

ÇA VA...?

BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA
BLA BLA BLA BLA BLA



180€/an
sur vos consultations
psychologiques



**Confiez-vous
à la bonne personne**

► Infos : mc.be/psy

N°02
JUN 2017



Sous les projecteurs

◆ À vous, la rédaction ! **P03**

Zoom

◆ Les Commissions d'Altéo Verviers **P04**

Ça s'est passé

- ◆ Les échos des Locales
- ◆ Sensibilisation aux handicaps
- ◆ Les ateliers créatifs **P06**

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE
P921586

VERVIERS

2^E TRIMESTRE 2017

ALTÉO MAG

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.alteoasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Bureau de dépôt
Charleroi X
rue du Rabiseau 14
6220 Fleurus

Expéditeur
rue Laoureux 36
4800 Verviers

Altéo
Mouvement social de personnes malades,
valides et handicapées.

EDITO

Le mois de juin arrive et, avec lui, le retour des beaux jours. L'été n'est plus très loin ! Il ne manquait plus qu'un nouveau numéro de votre AltéoMag à lire au soleil : vœu exaucé ! Voici un numéro ensoleillé avec supplément de photos, comme vous l'aimez !

Le Comité de Rédaction est assez fier de vous présenter cette nouvelle édition. Il faut dire qu'ils ont bien travaillé pour pouvoir vous proposer un contenu aussi intéressant qu'amusant. Ce n'est pas un hasard si, ici au bureau, nous avons décidé de leur rendre hommage dans notre article «*Sous les projecteurs*». L'AltéoMag, c'était un beau défi qu'ils ont relevé haut la main !

Et ce trimestre, nous attaquons fort avec un dossier consacré à nos Commissions. En effet, si notre journal vous amène divertissement et information, nous souhaiterions qu'il permette aussi de «*créer des ponts*» entre trois grandes facettes de notre Mouvement : les Locales, les séjours et les Commissions.

C'est pourquoi nous vous proposerons plusieurs dossiers à ce sujet. Peut-être apprendrez-vous de nouvelles choses et découvrirez-vous, qui sait, un nouvelle vocation...

Rendez-vous en page 4 pour le premier dossier. La suite au prochain numéro !

Nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à découvrir ce numéro que nous en avons pris à vous le concocter !

Pour le Comité de Rédaction,
Max, Animateur Altéo.

SOMMAIRE

03

SOUS LES PROJECTEURS

♦ À vous, la rédaction !

04

ZOOM

♦ Les Commissions d'Altéo Verviers

06

ÇA S'EST PASSÉ

♦ Les échos des Locales
♦ Sensibilisation aux handicapés
♦ Les ateliers créatifs

10

PROCHAINEMENT

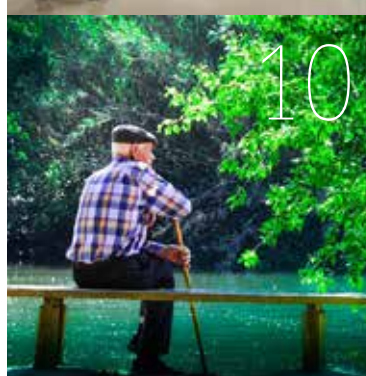
♦ Conférences «*Qualité de vie*»
♦ Conférence sur les droits de succession
♦ Restez toujours bien informés !

12

EN IMAGES

14

AGENDA





Edition et diffusion
Altéo Verviers
rue Laoureux 36
4800 Verviers
087/30.51.47
alteo.verviers@mc.be
facebook.com/alteo.verviers
www.alteoasbl.be/regions/verviers.htm

♦ Revue réalisée avec le soutien de :
- La Mutualité chrétienne
- La Fédération Wallonie-Bruxelles

♦ **Coordination**
Maxime Gaj
♦ **Comité de rédaction :**
Jeanine Kerff
Marie-José Diddenen
Mireille Meskens
Nathalie Vecray
Xavier Denis
Nicolas Collard
♦ **Impression**
Imprimerie Bietlot
♦ **Editeur responsable :**
Isabelle Halleux
rue Laoureux 36
4800 Verviers

♦ **Mise en page**
Isabelle Marchal
www.byim.be
♦ **Crédit photos**
Archives Altéo,
archives Mutualité chrétienne, Fotolia
Imprimé sur papier recyclé

Altéo
Mouvement social de personnes malades, valides et handicapées
Ch⁵⁰⁰⁰ de Haecht 579 bte 40
1031 Bruxelles
alteo@mc.be

Altéo près de chez vous sur
www.alteoasbl.be/regionales
Suivez nous sur  

SOUS LES PROJECTEURS

À vous, la rédaction !

PLEIN FEU SUR LE COMITÉ DE RÉDACTION D'ALTÉO VERVIERS

Ce n'était pas facile, mais ils l'ont fait ! Le Comité de Rédaction a su assurer la transition vers notre nouveau trimestriel. Cela méritait bien que l'on prenne un petit moment pour les féliciter et leur souhaiter bonne continuation, car le travail continue !



Ce 28 février, lors de la réunion du Comité de Rédaction dédiée à la préparation de ce numéro de l'AltéoMag, le projet de sommaire indiquait simplement pour la page 3 : «*présentation des rubriques de l'AltéoMag*». C'était sans compter sur la volonté du Bureau de saluer le travail de ses volontaires !

Voici donc que nous nous permettons de détourner quelque peu le propos de cet article pour établir ce constat simple : sans le travail assidu de Jeanine Kerff, Marie-José Diddenen, Mireille Meskens, Nathalie Vecray et Xavier Denis, l'AltéoMag ne serait pas grand-chose. Et quel travail de qualité ! vous pourrez le constater une nouvelle fois au travers de ces pages.

Car il en a fallu des réunions, des échanges de mails et des séances d'écriture pour en arriver au résultat que vous tenez entre vos mains. Tout ça en respectant les délais strictes d'un trimestriel et les consignes de rédaction d'un journal nationalisé. Une organisation bien plus rigoureuse que notre bon vieux Katentu.

Bien sûr, on y trouve comme avant les retours et les photos des activités qui ont eu lieu dans les Locales (rubrique «*Ça c'est passé*» - p. 6 à 9) ainsi que les informations pour les activités à venir (rubrique «*Prochainement*» - p. 10 et 11). Mais à nouveau journal, nouvelles rubriques ! Prenons quand même quelques instants pour en parler.

RUBRIQUE «SOUS LES PROJECTEURS»

Cette rubrique a pour objectif de rendre hommage à une personne, un groupe ou une initiative importante pour notre mouvement. De trimestre en trimestre, vous y découvrirez des interviews, des retours de projet et des articles comme celui-ci.

RUBRIQUE «DOSSIER»

Une rubrique qui sera consacrée à un sujet en particulier, une grosse info ou actualité sous la forme d'un reportage, d'un dossier de fond ou d'une réflexion.

Ces nouvelles rubriques, il a fallu les remplir, et il faudra continuer à le faire. Heureusement, pour cela, le Comité de Rédaction peut compter sur... vous !

VOUS AUSSI DEVENEZ RÉDACTEURS !

Vous souhaitez prendre la plume occasionnellement pour l'AltéoMag sans pour autant intégrer le Comité de Rédaction ? C'est tout à fait possible ! Parlez-en à un membre du Comité de Rédaction et nous tâcherons de vous faire une place dans le prochain numéro.

Vous pensez qu'une personne aurait sa place dans la rubrique «*Sous les projecteurs*» ? Vous avez une idée d'article mais vous ne vous sentez pas l'âme d'un écrivain ? Pas de soucis, nous étudions toutes les propositions et si quelqu'un de l'équipe se sent inspiré, nous nous en chargerons.

Intéressé par l'expérience unique de la rédaction d'un journal ? Le Comité de Rédaction est ouvert à tous ! ■

ZOOM

Les Commissions d'Altéo Verviers

CRÉONS DES PONTS AVEC NOS COMMISSIONS

Parmi ses nombreuses activités, Altéo Verviers vise notamment à défendre les droits et les intérêts des personnes malades et des personnes handicapées. En tant que membre Altéo, vous avez la possibilité de prendre part à cet objectif grâce à nos Commissions.



UNE COMMISSION ?

Vous connaissez sans doute nos Locales – de Plombières, Welkenraedt, Verviers et «Jeunes» – qui chaque année font un travail extraordinaire pour vous proposer tout un tas d'activités. Vous connaissez probablement aussi notre offre de séjours, rendue possible par nos nombreux volontaires-séjours. Mais avez-vous déjà entendu parler de nos Commissions ?

Elles jouent pourtant un rôle important dans la vie de notre Mouvement puisque c'est grâce à elles que nous construisons les actions et interpellations politiques d'Altéo Verviers. Actuellement au nombre de quatre, elles couvrent quatre thématiques: l'accessibilité pour les personnes à mobilité réduite, l'invalidité, la préparation de sa fin de vie et l'aménagement de son lieu de vie.

COMMENT ÇA MARCHE ?

Chaque Commission s'est créée sur base d'un constat, d'un problème dans notre société. Ce sont les membres qui en définissent les objectifs en fonction de l'actualité et les moyens pour y parvenir.

Les membres Altéo qui font partie d'une commission se réunissent en général une fois tous les mois ou tous les deux mois. Ensemble, ils décident des actions à mener: Visiter une exposition pour en apprendre davantage, inviter un expert pour lui poser des questions, organiser une conférence pour informer le grand public...

Facile à lire et à comprendre:

À Altéo, des groupes de personnes se réunissent pour parler des problèmes des personnes handicapées.

Ces groupes de personnes s'appellent des Commissions.

À Verviers, nous avons 4 Commissions. Chaque Commission parle d'un sujet différent:

- ◆ **L'accessibilité:** Quelque chose est accessible quand tout le monde peut en profiter, même si on vit avec un handicap
- ◆ **L'invalidité:** Une personne en invalidité est une personne qui ne travaille plus depuis plus d'un an à cause d'une maladie ou d'un accident
- ◆ **La préparation de sa fin de vie**
- ◆ **L'hébergement:** l'endroit où l'on vit

Tout le monde peut participer à ces Commissions. ■

ZOOM

COMMISSION «ACCESSIBILITÉ-MOBILITÉ»

Cette Commission étudie et propose des solutions aux problèmes que peuvent rencontrer les personnes en perte d'autonomie. Elle se rend dans les différentes communes de notre arrondissement et réalise des cahiers de revendications à destination des pouvoirs communaux sur base des difficultés de mobilité constatées par nos membres. L'année passée, elle a également réalisé:

- Une journée de sensibilisation contre l'occupation des places de stationnement pour personnes handicapées.
- Le suivi attentif des travaux de la gare de Verviers et l'interpellation des différents acteurs quant aux problèmes d'accessibilité qu'ils engendrent.
- Le sensibilisation du jeune public via des journées dans les écoles primaires et secondaires.

COMMISSION «INVALIDES»

En plus d'apporter du soutien et de répondre aux nombreux questionnements de ses membres, la Commission «Invalides» étudie et réfléchit la question de l'invalidité dans sa globalité. Elle met en place des séances d'information, de formation et des actions de sensibilisation en vue de permettre aux personnes invalides de continuer à jouer un

- rôle dans la société. Elle organise chaque année:
- Un cycle de conférences à destination des nouveaux invalides
 - Une journée de réflexion dans un cadre agréable, appelée journée de «mise au vert»
 - Un séjour adapté pour les personnes en invalidité.

COMMISSION «FIN DE VIE»

La Commission «Fin de vie» se réunit pour questionner le «bien mourir» et le «mourir dignement» pour soi et pour la société. Elle aborde des thématiques telles que l'acharnement thérapeutique, les soins alternatifs, les soins palliatifs, l'euthanasie, la dignité humaine, le respect de l'individu... Elle a notamment à son actif:

- La rédaction d'un document reprenant l'ensemble des informations nécessaires à l'accompagnement vers la fin de vie.
- L'organisation d'une conférence animée par Gabriel Ringlet intitulée «La mort, parlons-en tant qu'il fait beau».
- L'organisation d'une conférence animée par le docteur Damas ayant pour sujet «l'euthanasie».
- Des séances de réflexion.

COMMISSION «HÉBERGEMENT-LIEUX DE VIE»

La population vieillit et les questions se posent: Quelles perspectives pour demain en terme d'hébergement, de lieux de vie et d'accompagnement? La Commission «Hébergement - Lieux de vie» tente de répondre à ces questions via notamment:

- Le développement d'un groupe de bénévoles permettant aux personnes isolées de bénéfi-

- L'organisation d'une conférence afin de sensibiliser le grand public aux problématiques du maintien à domicile.
- Les visites de la Halte Accueil des Seniors Spadois et de la maison témoin G.médi à Rocourt.

ÇA S'EST PASSÉ

Les échos des Locales

LA LOCALE DE WELKENRAEDT



LE 17 DÉCEMBRE

Notre local est bien rempli. Une bonne équipe de bénévoles dévoués est à l'action depuis le matin, pour préparer et décorer les tables. C'est que nous fêtons Noël avec un peu d'avance sur la date. Les Colibris de La Calamine sont venus animer la messe célébrée par Mr l'abbé H.Wey. Ensuite, les Choupiés ont enchanté nos oreilles et nos yeux. Nos membres ont apprécié ces deux belles chorales. Nous avons chanté des chants de Noël et tiré au sort un panier gourmand offert par la maison Duysens.

Devant les assiettes chaque membre a découvert l'excellent massepain offert par Mr Rensonnet ainsi que des bonbons. Avant de quitter, nous avons dégusté la bonne assiette froide préparée par Manu au «*Temps Libre*».



LE 18 JANVIER

À l'occasion de notre rencontre habituelle, nous arrivons tous avec notre petit cadeau (sœur cacahuète). Les petits colis sont rassemblés dans un grand panier et tirés au sort. Quel plaisir de découvrir une bougie, un chocolat ou autre. Chacun retourne avec un autre présent.

LE 15 FÉVRIER

Nous débutons la réunion par la messe célébrée par Mr l'Abbé H. Wey. Après ce moment de recueillement, nous avons regardé sur l'écran les photos prises lors de nos différentes sorties. Il est bien agréable de se revoir avec nos amis. Nicolas est venu avec le projecteur et s'est gentiment occupé de la technique.

LE 15 MARS

Nous nous sommes rendus à Verviers en voiture et avons visité le très beau musée du chocolatier Philippe Darcy. Quel délice! Ensuite nous avons goûté d'un bon morceau de tarte au riz et d'un café au magnifique «*Hôtel Verviers*», situé juste en face et retour à Welkenraedt. Ce fut bien agréable.



Jeanine. ■

ÇA S'EST PASSÉ

Les échos des Locales

LA LOCALE DE VERVIERS



UN APRÈS-MIDI MÉMORABLE

Malgré un verglas tenace ce samedi 7 janvier, 36 personnes ont participé à la fête des Rois. Jacky avait épandu du sel pour permettre l'accès à la salle.

Nous avons visionné le très beau et émouvant film de «*Belle et Sébastien*» avec des paysages de montagnes magnifiques sous la neige. Au cœur de la Seconde Guerre mondiale, Sébastien apprivoise Belle, un chien sauvage, malgré les avertissements des adultes.

Voici venu le temps de la dégustation des galettes des Rois, mais quelle surprise! personne n'avait la fève, où était-elle? Cachée par l'un ou l'autre qui ne souhaitait pas être roi ou reine? Pas de soucis chez Altéo nous avons toujours une solution: Vincent le roi 2016 a choisi Jeannine, notre reine 2017 et Billy son roi. Tout fini bien dans la bonne humeur.

Puis ce fut le retour assez difficile pour certains, le verglas étant toujours présent.



KARAOKÉ

42 personnes étaient présentes à notre Karaoké annuel. Avec Jacky aux commandes, nos chanteurs locaux ont revisité le répertoire des chansons françaises.

Christine, Isabelle, Marielle, Sandrine, Alain, André, Christopher et Denis nous ont interprété de leur belle voix: Patrick Bruel, France Gall, Louane, Christophe Maé, Johnny Hallyday, Francis Cabrel, Pierre Bachelet, Nolwenn Leroy, Gilbert Bécaud, George Brassens, Alain Souchon, Joe Dassin... sans oublier Roland et les élucubrations d'Antoine.

Déjà 16 h15! Comme le temps a passé vite! Nous servons les délicieuses crêpes et le café ou le cacao. Voici l'heure du retour, chacun est rentré chez lui heureux de ce bel après-midi.



ACTIVITÉS DIVERSES

Au programme de ce 11 mars, un après-midi détente dans une ambiance conviviale: certains ont garni les nids de Pâques, d'autres coloriaient. Un groupe amateur de jeux de société a pu profiter d'une belle offre: jeu de l'Oie, Rummikub, Solitaire, Triominos et Uno. Après le traditionnel goûter, chacun s'en est retourné.



M-José.

Prenez note!

Notre Barbecue aura lieu le 08 juillet à la salle Deru (rue de la Fontaine 200 à Verviers). Plus d'informations très bientôt!



Retrouver encore plus de photos en pages 14 et 15 du feuillet régional. ■



ÇA S'EST PASSÉ

Les échos des Locales

LA SECTION «JEUNES»

La locale «Jeunes» a repris l'année en beauté! Des dizaines de Strikes, de Spires et des centaines de quilles tombées. Vous l'aurez compris, c'est au bowling que cela s'est passé! C'est avec une quinzaine de participants que nous sommes partis défier les pistes du «carré d'As». L'occasion pour certains de montrer qu'ils sont les rois du bowling.

Un moment sympa entre amis, un petit verre, des boules, des quilles et un peu de musique, voici le cocktail parfait pour un après-midi détente avec Altéo Verriers. C'était aussi l'occasion de croiser et rencontrer nos amis d'Altéo Liège, de la section de Blegny, qui avaient eux aussi opté pour cette activité. On peut dire que, ce samedi 25 février 2017, le bowling de Liège était «the place to be» («le lieu où se trouver»).

Par ailleurs, comme certains l'auront constaté, le format des invitations s'est vu revisité et prendre un nouveau visage. L'objectif étant de redonner un coup de dynamisme et permettre de continuer à trouver les informations rapidement. Celle-ci vous a plu? déplu? vous avez des critiques? des remarques? faites-le nous savoir! ainsi nous pourrions adapter au mieux pour arriver à une qualité optimale.



Vous êtes intéressés par la participation aux activités de la locale «Jeunes»? Contactez-nous au 087/30.51.47.

Au plaisir de vous voir nombreux.

*Nicolas Collard,
animateur permanent Altéo/
responsable locale «Jeunes».*



Vos articles régionaux continuent juste après le feuillet national. ■

ÇA S'EST PASSÉ

Commission «Accessibilité & Mobilité»

SENSIBILISATION À WELKENRAEDT

Le 24 mars 2017, le groupe accessibilité s'est rendu à l'école Saint-Joseph de Welkenraedt pour y mener une journée de sensibilisation aux handicaps auprès des élèves de 3^e secondaire.



Lors de cette journée nous avons réalisé un grand nombre de stands permettant d'aller à la rencontre de multiples difficultés du quotidien. En effet, reconnaître les pièces de monnaie au toucher, s'essayer à la cuisine les yeux bandés, écouter des témoignages, parcours en voiturette ou à l'aveugle font partie des ateliers phares du groupe accessibilité. Mais cette fois-ci nous avons eu l'occasion de proposer des nou-

veautés telles qu'un atelier pédagogique sur les TSA (troubles du spectre de l'autisme), un atelier de handi-basket ou encore un jeu de l'oie sur l'accessibilité. De quoi offrir une vision d'ensemble des difficultés liées à une situation d'handicap.

Une journée riche en apprentissage pour ces jeunes adultes en devenir! ■

Atelier créatif



Ce 28 mars, Elisabeth Sonnenberg et Madame Boulanger nous proposaient une nouvelle édition de leur **atelier créatif**. Ce fut encore une fois l'occasion de passer un bel après-midi en toute convivialité. Nos participants ont pu faire preuve de toute leur créativité et repartir avec de belles créations.

Madame Boulanger nous a appris la création d'objet en patchwork. Pour cette fois, elle nous proposait de

réaliser de beaux œufs en tissu. Quelle bonne idée à l'approche des fêtes de Pâques!

De son côté, Elisabeth nous a montré comment réaliser de jolies cartes en relief. Une façon originale de présenter ses vœux!

Nous les remercions toutes deux chaleureusement pour ce bel après-midi! ■

PROCHAINEMENT

Conférence «Qualité de vie»

«L'IMPACT DE LA RETRAITE SUR LA SANTÉ»

Conférence présentée par Catherine GROTZ, docteur en psychologie et chercheur à l'Unité de Psychologie de la Sénescence (UPsySen) de l'Université de Liège.

Après Stéphane ADAM en 2016, C'est Catherine GROTZ de l'Unité de Psychologie de la Sénescence qui viendra nous présenter les résultats de ses recherches concernant le lien entre retraite et fonctionnement cognitif chez les aînés.



Il est communément admis que nous ne sommes pas égaux face au vieillissement. Ainsi, certains verront apparaître des rides plus tôt que d'autres. Il en est naturellement de même au niveau cognitif. Ces différences entre les personnes intéressent grandement

les scientifiques et certains avancent aujourd'hui que l'ensemble des activités entreprises dans notre vie permettraient de différer les effets négatifs de l'âge. Qu'en serait-il alors de la retraite? Est-ce que la fin de son activité professionnelle signifierait inexorablement le déclin des capacités mentales?

Catherine Grotz, auteur de recherche visant à mieux comprendre les relations existantes entre les activités et le fonctionnement cognitif des aînés, nous invitera à découvrir comment maintenir son bien-être mental après la retraite.

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Date:** Le mardi 26 septembre de 14h30 à 17h
- **Lieu:** Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne de Verviers, rue Laoureux 25-29
- **Prix:** 4€ (3€ pour les membres de la Mutualité chrétienne)
- **Inscriptions:** (voir encadré p.11)
Inscription obligatoire, date limite des inscriptions le 16 septembre. ■



«BIEN DORMIR AVEC LES MOYENS NATURELS DE SANTÉ»

Conférence animée par Silvine Wälti: Naturopathe, herboriste et aromaturge.



Le sommeil occupe environ un tiers de notre vie: pour un adulte moyen, cela représente 24 ans de sommeil. Certains pensent que c'est du temps perdu... Mais la réalité est

tout autre: le sommeil est le fondement même de la bonne santé. Cette conférence vous apprendra les bons gestes qui favorisent le bon sommeil et passera

en revue les différentes plantes et huiles essentielles pouvant vous aider pour augmenter la qualité de votre sommeil.

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Date:** Le mardi 21 novembre de 14h30 à 17h
- **Lieu:** Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne de Verviers, rue Laoureux 25-29
- **Prix:** 4€ (3€ pour les membres de la Mutualité chrétienne)
- **Inscriptions:** (voir encadré p.11)
Inscription obligatoire, date limite des inscriptions le 14 novembre. ■

PROCHAINEMENT

Groupe «Fin de vie»

CONFÉRENCE «COMMENT ENVISAGER SA SUCCESSION?»

Maitre Renaud CHAUVIN, notaire à Verviers, sera notre conférencier de ce jour. Il nous éclairera sur les règles générales en matière de succession et sur les caractéristiques des différents types de testaments, legs et donations.

Qu'est-ce qu'un héritage? Qu'est-ce que la part réservataire? Comment rédiger un testament? Qu'est-ce qu'un legs en duo? Qui sont mes héritiers légaux? ... Ces questions, nous nous les posons souvent lorsque nous souhaitons anticiper notre avenir et entamer les démarches relatives à notre succession.

C'est pourquoi, dans une volonté d'offrir à chacun les moyens d'être acteur de sa vie en prévoyant aujourd'hui ce qu'il veut pour demain, nous vous invitons à trouver réponses à ces questions lors d'une conférence intitulée «Comment envisager sa succession?»

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Date:** Le mardi 27 juin de 14h30 à 17h
- **Lieu:** Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne de Verviers, rue Laoureux 25-29
- **Prix:** 2€ (1€ pour les membres de la Mutualité chrétienne)

→ **Inscriptions:** (voir encadré ci-dessous)
Inscription obligatoire, date limite des inscriptions le 23 juin.

S'INSCRIRE

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, prenez contact avec le bureau d'Altéo Verviers

- Par téléphone, au 087/30.51.47
 - Par e-mail, à l'adresse alteo.verviers@mc.be
- Pour des raisons d'organisation, l'inscription à nos activités est obligatoire. L'inscription est ouverte à tous, membres ou non

RESTEZ TOUJOURS BIEN INFORMÉS!

Vous désirez être au courant de toutes les activités et des nouveautés d'Altéo Verviers? Ça tombe bien! Nous mettons à votre disposition différents médias afin que chacun puisse trouver l'information de la manière qui lui plait le plus.

L'ALTÉOMAG

Bien évidemment, vous tenez entre vos mains ce qui se fait de mieux en termes d'information: l'AltéoMag. Votre trimestriel regroupe tout ce qu'il y a à savoir sur la vie de la Régionale et son agenda très pratique en dernière page vous assure de ne rien manquer

LE BUREAU D'ALTÉO VERVIERS

Pour ceux qui préfèrent les contacts personnels, nos permanents sont toujours à votre disposition. N'hésitez pas à nous passer un coup de téléphone au 087/30 51 47. Vous êtes également les bienvenus si vous préférez venir nous dire bonjour en personne. Nous avons (toujours) du café (souvent) chaud!

LE SITE WEB

Les plus connectés d'entre vous connaissent déjà le bon plan: notre site web! Une section regroupe les infos exclusives de la Régionale: activités, actualités, agenda... Ça se passe à l'adresse www.alteoasbl.be/regions/verviers

LA PAGE FACEBOOK

Enfin, pour l'information instantanée et en direct, c'est sur notre page Facebook que ça se passe! Vous souhaitez recevoir une notification dès que nous postons une nouvelle publication? Suivez notre Astuce Facebook:

- Rendez-vous à l'adresse www.facebook.com/alteo.verviers
- Sous la première image, cliquez sur le bouton «J'aime»
- Juste à côté, cliquez sur le bouton «S'abonner». Un menu s'ouvre alors. Dans ce menu, cliquez sur «Voir en premier»

De cette manière, vous êtes certains d'être informés de toute nouvelle publication, super! ■

EN IMAGES

LOCALE DE VERVIERS



SECTION «JEUNES»



EN IMAGES

LOCALE DE WELKENRAEDT



SENSIBILISATION À WELKENRAEDT



AGENDA

	ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
ACTION CITOYENNE Conférences Qualité de Vie	«L'impact de la retraite sur la santé» Par Catherine Grotz	26 septembre	Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne	Bureau Altéo Verviers 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be
	«Bien dormir avec les moyens de santé» Par Sylviane Wälti	21 novembre		
Conférences Invalidité	«La pension et la prépension lorsqu'on est en situation d'incapacité de longue durée»	Octobre (à préciser)	Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne	
	«Les avantages sociaux»	Novembre (à préciser)		
	«Le médecin conseil» & «Le service indemnité»	Décembre (à préciser)		
Commission «Invalides»	Journée «Mise au vert»	02 juin	Hostellerie de Chaityfontaine, Banneux	
Commission «Fin de Vie»	Conférence «Comment envisager sa succession?» par Renaud Chauvin	27 juin	Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne	
Commission «Hébergement – lieux de vie»	Visite GMedi	30 juin	Rocourt	
SÉJOURS	Séjour à Calais	Du 21 au 28 juillet	Calais, France	
	Séjour à Juseret	Du 04 au 08 septembre	Juseret, Belgique	
	Séjour en Alsace	Du 09 au 15 juillet	Alsace, France	
LOISIR Pour tous	Journée Régionale	30 septembre	A préciser	
Section «Jeunes»	Week-end Parc d'attraction Activité Activité Activité	Du 23 au 25 juin 19 août 28 octobre 25 novembre 09 décembre	A préciser	

	ACTIVITÉ	DATE	LIEU	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
LOISIR Locale de Plombières	Rencontre goûter	14 juin	Salle du tir de Plombières Nieuport Salle du tir de Plombières Salle St-Brice à Hombourg Salle du tir de Plombières Salle du tir de Plombières	Liliane Herzet 087/78.77.94 0479/53.67.87
	Excursion à la mer	26 août		
	Rencontre-goûter	13 septembre		
	Barbecue	08 octobre		
Plombières Vacances	Rencontre-goûter	11 octobre	Alsace, France Au vieux hêtre, Robertville	
	Rencontre-goûter	08 novembre		
Locale de Verviers	Rencontre-goûter	13 décembre	Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne Salle Deru, rue Fontaine 200 Verviers Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne	Alice Didden 087/54.12.51 Marie-José Didden 087/68.78.47 0471/85.11.23
	Voyage en Alsace	09 au 15 juillet		
	Retrouvailles	08 novembre		
	Animation de la province	10 juin		
Locale de Welkenraedt	Barbecue	08 juillet	Au local de la section Au local de la section A préciser Au local de la section A préciser Banneux et Vieux Tancremont Au local de la section Au local de la section Au local de la section Au local de la section	Jeanine Kerff 0496/83.25.43
	Animation de Nicolas	14 octobre		
	Bricolage de Noël	18 novembre		
	jeux de société	16 décembre		
	Fête de Noël			
	Messe et goûter			
	Réunion mensuelle	21 juin		
	Réunion mensuelle	19 juillet		
Excursion	22 juillet			
Réunion mensuelle	16 août			
Excursion	26 août			
Visite	20 septembre			
Réunion mensuelle	18 octobre			
Réunion mensuelle	15 novembre			
Fête de Noël	09 décembre			
Réunion mensuelle	20 décembre			
FORMATIONS	Module «Approche de la personne» & «mon engagement dans le mouvement»	A préciser	Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne	Bureau Altéo Verviers 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be
SPORT	Natation	Chaque mardi de 20h à 21h	Piscine de Dison	Bureau Altéo Verviers Nicolas Collard 087/30.51.47 alteo.verviers@mc.be
	Tennis de table	Chaque mercredi de 18h à 20h	Salle polyvalente de la Mutualité chrétienne	