

Bureau Postal
de Charleroi X

Expéditeur
rue Saint Brice, 44
7500 Tournai



PB-PP1B-00802
BELGIE(N) - BELGIQUE

P921582

HAINAUT PICARDIE

1^{re} TRIMESTRE

ALTÉO MAG

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

Magazine trimestriel d'Altéo asbl

www.altéasbl.be

Mouvement social de personnes
malades, valides et handicapées

Altéo



EDITO

2025 : nouvelle année à Altéo

Quand vous recevrez cet Altéo Mag' l'année sera déjà bien entamée et j'espère que ce début 2025 vous aura été le plus agréable possible.

Comme vous le savez, depuis quelques années maintenant Altéo est en transformation pour mieux répondre aux enjeux de société actuels et à nos ambitions pour une société plus inclusive. Ceci passe par des transformations parfois importantes, mais toujours avec l'objectif d'un service aux membres amélioré. Ainsi, depuis début février l'équipe mutualisée est en route avec l'évolution du numéro unique pour tous vos contacts et ainsi un service aux membres plus efficace. Nous espérons que vous y trouvez entière satisfaction.

2025 verra également la mise sur pied du plan stratégique en région. Encore un plus pour notre mouvement et l'occasion de développer de nouveaux projets.

N'oublions pas notre nouvelle charte graphique qui permet d'harmoniser notre communication et de mieux correspondre aux valeurs d'Altéo.

Bref, encore une année riche en projets sous le signe de la solidarité. Ensemble, agissons pour une société inclusive !

Camille Lemaire
Responsable Régionale
Hainaut Picardie



SOMMAIRE



3

SOUS LES PROJECTEURS

- Les instances régionales et nationales
- Cycle de rencontres autour de la santé à Ath

6

ZOOM

- Visite de la nouvelle gare : Un premier état des lieux de l'accessibilité pour les usagers en situation de handicap

8

ACTUS RÉGIONALES

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

Fanny Mathieu (régional)
Hélène Carpiaux (national)

• Collaboration

Pascale Rousseau
Antoine Hovelaque
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



Les instances régionales et nationales

.....

Découvrez le fonctionnement d'Altéo à travers ses différentes instances : du Comité Régional (CR) à l'Assemblée Générale (AG), en passant par le Conseil d'Administration (CA) et le Comité de Rédaction de l'AltéoMag. Un aperçu de ces lieux d'échange et de décision essentiels à notre mouvement.

.....

LE COMITÉ RÉGIONAL – INSTANCE RÉGIONALE

Les Comités Régionaux d'Altéo sont des réunions mensuelles qui se déroulent dans chacune de nos régions. Ces comités sont ouverts aux membres et volontaires désireux de participer activement aux décisions et aux orientations de notre association au niveau régional.

Pourquoi participer aux Comités Régionaux ?

- **Apprenez et Influencez :** Comprenez les décisions prises au niveau national et faites entendre votre voix pour leur mise en œuvre dans votre région.
- **Développez :** Proposez des activités ou des projets régionaux. Le comité régional vous aidera à les organiser et à les mettre en place.
- **Renforcez la communauté :** Échangez vos expériences et représentez les membres d'Altéo dans votre région.

Témoignage de Ph.Verzele :

”

« Le volontariat existe et est reconnu dans notre région. Même la Commune est à l'écoute des propositions et projets de nos mouvements au travers des réunions « le handicap, on en parle ».



Altéo est actif sur le terrain régional : rencontres sympathiques lors des Altéotop, possibilités de séjours adaptés, organisation de transports, informations spécifiques dans les écoles, bowling-jeunes ... et participation à des activités locales partagées.

Notre Comité Régional s'applique à organiser toutes ces possibilités d'actions et de rencontres avec sérieux.

Victime d'un handicap ou pas, aucun problème ! Votre avis compte pour favoriser l'esprit d'inclusion dans notre vie de tous les jours. Nos réunions dans les locaux accessibles de la MC de Mouscron nous permettent d'échanger nos idées dans la bonne humeur.

La porte est ouverte. Toutes les bonnes volontés sont bienvenues. N'hésitez pas à rejoindre notre groupe ! »

LE COMITÉ DE RÉDACTION DE L'ALTÉOMAG - INSTANCE RÉGIONALE

Le comité de rédaction de l'AltéoMag réunit animateurs, volontaires et membres d'Altéo autour de l'objectif de créer du contenu pour notre magazine. Nous nous retrouvons tous les trois mois pour choisir les sujets qui figureront dans le prochain numéro, en prenant soin de refléter les préoccupations et les initiatives de notre mouvement.

Nous sommes toujours à la recherche de nouvelles idées et de points de vue différents pour enrichir notre magazine. Si vous avez des idées ou souhaitez participer à nos discussions, n'hésitez pas à nous rejoindre !

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE - INSTANCE NATIONALE

2 fois par an, l'Assemblée Générale se réunit pour prendre les décisions les plus importantes : comptes, statuts, objectifs de l'asbl...

On y retrouve :

- 4 représentants de chaque régionale
- 5 experts (du vécu ou de gestion)
- 2 représentants de la MC
- La présidente
- La secrétaire générale



« À l'Assemblée Générale, on fait le lien avec le Conseil d'Administration. On prend des décisions que l'on transmet en régions. »
Christian, Président de la régionale de Tournai.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION - INSTANCE NATIONALE

Le rôle du Conseil d'Administration est de veiller au bon fonctionnement du mouvement et préparer les propositions qui seront soumises à l'Assemblée Générale.

Il est composé de :

- 1 représentant de chaque régionale
- 5 experts (du vécu ou de gestion)
- 1 représentant de la MC
- La présidente
- La secrétaire générale



« J'apprécie participer aux réunions du Conseil d'Administration. On discute de sujets importants, mais dans une bonne ambiance ».
Laure, représentante de la régionale de Mons.

Chacune de ces instances joue un rôle fondamental dans la gestion et l'orientation d'Altéo. Que ce soit au niveau local ou national, chaque membre a la possibilité de s'impliquer et d'influencer les décisions. Si vous souhaitez en savoir plus ou rejoindre l'une de nos instances, n'hésitez pas à prendre contact avec nous !

Les animateurs Hainaut Picardie

Cycle de rencontres autour de la santé à Ath

En 2025, la Mutualité Chrétienne (MC), Énéo et Altéo unissent leurs forces pour vous proposer un cycle de conférences inédit autour des grandes questions de santé. Ces trois rencontres sont pensées pour informer, échanger et réfléchir collectivement aux défis et opportunités de notre système de santé.

AU PROGRAMME

- **Jeudi 10 avril : la Numérisation au Service de Votre Santé**

Une journée pour découvrir comment les technologies numériques transforment votre quotidien et contribuent à améliorer la qualité de vie.

Découvrez comment les technologies numériques transforment nos pratiques de santé et notre quotidien, tout en explorant leurs impacts, bénéfices et limites.

Cette journée riche et interactive inclura une intervention, des échanges avec les participants, et un atelier collaboratif pour imaginer ensemble un futur où la santé numérique est au service des citoyens. Vous y apprendrez également comment des structures comme

l'Espace Public Numérique (EPN) d'Ath peuvent accompagner les citoyens dans cette transition technologique.

- **Septembre : L'Intelligence Artificielle en Santé**

Plongez dans les applications concrètes et éthiques de l'intelligence artificielle dans le domaine médical. Quels changements pour les patients, les professionnels et notre société ?

- **Novembre : Le Handicap Invisible**

Abordons ensemble cette réalité souvent méconnue : comprendre les impacts du handicap invisible, les défis qu'il impose au quotidien et les pistes pour une société plus inclusive.

POURQUOI PARTICIPER ?

Ces rencontres seront animées par des experts, des témoignages et des ateliers interactifs pour vous permettre de mieux comprendre les évolutions de notre système de santé. Ce cycle s'adresse à tous : que vous soyez simple curieux, professionnel de la santé ou concerné personnellement.

Rendez-vous pour la première édition le Jeudi 10 avril 2025 de 10h à 15h.

Vous retrouvez toutes les informations sur le site de la MC : www.mc.be/numerisation-ath

Pour le groupe de travail,

*Fanny Mathieu
Animatrice Hainaut Picardie*

Visite de la nouvelle gare : Un premier état des lieux de l'accessibilité pour les usagers en situation de handicap

Le 20 décembre, le groupe Accessibilité d'Altéo Mons a eu l'opportunité de visiter la nouvelle gare, dans le but de fournir un aperçu utile aux usagers en situation de handicap. Sans être des experts techniques ni des spécialistes des règlements, l'objectif était simple : réaliser un état des lieux qui puisse aider les personnes à mieux s'orienter dans cet espace moderne.

Loin de se concentrer sur les débats autour du coût de cette infrastructure, l'équipe a préféré se concentrer sur l'usage pratique, pour le bien-être des usagers. Nous reconnaissons que la gare n'est pas encore complètement fonctionnelle mais des améliorations sont déjà visibles.

Les espaces intérieurs sont aérés, lumineux, de nouveaux ascenseurs viennent desservir chaque quai, les abords sont relativement libres de tout obstacle, une nette amélioration.

Cependant, certaines zones restent problématiques, comme l'accessibilité des toilettes PMR et la signalisation des ascenseurs. Au moment de la visite tous les ascenseurs n'étaient pas encore réglés, le parking souterrain de la place Léopold n'était pas encore en fonction et la société de gestion des sanitaires n'avait pas encore pris

possession des lieux, rendant les toilettes PMR inaccessibles.

Pour votre première fois dans cette gare, nous vous recommandons d'arriver en avance pour les demandes d'assistance, plus que les 20 minutes conseillées par la SNCB. La borne d'assistance se trouve d'ailleurs dans la « bulle 12 », au centre de la gare. Nous regrettons que cette borne soit mal placée et difficile à trouver. Le groupe encourage les retours des usagers et invite toute personne intéressée par l'accessibilité à rejoindre leurs efforts.

Pour le groupe accessibilité,

Martine et Matthieu

Rejoignez le groupe Accessibilité d'Altéo Mons !

Vous êtes intéressé(e) par l'accessibilité ou souhaitez contribuer à des projets inclusifs ?
Pas besoin d'être expert : vos idées et expériences sont précieuses !





Les ascenseurs peu visibles depuis l'arrière de la gare, côté palais des congrès



La borne d'assistance présente dans la gare



Les quatre ascenseurs en fonction depuis la place Léopold



Des panneaux indicateurs pour se rendre vers les guichets TEC ou SNCB



L'entrée de la « bulle 12 » où se trouve la borne d'assistance

Nos sections locales ont fêté Noël



Une salle chaleureuse pour le goûter de Mons-Nimy-Ghlin



Pierre au micro pour le goûter de Noël d'Hensies



Les membres d'Herchies en plein quizz

Le lien social est très important dans notre mouvement, encore plus lors des fêtes de fin d'année. Nos sections locales ont à cœur d'organiser des activités à cette occasion. Petit retour sur celles-ci...

Les membres de Cuesmes se sont régalés avec un délicieux repas mijoté par Déborah.

Du côté d'Hensies, malgré la suspension des activités, Pierre et son comité ont tenu à rassembler les membres pour un goûter de Noël clôturé avec des cougnolles.

Les locales de Mons-Nimy et Ghlin avait également prévu de bonnes choses à manger pour leur dernière rencontre de décembre, ponctuée par une tombola.

La locale de Lens a également organisé son traditionnel goûter de Noël.

Enfin à Herchies, les membres se sont essayés à un quizz sur les fêtes avant de déguster un morceau de buche.

.....

Un nouveau bus pour Altéo Mons

Un bus flambant neuf arrive en ce début d'année à Mons. Il remplace le véhicule adapté acheté en 2016, qui commençait à montrer des signes de faiblesse après plus de 220.000 kilomètres parcourus. Ce nouveau véhicule, semblable aux 2 précédents, dispose d'un élévateur pour permettre aux personnes en fauteuil roulant de se déplacer. Il est ainsi possible d'installer 3 voiturettes. Grande nouveauté : la deuxième porte latérale permet plus de maniabilité pour les chauffeurs qui manipulent les fauteuils. Nous remercions les personnes ayant contribué à l'achat de ce nouveau véhicule ainsi qu'aux frais de fonctionnement.

Le Transport Adapté est destiné aux membres d'Altéo qui n'ont pas d'autres moyens de se déplacer. Rappelons que les solutions de transports accessibles sont encore trop peu nombreuses, en particulier pour les soirées et les week-ends. Nous remercions nos volontaires chauffeurs impliqués dans ce service : Carine, Frédéric, Olivier, Jean-Philippe, Jean-Luc et Maurice.

*Lorendana Vleminckx
Animatrice Mons-Borinage*

Parlons d'Amour à Mouscron

Que l'on soit âgé, en situation de handicap ou en souffrance psychique, on a tous droit à l'amour.

Cependant, lorsque l'on est moins autonome, il est parfois nécessaire d'obtenir de l'aide de ses proches ou de professionnels pour vivre pleinement sa vie amoureuse et sexuelle. Malheureusement, tout ne se passe pas toujours comme prévu, car de nombreux tabous entourent la sexualité des personnes âgées et/ou en situation de handicap.

Le projet « Parlons d'Amour » a été créé à l'initiative d'un groupe d'institutions.

Il s'agit de l'organisation de soirées qui ont pour objectif d'aider concrètement les personnes en situation de handicap à créer des liens amicaux et amoureux.

Le projet s'est répandu dans plusieurs régions. Actuellement, il existe quatre antennes, formées chacune de plusieurs institutions et, ce projet est proposé sur la région de Mouscron.

Les rencontres ont lieu dans les différentes institutions une fois par mois. Le droit d'entrée est de quelques euros. Les participants sont accueillis, on pré-

sente les nouveaux participants, des animations sont proposées pour les aider à faire connaissance, ils partagent ensuite un moment convivial ensemble.

Les comités régionaux, composés de professionnels issus des différentes institutions participantes, se réunissent une fois par mois pour faire un debriefing de la soirée précédente (avec un représentant des bénéficiaires) et préparer la prochaine soirée. Un comité général se réunit tous les 3 mois afin de réfléchir au projet, à ses valeurs et à la coordination entre régions.

POUR QUI ?

Pour les personnes en situation de handicap mental fréquentant les institutions concernées.

Les personnes qui participent doivent avoir un niveau d'autonomie personnelle : pouvoir identifier et exprimer leurs besoins et donner leur consentement par rapport à la démarche entreprise. L'institution doit accepter la démarche et soutenir la personne sur le plan moral et pratique, c'est-à-dire accompagner le bénéficiaire aux rencontres et assurer un suivi d'une éventuelle relation. La famille doit pouvoir entendre la démarche et collaborer.

Aurélie Kibbe
Animatrice Mouscron-Comines

La Cyclo Danse à Ath

Depuis septembre, un tout nouveau cours de cyclo danse se déroule à Ath, chaque mercredi après-midi, une semaine sur deux. Ce moment unique et inclusif est ouvert à toutes et tous, avec ou sans fauteuil roulant, pour découvrir ou redécouvrir le plaisir de danser.

La cyclo danse est bien plus qu'une activité physique : elle permet de renforcer la coordination, d'améliorer la mobilité et de stimuler la créativité. C'est aussi une belle occasion de briser l'isolement, de rencontrer des personnes et de partager des instants conviviaux.

Depuis son lancement, le groupe s'étoffe peu à peu, porté par l'énergie positive de notre monitrice Marisa. Alors, pourquoi ne pas vous joindre à l'aventure ? Que vous soyez novice ou amateur de danse, ce cours est ouvert à tous et ne nécessite aucun prérequis.



Une démonstration du mouvement lors du cours.



Un moment de danse complice, où le foulard devient le lien entre deux personnes.

.....

Bougez avec Sport Chez Nous à Tournai

Sport Chez Nous propose des activités adaptées tout au long de l'année (hors congés scolaires) pour permettre à chacun de rester actif dans une ambiance conviviale.

Le lundi, retrouvez-nous à la piscine de Kain de 17h à 18h pour des séances d'aquagym adaptées, parfaites pour travailler en douceur.



Toujours une belle ambiance lors des séances de piscine.

Le mardi, rejoignez-nous à la salle Don Bosco de 17h30 à 18h30 pour des séances de gymnastique adaptée, idéales pour maintenir souplesse et mobilité.

Nous recherchons également des volontaires pour aider au bon déroulement des séances. Si vous souhaitez vous impliquer, contactez-nous sans hésiter !

*Fanny Mathieu
Animatrice Hainaut Picardie*

A vos agendas !



Altéo
Place du XX août, 38
4000 Liège

081/237.237

info@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.

Document promotionnel. Demander non contractuel. Page 1/1 MC



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

**CONSEILS EN ADAPTATION
DU DOMICILE**

**Créateurs
d'autonomie**

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



Conseils en adaptation du domicile
Partenaire Mutualité chrétienne

