



## Petits patrons : héros aux pieds d'argile

PAGE 7

ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



### Intégration scolaire

**Du positif pour tous !**  
Luther, 4 ans, est "différent" et fréquente une école maternelle ordinaire. L'engagement de sa famille, des enseignants et des praticiens qui le suivent porte ses fruits.

PAGE 6



### Vacances

#### Moustiques non admis !

Dans nos régions ou dans de lointaines contrées, ils sont d'indésirables et pourtant fidèles compagnons de vacances. Quelques conseils pour les garder éloignés et ne pas être piqué.

PAGE 5

### Santé

#### Visite chez le dentiste : n'attendez pas 2016 !

L'an prochain, certaines prestations en soins dentaires seront remboursées différemment. Mieux vaut prendre ses précautions.

PAGE 2

### Musique

#### LaSemo : un festival "bien-être"

Les amoureux de la musique et de l'écologie se retrouveront au parc d'Enghien du 10 au 12 juillet prochains. La MC vous offre des places.

PAGE 9

## Conseils juridiques

## Une personne de confiance pour l'adulte fragilisé

Certaines personnes font face à une "autonomie fragilisée", à cause d'un handicap mental, d'un accident dommageable pour leur cerveau ou de l'étiollement de leur esprit. La société entend assurer leur protection, lorsque cela est nécessaire. Outre le juge de paix et l'administrateur de biens et/ou de la personne, un autre acteur central de la mesure est la personne de confiance. Qui est-elle? Comment est-elle choisie?

## EN FRANÇAIS, SVP !

On parle de personne de confiance dans différents domaines : droit du travail, loi sur les droits du patient... Attention à la confusion. Il est ici question de la mesure de protection des personnes adultes pour les aider à gérer leurs biens et/ou leur personne.

Généralement choisie parmi les proches de la personne protégée, la personne de confiance peut aussi être un voisin, un ami ou un assistant social. En pratique, il n'est pas rare qu'une personne endosse le rôle de personne de confiance, sans que cela ne soit formalisé, un enfant s'occupe du paiement des factures, ou se charge des contacts avec l'administrateur s'il a été désigné, un voisin relaye certaines difficultés... Tant que les relations sont bonnes et qu'un climat de confiance règne entre les différents acteurs, il n'est pas toujours nécessaire de passer par une désignation officielle.

Lorsque, par contre, la communication est difficile et les relations tendues, il est préférable de formaliser le rôle de la personne de confiance. Ce statut reconnu donne une légitimité supplémentaire à la personne qui intervient dans le cadre d'une mesure de protection.

## Désigner une personne de confiance

La désignation d'une personne de confiance peut avoir lieu à tout moment. Dès l'introduction de la requête de la mise en place d'une mesure de protection, on peut suggérer une personne à désigner comme personne de confiance. Le juge de paix peut également décider d'en désigner une d'office.

Mais, à tout moment, même si la mesure de protection est déjà mise en place depuis plusieurs années, la personne protégée peut adresser une lettre au juge de paix pour demander la dési-

gnation d'une personne de confiance ou formuler oralement cette demande lors d'une audience. A priori le juge de paix suit toujours le choix énoncé par la personne protégée. Il ne s'en écarte que si cela semble contraire aux intérêts de la personne protégée ou sur la base du casier judiciaire de la personne recommandée. La personne de confiance suggérée n'est jamais obligée d'accepter sa désignation. Elle doit expressément accepter le rôle de personne de confiance.

## Faire le lien

La principale mission de la personne de confiance consiste à faire le lien entre la personne protégée et son administrateur. Aider à exprimer les volontés de la personne protégée, interpeller l'administrateur pour elle de manière adéquate, faire part des difficultés que la personne rencontre au quotidien, servir de relais..., la personne de confiance peut jouer un rôle important d'intermédiaire. Elle est aussi un filtre entre la personne protégée et son administrateur. Ses interventions doivent permettre de maintenir un climat de confiance et de respect entre les différents acteurs de la procédure.

## Contrôler l'administrateur

La seconde mission de la personne de confiance est une mission de contrôle. Annuellement, l'administrateur doit envoyer au juge de paix un rapport de gestion. Ce rapport fait état de tout ce qui

## Bon à savoir

Les régimes de protection des personnes adultes fragilisées, comme par exemple l'administration provisoire ou la minorité prolongée, ont été complètement réformés au 1er septembre 2014. Une mesure de protection judiciaire, prononcée par le juge de paix et pouvant porter sur la personne et/ou sur les biens a été mise en place.

Lire sur [www.enmarche.be](http://www.enmarche.be) : *Du changement dans l'air*, 2 mai 2013 et *Une protection sur mesure pour les adultes vulnérables*, 4 sept. 2014.



La principale mission de la personne de confiance consiste à faire le lien entre la personne protégée et son administrateur.

a été fait pendant l'année et présente également la comptabilité de la personne protégée.

La personne de confiance reçoit copie de ces rapports et peut dès lors les examiner. Si elle constate des incohérences ou des irrégularités, elle peut interpeller l'administrateur afin d'obtenir davantage d'explications. À défaut, la personne de confiance peut s'adresser directement au juge de paix. Ce rôle est particulièrement important lorsque la personne protégée est, elle, incapable de prendre connaissance de ces rapports.

## Déclaration anticipée

Il est possible d'exprimer le choix de la personne de confiance via une déclaration anticipée qu'on appelle "déclaration de préférence". Il s'agit d'une déclaration faite avant qu'une mesure de protection ne soit prise. Au cas où une mesure de protection judiciaire devrait être envisagée, la personne à protéger peut, sans

attendre, proposer quelqu'un en tant que personne de confiance.

Cette déclaration doit être faite soit devant le juge de paix de sa résidence, soit devant un notaire. Dans les 15 jours, elle est enregistrée dans un registre spécial. Si, un jour, un juge de paix doit prononcer une mesure de protection, il devra consulter le registre afin de vérifier si cette personne avait préalablement exprimé un choix.

## Remplacement ou fin de la mission

À tout moment, la personne protégée peut décider de renoncer à l'appui de sa personne de confiance ou décider de désigner quelqu'un d'autre. Cette demande peut être adressée par simple lettre au juge de paix ou être formulée oralement lors d'une audience. La personne de confiance peut, elle aussi, renoncer à sa mission, de la même manière. Tout individu qui constate que la personne de confiance n'agit pas dans l'intérêt de la personne protégée peut informer l'administrateur ou le juge de paix. Si les faits sont avérés, le juge de paix pourra décider de mettre fin à la mission de la personne de confiance.

// MARIE LIEFFRIG, 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)

## Remboursements

## Soins dentaires, mieux vaut prévenir

Visiter le dentiste en 2015 permettra d'améliorer sa santé dentaire mais aussi de réaliser des économies en 2016. Car, pour inciter tout un chacun à consulter régulièrement son dentiste, la Commission nationale dento-mutualiste(1) a décidé d'instaurer progressivement un "trajet de soins buccaux". Il est conseillé de visiter le dentiste en 2015... pour un meilleur remboursement en 2016.

En effet, en 2016, la plupart des prestations en soins dentaires seront remboursées différemment selon que le patient a consulté son dentiste au moins une fois durant l'année 2015, autrement dit s'il suit ou non ce trajet de soins. Il est donc important d'agir dès cette année, car cela aura des impacts en 2016. La Mutualité chrétienne (MC) attire votre attention à ce sujet, d'autant que le suivi annuel par un dentiste n'est pas pratique cou-



rante. Si la nouvelle mesure était d'application cette année déjà, près de la moitié d'entre nous payerait plus cher leurs soins. Le "trajet de soins buccaux" en cours d'élaboration va moduler le remboursement des soins en fonction du suivi du trajet. Le dispositif sera soutenu, à terme, par un dossier dentaire que le patient pourra confier à son dentiste, à l'instar du dossier médical global (DMG) géré quant à lui par le médecin généraliste. Mais pour le patient, le trajet commence dès cette année.

## Impacts en 2016, des rendez-vous chez le dentiste en 2015

Concrètement, à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2016, le remboursement de certaines prestations sera diminué d'en moyenne 15% en cas de non suivi du trajet de soins pour les assurés de plus de 18 ans qui ne bénéficient pas de l'intervention majorée (statut BIM). Cette mesure s'appliquera aussi aux bénéficiaires de l'intervention majorée (BIM) à partir de décembre 2016. Pour ces derniers, le remboursement en cas de non suivi du trajet de soins ne sera réduit que de 5% maximum.

Prestation(s)	TICKET MODÉRATEUR (TM) À CHARGE DE L'ASSURÉ DE PLUS DE 18 ANS, NON BIM		
	En 2015	En 2016, si au moins 1 soin dentaire effectué en 2015 et remboursé	En 2016, si aucun soin dentaire effectué en 2015 ou pas remboursé
1 radiographie intrabuccale	3,08 EUR	3 EUR	4,50 EUR
Examen buccal annuel préventif	3,83 EUR	3,50 EUR	3,50 EUR
Obturation 2 faces d'une dent + technique adhésive	11,52 EUR	12 EUR	22,50 EUR
Extraction d'une dent + suture	13,36 EUR	12 EUR	22,50 EUR

Par ailleurs, les montants des interventions personnelles sont arrondis, à partir de 2016. Il s'agit également d'une mesure prévue dans l'accord dento-mutualiste. Voici, ci-dessus, quelques exemples de l'évolution attendue des tickets modérateurs. Certains montants ne sont pas encore officiels et donc susceptibles de modification; mais ils donnent une idée de l'impact à attendre, si on est allé – ou pas – chez le dentiste en 2015. Notons que tous les soins dentaires remboursables ne sont pas impactés par une diminution du remboursement lorsqu'il n'y a pas eu de visite chez le dentiste en 2015. Les consultations, traitements préventifs, traitements orthodontiques et, sous réserve, la parodontologie ne sont pas concernés par cette mesure.

## Pour les moins de 18 ans

En Belgique, la gratuité des soins dentaires chez les enfants est assurée jusqu'à leur 18<sup>e</sup> anniversaire.

saire. Ils ne sont pas concernés par la mesure décrite ci-dessus. Sauf ceux qui ont 17 ans en 2015 et qui seront donc impactés par la mesure en 2016. Quoi qu'il en soit, le conseil d'une visite régulière chez le dentiste vaut certainement aussi pour les enfants et les jeunes de moins de 18 ans.

## Pour les dents et le portefeuille

Afin de profiter d'une bonne santé dentaire et de réaliser des économies dans son budget, il est tout à fait conseillé de ne pas postposer une visite chez le dentiste. C'est justement en postposant celle-ci qu'on s'expose à des soucis tant pour sa dentition que pour son portefeuille. Un patient averti en vaut deux ! A nos agendas et téléphones !

(1) Les représentants des dentistes et des mutualités ont pris cette mesure dans le cadre de l'Accord dento-mutualiste conclu pour 2015 et 2016.

La rubrique "Astuce de la quinzaine" est votre nouveau rendez-vous "Bien-être", proposée dans chaque numéro d'En Marche ! S'entraîner au bonheur, profiter du moment présent ou encore apprendre à se connaître sont quelques-unes des astuces que vous pouvez également retrouver sur le site [www.jepenseaussiàmoi.be](http://www.jepenseaussiàmoi.be).

## Je pense aussi à moi

Astuce  
de la quinzaineConnaître et respecter  
ses besoins

Je me souhaite de pouvoir réaliser mes rêves, mais je me souhaite avant tout (ou surtout) d'être heureux en savourant les petits bonheurs du quotidien.

Connaissez-vous vos besoins (physiques, psychologiques et existentiels) ?  
Savez-vous comment en prendre soin ?

Envie de découvrir des pistes concrètes pour mieux y répondre ?

Surfez sur [www.jepenseaussiàmoi.be](http://www.jepenseaussiàmoi.be) et découvrez, en image, les conseils d'un expert à ce sujet.

[jepenseaussiàmoi.be](http://jepenseaussiàmoi.be)

## Sport à l'école

## Rouler à vélo, un jeu d'enfants...

Depuis plusieurs années, la Mutualité chrétienne soutient les activités sportives organisées dans les écoles, par la Fédération royale sportive de l'enseignement libre (FRSEL). Pour l'année scolaire 2014-2015, cette dernière a lancé le projet "Vélo Kids" dédié aux classes de 3<sup>e</sup> maternelle et de 1<sup>re</sup> année. Très appréciée par les enfants et les enseignants, cette activité fait le tour des différentes provinces et connaît un vif succès dans toutes les écoles qui l'ont déjà testée.



**Le "Vélo KIDS", c'est quoi ?** La FRSEL qui vient animer, au sein même des écoles, une activité vélo de 1h30 auprès des enfants de 4 à 6 ans. Tout le matériel nécessaire est prévu par la Fédération : des draisinées(1), des vélos, des casques et divers accessoires afin de permettre aux enfants de multiplier les exercices d'équilibre sur un "deux-roues". Deux moniteurs sont également présents pour encadrer les enfants... Un attrait supplémentaire pour les établissements scolaires.

L'objectif du projet "Vélo KIDS" est d'habituer les plus petits à la conduite d'un deux-roues et de rendre les enfants les plus autonomes possible dans leurs déplacements à vélo aux termes de l'activité. Plus qu'une sensibilisation à la sécurité routière, le "Vélo KIDS" constitue une première approche, même si la plupart des enfants ont déjà enfonché une bicyclette. L'animation s'adresse à tous et permet un meilleur maniement du vélo. "C'est le professeur d'éducation physique qui nous a renseigné sur cette animation... les enfants sont enchantés et participent pleinement à l'activité. Les enseignants, eux, trouvent vraiment que c'est très intéressant pour les enfants", observe Catherine Jancys, directrice de l'école communale Ville-Pomme-rouel (Hainaut).

Déjà plus de 1000 enfants ont participé à l'activité depuis la rentrée 2014 et le programme 2015-2016 promet d'être chargé : Liège (septembre), Luxembourg (octobre/novembre), Hainaut (mars/avril), Liège (mai), Brabant (juin). Tout au long de l'année, la Fédération se déplace également dans les écoles primaires et secondaires de l'enseignement libre pour proposer aux jeunes des découvertes sportives, et leur (re)donner ainsi le goût de bouger... en s'amusant.

Pour connaître les dates précises des prochaines activités "vélo KIDS" ainsi que toutes les activités de la FRSEL, vous pouvez consulter le calendrier des activités directement sur le site de la FRSEL. Un filtre par activité et par région est possible pour faciliter votre recherche.

// ALICE BLACKMAN

>> Plus d'infos : les directions et enseignants intéressés par une animation sportive au sein de leur école peuvent prendre connaissance de toutes les activités proposées par la FRSEL (Fédération royale sportive de l'enseignement libre) • [www.frsel.be](http://www.frsel.be) • [info@frsel.be](mailto:info@frsel.be) • 02/544.10.01

(1) Vélos sans pédales

## À suivre

## Exodes sous la canicule

Entendu le week-end dernier lors d'une fête de village: "quel printemps pourri!" Cinq jours plus tard, c'est plutôt la chaleur et le soleil qui alimentent les conversations. À l'autre bout de la planète, et même bien plus près de nous, d'autres n'ont pas ce luxe des babils convenus.



© Philippe Lapin/BEU-PRESS

En Californie les propriétaires de terrains de golf disposent de stocks de peinture bien achalandés. Ceux-ci leur permettent de repeindre en vert les "greens" désespérément bruns, calcinés par le soleil. Fichue sécheresse, qui dure là-bas depuis quatre ans! Maudite canicule qui force les plus résignés d'entre eux à fermer définitivement les terrains, alors que les puits se tarissent les uns après les autres.

Les conducteurs de rickshaw, les vendeurs de rues et les ouvriers du bâtiment, en Inde, se moquent de la peinture californienne. Ces deux dernières semaines, plus de 2.000 d'entre eux sont morts au travail, exténués par la sécheresse exceptionnelle qui frappe leur pays. Pas de conditionnement d'air dans leurs baraquements en tôle. Pas de droit au repos, lorsqu'il faut ramener au logis de quoi nourrir la famille. La mousson et ses promesses de fraîcheur se font attendre...

En Europe, on patiente aussi. Plus que quelques jours, et le traditionnel exode estival vers le Sud pourra reprendre. Avides de soleil et d'évasion, ses millions de bénéficiaires croiseront probablement, cachés dans la cargaison d'un camion d'autoroute ou en attente de leur "passeur" dans un port, des candidats à l'asile syriens, somaliens, libyens, érythréens rêvant d'un monde meilleur, quelque part au Nord. Étranges flux et reflux qui font penser à ces terribles images, il y a peu, de jeunes Sénégalais s'échouant à moitié morts sur les plages espagnoles des îles Canaries, parmi les corps avachis des touristes en bronzette.

C'est un autre convoi, encore, qui prendra la route vers Paris, dans quelques semaines. Le "Climate Express" - trains, bus, vélos... - devrait emmener 10.000 Belges au grand rendez-vous des Nations-Unies sur le climat, fin novembre. Avec d'autres, ils tenteront d'arracher aux dirigeants de la planète un accord limitant la hausse de la température moyenne du globe à 2°C d'ici à 2100. Nous en sommes déjà à une hausse de 0,6°C depuis la Révolution industrielle. Et, en 2035, nous serons - c'est quasiment inévitable - à 1,6°C (1).

pour les avoir en supplément pendant l'été! Sauf que voilà: la météo, ce n'est pas le climat. Pas plus qu'une petite "pointe" de température ne peut se comparer à une augmentation continue de la température moyenne de la planète, liée à une croissance exceptionnellement rapide de la concentration des gaz à effet de serre. Que disent les climatologues? Que ces deux degrés sont tout sauf anodins: il y a vingt mille ans, en pleine période glaciaire, l'Europe et l'Amérique du Nord étaient recouvertes d'une couche de glace épaisse de 2 à 3 kilomètres, alors que la température moyenne y

était inférieure d'à peine 4 à 5 degrés par rapport à l'époque actuelle. Études et projections à l'appui, ces experts nous rappellent aussi qu'avec 2°C en plus à l'horizon 2050, les vagues de chaleur frapperont jusqu'à 20% des terres immergées de la planète (et 60% avec 4°C). Que 40% des terres dédiées à la culture du maïs en Afrique subsaharienne deviendront impropres à la production. Et qu'en Asie, la croissance des rendements agricoles sera cinq fois moindre que dans un monde non "réchauffé".

Présent l'autre jour à Louvain-la-Neuve (2), Jean-Marc Jancovici, spécialiste de l'énergie et du climat, invite lui aussi à jeter un regard plus panoramique sur l'actualité immédiate. Si l'immolation d'un jeune homme à Tunis, en décembre 2010, a largement contribué à l'émergence du Printemps arabe, c'était dans un contexte très particulier. Peu auparavant, la Russie, confrontée à une terrible sécheresse, avait décidé de mettre fin à ses exportations de céréales. La flambée des prix agricoles qui en avait résulté avait alors jeté de l'huile sur le feu de tensions politiques et sociales à la fois vives et anciennes, dans le Maghreb et au-delà.

Le dérèglement climatique, c'est évident, ne crée pas les révolutions sociales. Mais, il sème les ferments d'une recomposition profonde des équilibres de la planète, pour le meilleur et pour le pire.

// PHILIPPE LAMOTTE

Ah, deux petits degrés.... Que ne donnerait-on pas

(1) Lire, à ce sujet, l'excellent ouvrage de Jean Jouzel et Anne Debroise, *Le défi climatique. Objectif 2°C*, éd. Dunod, 2014, 247 p.  
(2) Deuxième congrès interdisciplinaire sur le développement durable, 20 au 22 mai, ULB/UCL. [www.congrstransitiondurable.org](http://www.congrstransitiondurable.org)

Qualité de l'habitat

La dernière livraison des *Échos du logement* de mai 2015 consacre son dossier à la qualité de l'habitat. Il y est question des politiques de salubrité au niveau régional et local, des normes de superficie - indispensables pour fixer les critères de surpeuplement, lutter contre les marchands de sommeil -, ou encore de l'efficacité des amendes administratives pour combattre l'insalubrité des logements. En filigrane de ce dossier, demeure la préoccupation de l'accès à un logement décent garant de la santé des occupants.

Infos : <http://dgo4.spw.wallonie.be/>  
• 081/33.21.11



TTIP

Le N°1 du journal *Pour* - réminiscence du journal homonyme des années 70 - est consacré aux enjeux du Traité de libre-échange transatlantique (TTIP) entre les États-Unis et l'Union européenne. Sous couvert de favoriser la croissance économique, ce traité laisserait les mains libres aux multinationales face aux États. Dans le même esprit, l'Accord économique et commercial global (Ceta) entre l'Union européenne et le Canada inquiète les promoteurs des libertés civiles et de la liberté sur Internet.

Infos : [www.pourpress](http://www.pourpress)

Lutte contre le tabac

Le 1<sup>er</sup> juin, à l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, Luk Joossens, expert tabac de la Fondation contre le cancer et de l'Association Of European Cancer Leagues (Ecl), s'est vu remettre un prix par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour son action. Expert mondial dans la lutte contre la contrebande du tabac, Luk Joossens s'est distingué pour ses analyses et son travail de lobbyiste au niveau européen, où il combat les actions de lobbying de l'industrie du tabac. Il est partisan du paquet neutre et rappelle que la contrebande de cigarettes est parfois organisée par l'industrie du tabac elle-même.

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

Tax shift

"Et si le tax shift aboutissait à une régression sociale ?", s'interroge Benoît Brabant dans l'édition de juin de la revue *Démocratie*. Il se demande si syndicats et gouvernement fédéral parlent du même *tax shift*, ce système qui prévoit un déplacement de la fiscalité vers d'autres sources que le travail. Il ne s'agirait pas forcément de diminuer l'impôt sur le salaire. Le gouvernement parle effectivement d'une "baisse des charges sur le travail", laquelle pourrait se traduire par une diminution du coût du travail (les cotisations patronales, ndr) au bénéfice des entreprises. Il y aurait donc des recettes en moins pour l'État, ce qui pourrait déboucher sur "des services publics de moindre qualité et plus chers et une sécurité sociale affaiblie".

Infos : [www.revue-democratie.be](http://www.revue-democratie.be)  
02/246.38.43

1.000 révolutions vertes et tranquilles

En matière d'environnement, il n'y a pas que des problèmes. Il y a, aussi, des milliers de solutions qui, souvent, manquent d'argent pour se concrétiser. Lancée récemment sur les fonds baptismaux, "Be Planet" veut combler cette lacune.

Lentement mais sûrement, la crise de 2008 se fait oublier. Et la propension au don et au mécénat, retrouve, paraît-il, du poil de bête chez les Belges. C'est donc sur un terrain favorable qu'est lancée, ces jours-ci, la Fondation d'utilité publique "Be Planet". Un peu à l'instar de Cap 48 ou de l'opération 11.11.11, celle-ci vise à stimuler le don d'argent aux associations et initiatives citoyennes en mal de financement. Sauf qu'ici, il ne s'agit pas de handicap ou d'aide au développement, mais d'environnement au sens large: jeunes maraîchers en quête de terres, associations désireuses de créer des réserves naturelles ou de rouvrir l'accès à de vieux sentiers villageois, groupements souhaitant s'investir dans des éoliennes ou d'autres

formes d'énergies renouvelables, etc. Le soutien des donateurs - particuliers, entreprises, mécènes - bénéficiera désormais d'une porte d'entrée unique sur [www.beplanet.be](http://www.beplanet.be) initiée par plusieurs fédérations d'associations environnementales avec le soutien des pouvoirs publics wallons et bruxellois et d'acteurs clés de la société civile.

"Be Planet" s'inscrit résolument dans le contexte "transitionnel" de ces dernières années: sans attendre le train politique et institutionnel, lent au démarrage, des milliers de citoyens se lancent dans des initiatives concrètes et à leur échelle en faveur d'un monde plus respectueux de ses ressources, moins polluant, moins énergivore. Une phase de test a été



© Kurt Woproski

menée ces derniers mois sur la plateforme KissKissBankBank. Au total 1.011 donateurs ont versé une moyenne de 59 euros (déductibles fiscalement dès 40 euros) en faveur de 11 projets (mobilité, énergie, alimentation, conservation de la nature...), soit une somme de 64.000 euros. L'objectif de "Be Planet" est de soutenir 100 projets d'ici à la fin 2018. Ceux-ci seront sélectionnés par un

jury sur la base d'un appel à projets. Outre l'impact environnemental et socio-économique, les critères retenus sont le mode de gouvernance, la répétabilité de l'initiative et son originalité.

// PhL

>> Plus d'infos : [www.beplanet.be](http://www.beplanet.be) • 081/39.07.76.

Cancer : Les centres de référence : plus qu'une nécessité

Certains cancers restent difficiles à soigner, avec un taux de survie limité au-delà de 5 ans. C'est le cas des cancers de l'œsophage et du pancréas. L'Agence intermutualiste plaide pour une concentration de l'expertise.

L'Agence intermutualiste (AIM) (1) vient de publier de nouvelles statistiques en matière de cancer du pancréas. La seule chance de guérison pour les patients atteints de ce cancer est une opération risquée. Une étude portant sur les résultats nationaux de cette opération montre que les centres hospitaliers qui pratiquent moins de 10 interventions par an affichent un risque de mortalité de 11%, soit le double de ceux comptabilisant plus de 10 interventions par an.

Après un premier rapport en 2009, le Centre fédéral d'expertise des soins de santé (KCE) a une nouvelle fois proposé, dans un récent rapport paru au début de l'année 2014, que le traitement des cancers rares et complexes soit effectué dans des centres de référence. Peu après, l'AIM plaide également en faveur d'une concentration de l'expertise. Selon

ces experts, afin de pouvoir diminuer de manière significative le taux de mortalité, le nombre d'hôpitaux pratiquant ces opérations à risques doit être nettement revu à la baisse. Ils plaident donc pour une centralisation des opérations du pancréas, notamment. Une concentration plus importante des interventions contribuerait également à un meilleur cadastre des cancers et de meilleures études scientifiques.

>> Plus d'infos : [www.nic-ima.be](http://www.nic-ima.be) (rubrique: news).

(1) L'Agence Inter-mutualiste (AIM) collecte et analyse les données des sept mutualités belges. Elle agit de sa propre initiative ou à la demande de ses partenaires légaux, comme l'Institut national d'assurance maladie invalidité (INAMI), le SPF Santé publique, etc. L'AIM mène également des projets de recherche avec d'autres organismes publics et en collaboration avec les universités.



© Izett Verbeke

Une concentration plus importante des interventions contribuerait également à un meilleur cadastre des cancers et de meilleures études scientifiques.

Anti-cholestérols : chute de prix

Le coût annuel pour les soins de santé des anti-cholestérols (statines) a baissé de 100 millions d'euros en 3 ans. Bonne nouvelle pour les caisses de l'assurance soins de santé et le portefeuille des patients. Mais peut mieux faire... Si l'anti-cholestérol le moins cher était exclusivement prescrit, 55 millions d'euros supplémentaires pourraient être épargnés.



© Patrick Lefevre - BELPRESS

Les anti-cholestérol (statines) sont les médicaments les plus consommés en Belgique. Près d'un Belge sur huit les utilise. En 10 ans, le nombre de patients a même doublé. Conséquence : les statines représentent des dépenses importantes pour l'assurance soins de santé. En 2011, le montant de leurs remboursements a atteint un plafond de 237 millions d'euros. Mais trois ans plus tard, ce chiffre descend à 137 millions d'euros, ce qui réjouit l'Inami. Ce qui peut réjouir les patients aussi puisque le total des tickets modérateurs (partie des frais de santé qui reste à charge du patient après intervention de l'assurance soins de santé) est passé de 38,5 à 33,5 millions d'euros.

Le motif de ce retournement de tendance ? L'un des anti-cholestérols les plus chers et les plus fréquemment prescrits, le Lipitor®, est arrivé en fin de brevet. De ce fait, des variantes moins chères de ce médicament sont arrivées sur le marché. La dose jour-

nalienne de Lipitor®, qui coûtait encore 1,09 euro en 2011, a chuté à 0,19 euro en 2014, soit une baisse de prix de 85 % ! Comme les médecins prescrivent encore souvent le Lipitor® ou une de ses variantes, cela a induit une économie considérable pour l'assurance soins de santé. Mais la situation peut encore s'améliorer. Oui, car il existe cinq types de statines sur le marché belge. Parmi celles-ci, la simvastatine se profile comme la molécule la moins onéreuse. Dès lors, "si les médecins ne prescrivaient que cette dernière, l'assurance soins de santé économiserait 55 millions d'euros supplémentaires", explique Jean Hermesse, secrétaire général de la Mutualité chrétienne. Et d'ajouter les économies potentielles pour les patients : "Ils économiseraient 9 millions d'euros de plus, soit un peu plus d'un quart du montant total des tickets modérateurs pour les anti-cholestérols." Tendance à poursuivre, donc.

Prévention

# Un été sans moustiques

Revoici le beau temps, le soleil, les activités en plein air et... les moustiques ! Nous ne sommes pas tous égaux face aux moustiques. Certaines personnes sont irrésistibles pour ces insectes, mais on ne sait pas exactement pourquoi. Quelques conseils pour limiter les dégâts.

### Éviter les piqûres

Plusieurs hypothèses sont avancées par les scientifiques pour expliquer l'attrait d'un moustique pour une personne : une température corporelle élevée, le dioxyde de carbone diffusé par l'organisme, la transpiration...

Pour éviter d'être piqué, plusieurs solutions existent :

- La plus simple : couvrez-vous ! Le cou, les chevilles et les poignets sont des zones à risque.
- Choisissez des vêtements de couleurs claires (blanc ou beige) assez épais et évitez autant que possible les couleurs foncées ou très vives, elles attirent les moustiques !
- Soyez particulièrement vigilant à l'aube et au crépuscule, périodes où le risque de piqûre est plus important.
- Évitez aussi les parfums, savons parfumés, lotion après-rasage... Les moustiques en raffolent !

• Les moustiquaires restent une valeur sûre et offrent une protection idéale pour la maison ou le lit.

• Évitez d'allumer la lumière à l'intérieur de la maison tant que les fenêtres sont ouvertes.

• Enfin, dernière chose, si vous avez un jardin ou une terrasse : les moustiques ont besoin d'eau pour pondre leurs œufs. Supprimez donc les "sources" d'eau : arrosoir qui traîne, soucoupe pleine d'eau, gouttière mal drainée, gamelle d'eau pour le chien ou le chat...

### Les anti-moustiques

Si vous désirez une protection naturelle, la citronnelle et l'huile de lavande sont efficaces sur une courte durée (+/- une demie heure), privilégiez-les pour des sorties courtes.

Si vous avez besoin d'une protection plus longue ou si vous vous rendez dans des zones à risques (paludisme...), il faudra vous tourner vers les



LORSQUE LES MOUSTIQUES PIQUENT, ILS NE FONT PAS QUE PRÉLEVER DU SANG, ILS INJECTENT ÉGALEMENT DE LA SALIVE...

répulsifs à appliquer directement sur la peau, notamment ceux au DEET (diéthyltoluamide). Ces répulsifs doivent être utilisés le moins longtemps possible et sur la plus petite surface possible. Sachez aussi que l'association crème solaire et répulsif protège moins bien du soleil et favorise la pénétration du répulsif dans l'organisme. À éviter donc !

Les personnes pour lesquelles les répulsifs cutanés sont contre-indiqués (enfants en bas âge, personnes allergiques, femmes enceintes...), peuvent imprégner les vêtements avec un produit insecticide spécial pour tissu. N'hésitez pas à interroger votre médecin ou pharmacien afin de

connaître les produits que vous pouvez utiliser sans risque et lisez attentivement les précautions d'usage.

Les appareils électriques, les diffuseurs ou les émetteurs d'ultrasons ont une efficacité toute relative, voire diffusent des substances toxiques.

### Ça chatouille ou ça gratouille ?

Lorsque les moustiques piquent, ils ne font pas que prélever du sang, ils injectent également de la salive, contenant un anticoagulant, afin d'éviter que le sang ne leur bouche la trompe. Ce qui libère de l'histamine, responsable des démangeaisons. Sachez encore que ce sont les femelles qui piquent, elles ont be-

soin du sang pour pouvoir pondre leurs œufs !

Une fois piqué, il ne vous reste plus qu'à être patient ! Vous pouvez appliquer un glaçon sur la piqûre, le froid engourdira la zone et réduira les démangeaisons. Vous pouvez aussi appliquer une compresse imbibée de vinaigre blanc. Si la réaction est plus importante ou allergique, vous pouvez appliquer une pommade à base de corticoïde ou prendre un comprimé antihistaminique. Mais surtout, évitez de vous gratter !

// INFOR SANTÉ  
SERVICE DE PROMOTION  
DE LA SANTÉ DE LA MC

Voyages

# Comment faire fuir les moustiques exotiques

L'Afrique, l'Asie du Sud-Est, les îles du Pacifique, l'Amérique centrale, l'Amérique du Sud, les Caraïbes sont des destinations attrayantes pour les vacances. Attention néanmoins aux moustiques qui y sévissent. Leurs piqûres sont à éviter à tout prix... tout comme les maladies qu'ils transmettent.

Il serait dommage de revenir de vacances atteint de la malaria, de la fièvre jaune, d'une encéphalite japonaise, de la dengue ou du chikungunya. Pour se protéger de certaines de ces maladies, des vaccins et des médicaments existent. Pour d'autres, il faut redoubler de vigilance. Dans tous les cas, le meilleur remède consiste à ne pas se faire piquer. Et pour y arriver, voici quelques astuces. Ce sont les mêmes qui sont utilisées pour contrer les moustiques de nos régions (lire ci-dessus).

Tout d'abord, il faut veiller à porter des vêtements clairs - avec manches et jambes de pantalon longues. Quid alors des chevilles, des poignets, des mains, du cou et du visage, proies fort alléchantes pour les moustiques ? Un bon répulsif anti-moustique à l'efficacité prouvée devrait faire l'affaire.

La concentration à base de DEET (diéthyltoluamide) doit être de 20 à 50% pour les adultes et de 20 à 30% pour les enfants et les femmes enceintes, précise l'Institut de médecine tropicale d'Anvers. Il faut bien l'appliquer sur les parties découvertes du corps et renouveler cette application toutes les 4 à 6 heures.

Il existe également des répulsifs sans DEET produits à base de l'extrait de citrodiol de l'huile d'eucalyptus, ou de picaridine (icaridine), ou encore d'IR3535 (un biopesticide). S'ils n'ont pas encore fait l'objet d'études approfondies quant à leurs effets, ces produits sont néanmoins considérés

comme de bons répulsifs anti-insectes par l'Institut d'Anvers. Mais certains protègent toutefois moins longtemps que les répulsifs à base de DEET. Par ailleurs, si vous utilisez aussi une crème solaire pour vous protéger du soleil, appliquez d'abord cette crème sur votre peau avant de mettre le produit anti-moustiques.

Enfin, idéalement, il faut protéger la chambre par une moustiquaire. Veillez à faire de même avec le lit - en particulier celui des enfants. Utilisez une moustiquaire imprégnée de perméthrine ou de deltaméthrine et repliez bien les bords de celle-ci sous le matelas.

Toutes ces précautions peuvent sembler lourdes à mettre en œuvre. Mais elles permettent de ne pas attraper une des déplorables maladies décrites ici :

### • La malaria, ou paludisme

La malaria, connue aussi sous le nom de paludisme, est transmise par la piqûre de petits moustiques (les anophèles), au bourdonnement discret. Cette maladie est présente essentiellement dans les zones rurales et dans les régions tropicales et subtropicales (Afrique, Moyen-Orient, Asie du Sud-Est, Amérique centrale, Amérique du Sud et îles Caraïbes).

Il existe différents médicaments préventifs, à prendre régulièrement, pour s'en prémunir. Ceux-ci varient d'année en année et en fonction de la zone géographique. Évitez donc de

puiser dans votre stock de médicaments de l'année précédente ! Pour connaître celui qui vous convient le mieux, consultez votre médecin généraliste en spécifiant la période et la région où vous allez voyager. Il vous prescrira les médicaments ad hoc et, connaissant votre dossier médical, il sera attentif aux éventuels effets secondaires. Testez aussi ces médicaments deux à quatre semaines avant de partir, cela permettra d'en changer si vous ne les supportez pas. Ne perdez pas de vue que vous devrez peut-être poursuivre ce traitement à votre retour.

Malgré leur grande efficacité et une prise régulière, aucun médicament ne protège à 100% de la malaria. Si vous avez de la fièvre pendant plus de 24h, des maux de tête, des vomissements, des diarrhées ou que vous ressentez un état grippal, consultez un médecin sur place. Non traitée, la malaria peut avoir des conséquences très handicapantes, voire être mor-

telle. Et une fois de retour au pays, restez vigilants pendant les trois mois qui suivent. Si vous avez de la fièvre, n'attendez pas et rendez vous chez votre médecin pour faire les tests en urgence, afin d'exclure une malaria.

### • La fièvre jaune

Elle est surtout présente dans des pays d'Amérique du sud et d'Afrique subsaharienne, mais aussi

en Asie. Il n'existe pas de traitement pour la fièvre jaune - qui peut s'avérer mortelle -, mais un vaccin très efficace permet de s'en prémunir. Il doit être injecté au moins 10 jours avant le départ et offre une protection pour 10 ans. Obligatoire dans de nombreux pays (Brésil, Congo, Équateur, Sénégal, Philippines...) et fortement recommandée dans d'autres (Afrique du Sud, Argentine, Chine, Île Maurice, Thaïlande...), ce vaccin doit être réalisé dans un centre de vaccination agréé (la liste est reprise dans le "Passport Question santé 2015") et repris sur le certificat international de vaccination. Il ne peut pas être administré aux femmes enceintes et aux enfants de moins de neuf mois.

### • L'encéphalite japonaise

Cette maladie virale grave peut déboucher sur une inflammation cérébrale. L'encéphalite japonaise est présente dans des régions de l'Asie de l'Est et du Sud-Est, dans certaines îles du Pacifique et aussi en Australie. La vaccination n'est pas obligatoire. Elle est seulement recommandée aux voyageurs et aux personnes séjournant plus de 3 à 4 semaines dans les zones rurales endémiques.

### • Dengue et chikungunya

Ces maladies sont présentes dans les régions tropicales et subtropicales en Afrique, dans l'Océan Indien, en Inde, en Asie du Sud-Est, en Amérique centrale et dans les Caraïbes, en Amérique du Sud, dans le Nord-Est de l'Australie et en Nouvelle-Zélande. Il n'existe ni vaccin, ni traitement pour ces deux maladies, la guérison est spontanée. Mais elles sont très douloureuses : fortes fièvres, douleurs musculaires et articulaires, maux de tête... Dans le cas de la dengue, d'autres symptômes peuvent apparaître comme de petites hémorragies, des chutes de tension importantes, des douleurs abdominales sévères. Pour le chikungunya, il est seulement possible de traiter les symptômes avec du paracétamol et des anti-inflammatoires.

Afin d'éviter de temir ses vacances, autant consulter son médecin bien à l'avance pour s'informer des comportements adéquats à adopter avant de partir et une fois sur place. Ce qui permettra d'éviter de passer son voyage à fuir les moustiques...

// BAUDOUIN MASSART

MALGRÉ LEUR GRANDE EFFICACITÉ ET UNE PRISE RÉGULIÈRE, AUCUN MÉDICAMENT NE PROTÈGE À 100% DE LA MALARIA.

### >> Plus d'infos

Le "Passport Question santé 2015" regorge de conseils pratiques pour se préparer à un voyage à l'étranger. Il est téléchargeable sur [www.passeportsante.be](http://www.passeportsante.be). La brochure peut également être commandée auprès de l'asbl Question santé [info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org) • 02/512.41.74

Autres sources d'infos : [www.mongeneraliste.be](http://www.mongeneraliste.be) • [www.vaccination-info.be](http://www.vaccination-info.be) • [www.itg.be](http://www.itg.be) (site de l'Institut de médecine tropicale).

## Handicap

## Intégration scolaire : ça vaut le coup !

En Belgique, les élèves qui ont des besoins spécifiques sont généralement accueillis dans l'enseignement spécialisé. Mais d'autres voies sont possibles. Faire le pari de l'intégration scolaire demande énergie et engagement de la part de tous les acteurs qui jouent un rôle dans le développement de l'enfant. Le résultat est rarement stérile. Témoignage et réflexions d'experts.

*"Dans les années 70, l'arrivée de l'enseignement spécialisé a été considérée comme une fabuleuse avancée pour la Belgique. Notre pays a fait le choix de mettre sur pied un enseignement adapté. Cela peut conduire à des effets pervers, comme chaque fois qu'il y a création de niches. Il y a le pire et le meilleur dans l'enseignement spécialisé. Mais, ce qui est sûr, c'est que, une fois entrés, les enfants éprouvent encore du mal à sortir de cette filière".* Une administratrice d'Altéo, mouvement social de personnes malades, valides et handicapées (voir encadré), résume assez clairement la situation actuelle : si, depuis 2004 (1), des moyens ont été débloqués et des méthodes ont été imaginées afin de créer des passerelles entre l'enseignement spécialisé et l'enseignement ordinaire, dans la pratique, cela s'avère encore difficile. Et, lorsqu'on est parent d'un enfant porteur de handicap et qu'on souhaite le voir entamer sa scolarité dans une classe dite "classique", cela peut ressembler à un petit parcours du combattant. Ce parcours, Carmela ne le regrette aucunement. Elle a souhaité inscrire Luther – son petit garçon trisomique âgé de 4 ans – dans une école maternelle ordinaire. Et, si l'enseignement fondamental ne peut refuser l'arrivée en son sein d'un enfant ayant des besoins spécifiques, la réalité fut tout de même un peu rude pour la jeune mère : *"J'ai entendu des arguments tels que 'nous sommes complets', 'nous allons bientôt déménager, cela perturbera sans doute votre enfant'. À travers des questions telles que 'votre enfant risque-t-il d'être violent envers ses camarades de classes? Ou envers les enseignants? J'ai compris que certaines directions faisaient des amalgames entre les différents types de handicap et étaient finalement fort mal informées".*

## Changer les mentalités

Manque d'informations, peur de ne pas disposer de moyens humains ou de classes adaptées pour



L'école de Luther a mis en place des moyens adaptés à ses besoins.

## La position d'Altéo

Dans le mémorandum adressé aux partis politiques avant les élections de mai dernier, Altéo - mouvement social des personnes malades, valides et handicapées - demande que certaines mesures soient prises. Parmi celles-ci :

- > répertorier les projets quels que soient le niveau et le réseau d'enseignement, et diffuser cette information;
- > sensibiliser dans toutes les écoles le corps enseignant, les directions, les parents et les élèves au handicap et aux maladies chroniques, déconstruire les stéréotypes et préjugés;
- > augmenter pour tous les niveaux d'enseignement le volume d'aide pédagogique auquel les élèves ayant un handicap ont droit;
- > améliorer le travail de coordination entre l'école du spécialisé d'où vient l'élève et l'école ordinaire;
- > augmenter les moyens attribués aux services d'aide à l'intégration.

accueillir l'enfant, crainte de la réaction des parents... Les réticences peuvent être nombreuses et, cumulées, entraîner une certaine forme de découragement. Pourtant, dans d'autres pays, comme le Canada ou la Suède, l'inclusion scolaire est une pratique générale et la différence est davantage perçue comme une source d'enrichissement mutuel, porteuse de nouvelles compétences pour les élèves comme pour les enseignants. Comment expliquer que chez nous, les freins semblent être encore nombreux ? Altéo émet cette hypothèse : *"Le Canada a une autre conception de la société que nous. Ici, nous sommes dans une société de la norme. Gérer des classes parfois fortement peuplées est plus aisé quand chacun fonctionne de la même manière."*

Marie-Hélène Godet est professeur de français dans une classe de première année du secondaire dite "différenciée", elle y accueille des enfants qui n'ont pas eu leur certificat d'études de base et également des élèves ayant des besoins spécifiques. Elle est d'accord avec l'explication émise par Altéo : *"La norme, on fait semblant que ça marche. Cela m'agace qu'on puisse croire que des enfants différents puissent ralentir qui que ce soit, c'est leur donner une capacité de nuisance qu'ils n'ont évidemment pas"*. Mais, c'est vrai, le parcours d'un enfant qui a des besoins spécifiques ne peut être anticipé, il est plein de surprises et nécessite une grande flexibilité. Chez Altéo, on enchaîne *"le plus compliqué, finalement, c'est le changement de mentalité. Et il faut que le corps professoral au complet soit d'accord, sinon, cela ne fonctionnera pas"*.

## Agir ensemble

L'expérience de Carmela et de Luther appuie cette dernière réflexion : *"La première rencontre avec le directeur de l'école que fréquente Luther a nécessité des éclaircissements, raconte la maman. Il avait connu une première expérience douloureuse avec un enfant souffrant de troubles autistiques. Les parents avaient déposé toute la charge éducative sur l'école. Mais je lui ai fait part de mon intention : je voulais que Luther apprenne, évolue et progresse. J'étais prête à y mettre de l'énergie, tout comme les praticiens qui suivent mon petit garçon. La logopède de Luther est venue visiter l'école, elle a rencontré l'insti-*



"ACCEPTER L'INTRUSION D'UNE AUTRE PERSONNE DANS VOTRE CLASSE N'EST PAS FORCÉMENT CHOSE FACILE POUR UN PROFESSEUR. IL FAUT QUE CHACUN PUISSE TROUVER SES LIMITES".

tutrice et la puéricultrice. À partir de là, ensemble, nous avons mis en place un système d'encadrement pour Luther. Avec des objectifs clairs et une pédagogie adaptée. C'est beaucoup de boulot, pour chacune des personnes qui s'est engagée dans le projet et cela se passe bien !".

L'inclusion de Luther à l'école doit beaucoup à l'association de bonnes volontés et à l'envie de prendre le risque de casser la routine et de développer des apprentissages nouveaux. Marie-Hélène Godet est elle aussi ravie de la collaboration mise en place dans sa classe. Un enseignant est détaché plusieurs heures par semaine pour aider, de manière individuelle, les enfants ayant des besoins spécifiques : *"Mais accepter l'intrusion d'une autre personne dans votre classe n'est pas forcément chose facile pour un professeur qui a souvent l'habitude d'être maître de sa classe. Cela demande une grande capacité d'adaptation et une grande ouverture d'esprit."*

## Valoriser la formation complémentaire

Selon Altéo, même si l'enseignement ordinaire n'est pas adapté à tous les enfants ayant des besoins spécifiques, les bénéfices sont toutefois fort nombreux, pour tout le monde : *"Il y a d'autres façons de stimuler l'intelligence des enfants que l'unique développement de l'intelligence intellectuelle. Mais cela demande une formation."* Et là, le bât blesse. En Fédération Wallonie-Bruxelles, la formation d'une année en orthopédagogie (2) chez les futurs enseignants est une option. Et elle n'est aucunement valorisée financièrement. Actuellement, il n'y a pas de volonté politique à faire changer les choses. Parmi les initiatives prises par Carmela pour offrir à Luther une scolarité épanouissante, il y a cette convention avec une école bruxelloise qui lui a permis de faire venir une stagiaire orthopédagogue dans la classe de son fils : *"les progrès ont été fulgurants. Aujourd'hui, le stage est terminé. Et mon rêve est de trouver un mécanisme de subvention afin que l'école puisse l'engager. Luther a de la chance, car l'établissement qui l'accueille a vu son arrivée d'une manière positive. Le corps enseignant n'a pas émis de jugement a priori sur son potentiel d'évolution. Les enfants fonctionnent beaucoup par mimétisme, aux niveaux langagier et comportemental, c'est donc tout bénéfique pour Luther. Des études montrent que l'inclusion est également positive pour les autres enfants, les petits trucs pédagogiques mis sur pied pour l'enfant qui a des besoins spécifiques peuvent également profiter aux autres. Mais cela nécessite une vigilance, une attention et une conviction qui ne doivent pas céder. Et*

sans un encadrement spécifique, une béquille pédagogique, Luther n'y parviendrait pas." Luther pourra-t-il continuer scolarité dans l'enseignement ordinaire? Marie-Hélène Godet pense que c'est possible : *"Le système mis en place le permet. Cela nécessitera ensuite de trouver les bons relais, les bonnes filières et les bonnes énergies."* Il faudra sans doute repartir au combat.

// ESTELLE TOSCANUCCI

(1) Le décret du 3 mars 2004 donne un cadre légal à l'organisation de l'intégration des élèves qui ont des besoins spécifiques dans l'enseignement ordinaire. Lorsqu'une intégration est décidée, des moyens sont donnés à l'enseignement spécialisé pour accompagner l'élève dans l'ordinaire. Les deux écoles et les centres PMS travaillent alors en étroite collaboration. Ce partenariat s'est accru depuis la modification du décret en février 2009.

(2) L'orthopédagogie est la science de l'éducation dont l'objet est l'évaluation et l'intervention relatives aux apprentissages susceptibles de présenter ou présentant des difficultés d'apprentissage scolaire, incluant les troubles d'apprentissage (définition adoptée par l'association des orthopédagogues du Québec).

## Les services d'aides et d'accompagnement

L'Awiph (Agence wallonne pour l'intégration des personnes handicapées) et, à Bruxelles, le service Phare (Personne handicapée autonomie recherchée) subsidient des services qui favorisent l'intégration et qui interviennent dans différentes prestations d'aide à la scolarité.

Des accords de coopération en matière de soutien à la scolarité pour les jeunes présentant un handicap ont été signés entre la Fédération Wallonie-Bruxelles et la Wallonie d'une part, et Phare d'autre part. Ils ont pour but de faciliter la collaboration entre le personnel des établissements scolaires et les services spécialisés.

Des services ambulatoires proposent un accompagnement individuel dans le milieu de vie. Ils peuvent, entre autres, proposer un soutien et un accompagnement à la scolarité.

Source : "A l'école de ton choix avec un handicap" brochure du Centre pour l'égalité des chances et la lutte contre le racisme • À télécharger sur [www.diversite.be](http://www.diversite.be) ou à demander via le 02/212.30.00

## &gt;&gt;&gt; Plus d'infos:

Awiph • rue de la Riveline 21 à 6061 Charleroi • 071/20.57.11 • [www.awiph.be](http://www.awiph.be) • Phare • rue des Palais 322 à 1030 Bruxelles • 02/800.82.03 • [info@phare.irisnet.be](mailto:info@phare.irisnet.be) • <http://phare.irisnet.be/>

Indépendants

# Petits patrons : héros aux pieds d'argile

Lorsqu'ils sont confrontés à une santé vacillante, les "petits" commerçants et autres indépendants n'ont souvent d'autre choix que de tenir le coup, à tout prix. Un calcul qui risque de leur coûter cher, tant à eux-mêmes qu'à leur activité professionnelle.

"Il y a plus de statistiques sur la santé des baleines bleues que sur celle des petits entrepreneurs." Olivier Torres, économiste à Montpellier (France) et fondateur de l'Observatoire français Amarok (1), tire régulièrement la sonnette d'alarme sur cette nébuleuse qu'est l'état de santé des "petits" indépendants. On sait peu de choses, en effet, sur l'état de santé physique et mentale des artisans, professions libérales et chefs de toutes petites entreprises. "Quand une vague de suicides frappe France Télécom, tout le monde s'en émeut. Mais, chaque jour, un à deux 'petits patrons' se suicident en France et cela, dans l'indifférence générale."

En Belgique aussi, les chiffres commencent seulement à émerger. Pour la première fois, une étude de l'École de santé publique de l'ULB menée en 2014 dans une poignée de quartiers bruxellois, du Sablon à Matongé, a livré quelques données édifiantes (2). 37% des petits patrons travaillent plus de soixante heures par semaine ; 40% à peine pratiquent une activité sportive régulière ; 20% dorment moins de six heures par nuit. Au total, un dirigeant sur cinq présente des signes précurseurs de burn out. Une étude à paraître, portant cette fois sur l'ensemble de la Belgique (3), conclut qu'un travailleur indépendant sur trois s'estime épuisé par sa profession ; près de 13% des sondés estiment souffrir d'une dépression. "Alarmant quand on sait que les indépendants, professions libérales et PME représentent 68,9% de l'emploi privé, soit la colonne vertébrale de notre économie", commente-t-on à l'Union des classes moyennes.

## Appels tardifs

Les explications de la surcharge et du stress sont connues: horaires à rallonge, interpénétration de la vie familiale et professionnelle, pressions diverses (clientèle, fournisseurs,



© Camille Meziel

contrôleurs...). À cela s'ajoute le poids des responsabilités à l'égard d'autrui: "Perdre un ou deux clients peut avoir des répercussions décisives sur la pérennité de l'entreprise mais aussi son personnel, même réduit, explique Bernadette Taeymans, directrice de l'ASBL Question Santé. Or l'indépendant estime qu'il ne peut se permettre d'être malade. D'ailleurs, il consulte nettement moins son médecin que le salarié. Résultat: Il ne perçoit pas les signaux d'alarme sur sa santé."

Paradoxe. Il existe, en Belgique, une multitude de structures (halls relais, pépinières, couveuses d'entreprises) destinées à venir en aide aux indépendants et petits patrons en difficulté. Las! Le soutien apporté se cantonne le plus souvent aux domaines administratif, comptable, fiscal, etc. Bien qu'abordés en filigrane dans les demandes d'aide, les problèmes de santé n'y sont pas traités (sauf par renvoi à... SOS Suicide) ni envisagés préventivement. Exception à la règle: au Centre bruxellois

"L'indépendant consulte très peu son médecin. Souvent, il ne perçoit pas les signaux d'alerte sur sa santé."

"Petits" patrons : parfois, la passion du métier et le plaisir de l'autonomie ne suffisent plus à compenser le stress et la surcharge. On craque!

pour entreprises en difficulté (BECCI), une aide psychologique est proposée 7 jours sur 7, 24 h/24 (4). Avec un bémol: "Si c'est pour une demande de santé, les gens ne nous contactent qu'après avoir attendu très longtemps. Ils arrivent alors complètement déstabilisés." Le risque est grand, à ce stade, de voir la santé du demandeur sombrer, alors qu'elle peut déjà être ébranlée par diverses somatisations (maux de dos, migraines...).

## Mieux vaut prévenir

Pour encourager les petits patrons à s'intéresser préventivement à leur santé générale (sommeil, alimentation, activité physique, gestion du temps...), il faut dépasser un paradoxe, résumé par Céline Mahieu (ULB): "Bien que très dépendants de la vie du quartier et des autres commerçants, les indépendants ont tendance à peu jouer la carte collective et à rester confinés dans l'isolement." Ici et là commencent donc à émerger des pistes et idées de solutions: groupes de parole thématiques organisés par quartier ("Mais pas sur la santé, qui rebute!", conseille un acteur du monde de l'entreprise); interventions à domicile d'acteurs psycho-sociaux (déjà

## De la promotion de la santé

L'asbl Question Santé gère un projet pilote intitulé "7 Jours Santé". Il s'adresse aux entrepreneurs et chefs de petites entreprises, en particulier bruxellois. Il vise la sensibilisation et l'accompagnement/coaching des entrepreneurs.

>> Plus d'infos : [www.questionsante.org](http://www.questionsante.org) ou [www.7jsante.be](http://www.7jsante.be) • 02/512.41.74

## Françoise, coiffeuse, 60 ans

Témoignage

### L'angoisse d'une année sans travail

Un jour du printemps dernier, le corps de Françoise, coiffeuse, dit "stop". Boum, le coup de massue! Une sorte de dégoût, d'étouffement, qui se traduit par des tremblements violents, une bouche sèche, des jambes qui ne portent plus. "J'avais déjà eu des crises d'angoisses, que je croyais avoir surmontées par un séjour à la mer. Erreur... Il faut dire que j'ai aussi perdu mes deux parents en dix mois." Son médecin diagnostique un burn out et avertit: il faudra au moins un an pour s'en remettre. De quoi renforcer les angoisses de Françoise: un an sans travail, c'est impossible! Elle craint de perdre ses clientes, de voir fondre ses revenus, de déprimer d'autant plus. Elle ne mange plus, perd sept kilos. Elle ferme finalement son salon pendant un mois, mais pas plus. Puis elle reprend partiellement le travail, se fait aider par une psychologue, pratique de la kiné de relaxation, prend des antidépresseurs. Seule à la maison, elle est soutenue par ses deux filles. Surprise: une seule cliente l'a finalement abandonnée. Une autre lui a glissé une lettre de soutien dans sa boîte aux lettres. Financièrement, l'indemnité de la mutualité, à laquelle elle croyait ne pas avoir droit, l'aide à nouer les deux bouts. Son médecin-conseil l'encourage. Un an après ce grand trou noir, Françoise va un peu mieux, mais se sent encore fragile, fatiguée. "Je crains que tout ça recommence. Ça arrive si vite, sans crier gare. Plus rien ne sera jamais comme avant."

pratiquée avec succès auprès des agriculteurs, par Agrical); coaching par des pairs issus de chaque secteur (Horca, coiffure, bâtiment...); partage d'expériences via le Net (plus adaptés aux exigences d'horaires); ateliers thématiques (alimentation, gestion du stress...), labellisation du coaching, etc. Et jusqu'à cette suggestion simple et de bon sens: diffuser systématiquement, dans tous les échanges de courrier avec l'administration de la TVA, des brochures de sensibilisation

à la protection de la santé. Autant de moyens qui, sans constituer pour autant des solutions miracles, pourraient éviter bien des souffrances.

// PHILIPPE LAMOTTE

- (1) [www.observatoire-amarok.net](http://www.observatoire-amarok.net)
- (2) <http://petitscommercesbruxelloisulb.ac.be>
- (3) Étude à paraître de l'UNPLIB (professions libérales) pour le compte de l'Union des classes moyennes.
- (4) Numéro d'appel unique 0800/99 978. L'équivalent wallon est le CED-W: 0800/35.222.



© Michel Heuvel-BEL-PRESS

## Bruno, avocat, 57 ans

### Une démarche préventive

Bruno travaille dans un bureau d'avocats bruxellois. En équipe, certes, mais chacun sur ses dossiers. Tomber malade une ou deux semaines, ce serait le pétrin pour tous les collègues, les dossiers restant en suspens. Le stress, il connaît: certains clients exigeants et pas toujours commodes; le défilé de courriels à traiter; les coups de fil qui exigent une réponse rapide... Il fait du sport, mais seulement le week-end. Un jour, il tombe sur l'annonce de conférences destinées aux indépendants, organisées par Question Santé. Curieux de tout, il décide d'y assister. Médecin, nutritionniste, spécialiste du développement personnel... Tous ces experts y produisent "des conseils de bon sens", qui le font réfléchir sur son alimentation, son sommeil, l'organisation de son espace de travail, etc. "Quand un de ces conseils fait mouche, il faut le mettre en pratique dans les 30 jours, sinon c'est fichu!" Sédruit par la simplicité et la convivialité de ces conférences ("des orateurs et des indépendants venus de tous les horizons"), il s'inscrit aussi à des séances de fitness, en semaine. Il équilibre ainsi mieux sa vie. "Je ne suis ni déprimé, ni en burn out. Mais, frappé par le nombre de gens souffrant de maux de dos et de douleurs diverses, je tente d'avoir une démarche préventive. Après tout, nous allons tous vivre de plus en plus vieux..."

Témoignage

## François, ébéniste, 45 ans

Témoignage

### Une course incessante

"Plus que quelques semaines à tenir... En juillet, j'espère revivre..." François, menuisier-ébéniste, n'en peut plus. Il y a quelques mois, il a craqué. Lui qui a toujours eu 10.000 projets en tête s'est retrouvé bloqué au lit ou rivé à sa TV. Fringales, insomnies, repli sur soi, absence d'envies. Il y a trois ans, il s'était mis en tête de retaper - seul - deux gîtes pour les mettre en location. De quoi compléter ses revenus de professeur en ébénisterie. Peu après, il a décidé de suivre des cours pour décrocher un certificat d'aptitude professionnelle (CAP). Mais c'était trop! Déplacements dans les écoles, préparations des leçons, travaux de groupe: une course incessante. "Un ami carreleur m'avait prévenu, mais je ne lui pas écouté..." Une hernie, une luxation d'épaule n'ont rien arrangé. Face à sa "très grosse fatigue", François a décidé de s'en sortir seul: pas de médecin. "Je mords sur ma chique, je ne montre pas mes sentiments. Ma femme m'a aidé." En juillet, ça devrait aller mieux: il aura son CAP en poche, son poste de prof sera plus sûr, il sera plus patient avec les enfants. Peut-être pourra-t-il entamer la rénovation du troisième gîte.





## CULTURE

### Festival

# LaSemo, démarrer l'été en musique

Cet été, le festival LaSemo se déroulera du 10 au 12 juillet dans le magnifique parc d'Enghien (Hainaut). Parfaitement adapté aux personnes à mobilité réduite, LaSemo propose une programmation musicale, artistique et festive spécialement concoctée pour les grands et les petits.

Partenaire du festival depuis plusieurs années, la Mutualité chrétienne (MC) sera présente avec son action de prévention "Eclate-toi, pas tes oreilles !" (1), pour sensibiliser les festivaliers à préserver la santé de leurs oreilles. Durant le festival, la MC distribuera gratuitement des bouchons d'oreille réutilisables et mettra des casques antibruit à disposition des enfants pour permettre à tous les festivaliers de profiter des concerts sans danger.

#### Écrin accessible

Pas moins de 20.000 festivaliers sont attendus pour cette 8<sup>e</sup> édition dédiée aux amoureux de la musique et de l'écologie. Chaque année, l'équipe bénévole de LaSemo travaille avec passion pour proposer des concerts, des spectacles d'art de rue, des animations pour les familles (manège, labyrinthe, ateliers...). Et cela, toujours dans le plus grand respect de l'environnement.

LaSemo se veut aussi le festival belge le plus accessible aux personnes présentant un handicap (label Access-1 obtenu en 2012). En effet, une équipe de bénévoles - dont un interprète en



langue des signes - met tout en œuvre, afin que tout le monde puisse pleinement profiter de ces jours de détente, au cœur d'un écrin de verdure.

#### Nouveautés 2015

La plaine ouvrira ses portes dès 10h30 (samedi et dimanche) pour permettre aux plus petits festivaliers, mais pas seulement, d'assister à de nombreux spectacles dans une ambiance conviviale et familiale. LaSemo 2015, ce sera donc 4 heures de bonheur et de diver-

tissement en plus ! Cette année, le festival propose également dix nouveautés à découvrir au fur et à mesure du mois de mai, dans la rubrique "news" du site internet de LaSemo !

>> LaSemo au parc d'Enghien • les 10, 11 et 12 juillet • tarifs divers : entrée 1 jour adulte : 34 EUR, entrée gratuite pour les moins de 6 ans, entrée 1 jour enfant (6 à 15 ans) : 5 EUR, pass enfant 3 jours : 10 EUR, etc. • accessible en transports publics • infos sur [www.lasemo.be](http://www.lasemo.be)

(1) [www.mc.be/eclate-toi](http://www.mc.be/eclate-toi)

Pas moins de 20.000 festivaliers sont attendus pour cette 8<sup>e</sup> édition dédiée aux amoureux de la musique et de l'écologie.

#### Entrées à gagner

La Mutualité chrétienne soutient le festival LaSemo. Elle offre 15 x 2 entrées VIP (valables 1 jour). Participez au concours en ligne jusqu'au 30 juin sur [www.mc.be/festival](http://www.mc.be/festival)

### Lecture

# Le cinéma comme thérapie

Qui ne s'est jamais trouvé bouleversé par une scène de film le renvoyant à sa propre histoire ? Quel mécanisme s'opère dans ces circonstances ? Cinéma et psychothérapie, deux mondes qui se croisent rarement, font l'objet d'un livre dernièrement édité.

Qui n'est jamais sorti en questionnement, enthousiaste, revigoré... d'une séance de cinéma ? Les films suscitent l'émotion, bouleversent, "dopent l'existence" de ceux qui les regardent, tel que l'écrit l'auteur du livre *Le cinéma, une douce thérapie*. Pourquoi un tel impact ? "Le cinéma dégage mes émotions, les renouvelle, les régénère, partage l'auteur. Les images projetées devant moi animent des images intérieures." Dans un mouvement incessant, de soi à l'écran, de l'écran à soi, la salle obscure dévoile un espace intérieur du spectateur. Les films, compagnons de moments joyeux ou douloureux, permettraient de "lire et de relire sa vie", affirme Patrice Gilly.

En première partie de l'ouvrage, il livre une biographie filmique ayant tous les traits d'un voyage intérieur, voire d'une enquête existentielle. À la lumière de projections de films surgis du tréfonds de sa mémoire, il étudie des attitudes et des comportements restés jusque-là dénués de sens. Il retrace ainsi sa complicité avec un art qui a marqué son existence, l'a éclairé, l'a mobilisé et lui a permis de traverser des turbulences à six, douze, vingt, quarante-cinq ans et plus. Des vignettes et des fenêtres

de remontée en surface lestée d'un regard neuf sur son histoire." C'est aussi remettre du mouvement dans une vie figée sur des croyances ou des blocages récurrents.

La seconde partie du livre propose "27 récits d'œuvres inspirantes et toniques" classés par thème à destination des personnes curieuses d'elles-mêmes et aux thérapeutes soucieux d'enrichir leurs pratiques. Enfin, en final, l'auteur livre les canevas et les impressions qui font suite aux ateliers de ciné-thérapie qu'il organise et qui s'appuient sur les thérapies narratives.

// MATHIEU CORNÉLIS

>> Le cinéma, une douce thérapie • Patrice Gilly • éd. Chronique sociale • 2015 • 144 p. • +/- 15 EUR



### Offres d'emploi

#### LA SBL INFODIDAC RECRUTE (H/F):

> un collaborateur helpdesk mi-temps.  
> un collaborateur helpdesk ProEco temps plein.

Plus de détails sur <http://enseignement.catholique.be/segec>  
Envoyez votre candidature avec une lettre de motivation et CV avant le 25 juin à [infodidac@infodidac.be](mailto:infodidac@infodidac.be).

#### LE CENTRE SOCIAL DU BÉGUINAGE À BRUXELLES RECHERCHE (H/F):

> un assistant social CDI - 19h/sem. - conditions ACS - habiter Bruxelles.  
Fonction: assurer des permanences sociales hebdomadaires et organiser des animations citoyennes avec nos partenaires extérieurs.

Profil: bachelier travailleur social, assistant en psychologie, éducateur ou assimilé.

Rens.: 02/219.12.51. Envoyez une lettre de motivation et CV avant le 12 juin à Stéphanie Eugène, coordinatrice, Centre Social du Béguinage, rue du Béguinage 3 - 1000 Bruxelles ou [steph.eugene@gmail.com](mailto:steph.eugene@gmail.com)

#### LA CLINIQUE ET MATERNITÉ SAINTE-ELISABETH À NAMUR ENGAGÉ (H/F):

> un gradué en comptabilité - aide comptable

contrat de remplacement congé de maternité - entrée au 1<sup>er</sup> juillet - période estimée de juillet à janvier 2016.

Plus de détails sur [www.cmsenamur.be](http://www.cmsenamur.be)  
Envoyez votre candidature écrite (réf.: BL/SEC-DIR/041208) et CV pour le 15 juin à B. Libert, Directeur général, pl. L. Godin 15 - 5000 Namur.

#### LA FEPROSOC, FÉDÉRATION DE L'ENSEIGNEMENT DE PROMOTION SOCIALE CATHOLIQUE DU SEGEC ENGAGÉ (H/F):

> un assistant administratif temps plein - entrée au 1<sup>er</sup> septembre.

Plus de détails sur <http://enseignement.catholique.be/segec>  
Envoyez votre candidature avec une lettre de motivation et CV pour le 10 juin au plus tard à Stéphane Heugens, Secrétaire général de la FEProSoC, av. Mounier 100 - 1200 Bruxelles ou [stephane.heugens@segec.be](mailto:stephane.heugens@segec.be)

### Offres de service

#### ALTEO, MOUVEMENT SOCIAL DE PERSONNES MALADES, VALIDES ET HANDICAPÉES RECHERCHE (H/F):

> des bénévoles infirmiers

pour des séjours sport, détente, découverte... prêts à accompagner et à aider une personne en situation de handicap durant les séjours suivants: du 28 juin au 6 juillet: Les Vosges, séjour jeunes, du 10 au 17 juillet: Ter Duinen, séjour tout public, du 20 au 27 juillet: Juseret, séjour handicap mental et du 16 au 21 août: Arlon, séjour handicap mental.

Plus de détails sur [www.alteoasbl.be](http://www.alteoasbl.be)  
Rens.: 02/246.42.26 ou [alteo@mc.be](mailto:alteo@mc.be)

#### TÉLÉ-ACCUEIL BRUXELLES RECHERCHE (H/F):

> des bénévoles

pour écouter par téléphone des personnes en difficulté sur le plan moral, social et psychologique et qui souhaite en parler dans l'anonymat et la confidentialité. Une formation à l'écoute et un encadrement professionnel sont assurés.

Rens.: 02/538.49.21, secrétaire.

## // Vacances Intersoc //



### Zinal, pour les familles et les sportifs de "haut niveau"

Situé tout au bout du val d'Anniviers, le village typique de Zinal se trouve au cœur d'un massif de montagnes culminant à plus de quatre mille mètres d'altitude (Weisshorn, Zinalrothorn, Obergabelhorn et Dent Blanche).

Destination de vacances idéale pour les familles actives et les sportifs de montagne, les promeneurs, vététistes et autres trouveront leur bonheur sur les quelques centaines de kilomètres de circuits balisés. Le pass Aximo inclus dans le prix vous permet également d'emprunter gratuitement les téléphériques et autobus dans tout le val d'Anniviers.



**Formule** : pension complète avec all-in  
**Hébergement** : hôtel Intersoc les Diablons • chambres de 1, 2, 3 et 4 personnes • chacune équipée d'une salle de bains avec douche, un sèche-cheveux et des toilettes, un coffre-fort • entretien quotidien • terrasse • Wifi gratuit.  
**Animation** : clubs pour enfants, entre 3 mois et 14 ans • en soirée, pour les enfants à partir de 7 ans.

DATES	PRIX PENSION COMPLÈTE
du 16 au 25 juin	621 EUR (action Babymoon)*
du 4 au 13 juillet	702 EUR
du 6 au 13 juillet	546 EUR
du 13 au 22 juillet	738 EUR

Réductions pour enfants entre 4 et 17 ans • Gratuité pour enfants jusqu'à 3 ans et jusqu'à 6 ans pour la période du 16 au 25 juin.

\* Babymoon : séjour gratuit pour les femmes enceintes (voir condition sur [www.intersoc.be](http://www.intersoc.be))

>> Plus d'infos? Contactez le service clientèle d'Intersoc au 070/23.38.98 de 8 à 18h (le samedi jusqu'à 13h) ou surfez sur [www.intersoc.be](http://www.intersoc.be)

LIC5654

## 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](mailto:enmarche@mc.be) - [www.enmarche.be](http://www.enmarche.be)

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

Affilié à l'Union de la presse périodique UPP - Membre de l'Union des Editeurs de la Presse Périodique - Tirage moyen 460.000 exemplaires

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

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



© M. CORNÉES

## De l'importance du volontariat

De récentes déclarations du secrétaire d'État à la Lutte contre la fraude sociale, Bart Tommelein, n'ont pas manqué de faire parler d'elles. Ce dernier semblait en effet assimiler certains volontariats à du travail au noir. Cette sortie est une occasion rêvée de revenir sur l'importance que revêt le volontariat au sein de la société et du mouvement mutualiste en particulier.

Introduire une confusion entre travail au noir et volontariat fut clairement une erreur du Secrétaire d'État. D'ailleurs, les réactions du secteur associatif ont fusé, s'inscrivant en faux contre l'amalgame entre travailleurs et volontaires. La Mutualité chrétienne s'y associe.

### Le volontariat : un choix d'organisation, notre ADN

La Mutualité s'appuie, depuis toujours, sur la réalité de ses membres. Les élections mutualistes — moment de démocratie essentiel au bon fonctionnement de nos institutions — garantissent, tous les six ans, cet ancrage. Au fil de son évolution, ce modèle d'organisation participatif et démocratique a fait ses preuves. Il a d'ailleurs été reconnu. Par exemple, en 1990, l'implication des membres dans la solidarité du système de sécurité sociale a été actée lors de l'écriture de la dernière loi sur les mutualités.

Qui connaît réellement les besoins et la réalité des membres de la Mutualité, si ce n'est les membres eux-mêmes ? Voilà l'essence de notre organisation mutualiste : la construction d'une solidarité pour et par nos membres, l'implication de chacun dans la gestion de nos institutions. Les permanents et les travailleurs des mutualités se font les porte-voix des volontaires engagés au sein de nos conseils d'administration ; ils portent les messages politiques de nos membres, co-construits avec eux au départ de leurs vécus, au sein des lieux de débat et des assemblées auxquels nous tenons.

Les volontaires de notre Mutualité s'impliquent dans nos instances décisionnelles, mais aussi dans de nombreux projets — qu'ils soient ponctuels ou récurrents. Il existe en effet des centaines de façons de se mobiliser... que ce soit pour la Mutualité, ou au sein de ses mouvements — Altéo, Jeunesse & Santé, Énéo... Porter un projet de quartier, animer un débat, aider à la mise en place d'un événement, ou s'engager au sein d'une instance à proprement parler... Les occasions de s'impliquer sont diverses et variées.

### Un moment clé : les élections mutualistes

Tous les six ans (la prochaine échéance tombant en mai 2016), la Mutualité chrétienne — comme l'ensemble des mutualités, d'ailleurs — procédera au renouvellement de ses instances. Les enjeux de la représentativité, de la participation et de l'engagement sont, à l'heure actuelle, plus importants que jamais. Mais comment continuer à sensibiliser à la réalité de notre institution et à l'importance de s'y impliquer ? Alors qu'un volontaire est, par définition, quelqu'un "qui s'engage volontairement et sans rémunération", l'engagement constitue déjà, en soi, un défi. Aujourd'hui, s'engager n'est plus chose facile. Depuis quelques mois, toute notre institution est en réflexion pour penser ce temps fort que constituent les élections mutualistes. Comment renouveler les instances ? Comment organiser la transition entre les instances sortantes et les nouvelles ? Com-

ment ne pas perdre l'histoire que certains maîtrisent tout en permettant aux "jeunes" de s'en inspirer ? Comment transmettre ? Comment attirer, séduire et convaincre ? De nombreuses associations, en dehors du monde mutualiste, font face aux mêmes questionnements. Aujourd'hui, peu d'engagements tiennent sur le long terme. De plus en plus, le volontariat tend à se réduire à des activités ponctuelles répondant à des besoins éphémères, voire à des aspirations strictement personnelles.

### Gratuité du don

Dans une société où tout se monnaie de plus en plus, la gratuité du volontariat dénote, et relève du défi. Il y a une dizaine d'années, les mutualités ont été les artisans, avec d'autres, de la loi sur le volontariat. Cette loi permet notamment un défraiement forfaitaire des volontaires — avec des plafonds journalier et annuel. L'objectif de cette loi n'est évidemment pas de répondre à la question : "Combien mon engagement me rapportera-t-il ?", mais bien "Comment faire pour qu'il ne me coûte pas, financièrement parlant". Il s'agit donc bien de faire tomber les barrières à l'engagement, et non de rémunérer à proprement parler les personnes qui s'engagent. C'est dans ce sens que la Mutualité défraie ses volontaires.

Il nous semble essentiel de réaffirmer cette position au sein de notre organisation en vue des six années de mandats à venir. La richesse du volontariat se situe dans les relations qu'il crée, l'implication dans la gestion d'une institution fondamentale au bon fonctionnement de notre pays et la défense de notre sécurité sociale. Les plus-values de l'engagement, ce sont les liens sociaux qu'il crée, les réseaux qu'il permet, les actions pour le bien de la collectivité qu'il encourage.

Nous voici à l'aube d'une année entière de mobilisation, de rencontres, d'échanges, de réflexions... pour que nos administrateurs de demain soient motivés et proviennent d'horizons variés — chacun avec son bagage et sa vision de la société. Pour que notre organisation continue à être dynamiquement portée par ses membres.

### Et si...

Des pans entiers de la société fonctionnent grâce au volontariat. Si, demain, ce statut de volontaire venait à disparaître, ces derniers seraient fortement mis à mal. Les mutualités en pâtiraient. Mais aussi le secteur culturel (musées, festivals...), le secteur de la petite enfance (crèches, gardes à domicile...), le secteur de l'aide aux personnes... Bref, l'ensemble du secteur non marchand. Il semble à nouveau dans le viseur du gouvernement. Que la vraie fraude sociale soit attaquée de front, c'est évidemment ce que nous soutenons.

**Mais qu'on ne se trompe pas de cible. Le volontariat est un des éléments essentiels de notre modèle de société.**

## ça se passe

### // Séjours à Niveze

Situé dans la région de Spa, le domaine de Niveze, maison de convalescence et de vacances de la Mutualité chrétienne, entièrement équipé pour les personnes à mobilité réduite, présente ses promos été : "Le soleil, le parc et l'eau à deux pas de chez vous".

Formule : 7 nuitées en pension complète

Dates et prix : du 12 au 19 juin (299 EUR), du 19 au 26 juin (299 EUR), du 26 juin au 3 juillet (375 EUR), du 31 juillet au 7 août (375 EUR), du 14 au 21 août (375 EUR)  
Lieu : route du Tonnelet 76 à 4900 Spa  
Infos : 087/79.03.13 • www.niveze.be

### // Football et handicap

Le vendredi 12 juin, de 10h à 16h, le Centre Reine Fabiola organise la Champion's Ligue 2015 avec un tournoi de foot pour personnes handicapées mentales.

Lieu : rue de Neufvilles 455 à 7063 Soignies  
Infos : 067/33.02.25 • davelesaint@hotmail.com

### // Ciné-débat "Pesticide"

Le vendredi 12 juin, de 12h15 à 14h, les équipes populaires de Liège-Huy-Waremme projette, au Cire, le documentaire "Pesticide, mon amour" dans le cadre de ses Médicines Citoyennes, suivi d'un débat sur l'impact des pesticides sur la biodiversité et notre santé.

Prix : libre  
Lieu : bâtiment du Crie, rue Louvrex à 4000 Liège  
Infos : 04/250.75.10 • www.equipespopulaires.be

### // Expo photos

Du samedi 13 juin au vendredi 19 juin, l'exposition "Moving Beyond Borders" de MigrEurop se tient au Centre culturel Jacques Franck. Elle se penche sur les parcours des personnes migrantes et les dispositifs à l'origine de leurs périlleux voyages. Gratuit  
Lieu : chaussée de Waterloo 94 à 1060 Bruxelles  
Infos : 02/538.90.20 • www.migreurop.org

### // Finance éthique et culture

Le lundi 15 juin, de 9h à 18h, la Febea-Credal organise un colloque "Finance éthique et culture : vers une alliance durable". Objectif : ouvrir des pistes et de collaborations et jeter les bases de partenariats créatifs entre la finance éthique et la culture... Gratuit  
Lieu : Plaza Art, rue de Nimy 12 à 7000 Mons  
Infos : 010/48.33.50 • credal@credal.be

### // Seniors et maltraitance

Le lundi 15 juin, Respect seniors organise une journée d'études sur le thème "Entre volonté et intérêt de l'aîné et du professionnel : quel respect pour les seniors ?" Prix : 40 EUR  
Lieu : La Marlagne, chemin des Marronniers 26 à 5100 Wépien  
Infos : 081/22.63.32 • www.respectseniors.be

### // Cinéma en transition

"Une douce révolte" explore la pratique au quotidien d'acteurs qui souhaitent transformer la société à travers la décroissance, l'économie solidaire, les monnaies alternatives, la simplicité volontaire, les réseaux en transition...

Dates et lieux : le mardi 16 juin (Centre Le Beau-Mur à Liège), le jeudi 25 juin à 20h (Plaza Art à Mons), le samedi 17 octobre (Kibboutz à Orbais)  
Infos : 02/644.26.28 • www.unedoucevolte.com

### // Inégalités

Le mercredi 17 juin 2015, à 20h30, les Grandes Conférences catholiques accueille Christine Lagarde, directeur général du Fonds monétaire international au "Square Brussels Meeting Centre". Thème de sa conférence : "Les inégalités".

Prix : 25 EUR / 20 EUR / 9 EUR (étudiant)  
Lieu : avenue Louise 149/21 à 1050 Bruxelles  
Infos : 02/543.70.99 • www.grandesconferences.be

### // Parler du cancer

Le jeudi 18 juin, de 20h à 21h, l'asbl Cancer & Psychologie organise, avec le soutien de la Fondation contre le cancer, une conférence sur le thème "Cancer d'un parent, comment en parler aux enfants ?"

Prix : 10 EUR

Lieu : chaussée de Louvain 579 à 1030 Bruxelles  
Infos : 02/735.16.97 • http://cancerpsychologie.be

### // Fête de la diversité

Le vendredi 19 juin, de 13h30 au soir, la Plate-forme d'accueil pour l'intégration des étrangers à Tournai organise une journée de la diversité. Au programme : accueil à l'Hôtel de ville, visite de la ville, animations, barbecue, soirée musique du monde.

Prix : 5 EUR / 3 EUR - de 12 ans (barbecue)  
Lieu : quai des Salines 11 à 7500 Tournai  
Infos : 0490/39.06.00 • bienvenueatournai@gmail.com

### // Fopes

Le samedi 20 juin à 9h, en vue de constituer des groupes d'étudiants pour l'année 2015-2016, la Faculté ouverte en politique économique et sociale (Fopes-UCL) organise des séances d'informations sur son master en politique économique et sociale. Gratuit  
Lieu : avenue des États-Unis 10 à 7500 Tournai  
Infos : 010/47.39.08 • http://uclouvain.be/opes

### // Psychothérapie

Le mercredi 24 juin, de 14h à 16h, l'hôpital psychiatrique Saint-Jean-de-Dieu organise une conférence Chemin Psy intitulée "Les psychothérapies de la 3<sup>e</sup> vague : présentation, résultats de recherches et application à l'hôpital psychiatrique".

Prix : 6 EUR/gratuit étudiants et professeurs  
Lieu : avenue de Loudun 126 à 7900 Leuze-en-Hainaut  
Infos : 069/67.20.15 • cheminspsy.stjdd@acis-group.org

### // Un bébé, bientôt?

Le projet Charleroi ville-santé organise une conférence sur le thème "Un bébé, bientôt? Comment s'y préparer?" Gratuit

Dates et lieux : mardi 23 juin, de 17h à 19h, Hôpital Notre-Dame, Grand Rue 3 ; jeudi 25 juin, de 12h à 14h, Espace Santé, bd Drion 1.  
Infos : 071/86.70.03 • www.charleroi-ville-sante.be

### // Fermes ouvertes

Le samedi 27 et le dimanche 28 juin, plus de 60 fermes ouvrent leurs portes pour faire connaître leurs produits et leurs métiers. Au menu : visites guidées, ateliers, démonstrations, animations, ventes de produits locaux... Gratuit

Lieu : Wallonie  
Infos : www.jfo.be

### // Stages d'été

Le CEC Couleur Quartier et l'Eden proposent différents stages pour la famille tout au long de l'été.

Du lundi 6 au vendredi 10 juillet : stylisme et customisation pour les 9-14 ans (50 EUR), street-art et upcycling pour les 10-18 ans (30 EUR), cirque et arts plastiques pour les 5-10 ans (50 EUR).

Du lundi 17 au mercredi 19 août : écriture et slam pour les 12-18 ans (25 EUR), du lundi 17 au vendredi 21 août : cirque et arts plastiques pour les 5-10 ans (50 EUR), du vendredi 21 au vendredi 28 août : création textile à partir de 16 ans (10 EUR/jour), du lundi 24 au vendredi 28 août : échasses - pratique et construction à partir de 13 ans (60 EUR)

Lieu : Charleroi  
Infos : 071/20.29.95 • www.eden-charleroi.be

### // Alternatives socioécologiques

Les mardi 28 et mercredi 29 juillet, le CNCND organise, avec plus de 50 associations, la rencontre militante et festive "Change le monde" autour d'initiatives de transition socioécologique. Au menu : jeux, rencontres, débats et films. Gratuit

Lieu : 6724 Marbehan  
Infos : 0474/82.50.73 • www.cncnd.be/changelemonde

### // Rencontres pédagogiques d'été

Du lundi 17 au samedi 22 août, le mouvement sociopédagogique ChanGements pour l'Égalité organise les 4<sup>es</sup> Rencontres pédagogiques d'été. Au programme : ateliers, soirée spectacle, conférence, librairie spécialisée...

Lieu : La Marlagne, chemin des Marronniers 26 à 5100 Wépien  
Infos : 02/218.34.50 • www.changement-egalite.be