

Bureau Postal
de Charleroi X
Expéditeur
bd. des Archers, 54
1400 Nivelles



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921584

BRABANT WALLON

3^e TRIMESTRE

DOSSIER

ELECTIONS DU 13 OCTOBRE: NOS PRIORITÉS



Nouveau
numéro unique
081/237.237

ALTÉO MAG

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.alteoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Altéo

www.alteoasbl.be

EDITO

CHERS MEMBRES,

Je ne sais pas pour vous, mais pour moi, septembre sonne toujours un peu comme une rentrée des classes. L'été est propice à ralentir le rythme et se laisser bercer. Ces quelques semaines plus calmes sont l'occasion de prendre le temps de terminer les dossiers et les courriers en retard. Mais c'est aussi un bon moment pour prendre quelques jours de vacances bien méritées. J'espère que vous avez pu vous ressourcer durant ces mois de juillet et août. Nous, on est prêt et nous avons plein d'énergie pour redémarrer l'année avec vous!

Dans cet Altéomag, on essaiera de vous donner envie en vous faisant voyager à travers le récit de deux de nos séjours. On vous fera danser au son des musiques de l'Unisound festival où nous avons tenu un stand pour présenter Altéo. On vous présentera toute une série d'activités à destination des aidants proches et des aidés que nous organisons en partenariat avec la MC. On tentera de vous donner envie de vous investir dans un conseil consultatif communal de la personne handicapée (CCCPH). Et enfin, vous pourrez découvrir notre agenda avec la plupart des projets que nous vous proposons d'ici à la fin de l'année.

Je vous souhaite une bonne lecture,

*Martin Rose
Responsable
régional BW*



SOMMAIRE



3

SOUS LES PROJECTEURS

- Unisound: Un Festival Inclusif et Festif pour Tous

4

ZOOM

- Le Conseil Consultatif Communal de la Personne Handicapée: ça vous dit de vous y investir?

6

ACTUS RÉGIONALES

- Aidés et aidants, vous n'êtes pas seuls!
- La mer qu'on voit danser

NATIONAL

2

MOUVEMENT

- Un numéro unique pour contacter Altéo
- Campagne de communication 2024: le maintien à domicile a un coût

4

DOSSIER

- Elections communales: Et si chaque commune adoptait un plan handicap?

8

INSPIRATION

- «Un p'tit truc en plus»: Un hommage à la différence

◆ Edition et diffusion

Altéo asbl
Ch. de Haecht, 579
BP 40 - 1031 Bruxelles
T: 02 246 42 26
info@alteoasbl.be
www.alteoasbl.be

Numéro d'entreprise
0410 383 442
Compte bancaire
BE31 7755 9961 8655

◆ Editeur responsable

Martin Rose

◆ Coordination

Catherine Vanmuysewinkel
(régional)
Hélène Carpiaux (national)

◆ Collaboration

Amandine du vosel
Anne Depiesse
Catherine Vanmuysewinkel
Corentin Picquet
Martin Rose
National:
Emilie De Smet
Jason Evraere
Fanny Mathieu
Hélène Carpiaux

◆ Mise en page

Émerance Cauchie

◆ Crédit photo cover

AdobeStock

Imprimé sur papier recyclé.

Altéo

Mouvement social
de personnes malades,
valides et handicapées

Suivez-nous sur  www.alteoasbl.be

UNISOUND: UN FESTIVAL INCLUSIF ET FESTIF POUR TOUS

Le 30 juin dernier, nous avons participé à l'Unisound, le plus grand festival francophone d'Europe dédié aux personnes en situation de handicap. Ce projet inclusif et sensibilisateur, ouvert à tous, porteurs de handicap ou non, se déroule chaque année depuis 10 ans au PAMexpo à Court-Saint-Etienne.



Nous y avons tenu un stand de ping-pong adapté qui a attiré de nombreux participants. Cette journée fut l'occasion de faire de belles rencontres et de renforcer les liens avec des festivaliers ayant déjà participé aux activités d'Altéo.

L'ambiance était festive et conviviale. Nous avons assisté à des concerts magnifiques et découvert le gilet sensoriel, une innovation vibrant au rythme de la musique, permettant aux malentendants et sourds de profiter des spectacles. Un des concerts était même interprété en langue des signes, une vraie inclusion musicale!

L'Unisound proposait divers ateliers: karaoké, grimage, ateliers créatifs, et plus encore. Chacun a pu y trouver son compte pour passer une très belle journée. Il n'y avait qu'à voir les très nombreux sourires pour s'en rendre compte.

Humainement, ce fut une expérience inoubliable, marquée par l'authenticité, le partage et un accueil chaleureux. Nous repartons avec des souvenirs pleins la tête, encore plus de sens à notre mission, et une motivation boostée pour développer de nouveaux projets.

Vivement le prochain Unisound!

POURQUOI S'Y INVESTIR ?

- 1 Pour **faire entendre sa voix**. Vous partagez vos expériences et vos idées pour améliorer le quotidien des personnes porteuses de handicap.
- 2 Pour **influencer les décisions locales**. Votre engagement peut avoir un impact direct sur les politiques et les projets de votre commune.
- 3 Pour **développer des compétences**. Vous allez acquérir de nouvelles compétences en matière d'échange d'idées, de travail en équipe et de communication.
- 4 Pour **créer du lien social**. Vous allez rencontrer d'autres personnes partageant les mêmes préoccupations et tisser des liens solides au sein de votre commune.



COMMENT S'Y INVESTIR ?

Les CCCPH seront automatiquement dissouts avant les élections communales du 13 octobre, puis renouvelés une fois le nouveau conseil communal mis en place. C'est le bon moment pour vous renseigner auprès de votre commune sur comment vous engager. Les membres sont souvent recrutés sur la base de leur expérience et de leur motivation à défendre les droits des personnes porteuses de handicap.

Voici un témoignage d'Agnès Carlier, investie au CCCPH de Tubize :

”

Comment tu vois ton rôle dans la commission ?

Je me suis inscrite au CCCPH de Tubize pour être au courant de ce qui se passe dans ma commune. Ceci en vue d'améliorer la qualité de vie des personnes en situation de handicap (ex: bordures trop hautes, etc.) Ça me donne aussi l'occasion de défendre les droits des personnes handicapées en exposant leur demande (ex: Parking pour PMR).

Quels types de décisions vous prenez ?

Nous avons organisé le salon des aînés et des personnes handicapées, on a des présentations de représentants qui viennent parler de leur institution (CPAS, Accueil et Vie, AMO, Handicontact...).

Qu'est-ce que tu apprécies ?

Les réunions sont bien gérées, j'apprends des choses que je partage aux membres d'Altéo (les nouveaux services, les activités culturelles, etc.). J'expose les difficultés que nous rencontrons dans notre commune. On ne se prend pas la tête et c'est convivial.

AIDÉS ET AIDANTS, VOUS N'ÊTES PAS SEULS!

Altéo, Mutualité Chrétienne et ses partenaires organisent des activités pour les personnes en perte d'autonomie et leurs aidants proches. Ces activités vous donneront des informations sur les services d'aide disponibles, vos droits, et des pistes de solutions afin de soulager votre quotidien.

ACTIVITÉ	DATES	LIEU	PRIX
Salon du soutien à l'aidant proche. Des exposants autour de l'autonomie à domicile vous présenteront leurs services.	Le jeudi 3 octobre de 17h à 20h	MC Nivelles	Gratuit
Conférence : éviter l'épuisement quand on est aidant proche. Animée par Noémie Vande Weghe, psychologue au sein d'ASD et Sylvie Sicurello, conseillère en autonomie à la MC.	Le jeudi 3 octobre de 18h à 19h30	MC Nivelles	Gratuit
Groupe de soutien : aidants, partageons nos vécus. L'accompagnement d'une personne en perte d'autonomie n'est pas facile. Il est parfois nécessaire de prendre du temps pour soi et de rompre l'isolement. Le groupe de soutien vous permettra d'échanger autour de votre vécu, de partager vos difficultés et vos astuces avec des personnes qui vivent une situation similaire.	Les mercredis 11 septembre, 16 octobre, 13 novembre, 11 décembre de 9h30 à 11h	MC Nivelles	2,5€ / séance
Groupe de soutien : perdre mon autonomie, c'est dur! Maladie, handicap, accident, vieillissement... Au cours de cinq séances, partagez votre vécu avec d'autres personnes confrontées à des situations similaires. Vous y trouverez peut-être une source d'inspiration pour apprivoiser la perte d'autonomie et avancer plus sereinement.	5 séances les jeudis du 14 novembre au 12 décembre	MC Court-Saint-Etienne	2,5€ / séance
	5 séances les mardis du 5 novembre au 3 décembre	MC Nivelles	2,5€ / séance
	5 séances du 5 novembre au 3 décembre	MC Jodoigne	2,5€ / séance

Les groupes de soutien requièrent un entretien individuel gratuit organisé avec les psychologues après votre inscription, pour vérifier que le groupe correspond bien à vos attentes.

Infos pratiques :

Infos et inscriptions sur
mc.be/agenda-aidants-proches
Plus d'infos via event.bw@mc.be
ou au 067/89.36.28.

Moving Family Day

Des activités fun et sportives pour toute la famille !



- **Dimanche 6 octobre** de 9h à 17h
- **Tubize** (Centre d'entraînement des Diablos Rouges et des Red Flames, Rue de Bruxelles 486-504)
- **Gratuit et ouvert à tous**
- mc.be/mfd-tubize



LA MER QU'ON VOIT DANSER

.....
Le farniente vous manque déjà ? Vous êtes nostalgiques de vos longues journées de vacances qui vous semblent déjà si lointaines ? Altéo Bw a LA solution ! Préparez-vous à un shot bonne humeur et de joie avec le résumé des deux séjours Altéo qui ont eu lieu en mai et juillet !

→ WISSANT DU 2 AU 8 MAI

C'est dans la maison Maris Stella à Wissant, petite ville pittoresque en Côte d'Opale, qu'Altéo a planté ses couleurs pendant une semaine pour un séjour placé sous le signe de la détente et du bien-être.

Le groupe a été très bien reçu par le personnel de l'établissement avec une mention spéciale pour le cuisinier qui a mis tout son art dans la confection de plats délicieux et copieux ! Tout au long du séjour, les vacanciers ont pu bénéficier d'activités confectionnée avec grand soin par les volontaires : massages, bricolages, balades, gym douce... Par deux fois, un guide s'est joint à l'assemblée pour une visite de Wissant et du Cap Blanc-Nez. De même une socio-esthéticienne et un musicien ont organisé une animation pour le groupe.



→ CAYEUX-SUR-MER DU 8 AU 15 JUILLET



«Magique, Super, Génial» voilà en quelques mots l'impression générale des vacanciers et des volontaires au retour du car après une semaine passée ensemble à Cayeux-sur-Mer en Baie de Somme. Les visages étaient souriants et la bonne humeur apparente après tous les chouettes moments qui ont ponctué ce séjour. Du petit train le long des falaises au parc du Marquenterre en passant par l'abbaye de Valloire et deux heures d'équitation, les activités n'ont pas manqué pour le plus grand bonheur des vacanciers!

Dans l'équipe de volontaire, Nathan et Christiane découvraient pour la première fois les séjours et en sont revenus ravis et prêts à repartir de plus belle!

Enfin, l'équipe d'Altéo Bw tient à adresser un tout grand MERCI à Geneviève et Freddy pour qui c'était le dernier séjour en qualité de coordinateurs.

énéo

50+,
SOYEZ BRANCHÉS !

SALON DU NUMÉRIQUE

CONFÉRENCES, ANIMATIONS, STANDS

VENEZ FAIRE LE PLEIN D'INFOS, CONSEILS ET OUTILS
POUR ÊTRE AUTONOME DANS LE MONDE DU NUMÉRIQUE.

LUNDI 18 NOVEMBRE 2024
DE 10H00 À 16H00

AULA MAGNA À LOUVAIN-LA-NEUVE

GRATUIT - ACCESSIBLE À TOUS
INSCRIPTION OBLIGATOIRE SUR WWW.ENE0.BE

Accessible en transports en commun (Train, Bus Tec) /
Voiture (parking gratuit juste en face - 150 places) / accès PMR

Énéo Brabant wallon | [✉ brabantwallon@eneo.be](mailto:brabantwallon@eneo.be) | [☎ 067/89.36.55](tel:06789.36.55)

Un projet du Plan de relance de la Wallonie. Plan d'inclusion numérique, mené par le SPW Formation et l'Agence du Numérique.

	ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
LOISIRS	Section de Nivelles Atelier artisanat	Les mardis de 9h30 à 11h30 17 septembre: déjeuner de rentrée 24 sept – 8 oct. 5 – 19 nov. – 3 déc. 17 décembre: déjeuner de Noël Marché de Noël: Le 7/12 à 14h	Salle Jean de Nivelles (côté rue), Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles Clairette Botte clairette.botte@gmail.com 0478/25.38.66
	Atelier couture	Les mardis de 9h30 à 11h30 17 septembre: Déjeuner de rentrée 1 – 15 oct. – 12-26 nov. 10 déc. Le 17 décembre: déjeuner ensemble	Salle Jean de Nivelles (côté rue), Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles Clairette Botte clairette.botte@gmail.com 0478/25.38.66
	Atelier Gym Douce	Vendredi 29 novembre à 14h	Salle Jean de Nivelles (côté rue), Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles Geneviève Loicq genevieve.loicq@gmail.com 0496/57.42.84
	Atelier Mandala	Vendredi 4 octobre à 14h	Salle Jean de Nivelles (côté rue), Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles Clairette Botte clairette.botte@gmail.com 0478/25.38.66
	Cinéma	Vendredi 20/9 à 14h Film « Fahim » Vendredi 13/12 à 14h Film de Noël	Salle Philippe Detienne Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles Michèle Daloze michele.daloz@gmail.com 0473/53.40.60
	Section de Tubize Gym douce	Tous les lundis de 10h à 11h	Salle MC Rue de Bruxelles, 12 1480 Tubize	Section de Tubize Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Projection cinéma	Les jeudis 26/09, 24/10, 21/11 et 05/12 de 14h à 16h	Salle MC Rue de Bruxelles, 12 1480 Tubize	Section de Tubize Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Bingo	Le jeudi 12 septembre de 14h à 16h	Salle MC Rue de Bruxelles, 12 1480 Tubize	Section de Tubize Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Activité aquarelle	Le jeudi 17 octobre de 14h à 16h	Salle MC Rue de Bruxelles, 12 1480 Tubize	Section de Tubize Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Atelier cartes de Noël	Le jeudi 28 novembre de 14h à 16h	Salle MC Rue de Bruxelles, 12 1480 Tubize	Section de Tubize Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Repas de Noël	Le vendredi 13 décembre	A définir	Section de Tubize Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Section de Braine-l'Alleud	Les jeudis de 13h30 à 16h	Notre Village Rue de Sart Moulin, 1 1421 Ophain-Bois-Seigneur-Isaac	Section de Braine-l'Alleud Cécile Tordeurs cecile.tordeurs@gmail.com 0475/54.73.44 ou 02/384.93.57
	Excursion à Viroinval avec la commune et le CCA de Braine-l'Alleud	Le mardi 17 septembre		Section de Braine-l'Alleud Geneviève Loicq genevieve.loicq@gmail.com 0496/57.42.84
	Quizz des 5 sens (musical, sensoriel, mimes ou quizz mémoire, toucher, goûter)	Le jeudi 26 septembre de 13h45 à 16h	Notre Village Rue de Sart Moulin, 1 1421 Ophain-Bois-Seigneur-Isaac	Section de Braine-l'Alleud Cécile Tordeurs cecile.tordeurs@gmail.com 0475/54.73.44 ou 02/384.93.57
	Balade accompagnée facile d'1h30 avec pique-nique ou repas sur place.	Le jeudi 17 octobre de 11h (sur place) à 15h	Bois des Rêves à Ottignies	Ouvert aux autres locales Infos: Anne Depiesse anne.depiesse@alteoasbl.be 0476/88.63.61

	ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
LOISIRS	Jeux de société	Jeudi 14 novembre à Notre Village de 13h45 à 15h45	Notre Village Rue de Sart Moulin, 1 1421 Ophain-Bois-Seigneurs-Isaac	Section de Braine-l'Alleud Cécile Tordeurs cecile.tordeurs@gmail.com 0475/54.73.44 ou 02/384.93.57
	Bricolage cadeau de Noël et visite de St Nicolas	Jeudi 5 décembre à Notre Village de 13h30 à 16h	Notre Village Rue de Sart Moulin, 1 1421 Ophain-Bois-Seigneurs-Isaac	Section de Braine-l'Alleud Cécile Tordeurs cecile.tordeurs@gmail.com 0475/54.73.44 ou 02/384.93.57
SPORTS	Family Moving Day Journée sportive familiale, en inclusion	6 octobre	Tubize	Infos: Anne Depiesse anne.depiesse@alteoasbl.be 0476/88.63.61
	Cyclodanse	Les 2 ^e et 4 ^e lundis de 18h à 20h	Salle G1 Blocry à LLN	Organisé par Dynamisport Jamel Alliche Contact via page Facebook Facebook: Jamcyclodanselln 0495/20.76.96
	Aquagym	Les 2 ^e et 4 ^e dimanches de 16h30 à 18h	Braine-l'Alleud Ecole Cardinal Mercier	Organisée par Dynamisport Cécile Tordeurs cecile.tordeurs@gmail.com 0475/54.73.44 ou 02/384.93.57
	Sport'Kinson Gym Parkinson	Mardis de 10h30 à 12h30 donné par Marcelle Hubert (kiné)	Stade Gaston Reiff, Rue Ernest Laurent, 215 1420 Braine-l'Alleud	Organisé par Dynamisport Infos: Anne Depiesse anne.depiesse@alteoasbl.be 0476/88.63.61
	Gymnastique	Mardi de 15h à 16h Jeudi de 17h30 à 18h30	Ottignies Ottignies	Organisé par Cardio BW Henri Savonet info@cardiobw.be 0478/45.12.08
	Volley-ball	Vendredi de 18h à 19h et de 19h à 20h	Wavre	Organisé par Cardio BW Henri Savonet info@cardiobw.be 0478/45.12.08
	Stretching Badminton	Lundi de 16h à 17h	Ottignies	Organisé par Cardio BW Henri Savonet info@cardiobw.be 0478/45.12.08
	Randonnées en joëlettes	Sur demande	Wallonie	Organisé par Chemin de Traverse christine.deltour65@gmail.com
	Equitation adaptée	Sur demande	Malèves-Ste-Marie	Organisé par Equi Grandi 0495/83.26.87
	Attelage adapté Equitation adaptée	Tous les jours sur rendez-vous	Brabant wallon	Organisé par 4x4 vert 0498/53.15.31
FORMATIONS	Permanences Aidants numériques			Contacts et infos: Catherine Vanmuysewinkel catherine.vanmuysewinkel@alteoasbl.be 081/237.237 (tapez 3 puis 7) bw@alteoasbl.be
	EPN de Braine-le-Château	2 ^e mercredi du mois de 9h à 12h	Grand-place de Wauthier Braine, 1 1440 Braine-le-Château	
	EPN d'Ottignies LLN	1 ^{er} et 3 ^e mardis du mois de 14h à 16h	Boulevard Martin, 13 1340 Ottignies	Corentin Picquet: corentin.picquet@alteoasbl.be 081/237.237 (tapez 3 puis 7)
	Nivelles	2 ^e et 4 ^e mardis du mois 09h30 à 11h30 et de 13h à 15h	Salle La Ramée, Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Corentin et Catherine Pour s'inscrire: bw@alteoasbl.be 081/237.237 (tapez 3 puis 7)
SÉJOURS	Retraite spirituelle et religieuse	14 au 18 octobre	Orval	Corentin Picquet: corentin.picquet@alteoasbl.be 081/237.237 (tapez 3 puis 7)

Altéo Brabant Wallon
Bd des Archers, 54
1400 Nivelles
☎ 081/237.237
du lundi au vendredi
de 9h à 12h
✉ bw@alteoasbl.be

ALTÉOMAG EN VERSION ÉLECTRONIQUE @
Vous souhaitez passer à la version électronique d'Altéomag ?
Faites-le savoir par email à info@alteoasbl.be

Profitez de vos avantages chez Qualias !



- 15% sur le matériel médical-paramédical
- 20% sur les lunettes de vue (40% pour les -18 ans) OU 2^e paire gratuite
- 30% sur le matériel d'incontinence
- 50% sur la location de matériel médical

Voir conditions en magasin. Pour les membres de la Mutualité chrétienne en ordre de cotisation à l'assurance complémentaire.



Bandagisterie - Orthopédie - Optique - Audition

Partenaire Mutualité chrétienne

www.qualias.be



NOS SERVICES SONT TOUJOURS LÀ POUR VOUS !

- Soins infirmiers
- Travaux ménagers
- Présence, soutien moral & éducatif
- Accompagnement pour les déplacements
- Aide administrative, à l'hygiène & à la mobilité
- Réalisation des courses et préparation des repas



www.aideetsoinsadomicile.be

Psychologie : 360 € par an

La MC vous rembourse :

- jusqu'à 20 € par séance et 360 € par an
- pour chaque affilié MC
- pour tout suivi : individuel, familial, de couple...

mc.be/psy

Demandez le remboursement dans l'app Ma MC !

MC. Avec vous pour la vie.

Document promotionnel non contractuel. Photo : © AdobeStock