

Santé mentale des seniors : tour d'horizons

Comme chaque année, la Journée mondiale de la santé mentale a été célébrée le 10 octobre dernier. En écho à cette journée, nous souhaitons rédiger cet article pour mettre en avant les différentes solutions/services/projets/initiatives dont nous avons connaissance en faveur de la santé mentale des seniors en Wallonie francophone. Parmi celles-ci, certaines ont spécifiquement été développées à destination des seniors, tandis que d'autres s'adressent à un public plus large incluant notamment les seniors.

Notre asbl est en effet de plus en plus souvent confrontée à des situations où des personnes recherchent des services ou des solutions d'hébergement capables d'accompagner des bénéficiaires présentant un trouble psychiatrique ou des difficultés psychiques, qu'elles soient durables ou plus passagères.

Nous vous les présentons ici brièvement et vous invitons à les contacter pour obtenir plus de détails (sur l'accompagnement proposé, les éventuelles conditions d'accès, le prix, ...). Nous vous invitons également à parcourir la nouvelle brochure d'information sur les services d'aides et de soins en santé mentale en Wallonie réalisée par le CRéSaM (Centre de Référence en Santé Mentale), accessible via le lien suivant : <https://www.cresam.be/wp-content/uploads/2025/10/Brochure-dinformation-Offre-sante-mentale-Wallonie-Edition-2025.pdf>

Enfin, il nous semble important de préciser deux éléments.

D'une part, nous avons ici regroupé les relais dont nous avons eu connaissance au fil de nos recherches et rencontres mais nous n'avons pas de prétention d'exhaustivité. Dès lors, si vous connaissez d'autres structures susceptibles d' étoffer ce panorama, n'hésitez pas à nous le faire savoir !

D'autre part, nous avons opéré un focus sur les acteurs œuvrant spécifiquement à la santé mentale. Toutefois, il est évident qu'il s'agit d'une thématique transversale qui touche à de nombreuses facettes de l'existence et à laquelle nombre d'autres acteurs contribuent, de manière plus ou moins directe mais non moins fondamentale (en offrant à tout un chacun un lieu d'écoute, des opportunités de tisser du lien, de faire des choix, de continuer à réaliser des actions significatives, en développant des approches centrées sur l'humain, ...) !

1) Quelques acteurs de la santé mentale

Nous allons commencer par passer en revue quelques acteurs de la santé mentale susceptible d'accompagner différents publics, dont les seniors. Nous aborderons d'abord des acteurs « généralistes », accessibles de manière large aux seniors (notamment ou exclusivement) et ensuite, d'autres visant à rencontrer des besoins plus spécifiques. Notons que les actions de ces différents acteurs sont susceptibles de se combiner, celles-ci pouvant s'avérer complémentaires. Il peut également être intéressant de savoir que, dans une volonté de favoriser l'accessibilité à un soutien en matière de santé mentale, certains de ces acteurs offrent la possibilité de rencontrer les personnes directement sur leur lieu de vie (domicile, Maisons de Repos, ...) ¹.

a. Les psychologues de première ligne

Il existe la possibilité de bénéficier du soutien d'un **psychologue de première ligne**. Il s'agit de psychologues conventionnés qui proposent des séances collectives et/ou individuelles et ce, à tarif réduit pour un certain nombre de séances grâce à un remboursement octroyé par l'INAMI. Bien que les psychologues de première ligne s'adressent à tous, il est intéressant de noter que certains sont davantage spécialisés dans l'accompagnement

¹ Lorsque cela n'est pas possible, il existe par ailleurs la possibilité de faire appel à des services de transport. Si vous souhaitez avoir plus d'informations sur les services de transport existants sur votre région, nous vous invitons à contacter le numéro régional wallon des **Centrales Locales de Mobilité** : 0800/54.621.

du vieillissement. En province de Namur, un partenariat a notamment été développé en ce sens entre PsyNam et l'ASBL Le Bien Vieillir, par le biais duquel les seniors et leurs proches peuvent bénéficier de consultations psychologiques, ou encore prendre part à des groupes de parole (<https://www.lebienvieillir.com/soutien-psychologique/>).

Vous pouvez trouver toutes les précisions au sujet des psychologues de première ligne sur le site <https://parlonsen.be/> ou directement en fonction de votre province via les liens suivants :

- En province du Luxembourg : <https://psylux.be/contacts>
- En province de Namur : <https://psynam.be/>
- Province du Brabant Wallon : <https://reseau107bw.be/initiative/fonctions-psychologiques-premiere-ligne-specialisees/>
- En province du Hainaut : <https://psyhainaut.be/>
- En province de Liège (côté Liège-Huy-Waremme) : <https://psyfusionliege.be/soins-psychologiques/soins-psychologiques-premiere-ligne/>
- En province de Liège (côté Verviers) : <https://www.resme.be/fr/reseau-sante-mentale-de-l-est.html>

A noter qu'il existe également des **psychologues non-conventionnés**, qui proposent des consultations. Toutefois, contrairement aux consultations de premières lignes, celles-ci ne font pas l'objet d'un remboursement spécifique (hormis l'intervention de base offertes par certaines mutuelles).

b. Les services de santé mentale et les initiatives spécifiques personnes âgées

Il est également possible de s'adresser un **Service de Santé Mentale (SSM)**. Ces derniers sont composés d'équipe pluridisciplinaire et offrent notamment l'opportunité de bénéficier de consultations psychologiques ou psychiatriques à un tarif avantageux. Certains SSM disposent par ailleurs de lieux d'accueil et d'activités (appelés « clubs thérapeutiques ») et/ou d'initiatives spécifiques, développés à destination de certains publics, par exemple pour les seniors, les **Initiatives Spécifiques Personnes Agées (ISPA)**. Les coordonnées des différents SSM, clubs thérapeutiques et initiatives spécifiques en Wallonie se trouvent sur le site de l'AVIQ : <https://www.aviq.be/fr/soins-de-sante/soins-ambulatoires/services-de-sante-mentale>

En Wallonie, il existe 4 **Initiatives Spécifiques Personnes Agées (ISPA)**, qui proposent notamment un soutien psychologique à destination spécifique des seniors et ce, potentiellement sur leur lieu de vie (domicile, MR(S), ...) :

- L'ISPA « Samravi » à Louvain-la-Neuve (<https://www.apsyucl.be/images/Entites/Inispa.pdf>)
- L'ISPA « Paroles d'Aînés » à Herstal (<https://aigs.be/identite/ssm/ssm-hesrtal/paroles-d-aines/>)
- L'ISPA du SSM de Malmedy (<https://www.ssmmalmedy.be/ispa>)
- L'ISPA « Avec Nos Aînés (ANA) » de Namur (<https://www.province.namur.be/index.php?rub=page&page=147>)

c. Santé mentale et troubles psychiatriques :

Pour les aînés qui présentent un trouble psychiatrique, il existe notamment la possibilité de faire appel à un **Service de soins psychiatriques, d'Aide et de soins à Domicile (SPAD)** et/ou de bénéficier du soutien d'une **équipe mobile**.

Les SPAD ont notamment pour mission d'accompagner sur leur lieu de vie les personnes vivant des difficultés psychiatriques en organisant et coordonnant un réseau d'intervenants autour d'elles. Ils peuvent également être amenés à soutenir les professionnels confrontés à des problématiques liées à la santé mentale. De plus, suite à la crise sanitaire, les missions de certains SPAD ont été renforcées par le biais d'un financement spécifique (dans le cadre du plan Get Up Wallonia), dans le but de soutenir plus particulièrement les professionnels et les résidents

des Maisons de Repos (et de Soins), répondant ainsi à des besoins importants. Certains SPAD développent par ailleurs des initiatives propres à leur région. Par exemple, cela est notamment le cas de RESO-Aînés qui a développé un projet visant à accompagner les personnes présentant une vulnérabilité en santé mentale en province du Luxembourg dans leur transition vers une Maison de Repos (et de Soins). Pour obtenir plus d'informations au sujet des différents SPAD de Wallonie, nous vous invitons à consulter le lien suivant : <https://fed-ihp.be/spad-les-membres/>.

Les équipes mobiles à destination des adultes présentant des troubles psychiatriques, quant à elles, dispensent des soins de santé mentale sur demande, sur le lieu de vie de la personne. Il en existe de 2 types : les équipes mobiles 2A, spécialisées dans la prise en charge des situations de crises, et les équipes mobiles 2B, proposant quant à elles un suivi des situations plus chroniques. Vous trouverez les coordonnées des différentes équipes mobiles de Wallonie via le lien suivant : https://www.psy107.be/images/Wallonie_bis.pdf

A noter également qu'il existe des structures résidentielles visant spécifiquement à accueillir des personnes avec des troubles psychiatriques relativement importants. D'une part, les **Maisons de Soins Psychiatriques (MSP)**, lorsque les troubles empêchent les personnes de vivre en autonomie. Les coordonnées des MSP sont accessibles via le lien suivant : <https://www.aviq.be/sites/default/files/documents/2022-02/MSP-liste-FICH.xlsx>. D'autre part, les **Initiatives d'Habitations Protégées (IHP)**, qui accueillent quant à elles des personnes dans un objectif d'autonomisation, et ce même si le degré des troubles reste important. Vous pouvez retrouver les coordonnées des différentes IHP via le lien suivant <https://fed-ihp.be/ihp-les-membres/>.

d. Santé mentale et troubles cognitifs :

Pour les aînés qui présentent un trouble cognitif (tel que la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée) et pour leurs proches, il est possible de bénéficier d'un soutien psychologique prenant plus spécifiquement en compte la maladie. Cela est notamment l'une des dimensions développées au sein du **projet ASAPP (Aide et Soutien Aux Proches et aux Personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés)** porté par l'ASBL Alzheimer Belgique (<https://www.aalz.be/accompagnement-a-domicile-projet-asapp/>).

e. Santé mentale et fin de vie

En matière de soins palliatifs, les **équipes de soutien de deuxième ligne** peuvent notamment apporter un soutien psychologique à la personne en soins palliatifs, ses proches ainsi que ses soignants et ce, y compris après le décès, pour les accompagner dans le processus de deuil. Pour obtenir les coordonnées des différentes équipes de soutien wallonnes, nous vous invitons à consulter le lien suivant : <https://www.soinspalliatifs.be/equipes-de-soutien.html>

Il existe également d'autres acteurs spécialisés dans l'accompagnement du deuil tels que **Espaces PAD** pour les provinces de Namur et du Brabant Wallon (<https://espacespad.be/>) ou encore l'**ASBL Vivre Son Deuil** (<https://sites.google.com/view/vivresondeuilbelgique/>).

Par ailleurs, des structures spécialisées autour de la question du suicide existent et proposent notamment des lignes d'écoute téléphonique et un accompagnement psychologique pour les personnes suicidaires, leurs proches et celles touchées par un deuil après suicide. Pour plus d'informations : **ASBL Un Pass dans l'Impasse** (<https://un-pass.be/>) et le **Centre de Prévention du Suicide** (<https://www.preventionsuicide.be/>).

f. Santé mentale et aidants proches

Enfin, il nous semblait important de mettre en lumière les acteurs qui œuvrent à apporter un soutien aux aidants proches, c'est-à-dire toutes les personnes qui apportent leur aide à un proche en perte d'autonomie. A cet égard, l'**ASBL Aidants Proches** est un acteur incontournable qui, bien que ne proposant pas de consultations psychologiques, œuvre à soutenir les aidants proches notamment en les informant sur leurs droits et les aides

existantes ainsi que par le biais d'une ligne d'écoute téléphonique. Toutes les informations peuvent être retrouvée sur le site <https://wallonie.aidants-proches.be/>.

Il existe également d'autres structures s'adressant plus spécifiquement aux aidants proches de personnes atteintes de pathologies spécifiques. Cela est par exemple le cas de **Similes**, qui propose notamment des entretiens psychologiques aux proches de personnes souffrant de troubles psychiques (<https://associationsimiles.org/>). Par ailleurs, **LyAge**, en collaboration avec Partenamut, a référencé tous les psychologues ayant suivi une formation spécifique en matière de soutien aux aidants de personnes atteintes d'un trouble cognitif. La dite-liste peut être consultée via le lien suivant : <https://www.lyage.be/psy-locator/>.

2) **Zoom sur les Maisons de Repos (et de Soins) :**

Cette seconde partie est dédiée à la manière dont les Maisons de Repos (et de Soins) se saisissent de la thématique de la santé mentale des résidents et aux initiatives plus spécifiques portées par certaines d'entre elles dont nous avons connaissance.

a. Des collaborations externes

La pratique la plus courante que nous observons en matière de santé mentale en Maisons de repos (et de Soins) est la **collaboration avec des professionnels externes** en cas de besoin (voir acteurs identifiés dans la première partie de cet article). Suivant la situation, les établissements font alors appel aux professionnels les plus adéquats, parmi lesquels figurent souvent : les plateformes de soins palliatifs, les SPAD, les réseaux de santé mentale, les services de santé mentale (dont les ISPA), ...

b. Des ressources internes

Certaines Maisons de Repos (et de Soins) **disposent de professionnels de la santé mentale en interne de l'établissement**. Ceux-ci ont alors des profils diversifiés (assistant en psychologie, (neuro-)psychologue, et plus rarement, infirmier psychiatrique ou encore psychiatre) et endossent des rôles variés d'un établissement à l'autre. Ainsi, ils ont tantôt la charge de l'accueil des nouveaux résidents et/ou des familles, des projets individuels des résidents (histoire de vie, mise en place d'objectifs pour améliorer leur bien-être), des déclarations anticipées, de l'accompagnement de la fin de vie et du deuil, tantôt des activités pour les personnes à besoins spécifiques et/ou de la fonction de référent pour la démence et/ou attirés à l'unité adaptée pour personnes désorientées (pour les établissements qui disposent d'une telle unité²), etc. Bien que cela soit plus rarement le cas, certains psychologues de Maisons de Repos sont également habilités à proposer un suivi thérapeutique individualisé aux résidents qui le souhaitent ou encore à organiser des groupes de parole.

De plus, certains groupes disposent de psychologues (voire parfois de psychiatres) qui ne sont pas attirés à un établissement en particulier mais qui sont mobiles et peuvent être sollicités par les établissements du groupe en cas de besoin. En province de Liège, le groupe CHC a par exemple mis sur pied, une équipe mobile spécialisée en santé mentale (<https://www.chc.be/Services/Psychologie-clinique/Personnes-agees/Part-age>). Cette équipe, **l'équipe « Part'âge »**, se déplace au sein de 8 Maisons de Repos (et de Soins) du groupe CHC, permettant ainsi à chaque établissement de disposer de la présence d'un psychologue à raison de 1 journée par semaine et d'un psychiatre ½ journée par semaine et ce, dans le but de soutenir les résidents mais aussi leurs familles et les membres du personnel.

² Pour plus d'informations sur les unités adaptées, nous vous invitons à consulter no article à ce sujet : <https://www.senoah.be/wp-content/uploads/2023/09/Article-unite-adaptee.pdf>

c. Un projet pilote autour de la fonction de « psychologue coordinateur »

L'AVIQ a lancé au début de l'année 2024 un **projet pilote dans 7 Maisons de Repos (et de Soins)** de Wallonie consistant en **l'engagement de psychologues coordinateurs**. L'objectif de ce projet est de viser une augmentation du bien-être des résidents (via une amélioration du suivi psychologique et une diminution des troubles de santé mentale en Maison de Repos et de Soins), de leurs proches, et des équipes (via le renforcement de leurs connaissances et de leurs compétences en matière de santé mentale, leur permettant ainsi d'être davantage outillées). S'agissant d'un projet *pilote*, il était initialement prévu qu'il se termine à la fin de cette année. Toutefois, au vu de ses effets significatifs et multiples, une reconduction est envisagée jusqu'à fin 2027, avec un déploiement dans d'autres établissements, confirmant ainsi l'importance de la fonction de psychologue coordinateur.

d. Un projet pilote en « neuropsychiatrie des aînés »

Dans un autre registre, nous recevons régulièrement des demandes de personnes en recherche de Maisons de Repos (et de Soins) en mesure d'accueillir des personnes qui présentent des troubles psychiatriques. Bien qu'un certain nombre de Maisons de Repos soient disposées à accueillir des personnes avec un tel profil, cela n'est, malheureusement, pas toujours aisé. De ce fait, il nous semblait intéressant de présenter un **établissement que nous avons eu l'occasion de visiter en 2024 et qui dispose d'un projet à notre connaissance unique en Wallonie francophone : accueillir exclusivement des personnes âgées avec des troubles neuropsychiatriques³**. De ce fait, il s'adresse spécifiquement aux personnes qui présentent des troubles psychiatriques et qui vieillissent, plutôt qu'aux personnes âgées qui commencent à développer des troubles du comportement en lien avec d'autres pathologies liées à l'âge. Il s'agit le plus souvent de personnes avec des profils psychiques complexes, qui ont parfois connu un long parcours institutionnel au cours de leur vie et qui trouvent difficilement de place au sein des autres établissements. L'approche de l'établissement étant notamment ancrée dans la philosophie Montessori⁴, les résidents ont entre autres la possibilité de participer à diverses tâches de la vie quotidienne, telles que s'occuper du potager ou encore des animaux de la Maison.

Se décrivant comme un « projet pilote en neuropsychiatrie des aînés », cet établissement aspire à la reconnaissance d'un nouveau type d'établissement d'hébergement pour seniors, des « Maisons de Repos et de Soins Psychiatriques », avec normes davantage adaptées aux réalités de la psychiatrie et permettant ainsi un meilleur accompagnement de ces seniors.

e. Une fusion symbolique

Enfin, dans une optique plus globale, il nous semblait également intéressant de noter qu'au sein de l'AVIQ (l'Agence pour une Vie de Qualité, organe de la région wallonne qui gère notamment les Maisons de Repos), la « Direction des Aînés » et la « Direction des soins de santé mentale » ont récemment fusionné pour devenir la « Direction de l'Accueil et de l'Hébergement Santé ». Cela atteste ainsi, à un niveau plus macro, d'une volonté de **renforcement des synergies entre ces différents domaines d'expertise**, contribuant ainsi à rencontrer le **besoin criant de créer des ponts entre ces secteurs**.

³ A noter qu'ils accueillent également des personnes âgées avec trouble psychiatrique auquel vient s'ajouter une autre fragilité (handicap, dépendance à des substances diverses, trouble cognitif, ...). L'établissement dispose d'ailleurs également d'une unité adaptée spécifiquement dédiée aux personnes avec un trouble psychiatrique couplé d'un trouble cognitif apparu par ailleurs.

⁴ Pour plus d'informations sur la philosophie Montessori et d'autres modèles innovants qui peuvent être mises en place au sein d'établissements d'hébergement pour seniors, nous vous invitons à consulter nos articles à ce sujet, accessibles via le lien suivant, dans l'onglet « Pratiques et Modèles inspirants » : <https://www.senoah.be/articles/>