

MOUVEMENT

De la culture et des loisirs accessibles... avec Altéo, c'est possible !



Altéo ASBL est un mouvement social de personnes malades, valides et handicapées. C'est un lieu d'accueil, de reconnaissance, d'expression, de rencontres, de loisirs, d'échanges et d'intégration.

L'association base son action sur l'engagement volontaire de nombreuses personnes malades, valides et handicapées qui prennent des responsabilités concrètes dans les différents secteurs et aux différents niveaux de l'association.

Une des missions d'Altéo est de promouvoir l'accès et la participation culturelle. Pour cela, la régionale d'Anderlues a mis sur pied un groupe "Culture et loisirs". Parmi ses objectifs, ce groupe travaille sur un programme d'activités permettant d'offrir à la personne handicapée un accès à la vie culturelle. Il est travaillé par et pour des personnes malades, valides et handicapées. Ces dernières prennent ainsi une part active dans l'accès à la vie culturelle et sociale.

Pour 2014, voici les destinations proposées :

- Lundi 20 janvier : Fort de Breendonk.
- Vendredi 28 février : Comédie musicale Anastasia.
- Lundi 3 mars : Carnaval d'Eupen.
- Mardi 11 mars : Blegny mine.
- Vendredi 25 avril : Keukenhof.
- Lundi 5 mai : Dîner gastronomique à l'Auberge de la Ferme à Rochehaut.
- Mardi 17 juin : Zoo d'Anvers.
- Mardi 1er juillet : Ommevang.
- Vendredi 29 août : Labyrinthe de Barvaux.
- Jeudi 18 septembre : Balade à Ostende.
- Jeudi 16 octobre : Comines.
- Vendredi 14 novembre : Balade gustative dans le pays de Herve.
- Lundi 1er décembre : Marché de Noël de Bruges.

Toutes les activités proposées sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les déplacements se font avec un véhicule adapté (mini-bus ou car avec élévateur).

Des volontaires accompagnent également les groupes pour aider aux gestes de la vie quotidienne (repas, toilette...).

Lieux d'embarquement : Charleroi (Rue de l'Ancre - Face à la caserne des pompiers), La Louvière (Gare centrale) et Lobbes (Place communale).

Vous avez envie de participer aux différentes activités ?

Vous souhaitez accompagner en tant que volontaire ?

N'hésitez pas à contacter Sabine Kawecké : 071/54.84.43

- sabine.kaweck@mc.be

Gros plan sur

Aider et soigner à domicile

Une équipe de 85 infirmier(e)s sillonne le territoire de la mutualité jour et nuit tout au long de l'année. Pour un total de près de 320.000 visites. Rencontre avec Bernard Domange qui coordonne une vingtaine d'infirmiers et aides soignants sur la région de Charleroi.

"Le côté plaisant de ce métier, c'est le contact avec chaque patient. C'est un contact privilégié puisque nous allons chez lui. On voit sa manière de vivre, sa structure familiale... On aborde des milieux multiculturels très différents, surtout sur Charleroi", commente Bernard Domange.

Sur Charleroi précisément, 11 tournées sont organisées. Sur sa tournée, chaque infirmier rend visite à une quinzaine de patients. Ce n'est pas toujours le même infirmier qui prend en charge la même tournée. Certains sont titulaires d'une tournée, mais comme ils ne travaillent pas tous les jours, ils sont alors remplacés par des infirmiers "volants".

"Par rapport au milieu hospitalier, nous ne travaillons pas du tout dans la même atmosphère. Il n'y a évidemment pas de médecin, de kiné, ni de laboratoire. Nous n'intervenons pas dans une petite chambre, comme à l'hôpital. Nous sommes dans l'habitation du patient, avec tout ce que ça comporte, les objets, la décoration, les tapis, le désordre parfois, etc."

Infirmier tout terrain

Le métier comporte donc aussi des aspects plus difficiles. "Nous sommes bien sûr amenés à prêter nos services dans des milieux parfois très défavorisés. On est aussi confrontés à certains refus dus au milieu culturel. Parfois, il peut s'agir d'un refus au niveau des soins, par exemple en ce qui concerne l'hygiène. En tant qu'infirmier masculin, je ne peux pas faire de toilettes aux femmes originaires du Maghreb.

Ce n'est pas plus choquant qu'en milieu hospitalier où certaines femmes refusent qu'un homme les lavent, etc. À l'hôpital, c'est juste plus simple d'interpeller une collègue féminine.

C'est plus difficile lors des tournées, de changer d'infirmiers. Ce qui est aussi marquant, c'est de faire des soins dans un environnement particulier. On doit poser des choses stériles sur une table encombrée, par exemple. Toutes les conditions ne sont pas toujours réunies comme à l'hôpital.

On a parfois pas d'eau courante, pas d'électricité, pas de matériel propice. La présence d'animaux est aussi problématique. Il faut savoir s'adapter et faire au mieux."



Réponse globale

Lors de situations plus difficiles, c'est toute une équipe qui peut être consultée pour apporter une réponse multidisciplinaire.

"Oui, on a un contact avec les assistantes sociales des différents services de la mutualité et aussi des hôpitaux.

Par exemple, à la sortie d'une hospitalisation, nous prenons contact pour connaître l'état de santé de la personne, mais aussi son contexte social. La personne vit-elle de manière isolée ou pas ?

Son habitation est-elle adaptée pour son retour après une hospitalisation ? Si, par exemple, la personne est diabétique et qu'elle vit seule, on essaye de préparer le retour à la maison et la surveillance."

Entrer dans l'intimité du domicile des patients peut présenter des difficultés tant pour les soins à donner que pour la réalité humaine rencontrée. "Le tout est de ne pas arriver en conquérant pour tout révolutionner. On répond à un besoin en matière de soins, comme un pansement, une toilette... Parfois, si on peut améliorer les conditions de vie en faisant intervenir des personnes extérieures, c'est un plus. Mais parfois, il y a des refus d'amélioration, de soins... Et puis, on n'est pas des inquisiteurs de la vérité sur la manière de vivre. On est là pour des soins et si on peut améliorer les choses, tant mieux."

Nous n'intervenons pas dans une petite chambre, comme à l'hôpital. Nous sommes dans l'habitation du patient, avec tout ce que ça comporte, les objets, la décoration, les tapis, le désordre parfois, etc."

C. OLIVIER

Le parcours de Bernard

Infirmier en psychiatrie de formation, Bernard Domange commence sa carrière dans le milieu hospitalier. Il se forme parallèlement dans le secteur paramédical et se spécialise en alcoologie, oncologie et en prévention. Après une expérience de travail en maison de repos et dans les soins à domicile, il postule à la Croix Jaune et Blanche (le département des soins infirmiers des ASD). "Je connaisais ce secteur pour avoir déjà participé à des tournées de soins. Ça m'a tellement plu que j'y travaille depuis 18 ans. Et aujourd'hui, j'anime un groupe de travail d'infirmiers et d'infirmières. Il y a plus ou moins 20 collègues infirmiers et aides soignants sur la région de Charleroi. J'essaye de susciter l'enthousiasme, l'intérêt et la motivation à travers leurs tournées de soins. Mais aussi de permettre un bien-être professionnel à chacun, tout en veillant à garder les missions et objectifs de l'institution."

Infos pratiques

La Croix Jaune et Blanche permet d'administrer tous les soins des plus simples aux plus techniques au domicile des patients : injections, toilettes, pansements, sondages vésicaux, prises de sang, glycémies capillaires, placement et surveillance de perfusion, soins palliatifs... La coordination entre les différents métiers (infirmier, travailleur social, aide familiale, aide ménagère et garde à domicile) permet d'offrir à toute demande d'aide à domicile, la possibilité d'être pris en charge de façon pluridisciplinaire si la nécessité se fait sentir.

Au niveau des soins infirmiers, l'accompagnement du patient se fait en collaboration étroite avec la famille, le médecin traitant et l'ensemble des prestataires liés au maintien à domicile.

Complémentairement, les services infirmiers ont un rôle d'éducation à la santé et de prévention et une spécialisation en soins palliatifs à domicile. Les soins sont prestés chaque jour de l'année, week-end et jours fériés compris, plusieurs fois par jour si nécessaire. Une garde est assurée 24h/24.

Contact 24h/24 : 071/59.96.66 • hainaut.oriental@fasd.be • www.fasd.be

NOVEMBRE

QUALIAS
Bandagierie • Orthopédie • Optique • Audition
Prestations Assurées et Validées

DÈS NOVEMBRE, FAITES DE BEAUX RÊVES GRÂCE À QUALIAS !

Lit électrique 1478€
1099€

- relève-tête et relève-jambes
- sommier à lattes bois de 30x200cm
- barrières coulissantes
- poids max. 175 kg

Matelas ergonomique Sur la gamme de matelas Ergomat -20%

- circulation optimale de l'air
- régulation de l'humidité
- housse lavable

Plus de 300 magasins en Belgique et en France

Toujours un Qualias près de chez vous :

ANDERLUES : Route de Mons, 23/3 • 071/54 83 95
CHARLEROI : Bd Tirou, 20 • 071/30 27 72
COURCELLES : Rue Ph. Mommyer, 35 • 071/46 81 51
GILLY : Ch. de Fleurus, 20 • 071/41 57 70
LA LOUVIÈRE : Rue Sylvain Guyaux, 39 • 064/22 25 60
MONTIGNY : Rue de Gozée, 659 • 071/51 90 00
SOIGNIES : Rue de Mons, 16 • 067/64 58 26

Mutualité chrétienne Hainaut Oriental
40 rue du Douaire à 6150 Anderlues
Éditeur responsable : Jean Michel Namurois
Fax : 071/548.550
e-mail : anderlues@mc.be

Tél. 071 548 548

Une erreur dans votre adresse postale? Signalez-le via www.mc.be/journal ou auprès du 0800 10 9 8 7

e-service

Médicaments génériques... combien pourriez-vous épargner ?

La Mutualité chrétienne (MC) vous propose différents services en ligne afin de vous faciliter la vie!

Vous prenez un médicament et aimeriez savoir s'il existe un générique ?

Rien de plus simple ! Surfez sur www.mc.be/self-service/calculer-simulez/ puis cliquez sur "chercher et comparer les médicaments génériques".

Introduisez le nom de votre médicament et recevez le nom de tous les médicaments génériques associés. Allez plus loin en indiquant le nombre de prises par jour et la durée du traitement et vous obtiendrez l'économie réalisée si vous optez pour le générique.

Un exemple : vous prenez un cachet par jour de Lasix 40 mg (médicament référent). En le remplaçant par son générique, le Furosemide Sandoz 40 mg, vous épargnez 19,60 EUR et l'assurance maladie 24,96 EUR.

ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE

Vaccination

///

A l'approche de l'hiver, vous pensez peut-être vous prémunir de la grippe. Grâce à votre assurance complémentaire, vous pouvez bénéficier d'une intervention jusqu'à **25 euros** par an, sans limite d'âge, dans le coût des vaccins anti-infectieux et désensibilisants, y compris sur les vaccins spécifiques reçus dans le cadre d'un voyage à l'étranger.

Vous bénéficiez d'une intervention annuelle jusqu'à 25 euros (tout type de vaccin confondu) par bénéficiaire quelque soit l'âge

Encore plus d'infos sur www.mc.be dans la rubrique "Mes avantages"

ÇA SE PASSE

Le Père Noël est un rockeur

///

La formule du festival est simple et fonctionne toujours : un jouet = une entrée = un enfant heureux. Les animateurs de J&S récolteront votre jouet à l'entrée (pas de jouet à pile, ni de peluche) pour ensuite organiser la tournée auprès d'institutions pour enfants de la région.

Date : le samedi 7 décembre

Lieu : Salle du Patro à Thuillies

Tous les détails sur les groupes à l'affiche sur www.rock-coeur.be ou www.facebook.com/rockcoeur

Bientôt la pension ? Des réponses à vos questions !

///

Dans un avenir proche ou lointain, vous envisagez de prendre votre pension. Pour vous accompagner dans cette étape, la MC vous propose une soirée gratuite d'informations générales sur les pensions. Nous y aborderons toutes les questions relatives au droit, aux démarches à suivre, au calcul, au paiement, aux retenues, etc. que vous soyez fonctionnaire, salarié(e) ou indépendant(e). Choisissez la date et le lieu qui vous conviennent le mieux :

> Le mardi 26 novembre de 19h à 21h dans la salle du MOC 6 rue du Marché à 7100 La Louvière

> Le jeudi 28 novembre de 19h à 21h dans Salle des fêtes, 3 place de Thirimont à 6500 Thirimont

Inscription indispensable : 071/54.84.28 • anderlues@mc.be

"Qui sème la misère récolte la colère"

///

Le Mouvement ouvrier chrétien, la SAW-B et Ciné le Parc choisissent le bon moment pour vous proposer une soirée ciné-débat thématique sur la crise et le milieu bancaire.

Pour introduire la soirée, projection du film *Le Grand retournement*, de Gérard Mordillat : c'est la crise, la bourse dégringole, les banques sont au bord de la faillite, le crédit est mort, l'économie se meurt... Pour sauver leurs mises les banquiers font appel à l'État. Les citoyens paieront pour que le système perdure, que les riches restent riches, et que les pauvres restent pauvres. C'est tragique comme du Racine, comique comme du Molière.

Cinq ans après la crise : quels changements pour nos banques ?

Place au débat ensuite avec trois personnes de référence, issues des milieux politiques, financiers classiques et alternatifs, qui confronteront leurs points de vue sur la situation actuelle et l'avenir des banques et du système économique :

> **Georges Gilkinet** : député, président de la Commission des Finances et du Budget

> **Yves Klein** : directeur de CPH Hainaut

> **Bernard Bayot** : directeur du Réseau Financement Alternatif et président de la New-B

Date : le mercredi 27 novembre à 20h

Lieu : Ciné le Parc, 58 rue de Montigny à 6000 Charleroi

Prix : 5,30 EUR

Info et réservation souhaitée : 071/31.71.47

Grand concert de Noël

///

L'ASBL Château Mondron de Jumet vous invite à son grand concert de Noël par un octuor à vents issu de l'Ensemble orchestral mosan dirigé par Jean-Pierre Haecq. Les bénéficiaires seront consacrés à différentes actions, notamment la réalisation de logements sociaux.

Date : le dimanche 15 décembre à 16h

Lieu : Château Mondron, 57 chaussée de Fleurus à 6040 Jumet

Entrée : 18 EUR (9 EUR pour les étudiants).

Infos et réservations : 071/41.61.05 - 0497/48.36.70

Vacances Jeunesse & Santé 2014

Les séjours de Carnaval et Pâques



Découvrez le programme pour les 7-18 ans !

En tant que membres de la Mutualité chrétienne cotisant à l'assurance complémentaire, les participants bénéficient d'un tarif préférentiel.

Un avantage à ne pas manquer !

Le prix MC est réduit, grâce à l'intervention de votre assurance complémentaire. N'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples informations !

Séjours Carnaval

Équitation 7-10 ans (nés entre 2004 et 2007)

Spa (Belgique)

Du dimanche 2 mars au vendredi 7 mars

Prix : 300 EUR. Prix MC : 185 EUR.

Organisation : J&S Bruxelles

Ski Spécial 14 ans (être né en 2000)

Rokytnice nad Jizerou (Tchéquie)

Du samedi 1^{er} mars au samedi 8 mars

Prix : 745 EUR. Prix MC : 495 EUR.

Organisation : J&S Hainaut oriental

Ski ados 15-18 ans (nés entre 1996 et 1999)

Mariapfarr (Autriche)

Du vendredi 28 février au samedi 8 mars

Prix : 786 EUR. Prix MC : 711 EUR.

Organisation : J&S Bruxelles

Séjours Pâques

Équitation 9-13 ans (nés entre 2001 et 2005)

Graide (Belgique)

Du samedi 5 avril au samedi 12 avril

Prix : 381 EUR. Prix MC : 220 EUR.

Organisation : J&S Brabant Wallon

Aventure 10-13 ans (nés entre 2001 et 2004)

Spa (Belgique)

Du samedi 12 avril au samedi 19 avril

Prix : 323 EUR. Prix MC : 162 EUR.

Organisation : J&S Brabant Wallon

Mix Anim' 7-10 ans (nés entre 2004 et 2007)

Coxyde (Belgique)

Du samedi 12 avril au samedi 19 avril

Prix : 302 EUR. Prix MC : 141 EUR.

Organisation : J&S Bruxelles

Mix Anim' 7-12 ans (nés entre 2002 et 2007)

Spa (Belgique)

Du samedi 5 avril au samedi 12 avril

Prix : 302 EUR. Prix MC : 141 EUR.

Organisation : J&S Bruxelles

Ski spécial 14 ans (être né en 2000)

Valmeinier (France)

Du samedi (soir) 5 avril au dimanche

(soir) 13 avril

Prix : 745 EUR. Prix MC : 495 EUR.
Organisation : J&S Brabant Wallon

Ski jeunes handicapés 14-21 ans
Valmeinier (France)

Du samedi (soir) 5 avril au dimanche (soir) 13 avril

12 participants (handicap mental et/ou physique léger non-voituré)

Prix : 745 EUR. Prix MC : 495 EUR.

Prix réduit de 50% pour les personnes bénéficiant de la franchise sociale.

Organisation : J&S Hainaut oriental

Aventures 15-18 ans (nés entre 1996 et 1999)

Camporrobles (Espagne)

Du vendredi 11 avril au samedi 19 avril.

Prix : 774 EUR. Prix MC : 699 EUR.

Organisation : J&S Brabant Wallon

Coordonnées des fédérations organisatrices :

J&S Brabant Wallon :
54 bd des Archers à 1400 Nivelles - 067/89.36.45 •

jsbw@mc.be

J&S Hainaut oriental :
40 rue du Douaire à 6150 Anderlues - 071/54.84.02 •

js.anderlues@mc.be

J&S Bruxelles :
111-115 bd Anspach à 1000 Bruxelles - 02/501.58.20 •

secretariat@jsbruxelles.be

Bon à savoir

Du tonus pour ton blocus !



Impossible de courir un marathon en ne s'entraînant que la veille ! Une telle course nécessite un plan de préparation. Et le jour J une fois venu, vous serez au meilleur de votre forme grâce au "Starting bloqué".

Pour les étudiants de première année de l'enseignement supérieur et universitaire, c'est en effet le moment idéal pour commencer à préparer la session de décembre ou janvier. L'heure du blocus a sonné ! Comment organiser son temps et faire face au stress ?

L'alimentation, les pauses-détente, le sommeil, le rôle des supporters...

Jeunesse & Santé, avec le soutien de la Mutualité chrétienne, propose des réponses sur son site www.startingbloque.be



Créé par des jeunes pour des jeunes, le site "Starting Bloque" regorge de trucs et astuces pour traverser la bloqué le plus sereinement possible !