

Bureau Postal
de Charleroi X

Expéditeur
bd. des Archers, 54
1400 Nivelles

N°35
SEPT 2025



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921584

BRABANT WALLON

3^e TRIMESTRE

ALTÉO MAG

**CHANGEMENTS
DANS LES DROITS
DU PATIENT :
LA PERSONNE AU
CENTRE DES SOINS**

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.alteoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Altéo



EDITO

C'est *la fin de l'été* et nous voilà de retour avec un nouveau numéro de l'Altéomag. Il est rempli de *chaleur* et de *projets enthousiasmants*.
Installez-vous confortablement pour savourer les pages que vous tenez entre les mains !

Dans ce numéro, vous découvrirez quelques-unes des activités marquantes de ces derniers mois. J'espère que ces récits vous rappelleront de bons souvenirs ou vous inspireront pour vos futurs projets. **N'hésitez pas à nous faire part de vos envies et idées !**

Le mois de **septembre** est souvent **synonyme de nouvelles résolutions** et de **nouveaux départs**.

Est-ce aussi votre cas ?

Pour Altéo, cette période ressemble à une rentrée des classes. C'est le moment où nos sections locales, nos groupes thématiques, nos commissions et nous-mêmes reprenons nos activités en force.

Un **nouveau cycle de formations** commence *pour nos volontaires*, des *sensibilisations ludiques à l'accessibilité* se préparent, **une exposition** se peaufine et *des activités variées*, qu'elles soient *habituelles ou nouvelles*, s'organisent à tous les niveaux.

Nous espérons vous croiser lors de l'une de ces occasions.

En attendant, je vous souhaite tout le meilleur et une excellente lecture !

Martin Rose
Responsable
Régional Bw



SOMMAIRE



3

SOUS LES PROJECTEURS

- Vous former au volontariat – sessions au BW

4

ZOOM

- Rampe LEGO – solidarité et accessibilité

6

ACTUS RÉGIONALES

- Calendrier 2025-2026 – atelier peinture au Musée L
- Lasemo – un séjour unique à vivre ensemble
- Apéro littéraire à Nivelles – culture et convivialité
- Ateliers numériques à Ottignies et Nivelles

NATIONAL

2

MOUVEMENT

- Dress your authenticity : la nouvelle campagne de sensibilisation de la régionale de Liège
- Traverser la Wallonie en joëlette : un défi sportif et solidaire au profit de CAP48

4

DOSSIER

- Changements dans les droits du patient : la personne au centre des soins

8

INSPIRATION

- Le TEFF : un festival pas comme les autres !

• Edition et diffusion

Altéo asbl
Place du XX Août 38
4000 Liège

T : 081/237.237
info@alteoasbl.be
www.alteoasbl.be

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

• Editeurs responsables

Martin Rose (régional)
Geneviève Routier (national)

• Coordination

Catherine Vanmuysewinkel
(régional)
Nancy De Fauw (national)

• Collaboration

Ghislaine Vandembroucke
Corentin Picquet
Amandine Du vosel
Catherine Vanmuysewinkel
National :
Alexis Condette

Nancy De Fauw
Emilie De Smet
Ariane Hermans
Zsofia Kollar

- **Mise en page**
Émerance Cauchie
- **Crédit photo cover**
Pixabay

Imprimé sur papier recyclé.

Suivez-nous sur  et www.alteoasbl.be

Altéo
Agissons pour une société inclusive



Se former en tant que volontaires, est-ce un gage de sécurité ? Oui, se former chez Altéo, c'est se protéger soi-même tout en veillant à la sécurité des autres !

DEVENEZ LA MEILLEURE VERSION DE VOUS-MÊME :
FORMEZ-VOUS DÈS AUJOURD'HUI AU BRABANT WALLON

.....
Formations continues ou formations de Base, un rappel ou tout simplement une nouveauté ? Soyez les bienvenus de septembre à novembre à Nivelles !
.....

FORMATION CONTINUE

Gestion de projets : de 10h à 15h30 – Accueil 9h45

Quand ? le lundi 29 septembre 2025 – Salle Philippe Detienne (3^e étage)

Qui ? formatrice Ariane Hermans

« Découvrir les principes de l'intelligence collective
– Explorer les techniques de construction de projets collectifs – Mise en application concrète soit d'un projet en cours, soit à inventer »

FORMATIONS DE BASE

Horaires de 10h à 15h30 – Accueil dès 9h45 **sauf** Manutention de 09h30 à 12h30 (accueil dès 09h15)
Pauses et sandwiches offerts (intolérance à signaler lors de votre inscription)

1. Le mouvement et mon engagement : cette formation se réalise dans votre régionale !

Mardi 14 octobre pour les volontaires du Brabant wallon – Nivelles – Salle Philippe Detienne (3^e étage). Formation donnée par le responsable régional : Martin Rose

2. Soins et Hygiène – ASD (Aide et Soins à Domicile) – Formation donnée par un-e infirmier-ère.

Mardi 04 novembre – Salle Philippe Detienne (3^e étage)

« Approche et aspects psychologiques de l'acte de la toilette, techniques de l'aidant et de la personne aidée – Aide à l'alimentation »

3. Approche de la personne – Formation donnée par Catherine Vanmuyssewinkel.

Lundi 17 novembre – Salle La Ramée (rez de Chaussée)

« Prendre conscience de ses craintes, de ses limites et ses représentations de l'autre, savoir les remettre en question. Prendre conscience que l'autre a des craintes, des limites, des envies et des compétences. Trouver sa juste place dans sa relation à l'autre et se rendre compte des réalités de l'autre à travers des situations concrètes. »

4. Manutention – ½ jour – Formation donnée par Solival-- un-e ergothérapeute

Lundi 24 novembre – Salle Jean de Nivelles – de 9h30 à 12h30

« Mise en pratique de la marche, transfert manuel d'un fauteuil roulant vers voiture + utilisation d'une voiturette (monter, démonter, freins etc). »

Adresse : Boulevard des Archers, 54 – 1400 Nivelles – Parking Saint-Roch gratuit, prendre rue des Poulées en face de la MC.

S'inscrire en ligne via le catalogue sur le site www.alteoasbl.be ou par téléphone au 081/237.237 ou via info@alteoasbl.be

Construire l'inclusion, une brique à la fois !

Altéo Brabant wallon lance un projet aussi créatif que solidaire : la construction de rampes d'accès pour personnes à mobilité réduite (PMR)... en LEGO® ! Inspirée par l'initiative d'Altéo Soignies, cette action originale vise à sensibiliser à l'accessibilité tout en valorisant le volontariat et l'inclusion.

UN PROJET QUI ATTIRE L'ŒIL ET FAIT RÉFLÉCHIR

Le principe est simple : récolter des briques LEGO® inutilisées, les trier, puis les assembler pour créer des rampes colorées, visibles et fonctionnelles. Ces rampes seront utilisées lors d'événements ou prêtées à des lieux publics pour améliorer temporairement l'accessibilité. Elles attirent l'attention, font sourire, mais surtout, elles font réfléchir. Elles deviennent de véritables outils pédagogiques pour parler d'inclusion de manière concrète, ludique et accessible à tous. Et elles ne passent jamais inaperçues !

UNE RÉCOLTE OUVERTE À TOUS

Depuis cet été, des boîtes de récolte ont été déposées dans les agences de la Mutualité chrétienne du Brabant wallon. Vous pouvez y déposer vos briques inutilisées : toutes les couleurs, toutes les tailles, tous les styles sont les bienvenus. Et si vous avez des LEGO® à donner mais ne pouvez pas vous déplacer, pas de souci : vous pouvez aussi nous contacter directement, on trouvera une solution ensemble ! Un immense merci à tous ceux qui ont déjà commencé à participer. Chaque don compte et fait avancer le projet !

DES ATELIERS POUR CONSTRUIRE ENSEMBLE

En parallèle, nous lançons la création d'un groupe de tri et de construction. Ce groupe se réunira régulièrement pour trier les briques, construire les rampes et surtout, passer un bon moment ensemble. Les ateliers auront lieu dans le Brabant wallon, dans une ambiance conviviale, inclusive et intergénérationnelle. Ils seront ouverts à tous, sans prérequis. Aucune compétence technique n'est nécessaire : juste un peu de bonne humeur, de curiosité, et l'envie de faire bouger les choses ensemble. C'est l'occasion parfaite pour rencontrer du monde, échanger des idées et bâtir ensemble un projet qui fait avancer l'inclusion avec créativité.

ENVIE DE PARTICIPER ?

Que vous soyez passionné de LEGO®, novice ou simplement motivé par l'idée de contribuer à un projet collectif et solidaire, vous êtes le bienvenu ! Vous avez des LEGO® à donner ? Vous souhaitez participer à cette belle aventure humaine ? Contactez-nous, on a hâte de vous accueillir et de construire ensemble cette belle aventure !

Ensemble, construisons l'inclusion, une brique à la fois !

Contactez-nous à info@alteoasbl.be
ou au 081/237.237

Récolte et ateliers LEGO

Ensemble, construisons des rampes en LEGO pour l'accessibilité de demain



Vous avez des briques ?
Elles peuvent devenir des rampes d'accès : **déposez-les.**

Rejoignez nos ateliers :
Construisez des rampes et sensibilisez à l'accessibilité.

INFOS/INSCRIPTIONS :

- ☎ 081 237 237
- ✉ bw@alteoasbl.be



Quoi de plus génial que de poursuivre l'atelier de peinture inclusif au Musée L!

UN VERNISSAGE, UNE EXPOSITION, UNE DATE À RETENIR EN 2026 : LE 19 MARS !

Le feu vert est là ! L'atelier de peinture se poursuit de septembre à mars 2026.

Atelier créatif inclusif à la salle Atelier L du Musée L à Louvain-la-Neuve, quel bonheur ! Un nouveau cycle est offert aux participants avec l'opportunité de se rencontrer, d'échanger et d'explorer ensemble le thème de l'inclusion à travers la peinture. Avec en apothéose, une exposition !



NOUVEAU CYCLE ET HORAIRE DE SEPTEMBRE À FÉVRIER 2026

Les jeudis de 16h30 à 19h30 – accueil dès 16h15

2025 : 18 septembre, 16 octobre, 20 novembre, 18 décembre, 15 janvier 2026

2026 : 19 février

LE VERNISSAGE ET L'EXPOSITION LE 19 MARS 2026

Un moment convivial, de partages d'expériences, de ressentis sur l'inclusion et moment clé pour exposer les créations des participants aux ateliers !

Vernissage dès 16h30 à la salle « Maison des amis » (juste à côté de l'Atelier L) et Exposition de 16h30 à 20h à l'Atelier L.

Avec tous les retours enthousiastes exprimés par les personnes inscrites, cela ne fait que confirmer que ce projet a du sens pour tous les participants. NB : Avant votre premier atelier, un premier contact téléphonique sera mis en place par l'une des animatrices.

Vous souhaitez nous rejoindre pour la prochaine session ?

Attention, les places sont limitées !

 - Gratuit - matériel mis à votre disposition

Infos et inscription obligatoire :

081/237.237 ou info@alteoasbl.be

Lieu : Atelier L au Musée L – 3 Place des Sciences, 1348 Louvain-la-Neuve – Infos et programme vous seront communiqués aussi par Facebook

Vivre sereinement au quotidien avec VITATEL

**VOUS VIVEZ SEUL(E) ? VOTRE CONJOINT(E) S'ABSENTE RÉGULIÈREMENT ?
VOUS MENEZ UNE VIE ACTIVE, MAIS SOUHAITEZ RESTER EN SÉCURITÉ ?**

Depuis plus de 30 ans, **VITATEL** accompagne ses affilié-es avec un objectif clair : **sécurité, bien-être et maintien du lien social**. À l'écoute de vos besoins, VITATEL propose des **solutions personnalisées** pour vous aider à vivre plus sereinement chez vous... ou en déplacement.

VITATEL DOMICILE : LA TÉLÉVIGILANCE CHEZ SOI



Un malaise, une chute, ou simplement besoin de parler ?

Où que vous soyez dans votre habitation, une simple pression sur votre bouton d'appel – porté au poignet ou autour du cou – vous met en relation **immédiate** avec la **centrale VITATEL**, active 24h/24 et 7j/7 à Bruxelles et en Wallonie.

La centrale vous contacte immédiatement, puis **prévient vos proches ou les secours**, selon l'urgence.

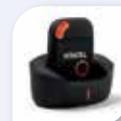
VITATEL BALADE : LA SÉCURITÉ AUSSI À L'EXTÉRIEUR



Lancé au printemps 2024, **Vitel Balade** vous permet de sortir en toute confiance grâce à un **dispositif de télévigilance mobile**.

Ce service fonctionne **partout en Belgique** via

- un **boîtier avec bouton d'appel** ;
- une **montre carrée avec affichage digital** ;
- une **montre ronde avec affichage analogique**.



Chaque dispositif dispose d'un **bouton SOS** qui permet de contacter immédiatement la centrale VITATEL. Grâce à la **géolocalisation**, nos équipes peuvent vous situer et alerter un proche ou les secours si besoin.

Intéressé-e par l'un de ces services ?

Contactez Vitatel au 078/15.12.12 ou
www.vitatel.be

A noter que les membres de la Mutualité chrétienne bénéficient d'une réduction sur l'abonnement VITATEL.

Dress your authenticity : le nouveau projet mode d'Altéo Liège

Après le défilé inclusif de 2024, le projet mode d'Altéo Liège continue avec une nouvelle campagne axée sur l'image de soi et l'estime personnelle.

TROIS OBJECTIFS ESSENTIELS GUIDENT CE PROJET :

- Offrir à chacun la possibilité de s'exprimer librement, sans filtre ni complaisance ;
- Sensibiliser le grand public à la difficulté pour certaines personnes d'accéder à une image de soi positive, à cause des normes d'une mode très peu inclusive
- Modifier le regard porté sur les personnes en situation de handicap ou vivant avec une maladie.

UNE CAMPAGNE PARTICIPATIVE ET ENGAGÉE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX :

Une vidéo promotionnelle a été réalisée pour lancer la campagne. Elle est disponible sur le site du projet mode ainsi que sur les réseaux sociaux d'Altéo Liège : TikTok, Instagram, Facebook, YouTube.
N'hésitez pas à la liker, commenter et partager !

CHACUN PEUT S'IMPLIQUER ACTIVEMENT EN SUIVANT CES ÉTAPES :

- 1 **Tournez une vidéo de vous de 30 secondes maximum** en expliquant l'image que vous avez de vous à l'instant présent. Quelques idées :
 - Vous en avez assez de devoir toujours porter les mêmes vêtements, faute d'options à votre taille ou adaptées à votre handicap ?
 - Vous avez su développer un style personnel malgré votre handicap ou votre maladie ? Montrez-le !

Filmez votre tenue, pas seulement votre visage, et parlez librement de votre apparence : vête-



ments, peau, cheveux, accessoires... tout ce qui contribue à votre image.

2 Publiez votre vidéo sur VOS réseaux sociaux.

En commentaire, expliquez à vos amis pourquoi vous faites cette vidéo, et encouragez-les à faire de même. N'oubliez pas d'inclure le **hashtag #dyarysalteo** et de **taguer @alteoliege**. Grâce à ça, vous pourrez peut-être remporter des cadeaux !

3 Téléchargez votre vidéo sur le site du projet : www.alteoliege.com, via l'onglet « Vos vidéos »

Elle y sera publiée, ainsi que sur la chaîne YouTube d'Altéo.

4 Répondez à l'enquête en ligne sur la page « questionnaire » du site.

Vos réponses contribueront à une étude psycho-sociologique sur l'image et l'estime de soi. Si vous ne souhaitez pas faire de vidéo, vous pouvez vous contenter de cette étape-ci.

Ensemble, changeons les regards sur nous-mêmes et sur les autres !

Ensemble, bousculons les codes !

Pour plus d'infos :

ariane.hermans@alteoasbl.be

Traverser la Wallonie en joëlette : un défi sportif et solidaire au profit de Cap48



Il y a deux mois, ça paraissait impossible... et pourtant, ils l'ont fait !

Du 26 août au 2 septembre 2025, plus de 15 équipes de marcheurs, porteurs de joëlette, supporters se sont lancées sur les routes wallonnes, pour relever un défi exceptionnel : **traverser la région en huit étapes, afin de sensibiliser à l'inclusion et récolter des fonds pour CAP48.**

Bien plus qu'une performance sportive, cette traversée fut une aventure humaine puissante, portée par une conviction : faire avancer notre société vers plus de justice, de solidarité et d'accessibilité.

HUIT JOURS, HUIT ÉTAPES, UNE WALLONIE SOLIDAIRE

Pendant huit jours, des équipes de volontaires et de PMR ont relié **Tournai à Verviers**, en passant par des étapes marquantes dans toute la Wallonie : Ath, Soignies, Nivelles, Gembloux, Eghezée, Huy, Seraing et Liège.

Chaque journée commençait dans les locaux de la Mutualité Chrétienne de la ville de départ, autour d'un petit-déjeuner convivial, et se clôturait à la maison communale de la ville d'arrivée, lieu de rencontre avec les élus, associations locales et conseils consultatifs.

À chaque étape, Altéo a porté haut ses revendications politiques pour des communes plus inclusives et plus accessibles.

DES OBJECTIFS CONCRETS, ATTEINTS GRÂCE À L'ENGAGEMENT DE TOUS

Ce défi relevé haut la main a permis de sensibiliser largement le public, les médias et les responsables politiques à la réalité vécue par les personnes en situation de handicap (PSH), de **créer du lien social**, en réunissant citoyens, associations et élus autour d'une cause commune, de **visibiliser** les enjeux de l'inclusion dans l'espace public et bien sûr de **soutenir CAP48**, grâce à la générosité des donateurs.

UNE MOBILISATION COLLECTIVE EXEMPLAIRE

Volontaires, professionnels, clubs sportifs, PSH, associations, communes, vous avez tous répondu présent. Par votre engagement, vous avez rappelé avec force que l'inclusion est l'affaire de tous.

UN IMMENSE MERCI À TOUS POUR AVOIR CONTRIBUÉ À FAIRE DE CE DÉFI UNE BELLE RÉUSSITE. ENSEMBLE, VOUS AVEZ PORTÉ HAUT LES COULEURS DE LA SOLIDARITÉ.

SOUTENEZ CAP48 – FAITES UN DON

2 € chacun, 20 000 € pour l'inclusion.

Altéo a ouvert une cagnotte solidaire pour soutenir CAP48 et a l'ambition de récolter 20 000 €.

Nous sommes 12 000 membres... il suffit de **2 €** chacun pour atteindre notre objectif !

Faites un don dès aujourd'hui sur agir-cap48.be/fundraisers/alteo ou scannez le QR code :

Ensemble, construisons une société plus inclusive. Ensemble faisons reculer les inégalités.



Changements dans les droits du patient : la personne au centre des soins

Les droits du patient, ça vous dit certainement quelque chose. Vous avez peut-être participé à une action ou conférence sur le sujet organisée par Altéo ou la MC.

En 2024, la loi sur les droits du patient a été modifiée pour donner plus d'importance aux patients dans la relation de soins. Les prestataires de soins seront encouragés à prendre en compte les patients de manière globale. Dans ce dossier, vous (re)découvrirez les 8 droits du patient et les principaux changements suite à la révision de la loi en 2024.

LA LOI SUR LES DROITS DU PATIENTS EN BREF

Date de naissance : première loi en 2002 et révision de la loi en 2024

Objectif de la loi : mettre en place un partenariat entre le patient, son entourage et les prestataires de soins.

- **Partenariat :** collaboration, dialogue et respect mutuel
- **Prestataire de soin :** tous les professionnels qui s'occupent de la santé comme les médecins, les dentistes, les infirmiers, les psychologues, les pharmaciens...
- **Patient :** toute personne qui bénéficie de soins de santé. Il est acteur de sa santé.
- **Entourage du patient :** la loi précise les rôles de la personne de confiance et du représentant du patient

Nombre de droits : 8

CONNAITRE SES DROITS POUR ÊTRE ACTEUR DE SA SANTÉ

1 Droit à des soins de qualité

En tant que patient, vous avez droit à des soins de qualité qui répondent à vos besoins.



© Pixabay

→ Nouveau depuis 2024

La loi a renforcé la prise en compte du patient dans sa globalité – au-delà de la seule dimension médicale. Le prestataire de soins doit tenir compte des objectifs de vie du patient, de ses valeurs et de ses préférences. Si on devait résumer en une phrase, on pourrait dire que le patient est plus que sa maladie et son traitement. L'ambition est de parvenir à un partenariat où le patient est acteur.

2 Droit de choisir librement votre prestataire de soins

Vous pouvez choisir librement votre prestataire et décider à tout moment d'en consulter un autre. Il existe évidemment des limites à cette liberté de choix. C'est le cas par exemple lorsqu'on se rend aux urgences ou lorsqu'on a un rendez-vous avec le médecin-conseil d'une mutualité.

Par les nombreux témoignages reçus, Altéo constate que ce droit est parfois difficile à mettre en œuvre pour différentes raisons comme :

- La pénurie de médecins généralistes ou spécialistes dans certaines régions
- La difficulté à se déplacer pour les patients en perte de mobilité ou qui n'ont pas de voiture
- L'inaccessibilité physique pour les personnes en situation de handicap des cabinets des prestataires de soins
- La difficulté à trouver un médecin spécialiste conventionné dans sa région et qui a des possibilités de rendez-vous dans un délai raisonnable.

Altéo milite depuis longtemps pour l'accessibilité financière et physique de la santé et des soins.



© Pixabay

3 Droit à toutes les informations sur votre état de santé

Le prestataire de soins doit vous donner toutes les informations qui vous concernent et qui sont nécessaires pour comprendre et évaluer votre état de santé. Ces informations doivent vous être communiquées de manière compréhensible et adaptée à votre situation personnelle.



© Pixabay

→ Nouveau depuis 2024

La loi précise ce que les prestataires de soins doivent communiquer et comment le faire. L'objectif est de rendre le patient aussi actif et impliqué que possible dans la gestion de sa santé.

Concrètement, lors des consultations, le prestataire de soins doit discuter avec le patient pour connaître sa situation médicale mais aussi personnelle et sociale, ses attentes, son environnement. Cela permet de prévoir par exemple le traitement le plus adapté au patient.

De nombreux médecins n'ont souvent pas le temps d'informer les patients, de discuter avec eux de leur situation et besoins. Lorsque les prestataires de soins sont face à une personne avec des difficultés de compréhension ou d'expression, certains prestataires ne savent pas comment communiquer.

C'est pourquoi Altéo a plusieurs revendications dans son mémorandum sur ce sujet. Par exemple qu'il y ait des cours obligatoires sur les différents types de handicaps et sur les possibilités d'adapter sa communication dans la formation initiale des futurs professionnels de la santé.

4 Droit au consentement libre et éclairé de toute intervention

Le patient et le prestataire de soins décident ensemble des soins de santé.

Pour que le patient puisse prendre une décision en toute connaissance, le prestataire de soins doit expliquer au patient ses soins de santé et lui donner au moins ces informations :

- pourquoi ces soins sont nécessaires
- si les soins sont urgents ou non
- la durée du traitement et l'évolution probable de la santé du patient après les soins
- les effets secondaires et les risques des soins
- les alternatives qui existent (éventuellement)
- le coût du soin (traitement, hospitalisation...).

Une fois que le patient a reçu toutes ces informations, il doit dire s'il est d'accord ou non de recevoir ces soins de santé. C'est ce qu'on appelle le consentement libre et éclairé.



© Pixabay

→ Nouveau depuis 2024

La loi renforce l'obligation pour le prestataire de soins d'informer le patient sur le coût total d'un traitement. Il doit aussi préciser s'il y a des suppléments (des prix plus élevés que les prix fixés par l'Inami) ou des soins non remboursés.

5 Droit à un dossier patient soigneusement tenu à jour



© Pixabay

Chaque prestataire de soins doit compléter votre dossier patient.

Vous avez le droit d'obtenir une copie de votre dossier par écrit (format papier ou électronique). La première copie est toujours gratuite. Pour les copies suivantes, des frais administratifs peuvent vous être demandés mais ils ne doivent pas dépasser le coût réel.

6 Droit à la protection de votre vie privée et de votre intimité

Aucune information vous concernant ne peut être donnée à un tiers sauf dans des cas très précis prévus dans la loi.



© Pixabay

7 Droit à la médiation

Vous avez le droit d'introduire une plainte si vous estimez que vos droits en tant que patient n'ont pas été respectés.



© Pixabay

Où introduire cette plainte ?

- Auprès du service médiation de l'hôpital si le prestataire de soins exerce à l'hôpital
- Auprès du service de médiation fédéral Droits du patient si le prestataire exerce en dehors d'un hôpital (soit par mail: mediation-droitsdupatient@health.fgov.be soit par téléphone 02/524.85.21)

Vous ne savez pas si vos droits ont été respectés ou pas ou vous voulez avoir un avis avant de vous adresser au médiateur ? vous pouvez en parler à un conseiller de la MC qui fera le relais avec le service « défense des membres de la MC » si c'est nécessaire.

8 Droit à un traitement contre la douleur

Vous avez le droit de recevoir de la part des professionnels de la santé, les soins les plus appropriés visant à prévenir, écouter, évaluer, prendre en compte, traiter et soulager votre douleur.



© Pixabay

PERSONNE DE CONFIANCE ET REPRÉSENTANT : DES ALLIÉS DU PATIENT

→ Nouveau depuis 2024
La loi a précisé leur rôle.

• La personne de confiance

Cette personne est là pour vous aider et vous accompagner dans les démarches liées à vos soins. Vous continuez à prendre vos décisions en matière de santé.

Vous pouvez choisir vous-même cette personne. Vous avez la possibilité de changer de personne. Il n'y a pas de démarche à effectuer pour la désigner.

• Le représentant

Si vous n'êtes plus en capacité de prendre des décisions ou de vous exprimer, un représentant peut intervenir. Vous avez la possibilité de le choisir de manière anticipée. Si vous ne l'avez pas fait, la loi détermine qui sera votre représentant.

Le représentant vous associe autant que possible en fonction de vos capacités de compréhension.

Envie d'en savoir plus ?

Le site internet de la MC est une mine d'informations sur les droits du patient : www.mc.be (encodé « droits du patient » dans la partie 🔍 en haut à droite)

Le TEFF : un festival pas comme les autres !



« Nous sommes tous extraordinaires ! »

Le TEFF - The Extraordinary Film Festival - revient à Namur du **6 au 9 novembre 2025**, pour une 8^e édition 100 % cinéma, 100 % accessible.

À travers une programmation riche et engagée, le TEFF met en lumière des films puissants autour du handicap, de la différence, de l'acceptation et de l'inclusion.

Destiné aux cinéphilés, aux curieux·ses et aux professionnel·les, le festival s'est forgé une réputation exceptionnelle, tant pour la qualité

de ses œuvres que pour son ambiance chaleureuse et son accessibilité exemplaire.

Et ce n'est pas tout : du 17 au 24 novembre, le TEFF se décentralise dans plusieurs villes francophones de Belgique.

L'occasion d'y retrouver Altéo et la MC lors de cinés-débats enrichissants et engagés.

A suivre sur :

www.teff.be - 02/673.27.89

Elle me dit...

VIVRE L'INCLUSION AVEC OCARINA, VIVRE ENSEMBLE LE FESTIVAL LASEMO, UNE PÉPITE !

Lundi matin, le 14 juillet...

Le réveil sonne sur le séjour **Lasemo**.

Les yeux sont lourds... **Les cœurs sont remplis de souvenirs impérissables...** Les oreilles résonnent encore des mille notes de musique entendues pendant ces quatre derniers jours. Les vacanciers et les volontaires se réveillent péniblement après une parenthèse utopique et remplie de bienveillance. Les sourires sont sur tous les visages et l'ambiance de groupe est au beau fixe !

Des spectacles d'art vivant du jeudi ; aux concerts de Ben Mazuet et Mika du vendredi ; en passant par ceux d'Henri Des, Colt, Warhouse, Alex Burger et Parov Selar du samedi pour terminer par ceux de Santa et MC Solar le dimanche.

Le programme a été chargé !

Et tout ça sans compter les visites au marché des créateurs, les pauses en zone zen, le maquillage, les repas avec les bénévoles et, bien sûr, la zone techno !

C'est un peu *amoché physiquement* et **totalemment reboosté mentalement** que le groupe entame la deuxième phase du séjour : le démontage. Au menu : plier les guirlandes, ranger les chaises, vider les poubelles, ramasser les déchets... Et surtout, rendre un peu de l'énergie et de l'amour que nous avons reçus pendant ces quatre jours incroyables !

Nul doute que l'énergie va rester haute pendant les deux jours et demi restants avant de clôturer le séjour. Et, déjà, dans nos cœurs résonnent une petite mélodie qui nous dit « **recommence-moi !** »

Renseignements :

Corentin Picquet - responsable séjour

Inscriptions : vacances@alteoasbl.be

081/237.237 - info@alteoasbl.be



Apéro littéraire à Nivelles

– «Façons de parler»

REJOIGNEZ-NOUS POUR DES MOMENTS DE PARTAGE, DE DÉCOUVERTE ET DE PLAISIR AUTOUR DE LA LECTURE ET DE LA CULTURE. ENSEMBLE, CRÉONS DES LIENS ET RENFORÇONS NOTRE COMMUNAUTÉ.

« La littérature n'est pas l'apanage des instruits et des "bien-parlants". En hommage à toutes celles et ceux qui parlent comme leur bouche est faite, ce moment littéraire abordera dialectes, parler populaire, argot et expressions truculentes loin de tout académisme ! »

UN RENDEZ-VOUS LITTÉRAIRE À NE PAS MANQUER

Quand ? le lundi 08 septembre de 10h à 12h : l'activité (contenu littéraire et jeux)
De 12h à 12h30 fin de l'apéro

PROJET DE COHÉSION SOCIALE : CULTURE ET LECTURE POUR TOUS

Nous sommes ravis de vous présenter ce projet de cohésion sociale, centré autour de la culture et de la lecture. Ouvert à tout-es les personnes qui, en journée, ne sont pas actives et qui souhaitent participer à des activités de loisirs et de culture. Les raisons de santé, de déplacements ou d'autonomie peuvent parfois limiter l'accès à des activités. C'est pourquoi ce projet existe pour offrir à chacun.e l'opportunité de participer et de s'enrichir culturellement dans un cadre convivial et inclusif.

CE PROJET EST CO-ORGANISÉ PAR EQLA ET LA BIBLIOTHÈQUE LOCALE DE NIVELLES EN PARTENARIAT AVEC LA MC, ALTÉO BW

Lieu :

Boulevard des Archers, 54bis – 1400 Nivelles

Infos et inscriptions :

02/241.65.68 – inscriptions@eqla.be

FAÇONS DE PARLER
APÉRO LITTÉRAIRE
8 SEPTEMBRE 2025
DE 10H À 12H30

SALLE JEAN DE NIVELLES
BOULEVARD DES ARCHERS 54 BIS | 1400 NIVELLES

GRATUIT | INSCRIPTION OBLIGATOIRE | 02/241 65 68
INSCRIPTIONS@EQLA.BE

UNE INITIATIVE D'EQLA ET DE LA BIBLIOTHÈQUE LOCALE DE NIVELLES
EN COLLABORATION AVEC LA MUTUALITÉ CHRÉTIENNE ET
ALTÉO BRABANT WALLON

Éditeur responsable : EQLA - bvd de la Woluwe 34/1 | 1200 Woluwe-Saint-Lambert | Image générée par Canva IA



ATELIERS NUMÉRIQUES

La rentrée des ateliers numériques

Et toujours des volontaires dynamiques et motivés pour vous accueillir et répondre à vos besoins pour vous permettre plus d'autonomie !

Lieux et personnes de contact
(pour les horaires, voir agenda p11)

EPN d'Ottignies : Luc Buchet

MC de Nivelles : Corentin Picquet
et Catherine Vanmuysewinkel

EPN de Braine Le Château :
Jean-Marc Vandekerkhove

**⚠ Braine Le Château réouverture
en janvier 2026**

S'inscrire : 081/237.237 – bw@alteoasbl.be



COIN LECTURE

Et vous passerez comme des vents fous

DE CLARA ARNAUD



Edition Actes Sud
2023, 371 pages,
22,50 €. Existe aussi
en livre audio.

Je vous présente ce roman, **profondément humain**, qui interroge notre rapport au « sauvage ».

Dans les Pyrénées, un berger qui remonte en estive avec ses brebis, et une chercheuse chargée d'étudier le comportement des ours récemment réintroduits, se croisent de loin en loin.

Leurs intérêts sont opposés, mais c'est la montagne qui aura le dernier mot.

Ce livre est **une ode à la vie pastorale**. L'autrice y explore des thèmes très actuels comme *l'écologie, notre rapport à la nature, la tradition et la modernité, la coexistence homme-animal, ou l'art de vivre ensemble*.

Bonne lecture !

Ghislaine.



	ACTIVITÉS	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
LOISIRS	Section de Nivelles Atelier aquarelle	Les mardis de 9h30 à 11h30 7/10 – 4/11 – 2/12 Reprise des ateliers (déjeuner ensemble) 16/9	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 artisanat et couture	Les mardis de 9h30 à 11h30 23/09 – 30/09 14/10 – 25/11 – 9/12 Reprise des ateliers (déjeuner ensemble) 16/9 Marché de Noël : 13/12 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 cuisine	Les mardis de 9h30 à 11h30 18/11 – 16/12 Fabrication de speculoos 5/12	Salle Jean de Nivelles (côté rue), Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles Foyer Général Cornet, Rue Buisson aux loups, 12 1400 Nivelles	Section de Nivelles – Clairette Botte clairette.botte@gmail.com 0478/25.38.66
	Atelier Mandala	Les vendredis de 14h à 16h 10/10 7/11	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	Les vendredis de 14h à 16h 26/09 28/11	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 Numérique (inscription obligatoire)	Les vendredis de 9h30 à 11h30 12/09 – 26/09 17/10 – 28/11	Salle « La Ramée » Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles – Freddy Tomicki freddy.tomicki@gmail.com 0472/76.24.75
	Cinéma	Les vendredis de 14h à 16h 12/09 17/10	Salle Philippe Detienne Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Section de Nivelles – Michèle Daloze michele.daloz@gmail.com 0473/53.40.60
	Exposition	Le vendredi 21/11 Visite de l'expo « Les Ricochets » à 14h30 Repas à midi au Petit Chemin		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
	Aquarelle	Le jeudi 16/10 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
	Cinéma	Le jeudi 20/11 de 14h à 16h		
	Repas de Noël	Décembre 2025 Date et lieu à confirmer	Salle MC Rue de Bruxelles, 12 1480 Tubize	Section de Tubize – Agnès Carlier agnes.carlier3@gmail.com 0475/70.20.70
	Section de Braine-l'Alleud	Les jeudis de 13h30 à 15h45	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
	Activité musicale Quizz musical (mimes, musiques, sons...)	Le jeudi 23/10 Paf : 2 €	Notre Village Rue de Sart Moulin, 1 1421 Ophain-Bois-Seigneur-Isaac	Freddy Leheureux, Anne, Cécile, Gene et Cathy et rythmique avec Christiane
	Atelier culinaire (truffes, speculoos ?) + atelier cartes de vœux	Le jeudi 20/11 Paf : 3 €	Notre Village Rue de Sart Moulin, 1 1421 Ophain-Bois-Seigneur-Isaac	
	Excursion + repas au musée de l'eau et de la fontaine + balade autour de l'étang	Le jeudi 25/09 de 10h30 à 15h30 Ottignies (Bois des rêves) • Visite guidée : 8 € (10 à 15 participants) • Repas brasserie : 12 € Pique-nique possible	Départ de Notre Village à Ophain	S'inscrire auprès de Geneviève Loicq genevieve.loicq@gmail.com 0496/57.42.84
	Balade musicale ou jeux d'intérieur	Le jeudi 18/9 Paf : 2 €	Autour du lac du Paradis à Braine-l'Alleud selon la météo ou jeux d'intérieur	Christiane, Bb, Gene, Freddy, Cathy et Cécile
	Ottignies - Louvain-la-Neuve Atelier créatif, inclusif	NOUVEAU 1x par mois les jeudis de 16h30 à 19h30 ⚠ Dates et exposition voir P06	Salle du Musée L Place des Sciences, 3 1348 Louvain-la-Neuve	Amandine D. et Catherine V. Inscription obligatoire et un 1 ^{er} contact téléphonique avant 1 ^{er} atelier 0477/44.20.15 – info@atleoasbl.be
	SPORTS	Cyclodanse	Les 2 ^e et 4 ^e lundis de 18h à 20h	Salle G1 Blocry à LLN

	ACTIVITÉS	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
SPORTS	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 0476/88.63.61
	Gymnastique	Mardi de 15h à 16h Jeudi de 17h30 à 18h30	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
FORMATIONS	Attelage adapté Equitation adaptée	Tous les jours sur rendez-vous	Brabant wallon	Organisé par 4x4 vert 0498/53.15.31
	Permanences Aidants numériques			Contacts et infos :
	EPN de Braine-le- Château	Reprise en janvier 2026	Grand-place de Wauthier Braine, 1 1440 Braine-le-Château	Catherine Vanmuyswinkel bw@alteoasbl.be - 081/237.237
	EPN d'Ottignies LLN	1 ^{er} et 3 ^e mardis du mois de 14h à 16h	Boulevard Martin, 13 1340 Ottignies	Corentin Picquet : 081/237.237
	Nivelles	2 ^e et 4 ^e mardis du mois 9h30 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
	Formations de base au Bw (P03)		Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles	Catalogue formations sur www. alteoasbl.be
	1. Le mouvement et mon engagement 2. Soins et Hygiène 3. Approche de la personne 4. Manutention	Le mardi 14/10 de 10h à 15h30 Salle Ph. Detienne Accueil dès 09h45 Le mardi 04/11 de 10h à 15h30 Salle Ph. Detienne Accueil dès 09h45 Le lundi 17/11 de 10h à 15h30 Salle La Ramée (Rez de Chaussée) Accueil dès 09h45 Le lundi 24/11 de 09h30 à 12h30 Salle Jean de Nivelles Accueil dès 09h15		Inscriptions : en ligne via le catalogue des formations ou par téléphone au 081/237.237
Formations complémentaires			Catalogue formations sur www.alteoasbl.be	
1. Gestion de projets 2. Joëlette	Le lundi 29/09 de 10h à 15h30 Accueil dès 09h30 Salle Ph.Detienne Le vendredi 21/3 1 ^{re} partie/ terminée Le vendredi 3/10 2 ^e partie de 10h à 16h30	Boulevard des Archers, 54 1400 Nivelles Namur Adresse à confirmer	Inscriptions : en ligne via le catalogue des formations ou par téléphone au 081/237.237	
SÉJOURS	Orval: Séjour Religieux	Du lundi 13/10 au vendredi 17/10	Orval	Corentin Picquet : responsable séjour Inscriptions : vacances@alteoasbl.be 081/237.237

Altéo Brabant Wallon

☎ 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

Moving Family Day

Une journée sportive et fun
pour toute la famille !

+ de 25 activités sportives accessibles
pour tous les âges !

- Le dimanche 5 octobre de 9h à 16h
- Liège, Naimette Arena
- Gratuit et ouvert à tous
- Site et activités accessibles aux PMR

mc.be/mfd



Province
de Liège



énéo
SPORT



Promusport



Altéo



M
MUTUALITE
CHRETIENNE