

Bureau Postal  
de Charleroi X  
Expéditeur  
rue du Douaire, 40  
6150 Anderlues

N°32  
DEC 2024



PB-PP1B-00802  
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921581

**HAINAUT ORIENTAL**

4° TRIMESTRE

# ALTÉO MAG

**DOSSIER**

Et si demain  
c'était vous?

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

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

Mouvement social de personnes  
malades, valides et handicapées

**Altéo**

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

Images générées par IA

# EDITO

## Un mouvement plus que jamais en mouvement

Dans un environnement en constante évolution, Altéo se mobilise pour relever de nouveaux défis.

Pour ce faire, une nouvelle signature forte et porteuse de sens accompagne désormais notre logo et des outils de communication transversaux pertinents nous identifieront, nous visibiliseront auprès des membres, des partenaires et du grand public.

Pour incarner notre vision, nous déclinons également notre plan stratégique au travers d'un plan d'action annuel structuré qui mobilisera les différentes composantes du mouvement.

Et enfin, une équipe sera dès février 2025 au service de la transversalité du mouvement pour offrir un service équitable, qualitatif en mutualisant des missions administratives telles que l'accueil de première ligne, les demandes et l'attribution des courses médicales/non médicales du service accompagnement & transport, l'affiliation des membres, les inscriptions aux séjours de vacances...

Ensemble, faisons de notre mouvement une véritable force de changement !

Merci à tous pour votre précieux investissement, membres, volontaires et permanents.

*Geneviève Routier,  
Secrétaire Générale*



# SOMMAIRE



## 3

### ZOOM

- Il était une fois la Passerelle, la section locale de Soignies
- La Passerelle au Marché de Noël de Soignies
- Quel est le rôle politique d'Altéo ?

## 6

### ACTUS RÉGIONALES

- Altéo et Cefoc : ensemble pour poser des questions de sens
- Groupe Culture et loisirs : plongée dans les coulisses et escapades culturelles
- Halloween : un repas à l'aveugle

### NATIONAL

## 2

### MOUVEMENT

- Adapt'Sport : le sport qui s'adapte à tous
- La nouvelle identité d'Altéo

## 5

### DOSSIER

- Campagne « Et si demain c'était vous ? »

## 8

### INSPIRATION

- Journée internationale du Volontariat : Plus de 1100 mercis

#### ◆ Edition et diffusion

Altéo asbl  
Ch. de Haecht, 579  
BP 40 - 1031 Bruxelles  
T : 081/237.237  
info@alteoasbl.be  
www.alteoasbl.be

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

#### ◆ Editeur responsable

Elsa Nepotschelovitsch

#### ◆ Coordination

Nancy De Fauw (régional)  
Hélène Carpiaux (national)

#### ◆ Collaboration

Nancy De Fauw  
Céline Pattyn  
Martine Durieux  
Elsa Nepotschelovitsch  
Antoinette Palermo  
Vanessa Della Piana  
Sabine Kawecki  
National :  
Dounia Abchir  
Nicolas Bodart  
Marco De Waeghe  
Qualias  
Geneviève Routier  
Hélène Carpiaux

#### ◆ Mise en page


Émerance Cauchie

#### ◆ Crédit photo cover

AdobeStock

Imprimé sur papier recyclé.

# Altéo

Suivez-nous sur  [www.alteoasbl.be](http://www.alteoasbl.be)

# IL ÉTAIT UNE FOIS LA PASSERELLE, LA SECTION LOCALE DE SOIGNIES

## IL ÉTAIT UNE FOIS, À SOIGNIES...

Il était une fois, dans la belle ville de Soignies, un groupe de personnes au cœur généreux, animé par un rêve commun : celui de l'inclusion et de la solidarité. Cependant, leur ancien monde, représenté par une structure locale d'Altéo, avait connu des temps difficiles. La crise sanitaire et le vieillissement de ses membres avaient érodé son dynamisme, laissant derrière lui un vide que personne ne savait comment combler.

C'est alors que Dame Elsa, responsable régionale d'Altéo Hainaut Oriental, se leva avec détermination. Elle savait qu'il était temps de raviver la flamme de l'entraide. Lors d'une réunion du Conseil communal consultatif des aînés et moins valides (CCCAMV), elle rencontra Arnaud : un Passionné Motivé Rêveur (PMR 😊). Ensemble, ils rêvèrent d'une nouvelle aventure, d'un nouveau départ pour Altéo à Soignies.

## LA GENÈSE D'UNE NOUVELLE ÉPOQUE

En juin 2023, un groupe de volontaires au grand cœur, chapeauté par Michel, le facilitateur, se rencontra pour partager leurs idées. Ce jour-là, une étincelle de passion illumina la pièce, et les participants, inspirés, exprimèrent leur désir de s'engager pour les personnes en situation de handicap et les malades de longue durée. C'était le début d'une belle aventure humaine.



participants, inspirés, exprimèrent leur désir de s'engager pour les personnes en situation de handicap et les malades de longue durée. C'était le début d'une belle aventure humaine.

## DES PROJETS QUI PRENNENT VIE

Parmi les projets qui émergent, l'accessibilité à Soignies fut une priorité. Arnaud et ses acolytes entreprirent une mission audacieuse : cartographier les obstacles à l'accessibilité. Ils imaginaient déjà des rampes amovibles permettant à tous d'accéder aux commerces du quartier.

D'autres initiatives fleurirent aussi. Philippe proposa des ateliers d'écriture où les mots dansaient sur le papier, tandis qu'Efren lança l'atelier de papote-philo, où les participants explorèrent les thèmes de la bienveillance et de l'égalité. Ces moments d'échange et de créativité unirent davantage la communauté.

## L'ART DU LEGO POUR SENSIBILISER

Un jour, une idée brillante émergea : le projet « Rampe en LEGO ». Les membres se mirent au travail pour construire une rampe d'accès à partir de ces petites briques colorées, récoltées grâce à la générosité du public. Le lancement de la construction se fit lors du marché de Noël 2023, une occasion parfaite pour sensibiliser le public à l'accessibilité tout en collectant des dons de LEGO et en participant à un projet collectif. L'occasion d'embarquer dans l'aventure, loin d'être légoïstes, deux passionnés des petites briques pour la coordination architecturale du projet : Gérard et Jacqueline. Plus tard, un nouvel atelier de fabrication de bijoux en LEGO, avec les pièces non utilisées pour la rampe, ajouta encore plus de couleur à cette aventure en septembre 2024.



## PLONGÉE DANS DE NOUVEAUX HORIZONS

En octobre 2023, Michel le facilitateur, moniteur de plongée, allia ses deux volontariats pour établir un partenariat inédit avec un club de plongée. Les Abîmes de Braine-le-Comte offrirent alors une aventure magique, permettant à des personnes en situation de handicap de découvrir les joies de la plongée. Ensemble, ils explorèrent les profondeurs aquatiques, unissant leurs forces et leurs compétences.



## DES SORTIES, DES SOUVENIRS

À la demande de leurs membres, l'organisation de petites sorties se mit en place à partir de l'été 2024. Ces escapades promettaient d'être des moments de convivialité et de découvertes, avec des visites lors des journées du patrimoine et d'expositions temporaires.

## UNE SEMAINE DE SENSIBILISATION

L'ambition grandissait. Les membres d'Altéo rêvaient d'une semaine entière dédiée à la sensibilisation au handicap pour 2025.

## DES PONTS AVEC LES ÉCOLES ET LES COMMERÇANTS

La section souhaite également se rendre dans les écoles pour éduquer les jeunes à l'importance de l'inclusion et réfléchir avec les commerçants locaux aux meilleures adaptations d'accueil pour tous.

## DES AMBASSADEURS DE LA CAUSE

Pour bien débiter 2024, des ambassadeurs engagés et actifs se désignèrent pour apporter leurs idées et témoigner de leur passion au sein de la régionale, mais aussi au sein du CA de l'asbl Altéo.

## UNE PRÉSENCE RAYONNANTE AUX ÉVÉNEMENTS

La section d'Altéo Soignies ne tarda pas à se faire connaître. Elle fut présente au Salon du Temps

Libre de Soignies et à la Fête de la Rentrée de Braine-le-Comte en septembre 2024, exhibant fièrement leur première rampe d'accessibilité en LEGO. Leur participation au Salon Inclusif d'Exposition Brique de Nivelles leur permit d'atteindre un public encore plus large, partageant leur engagement en faveur de l'inclusion.

## UN APPEL À LA COLLABORATION

Dans le cadre des élections communales, une interpellation politique en septembre 2024 fut organisée en collaboration avec le CCCAMV. Cela ouvrit la voie à un dialogue précieux entre les partis et la communauté, soulignant l'importance de prendre en compte les besoins des aînés et des personnes moins valides.



## UN FUTUR PROMETTEUR

Avec un calendrier riche en événements à l'horizon, la section locale d'Altéo Soignies continue de grandir et d'évoluer.



# LA PASSERELLE AU MARCHÉ DE NOËL DE SOIGNIES

La locale La Passerelle Altéo Soignies sera présente au marché de Noël de Soignies du vendredi 13 décembre (à partir de 18h) au dimanche 15 décembre (jusqu'à 21h). Bienvenue dans notre chalet autour du thème de l'accessibilité, un sujet qui reflète pleinement les valeurs de solidarité, d'inclusion et de dignité défendues par Altéo.

Dans une démarche d'éducation permanente, nous présenterons notre projet participatif symbolisé par la construction d'une rampe d'accès en LEGO.

Une animation musicale en live, assurée par Philippe, l'un de nos volontaires, et ses amis, rythmera les festivités.

Rejoignez-nous!

# QUEL EST LE RÔLE POLITIQUE D'ALTÉO ?

Comme vous le savez, Altéo est un mouvement social d'éducation permanente qui œuvre pour une société inclusive. Notre but est de permettre à chacun de trouver sa place, de faire ses choix, d'exercer ses droits et ses devoirs.

Pour atteindre ces objectifs, Altéo s'est concentré sur trois thématiques prioritaires: l'accessibilité, l'autonomie et le lien social.

Quatre valeurs fondamentales guident Altéo et tous ses membres dans leurs actions quotidiennes:

**OUVERTURE À L'AUTRE:** Chacun, avec ses différences, est bienvenu au sein d'Altéo et peut y trouver sa place.

**RESPECT:** Chaque personne est accueillie avec bienveillance, dignité et tolérance. Nos projets se déroulent dans un climat de confiance et d'écoute mutuelle.

**ÉGALITÉ:** Nous luttons pour que chacun dispose des mêmes droits, chances et devoirs.

**SOLIDARITÉ:** Ensemble, nous soutenons ceux qui en ont le plus besoin. Unis, nous surmontons les obstacles et nous renforçons mutuellement pour atteindre nos objectifs.

Dans le respect de ces thématiques et de ces valeurs fortes, Altéo met en place des commissions et des groupes de travail, particulièrement au niveau national.

Cependant, tout ce travail doit être organisé et coordonné efficacement. Pour cela, Altéo s'est structuré en différents niveaux afin de garantir la réalisation de ses missions:

- **Le niveau local:** C'est ici que l'on retrouve de nombreuses activités de rencontre et de convivialité (repas, ateliers variés,...).
- **Le niveau régional:** En plus de permettre la rencontre entre différentes entités, ce niveau

se veut une « interface plus politique » où sont abordées des questions d'inclusion: accessibilité, législation et politiques relatives aux personnes malades ou handicapées, tant au niveau local que régional.

- **Le niveau national:** Ce niveau est plus politisé, puisqu'il est le lieu de prises de décision et d'interpellations envers les acteurs politiques, tant aux niveaux régional que provincial et national. C'est aussi à ce niveau que sont élaborés les mémorandums en vue des élections, comme c'est le cas cette année.

Pour concrétiser les décisions et objectifs, des commissions et groupes de travail sont mis en place. Ils permettent de donner vie aux projets et revendications.

- **Le Conseil d'administration** est chargé d'organiser et de superviser toutes ces actions. Composé de représentants de toutes les régionales, il coordonne également la dynamique générale du mouvement, incluant revendications, manifestations et autres événements.

Le Conseil d'administration est soutenu par la Secrétaire générale Geneviève Routier, la Présidente Christine Franckx, ainsi qu'Annick Collin et moi-même, Antoinette Palermo, Vice-présidente de l'ASBL Altéo et volontaire active de la régionale du Hainaut oriental.

## MON RÔLE:

J'ai été sollicitée en tant qu'experte, forte de mon parcours de vie et de mon expérience chez Altéo. Mon souhait en toute modestie est de mettre cette expérience au service du mouvement, afin de contribuer à son évolution et à sa pérennité.

*Antoinette Palermo,  
Vice-Présidente d'Altéo et volontaire*

# ALTÉO ET CEFOC: ENSEMBLE POUR POSER DES QUESTIONS DE SENS

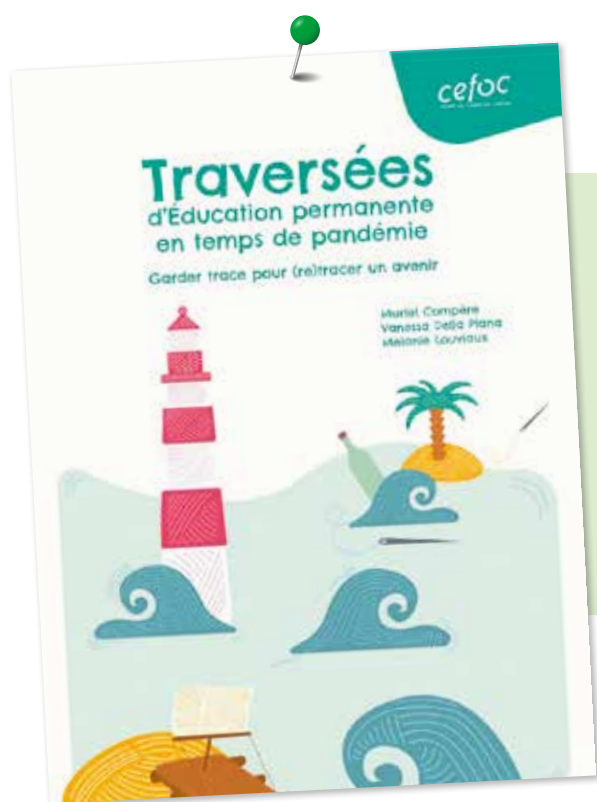
Fin 2022, la pandémie de Covid-19 semble derrière nous. Ce petit virus aura bouleversé la vie de chacun, celle de nos associations et de la société entière. C'est dans ce contexte d'après-crise qu'Altéo rencontre le Cefoc, une autre association d'Education permanente. Le constat est le même: les mois de restrictions sanitaires ont mis à mal la vie des groupes, qui sont « l'essence » de leur action. Avec les confinements, des liens se sont effrités, des projets peinent à reprendre, des convictions sont ébranlées... Puis sont venues aussi les inondations, la crise énergétique, la guerre en Ukraine... Tout cela alimente des questions sur le sens: pourquoi et pour quoi encore s'engager alors que le monde va inexorablement d'une crise à l'autre? Qu'est-ce qui donne la force d'avancer malgré tout? Qu'est-ce qui aide à rebondir, à tenir debout face à l'adversité?

Unissant nos énergies, Martine Durieux et Vanessa Della Piana décident de lancer un groupe pour

mettre au travail ces questions. Un groupe, riche de sa diversité, se sera ainsi réuni pendant près d'un an. Dans l'écoute respectueuse, dans la mise en commun des savoirs, dans la découverte des différences. Et dans la convivialité!

Cette année, l'aventure se poursuit avec une nouvelle question: « comment mieux vivre ensemble? ». C'est à partir de situations conflictuelles du quotidien que les participants chercheront à mieux comprendre leurs attitudes, celles des autres ainsi que les forces en présence. Pour trouver des modes d'action plus justes, solidaires et démocratiques!

**Plus d'infos: Martine Durieux (0477/87.63.60) -  
Vanessa Della Piana (0498/71.86.21)**



## ETUDE DU CEFOC

Des participants et des formatrices du Cefoc ont analysé ce qui a affecté le travail d'éducation permanente et le lien social pendant la pandémie pour en tirer des réflexions critiques sur les enjeux d'avenir.

→ Accessible en ligne:  
[www.cefoc.be/-Livres-et-etudes-](http://www.cefoc.be/-Livres-et-etudes-)

# GROUPE CULTURE ET LOISIRS: PLONGÉE DANS LES COULISSES ET ESCAPADES CULTURELLES



La saison des activités du groupe Culture et Loisirs d'Altéo a démarré en beauté en mars dernier avec une visite fascinante des locaux de la RTBF. Guidés par des experts passionnés, nos membres ont eu l'occasion unique de découvrir l'envers du décor. Imaginez-vous à la place du présentateur du journal télévisé, dans un studio baigné de projecteurs! Le plateau de l'émission populaire «*On n'est pas des pigeons*», ou encore celui de «*Macadam*», n'ont plus de secret pour nos curieux explorateurs d'un jour.

En avril, cap sur un univers tout aussi captivant avec une plongée dans l'œuvre monumentale d'Auguste Rodin, l'un des plus grands sculpteurs de tous les temps. Nos participants ont pu savourer chaque détail de ses sculptures, dessins et gravures, se laissant porter par la force expressive de son art.

L'été n'a pas été en reste! En juillet et août, nous avons proposé des balades libres dans des cadres naturels enchanteurs. Sous un ciel éclatant, nos membres se sont laissés bercer par l'air marin à Ostende et par les paysages bucoliques du Lac de Bambois. Ces journées, placées sous le signe du soleil et de la convivialité, ont permis à chacun de s'évader et de se ressourcer.

Et ce n'est que le début! Si ces excursions vous ont fait rêver, attendez de découvrir ce que nous vous réservons pour 2025. Rejoignez-nous et embarquez pour de nouvelles aventures et de manière encore plus conviviale, entre découvertes culturelles et moments de détente inoubliables!

# HALLOWEEN: UN REPAS À L'AVEUGLE

Halloween sous un angle inédit: Retour sur une expérience sensorielle hors du commun...

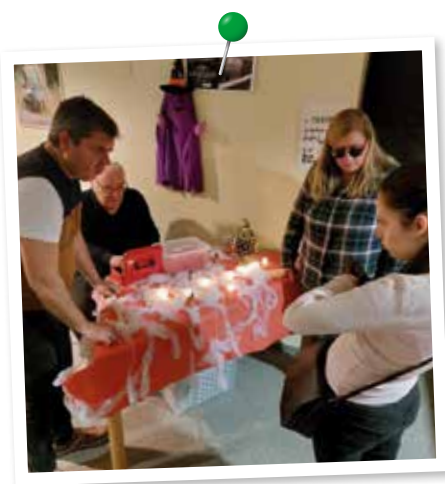
Le 31 octobre dernier, nous avons eu l'immense plaisir de vous convier à un événement d'Halloween pas comme les autres: un repas à l'aveugle, qui marquait la deuxième édition de notre atelier culinaire de la section du Centre. Plongés dans une obscurité totale, les participants ont redécouvert les saveurs de l'automne sous un prisme différent, chaque bouchée devenant une aventure sensorielle unique.

Dans une ambiance conviviale et immersive, où la peur du noir laissait place à la surprise, chacun a pu apprécier un menu automnal élaboré avec soin par notre équipe cuisine. Servi par des personnes non-voyantes, ce moment a permis d'ouvrir un dialogue informel sur leur quotidien, tout en renforçant le lien entre tous les convives présents.

La soirée a également été ponctuée d'une surprise auditive qui a ajouté une touche mystérieuse et envoûtante à l'événement. Une performance musicale en immersion dans l'obscurité a fait vibrer les cœurs et éveillé tous les sens.

Cet événement n'aurait jamais été aussi réussi sans l'incroyable engagement de nos volontaires, en particulier ceux de l'équipe cuisine et les non-voyants qui ont rendu ce moment si spécial. Sans oublier bien sûr, tous les participants, dont les éclats de rire ont résonné tout au long de la soirée.

Un grand merci à tous pour votre présence et votre enthousiasme. Peut-être vous retrouverons-nous l'année prochaine pour une nouvelle édition aussi riche en découvertes et en sensations!





# NOS ACTIVITÉS EN IMAGES

## ATELIER TRICOT

Depuis 2022, Altéo organise à Erquelinnes un atelier tricot et créativité, animé par l'une de nos dévouées volontaires.

Cet événement réunit des passionnés de tous âges, désireux d'apprendre et de partager leur amour du tricot.

Notre volontaire, experte en la matière, guide les participants à travers les bases du tricot tout en stimulant leur créativité et leur expression personnelle. Les participants ont ainsi l'occasion de créer des pièces uniques, allant des écharpes colorées aux petits accessoires décoratifs. L'atelier se déroule dans une ambiance chaleureuse et conviviale, où chacun peut échanger astuces, idées et histoires autour d'une tasse de café. Ce moment de partage renforce les liens entre les membres de notre mouvement et permet de découvrir de nouveaux talents.

Nous tenons à remercier chaleureusement notre volontaire pour son engagement et sa passion, ainsi que tous les participants pour leur enthousiasme et leur créativité. Nous espérons vous retrouver nombreux lors de nos prochains ateliers!



## SALON SANTÉ ET SPORT AISEAU

Tandis que notre section locale d'Aiseau s'est retrouvée comme chaque année au salon de la santé d'Aiseau pour promouvoir Altéo via une démo de cyclodanse et notre jeu TriviAltéo. Bravo pour leur énergie inépuisable!



La section locale de «Les Viviers» organise chaque mois une après-midi jeux au restaurant solidaire «Faim et Froid» de Gilly. L'occasion de se retrouver de manière conviviale et de découvrir ou redécouvrir le plaisir simple d'un jeu de société.

## ATELIER JEUX LES VIVIERS



## ALTÉO EN JOËLETTE AU RELAIS POUR LA VIE



Ces 28 et 29 septembre, la Mutualité Chrétienne (MC) s'est mobilisée au Relais pour la vie de Charleroi.

Le Relais pour la vie est un événement familial et solidaire où des équipes se relayent pour marcher ou courir pendant un total de 24 heures, symbolisant ainsi le combat mené par les patients (les «battants») et leurs proches contre la maladie.

Tout au long du parcours, associations et groupements divers proposent des animations ainsi que des stands (nourriture, boissons, artisanat, jeux...). L'objectif est de collecter des fonds qui seront intégralement reversés à la Fondation contre le cancer pour faire avancer la recherche, sauver des vies et transformer l'espoir en victoire.

Cette année, Altéo a rejoint l'équipe «La MC est dans la place» en proposant une balade en joëlette. Les collègues de la mutualité ainsi que des volontaires du mouvement se sont relayés sous un beau soleil pour permettre à tous de parcourir cette distance symbolique. L'occasion de tisser des liens, de se montrer solidaires ensemble et de faire naître de beaux sourires.

Merci à tous les collègues pour cette belle collaboration. Merci à nos volontaires toujours disponibles ainsi qu'à Muriel et Daphnée qui ont pu savourer cette promenade au cœur de Charleroi.

### Altéo Hainaut Oriental

Rue du Douaire 40  
6150 Anderlues

☎ 081/237.237  
du lundi au vendredi  
de 9h à 12h

@ ho@alteoasbl.be

### ALTÉOMAG EN VERSION ÉLECTRONIQUE

Vous souhaitez passer à la version électronique d'Altéomag ?  
Faites-le savoir par email à  
[info@alteoasbl.be](mailto:info@alteoasbl.be)

### APPEL À AFFILIATION 2025

**Chers membres,**

Vous recevrez dans les prochains jours un courrier ou un email vous invitant à renouveler votre affiliation pour l'année 2025. Attention! A partir du 1<sup>er</sup> janvier, vous devrez être en ordre d'affiliation pour introduire une demande de transport ou d'inscription en séjour. Si votre affiliation n'a pas encore été payée, vous ne pourrez pas réaliser les démarches nécessaires.



## DÉCEMBRE 2024

<b>me</b>	<b>4</b>	14h-17h: Atelier des mots Soignies 16, rue de Mons - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>je</b>	<b>5</b>	18h30: Fête des volontaires 40, rue du Douaire - 6150 Anderlues
<b>lu</b>	<b>9</b>	9h-12h: Atelier BD Charleroi 161, Bvd Joseph Tirou - 6000 Charleroi (0476/57.61.52)
<b>ma</b>	<b>10</b>	8h30-19h: Excursion Marché de Noël Lille  14h-16h: Atelier Pastel 41, Route de Trazegnies - 6031 Charleroi (0476/57.61.52)  10h-16h: Atelier Culinaire Strée 55, Rue Mestriaux - 6511 Strée (0478/90.47.68)
<b>me</b>	<b>11</b>	14h-16h30: Jeux de société Aiseau 150, Rue Président J. Kennedy 6250 Aiseau-Présles (0471/35.24.23)
<b>je</b>	<b>12</b>	16h-20h: Goûter dansant Anderlues 40, rue du Douaire - 6150 Anderlues
<b>ve</b>	<b>13</b>	18h-23h: Marché de Noël Soignies Place verte - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>sa</b>	<b>14</b>	14h-22h: Marché de Noël Soignies Place verte - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>di</b>	<b>15</b>	13h-21h: Marché de Noël Soignies Place verte - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>ma</b>	<b>17</b>	10h-16h: Atelier Culinaire Anderlues 40, rue du Douaire - 6150 Anderlues (0478/90.47.68)
<b>je</b>	<b>19</b>	14h-16h: Atelier Ecriture Charleroi 161, Bvd Joseph Tirou - 6000 Charleroi (0476/57.61.52)

## JANVIER 2025

<b>ma</b>	<b>7</b>	10h-12h: Atelier tricot & co Relais Citoyen 51, rue Notre Dame - 6560 Erquelinnes (0478/90.47.68)
<b>ma</b>	<b>14</b>	10h-16h: Atelier Culinaire Strée 55, Rue Mestriaux - 6511 Strée (0478/90.47.68)
<b>ma</b>	<b>21</b>	10h-12h: Atelier tricot & co Relais Citoyen 51, rue Notre Dame - 6560 Erquelinnes (0478/90.47.68)
<b>ma</b>	<b>28</b>	Atelier culinaire Anderlues 40, rue du Douaire - 6150 Anderlues (0478/90.47.68)  18h-20h: Club Légo Soignies 16, rue de Mons - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>me</b>	<b>29</b>	14h-16h: Café papote philo 16, rue de Mons - 7060 Soignies (0471/22.41.09)

## FÉVRIER 2025

<b>ma</b>	<b>4</b>	10h-12h: Atelier tricot & co Relais Citoyen 51, rue Notre Dame - 6560 Erquelinnes (0478/90.47.68)
<b>me</b>	<b>5</b>	14h-17h: Atelier des mots Soignies 16, rue de Mons - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>ma</b>	<b>11</b>	10h-16h: Atelier Culinaire Strée 55, Rue Mestriaux - 6511 Strée (0478/90.47.68)
<b>ma</b>	<b>18</b>	10h-12h: Atelier tricot & co Relais Citoyen 51, rue Notre Dame - 6560 Erquelinnes (0478/90.47.68)
<b>ma</b>	<b>25</b>	Atelier culinaire Anderlues 40, rue du Douaire - 6150 Anderlues (0478/90.47.68)  18h-20h: Club Légo Soignies 16, rue de Mons - 7060 Soignies (0471/22.41.09)
<b>me</b>	<b>26</b>	14h-16h: Café papote philo 16, rue de Mons - 7060 Soignies (0471/22.41.09)



## Sport : 40 € par an !

La MC vous rembourse  
40 € par an et par personne,  
sans limite d'âge.

[mc.be/sport](https://mc.be/sport)



Demandez le remboursement  
dans l'app Ma MC !

MC. Avec vous pour la vie.



Document promotionnel non contractuel. Photo : © AdobeStock



- Conseils d'ergothérapeutes
- Salle d'essais et d'apprentissages
- Conseils en accessibilité des lieux de vie
- Formations pour professionnels, écoles et particuliers

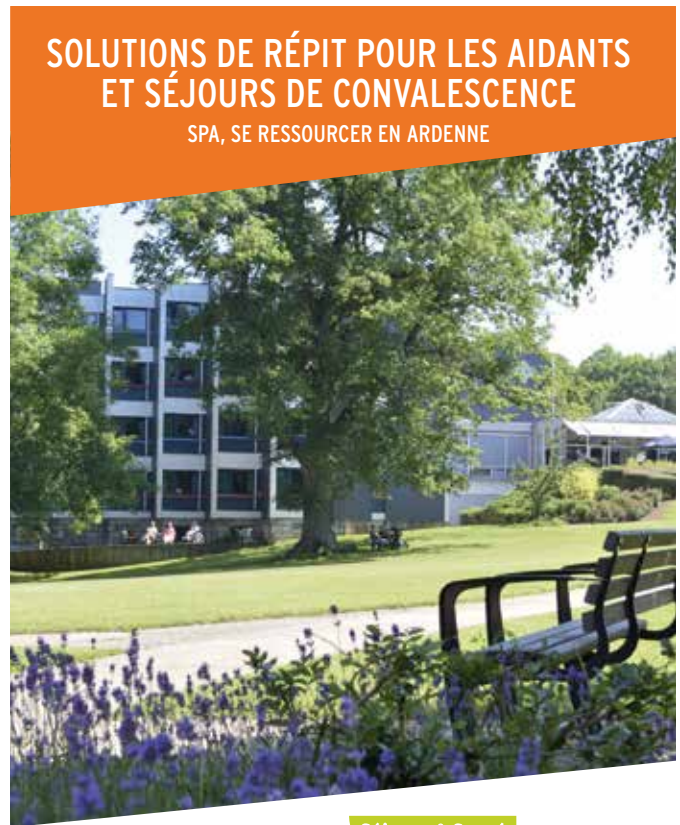
CONSEILS EN ADAPTATION  
DU DOMICILE

Créateurs  
d'autonomie

PLUS D'INFOS ?  
Renseignez-vous  
au 078 15 15 00  
ou sur [solival.be](https://solival.be)



Partenaire Mutualité chrétienne



## SOLUTIONS DE RÉPIT POUR LES AIDANTS ET SÉJOURS DE CONVALESCENCE

SPA, SE RESSOURCER EN ARDENNE

En savoir plus  
087 79 03 14  
[reservation@niveze.be](mailto:reservation@niveze.be)



[www.sejournetsante.be](https://www.sejournetsante.be)