

Bureau Postal
de Charleroi X
Expéditeur
rue du Douaire, 40
6150 Anderlues

N°33
MARS 2025



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921581

HAINAUT ORIENTAL

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

2025 : Une nouvelle année sous le signe de la solidarité

Lorsque vous ouvrirez cet **Altéo Mag**, l'année aura déjà pris son envol, et nous espérons qu'elle a bien commencé pour vous. Que ces premiers mois aient été porteurs de projets, d'échanges et de beaux moments de partage !

Cette année, une évolution majeure a vu le jour : la mutualisation administrative. Désormais, où que vous soyez, un seul numéro, une seule équipe, un même accueil chaleureux pour vous informer, vous inscrire, répondre à vos questions. Cette nouvelle organisation simplifie nos échanges et garantit une égalité de service pour tous nos membres.

Dans notre régionale du Hainaut Oriental, nous avons déjà cette approche collective grâce à **notre formidable équipe de volontaires du call center**. Leur engagement, leur bienveillance et leur expérience ont été précieux pour accompagner les autres régionales dans cette transition. **Un immense bravo à eux pour leur implication et leur aide précieuse !**

Nous savons que le changement peut parfois bousculer, mais il s'inscrit toujours dans un souci d'amélioration. Plus que jamais, nous restons fidèles aux valeurs d'Altéo : accessibilité, solidarité et engagement. **Merci pour votre confiance renouvelée !**

Ensemble, poursuivons cette belle aventure et faisons de 2025 une année lumineuse, tournée vers l'inclusion et le bien-être de tous.

Elsa Nepotschelowsch
Responsable régionale



SOMMAIRE



3

ZOOM

- Le sport adapté : bienfaits, inclusion et dépassement de soi

5

SOUS LES PROJECTEURS

- La fête des volontaires 2024

6

ACTUS RÉGIONALES

- La Thudinie en deuil
- Fusion des sections du Centre et de la Thudinie

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

Elsa Nepotschelowsch

• Coordination

Nancy De Fauw (régional)
Hélène Carpiaux (national)

• Collaboration

Bernard Baille
Gabriel Charles
Malory Heyndrickx
Thierry Lecocq
Elsa Nepotschelowsch
National :
Nicolas Bodart
Alexis Condette
Marco De Waeghe
Geneviève Roufier

• Mise en page

Émerance Cauchie
Imprimé sur papier recyclé.

Suivez-nous sur  et www.alteoasbl.be

Altéo
Agissons pour une société inclusive



Le sport adapté : bienfaits, inclusion et dépassement de soi

.....

La pratique sportive est bénéfique pour tous, quelles que soient ses modalités : intensité, durée, fréquence ou objectif. L'activité physique apporte des bienfaits significatifs sur la santé physique et mentale, quel que soit l'âge, le niveau de mobilité ou la motivation de chacun. A Altéo Hainaut oriental, nous croyons fermement que le sport est pour tous, y compris les personnes en situation de handicap. Nos activités adaptées permettent à chaque participant de s'épanouir, d'améliorer sa santé et de s'amuser, tout en respectant ses compétences, ses envies et ses limites.

.....

UNE ACTIVITÉ SPORTIVE POUR CHACUN

A Altéo, nous proposons des activités adaptées au potentiel de chacun, permettant une pratique sportive accessible et épanouissante. Pour certaines personnes, une courte marche peut suffire à relancer les processus énergétiques du corps, apportant tonus, motivation et fierté. L'essentiel est de trouver une activité qui corresponde aux capacités et aux besoins de chacun. Les séances de sport ne se limitent pas à la pratique physique : elles sont aussi l'occasion de rencontres humaines. Les participants développent des qualités telles que la collaboration, la solidarité et l'amitié, en plus de se faire de nouveaux amis.



DES DISCIPLINES VARIÉES ET ADAPTÉES

Boccia : une stratégie de jeu accessible à tous

La Boccia, sport inspiré de la pétanque, est accessible aux personnes à mobilité réduite. A Altéo, les entraînements permettent aux participants de progresser techniquement, d'apprendre à lire le jeu, de comprendre les stratégies, et de construire des actions réfléchies. Les parties, bien qu'adaptées,



tées, ne manquent ni de concentration ni de qualité, et évoquent les compétitions de haut niveau telles que les Jeux paralympiques.

Cyclodanse : une nouvelle manière de danser

La cyclodanse offre l'opportunité aux danseurs, qu'ils soient en fauteuil roulant ou non, de réaliser des prestations dynamiques et originales. Ce n'est pas un simple duo entre un aidant et un aidé, mais un véritable couple de danseurs partageant la



passion de la danse. Que vous soyez débutant ou non, la cyclodanse vous permettra d'impressionner par son originalité, tout en vous reconnectant à la joie de danser.

Joëlette : retrouver la nature, ensemble

La Joëlette, une chaise de randonnée à une roue, permet aux personnes à mobilité réduite d'accéder à des sentiers, forêts et prairies. Chaque sortie est encadrée par des volontaires formés, garantissant la sécurité des participants. En rejoignant l'aventure, vous pouvez soit profiter des balades comme passager, soit vous impliquer en tant que volontaire pour accompagner les randonneurs et leur permettre de renouer avec la nature.



Plongée adaptée : explorer un monde sous-marin

La plongée adaptée est l'une des activités les plus inclusives proposées par Altéo. En partenariat avec le club de plongée « Les Abysses » de Braine-le-Comte, les plongeurs en situation de handicap



bénéficient d'un encadrement spécialisé. Ils ont ainsi l'opportunité de se former, d'améliorer leurs techniques de plongée et même de passer des certifications, tout en s'intégrant pleinement à la communauté des plongeurs.

UNE INVITATION À SE DÉPASSER

Le sport adapté à Altéo ne se résume pas à l'activité physique. Il s'agit aussi d'un vecteur d'inclusion et de dépassement de soi. Chaque participant peut, à son rythme, repousser ses limites, retrouver le goût de l'effort, et redécouvrir ses capacités. Les volontaires jouent un rôle clé en accompagnant les sportifs dans leurs progrès et en facilitant leur accès à des activités qui semblaient autrefois inaccessibles.

REJOIGNEZ-NOUS !

Que vous souhaitiez essayer une activité, devenir volontaire ou simplement rencontrer des personnes partageant les mêmes intérêts, Altéo vous accueille à bras ouverts.

Nos séances d'essai permettent de découvrir le sérieux et l'intensité des activités proposées. Le sport adapté est une aventure humaine enrichissante qui offre des moments de convivialité et de joie, tout en améliorant la santé et le bien-être.

Alors, pourquoi hésiter ? Venez découvrir nos activités et rejoignez une communauté qui valorise l'inclusion, l'entraide et la solidarité. Le sport est pour tous, et chez Altéo, il devient un véritable outil d'épanouissement et de lien social.

Thierry Lecocq
Animateur régional

Info et inscriptions :

081/237.237 ou info@alteoasbl.be

Fête des volontaires 2024 : retour en enfance pour une soirée pleine de gratitude

Comme chaque année, le 5 décembre, Altéo a célébré ses volontaires lors d'une soirée conviviale et festive.

Plus qu'une tradition, cette fête est un hommage à celles et ceux qui font vivre le mouvement avec passion et engagement. Sans eux, Altéo ne serait qu'un concept, une idée sur papier.



Pour cette édition 2024, l'équipe des permanents du HO a choisi de replonger tout le monde dans l'enfance et l'insouciance. Dès leur arrivée, nos volontaires ont été accueillis par un décor féérique, imaginé et réalisé par **Marylène Dumonceau**, notre collègue administrative qui prendra sa retraite en mai prochain. Un travail exceptionnel qu'elle nous offre pour la première... et la dernière fois. Son bar à bonbons était un émerveillement : sucettes géantes lumineuses, sucres d'orge, soucoupes, nic-nacs et mandarines... Un régal pour les yeux et les papilles ! L'ambiance festive a aussi été portée par une superbe initiative de **Céline Pattyn**, qui avait conçu l'invitation à l'événement en suggérant à chacun de venir avec un accessoire rappelant l'enfance. Grâce à cette idée originale, nous avons pu croiser un adorable Gremlins (Gizmo), des doudous accrochés aux vestons et bien d'autres clin d'œil nostalgiques pour ceux qui ont joué le jeu.

À côté du bar à bonbons, un invité de marque attendait les volontaires : le grand Saint-Nicolas en personne ! Chacun a pu immortaliser ce moment en prenant une photo avec lui, mais pas de n'importe quelle manière : les volontaires ont été décorés d'un ruban de « **Miss** » ou « **Mister Super Volontaire** », un clin d'œil amusant à leur engagement au quotidien.

Après ces instants gourmands et festifs, place au repas, pensé dans la simplicité et la convivialité : tartiflette ou lasagnes, suivies d'une délicieuse tarte en dessert. **Martine Durieux** a coordonné

toute l'organisation des repas, veillant à ce que chacun puisse profiter d'un moment chaleureux et gourmand. Pendant ce temps, **Sabine Kawecki** s'est chargée avec soin de la distribution des polos Altéo, un geste symbolique pour remercier chaque volontaire.

Mais la soirée ne s'arrêtait pas là ! **Thierry Lecoq** et **Malory Heyndrickx** ont animé un quizz inédit, intitulé « **Quel type de volontaire êtes-vous ?** ».

Et pour que tout se déroule sans accroc, **Philippe Fercot** était tantôt derrière le bar, tantôt aux côtés des volontaires, s'assurant que l'ambiance reste au beau fixe et que chacun profite pleinement de la fête.

En guise de souvenir, chaque volontaire est reparti avec son polo aux couleurs d'Altéo, arborant la nouvelle charte graphique et la nouvelle baseline : « **Agissons pour une société inclusive** ». Un symbole fort, accompagné d'un cadeau nostalgique : la photo avec Saint-Nicolas en version polaroid auto-collant, clin d'œil aux souvenirs d'enfance que l'on collectionnait autrefois.

Cette soirée fut une belle réussite, chaleureuse et joyeuse, à l'image de l'esprit Altéo. Un immense merci à nos volontaires, véritables piliers du mouvement. On se donne déjà rendez-vous le 5 décembre 2025 pour une nouvelle édition pleine de surprises !

*Elsa Nepotschelowitzsch
Responsable régionale*



La Thudinie en deuil de sa Présidente

Il est des personnes dont l'engagement laisse une empreinte indélébile. Rogère Demany était de celles-là. Femme de conviction, de cœur et d'action, elle a consacré une part essentielle de sa vie à Altéo, défendant sans relâche les valeurs de solidarité et d'inclusion, en particulier dans les milieux ruraux.

UNE VIE AU SERVICE DES AUTRES

Présidente de la régionale de Thudinie, membre active du bureau du Hainaut Oriental, de l'Assemblée générale nationale et de la commission politique, Rogère portait en elle cette flamme inébranlable du militantisme, éclairant le chemin de ceux qui œuvrent pour une société plus juste et accessible.

UN CAP MAINTENU, UNE RÉGION INSPIRÉE

La régionale de Thudinie a traversé des tempêtes, mais toujours **sous le cap ferme et rassurant de Rogère**. Elle a su mobiliser les énergies, fédérer son équipe et transmettre cette passion du service aux autres. Son empreinte reste gravée dans les actions et projets qu'elle a portés, et nous poursuivrons son œuvre avec la même détermination.

THUIN, SON ANCRAGE, SA FIERTÉ

Fille de bateliers, Rogère avait Thuin dans le cœur. Elle en connaissait chaque ruelle, chaque histoire. Lors d'une rencontre interrégionale, elle avait guidé les membres à travers **le musée de la Batellerie et le quartier du Berceau**, partageant avec une passion vibrante l'héritage de sa ville natale. Ces instants de transmission resteront inoubliables pour ceux qui ont eu la chance de l'écouter.

L'ACCESSIBILITÉ ET LA MOBILITÉ, SES COMBATS DE TOUJOURS

Rogère ne se contentait pas de parler d'inclusion : **elle l'incarnait et la défendait avec ferveur**. Ses actions ont changé le quotidien de nombreuses personnes en situation de handicap.

Parmi ses victoires, citons :

- Accessibilité de l'Aquarium de Bruxelles : grâce à ses interventions, des aménagements ont été réalisés et validés par Altéo.
- Ville de Chimay : elle a sensibilisé les élus en leur faisant expérimenter la ville en fauteuil roulant ou avec un bandeau d'aveugle.
- Thuin, son plus grand projet : avec Ivette Vainqueur et Danielle De Brauwer, elle a contribué à rendre la ville plus accessible, influençant les décisions communales et améliorant des infrastructures clés.
- Mobilité rurale : elle a porté haut la voix des personnes en milieu rural, plaidant pour des transports mieux adaptés à leurs besoins.

Son engagement dépassait les frontières de Thudinie : **dans les écoles, auprès des jeunes, dans les comités nationaux, elle a fait entendre la nécessité d'un monde plus inclusif.**

SON DERNIER COMBAT ?

Défendre les droits des personnes en situation de handicap à Thuin, là où, paradoxalement, un conseil consultatif existait... pour le bien-être animal mais pas pour l'accessibilité humaine !

En septembre 2024, elle participait encore à la campagne d'Altéo sur le maintien à domicile et portait des idées novatrices pour renforcer la gouvernance de notre mouvement. Mais en octobre, sa santé l'a contrainte à annuler le repas annuel, laissant un vide immense.

Si elle nous manque aujourd'hui, **son énergie continue de nous habiter**. Nous poursuivrons son œuvre, avec la même passion et le même engagement. **Parce que ce que l'on fait par amour et pour les autres ne disparaît jamais.**

Bon voyage, Rogère.

Nous t'imaginons voguer sur une rivière paisible, entourée des reflets dorés de Thuin, veillant toujours sur nous. Et nous, **nous garderons le cap.**

Texte inspiré des écrits de Gabriel Charles, Bernard Baille et Malory Heyndrickx

Fusion des sections de Thudinie et du Centre : une transition prometteuse jusqu'en 2026

La dynamique d'Altéo se construit au fil des engagements et des volontés qui s'unissent. C'est dans cet esprit que la section de Thudinie et celle du Centre ont décidé de fusionner leurs forces pour insuffler un nouvel élan à leurs actions locales. Une transition de deux ans est ainsi amorcée, jusqu'aux prochaines élections de novembre 2026, avec un objectif clair : renforcer la visibilité et l'impact des initiatives d'Altéo sur le territoire.

POURQUOI CETTE FUSION ?

Le décès de Rogère Demany, figure engagée de la section de Thudinie, a laissé un vide tant humain qu'organisationnel. Avec une baisse des forces vives et un essoufflement des activités locales, il devenait nécessaire de réfléchir à une solution durable. De son côté, la section du Centre, bien que dynamique et riche en projets, fonctionnait sans structure formelle de comité. L'union des deux groupes est apparue comme une évidence pour mutualiser les ressources et pérenniser les actions.

UNIR POUR MIEUX AVANCER

Loin d'un simple regroupement administratif, cette fusion vise à encourager le développement de nouvelles activités tout en valorisant celles déjà existantes. La transition se veut participative : chaque membre conserve la liberté d'organiser des événements en fonction des réalités locales, tout en bénéficiant du soutien d'une équipe renforcée.

Des projets concrets sont déjà en place : ateliers créatifs, moments conviviaux et actions de sensibilisation continueront d'exister, avec une volonté affirmée de toucher un public plus large, notamment les jeunes. L'axe stratégique d'Altéo en faveur de l'inclusion et du militantisme trouve ici une résonance particulière, avec une présence renforcée dans les Conseils Consultatifs pour la

Personne Handicapée (CCPH) et auprès des instances locales.

UNE GESTION OPTIMISÉE POUR UNE MEILLEURE VISIBILITÉ

La fusion implique également une harmonisation financière et organisationnelle. Le compte du comité de la Thudinie a été clos et les fonds intégrés à celui du Centre, garantissant une gestion plus fluide et transparente. Un suivi rigoureux sera assuré, en veillant au bon équilibre des ressources et à la continuité des activités.

L'un des défis majeurs reste le recrutement de nouveaux volontaires et partenaires. Des collaborations avec des structures locales (PCS, CPAS) sont envisagées pour favoriser l'accessibilité et le développement d'initiatives adaptées aux besoins des membres.

UN AVENIR À CONSTRUIRE ENSEMBLE

Ce projet de fusion, validé par les membres lors d'une réunion en janvier, est une étape transitoire avant les élections de 2026. D'ici là, chacun aura l'opportunité d'évaluer cette nouvelle organisation et de contribuer à son évolution. Si cette synergie porte ses fruits, elle pourra aboutir à une entité consolidée et dynamique. Sinon, elle ouvrira la voie à d'autres formes de structuration adaptées aux réalités locales.

Dans tous les cas, l'essentiel demeure : continuer à faire vivre Altéo, à créer du lien et à défendre des valeurs d'inclusion et de solidarité. Une transition qui s'annonce prometteuse et porteuse d'espoir pour l'avenir !

*Elsa Nepotschelowitsch
Responsable régionale*

NOS ACTIVITÉS EN IMAGES

FÊTE DES VOLONTAIRES 2024








Altéo Hainaut Oriental
Rue du Douaire 40
6150 Anderlues
 081/237.237
du lundi au vendredi
de 9h à 12h
 ho@alteoasbl.be


ALTÉOMAG EN VERSION ÉLECTRONIQUE 

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



	ACTIVITÉ	DATE	LIEU	HORAIRE
LOISIRS	Tricot & Co	04/03 - 18/03 - 01/04 - 15/04 - 29/04 - 13/05 - 27/05	Relais citoyen - Erquelines	10h - 12h
	Atelier culinaire 1	25/03 - 29/04 - 27/05	Mutualité chrétienne - Anderlues	10h - 17h
	Atelier culinaire 2	19/03 - 22/04 - 20/05	Maisons Communautaire - Strée	10h - 16h
	Atelier BD	10/03 - 24/03 - 07/04 - 28/04 - 19/05	Mutualité chrétienne - Charleroi	9h30 - 12h
	Atelier pastel	11/03 - 01/04 - 15/04 - 06/05	CFP Le réseau - Monceau-sur-Sambre	13h45 - 16h
	Café jeux	25/03	ASBL Faim & Froid - Gilly	14h - 16h30
	Atelier peinture	22/04 - 20/05	ASBL Faim & Froid - Gilly	13h45 - 16h30
	Art floral 1	Un jeudi par mois	AVJ 24h/24 - Pont-de-Loup	10h - 12h ou 14h - 16h
	Art floral 2	14/04	Au POINT 9 - Fontaine L'Évêque	9h30 à 11h30
	Atelier pâtisserie	Dates à déterminer	AVJ 24h/24 - Pont-de-Loup	10h - 16h
	Atelier créatif	Dates à déterminer	AVJ 24h/24 - Pont-de-Loup	14h - 16h
	Atelier des Mots	05/03 - 02/04 - 07/05	Mutualité chrétienne - Soignies	14h - 17h
	Café Philo	26/03 - 30/04 - 28/05	Mutualité chrétienne - Soignies	14h - 17h
	Atelier LEGO	25/03 - 22/04 - 27/05	Mutualité chrétienne - Soignies	À partir de 17h
Après-midi Jeux	12/03 - 26/03	SambrExpo - Aiseau	14h - 16h	
SPORTS	Boccia	Les mardis hors congés scolaires	Centre sportif - Chimay	16h - 18h
		Les mercredis hors congés scolaires	Hall omnisport des 2 Haines Haine-St-Paul	10h - 12h
		Les jeudis hors congés scolaires	Complexe Sportif - Les Bons Villers	13h30 - 15h30
	Cyclo-danse	Les vendredis hors congés scolaires	Hall Omnisport - Soignies	16h - 17h30
		Les jeudis hors congés scolaires	Salle Arthur Haulot - Manage	10h - 12h
Plongée adaptée	Les vendredis hors congés scolaires	Piscine - Braine-le-Comte	20h - 22h	
VACANCES	Séjour tout public	Du 12/05 au 19/05	Ostende (hôtel Royal Astrid)	
	Séjour Invalides	Du 19/05 au 24/05	Baie de Somme - France	
FORMATIONS	Formation de base : Le mouvement et mon engagement	08/04	Mutualité chrétienne - Anderlues	10h - 15h30
	Formation de base : Approche de la personne	15/04	Mutualité chrétienne - Anderlues	10h - 15h30
	Formation de base : Ecoute et communication	29/04	Mutualité chrétienne - Anderlues	10h - 15h30
	Formation de base : Soins et hygiène	13/05	Mutualité chrétienne - Anderlues	10h - 15h30
	Formation de base : Manutention	20/05	Mutualité chrétienne - Anderlues	10h - 15h30

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



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

CONSEILS EN ADAPTATION DU DOMICILE

Créateurs d'autonomie

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



www.aideetsoinsadomicile.be