

Bureau Postal
de Charleroi X
Expéditeur
rue de la Moselle 7-9
6700 Arlon

N°33
MARS 2025



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921580

LUXEMBOURG

1^{re} TRIMESTRE

ALTÉO MAG

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

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.alteoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Altéo



EDITO

Chè-res ami-es

En premier lieu, permettez-moi de vous présenter mes meilleurs vœux pour cette année 2025 qui, je l'espère de tout mon cœur, vous remplira de bonheur et surtout d'une santé favorable.

Comme vous l'avez certainement déjà appris, j'ai présenté ma démission au mandat de président en date du 31 décembre 2024. Les raisons qui m'ont poussé à prendre cette décision sont personnelles et cet édito n'est pas le bon endroit pour en débattre. Sachez que ce n'est pas une décision facile mais qui a été murement réfléchie.

Pendant les presque huit années de volontariat au sein d'Altéo, j'ai accumulé des montagnes de beaux souvenirs que je garderai toujours dans mon cœur. Le plus beau souvenir restera le fait d'avoir pu vous rencontrer et de partager avec vous de fameux moments.

Je vous remercie de la confiance que vous m'avez témoignée et j'espère avoir rencontré vos espérances.

Dan Léonard
Rue de Burhaimont 31
6880 Bertrix
0473/27.44.74

Leonard.daniel@outlook.com



SOMMAIRE



3

SOUS LES PROJECTEURS

- Nouveaux visages, mêmes valeurs : bienvenue à Mélanie et Brice chez Altéo !
- Projet coup de projecteur

6

ACTUS RÉGIONALES

- Rejoignez notre groupe d'action et de réflexion sur le diabète
- Un espace pour souffler, partager et construire ensemble
- De Nieuport à Arlon
- Rossignol : retour sur les activités derniers du centre de rencontre

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

Alice Ingabire (régional)
Hélène Carpiaux (national)


• Collaboration

Caroline Cremer
Mélanie Cornet
Geneviève Fautré
Brice Haeck
Francine Homel
Dan Léonard
Alice Ingabire
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





Nouveaux visages, mêmes valeurs : bienvenue à Mélanie et Brice chez Altéo !

.....

Nous avons le plaisir de vous présenter Mélanie Cornet et Brice Haeck, deux nouveaux animateurs qui enrichissent notre équipe avec leur énergie et leur engagement. Mélanie, avec son expérience dans le domaine de la santé, et Brice, artiste et éducateur passionné, partagent des valeurs communes d'inclusion et de solidarité. À travers cette interview, ils nous parlent de leurs parcours, de leurs rôles au sein d'Altéo, et des projets innovants qu'ils souhaitent développer pour renforcer notre mouvement.

.....

Pouvez-vous vous présenter en quelques mots ? (votre parcours professionnel, vos hobbies...)

Mélanie Cornet : Je suis mariée et maman comblée de deux petits garçons pleins d'énergie. Assistante en pharmacie de formation, j'ai consacré 15 années de ma carrière à accompagner les patients en pharmacie, un métier qui m'a beaucoup appris sur l'importance du soin et de l'écoute. En 2023, j'ai eu l'opportunité de rejoindre Chronilux, un projet de soins intégrés en province de Luxembourg. Ce fut une expérience enrichissante qui m'a permis d'élargir mes horizons professionnels et de m'investir dans des initiatives porteuses de sens. Bien que ce projet ait pris fin en 2024, il m'a ouvert de nouvelles portes et c'est avec beaucoup d'enthousiasme que j'ai intégré la grande famille d'Altéo ! Je suis ravie de faire partie de ce mouvement qui prône des valeurs qui résonnent profondément avec mes expériences et mes convictions. C'est une nouvelle aventure qui me motive chaque jour ! En dehors de mon travail, je profite de chaque instant en famille ou entre amis. J'aime aussi m'évader en faisant un peu de shopping ou en me dépensant sur les courts de tennis, une passion que je cultive depuis mes 10 ans.

Brice Haeck : Je m'appelle Brice. Mon parcours est un peu atypique : après des études aux Beaux-Arts, j'ai enchaîné plusieurs métiers super enrichissants

– animateur socio-culturel, prof en primaire, éducateur en maison de jeunes, éducateur spécialisé... et maintenant, me voilà chez Altéo. À côté de ça, j'ai réalisé un documentaire, Les oiseaux de passage, qui parle de marcheurs que j'ai croisés lors de mon pèlerinage entre La Roche-en-Ardenne et Saint-Jacques de Compostelle. Je suis quelqu'un de créatif : j'adore le dessin, la vidéo, la photo, mais aussi les grands espaces, les randos, et l'escalade.

Qu'est-ce qui vous a attiré pour postuler chez nous et quelles sont vos premières impressions ?

M.C : Ce qui m'a attirée chez Altéo, c'est avant tout la possibilité de mener des projets concrets au sein d'un mouvement qui défend des valeurs qui me tiennent particulièrement à cœur. Lors de mon expérience précédente, j'ai beaucoup travaillé sur les besoins et les attentes en matière de santé et de social de la population en province de Luxembourg. J'ai vu chez Altéo une opportunité de transformer ces observations et apprentissages en actions concrètes et porteuses de sens.

Et je ne me suis pas trompée ! J'ai été merveilleusement bien accueillie par l'équipe d'Altéo Luxembourg, composée de collègues bienveillants, disponibles et toujours prêts à échanger. Ce climat de confiance et de collaboration a rendu mon intégration très agréable.

Au-delà de l'équipe, le travail que je fais ici me plaît énormément. Travailler pour promouvoir l'inclusion, c'est quelque chose qui a beaucoup de sens pour moi. Mais c'est aussi transmettre à mes enfants quelque chose qui me tient à cœur : l'importance de l'ouverture à l'autre, du respect et de la solidarité. Je suis fière qu'ils puissent grandir en voyant à travers mon travail que ces valeurs sont essentielles pour construire une société plus juste et humaine.

B.H : Ce qui m'a attiré chez Altéo, c'est la diversité : des publics variés, des projets dynamiques, et toujours cette envie d'inclure et de rendre les activités accessibles à tous. J'ai aussi aimé l'esprit familial malgré la taille de la structure. L'équipe du Luxembourg m'a super bien accueilli, j'aime travailler dans une ambiance aussi chaleureuse et bienveillante. J'adore aussi pouvoir être créatif, échanger avec les collègues, les volontaires et rebondir sur leurs idées.

Quels seront vos principaux rôles et responsabilités au sein d'Altéo ?

M.C : Chez Altéo, j'accompagne les locales de Marche-en-Famenne et de Bastogne, deux groupes très dynamiques où les volontaires s'investissent énormément ! J'ai également rejoint la commission patients, où je vais m'investir dans plusieurs initiatives passionnantes. Avec Brice, nous allons travailler sur plusieurs projets. Tout d'abord, nous souhaitons favoriser l'accès à la culture pour tous, afin que chacun puisse profiter pleinement de la culture, quelles que soient ses limitations ou situations. Ensuite, dans le cadre du projet « Coup de projecteur », nous avons choisi de commencer par mettre à l'honneur les volontaires des locales. Nous voulons valoriser leur engagement et leur contribution essentielle à la vie du mouvement Altéo. Dans un second temps, nous nous étendrons à d'autres volontaires pour continuer à mettre en lumière ceux et celles qui font vivre nos projets au quotidien. Enfin, nous avons un super projet autour de la marche thérapeutique, que nous souhaitons rendre accessible à tous. Pour sensibiliser le public et recruter des volontaires prêts à nous accompagner, nous diffuserons le documentaire de Brice, « Les Oiseaux

de Passage ». Ce film poignant retrace son voyage sur le chemin de Compostelle et illustre, avec émotion, les bienfaits thérapeutiques de la marche. Il met en avant la puissance du mouvement, de la nature et du collectif pour transformer les vies. Une première diffusion est déjà prévue : le 20 mars à 19h30 au cinéma « Le Patria » à Virton. C'est gratuit pour tous les membres Altéo, alors venez nombreux ! D'autres projections suivront dans le nord et le centre de la province de Luxembourg.

B.H : Je vais travailler avec Mélanie sur un super projet de marche thérapeutique, nous avons dans ce sens prévu de projeter mon documentaire dans plusieurs endroits de la province. Une première séance est fixée au cinéma de Virton, le 20 mars (gratuit pour les membres Altéo, venez nombreux 😊!). Avec un peu de chance, ces projections-rencontres donneront naissance à un nouveau groupe-projet. Toujours avec Mélanie, nous souhaitons aussi développer une série d'articles, en format vidéo et via l'AltéoMag, intitulée « Coup de projecteur ». Ce projet vise à mettre en lumière des représentants volontaires des sections locales et à valoriser l'engagement de celles et ceux qui animent et font vivre le mouvement.

Avez-vous des projets ou des idées que vous aimeriez mettre en place dans le cadre de vos fonctions ?

M.C : Je souhaite simplement que tous les projets sur lesquels nous travaillons actuellement soient porteurs et se concrétisent. Qu'il s'agisse de mettre en lumière nos volontaires, de rendre la culture et la marche thérapeutique accessibles à tous, ou encore de mener des actions inclusives, j'ai hâte de voir ces initiatives prendre vie et d'en mesurer l'impact positif sur le mouvement et au-delà.

Nous leurs souhaitons la bienvenue dans notre équipe.

*Alice Ingabire,
Collaboratrice administrative Altéo.*

Coup de projecteur sur la locale de Bertrix

Chez Altéo, nous savons que nos volontaires sont la véritable force de notre mouvement. Leur engagement, leur énergie et leur dévouement font vivre nos locales et permettent de mener à bien nos missions. C'est pourquoi nous avons lancé le projet « **Coup de projecteur** », une initiative visant à mettre en avant ces acteurs essentiels de notre quotidien associatif. Chaque locale de la province de Luxembourg a ainsi été invitée à désigner un volontaire qui prendra la parole pour représenter son groupe. Mettre en lumière ceux qui donnent de leur temps, c'est aussi reconnaître l'importance de leur implication et leur dire un grand merci. Car sans eux, rien ne serait possible !



Direction Bertrix aujourd'hui, où André nous partage son expérience en tant que volontaire et nous fait découvrir la locale de Bertrix.

Peux-tu te présenter brièvement ?

Je m'appelle André, j'ai 67 ans. J'étais infirmier dans un hôpital, plus précisément dans le service de cardiologie. Je suis à la retraite depuis 4 ans et demi. Depuis environ deux ans, je suis volontaire à la locale de Bertrix.

Qu'est-ce qui t'a poussé à devenir volontaire ?

Il y a quelques années, j'avais déjà fait du volontariat, notamment lors de pèlerinages à Lourdes, et c'est une expérience que j'avais beaucoup appréciée. Une fois retraité, j'ai ressenti le besoin de reprendre une activité. Ayant travaillé dans le milieu social, j'avais envie de retrouver le contact avec les gens. En fin de carrière, j'étais surtout dans un bureau, loin des patients, et je voulais renouer avec l'humain. Par hasard, j'ai entendu parler d'Altéo. Quand je me suis présenté, on m'a expliqué qu'il y avait de nombreuses façons de s'impliquer : des

séjours (où l'on recherche souvent des infirmiers), le service de transport pour accompagner les gens, ou encore des activités au sein des locales. J'ai commencé par le service de transport pendant un an, mais j'ai finalement choisi les activités « loisirs », qui me conviennent davantage.

Comment cela se passe dans la locale de Bertrix ?

Nous nous retrouvons le matin vers 10 heures pour partager une tasse de café avec un petit biscuit ou une galette. Pendant que certains volontaires préparent le repas, d'autres animent des activités avec le groupe. Nous déjeunons ensemble, puis nous faisons une autre activité l'après-midi. La journée se termine vers 16 heures. À ce moment-là, nous rangeons, passons un coup de balai et faisons la vaisselle.



Anne-Marie, Chantal, Yolande, Elisa, Stella, Benoît, André, Véronique, Alix et Martine.

Qui sont vos membres ?

Je ne connais pas tout le monde en détail, mais globalement, les membres sont des personnes autonomes physiquement, mais qui ont besoin d'un accompagnement pour certaines activités. Certains d'entre eux souffrent également d'isolement et cherchent à partager des moments conviviaux.

Un merci, une phrase, un moment avec un bénéficiaire qui t'a touché ?

Je ne peux pas en citer un en particulier. Mais ce qui me touche, c'est lorsque les participants nous



disent: « Merci, on s'est bien amusés », ou encore « Le repas était très bon ! » Ces petites phrases me font toujours plaisir.

Quel genre d'activités faites-vous avec les membres ?

Aujourd'hui, par exemple, nous avons fait de la gym douce avec des ballons de baudruche. Cela a donné lieu à de bons moments de rires ! Nous avons aussi participé à un atelier de sophrologie.

Une anecdote avec un participant ?

(Hésitation) Je ne sais pas trop... Enfin, si ! Il y a Michel : à chaque fois qu'il voit quelqu'un avec un appareil photo, il est le premier à se mettre en avant pour poser. Mais attention, il n'oubliera pas de demander la photo en partant et, à son retour, il voudra la voir ! (Rires)

Qui sont les volontaires de la locale ?

Je trouve que l'équipe porte bien son nom de « volontaires » ! Elles - car la majorité sont des femmes, mis à part Benoît et moi - se donnent à fond pour trouver des activités ou des animations à proposer. Elles se démènent vraiment pour rendre chaque journée agréable.

Une qualité que tu admires au sein de l'équipe de volontaires ?

Je dirais sans hésiter leur dévouement. Pas un dévouement religieux, elles ne seraient sûrement pas d'accord avec cette comparaison (rires), mais elles se donnent à 100 % pour que tout le monde passe une belle journée, avec un bon repas.

Un moment où l'équipe s'est surpassée ?

Quand nous organisons des réunions, il faut bloquer les dates et planifier les activités, le repas et le dessert (surtout ne pas oublier le dessert !). C'est toute une organisation. À chaque fois, l'équipe se surpasse, et moi aussi, j'apporte ma petite contribution.

Un mot pour encourager de nouveaux volontaires ?

N'hésitez pas à franchir le pas ! Chez Altéo ou ailleurs, il ne faut pas hésiter. Certains me disent qu'ils sont intéressés mais n'osent pas. Je leur propose toujours de les accompagner au début pour les mettre à l'aise. Il faut se rappeler que c'est du volontariat, pas un contrat d'employé, donc il n'y a pas de pression.

Ta plus grande fierté de volontaire ?

Je rentre chez moi avec le sentiment d'avoir contribué à une belle journée. C'est une satisfaction personnelle de voir tout le monde content.

Une qualité essentielle pour devenir volontaire ?

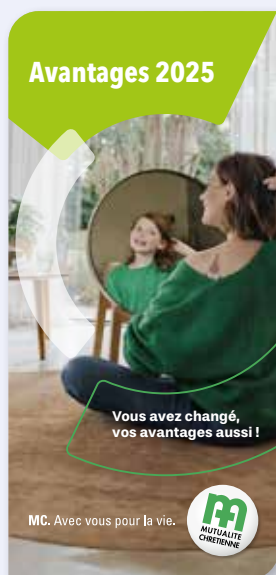
Il y en a beaucoup, mais je dirais que la disponibilité est essentielle.

*Mélanie Cornet et Brice Haeck,
Animateurs Altéo Luxembourg*

Le témoignage d'André vous a inspiré ? Peut-être même donné envie de rejoindre la grande famille d'Altéo ? Si c'est le cas, n'hésitez pas à nous appeler au 081/237.237 !

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.

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

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 €



- **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 (plages 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

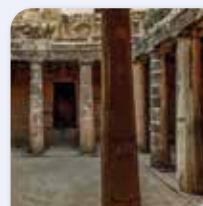


Envie de s'évader ? Cette saison, vous aurez le choix entre de nouveaux séjours et nos séjours traditionnels, mais toujours avec le souci de proposer un choix de destinations variées et accessibles dont voici quelques exemples :

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

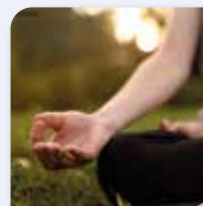


→ Découvrez **l'île de Chypre** et particulièrement la ville de Paphos, connue comme étant le lieu de naissance d'Aphrodite, avec ses paysages, sa mer bleue turquoise et son histoire.



© 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


tous acteurs
de notre santé




**CONCERNÉ PAR LE
DIABÈTE ?**


REJOIGNEZ NOTRE GROUPE
D'ACTION ET DE REFLEXION

ALTEO LUXEMBOURG

 luxembourg@alteoasbl.be

 081 237 237



Altéo 
Agissons pour une société inclusive

Editeur responsable : Altéo Luxembourg Rue de la Moselle 7-9, 6700 Arlon - 081 237 237 - Ne pas jeter sur la voie publique © illu : Canva

Un espace pour souffler, partager et construire ensemble

Vous êtes en situation de maladie, de longue durée ou d'invalidité et souhaitez prendre du temps pour vous ? Venez partager vos idées, échanger sur vos besoins, et participer à la construction de projets qui vous tiennent à cœur dans un cadre bienveillant et convivial.

Que ce soit pour organiser une conférence, débattre sur des thématiques choisies par le groupe, sensibiliser le politique à vos réalités, ou rendre des événements culturels plus accessibles, ce groupe est fait pour vous.

Quand ? Lundi 24 février, de 14h à 16h

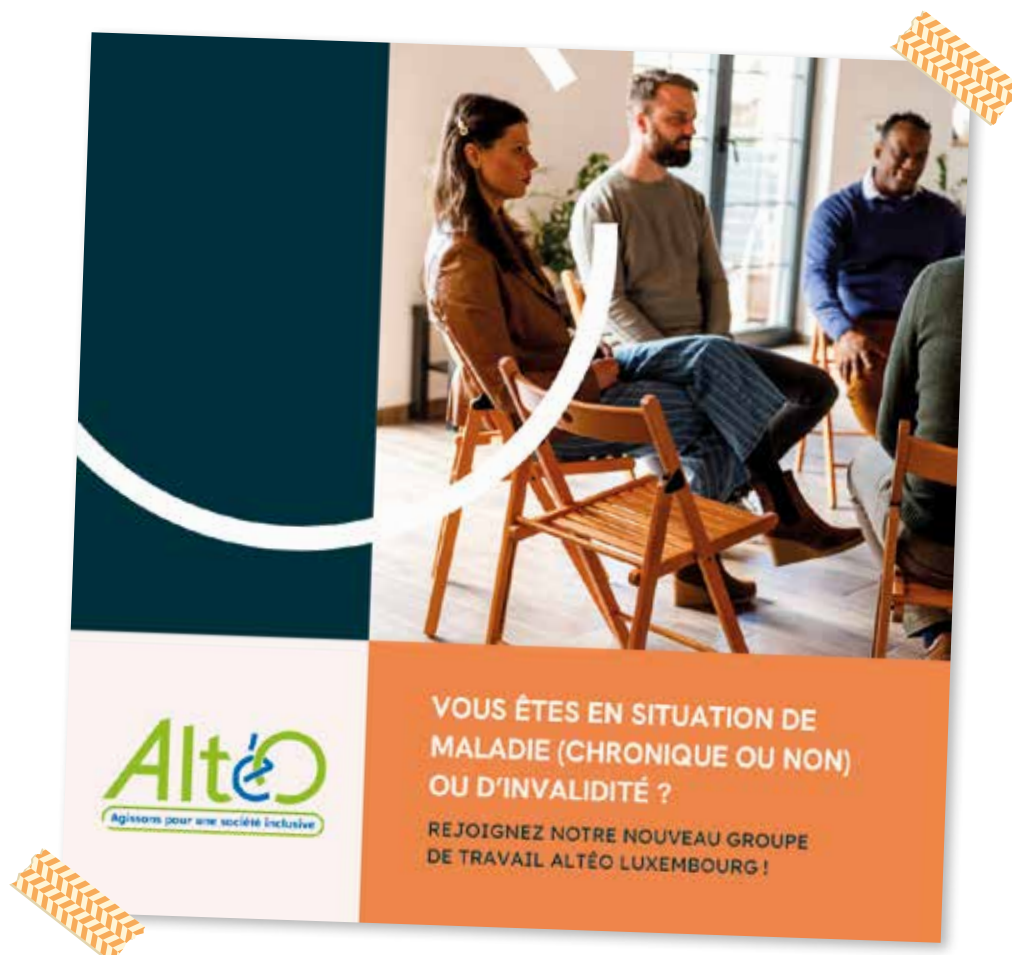
Où ? Mutualité Chrétienne, 2 rue des Alliés,
MC de Libramont

Contact : 0478/79.82.44

Si vous avez des difficultés pour nous rejoindre, contactez-nous, nous trouverons une solution ensemble.

Venez comme vous êtes, avec vos idées, vos besoins et votre bonne humeur !

*Mélanie CORNET et Geneviève FAUTRE,
Animatrices Altéo Luxembourg.*



DÎNER RETROUVAILE SÉJOUR PERSONNES AGÉES

DE NIEUPORT À ARLON

QUAND NOS SENIORS SE RETROUVENT À ARLON LE TEMPS D'UNE JOURNÉE.

L'année 2024 a ouvert la porte à une première journée de retrouvailles pour le séjour personnes âgées en perte d'autonomie.

Le 16/11 nous nous sommes retrouvés pour une journée conviviale dans les locaux de la MC à Arlon. Au menu; Le foodtruck de Chez Mu : frites, hamburgers, boulettes ... ont eu beaucoup de succès!

Un concept originale et gourmand pour nos vacanciers ,qui ont bien apprécié!

Une sortie avec Cheveux aux vent Asbl a ravi les plus téméraires

Bien que la pluie aie refusé notre invitation, la météo n'était pas des plus clémente et le froid piquant quant à lui n'a pas hésité à prendre part à cette belle journée....

Cela n'a pas arrêté les amoureux de la pédale et les sourires que nous avons eu l'occasion d'immortaliser en disent long sur les plaisirs partagés avec les pilotes.

Sans oublier bien sûr quelques pas de danse... une journée sans danse est-elle réellement une journéepleinement vécue ?

Merci à tous les intervenants d'avoir rendu cette journée possible.

Merci aux familles et institutions pour la confiance une nouvelle fois accordée, merci aux volontaires qui avaient pu se libérer mais surtout merci à chacun d'entre vous d'avoir répondu présent !

Vos sourires nous nourrissent et nous rassurent sur nos intentions si besoin en était

Il faut déployer de l'énergie pour organiser ce genre de journée ... vos sourires , vos pas de danse ,votre bonne humeur sont notre plus beau cadeau.

C'était une première édition, il est fort à parier que cela ne sera pas la dernière
De tout coeur André, Annick & Sarah



Rossignol: retour sur les activités derniers du centre de rencontre

→ Dimanche 27 octobre, dîner annuel de la locale de Florenville

Nous étions une centaine à nous retrouver à la salle St Roch à Les Bulles, ce dimanche midi. Les participants à l'atelier du mercredi s'étaient chargés de la décoration des tables.

Tout le monde est content de se retrouver.

Au menu: apéro, potage à la courge, cabillaud sauce crémée fondue de poireaux, veau sauce curry et dessert.

Menu apprécié par tous, suivi de la traditionnelle tombola où tout le monde est gagnant.



→ Mardi 27 décembre Goûter de Noël en collaboration avec l'Elan Gaumais.

Musique, chanson, danse et bonne humeur étaient au rendez-vous.

Pas de goûter sans la présence du Père Noël.

Cognous, bûche, café, chocolat... et tout le monde est rentré avec un beau sachet de friandises.

Merci aux organisateurs et aux bénévoles pour ces deux belles journées.



→ Prochaine journée d'activité

Journée de rencontre et de réflexion à Orval début du mois d'avril 2025

*Francine HOMEL,
Volontaire locale de Virton.*

Altéo Luxembourg
Rue de la Moselle 7-9
6700 Arlon

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

@ luxembourg@alteoasbl.be

ALTÉOMAG EN VERSION ÉLECTRONIQUE

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

NOS ACTIVITÉS EN IMAGES

Découvrez l'activité bricolage de Noël des Bourlingueurs de Differt !

Le 19 décembre 2024, le groupe des Bourlingueurs de Differt, composé de jeunes membres d'Altéo, s'est réuni pour réaliser de magnifiques décorations de Noël lors d'une activité bricolage. Ce groupe dynamique se retrouve un jeudi sur deux, de 13h30 à 16h, pour partager des moments créatifs et conviviaux.

Un grand merci à nos fidèles volontaires, Françoise, Sylvie et Yvonne, toujours présentes pour accueillir les participants avec joie et bonne humeur, ainsi qu'à Gyslain, volontaire du Service Citoyen, qui nous apporte son soutien précieux pour quelques mois.



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
Partenaire 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

