



## Reprendre le travail après une dépression

PAGE 5

ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL

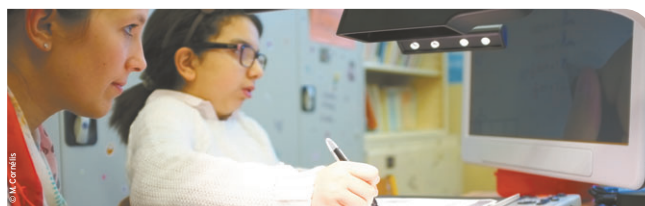


### Aînés

#### Bien profiter de sa pension

On vit sa retraite comme on a vécu sa vie professionnelle. C'est l'un des enseignements d'une large enquête menée par Énéo auprès des retraités.

PAGE 6



### Déficiences visuelles

#### Soif d'apprendre, comme les autres

Certains élèves ont besoin de petits aménagements et d'accompagnement pour poursuivre une scolarité ordinaire. C'est le cas des enfants aveugles et malvoyants. Reportage dans une classe à Bruxelles.

PAGE 7

### Saint-Nicolas

#### Des livres pour enfants sages

Auteurs et illustrateurs jeunesse débordent de talent pour passionner les petits.

PAGE 9

### Actualité

#### Black-out : garder raison

La psychose d'une panne électrique généralisée crée l'opportunité de revoir notre consommation. Éclairage.

PAGE 3

Conseils juridiques

# Comment empêcher un jeune de dépenser sans compter ?

**Cibles privilégiées du marketing, les jeunes risquent de tomber dans le piège de la surconsommation : ordinateur, smartphone, console de jeux, vêtements de marque... Certains dépensent parfois sans compter. Leurs parents s'en inquiètent sans savoir comment les protéger.**

**Avant ses 18 ans, un jeune est reconnu "incapable" juridiquement.** C'est-à-dire qu'il ne peut poser seul des actes juridiques, comme signer un contrat de crédit à la consommation ou un contrat de bail. Ce sont ses parents qui le représentent en agissant en son nom et dans son intérêt. Toutefois, il existe des exceptions à ce principe. Ainsi, par exemple, un jeune peut ouvrir seul un livret d'épargne. Il devra cependant attendre l'âge de 16 ans pour pouvoir retirer seul, de son compte épargne, un montant maximum de 125 euros par mois. De même, un mineur de plus de 15 ans peut conclure un contrat de travail et percevoir le paiement de son salaire. Si ses parents s'y opposent, il peut demander l'autorisation auprès du tribunal de la famille et de la jeunesse.

**Des actes de la vie courante**

Au-delà de la loi, les juges admettent qu'un jeune mineur doté de discernement peut poser des actes juridiques de la vie courante dans son propre intérêt. L'âge généralement admis par les tribunaux est de 12 ans. Autrement dit, à partir de ce moment, un jeune mineur pourrait acheter du matériel hi-fi, s'abonner à une revue ou même ouvrir seul un compte à vue. L'évolution mercantile de notre société a tendance à élargir le concept d'acte juridique de la vie courante.

**Nullité des actes du mineur**

Tous les actes posés par un jeune mineur seul peuvent être annulés. Toutefois seuls le jeune mineur ou ses parents peuvent la demander. Et il faut que ces actes lésent les intérêts du jeune. Le juge de paix doit vérifier s'il existe une disproportion entre l'engagement pris par le mineur et ses capacités financières. Mais attention, la nullité d'un acte peut être automatique et demandée par n'importe qui dans deux cas :

- Le mineur n'a pas suffisamment de discernement (en-dessous de 12 ans).
- Le mineur a effectué un des actes déterminés par la loi, comme souscrire un crédit, acheter un immeuble, renoncer à une succession...

**Jeune majeur moins protégé**

À 18 ans, le jeune devient majeur. Il acquiert la pleine capacité juridique et peut donc disposer librement de ses biens. Il devient pleinement responsable de ses engagements, de ses actes et, par conséquent, aussi de ses dépenses et de ses dettes... Les parents ne sont pas tenus par les dettes de leur enfant devenu majeur à moins qu'ils ne se soient portés caution pour lui permettre, par exemple, d'obtenir un financement. Cette pratique est souvent exigée par les créanciers mais elle n'est pas à prendre à la légère.



Si le jeune majeur endetté est toujours domicilié chez ses parents, ceux-ci pourraient voir débarquer un huissier de justice...

n'appartient pas à leur enfant majeur a été répertorié dans l'inventaire de l'huissier.

**Majeur dépensier mais assisté**

Depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2014, une mesure de protection des biens peut être demandée au juge de paix pour les majeurs trop dépensiers. Pas besoin de certificat médical à l'appui de la demande. Il revient au juge de déterminer si le jeune majeur ayant tendance à dilapider son argent par des dépenses excessives doit être placé sous assistance pour la gestion de ses biens. Dans ce cas, le jeune majeur ne pourra agir, pour les actes déterminés par le juge, qu'avec l'approbation et la signature de son administrateur-assistant.

// OLIVIER BEAUJEAN, ASBL DROITS QUOTIDIENS

>> Durant le mois qui suit la publication de cet article, consultez les questions complémentaires sur le thème abordé dans la rubrique accès libre sur le site : [www.droitsquotidiens.be](http://www.droitsquotidiens.be)

Le Service social vous informe

## Personnes handicapées : en voiture !

**La mobilité favorise l'autonomie et l'inclusion. Le législateur a dès lors prévu des aides financières et des facilités de stationnement pour les personnes en situation de handicap qui possèdent ou se déplacent en voiture avec leurs aidants proches.**

**Des avantages fiscaux**

Certaines personnes invalides ou handicapées qui achètent un véhicule pour elles-mêmes ou l'utilisent comme moyen de transport personnel en tant que passager peuvent bénéficier d'avantages fiscaux sur ce véhicule. Trois situations de handicap sont concernées : la cécité, l'invalidité permanente des jambes de 50 % ou plus, la paralysie complète ou l'amputation des deux bras.

À l'achat et à l'usage du véhicule, trois types d'avantages fiscaux existent :

- le remboursement de la TVA réduite à 6% pour l'achat,
  - la réduction de la TVA à 6% pour l'entretien,
  - l'exonération de la taxe de mise en circulation et de la taxe annuelle de circulation.
- Pour pouvoir bénéficier du régime de TVA avantageux, le véhicule doit être immatriculé au nom de la personne invalide ou handicapée elle-même, ou au nom de son représentant légal lorsque celle-ci est mineure d'âge ou placée sous statut de protection.
- Des démarches doivent être effectuées soit auprès du bureau de la TVA, soit auprès du bureau régional des contributions directes.

**Pour pouvoir bénéficier du régime de TVA avantageux, le véhicule doit être immatriculé au nom de la personne invalide ou handicapée...**

passagers. Tant les adultes que les enfants ont droit à cette carte qui est personnelle et nominative. Celle-ci permet de stationner sur un emplacement réservé (indiqué par un panneau ou un marquage au sol) à condition que la personne concernée soit véhiculée. La carte doit être placée sur le tableau de bord, le symbole du fauteuil roulant devant être visible.

Attention toutefois : la carte n'autorise pas toujours à stationner gratuitement. La situation varie fortement d'une commune à l'autre.

La carte de stationnement est délivrée dans quatre situations de handicap :

- une invalidité permanente à 50% ou plus (invalidité des jambes) ou à 80% ou plus (autres invalidités),
- une invalidité de guerre (civile ou militaire) à 50% ou plus,

- une paralysie complète ou amputation des bras,
- une réduction de l'autonomie ou de la mobilité (déterminée par examen médical).

Pour obtenir la carte de stationnement, la personne handicapée doit être reconnue comme victime de guerre ou disposer d'une attestation délivrée soit par la DG Personnes handicapées du SPF Affaires sociales, soit par le Fonds des maladies professionnelles, soit par le Fonds des accidents de travail.

À certaines conditions, il est possible de réserver un emplacement de stationnement pour les personnes handicapées à proximité du domicile ou du lieu de travail. La demande est examinée par les autorités communales et tient compte des règles de stationnement. Ces emplacements réservés ne sont pas individualisés. C'est-à-dire qu'ils restent accessibles à tous les titulaires de la carte de stationnement.

**D'autres aides encore**

L'aptitude à la conduite des personnes en situation de handicap est examinée par le Centre d'aptitude à la conduite et d'adaptation des véhicules (Cara). Cet organisme officiel, seul agréé en ma-

tière d'aptitude à la conduite et dépendant de l'Institut belge pour la sécurité routière (IBSR), a aussi pour mission de définir les adaptations du véhicule requis pour une conduite en toute sécurité. Des aides financières sont octroyées par les organismes régionaux (Awiph, Phare et Vaph) pour permettre la réalisation de ces aménagements.

// SERVICE SOCIAL

**Plus d'infos**

- > Pour vérifier les conditions d'accès à toutes ces aides ou être accompagné dans vos démarches, contactez le service social de votre mutualité régionale (coordonnées via le 0800/10.9.8.7 ou sur [www.mc.be](http://www.mc.be)).
- > Pour les avantages fiscaux : SPF Finances • 02/572.57.57 • [www.finances.belgium.be/fr](http://www.finances.belgium.be/fr) (rubrique particuliers/transport).
- > Pour la carte de stationnement : DG Personnes handicapées • 0800/987.99 • [www.handicap.fgov.be](http://www.handicap.fgov.be)
- > Pour la vérification de l'aptitude à la conduite et les adaptations du véhicule : Cara • 02/244.15.52 • [www.ibsr.be/fr](http://www.ibsr.be/fr) (rubrique particuliers/cara)
- > Pour les aides financières à l'aménagement et l'adaptation du véhicule :
  - en Wallonie : Awiph • 0800/16.061 • [www.awiph.be](http://www.awiph.be)
  - en Région bruxelloise : Phare • 02/800.82.03 • [www.phare.irisnet.be](http://www.phare.irisnet.be)
  - en Flandre : Vaph • 02/225.84.11 • [www.vaph.be](http://www.vaph.be)



Energie

# Un service d'appui en Wallonie

Soucieux de soutenir le droit et l'accès à l'énergie, le Réseau wallon pour l'accès durable à l'énergie (Rwade) (1) a longtemps plaidé pour la création d'un service d'appui. Avec Énergie Info Wallonie, c'est chose faite. Avis à l'ensemble des consommateurs de Wallonie, en particulier aux plus "vulnérables".

**Pas évident de faire face à la complexité du marché de l'énergie.** Pas évident non plus de s'y retrouver dans les législations, les fournisseurs, les intervenants... Face à ce constat, des organisations sociales, syndicales, environnementales, de consommateurs et de lutte contre la pauvreté qui composent le Rwade ont voulu remédier au manque d'informations par la création d'un service d'appui. "L'accès à l'énergie est un enjeu qui concerne l'ensemble des ménages wallons, observe Christine Steinbach, présidente du Rwade. Toute-



fois, une partie croissante d'entre eux rencontre une série de difficultés pour répondre à ses besoins fondamentaux : se chauffer correctement, s'éclairer, préparer à manger, se laver..." Et il est devenu difficile d'être un consommateur averti.

Depuis cet été, le service d'appui aux consommateurs de Wallonie, co-créé par le Rwade et l'ASBL Droits quotidiens est opérationnel. Il se fait peu à peu connaître. Sa mission ? Soutenir et informer gratuitement les travailleurs sociaux et les citoyens consommateurs sur toute difficulté ou question liée à l'accès à l'énergie :

- l'organisation et les acteurs du marché de l'énergie ;
- la fourniture de gaz et d'électricité : connaître sa consommation, choisir un fournisseur, conclure un contrat, comprendre ou contester sa facture, changer de fournisseur, déménager ;
- les procédures en cas de difficultés de paiement : le défaut de paiement, les compteurs à budget ;
- les mesures de protection des consommateurs, en particulier des consommateurs les plus fragilisés : les clients protégés, le tarif social, les plans de paiement ;
- les procédures de plainte : les médiateurs, le démarchage abusif ;
- etc.

"Généralement les appels qui nous arrivent concernent des problèmes d'index et de factures, indique Caroline Rousseau, une des juristes qui assurent le service d'appui. Certaines personnes confrontées à des difficultés de paiement ne savent pas vers qui se tourner. Nous n'accordons pas d'aides financières mais nous pouvons les informer, les orienter", précise-t-elle. Progressivement, Énergie Info Wallonie développe son expertise, dans le souci de ne pas se limiter à de la théorie, mais de répondre aux préoccupations concrètes.

Pour toutes les questions comme les primes énergie, les économies d'énergie, l'utilisation rationnelle de l'énergie, les énergies renouvelables..., Énergie Info Wallonie renvoie vers le Service public de Wallonie atteignable via le numéro gratuit 0800/1 1901 ou vers les Guichets de l'énergie. Quant aux Bruxellois, ils peuvent s'adresser à Infors Gaz Elec qui assure des missions d'appui similaires (02/209.21.90). //CATHERINE DALOZE

>> Plus d'infos: le service Énergie Info Wallonie est disponible au 081/39.06.26 • pour le citoyen, chaque lundi et jeudi entre 9h et 12h30 • pour l'intervenant social, du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 • en permanence sur [www.energieinfo.wallonie.be](http://www.energieinfo.wallonie.be)

(1) En sont membres notamment les Équipes populaires, la CSC et le MOC.

//Vacances Intersoc//



## Aussois, aux portes du Parc national de la Vanoise

Le Chalet l'Oërine, hôtel Intersoc, permet d'arriver directement jusqu'au front de neige via un pont de promenade.

À quelques minutes à pied de l'hôtel, de nombreux remonte-pentes partent vers les 58 km de pistes de ski. Au pied des parcs naturels nationaux de la Vanoise et de Gran Paradiso, on peut également se promener sans problème avec ou sans raquettes. L'endroit convient donc parfaitement à la fois à des vacances familiales en toute tranquillité et à une cure de bon air pour les quinquagénaires et plus.

**Séjour :** Chalet l'Oërine. Chambres de 1 à 4 personnes avec salle de bains et toilette séparée, TV, Wifi gratuit.

**Animations :** clubs d'enfants entre 3 mois et 14 ans. Animations en soirée pour les enfants à partir de 7 ans.

**DATES :** du 4 au 11 avril (1<sup>ère</sup> semaine des vacances de Pâques)

**PRIX ADULTE ALL-IN :** 763 EUR

Séjour gratuit pour les femmes enceintes (voir conditions sur [www.intersoc.be](http://www.intersoc.be)) • Réductions pour enfants entre 2 et 17 ans • Gratuité pour enfants jusqu'à 1 an • Location du matériel de ski, achat de ski pass en supplément • Période francophone en exclusivité.



//Séjour gratuit pour les femmes enceintes//

>> Pour de plus amples informations, contactez notre service clientèle au 070/23.38.98 de 8h à 18h (le samedi jusqu'à 13h) ou surfez sur [www.intersoc.be](http://www.intersoc.be).

LIC 5654

À suivre

# Black-out électrique : perdre pied ou réagir ?

Le white-out est l'un des pires cauchemars des explorateurs polaires. Soumise à des vents violents, la neige vole dans tous les sens et la frontière entre ciel et terre s'estompe. Face à un véritable mur blanc, l'aventurier est comme pétrifié. Où poser le pied ? Comment garder l'équilibre ? Il risque, aussi, d'y perdre la raison. Allons-nous, à notre tour, perdre pied et raison face au black-out électrique qui menace le pays ?



© GLOBE REPORTS - BELGAMAGE

"Black-out" : le terme est carré comme un ordre et claque comme une détonation dans le fond de la gorge. À peine évoqué, il nous renvoie à nos peurs enfantines du noir et des nuits sans lune. Pas d'électricité ? Pas de connexions ! Pas de lumière ? Pas de vie ! Privés du ronronnement de nos appareils électriques, nous voilà perdus, désorientés.

Il y a de quoi. Un peu à l'image de cette Bruxelloise qui, probablement paniquée à l'idée de voir l'ensemble du réseau électrique déclarer forfait l'hiver prochain, a stocké des réserves d'essence dans son garage. Mauvaise idée puisqu'un incident y a entraîné une explosion puis un incendie. Moins tragique, mais tout aussi significatif de l'inquiétude ambiante: un membre de la Mutualité chrétienne s'inquiétait récemment, en cas de "délestage", pour la continuité de son traitement d'oxygénothérapie à domicile ; à l'instar de tous ceux - malades, handicapés, personnes âgées - qui se font du trac à l'idée de voir leur ascenseur, leur chaudière, leur centrale d'appel... les lâcher au mauvais moment.

Le black-out, rappelés-le, c'est la panne généralisée. Tout, ou presque, s'arrête. Les électrons du Royaume entrent en grève. Une véritable poisse, dont le coût est évalué entre 60 et 120 millions d'euros l'heure ! Le délestage, c'est autre chose : une privation d'électricité momentanée et soigneusement planifiée (nous assure-t-on) si l'hiver devait se révéler très froid en Europe. Deux à cinq heures de coupure, annoncées la veille aux personnes concernées, par zones. Rien de très différent de ces pannes d'électricité, parfois interminables, qui nous font maudire notre gestionnaire de réseau. Sauf qu'ici, on sera avertis. Sur l'air du "retour à l'âge de la pierre", cette perspective a ému, voire scandalisé. "La Belgique à l'heure de la bougie" a-t-on raillé. Chacun s'est employé à désigner les grands responsables : les centrales nucléaires (géantes au talon d'Achille) ;

les énergies renouvelables (un brin paresseuses quand le soleil ou le vent jouent à cache-cache); l'Europe (orpheline d'une vraie politique énergétique commune); les États (assis sur leurs prérogatives égoïstes). Et chacun, ensuite, de désigner celui qui devrait idéalement être le premier ou la première à déléster : la campagne au lieu de la ville, la Flandre avant la Wallonie, les

particuliers au lieu des parcs industriels. Piètre tableau, cruel miroir... D'autres ont préféré rebondir, évoquant la solidarité et revendiquant la créativité. Comme cette plate-forme d'achats énergétiques groupés, qui a (re)martelé les conseils pour économiser facilement l'électricité et rappelé (1) quelques moyens techniques simples pour "réduire solidairement le risque collectif". À la base de leur raisonnement, cette évidence : si l'offre défaille (centrales en panne, sabotées, trop peu nombreuses...), travaillons ensemble sur la demande ! Des exemples ? En Bretagne et en Loire (France), 55.000 personnes et PME se sont portées volontaires pour être alertées par SMS en cas de sur-

consommation sur le réseau et réduire leur consommation aux moments critiques. Des municipalités françaises ont placé des lampes LED sur leurs guirlandes de Noël, réduisant la consommation de... 80 %. À Rennes, le métro roule déjà un peu moins vite lors des baisses de la production. Électricité économisée : 11 à 18 %. "Le sens civique, ça fonctionne !", estime un mandataire de cette région (2), évoquant par ailleurs le potentiel prometteur des logiciels domotiques permettant des millions de petites économies d'électricité. "Qu'on le veuille ou non, estime chez nous un cadre d'Ores, le gestionnaire des réseaux de gaz et d'électricité, la consommation d'électricité devra s'adapter à la production. Dans cette pièce-là, le consommateur devra petit à petit jouer son rôle". Et si on s'y mettait dès cet hiver ?

//PHILIPPE LAMOTTE

ET CHACUN, DE DÉSIGNER CELUI QUI DEVIENDRAIT IDÉALEMENT ÊTRE LE PREMIER OU LA PREMIÈRE À DÉLESTER : LA CAMPAGNE AU LIEU DE LA VILLE, LA FLANDRE AVANT LA WALLONIE, LES PARTICULIERS AU LIEU DES PARCS INDUSTRIELS. PIÈTRE TABLEAU, CRUEL MIROIR...

(1) La Libre Belgique, 25 octobre 2014.  
(2) RTBF La Première: Magazine Transversales, 4 octobre 2014.

Accompagner le deuil

L'ASBL Vivre son Deuil, active dans la région d'Ottignies-Louvain-la-Neuve, organise en janvier 2015 une nouvelle session de ses groupes d'accompagnement de personnes endeuillées. Le "groupe d'entraide pour adultes endeuillés" favorise les échanges et la réflexion sur les difficultés du deuil. Le "groupe Tournesol" s'adresse aux enfants de 5 à 12 ans et leur permet de partager leur ressenti, par le biais de différents moyens d'expression. Entretiens préliminaires indispensables. Infos : 010/45.69.92 • 0477/96.10.37 • [vivresondeuil.be](http://vivresondeuil.be)

Trouble déficitaire de l'attention

L'ASBL TDA/H Belgique est active dans l'aide aux jeunes atteints de trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité. Elle a récemment publié la brochure "Dis, explique-moi comment faire pour apprendre ! : Philo et Sophie découvrent le chapeau de la pensée". L'outil se base sur l'approche philosophique de la gestion mentale et sur les apports des neurosciences et de la psychologie cognitive. Il s'adresse aux enfants atteints de TDA/H et dispense des conseils pour mieux vivre leur apprentissage scolaire. Au-delà, l'association mène un travail d'information pour faire tomber les préjugés liés à ce trouble, et permettre de briser l'isolement parfois vécu par ces enfants et leurs familles.



La brochure peut être commandée au prix de 9 EUR sur le site [www.tdah.be](http://www.tdah.be) • 0471/21.92.66

Oxfam s'emballa

À l'approche des fêtes de fin d'année, l'ONG Oxfam-Solidarité propose de contribuer de manière originale au financement de ses projets de développement à travers le monde. Une chèvre, un potager, un arbre, une borne de distribution d'eau potable ou encore un kit de réponse aux catastrophes naturelles... Autant de coups de pouce concrets pour les familles dans le Sud. Ces cadeaux se matérialisent sous forme de cartes de vœux personnalisables. Le catalogue est mis à jour chaque année pour correspondre au mieux aux besoins. Infos : [www.oxfamsemballe.be](http://www.oxfamsemballe.be)

L'état du bien loué

L'Atelier des Droits Sociaux publie régulièrement des cahiers d'information à destination du grand public. En juin dernier, l'ASBL a édité une brochure consacrée à "L'état du bien loué". La publication résume, dans un langage accessible, les dispositions du Code civil en matière de bail locatif. Elle explique également les obligations qui incombent au bailleur et au locataire. Enfin, la brochure s'attarde sur l'articulation entre les dispositions générales et les règles mises en place par les codes régionaux.

Infos : L'état du bien loué • L'Atelier des Droits Sociaux • juin 2014 • 80 p. • 13 EUR • 02/512.71.57 • [www.atelierdroitsociaux.be](http://www.atelierdroitsociaux.be)

Du tonus pour le blocus !

Pour les étudiants du supérieur (bacheliers et masters), l'heure du blocus commence à sonner. Est-il possible d'entamer sereinement cette période ? Comment faire face au stress et gérer au mieux son temps ? Petits trucs et astuces dans le nouveau kit "Starting Bloque".

La période de blocus est une étape difficile et souvent redoutée, surtout la première année de baccalauréat. Comment organiser son temps d'étude ? Est-il possible de concilier rythme de travail et vie sociale ? Quelles attitudes adopter pour affronter les examens ? Autant de questions que l'étudiant se pose et auxquelles le kit "Starting Bloque" entend répondre.

Créé par des jeunes pour des jeunes, le kit regorge de conseils pour traverser la bloquer le plus sereinement possible. Édité par l'ASBL Jeunesse & Santé, en partenariat avec la Mutualité chrétienne, le kit est conçu comme un compagnon de blocus pour les étudiants bacheliers. Il vient d'être entièrement remodelé : un nouveau design, de nouveaux conseils, de nouvelles approches...

Trois éléments le composent :

- Un planning d'étude à afficher et... à remplir. Humour et conseils pour organiser son effort tout en déstressant.
- Sept fiches thématiques avec des principes simples pour rendre le travail efficace et agréable. Les thèmes brassés sont le stress, l'alimentation, la méthodologie, l'organisation du temps, la consommation, les relais et relations sociales et quelques derniers conseils pour la route. Au recto, des blagues, des ateliers pratiques, des stickers, des tableaux... et au verso, des conseils beaucoup plus sérieux.
- Une "cible anti-stress" : à accrocher



© Pierre Rousseau / Gettyimages

sur un mur, une porte, à laisser par terre... une cible faite de gages drôles et d'autres plus sérieux pour déconnecter le temps d'un lancer de Bic et garantir l'oubli du stress.

Pour accompagner la sortie de ce nouveau kit, Jeunesse & Santé organise un grand événement pré-blocus, sur le site de l'UCL à Louvain-la-Neuve. Au programme : sept activités ludiques, correspondant aux thématiques des fiches du kit, seront proposées aux étudiants. Elles apporteront des conseils pour leur blocus, les aideront à déstresser. Le rendez-vous est fixé le mercredi 19 novembre sur la Place de l'Université, de 12h à 16h.

// AUDE SCIEUR

>> Plus d'infos : Le kit "Starting Bloque" est téléchargeable sur [www.jeunesseetsante.be/startingbloque](http://www.jeunesseetsante.be/startingbloque), entièrement ou en partie selon l'intérêt pour l'étudiant.

Accoucher en maternité et après ?

Raccourcir la durée du séjour en maternité après un accouchement : telle semble être la tendance. Le gouvernement fédéral vient d'ailleurs d'annoncer une mesure en ce sens. Mais, d'après le Centre fédéral d'expertise des soins de santé (KCE), ceci ne va pas sans une réorganisation fondamentale des soins postnatals.

Bien avant l'annonce du programme gouvernemental, le KCE avait mené une étude pour déterminer si raccourcir la durée de séjour à l'hôpital dans les cas d'accouchements sans complications est envisageable en Belgique. Et si oui, à quelles conditions ? À l'heure actuelle, la durée de ces séjours dépasse légèrement les quatre jours. Elle est en moyenne de trois jours dans les pays de l'OCDE. Pour alimenter leur réflexion, les experts du KCE ont analysé la situation d'autres pays, comme le Royaume-Uni où la durée moyenne est la plus courte : un jour et demi. Ils ont également interrogé l'ensemble des acteurs de la naissance et du post-partum en Belgique, ainsi que les premières concernées : les mamans.

"Sur un plan médical, quitter la maternité plus rapidement après la naissance est justifié, observent les experts. Mais cela signifie que les nouveaux parents ont de moins en moins de temps pour faire connaissance avec leur bébé et pour se familiariser aux gestes de soins dans l'environnement sécurisant de l'hôpital". Ils pointent ainsi un risque majeur : celui de voir apparaître un "vide de soins" après la naissance. Un risque d'autant plus grand, ajoutent-ils, que "les nouveaux parents trouvent moins facilement dans leur entourage proche les modèles et le soutien dont ils auraient pu bénéficier auparavant dans les structures familiales traditionnelles".

Et de constater que dans d'autres pays, le raccourcissement des séjours

Et si notre système de santé était un produit de luxe ?

Imaginez un instant devoir payer l'intégralité de vos soins médicaux et ne percevoir aucun revenu en cas de maladie ou d'accident... Un cauchemar ! Heureusement, en Belgique, nous disposons d'un système de santé de grande qualité et largement accessible à un prix abordable. Mais nous n'en sommes pas toujours conscients...

Tel est le message lancé aujourd'hui par l'Inami à l'occasion des 50 ans de l'assurance soins de santé et indemnités obligatoire. "Nous souhaitons faire prendre conscience des atouts de notre système de santé qu'au fil du temps, nous sommes tentés de considérer comme naturel, explique-t-on au sein de l'institution publique qui gère cette importante branche de la sécurité sociale. Tout ceci est rendu possible, entre autres grâce à l'Inami et à ses partenaires : mutualités, dispensateurs de soins, organisations patronales et syndicales, milieux scientifiques, représentants du gouvernement, etc."

Si nous n'avions pas construit et consolidé notre système solidaire, médicaments, consultations médicales et hospitalisations deviendraient impayables. À moins bien sûr d'être très riche et en mesure de payer le prix fort. Bref, les soins de santé ne seraient plus accessibles qu'à quelques privilégiés, insiste l'Inami.

De même, peut-on imaginer un seul instant ne bénéficier d'aucun revenu de remplacement en cas de maladie de longue durée, d'accident ou même à l'occasion de la naissance ou de l'adoption d'un enfant ? Cela ne nous paraît pas concevable. Et heureusement, ce n'est pas le cas chez nous, souligne l'Inami.

Pour se convaincre des atouts de notre système de santé solidaire, il suffit de voir ce qui se passe, par exemple, aux États-Unis. Faute d'une couverture sociale, une grande partie de la population, exclue des assurances privées, en est réduite à ne pas se soigner, à emprunter... ou à faire appel à la charité publique sur Internet pour payer des soins aux coûts astronomiques. Faut-il le rappeler, à l'inverse



ET SI NOTRE SYSTÈME DE SANTÉ ÉTAIT UN PRODUIT DE LUXE ?

du nôtre, le système de santé américain est à la fois l'un des plus coûteux du monde et l'un des moins performants sur le plan de la protection sociale... À cet égard, la réforme engagée par le Président Barak Obama a bien des embûches à surmonter dans un pays où la santé est une véritable business.

La campagne menée par l'Inami nous invite à prendre conscience de tout ce que notre système de santé nous apporte concrètement. Un site web spécialement conçu pour nous aider à mieux comprendre ce qui se trouve derrière cet acronyme familier de cinq lettres (Inami). On peut aussi découvrir le scénario - heureusement fictif - que l'Institut a élaboré, celui d'un système de santé qui serait un produit de luxe. Enfin, chacun pourra y tester ses connaissances avec un quiz en 16 questions.

// JD

>> Plus d'infos : [www.notresystemedesante.be](http://www.notresystemedesante.be)



© Sylvie Droulins

en maternité a été "compensé" par un déplacement des soins postnatals vers le domicile. Envisager des séjours de moins de 72 heures serait possible mais à plusieurs conditions, précise le KCE. Il s'agit d'abord de veiller, pendant la grossesse, à une préparation de cet après-accouchement. Ensuite, une plus grande attention devrait être portée à la continuité des soins dès la sortie de la maternité. Comment ? En élaborant un sorte d'"itinéraire clinique", suggère le KCE. Une forme de "marche à suivre" qui implique "une véritable coopéra-

tion entre les différents professionnels concernés : gynécologues, pédiatres, médecin traitant, sages-femmes...". Cette dernière profession doit être redéfinie et revalorisée, signale également le KCE.

Plus généralement, le Centre estime important de soutenir les parents dans leur nouveau rôle. Dans cette perspective, permettre une assistance maternelle à domicile et développer des groupes de soutien parentaux seraient heureux, à leurs yeux.

// CD

## Santé mentale

Maladie entourée de tabous, la dépression nécessite, dans la plupart des situations, une période plus ou moins longue d'éloignement du milieu du travail pour permettre à la personne de remonter la pente. Une récente étude menée auprès d'une vingtaine de travailleurs ayant traversé un épisode dépressif permet de comprendre ce qui favorise le processus de guérison et facilite la reprise du travail.



"Perdre la face, moi qui étais la gaité incarnée, chez qui tout allait toujours bien, qui aidais tout le monde..."

"La compréhension que m'ont témoignée mes collègues, cela valait de l'or."

## Reprendre le travail après une dépression

En général, continuer à travailler pendant un épisode dépressif - surtout s'il est profond - n'est pas réaliste. En cause ? L'épuisement total, l'incapacité à se concentrer, une sensibilité à fleur de peau aussi. Un haut degré de conscience professionnelle et un sens aigu des responsabilités, tout comme le fait d'exercer un métier d'aide aux autres renforcent encore ce constat. Prendre le chemin du boulot est encore moins envisageable lorsque les problèmes professionnels sont précisément en cause.

Dans les faits, la majorité des personnes interrogées (lire ci-contre) sont restées en incapacité de travail durant plusieurs mois (de 4 à 10 mois pour être précis). "Il est important de disposer de ce temps, sans subir de pression pour retourner au travail, si l'on ne s'y sent pas encore prêt. Sinon, c'est la rechute assurée. Une fois rétablies, les personnes retrouvent en général l'envie de se retrouver en société et de reprendre le travail", assurent les chercheurs. Maintenir les contacts avec son milieu professionnel pendant la période d'incapacité semble d'ailleurs primordial. Une bonne relation avec les collègues encourage la personne et facilite son retour au boulot, comme en témoigne une des personnes interrogées, enseignante. "La compréhension que m'ont témoignée mes collègues, cela valait de l'or. Certains m'ont rendu visite, d'autres ont donné un coup de fil. J'ai aussi reçu des petits mots des élèves et des collègues et j'ai trouvé ça important."

"Les gens qui veulent tout résoudre eux-mêmes éprouvent davantage de difficultés que ceux qui osent demander de l'aide..."

La compréhension et l'empathie du médecin-conseil de la mutualité sont également essentielles. En attestent les interviews. "Le médecin-conseil doit se poser davantage en accompagnateur, désireux d'apporter de l'aide, qu'en contrôleur", estiment les chercheurs. Et de plaider pour que, parallèlement à un trajet pour sortir de la dépression, soit élaboré un trajet de reprise du travail qui sécurise le patient durant cette période de fragilité. Ce cheminement nécessite un climat de confiance et une bonne communication entre le généraliste, le médecin-conseil et le patient.

### Adapter le travail

Pour que la reprise du travail se déroule le plus harmonieusement possible, une concertation préalable avec le chef de service - voire avec le responsable des ressources humaines et/ou le médecin du travail - est importante, mais trop rarement organisée, constatent les auteurs de l'étude. Même lorsque le travailleur ne le demande pas explicitement, il est conseillé au chef de service de prévoir à tout le moins un entretien avec lui, le jour de son retour, pour faire le point sur son état de santé et examiner comment organiser au mieux la transition. Si la dépression trouve son origine - au moins en partie - dans la vie professionnelle, il importe d'explorer les voies permettant d'adapter le travail, font remarquer les chercheurs. Une nouvelle fonction, un changement de poste ou de service, une modification d'horaires, une diminution

## Reconnaître les signes de la dépression

La plupart des personnes qui traversent un épisode dépressif ont du mal à en repérer les signes précurseurs et à admettre qu'elles ne vont pas bien. Leurs problèmes de santé s'aggravent, elles dépassent leurs limites. Puis un jour, elles se rendent compte qu'elles ne peuvent plus continuer comme cela et se décident enfin à consulter...

C'est un fait : la dépression est mal connue. Et les idées reçues et préjugés à son propos restent vivaces. Plusieurs personnes, interviewées dans le cadre d'une étude qualitative (1) visant à comprendre la relation entre la dépression et l'(in)capacité de travail, en témoignent : "Pour moi, une dépression signifiait rester chez soi et pleurer toute la journée", dit l'un. "Je m'étais dit que jamais cela ne pourrait m'arriver. Je ne m'y attendais pas", témoigne un autre. "Perdre la face, moi qui étais la gaité incarnée, chez qui tout allait toujours bien, qui aidais tout le monde... Puis, admettre que ça ne va plus, c'est terrible...", ajoute un troisième.

"Une fatigue permanente ou des maladies à répétition sont les signaux physiques visibles de la dépression. Mais le problème est plus complexe et certaines personnes doivent se l'entendre dire par le médecin pour en prendre conscience", commentent les chercheurs de la Mutualité chrétienne qui ont analysé les interviews recueillies. Le fait de ne rien supporter et de rabrouer tout le temps les autres sont aussi des signaux d'alerte. Les témoins de l'étude évoquent aussi l'isolement social, le fait de n'avoir envie de rien, les angoisses, l'instabilité, les difficultés de concentration... Quant aux causes de la dépression, elles sont multiples. Les vingt personnes interviewées évoquent, au niveau personnel, des difficultés relationnelles (divorce, relation conflictuelle avec un parent ou un enfant), des problèmes physiques (séquelles d'un accident, difficultés d'accepter une maladie chronique ou un handicap). Des difficultés et insatisfactions liées au travail sont également citées, tels des conflits avec des supérieurs, une charge de travail trop élevée, le manque de reconnaissance, des contacts difficiles avec le public ou la clientèle. Pour la majorité des témoins, la dépression résulte d'une combinaison de problèmes personnels et professionnels. "Lorsque ceux-ci se situent essentiellement dans le cadre privé et que tout se passe bien au boulot, travailler permet à la personne de se changer les idées", remarquent les chercheurs.

### Sortir de la dépression

Toutes les personnes interviewées insistent sur le rôle central qu'a joué leur médecin traitant dans le processus de guérison, grâce aux liens de confiance établis entre eux et à des contacts réguliers. Ensemble, patient et médecin peuvent prendre les bonnes décisions concernant le traitement médicamenteux, l'orientation vers un psychologue ou un psychiatre, la prescription d'un congé de maladie, la reprise du travail...

"L'utilisation d'antidépresseurs a aidé bon nombre de personnes interrogées à sortir de leur dépression, même si certaines ne sont pas sûres que la guérison soit attribuable aux médicaments", observent les chercheurs. En effet, les personnes ont généralement mis en place d'autres choses en parallèle : le suivi d'une thérapie, la pratique d'un sport ou d'un hobby, des activités de détente... Mieux se connaître, prendre du temps pour soi et prendre soin de soi, c'est effectivement capital pour remonter la pente, soulignent les auteurs de l'étude. Les contacts sociaux se révèlent également très importants pour sortir de la dépression. Au creux de la vague, la personne a tendance à s'isoler, à éviter autrui, à refuser les activités. Elle n'a pas envie ou a trop peu d'énergie pour faire quoi que ce soit. La plupart des personnes interviewées ont admis leur chance d'être entourées de proches à la fois compréhensifs et dynamisants... Une dame parle ainsi avec tendresse de sa sœur : "Quand je ne décrochais pas le téléphone pendant plusieurs jours, elle arrivait sans crier gare. Elle me disait : Allez hop, sors de ce lit, nous allons faire une promenade, que tu voies la lumière du jour. Elle est la personne la plus importante pour moi".

S'entourer, se faire aider semblent gage de mieux-être. "Les gens qui veulent tout résoudre eux-mêmes éprouvent davantage de difficultés que ceux qui osent demander de l'aide, constatent les auteurs de l'étude, pour qui la manière d'analyser ce que l'on vit est également déterminante. Lorsque la dépression est imputée intégralement à un événement externe, la personne ne sortira, en général, que partiellement ou difficilement de la dépression".

// JOËLLE DELVAUX

(1) 14 femmes et 6 hommes, âgés de 28 à 63 ans, ont été interviewés en 2012 par une doctorante de la Faculté des sciences pharmaceutiques de la KULeuven. Ils ont en commun d'avoir suivi un traitement par antidépresseurs. Du point de vue professionnel, la répartition est la suivante : 12 employés, 4 fonctionnaires, 1 indépendant, 1 ouvrier et 3 chômeurs indemnisés.

### Pour en savoir plus

Dépression et (in)capacité de travail - analyse d'une étude qualitative • S. Vancorenland, H. Avalosse et R. Verniest • Département R&D de la MC • MC-Informations n°257 de septembre 2014  
 >> À lire sur [www.mc.be](http://www.mc.be) (rubrique infos et actualités).

ne serait-ce que temporaire - du temps de travail... peuvent résoudre les problèmes. Un des témoins raconte qu'à la suite de sa demande d'alléger sa charge de travail, son chef de service lui a proposé de parcourir une description de fonction susceptible de mieux lui convenir. "Cela m'a rassuré, confie-t-il. Je craignais de devoir recommencer comme avant, je me demandais si j'allais encore pouvoir assumer. Je dois dire que tout s'est très bien passé".

Remettre progressivement le pied à l'étrier est aussi une opportunité intéressante. "Mon employeur m'a permis de reprendre le travail à temps partiel et je lui en suis très reconnaissant, s'enthousiasme un témoin. Cela s'est fait en accord avec mon généraliste, le médecin-conseil de ma mutualité et le médecin du travail". "Le fait de ne pas devoir tourner directement à plein régime est considéré par les intéressés comme un grand avantage, commentent les chercheurs. Les employeurs doivent accepter qu'un travailleur soit temporairement moins productif après une incapacité due à une dépression", soulignent-ils.

remment moins productif après une incapacité due à une dépression", soulignent-ils.

Ces solutions, sans doute idéales, ne sont pas partagées par tout le monde, loin s'en faut. Ainsi, par exemple, les interviews ont mis en lumière la réalité de certaines professions confrontées à une charge de travail élevée en raison d'une pénurie de personnel. Avec un risque accru d'incapacité de travail pour cause de dépression ou de burnout. Une réalité que connaissent aussi bon nombre d'indépendants ou de petits patrons, même si elle apparaît peu dans cette étude. D'autre part, pour certains travailleurs, la réintégration au sein de l'entreprise ne paraît plus envisageable. Une réorientation professionnelle ou la recherche d'un nouvel emploi doivent alors être envisagées, dans la mesure du possible.

// JD

Aînés

## Bien profiter de la retraite

**"Le passage à la retraite laisse rarement indifférent. Il charrie son lot de craintes, d'espoirs et de défis",** remarque Énéo. Le mouvement social des aînés a voulu en savoir plus. Il livre aujourd'hui les résultats d'une large enquête qui éclaire les grandes tendances. Elle fournit aussi des conseils de retraités à leurs futurs congénères.

D'après l'enquête, quelques indices présageraient d'une retraite heureuse. Ils concernent d'abord la satisfaction professionnelle avant le départ en pension. Plus elle est importante, plus la satisfaction à la retraite le sera également. "Ainsi, contrairement à ce qu'on pourrait parfois penser, ce ne sont pas les retraités qui ont le plus souffert au travail qui sont les plus heureux à la retraite", explique Jean-Baptiste Dayez, chargé de l'étude à Énéo.

### État d'esprit et prévoyance

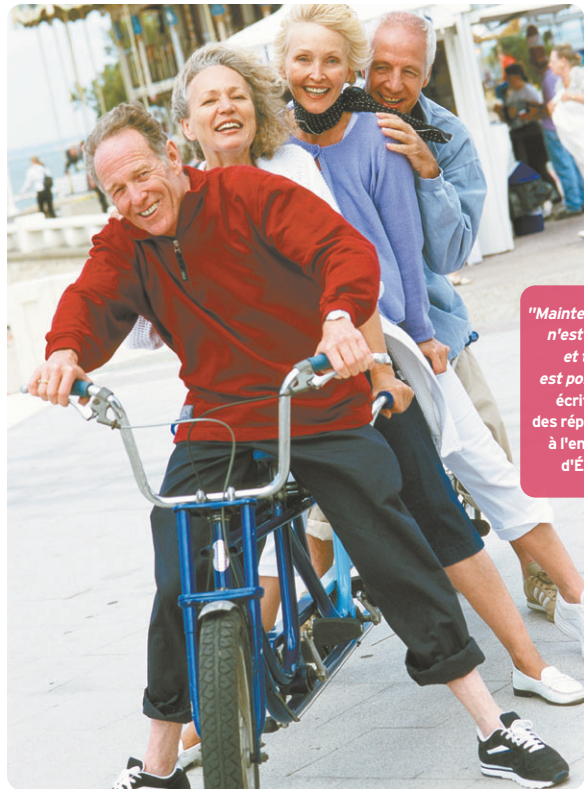
En effet, "une activité professionnelle peu appréciée laisse généralement des séquelles physiques (moins bonne santé) et psychologiques (épuisement) à un travailleur. Ces séquelles peuvent perdurer à la retraite". Et puis, il y a la capacité à apprécier l'existence, à se montrer optimiste face à la vie de manière générale. Ces individus-là – positifs de nature – le sont au travail, comme après. Autre auspice pour une retraite satisfaisante : avoir développé des activités en dehors du boulot et de la maison, ou avoir une idée assez claire de ses envies à la pension. La préparation compte dans les facteurs de réussite. Se préparer – simplement en discutant avec ses proches, ses collègues voire en participant à un séminaire sur le sujet – influencerait positivement l'avenir du retraité. Un avenir d'autant plus rose si la décision de partir à la retraite est motivée par l'envie de consacrer du temps à ses centres d'intérêt, et non le résultat d'une pression ou d'un licenciement. Une retraite choisie semble davantage l'amorce d'une retraite heureuse.

Ceux qui ont le plus souffert au travail ne sont pas nécessairement plus heureux à la retraite.

Y a-t-il un âge idéal pour prendre sa retraite ? L'enquête a tenté de répondre à cette question. "Dans un monde idéal, les retraités auraient préféré partir plus tôt à la retraite, afin d'en profiter plus longtemps, observe le chercheur. Mais dans le monde actuel et concret, ils se sont globalement accommodés de leur sort. Ils sont assez à l'aise avec l'âge auquel ils sont partis à la retraite". Soit 60 ans, en moyenne, pour les quelque 2.500 répondants. Notons que le recul de l'âge de la retraite ne recueille pas leurs suffrages.

### D'expérience

À côté de 75 questions fermées (des affirmations pour lesquelles on demande de prendre position), le questionnaire comportait une question ouverte : "Si vous pouviez donner un conseil à un(e) futur(e) retraité(e), quel serait-il ?" Les réponses sont riches en enseignements. Rester actif, voilà le conseil le plus souvent répété. À en croire les principaux concernés, la retraite serait l'occasion de réaliser des rêves, de s'adonner à des activités "top chronophages" que pour prendre place en plus du travail. "Maintenant rien n'est obligé et tout est possible", écrit l'un d'eux. Bénévolat, formations, sports... reviennent fréquemment dans les suggestions des participants à l'enquête. Des activités à anticiper, voire à tester au préalable. Autre point d'attention que les répondants préconisent de tenir à l'œil : les finances. Tous, pratiquement, conseillent de préparer financièrement cette période ; en s'informant d'abord sur le montant de la pension que l'on pourra toucher, en épargnant pour prévenir les coups durs,



"Maintenant rien n'est obligé et tout est possible", écrit l'un des répondants à l'enquête d'Énéo.

en veillant – si possible – à être libéré du poids d'un loyer ou d'un remboursement... Dernier conseil d'importance : garder des contacts sociaux, renforcer les liens existants ou faire de nouvelles connaissances. Car il s'agirait de se prémunir contre l'isolement, alors que les collègues de travail s'éloignent de fait. Ainsi l'un ou l'autre appelle à la vigilance : "Les autres ne viendront pas à vous ! Allez au-devant d'eux". "Évitez autant que possible l'hypnose télévisuelle et l'isolement". Mais attention aussi à "ne pas perdre trop rapidement la liberté tout juste retrouvée", à "garder du temps pour

soi". Un équilibre à trouver entre le bonheur de consacrer du temps à sa famille, aux autres et le respect de l'intimité de chacun, son indépendance. Quoi qu'il en soit, "profiter" est le maître mot des répondants à l'attention de ceux qui les suivront.

// CATHERINE DALOZE

>> Plus d'info : Comment les aînés vivent-ils leur retraite ? dans Balises n°47, oct. 2014 • www.eneo.be • 02/246.46.73.

Domicile

## Pour une présence rassurante et qualifiée

Des paroles qu'il échange autour d'un album photo, une table qu'il dresse, une petite toilette dont il partage pudiquement l'intimité, quelques pas qu'il guide au soleil, un Lego qu'il aide à construire... ou une chaise percée qu'il vide (1). L'ensemble de ces actes traduisent en partie le métier de garde à domicile. Une profession mal connue et surtout en demande de reconnaissance par les pouvoirs publics.

La notion de "présence active" est centrale quand on évoque le métier de garde à domicile. Chez ces professionnels dominent le "sens de l'autre". Leurs mots et leurs gestes visent à accompagner la personne qui doit rester à son domicile sans pouvoir se déplacer. Ils agissent en discrétion, dans le respect de cette personne, de son mode de vie, de ses convictions ; la déontologie du métier le prévoit explicitement. Tel un maillon d'une chaîne, le garde à domicile s'inscrit dans la complémentarité avec la famille ou les proches, mais aussi souvent avec d'autres métiers d'aide : aide ménagère pour l'entretien du domicile, aide familial pour l'aide à la vie quotidienne (les courses, les démarches administratives, la préparation des repas...). Certes, entre garde à domicile et aide familial, il existe des zones de recouvrement. Les métiers sont proches. Mais le secteur entend faire comprendre aussi les différences. Elles tiennent notamment à la durée de la prestation (plus longue pour le garde à domicile) et au moment où il intervient (aussi de nuit pour le garde à domicile).

Tel un maillon d'une chaîne, le garde à domicile s'inscrit dans la complémentarité avec la famille et les proches.

### Un véritable job

La profession naissante dans les années '80, se construit au gré de la concertation sociale. "L'histoire de l'offre de service de garde à domicile est lente, longue et progressive", explique Séverine Lebegge, présidente de l'Association des services d'aide aux familles et aux aînés en Région wallonne (Assaf). Au fil du temps, les contours du métier, son statut, sont précisés. Et avec eux, les compétences à acquérir pour l'exercer. On ne parle par exemple plus de "garde malade", car les bénéficiaires de ces services peuvent aussi être confrontés à d'autres soucis : handicap, démence, fin de vie. Des formations continuées voient aussi le jour pour acquérir les compétences inhérentes au métier, pour permettre aux gardes à domicile de se former tout au long de leur carrière.

### Arrêter le bricolage

Il n'empêche, aujourd'hui encore, "cette fonction reste trop peu considérée dans ses spécificités et apparaît pour beaucoup, qui ne la connaissent pas

bien, comme étant floue", constate Séverine Lebegge, à l'attention en particulier des pouvoirs publics. Côté germanophone, la prise en compte des gardes à domicile semble plus adéquate qu'ailleurs. Le métier est reconnu et l'activité financée par quota d'heures. A contrario, en Région bruxelloise, le métier ne jouit d'aucune reconnaissance. Et, en Wallonie, si le statut de garde à domicile existe depuis 2009, le financement pose problème. Il est exclusivement lié aux mesures d'aides à l'emploi. Ainsi, le secteur est confronté à une insuffisance de postes d'embauche possible pour satisfaire les demandes. "En l'absence d'une reconnaissance cadrée et financée du métier, des formes sauvages de travail au noir continuent d'exister et des entreprises commerciales développent cette activité, observe-t-elle. Les abus qui découlent de ces activités non



déclarées ou à but lucratif sont des tarifs horaires exorbitants réclamés au bénéficiaire, le non respect de la législation sociale par l'employeur ou encore une absence ou un manque de compétences des travailleurs".

Bricolage en fonction des bonnes volontés dans l'entourage, recours au travail au noir ou aux titres-services non qualifiés... sont parfois les seules pistes pour rester à domicile, faute d'accès au service de garde à domicile. Le secteur milite afin de changer la donne.

// CATHERINE DALOZE

(1) Inspiré de "Si le garde à domicile m'était conté...", intervention de Virginie Lemeunier (CPAS de Liège), lors de la journée de réflexion de l'AsSAF sur le métier de garde à domicile, ce 14 octobre 2014.

### Plus d'infos

L'Assaf (Association des services d'aide aux familles et aux aînés) vient de publier une brochure d'information sur le métier de garde à domicile. L'outil permet de découvrir le statut officiel du garde à domicile ainsi que les différentes facettes de la profession à travers des témoignages et des apports divers. La brochure est disponible gratuitement auprès de l'Assaf.

>> Assaf, boulevard Joseph II 13 à 6000 Charleroi • 071/23.32.75 • coordi@cpascharleroi.be • http://aidesadomicile.be/

Déficiência visuelle

# Soif d'apprendre, comme les autres

Certains élèves ont besoin de petits aménagements humains et techniques pour poursuivre une scolarité ordinaire. C'est le cas des enfants aveugles et malvoyants qui, parfois, sont accompagnés sur les bancs de l'école. Reportage dans une classe de cinquième primaire.

Peu de temps après qu'ait retenti la sonnerie, Imène arrive à l'école accompagnée de sa maman. D'un bref signe de la main, elle prend congé de celle-ci, dit "bonjour" à Julie Verdonck, son accompagnatrice scolaire de l'Oeuvre Nationale des Aveugles (ONA) (1), et se précipite dans le couloir, pressée d'intégrer le rang et d'entrer en classe.

Le local est celui d'une classe de l'enseignement primaire. Les élèves s'installent deux par deux à leurs tables dans un brouaha infernal. Imène fait de même avec, à ses côtés, une voisine un chouïa plus âgée que la moyenne : son accompagnatrice. Cette dernière va l'aider lors des deux heures de cours à venir. "Zip", Imène ouvre son plumier et prépare ses feuilles d'exercices. "Clic", elle allume sa TV-Loupe dont elle dirige une des deux caméras vers l'ordre du jour rédigé au tableau. Première tâche de la journée : "Correction des devoirs".

Aïe ! Absente le jour précédent, Imène n'a pas préparé l'exercice sur les unités de longueurs. Sans attendre, le duo s'y attèle pour rattraper le groupe. "Dans cette colonne, ce sont les mètres, dit Julie. Et là ?" "Les décimètres, les hectomètres et les kilomètres", répond l'élève. Au fil de l'exercice, Imène manipule le plateau de sa TV-Loupe de gauche à droite et de haut en bas. La seconde caméra de l'instrument lui permet d'agrandir des documents à l'écran.

L'heure de cours suivante est consacrée à la grammaire et aux verbes d'état. Une fois les exercices terminés, les corrections se font au tableau, une distance que les yeux d'Imène ne peuvent atteindre. Pas de problème. "Clic", son écran se sépare en deux sur la longueur. En bas, le moniteur offre

l'agrandissement de sa feuille de papier. En haut, celui du tableau. "Comment faisiez-vous sans TV-Loupe ?", ose-t-on leur demander. "Notre centre de transcription adaptée rédigeait tous ses cours en très grands caractères pour qu'elle puisse les lire, se rappelle son accompagnatrice. Il le fait encore, d'ailleurs, pour les cours qui ne se donnent

pas dans ce local". En effet, vu sa taille et les réglages qu'il requiert, l'équipement est intraversable. Deux heures s'écoulent ainsi au fil des exercices et des corrections. Deux heures au bout desquelles les élèves manifestent l'envie d'aller prendre l'air. Les cris des premiers enfants sortis dans la cour résonnent jusqu'en classe. Ils sortent, enfin. La voix d'Imène ne se mêlera pas à celles des autres gamins, elle a des cours à mettre en ordre.

### Un accompagnement global

"Ma mission ? Elle consiste à accompagner Imène, dit Julie Verdonck, pas à faire de la remédiation." En effet, c'est pour les matières qui requièrent des supports visuels que son soutien est le plus utile. "Avec elle, deux heures par semaine c'est suffisant", précise Julie en ajoutant : "Imène se débrouille bien avec sa TV-Loupe." Un syndrome génétique a fait baisser sa vue jusqu'à deux dixièmes de la vision "normale". Mais ce n'est pas ce qui affecte le plus sa scolarité. Le principal obstacle, en réalité, ce sont les absences dues au mal dont elle souffre. Son état de santé ne lui a pas permis de suivre une semaine de cours complète depuis la rentrée. D'où le soutien précieux de son accompagnatrice pour réorganiser ses cours.

"J'avais peur pour elle, confie Murielle Rucquoi, son institutrice. La matière de cinquième année est difficile alors avec ses absences... Heureusement, elle en veut, elle est très motivée !"

Le handicap ne doit pas empêcher un enfant de suivre une scolarité. L'institutrice adhère à ce principe, mais "sans l'accompagnatrice de l'Oeuvre Nationale des Aveugles, ce serait compliqué, reconnaît-elle. Je n'ai qu'une heure de remédiation par semaine. Il n'y a qu'une infirmière et un psy pour 5.000 élèves". C'est dire le peu de moyens existants pour aider un élève sujet à de grandes difficultés.

### Plus qu'une main tendue

"L'accompagnement scolaire des jeunes déficients visuels est un projet relativement récent, indique Bénédicte

Hanin dans les locaux bruxellois de l'ONA. Il a démarré il y a 25 ans suite aux interpellations de parents, fatigués de voir leur enfant aveugle ou malvoyant systématiquement envoyé dans l'enseignement spécialisé comme c'était le cas". Aujourd'hui, l'ASBL facilite l'intégration des élèves déficients visuels dans l'enseignement ordinaire maternel, primaire et secondaire en Wallonie et à Bruxelles. "On évalue à 12 heures de travail par mois l'accompagnement d'un enfant malvoyant et à 24 heures celui d'un enfant aveugle", complète la responsable des accompagnateurs.

Aider un enfant, c'est plus que le prendre par la main et l'asseoir sur un banc d'école. Lorsque l'ONA est à la manœuvre, plusieurs missions sont poursuivies comme, par exemple, aider l'enfant à obtenir une aide pour s'équiper d'un matériel adapté. "C'est toute une procédure, précise Emilie Servais, assistante sociale. Ça débute par quelques tests pour s'assurer que le choix de tel ou tel produit soit le bon pour l'enfant. Ensuite, on rédige un rapport social. Celui-ci précise ses besoins spécifiques à l'école, à la maison, et compile les observations de l'ophtalmologue." Ce rapport est ensuite transmis au pouvoir subsidiant pour l'obtention d'une aide. À l'Avipih pour le jeu-jeu Wallon, et au Phare (Fonds de la Cocof) pour le jeune Bruxellois, deux institutions compétentes pour l'aide à la personne handicapée.

Un soutien financier plus que bienvenu puisqu'il s'agit d'un matériel coûteux. La TV-Loupe d'Imène à l'école peut coûter jusqu'à 7000 euros, sans parler de celle qu'elle utilise à la maison lorsqu'elle se penche sur ses devoirs. Ordinateurs, logiciels spécialisés, loupes portables, barrettes braille... sont autant de solutions pour autant de déficiences visuelles mais

coûtent les yeux de la tête. Reste qu'il y a des enfants qui n'obtiendront pas d'aide : les aveugles francophones domiciliés en Flandre et qui fréquentent une école francophone. Ils n'obtiennent rien, miex. "C'est un vrai nœud", conçoit Bénédicte Hanin.

Des contenus adaptés Aider à acquérir du matériel pour lire, très bien. Mais que lire, et comment ? Ces questions sont les préoccupations du centre de transcription adaptée (CTA) de l'ONA. Sa mission : rendre accessible tout le matériel pédagogique dont l'élève a besoin en classe : cours, manuels, livres...

Pour les malvoyants, les grands caractères seront privilégiés ainsi que les dessins et les schémas en couleurs vives. "Au fil du temps, explique Bénédicte Frippliat, responsable du CTA, nous avons construit un stock de matériel 3D et 2D regroupant les matières qui seront vues par tous les élèves du secondaire. Tous les autres



Pour aider Imène à l'école, Julie fait plus que la prendre par la main.

L'accompagnement scolaire permet d'éviter l'envoi de l'élève dans l'enseignement spécialisé.

L'état de santé d'Imène ne lui a pas permis de suivre une semaine de cours complète depuis la rentrée.

Dans le plumier d'Imène, la carte de visite de son accompagnatrice.



cours sont transcrits au fur et à mesure de l'année."

Pour les aveugles, c'est l'écriture braille qui est utilisée. "Si un élève doit lire un livre pour l'école, son accompagnateur nous l'amène et nous le transcrivons en braille en une quinzaine de jours", dit une des quatre membres de l'équipe. Fini le temps du poinçon ! Désormais, ce sont des logiciels qui transcrivent les textes. Si le temps économisé est considérable, les contenus transcrits en braille restent très volumineux. "18 pages dactylographiées représentent 100 pages en braille, précise la même employée. Vous pouvez imaginer la place que prend une transcription de Harry Potter !"

Un travail de transcription titanesque qui ne se fait pas en un coup de baguette magique... Mais au bout du compte, la formule permet à Imène de suivre une scolarité des plus "normales" et, surtout, en contact avec les enfants de son âge.

// MATTHIEU CORNÉLIS

(1) Contact : 02/241.65.68 • www.ona.be

## Plus de 65 ans ? Débrouillez-vous !

Si un handicap n'est pas reconnu avant l'âge de la retraite, plus possible de recevoir une aide financière pour acquérir du matériel d'aide. Une situation mal vécue par nombre de personnes âgées. L'heure est alors aux choix douloureux...

"La descente aux enfers a commencé en 2001. Au début, c'était de légers troubles, je voyais des cercles la nuit, les oiseaux en double... Mais depuis deux ans, ça s'est aggravé. Je ne trouve plus le trou d'une serrure, j'écris avec des marqueurs épais, je lis avec une loupe..." Paul Vermeiren souffre d'une dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA), une maladie évolutive de la rétine qui amène à la perte progressive de la vue centrale. Emilie Servais, assistante sociale de l'ONA, lui rend visite pour identifier ce qui pourrait lui faciliter le quotidien : TV-Loupe, loupe portable, ordinateur... Malheureusement, Paul n'a pas beaucoup de moyens, il ne pourra pas acquérir ce matériel de pointe. "Puisque son handicap n'a pas été reconnu avant ses 65 ans, il doit financer lui-même le matériel qui lui faciliterait la vie."

De Smet, sa secrétaire politique, précise que "ces aides matérielles permettent pourtant une meilleure qualité de vie et peuvent ainsi postposer voire écarter l'entrée en structure d'accueil collectif comme une maison de repos." Par ailleurs, selon le mouvement, ces moyens devraient être dédiés à l'aide individuelle et s'inscrire plutôt dans la politique des aînés et non dans celle de la personne handicapée.

"Les aides matérielles permettent une meilleure qualité de vie. Elles peuvent aussi écarter l'entrée en maison de repos."

Paul Vermeiren se sera finalement orienté vers la tablette tactile. Celle-ci lui permet d'agrandir les textes à l'écran ou de photographier son courrier pour qu'il soit lu par la machine. Pour l'acquérir, il aura dû vendre sa voiture qu'il n'utilisait plus à cause de son handicap. Pour aider les seniors moins fortunés, l'ONA, avec l'accord du pouvoir subsidiant, prête aussi du matériel récupéré ci ou là. Un soutien précieux pour ceux que les pouvoirs publics estiment ne plus devoir aider. Une aide procurée par l'ONA qui, malheureusement, dépend encore beaucoup des dons et des legs pour agir au quotidien.

// MaC

COMMENT INSÉRER UNE PETITE ANNONCE ?

Les petites annonces sont réservées aux membres de la Mutualité chrétienne. Chaque famille bénéficie, par année civile, d'une première annonce au prix préférentiel de 5 euros. Toutes les autres parutions se font au tarif de 12,50 euros par annonce.

- Rédigez votre annonce en lettres capitales sur papier simple.
  - Effectuez votre virement sur le compte  
Code IBAN : BE77 0000 0790 0042  
Code BIC ou SWIFT : BPOT BE BI  
au nom des Editions Mutuellistes en précisant le nombre de parutions souhaitées.
  - Envoyez votre annonce en joignant votre vignette jaune ainsi qu'une copie de la preuve de votre paiement au "Service des petites annonces", En Marche, chée de Haecht 579 BP40 - 1031 Bruxelles ou fax : 02/246.46.30 ou enmarche@mc.be - tél : 02/246.46.27.
- Dates ultimes de rentrée des annonces :  
le vendredi 21/11 pour l'édition du 4/12.  
le vendredi 5/12 pour l'édition du 18/12.

Attention ! Vos petites annonces ne seront publiées que si nous recevons en même temps le texte de l'annonce, la vignette jaune et une copie de la preuve de paiement. Les petites annonces paraissent sous la seule responsabilité de leurs annonceurs.

# Auto/moto

Av: VW-Golf automatique, 101000 km, CT ok, ler proprio, 450E. 0499-22.25.50 après 12h. (A50738)  
Av: vélomoteur Peugeot Vogue, état neuf, seulement 50km au compteur, 49cc, 450E. 0477-8990.49 à Braine-le-comte. (A50750)

# Divers

Av: vêtements homme, sport et ville, T: LXL, pulis, vests, pantalons de marque et costumes de marque, collectionneur cartes postales 1914. 0470-68.87.21. (D50744)

Guernés-14-18, 40-45, av. Patriotes, Soirs illustrés, Signol, Adler. 0497-33.39.15. (D50734)

Collectionneur cherche guide Michelin pays: Italie, Espagne, Suisse, Allemagne, Angleterre, ce-line@francecne.be - 056-45.55.77 et demandez Céline. (D50747)

Av: collection complète de 48 VHS-DVD + 48 brochures de "La grande aventure de la mer" du Cdt. Cousteau, 60E. 010-61.11.26. (D50743)

Recherche anc. vieilles plaques de réclame en email, prod. alimentaire, boissons: bière, spa, aïja etc., anc. plâtre publicitaire de 10 à 1000E et +. 0475-690445 - joki@telenet.be (D49976)

Collectionneur cherche guide Michelin pays: Belgique et France avant 1952 + guide France Michelin 1939 édition américaine. celine@francecne.be - 056-45.55.77 et demandez Céline. (D50746)

Garnisseur en fauteuils, travail à l'ancienne, tissu, cannage, rempaillage, Maison Didot à Namur. 081-400.40.80. (D50569)

Av: cse. décès, lit médical électr. avec 2 perroquets et possibilité de plusieurs positions, 100E. 0472-78.18.24. (D50735)

Av: poêle Danois à bois ou briqu., 11.000 Kcal, 60/45/100 cm., cse. dbl. empl. 450E. 0497-48.44.61. (D50739)

Av: stock important pour brocanteurs et quyes. belles antiquités, le tout en un seul lot. 0475-47.90.62. (D50729)

Lit méd. électr. + téléc. 500E, faut. relax cuir électr.: 300E, piano droit: 200E, 58E, style italien: 400E, serv. café romantique: 50E, 2. fauteuils: 100E, lampadaire cuir: 50E. 0473-36.89.46. (D50727)

Av: vélo elliptique, très bon état, peu servi, 75E. 0478-59.47.88 - 071-59.25.44. (D50723)

Av: des noix de cette année, 3kg: 5E, 1kg: 2E, à Senneffe (centre Nivelles et La Louvière). 064-55.79.26 - 0472-99.04.48. (D50745)

Av: lit médical électr. avec perroquet, lève-pers. avec harnais, chaise roulante électr., chaise douche/wc, état impeccable, peu utilisée, photos dispo, prix à disc. 0472-46.97.35 Visé. (D50708)

Av: Iodén neuf vert/H, tour poitrine 107cm, 95% laine, boutons cuir, St-Michel Tiroi, 62E, manteau noir impeccable, F pure laine vierge, T44, 29E. 02-73.12.58. (D50736)

Av: feu à bois en fonte 11kws, bûche de 45cm, servi à un demi, état impeccable, prix à discuter. 0477-47.80.84. (D50737)

# Emploi/services

Dame 65a, garde-malade, expér. maison de repos et privé, cherche emploi/jour/nuit, rég. Liège. 04-237.01.44. (D50730)

Dame de compagnie belge, sérieuse et douce, offre ses services aux pers. âgées, rég. sud de Bruxelles/Waterloo. 0473-917.72. (E50692)

tifs pr l'occuper d'elle, expér. et form. à l'accomp. des pers. en fin de vie. 0495-845240 (E50702)

# Immobilier

Alicante, villa pl. pied 1250m2, 3ch, 2sdb, pisc. couv., cuis.ég., gd.liv., 2cht. bois, pellet, airco, 2tér, pkg, 2voit., jard.clôt., part. mbliée, 329.000E à disc. thunissen\_leona@hotmail.com (L50720)

Urgent, av. Basécles, rue du Carme, maison pl. pied, 3ch, sdb, wc, au calme, cse. chgmt. vie, prix à convenir. 0496-12.43.86. (L50741)

# Location

Poupehan, appart. 250m2, liv., cuis. ég., 4ch. + sdb, terr. 30m2, situation except. plein sud, pkg, priv., jard., 600E. 061-46.73.47 - closdumousty@msn.com (L50726)

Hamoir, ds. villa entourée d'un jard., 1 appart. 1ch + 1 appart. 2ch avec pkg, priv. + gar. + caves, buand, idéal pr pers. pensionnée aimant calme et jardinage. 04-272.96.31 - 0491-07.09.83. (L50725)

Braine-le-comte, ail. maison ds centre avec jard., pas de vis-à-vis, cuis. ég., liv., sàm., sdb., 2ch., 1 bureau, connect. au gaz, compt. bi horaire, 725E/mois. 0499-22.92.94. (L50742)

# Mobilier

Av: sàm accable, table ovale à rallonges + 6 chaises Directoire: 400E, dressoir Louis Philippe: 400E. 02-217.54.45 après 19h. (M50732)

Av: lit médical, 425E, table violon, 6 chaises + 2 fauteuils, style Napoléon III, armoire de hall en chêne. 0495-17.73.45. (M50713)

Av: joli petit bar en sapin du nord brun foncé et fer forgé + étagère + 2 tabourets, 150E. 0476-51.74.73. (M50724)

# Villégiature (Belgique)

Alle/Semois, Ardennes, séjour agréable, repos assurés, promo 3x20 jusqu'au 15 déc.: 288E/p., 4 jours avec petit-déj. et table d'hôte le soir. 061-50.80.30. (V50537)

Ardenne, sur les bords de l'Ourthe, gîte authentique ds. anc. ferme, au calme, randonnées, vélo, escalade ds. le village, max. 8p. www.fermedejupille.com - 084-4770.01. (V50731)

Longfaye calme hameau Htes Fagnes, nb. prom., vélo, vtt, ski, anc. ferme, gîtes ruraux 3 épis, chais spacs. 12 ou 3ch. 080-33.97.19 - henri.lagnoule@skynet.be - http://logers.skynetblogs.be (V49839)

Séjour en ardenne, Priele-Tenneville, chalet 6p, prox. La Roche en ard., Bastogne, en pleine nature, 125E/1we, 250E/s + chgs. 0474-27.14.13 - www.chalet-gite-lesfougères.com (V50699)

La Panne, Esplanade, appart. 2 ch., 2 bains, garage, 150m mer, libre àpd: 19/11, 250E/sem, 120E/w.e. Nouvel-an du 27/12 au 3/01, 420E. 0472-26.54.48. (V50749)

Lacs de l'Eau d'Heure, gîte de rêve, 3 épis, jusqu'à 9p, proche des lacs, jard., park., prom. balisées, équitation et pétanque/place, Internet. 0477-79.67.71 - www.giteatilleul.be (V50385)

Westende, ail. tr. b. studio, 4e. ét., asc., coin d'ique, tv, bus/mer, 4p., ent. rén., lch. sdb, ttc.f., centre commerces, tv, asc., long we, sem., qz., mois. 071-76.02.47 - 0478-91.57.53. (V50683)

St Idesbald, appart.70m2, 6p., 20m digue, vue grand angle/plage, tr. lum., 2ch., b. sàis: 365E/s, Noël: 430E/s, carnav: 405E/s, chgs. comp., prix dégressif/durée, pkg souterr. 0489-59.00.07. (V50691)

St Idesbald, appart. rez + gar., près digue, plein sud, endr. calme, 2ch., tt. conf., loc. par sem., Noël, Nouvel-an. 056-33.33.18 - 0474-46.82.66 - tibercaat@gmail.com (V50716)

Htes Fagnes, gîte 7p., 3ch., Wifi grat., prox. forêts, prom., vélo, ski. 080-33.74.35 - joseph.sohlheid@skynet.be - http://lesavrules.jimdo.com (V50739)

Rdch. de maison mbliée à 2km Barvaux-Durbuy (Bohon), 150m2, pl. sud, terr., jard., gar., lch., sdb, chft. cent. et pellet. à l'année, 600E/mois. 0495-49.57.76. (V50717)

Coxoye digue, appt. tr. soign., 2e. ét., 2-5p., 2ch., tt. conf., wifi, liv., balcon. 063-57.23.71 - http://perso.infonie.be/locapart (V50661)

Malmedy, Cligneval, location partie de bungalow, 2-5p., endroit unique, dépliant/demande. 080-33.92.89. (V50652)

Coxoye, app. 5p., 2ch. sdb, wc, cuisine, living, hall, 30m, digue, côté soleil, rénové, tt confort, tv, dvd. 04-37015.63 - 0473-69.94.34. (V50594)

Westende, ail. tr. b. stud. mod., coin digue, v. mer, 2e. ét., 4p., lch. sép., tv, tt. conf., asc., libre Noël du 20 au 27/12 et svts. 071-34.26.67 - 0478-72.07.05. (V50740)

La Panne, appt. 4p., au centre et à 50m de la mer, 3e. ét., asc., tv, àpd: 175E/sem. 0477-82.37.13 - ebarbueux@gmail.com (V50748)

Coxoye, appt. 2ch., tt. conf., mod. et soign., digue de mer, photos et tarifs basse saison: pierrardcoxyde.skyrock.com - 0473-92.13.56. (V50688)

# Villégiature (France)

Roquebrune, Cap-Martin, Menton, ail. ttes. périodes, studio S-0, tt. conf., gde. terr., belle vue montagne, bord de mer, tv, m-o., photos dispo. 085-8414.30. (V50715)

Var, St-Cyr/Mer, app. lch., 50m2 + terr. sud, 2-4p., sup. ég., mer à 300m, id. pr. seniors, juin et sept: 350E/s ou 550E/qz, oct. à mai: 300E/s ou 450E/qz. 0474-20.94.73. (V50694)

Canet plage, ail. studio front de mer, 4 couchages, cuis. ég., sdb, douche, terr., chauff. cent., tv, proche des commerces, tte. l'année àpd: 280E/sem. 071-41.58.93 - 0498-38.32.75. (V50684)

Gérardmer, ail. appart. dans chalet, lch., sdb, douche, 4p., vue calme, lac, proximité ville, terr., 15km Alsace. 082-66.67.09. (V50687)

Les 2 Alpes, 1600-3600m., appt. 4-6p., tt.conf., vue/montagne, navette gratuite au pied de l'immeuble. 0498-29.44.19 - www.location-2alpes.com (V50721)

Côte d'Azur, Noël en Provence, studio 2p., tt. conf., résidence calme, vue golf St-Tropez. 0498-12.12.79. (V50728)

Ski au pied des pistes, appart. vue panoramique, Hte. Savoie, rég. Morzine-Avoriaz, portes du soleil de 275 à 550E/sem. 0475-56.59.20. (V50636)

Menton, Côte d'Azur, bord de mer, studio - appt. 2 à 3p., tt. conf. 068-28.25.75 ap. 19h et w.e. (V50722)

Côte d'Opale, Merionat plage, appt. 2ch., sdb, liv., tv, terr., sup. équip., gar., rd. repos garanti, vélos, dominique.wagemans@gmail.com (V50682)

Côte d'Azur, Menton, appt. plein sud, impecc., 3 min. de la plage, vue imprenable, sans vis-à-vis, à prox. des commerces, 2-4p., lch., air cond. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94. (V50458)

C. d'Azur, Villefranche-sur-mer, appt. 2-3p., pl. sud, impecc., ds. résid. calme, vue mer, prox. commerces, plages, trans. en commun, air cl., libre tte. l'année, phot. disp. 0477-62.74.43. (V50352)

Vosges, La Bresse, 13km de Gérardmer, appt 24p., liv., coin cuis., lch. + coin mont. +2 lits sup., pk, priv., tuverie, loc. tt. l'année du sam. au sam. 063-6778.11 - www.chalet23.lizhost.com (V49855)

Côte d'Opale, Wissant, ail. 50m plage, appart. 4p., séj., 2 clic-clac, tv, cuis. équip., lch., sdb., wc. sép., terr. clôt., tt. conf. 0495-32.28.95 - mzimmer@portima.be (V50751)

# Villégiature (Autre pays)

A saisir ! Valais Suisse, Ovronnaz, àpd: 295E/sem. ttc. spl. appt. 2-6p., lux.ég., imm.ter.sud soleil, vue sup., magn. prom., c. therm., prox. pistes ski, photos. 02-6533525 - 0477-20.44.91. (V49656)

Suisse, Valais, superbe appart. 6p., grd. conf., cuis. ég., tv, grde. terrasse plein sud, vue magnifique, opp. 1.500m, 600 EUR/sem, 081-65.50.11. (V50676)

Suisse - Val d'Herens, La Sage 1740m, apparts calmes, vue, soleil, prix intéressant ! 0041-272.831.357. (V50538)

Almencar +Benidorm, appt. vue mer, lch., tv, sdb, liv., terr. sud, micro-ond., 399E/m.h.s + ch., 899E/m. été, 650E/qz., 1 chien adm., pisc., park. 02-65740.86 - 0477-59.47.33. (V50706)

Saint-Luc, Valais Suisse, appart. en rez de chalet, 4p., tt. conf., tv, dvd, l.v. etc., de 700 à 1.016 EUR/sem. 0494-28.86.77 ap. 16h. (V50675)

Majorque, îles Baléares (Santa Ponsa), ail. appt. 100m2, rdch., 2ch., 2 sdb, terr., jard., park., bord mer, zon. calme résident., ttes. facilités. 085-23.09.44. (V50719)

Offres d'emploi

LA MUTUALITÉ CHRÉTIENNE HAINAUT

LICENCIÉE RECRUTE (H/F) :

> un informaticien

CDI - temps plein  
Fonction : gérer l'outil informatique des agences locales - apporter assistance et conseils aux utilisateurs - soutenir des projets - construire et analyser des indicateurs - assurer la formation des utilisateurs.

Profil : niveau bachelier informatique - mobilité (voiture) - flexibilité et autonomie.

Plus de détails sur www.mcjobs.be

Envoyez votre candidature avec CV et lettre de motivation pour le 25 novembre à Jean-Luc Vanneste, Directeur adjoint, rue Saint Brice 44 à 7500 Tournai ou via MCHEmploi@mc.be

AIDE & SOINS À DOMICILE (ASD)

LIÈGE-HUY-WAREMME RECRUTE (H/F) :

> deux infirmiers chefs

CDI - temps plein  
Fonction: assurer l'organisation et l'encadrement d'une équipe de personnel soignant sur un secteur géographique tout en veillant à une utilisation optimale des ressources.

Profil: diplômé d'infirmier bachelier - de préférence, une expérience du métier de 5 ans - capacités d'ouverture, de travail en équipe, d'analyse des situations - bonne connaissance de la législation soins infirmiers - capacité pédagogique pour former et informer ses collègues - compétences en management.

Plus de détails sur www.mcjobs.be

Envoyez votre candidature avec CV et lettre de motivation avant le 30 novembre à Christian Smetz, Directeur général, rue d'Amorceur 55 à 4020 Liège ou via secretaariat@asdliege.be

AIDE & SOINS À DOMICILE (ASD) EN

BRABANT WALLON RECRUTE (H/F) :

> un infirmier référent

dans le cadre d'un nouveau projet de soins (protocole 3) cofinancé par l'INAMI

> des infirmiers gradués ou brevetés

secteur d'Otignies et Nivelles  
> des aides familiales diplômées  
véhicule personnel indispensable - habiter en Brabant wallon ou à proximité - disponibilité immédiate.

Plus de détails sur www.leforem.be

Envoyez votre candidature avec CV et lettre de motivation à service.ressourceshumaines.bw@fasd.be

SOLIVAL - MONT GODINNE RECRUTE (H/F) :

> un superviseur

CDI (1 an) - avec possibilité prolongation en CDI - passeport APE

Fonction : en collaboration avec le directeur de Solival: supervision et coaching opérationnel de l'équipe d'ergothérapeutes - amélioration continue des procédures - relais des informations de terrain vers les pouvoirs publics - gestion de la formation - coordination de projets.

Profil: bachelier - expérience en gestion/coaching de collaborateurs - connaissance du domaine d'activités de l'ASBL - véhicule.

Plus de détails sur www.mcjobs.be

Envoyez votre candidature avec CV et lettre de motivation pour le 14 novembre à Christine Rossignol, Collaboratrice RH via www.mcjobs.be

LA CLINIQUE ET MATERNITÉ SAINT-ELISABETH À NAMUR RECRUTE (H/F) :

> un biotechnicien

> un gradué en comptabilité

> un infirmier en salle de cathétérisme cardiaque

> un infirmier en bloc opératoire

Plus de détails sur www.cmsenamur.be

L'ÉVÊCHÉ DE LIÈGE RECRUTE (H/F) :

> un concierge

en charge du domaine de l'évêché à Liège, comprenant la résidence épiscopale et une aile de bureaux. Logement de fonction.

Profil: diplômé de l'enseignement secondaire - sens de l'accueil, discrétion, bonne présentation, serviabilité, aptitude à la maintenance d'une maison, connaissance du milieu ecclésial.

Envoyez votre candidature avec CV et lettre de motivation pour le 10 décembre

à M. le Vicaire général A. Borras, rue de l'Évêché 25 à 4000 Liège.

LE CHU DINANT GODINNE - UCL NAMUR

RECRUTE (H/F) :

> un kinésithérapeute, pour le service de Kinésithérapie respiratoire

CDI - 4/5e semaine - entrée au 2 janvier 2015 - site Godinne

> deux technologues en imagerie médicale

CDI - Temps plein - entrée en fonction en novembre et décembre - site Dinant.

Plus de détails sur www.chudinantgodinne.be

Envoyez votre candidature avec CV et lettre de motivation à recrutement-chu@uclouvain.be

Offres de service

FACE RECHERCHE (H/F) :

> des bénévoles

pour améliorer le quotidien des résidents, adultes ayant une infirmité motrice cérébrale, les accompagner en sortie et faciliter des activités d'ateliers.

Rens. : Marie Sadzot, 02/523.91.71 ou face.ressbl@face.be

LE SERVICE GLOBUL'IN AMO

RECHERCHE (H/F) :

> des volontaires

pour soutenir des enfants de 6 à 12 ans dans leurs apprentissages scolaires, dans le cadre de l'atelier "Coup de Pouce", les mardis en période scolaire de 15h30 à 17h30. Lieu: Maison de la parentalité à Anhé.

Plus de détails au 082/22.49.02, via info@globulin-amo.be ou sur www.globulin-amo.be

en marche

LA SOLIDARITÉ, C'EST BON POUR LA SANTÉ

Chaussée de Haecht, 579 - BP 40 - 1031 Bruxelles © 02/246.46.27 - Fax : 02/246.46.30 - enmarche@mc.be - www.enmarche.be

EDITEUR RESPONSABLE : Jean Hermesse, Oberg, 23 - Bte 11 - 1970 Wezembeek-Oppem.

RÉDACTRICE EN CHEF : Catherine Daloz - SECRÉTARIAT DE RÉDACTION - JOURNALISTES : Joëlle Delvaux - Philippe Lamotte - Matthieu Cornélias - ADMINISTRATION - PETITES ANNONCES : Carine Renquin - Mathieu Stassart - INTERNET : Jessy Doulette

MAQUETTE : Olaghi sprl - MISE EN PAGE : Olaghi sprl - Philippe Maréchal.

Affilié à l'Union de la presse périodique APP - Membre de l'Union des Editeurs de la Presse Périodique - Tirage moyen 460 000 exemplaires

BIMENSUEL - Parution tous les 1<sup>er</sup> et 3<sup>em</sup> jeudis du mois (1<sup>er</sup> jeudi du mois en juillet et en août).

IMPRIMERIE : Remy-Roto - rue de Rochefort 21f-213 - Zoning Industriel - 5570 Beaurain.

ROUTAGE : L'Atelier 2000 - Zoning industriel de Heppignes - 6220 Fleurus.

Une erreur dans votre adresse postale? Signalez-le via www.mc.be/journal ou au 0800 10 9 8 7.



Jeunesse

## Lectures pour les enfants sages... et les autres

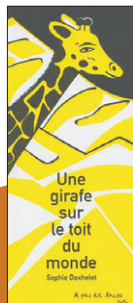
Et si Saint-Nicolas se laissait inspirer par les rayons des libraires ? Une chose est certaine : il ne manquera pas de choix. Tant les auteurs "jeunesse" rivalisent d'ingéniosité pour passionner les petits ; tant les illustrateurs font du papier des œuvres d'art. À regarder, feuilleter, tourner et retourner, sans modération.

// MATTHIEU CORNÉLIS ET CATHERINE DALOZE

### Une girafe sur le toit du monde

Tout commence avec une envie, celle de la girafe d'aller voir plus loin, plus haut que l'horizon. Avec Sükh, un voyageur en montgolfière aux allures d'un nomade mongol, elle s'aventure dans un périple, qui – de l'océan à la jungle, en passant par le rail et une passerelle au-dessus du vide – les amènera au Mont Everest. Un livre allongé comme le cou de la girafe, jaune et noir comme le pelage du mammifère, graphique comme les tâches de l'animal africain, d'une petite maison d'édition belge. À lire avec un parent préparé, pour savourer sans difficultés la précision des mots : "insolites", "périlleux", "célestes"... À partir de cinq ans.

>> **Une girafe sur le toit du monde** • Sophie Daxhelet • éd. À pas de loups • 2014 • 32 p. • 14,50 EUR.



© ILLUSTRATION BELGIANAGE



### Les poings sur les îles

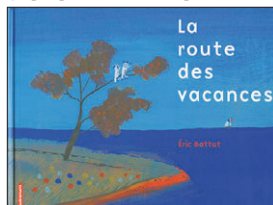
Le petit narrateur a six ans. Il apprend à lire et écrire et aime s'entraîner chez son grand-père Luis, au milieu de son jardin foisonnant de végétaux et autres bestioles. Les dessins dépeignent cette mini jungle luxuriante où les traits du "pépé" se mêlent littéralement à la nature. Comme dans les portraits des quatre saisons d'Arcimboldo (ces visages faits d'un assemblage de fruits et de légumes), en moins classique. Rien de très scolaire dans ce que l'immigré espagnol transmet à son petit-fils. Mais une poésie toute particulière qui met "les poings sur les îles", concocte des "recettes du tiroir". À partir de six ans.

>> **Les poings sur les îles** • Élise Fontenaille et Violeta López • éd. du Rouergue • 2011 • 40 p. • 15 EUR.

### La route des vacances

Les protagonistes de l'histoire s'appellent "Chat" et "Chien", tout simplement. Ce qui leur arrive est malheureusement banal, en été. Ils croyaient partir en vacances avec "le patron et la patronne". Les voila abandonnés sans laisse, ni collier. Ils marcheront d'un même pas, vers une île inconnue des cartes géographiques, non sans un petit détour vengeur auprès de leurs maîtres peu scrupuleux. Simplicité et optimisme résumant cette histoire de complicité qu'une quinzaine de dessins peints traduisent à merveille. À partir de quatre ans.

>> **La route des vacances** • Éric Battut • éd. Autrement • 2014 • 32 p. • 13,95 EUR.



### Le renard perché

Un renard sur un arbre perché, quoi de plus singulier. Étonné de le voir ainsi fixer l'horizon, un jeune garçon va le rejoindre. Il va le questionner, tenter de le comprendre, de blaguer, il va le nourrir, partager avec lui le vent et la pluie... En somme l'apprivoiser. Et si le renard dit attendre un ami, c'est ensemble qu'ils regagneront la terre ferme, en ayant noué cette amitié que le renard attendait. Le récit n'est pas sans rappeler le grand classique du *Petit prince*, mais amène à plonger aussi avec les images dans un univers qui lui est propre. Chatoyant, à l'instar d'un doux pelage roux. À partir de quatre ans.

>> **Le renard perché** • Quitterie Simon et Magali Dulain • éd. Casterman • 2014 • 32 p. • 13,95 EUR.



### La grande fabrique de mots

Tout en couleur sépia, avec ici et là des touches de rouge cerise – un rouge amour –, ce livre poétique raconte comment le petit Philéas ouvrira son cœur à la jolie Cybelle. Pas facile dans leur étrange pays où les mots s'achètent et se mangent pour être prononcés. Surtout quand les promotions ne soldent que "ventri-lique" ou "philodendrons". Comment dire "je t'aime", avec cerise, poussière et chaise ? Une histoire toute en sensibilité, belle ode aux mots, à leur magie.

>> **La grande fabrique de mots** • Agnès de Lestrade et Valeria Docampo • éd. Alice Jeunesse • 2014 • 40 p. • 12,90 EUR.



### Le petit sapin qui aimait les couleurs

À l'origine du livre, une expérience de maman. Sa fille – six ans – rêve en classe, bavarde mais épate aussi par sa culture générale. Lors d'une visite à la ferme, elle a expliqué avec précision pourquoi les feuilles changeaient de couleur en automne. Les professeurs sont ébahis. Et la maman, inspirée par cette anecdote. D'autant qu'elle édite des histoires imaginées par des parents pour leurs enfants. Résultat : un album s'ajoute à la collection. Si le contenu est scientifique et permet aux jeunes lecteurs de se familiariser avec le vocabulaire des arbres, il ne manque pas d'humour. Comme les fables, l'histoire du petit sapin livre aussi une leçon de vie sur l'acceptation de soi et de sa différence. À partir de quatre ans.

>> **Le petit sapin qui aimait les couleurs** • Sophie de la Tullaye et Armelle Mercat • éd. de la Tulipe • 2014 • +/- 40 p. • 10 EUR.



### Les bêtes noires ont beau dos

La vie est douce dans la forêt... mais pas pour toutes les bêtes ! Le scarabée doré à tête noire, lui, est pris en grippe par les habitants des bois. Tous les maux de la terre lui sont attribués. Les accusations des animaux se répètent de génération en génération : c'est toujours de sa faute ! Las, le scarabée doré quitte l'injuste forêt qui se voit soudainement plongée dans le noir. Une histoire forte qui raconte le racisme ordinaire et la tentation de désigner un bouc émissaire pour expliquer les malheurs du monde. L'album, réédité avec de superbes illustrations, est plus que jamais une référence en ces temps de crise !

>> **Les bêtes noires ont bon dos** • Alain Serres et Aurélie Fronty • éd. Rue du Monde • 2014 • 32 p. • 14 EUR.



### Pas facile d'être un chevalier

Jojo est né avec une armure de chevalier. Pas un déguisement, non, une vraie armure greffée à son corps comme une carapace à celui d'un crabe. "Quel malheur ! Notre enfant ne sera jamais comme les autres", gémit sa maman. Pourtant, Jojo semble bien s'en accommoder, faisant même des jaloux parmi les copains du jardin public. Jusqu'à l'entrée à l'école où les déguisements sont interdits. Son armure doit dès lors être dissimulée sous un gros anorak. L'admiration des autres laisse place à l'incompréhension et au rejet. Pas facile d'être un chevalier... jusqu'à ce que Jojo rencontre Angèle, elle aussi habillée d'un gros manteau. Un récit touchant et sensible qui parle avec intelligence du handicap. Dès quatre ans.

>> **Pas facile d'être un chevalier** • Gudule et Claude K. Dubois • éd. Mijade • 2014 • 32 p. • 11 EUR.



## ça se passe

SE PAYER  
UNE BRONCHITE,  
ÇA PEUT ARRIVER.  
NE PAS POUVOIR  
PAYER LES SOINS,  
JAMAIS.

C'EST POURQUOI NOUS REMBOURSONS À 100 %  
LES SOINS DE SANTÉ DES ENFANTS JUSQU'À 18 ANS.

Parce que la santé de vos enfants ne doit jamais dépendre de votre santé financière, la Mutualité chrétienne rembourse intégralement tous les soins des enfants jusqu'à 18 ans.

**Vos consultations chez les prestataires conventionnés** qu'ils soient généralistes, spécialistes (pédiatres, ORL...), orthodontistes, infirmiers ou kinés ne vous coûteront donc rien, y compris à domicile. Pour en bénéficier, il suffit d'ouvrir gratuitement pour vos enfants un dossier médical global chez votre médecin généraliste. Bref, à la Mutualité chrétienne, vous avez l'assurance de ne pas vous sentir démuné face aux problèmes de santé de vos enfants.



Infos : 0800 10 9 8 7 - [www.mc.be/100pour100rembourses](http://www.mc.be/100pour100rembourses) La solidarité, c'est bon pour la santé.

## Exposition

## "J'avais 20 ans en 14"

Jamais une exposition d'une telle ampleur n'avait été consacrée, en Belgique, à la Première Guerre mondiale. Ouverte au public depuis le mois d'août, "J'avais 20 ans en 14" a déjà accueilli 80.000 personnes.



© Liegeexpo14-18

Le 11 novembre, férié, commémore l'Armistice de la guerre 14-18. C'est le souvenir de ce jour de 1918 lors duquel généraux Alliés et Allemands signèrent un accord de cessez-le-feu. Ils ont mis ainsi un terme aux combats qui ont fait plus de huit millions de morts, d'invalides et de mutilés.

L'exposition "J'avais 20 ans en 14" invite à se souvenir de ces événements vieux de près de 100 ans. Elle retrace l'histoire à l'appui de décors grandeur-nature, de reconstitutions saisissantes, d'objets de collection rares, de projec-

tions... Dans les parkings de la gare des Guillemins et au Musée de la Vie wallonne, ce sont pas moins de 5.000 mètres<sup>2</sup> qui sont consacrés à cette exposition exceptionnelle organisée par les mêmes concepteurs que "SOS Planet" et "Golden Sixties".

>> Liège Expo 14-18 • jusqu'au 30 mai 2015 • Ouvert 7j/7 de 9h30 à 18h30 • 11 EUR - 10 EUR pour les seniors - 8 EUR pour les enfants, les étudiants et les groupes - gratuit jusqu'à 6 ans • Gare des Guillemins et Musée de la Vie wallonne • Infos : [www.liegeexpo14-18.be](http://www.liegeexpo14-18.be)

## // Vietnam et dioxine

Durant le mois de novembre, est projeté au cinéma Flagey le film documentaire *Liên de Mê Linh ou guerres et crimes de guerre*, de Jean-Marc Turine. Il évoque les ravages encore actuels de l'agent orange (dioxine) épandu sur le pays par les troupes US au moment de la guerre du Vietnam. Prix : entre 5,50 et 7 EUR

Lieu : Place Flagey 18 à 1050 Bruxelles  
Infos : 02/641.10.20 • [www.flagey.be](http://www.flagey.be)

## // Naissance et mort

De novembre 2014 à mars 2015, le Centre culturel d'Ottignies-LLN, en partenariat avec l'ASBL CEFA et la Maison du développement durable, propose des activités autour de la naissance et de la mort. Théâtre, conférences, ateliers, ciné-débats et café-morlet sont au programme de "Se naître au monde".

Lieu : Ottignies, Louvain-la-Neuve et environs  
Infos : 010/28.04.01 • [www.poleculturel.be](http://www.poleculturel.be)

## // Couples, parentalités

Le jeudi 13 novembre de 19 à 21h, l'ASBL FRAJE reçoit la sociologue et écrivain Jean-Claude Kaufmann pour la conférence "Familles, couples et parentalités aujourd'hui : articulation entre l'individuel et le collectif".

Prix : 15 EUR  
Lieu : BIP, place Royale 10-11 à 1000 Bruxelles  
Infos : 02/800.86.10 • [www.fraje.be](http://www.fraje.be)

## // Créations féminines

Du vendredi 14 novembre à 17h au dimanche 16 novembre à 17h, l'ASBL Artisanat-Rencontre, lieu de rencontre pour les femmes en situation d'isolement social, fête ses 30 ans. Exposition d'artisanat, bijoux, patchwork, créations textiles...

Lieu : rue Herkooliers 35 à 1081 Bruxelles  
Infos : 0476.33.20.64 • [www.artisanatrecontre.be](http://www.artisanatrecontre.be)

## // Épilepsie

Le mardi 18 novembre à 20h, la Ligue francophone belge contre l'épilepsie organise une conférence sur le thème : "Épilepsie, handicaps et qualité de vie".

Gratuit  
Lieu : place Émile Dupont à 4000 Liège  
Infos : 02/344.32.63 • [www.ligueepilepsie.be](http://www.ligueepilepsie.be)

## // Café pluriconvictionnel

Le mardi 18 novembre à 19h30 aura lieu un rencontre sur le thème : "Y a-t-il une spiritualité sans Dieu ?"

Gratuit  
Lieu : quai de la Haine 1 à 7140 Morlanwelz  
Infos : 064/44.31.19 • [www.cafetheo.canalblog.com](http://www.cafetheo.canalblog.com)

## // Électricité

Le jeudi 20 novembre de 14 à 16h, le professeur émérite Jean-Marie Streydio (UCL) donnera une conférence sur "La production d'électricité en Belgique".

Prix : 5 EUR  
Lieu : salle paroissiale, église St-Pie à 1340 Ottignies  
Infos : 0470/07.34.75 • [www.paroissesaintpie.be](http://www.paroissesaintpie.be)

## // Confiance en soi

Le jeudi 20 novembre de 19h30 à 22h, la Ligue des Familles de Braine-le-Comte organise un atelier parent sur le thème "La confiance en soi : un moteur de développement et d'épanouissement de l'enfant" (inscription nécessaire).

Prix : 5 EUR  
Lieu : 41 Grand-Place à 7090 Braine-le-Comte  
Infos : 0491/91.65.82 • [www.laligue.be](http://www.laligue.be)

## // Mal-Bouffe ou Mal-Être ?

Le jeudi 20 novembre de 9h à 11h30, 13h à 15h30 ou 19h à 21h30, l'ASBL Centre EGO organise des rencontres-débat sur le thème : "Mal-Bouffe ou Mal-Être, quand le poids est lié à un trouble du comportement alimentaire" (réservation obligatoire).

Prix : 6 EUR  
Lieu : rue Duquesnoy 53 à 7500 Tournai  
Infos : 069/21.57.27

## // Droits culturels

Le vendredi 21 novembre à partir de 9h, le Centre d'information et d'éducation populaire du MOC organise une journée d'étude sur les droits culturels : leurs définitions, leurs racines sociales ou encore leur mise en pratique sur le terrain. Sans oublier les revendications du MOC en la matière. Gratuit

Lieu : Institut Cardijn à 1348 Louvain-la-Neuve  
Infos : 02/246.38.41 • <http://ciep.be>

## // Livres belges

Du vendredi 21 au dimanche 23 novembre, le Centre culturel d'Uccle accueille la 12<sup>e</sup> édition de la Foire du livre belge, sur le thème du pouvoir. Interviews, débats, dédicaces avec une soixantaine d'auteurs. Gratuit

Lieu : Centre culturel, rue Rouge 47 à 1180 Uccle  
Infos : 02/374.04.95 • <http://ccu.be>

## // Plantes sauvages

Le dimanche 23 novembre de 10 à 16h, Natagora organise une bourse aux plantes sauvages. Stands de vente et d'échanges, conseils pour l'aménagement d'un jardin naturel... Gratuit

Lieu : Mundo-b, rue d'Edimbourg 26 à 1050 Ixelles  
Infos : 02/893.09.29 • [www.natureaujardin.be](http://www.natureaujardin.be)

## // Alzheimer

Le mardi 25 novembre de 18h30 à 20h, l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCL invite le professeur Van der Linden pour la conférence : "Penser autrement le vieillissement et la maladie d'Alzheimer". Gratuit

Lieu : Socrate 11, pl. Cardinal Mercier 10 à 1348 LLN  
Infos : 010/47.45.47 • [www.uclouvain.be/ipsy](http://www.uclouvain.be/ipsy)

Le jeudi 4 décembre de 9h30 à 16h30, l'ASBL Le Bien Vieillir organise une formation grand public sur "Un autre regard sur la maladie d'Alzheimer". Prix : 75 EUR

Lieu : rue Pépin 29 à 5000 Namur  
Infos : 081/65.87.00 • [www.lebienvieillir.be](http://www.lebienvieillir.be)

## // Alimentation

Le mercredi 26 novembre (Centre local de promotion de la santé à Wavre) et le jeudi 11 décembre (Cultures&Santé à Bruxelles), l'ASBL Cultures&Santé propose un atelier pour découvrir ses derniers outils d'animations autour de l'alimentation.

Infos : 02/558.88.10 • <http://cultures-sante.be>

## // Autisme

Le mercredi 26 novembre de 15 à 17h, l'ASBL ParticiPate ! qui œuvre à mieux faire comprendre l'autisme, invite à découvrir son site internet : présentation d'outils, expériences de parents, conseils, etc. Gratuit

Lieu : rue du Meiboom 14 à 1000 Bruxelles  
Infos : [info@particiPate-autisme.be](mailto:info@particiPate-autisme.be)  
[www.particiPate-autisme.be](http://www.particiPate-autisme.be)

## // Trauma et paroles

Le mercredi 26 novembre de 12h à 14h, l'Observatoire de la Santé du Hainaut organise un midi santé littéraire. L'écrivain Caroline Lamarche lica plusieurs de ses textes, autour des thèmes tels que la mémoire traumatique et la libération par la parole (inscription nécessaire). Gratuit

Lieu : rue Paul Pastur 1 à 7100 La Louvière  
Infos : 064/31.25.08 • <http://bibliotheques.hainaut.be>

## // Culture et démocratie

Le vendredi 28 novembre de 10 à 18h30, l'ASBL Culture & Démocratie organise à l'occasion de ses 20 ans, une journée d'étude : "Culture et démocratie ? Questionner les évidences". Y sera interrogé le lien entre démocratie, arts et créations. Prix : 12 EUR

Lieu : Halles de Schaarbeek à 1030 Bruxelles  
Infos : 02/502.12.15 • [www.cultureetdemocratie.be](http://www.cultureetdemocratie.be)

## // Bégaïement et pleine conscience

Le samedi 6 décembre de 9h à 12h, l'Association Parole Bégaïement invite à une initiation "Apprivoiser le bégaïement par la pleine conscience". Prix : 25 EUR

Lieu : clos chapelle aux Champs 30 à 1200 Woluwé  
Info : 0486/88.00.68 • [www.begayer.be](http://www.begayer.be)