

Bureau Postal
de Charleroi X
Expéditeur
rue des Tanneries, 55
5000 Namur

N°35
SEPT 2025



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921583

NAMUR

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

À Namur, un festival indispensable et accessible à tous



Le festival TEFF (The Extraordinary Film Festival) est l'objectif premier de l'association EOP! (Extra & Ordinary People!). Cette association a pour but d'éduquer

et sensibiliser sur la représentation des personnes en situation de handicap, à travers un choix d'œuvres audiovisuelles. Son objectif est clair : démystifier le handicap et changer le regard que nous lui portons, car « *on a seulement peur de ce qu'on ne connaît pas* ».

The Extraordinary Film Festival est un festival international de cinéma sur la thématique du handicap, l'acceptation de la différence et de l'inclusion. Il se tient à Namur, à l'Espace Culturel Provincial le Delta, ainsi que dans plusieurs villes de la Fédération Wallonie-Bruxelles. La huitième édition aura lieu du 6 au 9 novembre 2025 à Namur et du 17 au 21 novembre dans les autres villes.

Exemples de sujets abordés : les handicaps mentaux et intellectuels, les handicaps physiques et sensoriels, l'accessibilité, l'annonce du handicap, la maternité, la parentalité, la fratrie, le vécu des aidants proches, la vie affective et sexuelle, le handisport...

Le festival TEFF peut compter sur de nombreux partenaires associatifs dont Altéo.

Myriam Anseau

SOMMAIRE



3

SOUS LES PROJECTEURS

- Christophe Cheron / Mot de l'aumônier
- Bus et PMR / Cybercriminalité

5

PAGE PROVINCIALE

- Invalides

6

ACTUS RÉGIONALES

- Nouveau Cours de danse
- Nouveau cycle Aidants Proches
- Activités socio-culturelles
- Activités sportives

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

• Editeur responsable

Geneviève Routier

• Coordination

Catherine Goffinet (régional)
Nancy De Fauw (national)

• Collaboration

National :
Alexis Condette
Nancy De Fauw
Emilie De Smet
Ariane Hermans
Zsafia 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



Christophe Cheron



Christophe a connu Altéo dans les années 2000 grâce à son père qui y était volontaire et à un autre membre Samuël Vandenbrande. Ce qui démontre une fois de plus que c'est le bouche-à-oreille qui marche le mieux pour recruter de nouveaux membres.

Il est d'abord entré au Comité Régional, sans représenter un Groupe ou une Section à une époque où cette situation était plus répandue qu'aujourd'hui ; c'est d'ailleurs seulement ensuite qu'il a intégré des Groupes.

Actuellement, il fait partie de Regard Différent et du Comité de Sambreville, tout en étant un expert du vécu au Comité Régional et un membre du Bureau Régional.

Au niveau national, il est membre de l'Assemblée Générale ainsi que de la Coordination thématique Communication. Christophe dit d'ailleurs que s'il a posé sa candidature dans ce dernier organe, c'est à

la demande de permanents du National qui considèrent qu'il a de bonnes idées.

Ce qui le rend heureux chez Altéo, c'est de pouvoir rencontrer des gens et réaliser des activités avec eux, mais aussi, pour lui qui vit seul, de pouvoir éviter l'isolement. Il est en particulier content de voir qu'il ose parler en public de son handicap invisible lors des animations de Regard Différent.

De son côté, il estime apporter son talent de céramiste qui lui permet d'animer des activités dans ce domaine. Il pense en outre enrichir les réflexions du Mouvement grâce à son expérience de vie avec un handicap invisible.

Merci Christophe pour ton engagement !

Jean-Luc Gelinne



Mot de l'Aumônier

“ *Dans la culture d'hier et dans celle d'aujourd'hui, les larmes et les pleurs sont présents.*

Ce n'est qu'au 19^e siècle que l'on établit une frontière de genre pour les larmes. On a cantonné les pleurs à la sphère privée et aux femmes, en excluant les hommes de ce type de sensibilité.

Pour le philosophe Guillaume Le Blanc, les larmes sont le propre de l'Homme avec un grand « H », c'est-à-dire le propre de l'homme et de la femme, parce que les larmes montrent qu'on est en vie.

Une personne inhumaine, on ne l'imagine pas pleurer.

Oser verser des larmes, c'est admettre que la sensibilité est aussi une forme de grandeur. ”

Jean Marchand

La galère dans les bus pour les personnes à mobilité réduite (PMR)!

Après une petite aventure dans un bus en Flandre, mais qui aurait tout aussi bien pu arriver en Wallonie, nous pouvons affirmer qu'il y a un sérieux problème d'accessibilité dans les bus belges.

C'était un jour de canicule. Nous étions, mon amie et moi, à la mer et reprenions le bus après une journée au bord de l'eau. Il y avait du monde à l'arrêt du bus.

Par un air suffocant, mon amie et moi avons trouvé une place assise. Une PMR arrive, puis une deuxième. D'autres personnes rentrent encore dans le bus déjà bondé ! Puis une maman avec sa poussette. Le chauffeur, averti par un voyageur, se déplace et déploie la rampe manuelle pour l'accès des PMR, puis retourne dans sa cabine. À ce moment, c'est le chaos : l'allée centrale est bondée et plus personne ne peut bouger, le soleil tape, certains insultent ces PMR (qui sont des usagers faibles) parce qu'ils bloquent le passage. Tout le monde rouspète !

Finalement – ô heureuse jeunesse – une jeune fille dit de sa voix forte au chauffeur derrière son volant de faire sortir temporairement la maman avec

poussette pour que les deux premiers PMR, coincés sur le côté, puissent prendre place et ainsi désengorger quelque peu le passage. Et voilà, grâce au bon sens de cette jeune fille, le bus a pu partir !

Je voudrais attirer l'attention sur le fait qu'il est de la responsabilité du chauffeur de bus de permettre à tout un chacun de bénéficier des transports publics de manière confortable.

Le Collectif Accessibilité Wallonie Bruxelles (CAWaB) a rédigé une lettre ouverte pour dire l'urgence de la situation. Celle-ci a été transmise au ministre Henry ainsi qu'aux députés de la Commission Mobilité du Parlement wallon.

Que les PMR prennent leur courage à deux « roues » en cette rentrée pour lutter et faire valoir leurs droits.

Claire Grignard



La cybercriminalité : comment la contrer ?

Le jeudi 22 mai 2025, deux agents de police de la Ville de Namur sont venus présenter au public quelques outils pour contrer ce fléau moderne qu'est la cybercriminalité. Spécialisés dans ce domaine, ils ont répondu positivement à l'appel de Marie, responsable de l'atelier informatique.

Une recommandation capitale est la vigilance, voire la méfiance. Par exemple, si vous recevez un mail que vous n'attendez pas, vérifiez l'expéditeur. Vérifiez également l'orthographe : si elle est douteuse, c'est souvent le signe d'un mail frauduleux. Ne croyez pas tout ce qu'on vous promet : si c'est trop beau pour être vrai, n'y donnez pas suite !

À la fin de l'exposé, les policiers ont volontiers répondu aux questions du public et ont donné quelques outils, dont voici la liste (non exhaustive): <https://www.besave.be/fr>, <https://www.fsma.be>, <https://safeonweb.be/fr>, <https://fr.scamdoc.com>, <https://fr.trustpilot.com>, <https://www.trstd.com/nl-be>

Myriam Ansseau

Invalides

**VOUS ÊTES EN INVALIDITÉ ? NOS SERVICES
ET NOS MOUVEMENTS VOUS ACCOMPAGNENT.**

Vous êtes en invalidité et vous vous posez beaucoup de questions sur vos droits, les démarches à réaliser, les aides dont vous pourriez bénéficier, les étapes pour la reprise d'une activité ?

La MC et Altéo s'associent pour vous proposer de participer à l'une des séances d'information collective.



© AdobeStock

Outre l'occasion d'y trouver des réponses à vos questions, vous pourrez y rencontrer des professionnels de la MC et d'Altéo, mais aussi d'autres personnes en invalidité et y entendre quelques témoignages.

Il y a 4 séances organisées annuellement dans votre province. Il vous suffit de choisir la date et le lieu qui vous convient le mieux.

Lors de cette séance, vous aurez également l'occasion de découvrir l'offre d'activités et de services d'Altéo. Vous êtes invités à nous rejoindre en tant que membre ou en tant que volontaire.

Altéo est l'un des 3 mouvements partenaires de la MC, il agit en faveur d'une société inclusive et est ouvert à toute personne valide, atteinte de maladie de longue durée ou en situation de handicap.

POURQUOI DES SÉANCES COLLECTIVES « INVALIDITÉ » ?

Ce projet est né d'un Groupe de Travail mis sur pied en 2022 par la MC et Altéo et composé à la fois de professionnels et de personnes en invalidité. Le projet était d'identifier les difficultés rencontrées par les personnes concernées et les lacunes éventuelles dans leur accompagnement.

Ces séances ont permis notamment de répondre au besoin d'information mais aussi de rencontre avec d'autres personnes dans la même situation.

Les premières séances ayant rencontré un franc succès, le projet s'est pérennisé et est devenu aujourd'hui un programme de quatre séances annuelles au choix sur l'ensemble de la province de Namur.

Intéressé ?

Les prochaines séances auront lieu de 13h30 à 16h30

- le mardi 18 novembre, à la MC de Philippeville (rue de l'Arsenal 7)
- et le lundi 8 décembre à la MC de Namur (rue des Tanneries 55)

Catherine Rase

Infos et inscriptions :

081/237.237 ou mc.be/séances-invalidité-namur



Multi-danses

.....

Cours de danse et d'expression corporelle, une fois par mois, dès septembre !
Tu as envie de bouger, de t'exprimer, de te sentir bien dans ton corps ?
Rejoins notre groupe de danse et d'expression corporelle, ouvert à tous les âges,
tous les corps et tous les niveaux – pas besoin de savoir danser !

.....



Une occasion pour :

- bouger en douceur, à ton rythme ;
- te connecter à ton corps et à tes émotions ;
- t'exprimer avec des gestes, des mouvements et de la musique ;
- partager un moment agréable avec d'autres personnes, dans le respect et la bonne humeur.

Pour qui ?

Ce groupe s'adresse à tous quel que soit le niveau. Que tu aies déjà dansé ou non, tu es le bienvenu. Pour tout le monde : adultes, jeunes, personnes en situation de handicap ou non.

Quand et où ?

Deux mercredis par mois de 10h à 11h30 au Centre Sportif Tabora à Salzinnes.

Participation de 70 € (de septembre à juin).

Infos et inscriptions :

081/237.237 ou info@alteoasbl.be

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.

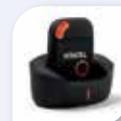
VITATEL BALADE : LA SÉCURITÉ AUSSI À L'EXTÉRIEUR



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.



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.



→ 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 (encodex « 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 cinéphiles, 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

Deux nouveaux cycles aidants proches

Forts de l'intérêt témoigné par les nombreux participants aux précédents cycles aidants proches d'Andenne et de Namur, les Mouvements Altéo, Enéo et la MC s'associent pour proposer deux nouveaux cycles qui débiteront lors de la Semaine des Aidants Proches en octobre prochain.

MAIS QU'EST-CE AU JUSTE QU'UN CYCLE AIDANTS PROCHES ?



C'est un cycle de 5 séances (étalées sur 6 mois) d'informations et d'échanges sur différents thèmes choisis par les aidants proches eux-mêmes, en lien avec leurs préoccupations et les difficultés qu'ils rencontrent.

Lors de chaque séance, un invité spécialiste présente le thème du jour. Vient ensuite un temps de questions-réponses et de témoignages et enfin des échanges informels autour d'un goûter convivial.

A QUI S'ADRESSENT CES CYCLES ?

Aux aidants proches bien sûr.

→ Vous accompagnez un enfant devenu jeune adulte porteur d'un handicap, une sœur ou un frère atteint de déficience intellectuelle, un conjoint en situation de handicap suite à un accident ou à une maladie ? Le cycle de Namur vous est destiné.

→ Vous accompagnez régulièrement un proche atteint d'une maladie de type Alzheimer : un conjoint ou un parent, par exemple ? C'est à vous que s'adresse le cycle d'Andenne.

QUELS SONT LES THÈMES CHOISIS POUR CES 2 NOUVEAUX CYCLES ?

À Namur, les séances se dérouleront le vendredi de 14h à 16h30 à la MC :

- le 3 octobre 2025 : « Mon proche est en situation de handicap, à qui m'adresser pour trouver de l'aide ? Par où commencer ? »
- le 14 novembre 2025 : « L'administration des biens ou de la personne en situation de handicap. Dans quels cas ? Quelles démarches ? Comment s'y prendre ? »
- le 23 janvier 2026 : « Les aides sociales, administratives, les services d'aide à domicile »
- le 6 mars 2026 : « L'après-parent, comment préparer sereinement l'avenir ? »
- le 17 avril 2026 : « Ciné-débat »

À Andenne, les séances se dérouleront le mardi de 14h à 16h30 au Centre de Soins Sainte-Barbe à Seilles :

- le 21 octobre 2025 : « Mon proche est atteint d'une maladie de type Alzheimer, à qui m'adresser pour trouver de l'aide ? Par où commencer ? »
- le 25 novembre 2025 : « Les différentes options de lieux de vie pour les personnes atteintes de troubles cognitifs. »
- le 13 janvier 2026 : « Ciné-débat »
- le 10 février 2026 : « Quand les troubles cognitifs s'accroissent, comment réagir au quotidien ? »
- le 24 mars 2026 : « Comment anticiper la perte de ses capacités (administratives, juridiques et d'autonomie dans les soins) pour garantir le respect de ses volontés ? »

Catherine Rase

Infos et inscriptions :

081/237.237 ou mc.be/cap-namur

Activités socio-culturelles

Pour toutes ces activités, renseignements supplémentaires et inscriptions auprès du secrétariat altéo : 081/237.237 ou provincenamur@alteoasbl.be

→ SCOUBIDOU

Le Groupe Scoubidou s'adresse à tous en vue de favoriser l'intégration.

Ce groupe a comme spécificité d'adapter ses activités à des personnes qui ont des difficultés de compréhension et/ou de comportement. Ces rencontres ont pour objectifs de développer des amitiés, d'accepter chacun dans sa différence, d'encourager l'autonomie, la responsabilisation, de partager ses questionnements sur des sujets divers et de vivre ensemble des aventures constructives.

Les rencontres de Scoubidou se déroulent les 2^e et 4^e mercredis du mois de 16h30 à 18h30 à la salle Hambraine, rue des Tanneries 55 à Namur (sauf contre-indication).

Nos prochaines activités se dérouleront
10/09, 24/09, 08/10, 22/10, 12/11, 26/11, 10/12

→ OXYGÈNE

Ce groupe s'adresse à toute personne qui vit la maladie au quotidien. Il poursuit un triple objectif : être un lieu de parole et de partage d'expériences, un lieu d'informations sur différents thèmes liés à la maladie, un lieu d'expression des revendications par rapport aux difficultés rencontrées dans la vie de tous les jours. C'est aussi et surtout un lieu de ressourcement, une bulle d'oxygène, comme les participants décrivent souvent.

Les réunions du Groupe « Oxygène » se déroulent un lundi par mois de 14h à 16h à la Mutualité chrétienne de Namur, rue des Tanneries 55 à Namur.

Prochaines rencontres les lundis 29/09, 20/10, 24/11, 15/12

→ DECOUVERTE DU MILIEU

Cette activité à thème organise une sortie mensuelle à la découverte de musées, expositions, spectacles, visite de différentes villes tant au nord qu'au sud du pays.

Cela se fait en transport en commun (train, tram, métro, bus) et permet ainsi à tous de voyager sans l'appréhension de s'y rendre seuls ou de rencontrer un obstacle à la mobilité.

De plus, une analyse de l'accessibilité des lieux et des transports en commun est réalisée à chaque sortie en vue d'améliorer les déplacements et de faciliter la participation de personnes à mobilité réduite ou avec d'autres déficiences, qu'elles soient mentales, visuelles ou auditives à une vie sociale et culturelle.

Ce groupe, constitué de personnes handicapées mentales / physiques ou valides, forme un seul ensemble où tout le monde est attentif à l'autre.

Les excursions sont plus centrées sur les musées et expositions en hiver. Par contre, dès que le beau temps se montre, les activités se déroulent plus à l'extérieur avec des visites de villes avec guide ou des promenades récréatives. Chaque membre de ce groupe à thème, reçoit en temps voulu le programme pour les trois prochains mois avec description de l'activité et modalités de transport.

→ ATELIER ARTISTIQUE

L'atelier artistique organisé par l'équipe d'animateurs et de volontaires Altéo est avant tout un lieu d'expression convivial où chacun s'exprime selon ses goûts, ses motivations et à son rythme. Il se déroule sous forme de modules à thème de 5 ateliers de 2 heures répartis sur 5 vendredis. Une équipe de volontaires et une animatrice encadrent le groupe afin que chacun soit soutenu et aidé dans son expression.

Les prochains ateliers se dérouleront les 05/09, 03/10, 07/11, 05/12

→ **ATELIER CUISINE**

Nous vous proposons de cuisiner des repas équilibrés avec des produits de saison à moindre frais. A chaque atelier, nous préparerons des plats faciles à reproduire chez vous.

Quand ? Un mardi par mois de 13h30 à 16h30
Où ? Au 4^e étage de la Mutualité Chrétienne de Namur, rue des Tanneries 55, 5000 Namur
PAF : 6 € par séance
Merci de prévoir un tablier de cuisine. Les plats seront dégustés ensemble sur place.

Les dates des prochains ateliers sont : 23/09, 14/10, 18/11, 09/12



SÉANCE D'INFORMATION

Tu es un jeune entre 12 et 26 ans ?
Vous êtes parent, professionnel en contact avec un jeune en situation de handicap ?



Altéo et Infor Jeunes s'associent pour vous proposer une séance d'information sur les sujets qui intéressent les jeunes.

→ Le lundi 6 octobre à 17h
à la Mutualité chrétienne, salle Saint-Aubain.

Atelier informatique **GRATUIT**
RESTEZ CONNECTÉ AVEC INTERNET!

Pour qui ? Membres Altéo

Pour quoi? Vous venez avec votre ordinateur portable, tablette ou GSM. Notre équipe de volontaires vous aide à utiliser votre matériel.

Quand ? de 13h30 à 16h

- 📅 11 et 25 septembre
- 📅 9 et 23 octobre
- 📅 6 et 20 novembre
- 📅 4 et 18 décembre

Où ? Nouvelle bibliothèque de Namur
Rue du Premier Lancier (en face de l'hôtel Ibis)

Envie de rejoindre l'atelier? C'est par ici :
✉ info@alteoasbl.be
☎ 081 237 237



alteoasbl.be



Activités sportives

Les activités sportives sont adaptées aux personnes présentant des difficultés physique et/ou intellectuelle. L'accompagnement est prévu en fonction du handicap des participants : moniteurs spécialisés et volontaires sont présents pour assurer du sport de qualité et la sécurité de tous. Pour adapter au mieux cet encadrement, il est nécessaire de s'inscrire aux activités.

→ SPORTI-H-GO

1. Multisports

Les jeudis de 17h30 à 18h30
au centre sportif de TABORA
à Salzinnes, Hall au rez-de-chaussée.



Quelques recommandations :

- avoir une tenue adéquate à la pratique sportive (une paire de baskets à porter exclusivement à l'intérieur)
- attacher ses cheveux avec un simple élastique
- prévoir une petite bouteille d'eau
- NE PAS porter de bijoux !
- avertir un responsable de toute absence

2. Gymnastique douce

Tous les mercredis de 10h à 11h au hall sportif de l'ADEPS à Jambes, salle au rez-de-chaussée (accessible aux PMR)

Le bien-être à la portée de tout un chacun par une pratique sportive en douceur.

3. Multi-danse NOUVEAU

Deux mercredis par mois de 10h à 11h30 à Tabora à Salzinnes.

Voir annonce en page 6.



→ SPORT SANTE NAMUR

1. Natation

Les samedis de 10h à 11h15
(sauf durant les vacances scolaires) à la piscine de Saint-Servais.



Renseignements et inscriptions auprès
de Marie Delobbe au 0473/65.05.21
ou sport.namur@alteoasbl.be

PROGRAMME DES CENTRES DE RENCONTRE ET D'EXPRESSION

Les centres de rencontre sont créés dans diverses localités par des personnes bénévoles.

Ils ont pour objectifs de :

- Briser l'isolement et développer des liens de solidarité entre des personnes d'une même région ;
- Encourager les débats sur des thèmes d'actualité, sur des sujets qui concernent notre public et son environnement ;
- Proposer des activités adaptées et accessibles aux personnes handicapées (activités culturelles, artistiques, ludiques, corporelles...);
- Développer des projets et des actions de proximité en vue de construire une société plus solidaire et accessible à tous.

SECTION LOCALE	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
Section locale de Namur Nord	Le 3 ^e mercredi du mois de 13h30 à 16h30 17 septembre 15 octobre 19 novembre 17 décembre	Salle Paroissiale Notre Maison place des Tilleuls 26 5004 Bouge	Liliane Jacques 0495/14.46.49
Section locale de Saint-Servais	Le 1 ^{er} et le 3 ^e lundi du mois de 14h à 16h30 01 et 15 septembre 06 et 20 octobre 03 et 17 novembre 01 et 15 décembre	Home Saint Joseph rue Ernotte 10 5000 Namur	Hélène Simon 081/21.40.56
Section locale d'Eghezée	Le 4 ^e lundi du mois de 14h30 à 16h30 22 septembre 27 octobre 24 novembre 22 décembre	Salle paroissiale rue des Coquelicots 5310 Longchamps	Philippe Goffin 081/51.13.70
Section locale de Sambreville	Le dernier jeudi du mois de 13h30 à 16h 25 septembre 30 octobre 27 novembre 18 décembre	Salle Polyvalente rue des Auges 3 5060 Auvelais	Caroline Dekeyser 0475/49.69.46

Altéo Namur

081/237.237
du lundi au vendredi
de 9h à 16h

@ provincenamur@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