

Bureau Postal
de Charleroi X

Expéditeur
av. des Combattants,
16 - 5500 Dinant



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921578

DINANT

1^{re} TRIMESTRE

ALTÉO MAG

**LA SAISON
DES VACANCES
EST LANCÉE :**
plus d'infos en P7

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.altéoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Altéo



EDITO

Cher(e)s membres,

Le printemps frappe enfin à nos portes après un hiver bien long. Les journées s'allongent et nous allons pouvoir bénéficier des bienfaits de la luminosité.

Pas moins de 250 membres ont participé à nos différentes Amicales de Noël. Preuve s'il en est que ces moments de partages et de rencontres restent très importants au sein de notre association.

Le printemps est synonyme de renouveau et ce le sera également via de nouveaux projets au sein de notre Régionale.

Le groupe Aidants proches voit le jour. Un nouveau groupe de théâtre démarrera en septembre après les représentations de notre spectacle actuel. Un groupe joëlette va reprendre. Des séances collectives de sophrologie ont lieu.

Afin d'améliorer la qualité de vie des personnes handicapées et malades, nous allons rencontrer les nouveaux responsables de nombreuses communes et leur faire part de nos souhaits.

Vos sections locales se mobilisent toujours autant pour vous proposer des rencontres et des activités au plus proche de chez vous.

Toute l'équipe d'Altéo se réjouit d'aller avec vous vers cette période agréable qu'est le printemps.

Au plaisir de vous revoir,



Hugues Saudemont,
Permanent régional

SOMMAIRE



3

PAGE PROVINCIALE

4

ACTUS RÉGIONALES

7

ECHOS DES SECTIONS

- Anhée/Yvoir - Beauraing
- Ciney - Dinant
- Gedinne - Rochefort

10

MOUVEMENT

- Info Challenge 2025

NATIONAL

2

BON À SAVOIR

- Les avantages de la MC 2025

4

MOUVEMENT

- La mutualisation administrative d'Altéo
- Un catalogue pour la formation des volontaires
- Le service A&T recrute des volontaires
- Le bonheur de l'évasion

8

INSPIRATION

- Le CAWaB

• Edition et diffusion

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

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

• Editeur responsable

Geneviève Routier

• Coordination

Hugues Saudemont (régional)
Sylvie Bailly (régional)
Hélène Carpiaux (national)

• Collaboration

Jacques Monnaie
National :
Nicolas Bodart
Alexis Condette
Marco De Waeghe
Geneviève Routier

• Mise en page

Émerance Cauchie
Imprimé sur papier recyclé.

Suivez-nous sur et www.alteoasbl.be

Altéo
Agissons pour une société inclusive



Marie Delobbe

UN NOUVEAU TALENT AU SEIN DE L'ÉQUIPE

.....

Marie, cette trentenaire qui habite sur les hauteurs de Dinant est arrivée à Altéo après 10 ans de travail dans le milieu médical comme secrétaire. Déjà, dans son dernier emploi en maison médicale, elle participait à des projets d'éducation permanente, mais à un niveau moins avancé que dans notre asbl. Il s'agissait d'ateliers de cuisine pour les personnes diabétiques, de groupes d'aidants proches...

« J'avais fait le tour dans mon ancienne fonction. Je savais que je voulais rester dans le secteur associatif et l'éducation permanente m'intéressait particulièrement » me dit-elle. C'est ainsi que « J'ai trouvé l'offre d'Altéo, que je connaissais de nom, sur un site Internet spécialisé pour les associations et voilà comment je suis arrivée. »

.....

Marie s'occupe de projets en éducation permanente pour la Régionale de Namur et partage le suivi des Sections locales avec Yvonne. Elle veille également au bon déroulement des ateliers informatique et cuisine et représente Altéo au Collectif Accessibilité Namur.

De plus, elle s'occupe du suivi et du développement des activités sportives pour toute la province. Elle accompagne ainsi les responsables dans l'organisation des séances, les demandes de subsides, la tenue des certificats médicaux... Elle fait aussi en sorte que les activités puissent avoir lieu régulièrement et propose un plan B en cas de mauvais temps par exemple. « En terme d'animation, ces Groupes sont autonomes et c'est super enrichissant de travailler avec les volontaires qui font vivre ces Groupes » ajoute-t-elle.

Ce qu'elle aime à Altéo, c'est le contact avec les gens, aussi bien les membres que les volontaires ou les collègues. Cette grande curieuse aime découvrir et se former. Elle apprécie aussi la diversité qu'amène le large territoire que couvre notre



province. « L'accompagnement et la communication sont différents qu'on soit en milieu urbain ou en milieu rural et c'est très enrichissant ».

Voici qui clôture ma première rencontre avec Marie, une jeune femme posée et avec qui il a été fort intéressant d'échanger. Souhaitons-lui la bienvenue comme on sait si bien le faire à Altéo.

Julie Luyckx

Ça s'est passé

LE GROUPE « MALADIES ET DOULEURS CHRONIQUES »



En 2024, le groupe traitant des maladies et douleurs chroniques a vu le jour.

Toutes les six semaines, nous avons le plaisir d'organiser une rencontre-débat conviviale où chacun peut s'exprimer librement et partager ses idées.

Ensemble, nous choisissons des thématiques qui nous tiennent à cœur, et nous échangeons dans une atmosphère de bonne humeur et de respect mutuel. Ces discussions sont une occasion unique de réfléchir ensemble à des moyens concrets pour améliorer notre qualité de vie.

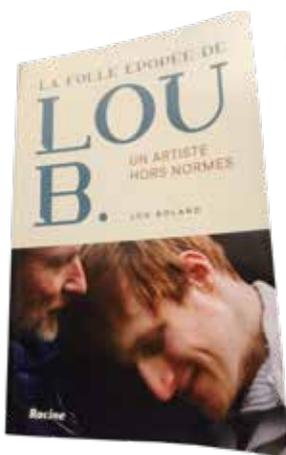


Notre groupe se distingue par son esprit de bienveillance : ici, chaque voix compte et est écoutée avec attention. C'est un espace où vous pouvez vous sentir en confiance, que vous soyez novice ou habitué des débats.

Nous avons eu le plaisir d'accueillir une kiné spécialisée dans les douleurs chroniques, le service social de la Mutualité Chrétienne, la présentation du carnet de vie par Enéo, un sophrologue, une représentante de l'AVIQ, etc... Toutes ces rencontres sont riches en échanges entre les participants.



CONCERT DE LOU AU FESTIVAL THÉ-AUTRES



Le concert de Lou B. à Dinant
Le 19 octobre, nous étions une belle petite bande au concert de Lou B.

Participer à un concert avec le Chainon, était une première expérience ; ne pas organiser de transport en car, en était une autre car c'était aussi une première fois.

Quel artiste attachant ce Lou, quelle voix, quels textes !

Lou est un chanteur de talent, aveugle et « un peu surdoué en musique ». Il a donné de nombreux concerts, a participé à The Voice, aux Francofolies...

Lou écrit des textes qui racontent sa vie, ses doutes, sa « positive attitude » face au handicap. En résumé, comme il le dit dans de nombreuses chansons... je vous KIFFE tous !





Ça s'est passé

LA SAINT-NICOLAS DU CHAÎNON

La Saint Nicolas du Chaînon

Nous étions nombreux à Bioul pour la Saint Nicolas. La salle était pleine, tout le monde était content.

Après le voyage, un bon diner.

Marie et toute son équipe étaient en cuisine.

Un très bon menu, potage aux potirons, porc chinois et dessert.

Des bricolages de Noël présentés par Sœur Jeanne

Et enfin SAINT NICOLAS et ses cadeaux.

La prochaine fois avec le Chaînon c'est le « Chinois bowling »



JOURNÉE RESTO BOWLING DU CHAÎNON

Quelle belle bande, quelle belle expédition, une journée complète de découvertes et de sport.

La météo n'était pas de la partie ce samedi de janvier, mais aucune importance, l'ambiance y était et nous étions à l'intérieur.



11h30 arrivée à Marche au Wok Garden. 62 participants et volontaires c'est déjà une belle équipe pour aller au restaurant. Accueil et service magnifique. Des dégustations asiatiques de toutes sortes.

Après le repas, en route vers le bowling au pied de la tour de la Famenne.

Deux ateliers, 5 pistes réservées, initiation au bowling pour certains, perfectionnement pour d'autres, le tout dans une ambiance « discothèque ».



La cafétéria nous était ouverte, quelques-uns en ont même profité pour faire une petite sieste digestive.

Merci à toutes et tous pour vos coups de main, pour l'entraide pour votre enthousiasme.

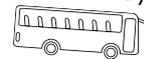
Vivement les prochaines sorties du Chaînon

**PRÉSENTATION
DES SÉJOURS
RÉGIONAUX
DE DINANT**



**SÉJOURS ALTÉO
DINANT 2025**

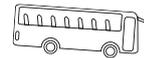
DU 7 AU 11 AVRIL, OXYGÈNE À NIEUPORT (POUR TOUS)
 "Un bol d'air marin pour oublier l'hiver"
 Prix : 725€ + 175€
 Inscription fin janvier



DU 28 AVRIL AU 2 MAI, LES 4 VENTS À RAMONCHAMP (PUBLIC MOBILE)
 Découverte des Vosges
 Prix : 725€ + 100€
 Inscription mi-février



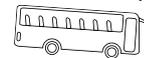
DU 15 AU 22 JUIN, FERME DE COURCIMONT (POUR TOUS)
 Découverte des châteaux de la Loire
 Prix : 1050€ + 150€
 Inscription fin mars



DU 17 AU 21 AOÛT, RAVEL AVENTURES (PUBLIC SUPER MOBILE)
 5 jours à vélo, logement au camping et 100km de vélo
 Prix : 300€
 Inscription fin avril



DU 1 AU 5 SEPTEMBRE, ÉOLE À NIEUPORT (POUR TOUS)
 "Un bol d'air marin pour oublier l'hiver"
 Prix : 725€ + 175€
 Inscription fin janvier



DU 19 AU 21 SEPTEMBRE, CABANES (PUBLIC SUPER MOBILE)
 "3 jours en forêt pour écouter les cerfs"
 Prix : 425€ Non MC + 240€ MC
 Inscription : brochure Altéo



DU 22 AU 26 SEPTEMBRE, SÉJOUR CHAINON (POUR TOUS)
 "Le Chainon au lac de Bütgenbach"
 Prix : 550€
 Inscription fin juin

LES PRIX PEUVENT VARIER EN
 FONCTION DES PRIX DES CARBURANTS
 PAIEMENTS ÉCHELONNÉS POSSIBLES

PRÉ-INSCRIPTIONS CHEZ MARIE-PAULE COLLARD
 mariepaulecollard@hotmail.com
 0478/70.75.46

PRÉ-INSCRIPTIONS CHEZ NICOLE BOURDAIN
 nicole.bourdain@skynet.be
 0478/20.64.40

PRÉ-INSCRIPTIONS CHEZ YVONNE MUGISHA
 yvonne.mugisha@alteoasbl.be
 0477/75.28.01



MERCI SONIA

Le Comité Régional et l'équipe d'Altéo remercient Sonia Baldini pour les nombreuses années passées en tant que membre du Comité. Sonia a pris la décision de lever le pied au niveau de la participation aux structures d'Altéo et de la Mutualité Chrétienne.

Elle a été membre du Conseil d'Administration et de l'Assemblée Générale de la Mutualité Chrétienne de la Province de Namur.

Elle a été également membre de l'Assemblée Générale d'Altéo ainsi que du Comité Local de Beauraing.

Sonia s'est investie sans compter dans nos structures en y amenant son dynamisme et ses bonnes idées.

Toutefois, elle garde bien un pied dans l'organisation des séjours en tant qu'infirmière. Elle participe encore à de nombreux séjours et nous l'en remercions.

Vous la croiserez régulièrement aux différentes activités d'Altéo.

Merci Sonia

De tout nouveaux avantages pour les affiliés MC!

En janvier, la MC a modifié une grande partie des avantages offerts à ses affiliés. Beaucoup de nouveaux avantages sont disponibles ! L'objectif, lui, n'a pas changé : la MC met la solidarité au service de tous. Elle veut répondre aux besoins du plus grand nombre possible d'affiliés, pour leur santé et leur bien-être.



En plus des remboursements prévus par l'assurance obligatoire pour tous les Belges, chaque mutualité prévoit des avantages uniquement pour ses affiliés. A la MC, tous bénéficient de nombreux avantages et services, pour les soins, pour préserver leur santé et pour être accompagné tout au long de la vie.

une intervention à l'achat d'un vélo (jusqu'à 150 €), le remboursement des protections menstruelles (jusqu'à 75 €), une intervention pour les appareils auditifs (200 € par oreille, donc jusqu'à 400 €) ou encore pour une prise de sang annuelle (jusqu'à 15 €). Toutes les nouveautés sont présentées sur le site mc.be/2025.

LES INCONTOURNABLES DE 2025

Les avantages ont été choisis après avoir interrogé plus de 12 000 personnes. Parmi eux, certains avantages sont particulièrement importants pour un grand nombre d'affiliés :

- **Lunettes et lentilles** (avec correction de la vue) : 120 € tous les 3 ans. Et en 2025, plus besoin de prescription médicale pour obtenir cet avantage !
- **Opération des yeux** (myopie, cataracte...) : jusqu'à 500 €

La cotisation à la mutuelle payée par tous les titulaires sert à proposer de nombreux avantages, mais pas seulement : à la MC, elle contribue aussi à l'existence des mouvements (Énéo, énéoSport, Altéo et Ocarina), au financement du magazine d'information santé En Marche, à des projets de promotion de la santé, etc.

QUELLES SONT LES NOUVEAUTÉS ?

Il y en a 25 ! Des montants augmentés, de nouveaux types de remboursements... Certains avantages exclusifs ont été ajoutés, comme



- **Audition** : jusqu'à 400 € pour les appareils auditifs si l'assurance obligatoire intervient
- **Hospitalisation** : être affilié à la MC, c'est avoir la garantie de ne pas payer plus de 275 € à l'hôpital en chambre à 2 lits (et même 150 € maximum pour une hospitalisation de jour). Une sécurité importante pour tous !



- **Convalescence** : au besoin, après une hospitalisation, la MC prend en charge jusqu'à 70 % du coût du séjour dans les centres Séjours & Santé, comme Spa Nivezé par exemple (et encore plus pour les BIM !).
- **Maladies graves** : en plus d'un forfait de 150 €, les personnes atteintes d'une maladie grave diagnostiquée après le 01-01-2025 bénéficient de remboursements supplémentaires pour leurs soins pendant un an.
- **Sport et mobilité adultes** : au choix, 50 € par an pour la pratique d'un sport, ou 150 € pour 3 ans à l'achat d'un vélo de minimum 20 pouces classique ou électrique (sur présentation d'une facture).
- **Vacances Altéo** : réduction de 185 € sur les séjours Altéo en Belgique et à l'étranger, et 285 € sur les séjours organisés dans un centre Séjours & Santé en Belgique.

ET À DOMICILE ?

La MC, ses services et ses partenaires fournissent du soutien et des soins jusque dans les maisons des affiliés MC. Ils bénéficient d'une prise en charge à 100 % du coût des soins infirmiers prestés par Aide & Soins à Domicile pour lesquels l'assurance obligatoire intervient. La télévigilance Vitatel leur permet de vivre plus



sereinement, avec une réduction de 48 € par an sur l'abonnement. Des conseils sont dispensés par Solival et les conseillers Autonomie & Domicile. Les magasins Qualias, eux, offrent des réductions conséquentes sur le matériel d'aide et de soins (50 % sur la location, 15 % sur les achats hors articles avec intervention de l'Inami, et 30 % sur les protections urinaires et les produits liés à l'incontinence).

Nouveauté 2025 : un avantage plus clair et flexible rassemble les interventions **pour l'aide à domicile et le répit**. Avec cet avantage, chaque affilié peut recevoir jusqu'à 300 € par an de remboursement sur ses factures, au choix pour :

- de l'aide à domicile : aide familiale, aide-ménagère sociale ou garde à domicile (services prestés par Aide & Soins à Domicile ou un organisme reconnu par la MC),
- ou de l'accueil en dehors du domicile : accueil de jour, centre de soins de jour ou court séjour.

Pour en savoir plus sur les avantages MC, consultez le site mc.be ou prenez contact avec un conseiller MC au 081/81.28.28 !

Les avantages MC sont accessibles aux affiliés en ordre de cotisation - Avantages 2025 sous réserve d'accord de l'OCM.

La mutualisation administrative : le nouveau modèle organisationnel d'Altéo

.....

Depuis le 03 février 2025, Altéo a installé un nouveau modèle organisationnel en mutualisant plusieurs missions administratives afin d'améliorer la qualité de service aux membres. Une équipe de plus de 40 volontaires et de 17 professionnels s'engagent à offrir un accueil, un service plus efficace et équitable au travers des 5 domaines suivants : Accueil de première ligne, gestion des membres, logistique, vacances et accompagnement et transport.

.....

Altéo a entamé en 2023 un travail conséquent sur 3 chantiers principaux : les ressources financières du mouvement, le plan d'orientations et d'actions stratégiques d'Altéo et la volonté d'aboutir à une gestion administrative plus efficace en évitant de dupliquer des missions et donc en les mutualisant.

C'est ce dernier chantier que nous allons développer dans cet article.

La mutualisation des missions administratives a pour principal objectif d'harmoniser les pratiques entre les différentes régions, favorisant ainsi une plus grande synergie et cohérence pour offrir un service équitable aux membres.

Cela se traduit entre autre par :

- Offrir davantage de possibilités de contacts avec les membres (pages de contacts élargies, modalités de contacts étendues...).
- Améliorer le traitement administratif des données, des inscriptions aux activités...
- Parler le même langage.
- Transmettre de manière plus fluide et rapide les informations vers les membres et les volontaires.
- Gérer plus efficacement les pics d'activités.

Voici les prénoms des collègues professionnels qui composent cette équipe administrative mutua-

lisée : Philippe (Hainaut Oriental), Alice, Frank (Luxembourg), Anne, Michelle et Sylvie (Province de Namur), Carine, Apolline, Clarisse, Marina, Christophe (Liège), Mélanie (Brabant Wallon), Roger (Bruxelles), Christine, Stéphanie (Hainaut Picardie), Kimberly (Secrétariat Général).

Ils s'impliquent selon leur expertise et polyvalence dans les domaines mutualisés suivants : Première ligne - Gestion des membres - Logistique - Accompagnement et Transport - Vacances.

Un référent opérationnel est désigné pour chaque domaine : Carine pour les vacances, Philippe pour l'accompagnement et le transport, et Jason pour la première ligne, la gestion des membres et la logistique. Leur mission consiste à veiller au bon déroulement des opérations.

Mais que comprennent ces domaines et comment cela fonctionne-t-il ?

PREMIÈRE LIGNE

En tant que membre vous avez besoin d'une information générale sur le mouvement, vous souhaitez vous inscrire à une activité, un groupe de travail, un projet, une réunion d'instance contactez nos collègues de la première ligne. Ils prendront en charge les appels téléphoniques, répondront également aux mails et courriers.

GESTION DES MEMBRES

Vous souhaitez devenir membre d'Altéo ? Nos collègues vous présenteront le mouvement, son objet social et prendront en charge votre affiliation.

Si vous êtes volontaire et avez besoin de la liste actualisée des membres de votre locale ou de votre groupe à thème, cette même équipe sera votre point de contact.

Elle veillera également à l'encodage et à la gestion rigoureuse des données des membres dans la base de données dédiée.

LOGISTIQUE

L'équipe de professionnels s'occupera de traiter les courriers papiers et transmettra toutes les informations nécessaires aux régions concernées. Elle gèrera également le matériel, son prêt, sa diffusion, son stock etc...

VACANCES

Vous souhaitez connaître l'offre vacances, être conseillé pour le choix d'un séjour pour vous ou pour un membre de votre famille, savoir s'il reste des places disponibles pour la destination de vos rêves, vous inscrire à un séjour en Belgique ou à l'étranger. L'équipe mutualisée vacances s'occupe de tout.

La préparation des séjours avec les équipes de coordination reste bien en région, au plus près du terrain et est bien effectuée par les animateurs vacances et les volontaires (devis, programme, constitution des équipes...)

ACCOMPAGNEMENT ET TRANSPORT

Une articulation volontaire / professionnel essentielle (validée par le conseil d'administration Altéo)

Une équipe de volontaires « téléphonie », composée de volontaires de toutes les régionales gère la réception des appels, prend les demandes de transport et les encode dans le programme informatique dédié à cet effet (Simone).

La téléphonie sera ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h au 081/237.237.

Vous pouvez néanmoins également introduire votre demande par formulaire web via alteoasbl.be.

Les attributions des demandes sont quant à elles réalisées directement en région par un volontaire téléphonie de la région concernée pour un volontaire accompagnateur de la région concernée (celui qui véhicule le membre vers une destination médicale ou à finalité sociale).

Toutefois il y aura encore par endroits des professionnels qui effectueront cette tâche le temps que ce nouveau modèle s'installe partout. Les régions ne partant pas avec le même historique de fonctionnement et de ressources humaines.

Des professionnels resteront également à disposition et en proximité de l'équipe de volontaires, en cas d'urgence ou de difficultés.

Nos points de contact

Adresse postale : Place du XX août 38, 4000 Liège

Téléphone : 081/237.237

Une arborescence téléphonique plus simple pour le 081/237.237

- Pour une demande de transport : tapez 1
- Pour une inscription en séjour : tapez 2
- Pour toute autre inscription : tapez 3
- Pour toute information sur Altéo : tapez 4

Email : info@alteoasbl.be

La mise en place de cette nouvelle organisation nécessitera un peu de temps et de tolérance de la part de chacun. Nous remercions chaleureusement tous les volontaires et professionnels pour leur investissement. Ce modèle, en constante évolution, permettra d'améliorer la qualité du service aux membres et d'assurer un accompagnement plus efficace.

*Geneviève Routier
Secrétaire Générale*

Un catalogue unique de formations pour l'ensemble des volontaires

Altéo propose pour la première fois un programme unique de formations destiné à renforcer les compétences des volontaires. Ces formations, qu'elles soient de base ou complémentaires, sont essentielles pour permettre de mieux intégrer les volontaires au sein du mouvement et d'accompagner efficacement les personnes en perte d'autonomie.



Formations de base :

Les formations de base sont obligatoires pour les nouveaux arrivants et doivent être suivies dans les deux ans suivant leur intégration. Elles couvrent des thématiques essentielles telles que :

- Le Mouvement et mon engagement
- Écoute et Communication
- Approche de la Personne
- Manutention
- Aide à la vie journalière et soins d'hygiène

POURQUOI SUIVRE UNE FORMATION AVEC ALTÉO ?

Participer à ces formations, permet aux volontaires d'acquérir les connaissances indispensables pour exercer leur rôle avec confiance et sécurité. Qu'il soit nouveau ou expérimenté, ces formations offrent la possibilité de mettre à jour leurs compétences et de rester à la pointe des meilleures pratiques.

Mais au-delà de l'apprentissage, ces formations sont aussi des moments d'échange et de partage. Les volontaires se rencontrent, créant ainsi une véritable communauté solidaire et engagée. Ces interactions enrichissent l'expérience et renforcent le sentiment d'appartenance à Altéo.

UNE OFFRE ACCESSIBLE ET VARIÉE

Altéo propose un catalogue complet regroupant des formations gratuites, adaptées aux besoins. Les volontaires peuvent participer à n'importe quelle formation sur le territoire, indépendamment de leur régionale d'appartenance. Voici un aperçu de notre offre :

Un week-end de formation de base est organisé à Pepinster les 22 et 23 novembre, durant lequel tous les modules seront abordés. La participation y est également gratuite.

Formations complémentaires :

Altéo propose également 14 thématiques différentes pour approfondir les connaissances et enrichir les pratiques. Ces formations sont gratuites et ouvertes à tous les volontaires, quelle que soit leur régionale d'appartenance.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les volontaires peuvent s'inscrire en ligne ou par téléphone au 081/237.237.

Vous trouverez le catalogue sur notre site internet <https://www.alteoasbl.be/volontaires>.

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter votre référent régional ou le 081/237.237.

Rejoignez-nous pour ces formations. Elles ne sont pas seulement un moyen d'apprendre, mais aussi une expérience humaine unique.

Construire ensemble un service Accompagnement et Transport fort et solidaire grâce aux volontaires



Altéo, un des acteurs clés de la mobilité inclusive, aspire à renforcer son service d'Accompagnement et Transport grâce à l'engagement de volontaires motivés et solidaires. Aujourd'hui, ce sont **près de 80 volontaires en téléphonie** et environ **400 accompagnateurs** qui, ensemble, permettent à des milliers de personnes de se déplacer plus librement.

Ce réseau solidaire, véritable pilier de notre mission, joue un rôle dans l'amélioration de la qualité de vie des personnes en situation de handicap ou de maladie de longue durée. Afin de répondre à une demande croissante et d'assurer un service toujours plus performant, Altéo souhaite agrandir son équipe et accueillir de nouveaux volontaires sur tout son territoire.

Deux rôles complémentaires pour une mission unique :

1 Téléphonistes : ces volontaires, à l'aise avec le téléphone et l'ordinateur, sont en première ligne pour écouter, analyser et organiser les demandes de transport. Leur mission consiste à trouver un accompagnateur disponible à proximité et à veiller à la coordination optimale des déplacements.

2 Accompagnateurs : ces volontaires, détenteurs d'un véhicule personnel, accompagnent les membres vers leurs activités de loisirs, rendez-vous médicaux ou démarches administratives. Ils contribuent à briser l'isolement et à renforcer le lien social, tout en offrant une mobilité essentielle.

Un engagement flexible et enrichissant

Altéo garantit une grande souplesse dans l'organisation du temps consacré par les volontaires. Chaque engagement, qu'il soit ponctuel ou régulier, est valorisé. Les volontaires bénéficient également :

- D'une **formation spécifique**, adaptée à leur rôle.
- D'une **indemnité kilométrique** pour l'utilisation de leur véhicule personnel.
- D'**assurances adéquates**, leur permettant de se consacrer sereinement à leur mission.

Rejoignez une équipe dynamique et solidaire

Comme le souligne Michel, accompagnateur depuis 14 ans : « *Je suis riche des rencontres et des moments de vie partagés. J'ai trouvé un vrai sens à mon engagement, au-delà du transport, c'est l'accompagnement humain qui me plaît* ».

Ainsi que Sabrina, volontaire téléphoniste : « *Rejoindre l'équipe de téléphonistes est une expérience enrichissante ! L'ambiance dynamique au sein de l'équipe me motive au quotidien. J'apprécie la flexibilité de mon engagement et le soutien reçu grâce à la formation. Chaque appel fait une différence pour ceux qui en ont besoin, et c'est gratifiant de contribuer à améliorer leur quotidien !* »

Vous avez un peu de temps libre ? Vous aimez le contact humain et souhaitez contribuer à un projet qui fait sens ? Rejoignez Altéo et aidez-nous à bâtir un service encore plus fort, au service d'une société inclusive.

Pour en savoir plus ou devenir volontaire, contactez-nous au 081/237.237 ou par e-mail à info@alteoasbl.be.

Offrez à chacun la liberté de se déplacer et devenez un maillon indispensable de cette belle mission !

Le bonheur de l'évasion

Cette année Altéo revient avec 36 séjours exceptionnels, l'occasion de s'évader en découvrant ou en redécouvrant nos paysages belges ou européens. Vivre le Carnaval Vénitien à Ramonchamp ou le rêve ensoleillé d'une île grecque en passant par nos incontournables escapades à Ter Duinen et à Spa - Nivezé, il y en a pour tous les goûts. Découvrez vite l'offre de séjours 2025 !



Inscription possible sur www.alteoasbl.be

Le bonheur de l'évasion!

Vacances pour personnes adultes en situation de handicap et de maladie de longue durée

Édition 2025



Envie de s'évader ? Cette saison, vous aurez le choix entre de nouveaux séjours et nos séjours traditionnels, mais toujours avec le souci de proposer un choix de destinations variées et accessibles dont voici quelques exemples :

→ **Le parc du Puy du Fou**, élu meilleur parc d'attraction du monde, vous proposera des spectacles immersifs à travers les siècles.



→ Découvrez **l'île de Chypre**

et particulièrement la ville de Paphos, connue comme étant le lieu de naissance d'Aphrodite, avec ses paysages, sa mer bleue turquoise et son histoire.



© Pixabay

→ Vivez un séjour bien-être à **destination de personnes en situation de maladie et/ou en invalidité** pour vous offrir quelques jours

d'évasion, de repos et de conseils pratiques à appliquer au quotidien.



© Freepik

Différentes possibilités s'offrent à vous pour découvrir l'ensemble de notre brochure :

- Via notre site internet : www.alteoasbl.be (activités et projets)
- Sur demande au 081/237.237 (tapez 2) ou par mail à vacances@alteoasbl.be

Pour vous inscrire :

- Directement en ligne sur notre site internet
- En envoyant votre demande d'inscription
 - par mail à vacances@alteoasbl.be
 - ou par la poste à Altéo : place du XX aout 38, 4000 Liège

Soyez les bienvenu(e)s pour prendre la route avec nous et goûter au bonheur de nouveaux horizons.

Le CAWaB – Collectif accessibilité wallonie bruxelles

Altéo dans son projet social a remis l'accessibilité comme une des trois thématiques prioritaires. Pour Altéo, l'accessibilité, c'est l'accessibilité physique et financière mais aussi l'accessibilité de la communication et de l'information (pouvoir entrer, se déplacer et « utiliser » les lieux ouverts au public ; accessibilité du numérique ; compréhension des communications écrites ou orales...).

En 2006, Altéo et d'autres associations se réunissaient régulièrement pour traiter les actions qu'elles souhaitaient mener collectivement sur l'accessibilité et ont décidé de créer le CAWaB. L'accessibilité fait partie des priorités du CAWaB. Il nous a semblé intéressant de vous le présenter en FaLC :

Le CAWaB veut rendre meilleure l'accessibilité pour les personnes à mobilité réduite.

Les personnes à mobilité réduite sont :

- les personnes avec un handicap intellectuel,
- les personnes en chaise roulante,
- les personnes aveugles ou qui voient mal,
- les personnes sourdes ou qui entendent mal.

Il n'y a pas que les personnes avec un handicap qui sont des personnes à mobilité réduite.

Il y a aussi :

- les parents avec une poussette
- les personnes âgées
- les enfants
- les personnes malades
- les personnes qui ont eu un accident : qui se sont cassé la jambe, le bras...
- ...

L'accessibilité est le problème de tout le monde.

C'est un problème qu'on voit partout :

- dans les bâtiments,
- dans les transports,
- dans la rue et les parcs,
- dans les logements,
- sur les sites internet,
- ...



Plus d'informations sur www.cawab.be

Tour des Sections

→ ANHÉE/YVOIR

Ça s'est passé :

C'est dans une très bonne ambiance que nous avons fêté la Sainte-Cécile le 07 novembre 2024. Le micro de Jacques Getty a bien circulé dans l'assemblée, cela a bien chanté !

Notre Amicale de Noël avec l'ACRF est encore une réussite avec plus de 80 personnes. Messe et repas festif. Dommage que les jours soient si courts dans ces moments-là.



Ça se passera :

Une petite pause pour les bénévoles s'impose. Alors notre prochaine rencontre importante aura lieu lors de la fête de Pâques le **jeudi 17 avril 2025**. Réservez déjà la date ! La messe sera célébrée à 11h suivie d'un repas festif avec apéro, entrée, plat et dessert dans une ambiance conviviale.

Les dates de rencontres du babelkot sont indiquées à l'agenda en fin de magazine.

Pour tous renseignements Altéo Année/Yvoir :

- Marie Landrain : 0473/82.52.14
- Chantal Bracher : 0476/08.64.77
- Julia Hubert : 0473/11.65.27

→ BEAURAING

Ça s'est passé :

L'Amicale de Noël de Beauraing s'est déroulée avec la section locale de Gedinne à la Maison de l'Accueil.

C'était une belle journée débutant par une messe et suivie d'un dîner délicieux. Le tout dans une belle ambiance avec le regroupement des deux locales voisines.



Ça se passera :

Des dates des rencontres ont été fixées et vous pouvez les découvrir dans l'agenda en fin de revue. Nous vous y attendons nombreux.

→ CINEY

Ça s'est passé :

Comme chaque année décembre a gâté les membres d'Altéo, tant au centre de rencontre qu'à la piscine.

Saint Nicolas et Père Noël ont bien failli se croiser. Le Père Noël a offert des essuies aux nageurs et des bonbons aux chauffeurs.



Saint Nicolas est venu au centre de rencontre offrir des cadeaux et des bonbons.



Le Père Noël n'a pas été en reste et est venu à notre amicale pour gâter encore un peu plus nos membres.

Nous étions une bonne trentaine à déguster joyeusement cougnous et bûches.



En janvier, la galette est arrivée avec quelques jours de retard mais elle n'en était pas moins bonne : les rois et reines l'ont appréciée.

Ça se passera :

Nous poursuivons bien sûr nos rencontres locales pratiquement toutes les semaines et notez déjà que l'Amicale de Pâques se déroulera le **26 avril 2025** (11h30 : apéro - 12h : buffet froid et dessert - Prix : 30 € tout compris.

Le Calendrier des C.R.E (Rond-Point) pour les prochains mois est indiqué dans l'agenda en fin de magazine.

Nous recherchons des personnes pour soutenir notre comité local afin de poursuivre l'activité dans le futur proche. Merci de contacter Hugues au 0475/25.72.94.

→ DINANT

Ça s'est passé :

La section locale s'est réunie pour une après-midi de Noël où Père Noël en personne a fait l'honneur de sa présence. Petits présents pour chacun et bonne humeur étaient au rendez-vous !

Nous avons également fait la galette des rois. Carole, Arlette et Suzy ont été reines. Francis nous avait fait de délicieuses galettes maisons !



Ça se passera :

Marc, Francis et Yves ont rejoint le Comité local, un grand merci à eux ! Les activités de mars à juin sont dans l'agenda en fin de brochure.

→ GEDINNE

Ça s'est passé :

Pour notre amicale de Noël, nous avons eu l'immense joie de nous retrouver avec Beauraing. Une messe active et chaleureuse suivie d'un repas festif, convivial et succulent : expérience à refaire.



En janvier nous avons été manger à Gedinne et la section nous a offert l'apéritif et une participation au repas comme cadeaux de fin d'année.

Ça se passera :

Le 06 février, l'année 2025 commencera avec le goûter de la chandeleur.

Le 06 mars aura lieu notre goûter de printemps et **le 03 avril** l'Amicale de Pâques avec une messe où nous comptons sur votre présence.

Venez nombreux à nos activités/rencontres avec vos amis, voisins, connaissances... plus de détails dans votre bulletin paroissial.

Merci de votre présence active

Le Comité

→ ROCHEFORT

Ça s'est passé :

Saint Nicolas du 2 décembre : Nous étions 33 pour accueillir Saint Nicolas avec ses sucreries et bouchées au chocolat et déguster des cougnous d'une taille respectable. S'ensuivit une séance photo pour tout un chacun avec le grand saint.



Amicale de Noël du samedi 14 décembre : Après le mot d'accueil par Hugues, la messe fut



célébrée par le Doyen. Apéritif et menu de Noël furent unanimement appréciés et suivis de la distribution de friandises et du calendrier 2025. Le marché de Noël artisanal réalisé par Nadine ainsi que le stand de Georgette et Cécile rencontrèrent un franc succès. Un intermède de devinettes fut remporté par Michel qui partagea son lot de bonbons à la plus grande joie des amateurs. Jean-François anima le Blind Test dans une ambiance de feu. Un choix de tartes clôtura cette belle journée.

Galette des Rois : 24 membres étaient présents pour la rentrée 2025 et pour fêter ensemble la galette des rois.

Ce fut dans la joie et le plaisir de se retrouver. Evelyne et Philippe furent les heureux reine et roi de cette fête et les galettes furent particulièrement appréciées.



Ça se passera :

Amicale de Pâques du 12 avril :

Programme de la journée :

Accueil 10h00 – Messe 10h30, apéritif 11h30 suivi du dîner à 12h30 et de jeux.

Grand buffet froid, dessert et café au prix de 40 €.

Réservation avant le 2 avril auprès de Paula au 084/21.25.04 ou de Monique au 0472/44.23.56.

Paiement à Paula ou sur le compte BE34 0682 5012 0890.

Barbecue ou dîner du 2 juin : à préciser.

Excursion du 26 juin : à préciser.

Les dates des rencontres ont été fixées et vous pouvez les découvrir dans l'agenda en fin de revue.

Nous vous y attendons nombreux.

Info Challenge 2025

CHALLENGE ANNUEL INTER SECTIONS

Lieu : salle le Chérumont à Bioul

Date : samedi 17 mai 2025

Prix de la journée : 20 € (+ 10 € pour ceux qui prennent le car) à payer à votre section

Inscription : auprès des sections pour le 8 avril 2025

PROGRAMME DE LA JOURNEE :

11h30 : Accueil- Apéro offert

12h30 : Repas festif et dessert

14h30 : Challenge « inter sections »
Des animations spéciales égayeront l'après-midi.

16h : Goûter et remise du trophée par la section gagnante 2024 de Ciney !
La journée se clôturera à 17h00.

HORAIRE DU CAR :

Gedinne salle paroissiale : 08h15

Beauraing rue de Dinant 57 : 08h45

Rochefort Accueil Famenne : 09h15

Ciney Surlemont : 09h45

Ciney Place Monseu : 10h

Dinant gare : 10h30

Bioul salle Chérumont : 11h00



Une occasion unique de se retrouver entre sections.

SPECTACLE SOLIDAIRE 2025

Ce jeudi 13 mars aura lieu notre spectacle solidaire annuel. C'est La Ligue d'Impro qui va nous faire passer une soirée extra-ordinaire. En première partie, « Ca me chiffonne » de l'atelier Altéo/Itinériss. Rendez-vous à partir de 18h au Théâtre de Ciney. Spectacle à 19h.

Prix : 17 €.

Réservation obligatoire au 081/237.237 ou www.alteoasbl.be/spectaclesolidaire



Relance groupe de marche



Dès le 25 février, venez booster votre forme avec nous !

Tous les mardis, de 10h à 12h,

nos volontaires vous emmènent en camionnette et sillonnent la vallée de la Meuse pour vous proposer des parcours de balade différents.

De plus, cette année, un jeu de pistes et une découverte culturelle alliant balade et histoire viendront ponctuer ce 1^{er} semestre sportif.

Les parcours sont praticables en chaise roulante et les petits-enfants sont les bienvenus durant les congés scolaires.

Pour toute information ou pour nous informer de votre souhait d'intégrer le groupe, n'hésitez pas à nous appeler au 081/237.237 ou via email à l'adresse sport.namur@alteoasbl.be.

	TYPE ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
SÉJOURS	Séjour Oxygène	Du 7 au 11 avril 2025	Nieuport	Marie Paule Collard 0478/70.75.46
	Séjour Ferme de Courcimont	Du 15 au 22 juin 2025	Sologne	Marie Paule Collard 0478/70.75.46
	Séjour Eole	Du 25 au 29 août 2025	Nieuport	Marie Paule Collard 0478/70.75.46
	Séjour Chaïnon	Du 22 au 26 septembre 2025	Butgenbach	Nicole Bourdain 0478/20.64.40
LOISIRS	Babelkot Anhée/Yvoir 2 jeudis par mois de 14h à 17h	Février : 13, 27 Mars : 13, 27 Avril : 17 (Amicale Pâques) Mai : 8, 22 Juin : 5	Maison de la Ruralité, Place Vaxelaire à Bioul et salle du Chérumont pour les repas.	Chantal Bracher 0476/08.64.77
	C.R.A.B. Beauraing 4 ^e jeudi du mois de 14h à 17h	Février : 27 Mars : 27 Avril : 24 (Amicale Pâques) Mai : 29	Centre Culturel de Beauraing, Rue l'Aubépine, 1 5570 Beauraing	Jacqueline Bouty 082/71.14.55
	CRE (Rond-Point) Ciney Jeudis de 14h à 17h	Février : 6, 13, 20 (carnaval) Mars : 13, 20, 27 Avril : 3, 10, 17, 24, 26 (Amicale de Pâques)	Centre Culturel (salle 1), Place Baudouin, 1 Ciney.	Véronique Tevel 0498/71.84.45
	CRE Dinant Mercredis de 14h à 17h	Mars : 5 (initiation musicale) Avril : 2 (bingo Pascal) mai : 7 (jeu de piste dans Dinant)	Mutualité Chrét. Dinant Av. des Combattants, 16 3 ^e étage	Hugues Saudemont 0475/25.72.94
	CRE Gedinne 14h à 17h	Février : 6 (crêpes) Mars : 6 (repas de printemps) Avril : 3 (Amicale Pâques)	Salle Louette Saint Denis (rencontres) Aux « 3 Arcs » (repas)	Mireille Cornet 0470/46.12.06
	CRE Rochefort Lundis de 14h à 17h	Mars : Avril : 7, 12 (Amicale), 14, 28 Mai : 12, 19, 26 Juin : 2 (BBQ), 23, 26 (excursion), 30	Salle Le Phare à Jemelle (Place Ste Marguerite, 2)	Didier Kint 0472/44.23.56
FORMATIONS	Atelier informatique 3 ^e lundi du mois de 10h à 12h	Mars : 17 Avril : 14 Mai : 19 Juin : 16	Espace Public Numérique de la Ville de Dinant Rue Léopold, 1 5500 Dinant	Bernard Lamal 0475/98.27.21 ou Bernard.Lamal@biif.eu
SPORTS	Piscine	Les mardis de 16h à 17h sauf congés scolaires	Ciney	Altéo 081/237.237 ou sport.namur@alteoasbl.be
	Je Marche Pour Ma Forme (Adapté)	Les mardis de 10h à 11h30 sauf congés scolaires	Accueil parking à côté de la Mutualité à Dinant	Altéo 081/237.237 ou sport.namur@alteoasbl.be

Altéo Dinant
Av. des Combattants 16
5500 Dinant

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

@ dinant@alteoasbl.be

ALTÉOMAG EN VERSION ÉLECTRONIQUE

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

Vincent n'a pas toujours dû tendre l'oreille...

Vous avez changé, vos avantages aussi !

Jusqu'à **400 €** de remboursement en plus pour vos appareils auditifs (200 € par oreille), s'ils bénéficient d'une intervention de l'assurance obligatoire.

mc.be/audition



MC. Avec vous pour la vie.



AIDE & SOINS A DOMICILE
Fédération Mutualité chrétienne

NOS SERVICES SONT TOUJOURS LA POUR VOUS !

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



www.aideetsoinsadomicile.be



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

PLUS D'INFOS ?
Renseignez-vous
au 078 15 15 00
ou sur solival.be



CONSEILS EN ADAPTATION DU DOMICILE

Créateurs d'autonomie

