

Bureau Postal  
de Charleroi X

Expéditeur  
rue des Tanneries, 55  
5000 Namur



PB-PP1B-00802  
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921583

**NAMUR**

2° TRIMESTRE

# DOSSIER

## L'ACCÈS AUX SOINS, UN DÉFI



# ALTÉO

# MAG

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)

# EDITO

## EXERCER SON DROIT CITOYEN ?

Conquis de haute lutte, rendu obligatoire à tous après la guerre 40-45, notre droit de vote est envié par de nombreux citoyens dans divers pays. Il nous permet de donner notre avis, de faire notre choix sur l'avenir de notre pays, notre région, notre commune, l'Europe et finalement, sur notre propre avenir. Pour exercer notre droit de citoyen, il est important d'identifier nos priorités au sein des différents programmes électoraux, sans subir l'influence d'autres personnes, en toute connaissance de cause. Pas si simple ! Mais c'est une chance que nous devons saisir encore et toujours : ne pas voter revient surtout à laisser aux autres la possibilité de décider pour nous...

En avril, une table ronde organisée conjointement par Altéo et Enéo avec des candidats aux élections issus des 5 partis démocratiques francophones nous a donné, à chacun, quelques clés d'information bien utiles pour voter dans le secret de l'isoloir.

Altéo peut faire bouger les lignes, en ce compris politiques. A partir de témoignages de personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée ou encore de volontaires qui s'activent sur le terrain, moyennant une écoute attentive de chaque intervenant, de l'intelligence collective, de la persévérance - parfois même de l'obstination - on peut arriver à un résultat collectif au bénéfice de chacun.



Christine Franckx,  
Présidente d'Altéo asbl

# SOMMAIRE



### 3

#### SOUS LES PROJECTEURS

- Lucas Gaone, stagiaire et renfort bienvenu.
- Mot de l'Aumônier

### 4

#### PAGE PROVINCIALE

- Et toi, comment tu votes ?
- Retour sur le spectacle solidaire

### 6

#### ACTUS RÉGIONALES

- Le service citoyen
- Bienvenue Yvonne
- Des nouvelles de l'atelier informatique
- Atelier cuisine
- La pollution numérique

#### NATIONAL

### 2

#### MOUVEMENT

- Altéo et Enéo : un débat politique pour aider à faire son choix de citoyen
- Un nouveau sport à Altéo : la plongée adaptée

### 4

#### DOSSIER

- L'accès aux soins, un défi pour les personnes à besoins spécifiques

### 8

#### INSPIRATION

- Un musée proactif en terme d'accessibilité

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

◆ **Editeur responsable**  
Geneviève Routier

◆ **Coordination**  
Catherine Goffinet (régional)  
Hélène Carpiaux (national)

◆ **Collaboration**  
National :  
Christine Franckx  
Emilie De Smet  
Nancy De Fauw  
Gérard Silvestre  
Isabelle Hautefenne

◆ **Mise en page**  
Émerance Cauchie

◆ **Crédit photo cover**  
AdobeStock

Imprimé sur papier recyclé.

# Altéo

Mouvement social  
de personnes malades,  
valides et handicapées

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

# LUCAS GAONE

## STAGIAIRE ET RENFORT BIENVENU

En ce moment, Lucas fait des études d'éducateur spécialisé en activités socio-culturelles et sportives. Il a choisi cette voie pour les contacts sociaux et l'animation de groupe qu'elle permet. Il espère d'ailleurs travailler plus tard dans ce secteur comme animateur ou chargé de projet.

C'est récemment qu'il a découvert Altéo lors d'une action de sensibilisation menée par notre Mouvement dans son école.

Au départ, s'il a choisi Altéo pour son stage, c'est pour découvrir le milieu de l'éducation permanente dont il ne savait pas grand-chose. En outre, avant de venir chez nous, il ne connaissait pas le secteur du handicap, il avait même une certaine appréhension mais celle-ci s'est rapidement dissipée. Aujourd'hui, il considère que notre Mouvement lui apporte aussi la possibilité de créer

un lien de confiance avec les personnes handicapées, ce qui est une expérience très enrichissante pour lui.

De son côté, il pense apporter de nouvelles idées, son dynamisme juvénile, sa bonne humeur et des propositions innovantes. Au surplus, son aide a été très utile pour un projet des Régionales de la province de Namur dans le cadre des élections communales et provinciales de 2024.



Jean-Luc Gelinne



## MOT DE L'AUMÔNIER

“ Résister, j'aime ce mot qui évoque aussi bien la résistance des matériaux que la Résistance pendant l'Occupation ou celle que manifeste une personne minée par une maladie grave.

*Résister aux modes, aux achats vestimentaires « activés » par la publicité, les promotions, les soldes tronquées. J'ai besoin d'aiguiser ma plume pour résister à cette vague de fond qui tend à nous uniformiser, nous anesthésier pour mieux nous faire consommer alors que les ressources s'amenuisent.*

*Comme il est difficile de rester un homme, une femme debout dans l'indépendance vaillante, l'ouverture aux souffles venus d'ailleurs. Nos vrais amis ne seraient-ils pas ceux et celles qui ne se contentent pas de partager nos goûts, nos valeurs, mais qui nous remettent en question lors de débats confiants et argumentés.* ”

Jean Marchand

# ET TOI, COMMENT TU VOTES ?

Pour se préparer aux élections 2024, Altéo lance une campagne de sensibilisation auprès des potentiels élus sur l'importance de rendre leurs programmes politiques et leurs communications compréhensibles et accessibles à tous.

Une enquête d'Altéo, réalisée en septembre 2023, montre que 36% des personnes ont des difficultés pour voter. Pour une partie des membres d'Altéo, des personnes en situation de handicap ou de précarité, l'acte électoral est trop compliqué, rarement expliqué avec des mots simples et accessibles. De plus, les programmes présentés et diffusés par les partis se veulent précis et sont trop complexes.

Altéo Province de Namur a donc choisi de sensibiliser des candidats locaux, en vue des élections communales d'octobre, au langage FALC (Facile à lire et à comprendre).

Afin de rendre l'information la plus accessible possible, trois propositions sont faites aux potentiels élus :

- Utiliser le langage FALC dans le cadre d'une partie de la communication écrite de leur programme électoral. Cet outil simplifie et adapte un message pour le rendre accessible au plus grand nombre.
- Informer les citoyens sur le fonctionnement du vote en Belgique à l'aide d'un flyer rédigé en FALC.
- Communiquer sur un seul scrutin à la fois afin de ne pas compliquer la compréhension.

30% des communes ont déjà répondu à la sensibilisation, ce qui est un bon indicateur d'intérêt porté à la campagne. Présageons que la suite sera tout aussi positive grâce aux prochaines étapes de la campagne d'Altéo.

Dès le printemps, les groupes politiques commencent à rédiger leurs programmes pour la prochaine législature ainsi que les bilans de celle qui se termine. Les chefs des groupes politiques des 38 communes de la province de Namur ont été et seront encore contactés par Altéo, des rencontres seront également organisées.



## Plus d'infos :

Découvrir la campagne [alteoasbl.be/a-propos/et-toi-comment-tu-votes](https://alteoasbl.be/a-propos/et-toi-comment-tu-votes)

## Nos actions en images :

L'association Altéo veut rendre le langage politique accessible - Matélé ([matele.be](https://matele.be))

# RETOUR SUR LE SPECTACLE SOLIDAIRE

Y'A DE LA JOIE BORDEL!

C'est une joie de vous rendre compte du Spectacle Solidaire qui s'est déroulé à Ciney ce 14 mars 2024 organisé par les Régionales de Namur-Dinant-Philippeville.

La première partie a été assez courte mais intense. Bruno Hesbois et la troupe du théâtre Action de Houyet « Les berdeleuses » nous a conté une belle histoire dans des décors cartonnés sobres qui décrivaient, notamment, la vulnérabilité des gens du cru, démunis mais solidaires. Après réflexion, quand quelqu'un vous demande qui vous êtes, par exemple en disant: « d'où viens-tu, toi? », je ne sais pas pour vous, mais moi, si on m'interroge ainsi, j'espère que c'est pour apprendre à me connaître au-delà d'une première réponse et donc d'une première impression.

L'entracte nous a permis de prendre un rafraîchissement, de papoter et de retrouver des amis.

La deuxième partie de la soirée s'annonçait formidable! Cela a été le cas. Claude François a déboulé sur scène sur les chapeaux de roues, dans une petite voiture d'enfant) mettant une ambiance du tonnerre. Cela démarrait fort et c'était parti pour un « one woman show » en



interaction avec la salle. Nous avons ri, nous nous sommes esclaffés, nous avons bien musclé nos zygomatiques.

Je ne résiste pas au plaisir de partager avec vous deux anecdotes, racontées avec humour par l'artiste. Qui ne s'est pas déjà retrouvé devant le dernier coupon d'un rouleau de papier toilette se pensant sauvé et finalement dépité de se retrouver avec plein de confettis en main? Ou encore, qui n'a pas pesté en se ramassant les lourdes bandes en plastique en pénétrant dans l'espace réfrigéré du Colruyt? Hilarant: « Faut rigoler, faut rigoler, avant que le ciel ne nous tombe sur la tête »!

Merci à tous les permanents et bénévoles qui ont travaillé à la préparation de cet événement. A l'année prochaine!

*Claire Grignard*



# LE SERVICE CITOYEN

« **PREND TON TEMPS SANS LE PERDRE** »

.....  
 C'est le slogan de la Plateforme pour le Service Citoyen, cette asbl avec laquelle Altéo collabore depuis quelques semaines. Lors des activités à Namur ou à Philippeville, vous avez peut-être fait la connaissance de Thomas. Je l'ai rencontré pour vous afin qu'il nous explique cette nouvelle expérience.  
 .....

Thomas a 21 ans et est originaire de Walcourt. Il a obtenu son diplôme de secondaire à Philippeville avant de se lancer dans des études d'architecture. Se rendant compte que ce n'était pas ce qu'il voulait faire dans la vie, il s'est ensuite dirigé vers des études d'art mais sans succès. Il a alors entendu parler du service citoyen par une de ses connaissances qui a fait son service l'année dernière et pour qui cela s'est très bien passé! Aussi, il s'est dit: «*pourquoi ne pas tenter l'aventure*».

Il est donc entré en contact avec l'asbl Plateforme pour le Service Citoyen qui accompagne pour une durée de six mois des jeunes entre 18 et 25 ans dans un projet de volontariat dans 4 secteurs possibles: l'aide à la personne, l'accès à la culture, l'environnement et le développement durable ou encore l'éducation par le sport.

L'expérience commence par la recherche d'une association pour les accueillir. Lorsque le jeune l'a trouvée, il y passe 4 jours par semaine. Le reste du temps, la plateforme organise des suivis ainsi que des rencontres entre les jeunes pour échanger sur leurs expériences respectives.

Thomas, lui, cherchait le contact avec des personnes âgées ou handicapées dans la région de Philippeville. Altéo semblait donc correspondre à ses souhaits. «*Contrairement à un stage dans lequel on attend des résultats pour l'évaluation, ici, je dois être ponctuel et je suis là pour aider. J'apprends aussi beaucoup sur le handicap et j'aime beaucoup échanger avec les personnes. Ce n'est que du positif.*» me confie Thomas. En protique, il aide aux ateliers tels que la cuisine, la



gym, le multisport. Il participe aussi à des ateliers du Groupe Regard Différent de la même façon que les élèves.

Catherine Goffinet ajoute: «*c'est du gagnant-gagnant. Pour nous, c'est une aide supplémentaire et pour eux, c'est une expérience de vie*».

Dans la suite de son service, Thomas participera au séjour en Vendée. Pour s'y préparer, il suit des formations comme tous les volontaires séjours.

C'est une belle collaboration qui se met en place pour contribuer à l'épanouissement de ces jeunes.

Julie Luyckx

## SCAN-CARS: DU POIL À GRATTER POUR LES PMR

Plusieurs communes de Wallonie et de Bruxelles utilisent le système de scan-cars pour contrôler le stationnement payant sur leur territoire. Dans la plupart des communes, le stationnement est gratuit pour les personnes en possession d'une carte de stationnement pour personne en situation de handicap. Malheureusement, ces scan-cars ne peuvent pas détecter s'il y a une carte de stationnement dans le véhicule.

Résultats? Des amendes à contester pour les personnes handicapées. Chaque commune a mis au point des systèmes différents pour éviter ces amendes injustifiées. Conclusion: un tas de démarches à faire pour les personnes ayant une carte de stationnement et des procédures différentes pour chaque commune ou presque. Depuis 2020, de nombreux acteurs dont Altéo fait partie se sont mobilisés pour que les droits des personnes ayant une carte de stationnement soient respectés et pour simplifier les règles actuelles.

Karine Lalieux, la Ministre de l'Intégration sociale, chargée des Personnes handicapées, a mis autour de la table tous les acteurs concernés. Après de longs mois de travail, un nouveau système a été approuvé. Il est pour le moment en test et devrait être mis en œuvre dans toutes les communes qui le souhaitent fin 2024.

### VERS UN NOUVEAU SYSTÈME

Un site internet et une application pour téléphone ont été développés. Après une première connexion sécurisée à réaliser, les personnes pourront facilement (c'est ce qui est annoncé mais on n'a pas encore pu le tester) encoder une plaque d'immatriculation pour une longue durée ou changer régulièrement



© AdpbeStock

de plaque pour des courtes durées. Cela pourra se faire via le site internet, l'application ou par sms. Des aides seront aussi possibles via les guichets des communes pour pouvoir utiliser ce système.

### QU'EN PENSE ALTÉO?

Les autorités n'ont pas choisi de supprimer les scan-cars, ce qui était notre demande au départ. Néanmoins, le système annoncé est une avancée positive par rapport à la situation actuelle (plus simple, plus flexible pour les personnes en possession d'une carte de stationnement mais sans avoir de véhicule). Plusieurs canaux sont prévus (site internet, sms, commune). Nous serons attentifs à la mise en œuvre. Il faut vraiment que toutes les communes qui utilisent des scan-cars rentrent dans le système pour simplifier la vie des personnes concernées. Chaque commune est libre d'accepter ou non ce système. A suivre donc...

# ALTÉO ET ENÉO : UN DÉBAT POLITIQUE POUR AIDER À FAIRE SON CHOIX DE CITOYEN

.....  
**Le 9 juin, nous allons élire nos représentants fédéraux et régionaux. Dans le précédent numéro d'Altéomag, nous vous avons présenté nos priorités. Ce 10 avril, Énéo et Altéo ont organisé un débat avec les politiques, en présence de leurs membres.**  
 .....



A l'invitation d'Énéo, mouvement social des aînés et Altéo, les représentants des partis politiques francophones ont participé à une rencontre avec les membres des deux mouvements. Des candidates d'ÉCOLO, des ENGAGÉS, du MR, du PS et du PTB étaient présentes pour débattre avec nos membres. DEFI avait également été invité.

Le débat était organisé autour de 5 tables thématiques :

- Mobilité et transport en commun
- Sécurité sociale
- Fracture numérique
- Climat et changement de société
- Autonomie dans les lieux de vie

## 120 MINUTES POUR CONVAINCRE

70 personnes étaient présentes autour de ces tables de discussion. Les participants restaient à la même table pendant tout le débat et les représentantes des partis se déplaçaient

d'une table à l'autre toutes les 20 minutes pour aborder un autre thème.

Cela a permis à chacun de pouvoir interagir avec le(s) représentante(s) du parti présent mais aussi de pouvoir entendre les priorités des partis politiques. Au-delà, les membres d'Énéo et Altéo ont pu connaître et comparer les propositions des partis sur un sujet.

C'était aussi l'occasion d'insister auprès de nos politiques sur l'importance d'une société inclusive attentive aux aînés, aux personnes en situation de handicap et de maladie de longue durée et de défendre les priorités que nos deux mouvements ont en commun, en restant attentifs aux réalités de la vie quotidienne.

### Pour en savoir plus :

Rendez-vous sur le site Altéo (onglet Mémoire). Le **Memorandum Énéo** est également en ligne (onglet A la Une).



# UN NOUVEAU SPORT À ALTÉO : LA PLONGÉE ADAPTÉE

.....  
**La plongée adaptée, désormais proposée par la Régionale Altéo du Hainaut oriental, offre une expérience aquatique accessible à tous. Adaptée aux personnes en situation de handicap moteur et sensoriel, cette activité menée en partenariat avec Le Club de plongée Les Abîmes, permet de découvrir les plaisirs de la plongée tout en assurant un environnement sécurisé.**  
.....

Encadrés par des moniteurs expérimentés, les participants peuvent développer leur confiance en soi et améliorer leur motricité, le tout dans une atmosphère ludique et inclusive. Grâce à des installations spécialement conçues, cette initiative contribue à rendre la

plongée accessible à un public diversifié, favorisant ainsi l'épanouissement et le bien-être.

Actuellement, ce projet pilote qui a lieu à la piscine de Braine-le-Comte est limité à trois personnes à besoins spécifiques.

## ANTOINETTE TÉMOIGNE

Il y a déjà deux adeptes dont Antoinette, monitrice de plongée, devenue paraplégique suite à un accident d'ULM :

*«La première fois qu'on met un masque et un tuba et qu'on est dans l'eau, on est frappé par le monde qui s'ouvre à vous: tout est tellement gracieux, les couleurs, les mouvements... qu'on a envie de plus».*

Emportée par sa passion, elle finit par suivre une formation et devient monitrice de plongée. Son diplôme en main, elle parcourt les océans sur son bateau et gagne sa vie en plongeant *«Dans les ports, il y a toujours bien quelqu'un qui a perdu quelque chose...»*, raconte-t-elle.

Ses plus beaux souvenirs? Sa rencontre avec des requins baleines et des poissons clowns aux Maldives

mais aussi avec des baleines en migration en Afrique du Sud: *«J'ai entendu leurs sons et leurs chants; elles se répondaient. C'était magique»...*

En tant qu'ancienne monitrice de plongée, elle ne pensait plus pouvoir un jour respirer à nouveau dans un détendeur sous l'eau... C'est pourtant ce qu'elle a fait grâce au club de Braine-le-Comte et à Altéo. Peut-être pourra-t-elle un jour réaliser son rêve: replonger en Mer Rouge?!



# L'ACCÈS AUX SOINS, UN DÉFI POUR LES PERSONNES À BESOINS SPÉCIFIQUES

.....

**L'accès aux soins est un droit pour tous. C'est pourtant loin d'être une évidence. Les personnes en situation de handicap ou leurs aidants-proches en témoignent régulièrement. Face à ces constats, la Régionale Altéo de Liège organise un colloque sur le sujet le 14 septembre, avec le soutien de la Mutualité chrétienne (MC), l'Hôpital de la Citadelle, la Wallonie et AccessibleEU.**

.....

2017: Altéo Liège a lancé un groupe de travail regroupant des personnes en situation de handicap ou de maladie chronique. Depuis lors et pas à pas, ce groupe s'est préoccupé de l'accessibilité des infrastructures, des procédures de prise en charge et des relations entre le personnel soignant et les patients à besoins spécifiques, pour en arriver aujourd'hui à préparer un colloque pour partager les constats, les bonnes pratiques et formuler des recommandations.

## DU TÉMOIGNAGE AUX PARTENARIATS

Le lancement de ce groupe de travail résulte de l'interpellation d'une de nos membres. Elle voulait de l'aide pour écrire à la direction d'un grand hôpital liégeois. Elle énonçait de nombreux motifs d'insatisfaction liés aux infrastructures: la hauteur des guichets, la qualité de l'aménagement des toilettes réparties dans l'hôpital, l'exiguïté des chambres et des sanitaires et le fait que bon nombre d'instruments de soins ne soient pas accessibles aux utilisateurs de fauteuil roulant. Elle pointait le manque de formation du personnel et des volontaires à l'accueil des personnes à besoins spécifiques, ainsi que le manque de coordination entre services. Elle suggérait la désignation par service d'un référent handicap et la préparation de l'accueil et de la sortie. Son courrier a contribué à une prise de conscience

et cet hôpital est aujourd'hui cité en exemple pour les mesures qu'il a adoptées depuis lors.

Le groupe de travail n'a pas tardé à nouer des partenariats durables avec plusieurs centres hospitaliers majeurs de la région, d'autres associations, un bureau d'étude en accessibilité et des organismes d'intérêt public comme Unia. Et la quête de partenariats se poursuit, notamment avec les associations professionnelles.

## QUELQUES TÉMOIGNAGES POUR ÉVALUER LA SITUATION :

“ Je suis sourd et je ne me suis pas rendu compte que les appels se faisaient oralement. Cinq personnes sont passées avant moi au rendez-vous avant que je ne m'en aperçoive. ”





© AdpbeStock

“ J’ai été convoqué chez un expert médical par le tribunal. C’était une maison tout à fait inaccessible aux fauteuils roulants: 3 marches à l’entrée et le cabinet à l’étage. L’expertise s’est faite dans le salon privé du médecin. Il a quand-même fallu me hisser au-dessus des 3 marches... ”

“ Question du temps de soin: savez-vous qu’un médecin généraliste a facturé une double consultation à une de ses patientes parce qu’elle a passé trop de temps à son goût dans son cabinet? ”

“ Avec mon fils adulte handicapé mental, nous avons convenu de demander la vasectomie. Le médecin que nous avons rencontré a d’emblée dit: « Je n’ai jamais eu une personne handicapée dans mon cabinet. » Malgré cela, nous sommes sortis très confiants. En effet, malgré son ignorance du handicap, il a pris le temps de bien expliquer ce qui allait se passer. Sa franchise et ses explications claires ont vraiment eu un effet apaisant sur mon fils qui a abordé le traitement avec grande sérénité. ”

“ Je me déplace en fauteuil roulant et ma gynécologue avait pris conscience que sa table d’examen était vraiment difficile d’accès. Elle s’est débrouillée pour m’examiner dans une salle d’accouchement. Je prends donc place sur un lit réglable en hauteur,

dossier inclinable, une table dont la partie antérieure s’enlève et qui dispose de jambières bien plus confortables que les étriers d’une table d’examen gynécologique. ”

## LES ENJEUX DE L’ACCÈS AUX SOINS

Des témoignages comme ceux-là, nous en avons recueilli plusieurs dizaines. Et la récolte se poursuit! Qu’est-ce qu’ils nous apprennent?

### 1 La mobilité et les infrastructures

La bonne accessibilité des soins commence par la question de la mobilité – aller vers le lieu de soins et en revenir de manière confortable et à un coût raisonnable. Dans les hôpitaux, les personnes à besoins spécifiques pointent la qualité des cheminements (portes à tambour, poids des autres portes...) et la complexité de l’orientation, l’exiguïté des locaux (salles



© AdpbeStock

d'attente, cabines de déshabillage, cabinets de consultation, chambres et sanitaires), le manque d'adaptation des instruments de soin dans plusieurs disciplines (dentisterie, gynécologie, radiologie, ophtalmologie...). Conséquences: un recours accru à l'aide du personnel dans le meilleur des cas et le report, voire l'annulation de soins. Si dans les grandes institutions les obstacles sont importants mais pas forcément rédhibitoires, dans les cabinets privés, ils sont très souvent carrément infranchissables...

### 2 La procédure de prise en charge

Les patients comptent sur une prise en compte de leurs spécificités dès la prise de rendez-vous, lors des soins en cabinet ou lors d'un séjour à l'hôpital et jusqu'au terme de leur séjour. Par exemple, il est important de ne pas précipiter le retour à domicile après une intervention en hôpital de jour. Par ailleurs, ces patients ont très souvent besoin de temps complémentaire pour leur garantir des soins de qualité, et ce pour des raisons logistiques (déshabillage / rhabillage), pour comprendre le diagnostic et les modalités d'un traitement ou pour apaiser leurs craintes.

### 3 La communication entre le soignant et le patient

La qualité de la relation est la base d'une relation de confiance: confiance du patient dans la bienveillance du soignant; confiance du soignant dans la parole du patient et dans sa capacité à se prendre en charge. Comment construire une relation de confiance si les craintes du patient par rapport au monde médical croisent celles du soignant d'entrer en relation avec une personne qui risque d'avoir une attitude surprenante, voire hostile? Cela suppose des actions durables au niveau de la formation des soignants et des futurs soignants, mais aussi la mise en confiance des patients à besoins spécifiques eux-mêmes.



© AdpbeStock

### 4 La prise en compte de l'aidant proche

Ce besoin s'accompagne de subtilité car il s'agit d'un savant dosage au cas par cas entre le respect de la parole du patient (s'adresser à lui et prendre au sérieux ce qu'il exprime) et l'écoute des recommandations de l'aidant proche qui connaît forcément bien les ressources et les limites de la personne qu'il accompagne.

### 5 La qualité de la prévention

Qu'il s'agisse de l'accès aux campagnes de sensibilisation ou aux soins préventifs (exemple en dentisterie, en gynécologie ou en oncologie), l'importance des obstacles risque d'avoir un impact négatif sur l'état de santé général et, a fortiori, sur les soins curatifs.

Vous avez dit «personnes à besoins spécifiques»? Au vu des enjeux que nous avons identifiés, nous avons opté pour ce vocable qui est bien plus large que «personnes en situation de handicap» – avec un focus sur les multiples pistes d'améliorations à envisager pour un accès aux soins de qualité pour tous. Telle est la finalité du colloque qu'Altéo Liège organisera en septembre prochain.

**COLLOQUE****« ACCÈS AUX SOINS DES PERSONNES À BESOINS SPÉCIFIQUES****- POUR QUE LA SANTÉ SOIT ACCESSIBLE À CHACUN! »**

© AdpbeStock

**Quand ?**

Le samedi 14 septembre 2024 de 9h à 17h

**Où ?**

À l'Ecole supérieure d'Action sociale (HELMo)  
Rue D'Harscamp, 60, 4020 Liège

La santé concerne tout le monde. Pourtant, tous les patients ne sont pas logés à la même enseigne face à une institution de santé qui ne prend pas toujours en compte les spécificités de chacun. Comment assurer l'accès à des soins de qualité pour tous ? Quels sont les aménagements à mettre en place pour s'assurer que les soins soient garantis ? Telles sont les questions qu'Altéo Liège abordera avec vous lors de ce colloque.

**Au programme :**

- Présentation des constats d'Altéo sur les difficultés d'accessibilité aux infrastructures et sur l'impact du handicap dans la relation de soin.

- Partage de recommandations pour améliorer la qualité des soins aux personnes à besoins spécifiques.
- Échange de bonnes pratiques.

Après des exposés d'intérêt général en séance plénière en matinée, les participants se répartiront en 3 ateliers :

- Atelier 1: Sensibiliser les patients et les soignants.
- Atelier 2: Soigner la relation de soins.
- Atelier 3: Améliorer l'accessibilité des infrastructures.

**Public ciblé :**

Altéo vise l'ensemble des acteurs des soins, tant les patients et leur famille que les prestataires, en passant par les gestionnaires de structures de soin (hôpitaux, maisons médicales et organes publics de gestion de la santé).

Grâce au partenariat avec l'Hôpital de la Citadelle de Liège, nous serons en mesure d'offrir des points d'accréditation aux médecins qui participeront au colloque.

**Intervenants :**

12 organismes sont partenaires de l'événement : Altéo, l'hôpital de la Citadelle, le Groupe CHC MontLégia, Coactis-Santé (France), Handicap et Santé, Handiconsult (France), l'HELMo Sainte Julienne, Inclusion ASBL, Inter Vlaanderen, le KCE, la Mutualité chrétienne, le bureau d'étude Plain-Pied et Unia.

Un projet soutenu par la Mutualité chrétienne, l'Hôpital de la Citadelle, la Wallonie et AccessibleEU.

**Contacts et informations :**

Altéo régionale de Liège  
04/228.75.91 - [liege@alteoasbl.be](mailto:liege@alteoasbl.be)

# PENSER L'ACCESSIBILITÉ D'UNE ŒUVRE, C'EST LA DÉCOUVRIR AVEC UN **NOUVEAU REGARD**



Rendre accessible leurs collections et expositions afin d'ouvrir leurs portes à tous les visiteurs quels qu'ils soient est une préoccupation constante du Musée de la photographie de Charleroi. Marie-Jeanne Vanaise, médiatrice culturelle, en fait écho.

## QUELLES SONT LES ADAPTATIONS MISES EN PLACE ?

Nos bâtiments (bibliothèque et cafétaria compris) sont accessibles via des ascenseurs. Le parc l'est aussi. Des chaises roulantes, des cannes-siège sont disponibles à l'entrée. Nous disposons d'une offre variée de visites guidées adaptées. Chacune permet l'approche des œuvres sous un angle particulier. La photo ne se limite pas à un cliché à voir, elle peut aussi s'écouter, s'expérimenter, se ressentir... C'est pourquoi, nous proposons un parcours découverte adapté selon les publics. Pour les personnes déficientes visuelles, la visite propose la description de la photographie et de la manipulation d'appareil. Pour les personnes déficientes intellectuelles, une approche plus manuelle permet d'aider à comprendre la photographie et le fonctionnement d'un appareil avec expérimentation en chambre noire. Pour les personnes concernées par la maladie d'Alzheimer, on pratique la stimulation de la mémoire vive par de petits jeux photographiques et l'évocation du ressenti face à la photo. Des codes QR à côté de quelques photos donnent accès à une description sonore, avec possibilité de prêt d'une tablette.

## QUELLES ONT ÉTÉ LES DÉMARCHES NÉCESSAIRES ?

Tout ceci est le fruit d'une concertation régulière avec des associations spécialisées dans l'accessibilité et les différents handicaps ainsi que des professionnels de la santé. Le musée

s'appuie sur l'œil d'experts afin de vérifier si les adaptations pensées sont « dans le juste ». La formation continue est aussi une manière de « se tenir à la page » pour répondre au mieux aux besoins des visiteurs. Tout le personnel d'accueil, y compris le gardiennage est formé à l'accueil des personnes à besoins spécifiques.

## COMMENT INCITER UN AUTRE MUSÉE À DEVENIR ACCESSIBLE ?

Rendre son musée accessible est une opportunité pour tous. Ce qui a été pensé pour un public spécifique peut être utilisé avec un autre public. De plus, réfléchir à des adaptations oblige à questionner notre façon de fonctionner. Regarder une œuvre sous un autre angle, nous permet aussi de la voir et de la comprendre différemment.



© Musée de la photographie de Charleroi

**Musée de la photographie de Charleroi**

071/43.58.10

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

# BIENVENUE YVONNE!

.....  
**Depuis le mois de février, l'équipe des permanentes de notre Régionale compte une nouvelle personnalité. Si vous ne connaissez pas encore Yvonne Mugisha, je vous la présente.**  
 .....

Yvonne a grandi à Ottignies dans une grande fratrie. À l'âge de 5 ans, elle a vécu un accident domestique qui lui a brûlé une grande partie du corps. Son enfance a été rythmée par de nombreux séjours à l'hôpital et de nombreux soins. Mais elle s'est aussi rapidement impliquée dans différents Mouvements de jeunesse où elle a pris goût à l'animation. De plus, elle s'est lancée dans le sport! Yvonne a ainsi pratiqué la gymnastique pendant 7 ans. *«Ce sport m'a beaucoup appris, me dit-elle, comme la discipline, le dépassement de soi, la force de caractère et l'acceptation de mon corps tel qu'il est.»*

Après des études de sociologie à Bruxelles et un séjour Erasmus en Hongrie qui lui a apporté une belle expérience de vie, elle avait besoin de concret. Elle a donc effectué un stage à la Ligue des Droits humains et a ensuite travaillé comme formatrice en citoyenneté pendant quelque temps.

*«En décembre 2023, j'ai démissionné. J'avais besoin de retrouver du sens, de sentir que mon travail a un impact positif sur les gens. Chez Altéo, j'ai le sentiment d'être utile et j'ai reçu un super accueil!»*

Elle aime beaucoup la variété dans son travail et que les journées ne se ressemblent pas. Elle anime ainsi l'Atelier Artistique, l'Atelier Cuisine, Regard Différent et Scoubidou. Elle chapeaute aussi les Sections locales en collaboration avec Catherine Rase et les séjours organisés par les Régionales de Namur et de Dinant avec Anne Bolssens. Afin de mieux gérer l'organisation de ces derniers, elle aimerait en outre pouvoir accompagner un groupe de vacanciers pour se rendre compte concrètement des besoins et des réalités du terrain.

Yvonne n'en oublie pas pour autant le sport: elle est capitaine d'une équipe de hockey sur gazon. Elle est également impliquée dans le comité de la Ducasse de Genappe et s'est lancée avec son compagnon dans la rénovation d'une maison.

Je vous souhaite de faire la connaissance de cette jeune femme dynamique qui a rejoint notre équipe namuroise!

Julie Luyckx



←  
 BIENVENUE  
 YVONNE!

# DES NOUVELLES DE L'ATELIER INFORMATIQUE

.....

Ce sera dans un tout nouvel écrin que se déroulera, à partir du mois de septembre 2024, l'atelier informatique. En effet, autrefois logé dans l'ancienne bibliothèque publique de la Ville de Namur, Venelle des Capucins, il va déménager dans la toute nouvelle bibliothèque située quartier des Casernes, rue du Premier Lanciers, en face de l'hôtel Ibis.

.....

REPRISE  
LE 12/09



La future bibliothèque, appelée «*La Célestine*», sera répartie sur trois niveaux: le rez-de-chaussée sera consacré à la jeunesse, tandis que le 1<sup>er</sup> étage et sa mezzanine accueilleront le public adulte. Le rez-de-chaussée proposera également des salles polyvalentes, vastes et lumineuses, où l'atelier informatique pourra prendre ses quartiers. L'ensemble du bâtiment est accessible aux PMR.



Pour rappel, l'atelier a lieu 2 jeudis par mois, de 13h30 à 16h. Renseignements et inscription (obligatoire pour le bon fonctionnement de l'atelier) au secrétariat d'Altéo Namur (081/42.07.99)

## UNE NOUVELLE BIBLIOTHÈQUE, DE NOUVEAUX DÉFIS

Inspirée des modèles québécois et scandinave, la Célestine se veut un «*tiers-lieu*» (espace d'échanges sociaux et démocratiques) ouvert à tous, avec des horaires élargis: de 10h à 22h, du mardi au vendredi et de 09h à 22h, le weekend. Un système automatisé permettra aussi l'ac-

cès en dehors des heures conventionnelles, moyennant la signature d'une charte et grâce à une carte d'accès délivrée par la bibliothèque.

En outre, se voulant résolument numérique, la Célestine sera équipée de bornes de retour automatisées et d'automates pour le prêt qui seront à disposition dans les espaces dédiés aux collections.

Au-delà de la lecture, ce «*tiers-lieu*» privilégiera les échanges, le lien social et l'inclusion: des espaces et un mobilier adaptés accueilleront les usagers de tous âges; des équipements informatiques seront à leur disposition, avec un suivi individualisé pour réduire la fracture numérique; un espace cocoon sera dédié aux mamans et à leurs bébés...

L'automatisation des services a pour but en fait de favoriser l'autonomie des usagers, et les bibliothécaires pourront ainsi se consacrer à d'autres tâches que celles liées au prêt, telles le conseil, l'accompagnement, les missions d'animation et de pédagogie.

*Myriam Ansseau*

Contact: secrétariat Altéo: 081/42.07.99  
ou [namur@alteoasbl.be](mailto:namur@alteoasbl.be)



# ATELIER CUISINE

## SAUCISSES, POMMES DE TERRE ET CHAMPIGNONS A LA CREME

L'atelier cuisine vous propose de découvrir une recette testée pour vous au mois de mars. Peut-être aurez-vous des suggestions en retour ou l'envie de rejoindre l'atelier en septembre, qui sait ?



REPRISE  
LE 10/09

### *Ingédients*

#### **pour 6 personnes:**

- 6 saucisses au choix (porc, bœuf, volaille ou végétales)
- 1,5 kg de pommes de terre à chair ferme
- 1 kg de champignons au choix (de paris ou des bois)
- huile
- sel et poivre
- 2 éclats d'ail
- ½ botte de persil plat frais
- ½ botte de ciboulette fraîche
- crème fraîche liquide



### *Préparation*

- 1 Éplucher les pommes de terre et les couper en 4. Laver les morceaux.
- 2 Frotter les champignons avec un essuie de vaisselle propre et légèrement humide, et les couper en lamelles.
- 3 Mettre les morceaux de pommes de terre dans une grande casserole et les recouvrir d'eau légèrement salée. Faire cuire les pommes de terre à feu doux.
- 4 Laver, sécher et hacher finement le persil et la ciboulette.
- 5 Déshabiller les éclats d'ail et les couper en petits morceaux.
- 6 Faire revenir l'ail quelques instants dans une poêle préalablement huilée. Ajouter les champignons en lamelles.
- 7 Après quelques minutes, ajouter la ciboulette aux champignons.
- 8 En parallèle, huiler une autre poêle et faire cuire les saucisses à point.
- 9 Une fois que les champignons ont réduit de taille, ajouter la crème liquide. Saler et poivrer selon votre goût.
- 10 Égoutter les pommes de terre en fin de cuisson.
- 11 Dresser les assiettes et les garnir avec le persil haché.

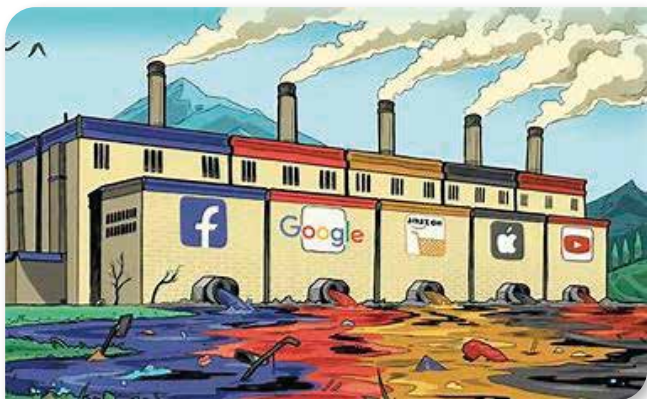
*Yvonne Mugisha*

**Contact : secrétariat Altéo : 081/42.07.99  
ou [namur@alteoasbl.be](mailto:namur@alteoasbl.be)**

# LA POLLUTION NUMÉRIQUE

## QU'EST-CE QUE C'EST ET COMMENT L'ÉVITER ?

On peut penser que la pollution numérique est invisible. Pourtant, un « like », un mail, un tweet, c'est matériel et ça pollue.



Internet est un outil formidable mais la médaille a son revers : c'est 900 millions de tonnes de CO<sub>2</sub> rejetés chaque année dans le monde. De plus, 90% de la production Internet n'est plus utilisée, car les données sont obsolètes. Dès lors, il est temps de trouver des solutions pour réduire l'empreinte carbone dans notre monde de plus en plus numérique.

Le samedi 16 mars a eu lieu le *Digital Cleanup Day* (journée mondiale du nettoyage numérique), une journée de sensibilisation à l'impact environnemental de l'industrie numérique. Cet événement mondial, qui a lieu chaque année le 3<sup>e</sup> samedi de mars depuis 2020, invite tout un chacun à nettoyer les fichiers inutiles et à reconditionner ou recycler le matériel informatique défectueux ou hors d'usage.

Comment remédier à la pollution engendrée par la fabrication des appareils informatiques (smartphones, PC, TV connectées...), les infrastructures du réseau (antennes 4G, millions de kilomètres de câbles...), les « data centers » (gigantesques usines de stockage, avec air conditionné!) ? Le *Digital Cleanup Day* propose plusieurs pistes :

- Pour les mails : faire un tri régulier et supprimer les mails devenus inutiles, se désabonner des newsletters qu'on ne lit plus, vider la corbeille avant le jour programmé, supprimer les spams.
- Pour les smartphones : supprimer les photos et vidéos qu'on ne regarde plus, supprimer les applications dont on ne sert pas.
- Pour les ordinateurs : nettoyer le disque dur, supprimer les photos et vidéos qui n'ont plus de valeur ou les stocker sur une clé USB.
- Pour tout appareil connecté en général : en prendre soin, limiter l'achat de matériel neuf, s'informer des collectes pour le recyclage (Récupel, « Out of Use »...), se tourner vers la seconde main.

Cette liste, loin d'être exhaustive, invite à faire quelques petits pas vers un monde numérique plus éthique, inclusif et respectueux de l'environnement.

*Myriam Ansseau*



# 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 <sup>e</sup> mercredi du mois de 13h30 à 16h30 <b>19/06</b> Reprise le 18 septembre	Salle Paroissiale Notre Maison place des Tilleuls 26 5004 Bouge	<b>Liliane jacques</b> <b>0495/14.46.49</b>
Section locale de Saint-Servais	Le 1 <sup>er</sup> et le 3 <sup>e</sup> lundi du mois de 14h à 16h30 <b>3 et 17 juin</b> <b>01, 15 et 29 juillet</b> Reprise le 2 septembre	Home Saint Joseph rue Ernotte 10 5000 Namur	<b>Hélène Simon</b> <b>081/21.40.56</b>
Section locale d'Eghezée	Le 4 <sup>e</sup> lundi du mois de 14h à 17h <b>24/06</b> Reprise le 23 septembre	Salle paroissiale rue des Coquelicots 5310 Longchamps	<b>Philippe Goffin</b> <b>081/51.13.70</b>
Section locale de Sambreville	Le dernier jeudi du mois de 14h à 17h <b>27/06</b> Reprise le 26 septembre	Salle Polyvalente rue des Auges 3 5060 Auvélais	<b>Caroline Dekeyser</b> <b>0475/49.69.46</b>

**Altéo Namur**  
Rue des Tanneries, 55 - 5000 Namur

☎ 081/42.07.99

@ namur@alteoasbl.be

**Service Transport**

☎ 081/24.48.78  
du lundi au vendredi de 9h à 12h

**Service Vacances**

☎ 081/24.48.98

## SERVICE ACCOMPAGNEMENT ET TRANSPORT

⚠ **Fermeture du service du 19 août au 30 août**

Il ne sera donc pas possible d'introduire de demande de transport pendant cette période. Pour tout transport devant avoir lieu pendant la fermeture, **les demandes doivent être introduites avant le lundi 12 août au plus tard.**

→ **Réouverture le 2 septembre**

Pour rappel, la permanence téléphonique pour l'ensemble de la Province de Namur est accessible du lundi au vendredi de 9h à 12h au numéro unique

☎ **081/24.48.78**

Vous pouvez introduire vos demandes de transport au minimum **3 jours ouvrables** avant la date du déplacement.

## 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)



**Mutas**  
 Vos vacances assurées

**Vous tombez malade ou vous avez un accident à l'étranger ?**  
 Vous bénéficiez de l'assistance médicale urgente de la MC dans de nombreux pays. Mutas vous aide dans vos démarches 24h/24, rembourse vos frais médicaux urgents et organise votre rapatriement si nécessaire.

**mc.be/mutas**

**MUTUALITE CHRETIENNE**

MC. Avec vous pour la vie.

Document promotionnel non contractuel. Photo © Adobe Stock



**Télévigilance hors du domicile**

**NOUVEAU SERVICE**  
**VITATEL BALADE**

**PLUS D'INFOS :**  
 078 15 12 12 | vitatel.be

**4 € d'avantage mensuel pour les affiliés MC\***

\* 27 €/mois au lieu de 31€.

**VITATEL**  
 Télé-assistance 24h/24

Partenaire Mutualité chrétienne

Offre réservée aux affiliés MC en ordre de cotisation à l'assurance complémentaire.

Ecr. A. Vermorel, Chaussée de Nivelles 179/4, 10318 Nivelles, Avril 2024. Photo © Adobe Stock



**Profitez de vos avantages chez Qualias !**

**-15% -20% -30% -40% -50%**

**www.qualias.be**

**QUALIAS**  
 Bandagisterie • Orthopédie • Optique • Audition

Partenaire Mutualité chrétienne

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

Voir conditions en magasin. Pour les affiliés MC en ordre de cotisation à l'assurance complémentaire.