antécédents de cancer dans ma famille
6	parce que j'ai déjà eu un kyste, une tumeur, un cancer du sein ou une opération chirurgicale au niveau d'un sein
7	parce que mon médecin de famille me l'a conseillé, sans qu'il n'y ait quelque chose d'anormal
8	parce que mon gynécologue me l'a conseillé, sans qu'il n'y ait quelque chose d'anormal
9	parce que j'ai ressenti une douleur au niveau des seins
10	parce que j'ai remarqué moi-même quelque chose d'anormal à l'un de mes seins (une boule, par exemple)
11	parce que mon médecin a remarqué quelque chose d'anormal à l'un de mes seins pendant un examen
12	autre: ...

Vous connaissez le mammothest :

Comment en avez-vous entendu parler ?

*Merci de cocher une ou plusieurs des propositions suivantes :*

- j'ai vu le spot télé
- j'ai entendu le spot radio
- mon médecin m'en a parlé
- mon gynécologue m'en a parlé
- Autre(s) :

En quoi le mammothest est-il différent d'autres mammographies ?

-----  
-----

Quel est le centre agréé le plus proche de chez vous pour faire le mammothest ?

-----

Comment avez-vous réagi face à la campagne de dépistage du cancer du sein « mammothest » ?

*Merci d'entourer une ou plusieurs propositions, ou d'en ajouter !*

peur                      colère                      perplexité  
Enthousiasme            ennui                      soulagement  
...                          Intérêt

Qu'est-ce qui vous inciterait le plus à effectuer une mammographie?

*Pour ces 11 propositions, précisez si elles peuvent vous inciter à faire une mammographie ou non.*

Une prescription du médecin	OUI - NON
Une invitation avec une date de rendez-vous déterminée	<u>OUI</u> - NON
Une invitation plus personnalisée	OUI - NON
Une séance d'information sur le lieu de travail	OUI - NON
Une information sur la maladie et le dépistage de la part de la mutuelle	OUI - NON
La proximité d'un centre de dépistage	OUI - NON
Pouvoir en discuter avec d'autres femmes	OUI - NON
Des conférences qui exposeraient les avantages du mammothest et le déroulement de l'examen	OUI - NON
Des témoignages de femmes sur le mammothest	OUI - NON
Des brochures détaillées qui exposeraient les avantages du dépistage et le déroulement de l'examen	OUI - NON
Des affiches publicitaires dans les lieux publics	OUI - NON
Des spots publicitaires, des émissions à la radio, à la télévision	
Autre: ...	OUI - NON

A votre avis, pourquoi y a-t-il si peu de femmes qui participent au dépistage du cancer du sein ?

-----  
-----  
-----

Pensez-vous qu'il faudrait améliorer cette situation ?

Oui ! Comment ?

-----  
-----  
-----

Non ! Pourquoi ?

-----  
-----  
-----

**Merci de votre participation !**

Contact :

Christine DUROY  
Service Education Santé – FPS  
061/23.12.96  
Christine.duroy@mutsoc.be

Editeur responsable :

Claudine LAURENT  
Place de la Mutualité 1 - 6870 SAINT-HUBERT



## Annexe 23 :

SAINT-HUBERT, NORD ET CENTRE - Support à la formation des aides familiales

### Information: Programme de dépistage du cancer du sein

CSD Saint-Hubert

09 juin 2011

Depuis 2001, la Communauté française organise le dépistage gratuit du cancer du sein pour les femmes de 50 à 69 ans (campagne « Mammothest »).

Avant la première campagne de dépistage, plus de la moitié des femmes de 50 à 69 ans ne passaient jamais de mammographie (seulement 38% des femmes de 50 à 69 ans se faisaient spontanément dépister. Parce qu'elles ne savaient pas que c'était important, qu'elles n'y pensaient pas ou qu'elles trouvaient que c'était payer cher pour pas grand-chose...

Or, pour obtenir des résultats significatifs avec un tel programme, l'*Europe contre le Cancer* recommande un taux de participation d'au moins 70%.

L'Union Nationale des Mutualités socialistes soutient la campagne au travers d'interventions de sa Direction Médicale, de ses Services Etudes, Communication et Promotion de la Santé et des Femmes Prévoyantes Socialistes, avec l'appui des Mutualités régionales.

### Prévenir un cancer du sein?



Prévenir une maladie,  
c'est avoir des comportements et vivre dans des  
environnements qui diminuent les risques de l'attraper.

- Ce n'est pas efficace à 100%
- On ne choisit pas ses environnements!
- Pas facile changer de comportements!



## Pour prévenir le cancer du sein ?

### Il faudrait:

- Naître dans une famille « sans » !
- Avoir ses premières règles tard !
- Avoir une première grossesse tôt !
- Avoir beaucoup de grossesses !
- Allaiter à chaque fois longtemps !
- Avoir sa ménopause tard !

## Pour prévenir le cancer du sein ?

### Il faudrait aussi:

- Avoir de bonnes habitudes de vie
- Avoir une alimentation variée, équilibrée
- Manger des fruits, des légumes, des fibres, ...
- Avoir un poids « OK »
- Boire de l'alcool modérément
- Ne pas fumer ou le moins possible
- « Bouger » (Pieds, vélo, sport...)

**MAIS CE N'EST PAS TOUJOURS FACILE**



Qu'est-ce que le dépistage?

Ça ?



Le dépistage est le fait de rechercher chez une personne en bonne santé apparente des signes d'une maladie avant qu'elle ne se déclare.

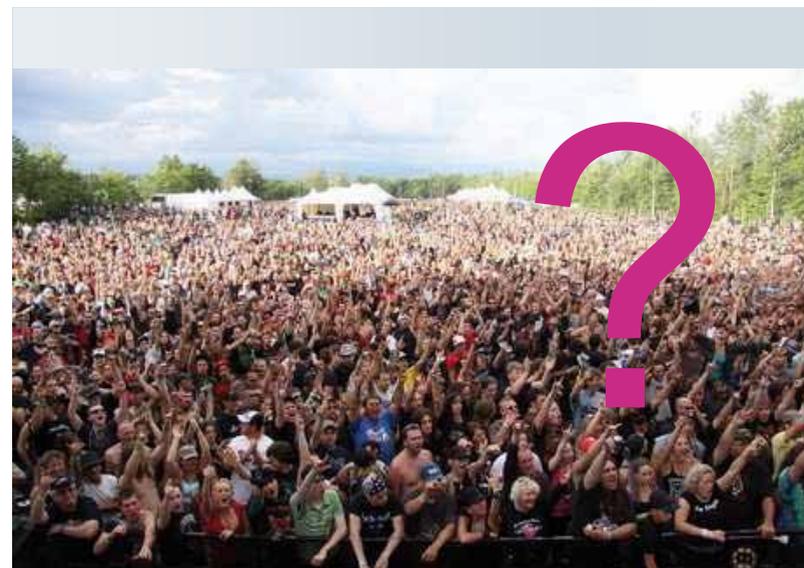
Le dépistage d'une maladie ne sert pas à la prévenir, il tente de la dépister, c'est-à-dire de la trouver alors qu'il n'y a pas encore de symptômes...

Autrement dit...  
Avant dépistage: Je ne suis pas malade »  
Après un dépistage qui a trouvé la maladie: Je suis malade »

Qui se sent motivé ?



Plutôt ça!



**Pour quelles maladies organiser un dépistage systématique ?**

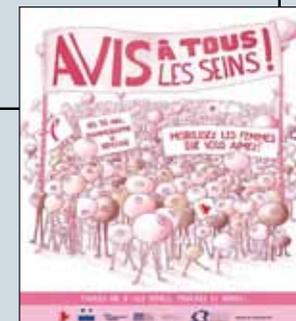
Maladie fréquente	1 femme sur 10 !
Maladie grave	Cancer dont les femmes meurent le plus !
Maladie traitable	Traitements de plus en plus efficaces!
Test facile pour la détecter	Radiographie

Diagnostic	Dépistage
On se plaint de quelque chose.	On ne se plaint de rien.
Mise au point d'une anomalie	Recherche d'une anomalie
Risque réel	Risque faible
Bénéfice pour quelques uns	Bénéfice pour la plupart

Dépistage ↔ Diagnostic

Dépistage individuel ↔ Dépistage organisé

Dépistage individuel	Dépistage organisé
Réalisé à la demande de l'individu ou à l'initiative du médecin	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier dans une population apparemment indemne, un groupe de personnes ayant une probabilité plus élevée d'être atteintes d'un cancer ou d'une affection précancéreuse.</li> <li>- Démarche de santé publique et non pas une action individuelle.</li> </ul>



## Dépistage - objectifs

- Réduire la mortalité spécifique en intervenant précocement dans l'histoire naturelle de la maladie, avant le développement de métastases.
- Réduire la lourdeur des traitements.
- Rassurer

## Programme dépistage cancer du sein

### Cadre scientifique

Recommandations du Conseil européen du 2 Décembre 2003 sur le dépistage des cancers.

### Cadre législatif

Protocole visant une collaboration entre l'Etat fédéral et les communautés en matière de dépistage de masse du cancer du sein par mammographie.

## Réduction de la mortalité?

La mortalité liée au cancer du sein peut être réduite de 25 à 35 % lorsqu'un programme organisé de dépistage est offert aux femmes de 50 à 69 ans.

Le mammothest:  
un programme organisé

## 1- Programme d'Assurance de Qualité

## 2- Invitation personnelle

## Invitation personnelle

Par lettre adressée au cours du mois de l'anniversaire

### Année paire

⇒ pour les femmes nées un jour pair

Exemple: née un 24 mars = recevra la lettre en mars 2012

### Année impaire

⇒ pour les femmes nées un jour impair

Exemple: née un 25 mars = mars 2011

Réinvitation 2 ans après le mammothest précédent

## Programme d'Assurance de Qualité

### Contrôle de qualité des procédures:

#### 1) Contrôle des installations

⇒ la meilleure image avec la plus petite dose d'irradiation,

#### 2) Contrôle de la qualité des clichés:

- qualité de l'image,
- positionnement du sein,

#### 3) Double lecture systématique des clichés

- Contrôler la qualité des clichés
- Récupérer un faux négatif de la 1ère lecture
- Réduire les mises au point inutiles (faux positif)

### Enregistrement

Evaluation de la qualité et de l'efficacité

## Qu'est-ce que le mammothest?

## Invitation personnelle

Par lettre adressée au cours du mois de l'anniversaire

### Année paire

⇒ pour les femmes nées un jour pair

Exemple: née un 24 mars = recevra la lettre en mars 2012

### Année impaire

⇒ pour les femmes nées un jour impair

Exemple: née un 25 mars = mars 2011

Réinvitation 2 ans après le mammothest précédent

## Le mammothest: Objectif?

Identifier les femmes qui présentent une image anormale à la mammographie

⇒ Mise au point dans un 2ème temps (5 à 7 % des cas)

## Qu'est-ce que le mammothest?

## Le Mammothest: pour qui, comment?

- Femmes de 50 à 69 ans  
Inscrites à l'Assurance maladie invalidité (mais pas nécessairement en ordre).
- Tous les 2 ans
- Invitation ou prescription (mammothest et non mammographie)
- Unités agréées (Bastogne, Virton, Libramont, Marche)
- Gratuit

## Le Mammotest, une radiographie

- Deux clichés par sein: face et oblique
- Par des radiologues ou des technologues spécialement formés
- Les machines sont entretenues et contrôlées
- Double lecture de tous les clichés
- Pas d'examen clinique dans le même temps
- Pas d'échographie dans le même temps



## Analogique → Numérique

⇒ Diminution du délai pour résultat final:  
Délai max. entre la réalisation du Mammotest et la transmission du résultat au médecin « référent »: 8 jours ouvrables.

⇒ Accès aux clichés précédents archivés au Centre de 2ème lecture.

Mars 2011 : 77 unités « opérationnelles » dont 4 unités analogiques

## Et le bilan sénologique?

C'est presque le même examen que le mammotest  
MAIS...

- C'est payant
- Il y a une échographie en plus
- C'est surtout pour les femmes avant 50 ans et après 69 ans, qui ont déjà eu un problème à un sein ou qui ont quelqu'un dans leur famille qui a eu un cancer du sein
- C'est le gynécologue qui décide si vous devez le faire

1) Prescription ou invitation

2) Unité de mammographie agréée : réalisation du mammotest et protocole (fiche de lecture)

3) Centre de deuxième lecture (Centre Communautaire de Référence) :

- lecture des clichés par un 2ème radiologue.
- l'avis des 2 radiologues est concordant ? sinon: 3ème lecture
- lettre de résultat au médecin « référent »
- + talon-réponse en cas de mammotest +.

Le Mammotest est positif chez 10 à 15 % des femmes.  
En cas de Mammotest positif, d'autres examens doivent être pratiqués:  
très souvent, une échographie suffit pour se rassurer.  
Parfois, il faut faire une ponction à l'aide d'une aiguille.  
9 fois sur 10, un Mammotest positif n'est pas un cancer.  
Mais il faut faire ces examens complémentaires pour en être certain.

## Fonctionnement du programme?

## Le mammotest remis en cause?

Les femmes doivent attendre pour avoir les résultats du mammothest.

**Amélioration :**

Pour réduire au maximum ce temps d'attente qui peut être stressant, les radios sont informatisées et envoyées automatiquement entre les centres d'examens et entre les médecins !

Parfois, le mammothest est « négatif » alors qu'il y a un cancer.

**Avantage du programme :**

aucun examen n'est sûr à 100 %, mais tous les contrôles à différents niveaux du programme permettent d'éviter au maximum de « passer à côté des petits cancers ».

Quand le mammothest est « positif », la plupart des femmes pensent qu'elles ont un cancer. Pourtant, dans 95 % des cas, ce n'en est pas un !

**Amélioration :**

Mieux informer les femmes pour leur expliquer de manière simple que « positif » ne veut dire « cancer » qu' 1x/20 et que, même si c'est un cancer, les traitements sont de plus en plus efficaces et de moins en moins pénibles.

Dans d'autres cas, on découvre et on traite des tout petits cancers qui n'auraient pas grandi et évolué.

**Amélioration future :**

les chercheurs essaient de trouver le moyen de repérer ces rares cancers qu'on pourrait décider de surveiller mais de ne pas opérer tout de suite.

Certaines femmes ont mal pendant la mammographie.

### **Amélioration :**

pour que le mammothest soit vraiment utile, il faut que le sein qu'on regarde soit bien placé. Normalement, l'examen ne devrait pas faire mal. Les femmes devraient prévenir tout de suite le technicien si elles ont mal et lui demander de changer sa façon de faire l'examen.

Le mammothest est de moins bonne qualité qu'une mammographie faite en dehors du programme

C'est plutôt le contraire !

Le programme mammothest est basé sur des recommandations scientifiques sérieuses, internationales, européennes et belges.

Des contrôles à différents niveaux (machines, techniciens, manières de faire, radiologues) et une lecture des radios par deux spécialistes lui garantissent une bonne qualité et de détecter efficacement les cancers.

Et puisque tout est enregistré, il peut être évalué facilement et régulièrement amélioré.

Une mammographie faite en dehors du programme n'offre pas toujours toutes ces garanties de qualité, même si le radiologue fait consciencieusement son travail.

## Les freins à la participation

- Méconnaissance de la démarche de Santé Publique
- Habitudes
- Convictions
- Médico-légal
- Honoraires

## Quelques interrogations

« En plus d'une mammographie, il faudrait une échographie... »

Non, certainement pas à chaque fois ! Dans le cadre du programme, pour plusieurs raisons bien réfléchies, on fait une échographie en plus de la mammographie **seulement si les deux radiologues trouvent que c'est nécessaire.**

Dans la grande majorité des cas, si le mammothest est « négatif » pour les 2 spécialistes, c'est qu'il n'y a rien, donc très sûrement pas de cancer : l'échographie est inutile ! Au contraire, s'il est « positif », on fera en plus une échographie.

Autre situation dans laquelle on demandera aussi une échographie : quand la patiente a encore beaucoup d'hormones et que ses seins sont trop « denses » pour bien voir à la mammographie.

Trop d'échographies sont inutiles : soit elles ne montrent rien de plus, soit elles montrent des choses qui ressemblent à des cancers mais qui n'en sont pas, qui ne sont pas graves et qui vont pousser à faire d'autres examens, ponctions et biopsies, souvent inutiles aussi ! Tout cela avec pour conséquences d'inquiéter les femmes sans aucune raison et de coûter cher pour rien à la société.

« Il faudrait convoquer aussi des femmes de moins de 50 ans et de plus de 70 ans... ».

• Le programme est réservé **aux femmes de 50 à 69 ans**, parce que c'est à ces âges qu'arrive environ la moitié des cancers du sein.

Cancer du sein en 2006	Nouveaux cas
< 40 ans	454 (5%)
40-49 ans	1 724 (18%)
50-69 ans	4 448 (47%)
> 70 ans	2 863 (30%)

• Pour les femmes de moins de 50 ans et de plus de 69 ans, c'est au médecin traitant ou au gynécologue de les examiner régulièrement et de leur proposer les examens qu'ils jugent nécessaires. Contrairement au mammothest, consultations et examens ne seront pas gratuits mais en partie remboursés par la mutualité.

• Une femme à risque particulier de cancer du sein, (cas de cancer dans sa famille ou anomalie au niveau d'un sein), son gynécologue la suivra de près !

• Chez les femmes plus jeunes, avant la ménopause, les hormones font que leurs seins sont « denses » à la mammographie, ce qui ne permet pas de bien voir à l'intérieur du sein.

• Et chez les femmes plus âgées, les recherches montrent qu'un dépistage systématique tous les deux ans n'apporte pratiquement aucun avantage.

## Mammothest : avantages & inconvénients

## Inconvénients

- C'est un examen désagréable, douloureux pour certaines
- Il faut attendre avant de savoir
- Ça utilise des rayons
- On ne voit pas tous les cancers (Faux -)
- Parfois, on croit voir un cancer et ce n'en n'est pas un (Faux +). On fait alors d'autres examens « pour rien »
- On trouve certains cancers qui ne se seraient jamais développés (Surdiagnostic)
- Certains cancers commencent entre deux Mammotests (Cancers d'interval)

## Avantages

- Découvre tôt des vrais cancers, sauve des femmes, évite des opérations importantes,...
- Qualité des appareils, double lecture, enregistrement...  
→ évaluation → nouvelles recommandations
- Recommandations internationales
- Gratuit

## Le Mammotest, est-ce la meilleure solution?

### En tous cas... la moins mauvaise !

« Le dépistage, c'est un peu comme une loterie.  
La majorité des participantes n'y gagnent rien.  
La probabilité que vous soyez une des gagnantes est faible.  
Mais pour les quelques gagnantes, le gain est bien sûr énorme. »  
(Article de T.A.)

**Il y a des inconvénients  
au Mammotest...  
mais il n'y a pas pour le moment  
de meilleure solution**

Merci pour votre attention

## Annexe 24 :

SAINT-HUBERT, NORD ET CENTRE - Questionnaires de récolte des informations sur les femmes approchées par les aides familiales (relais), distribué aux aides familiales lors de la formation

<b>Le dépistage du cancer du sein</b>					
Enquête menée auprès des bénéficiaires de la CSD par l'intermédiaire des Aides familiales					
Durant la période des mois de <b>juin, juillet et août</b> , vous vous êtes rendue dans la famille...					
Nom : .....			Affiliée : Oui - Non		
Dans quelle tranche d'âge se situe votre bénéficiaire ?					
- de 40 ans		de 50 à 55		de 61 à 69	
de 40 à 49		de 56 à 60		+ de 70 ans	
Avez-vous eu l'occasion d'aborder la problématique du dépistage du cancer du sein ?					
Oui - Non					
Dans l'ensemble, votre bénéficiaire se sentait-elle concernée par le cancer du sein?					
Un peu	Moyennement	Beaucoup	Sans avis		
Commentaire :					
Votre bénéficiaire a-t-elle déjà fait un dépistage du cancer du sein ?					
Mammographie : OUI - NON		Mammotest : OUI - NON		Ne sait pas	
Connait-elle la différence entre la mammographie et le mammotest?					
Oui - Non					
De quand date leur dernier examen de dépistage ?					
- 2 ans	+ 2 ans	Ne sait plus			
Si oui, pourquoi avoir fait ce dépistage ?					
Si non, pourquoi ne pas l'avoir fait ?					
A-t-elle reçu la lettre d'invitation pour participer au mammotest ?					
Oui - Non					
Enquête - Dépistage cancer du sein					
Page 1 of 2					

Suite à cette lettre, a-t-elle pris un rendez-vous ?

Oui - Non

A-t-elle connaissance des centres agréés de la province pour faire le mammotest ?

Oui - Non

A-t-elle eu connaissance de la campagne du mammotest ? Comment en a-t-elle entendu parler ? (télé, radio, médecin, gynéco, amie, ...)

Oui - Non

Cette campagne a-t-elle été bien intégrée?

N'a pas eu besoin d'explications	Quelques explications	Nombreuses explications
----------------------------------	-----------------------	-------------------------

La femme était-elle à l'aise pour parler du sujet du cancer du sein ?

Commentaire :

Pensez-vous qu'il soit opportun de parler de tels sujets lors des visites chez vos bénéficiaires ?

Commentaire :

Pensez-vous avoir apporté un plus à votre bénéficiaire ?

Commentaire :

Votre bénéficiaire est-elle d'accord pour être recontactée ? Oui - Non (si oui, compléter ci-dessous)

Adresse : .....

Tél : ..... Mail : .....

**A renvoyer au Service Education Santé en septembre à l'aide de l'enveloppe « port payée »**

Merci pour votre participation !  
Contact : Christine Duroy – Service Education santé/FPS - 061/23.12.96 – christine.duroy@mutsoc.be

Enquête - Dépistage cancer du sein

Page 2 of 2

## Annexe 25 :

CARNIÈRES-CENTRE - Questionnaire de récolte d'avis des femmes pour le diagnostic



Depuis plusieurs années, un programme fédéral propose, tous les 2 ans, aux femmes de 50 à 69 ans, un dépistage gratuit du cancer du sein appelé mammotest. Peu de femmes participent au dépistage.  
Les FPS (Femmes Prévoyantes Socialistes) mènent une enquête pour tenter de comprendre pourquoi.

**1. Quand vous entendez les mots "cancer du sein", quelle réaction cela suscite-t-il chez vous ?** Merci d'entourer une ou plusieurs propositions, libre à vous d'en ajouter !

peur colère ennui interrogation tristesse douleur ...

**2. Connaissez-vous le mammotest ?** Merci de cocher : **oui-non**

Si oui, merci de préciser en répondant aux sous-questions suivantes :

**2.a. Comment en avez-vous entendu parler ?** Merci de cocher une ou plusieurs des propositions suivantes :

- j'ai vu le spot télé
- j'ai entendu le spot radio
- mon médecin m'en a parlé
- mon gynécologue m'en a parlé

Autre(s) :

**2.b. en quoi le mammotest est-il différent d'autres mammographies ?**

**2. c. quel est le centre agréé le plus proche pour faire le mammotest ?**

**2.d. Comment avez-vous réagi face à la campagne de dépistage du cancer du sein « mammotest » ?** Merci d'entourer une ou plusieurs propositions, libre à vous d'en ajouter ! n'hésitez pas à préciser en quelques mots votre choix.

peur colère perplexité ennui intérêt soulagement enthousiasme ...

**3. A votre avis, pourquoi y a-t-il si peu de femmes qui participent au dépistage du cancer du sein ?**

**4. Pensez-vous qu'il faudrait améliorer cette situation, si non, pourquoi ? si oui, comment ?**



Merci de nous donner votre avis !

Contact : Anne Lemaire – Animatrice FPS : 064/279.426 anne.lemaire@mutsoc.be

Editeur responsable : Liliane Del Cui

## Annexe 26 :

CARNIÈRES-CENTRE - Affiche d'invitation à la séance d'information sur le dépistage du cancer du sein

Les Femmes Prévoyantes Socialistes du Centre et de Soignies et le comité local F.P.S. de Morlanwelz vous invitent à

# une conférence - débat



## « Mieux comprendre le dépistage du cancer du sein »

Par le docteur Thérèse DE FOY, du Centre Communautaire de Référence pour le dépistage des cancers asbl

**Aujourd'hui, on peut guérir du cancer du sein !** Faire un dépistage, c'est essayer de découvrir une maladie avant qu'elle ne soit visible. Le plus souvent, si le cancer du sein est détecté à temps, les traitements sont plus légers et les chances de guérison sont élevées. Pour le cancer du sein, la Communauté française organise un dépistage pour toutes les femmes entre 50 et 69 ans, appelé mammotest.

Mammographie, échographie, mammotest ... Pour s'y retrouver, connaître et comprendre les méthodes de dépistage, poser vos questions.

# Le mardi 14 juin 2011 à 19h

Centre Culturel le Sablon  
Place de Carnières, 36  
CARNIERES

Conférence gratuite - Réservation obligatoire  
F.P.S. : 064/279.426



Editeur responsable Gaétane D'HOERAENE - Rue Ferrer 114 - 7170 La Hestre





## Annexe 29 :

### Carte des régionales FPS et des Zones d'Action Prioritaire



## TABLE DES ANNEXES

### WAVRE-CENTRE

Annexe 1 : Brochure « Dépistage du cancer du sein en questions ».....	166
---	-----

### EVERE & SCHAERBEEK

Annexe 2 : Questionnaire DP.....	178
Annexe 3 : Lettre d'invitation conférence.....	179
Annexe 4 : Folder « Cancer du sein. Agir tôt pour guérir vite ».....	180

### MOMIGNIES-CENTRE

Annexe 5 : Lettre d'invitation.....	181
Annexe 6 : Folder d'invitation.....	182

### LA FOULERIE, COUVIN

Annexe 7 : Invitation petits déjeuners.....	183
Annexe 8 : Lettre d'invitation « en route vers la mammo ».....	184
Annexe 9 : Article bus dépistage sud presse.....	185
Annexe 10 : Publicité/programme « vivons la vie il fera beau demain ».....	186
Annexe 11 : Ppt Pierre Baldewyns « vivons la vie il fera beau demain ».....	187

### SAINTE-MARGUERITE, LIÈGE

Annexe 12 : Lettres + questionnaires DCS en 4 langues.....	197
Annexe 13 : Lettre + questionnaire médecin.....	203
Annexe 14 : Folder animation professionnels.....	205
Annexe 15 : Folder animation femmes.....	206
Annexe 16 : Article et couverture Salut maurice'tte.....	207
Annexe 17 : Invitation-programme table ronde.....	208
Annexe 18 : Brochure « mammotest, aller je me lance ».....	209

### MONT-À-LEUX, MOUSCRON

Annexe 19 : Lettre invitation séance d'information.....	217
---	-----

## SAINT-HUBERT, NORD ET CENTRE

Annexe 20 : Courrier invitation Table-ronde .....	218
Annexe 21 : Folder table ronde.....	219
Annexe 22 : Questionnaire DP .....	220
Annexe 23 : PDF formation aides familiales .....	224
Annexe 24 : Questionnaire femmes pour aides familiales.....	250

## CARNIÈRES-CENTRE

Annexe 25 : Questionnaire de récolte d'avis des femmes pour le diagnostic .....	252
Annexe 26 : Affiche conférence .....	253

## MONS-CENTRE

Annexe 27 : Courrier invitation petit déjeuner .....	254
Annexe 28 : Questionnaire DP .....	255
Annexe 29 : Carte des régionales FPS et des Zones d'Action Prioritaire.....	256



 **Solidaris**  
mutualité

La Mutualité Socialiste 

Avec le soutien de

 **FÉDÉRATION**  
WALLONIE-BRUXELLES