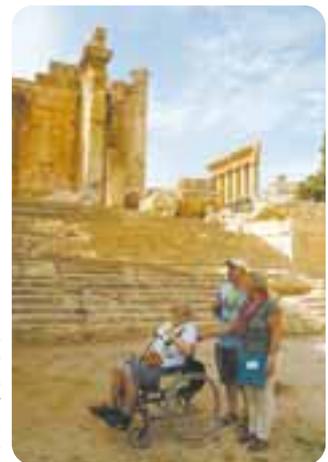


Altéo au Liban

# Souvenirs du pays du cèdre

En octobre dernier, un petit groupe de vacanciers moins-valides a mis le cap sur le Liban pour un voyage inédit. Ce séjour tout particulier reposait sur la collaboration active de la Mutualité chrétienne Hainaut Picardie avec le milieu du handicap au Liban. Le programme, qui a oscillé entre visites et rencontres avec des familles libanaises confrontées au handicap, a attiré une trentaine de personnes. Nous avons souhaité vous faire partager nos souvenirs de cette expérience tellement enrichissante !



**Jour du départ**, rendez-vous pour le groupe des Tournaisiens à la gare de Tournai. But avoué : faciliter la prise de contact et faire connaissance durant le trajet vers Zaventem. Arrivée à l'aéroport dans le grand hall. On retrouve les personnes qui rejoignaient Zaventem par leurs propres moyens. Déjà, une bonne ambiance est perceptible dans le groupe qui rassemble une trentaine de participants. Après un enregistrement un peu mouvementé par la taille du groupe, nous embarquons. Une belle surprise nous attendait ! Peu

de passagers occupaient les sièges. Nous avons eu ainsi tout le loisir de choisir de nous installer où bon nous semblait avec le confort d'un avion presque pour nous seuls ! La plupart d'entre nous n'avaient jamais voyagé par les airs. Ce confort a sans nul doute contribué à rendre cette expérience encore plus formidable !

### L'hospitalité libanaise

Arrivée à Beyrouth, on s'aperçoit de suite que l'hospitalité libanaise n'est pas une légende. L'accueil à l'aéroport a été très chaleureux. Le per-

sonnel était aux petits soins pour le groupe, apportant directement les fauteuils roulants nécessaires à certains de nos vacanciers.

Jean et Amal Chebli, responsables de l'institution de Zhale, sont venus nous chercher en car pour nous conduire au centre qui devait nous héberger durant la première partie du séjour. Nos hôtes se sont montrés particulièrement accueillants et bienveillants. Toujours attentifs même aux détails, mettant un point d'honneur à nous faire passer quelques jours inoubliables. Jean, tout spécialement, nous a été d'un grand secours dans les relations avec les Libanais et les autorités. Une anecdote qui restera à tout jamais gravée dans la mémoire des vacanciers : la traversée de la ville de Baalbek en car escorté par des policiers pour aider à accéder plus rapidement au site.

### Un riche patrimoine historique

Nous avons concocté pour ces premiers jours un programme alléchant en compagnie de familles libanaises. Les vacanciers ne sont pas prêts d'oublier les visites de Baalbek et d'Anjar sous le soleil qui donne à ces sites historiques une couleur toute particulière.

Autre grand moment, la visite du centre de Jean et Amal. Un temps d'échange riche en émotions. Les résidents étaient fiers et heureux de nous montrer leurs activités et le fruit de leur travail. Ils nous ont même offert de délicieux biscuits fabriqués dans leurs ateliers.

Les soirées étaient également particulièrement savoureuses gustativement (rien que l'évocation de kebbeh fait encore saliver nos vacanciers) et culturellement parlant. Nous retiendrons la prestation d'un chanteur libanais tellement heureux de participer à ce moment d'échange qu'il a tenté quelques chansons d'Adamo, juste pour le plaisir. Les danses folkloriques libanaises étaient également un pur bonheur

pour les yeux et les oreilles.

Le troisième jour, nous avons laissé derrière nous Zhale pour migrer vers le nord en direction de Zgharta. Pour y arriver, le car doit traverser la chaîne de montagne. On passe rapidement du niveau de la mer à plus de 2.000 mètres d'altitude, c'est très impressionnant. Le monastère qui devait nous loger pour la deuxième partie du séjour est "accroché" à flanc de montagne. Nous avons pu l'observer de loin en arrivant, un spectacle de toute beauté.

Le lendemain, direction les cèdres du Liban. Malgré les cailloux sur le chemin, même les personnes en fauteuils roulants ont pu s'y promener. Nous avons ensuite voulu admirer la Vallée Sainte. La route qui y descend est très étroite. Nous avons cru que le car n'arriverait jamais au bout, mais quelle merveille à l'arrivée ! Un coin de nature intacte au milieu duquel coule un petit torrent... encore un moment inoubliable !

Le dernier jour, une visite de Byblos s'imposait. Cet ancien port phénicien garde trace encore de ce prestigieux passé historique dans sa citadelle qui malheureusement est très peu accessible. Avec toute la bonne volonté des bénévoles, certaines personnes n'ont malgré tout pas pu la visiter. Par contre, les souks de la ville ont été pris d'assaut pour permettre à chacun de revenir avec un petit souvenir de ce voyage.

### Un petit goût de trop peu...

Ce séjour s'achevait déjà, nous laissant un sentiment mitigé d'émerveillement et de frustration. Frustration car nous savons que nous ne

sommes pas au bout de nos découvertes. Il y a encore d'autres choses à admirer dans ce pays. Nous regrettons par exemple de ne pas avoir eu le temps d'admirer Beyrouth et sa côte maritime. Un avant-goût nous a été donné dans l'avion, l'atterrissage donne l'impression de tomber dans la mer. C'est magnifique !

Les échanges avec les familles libanaises furent eux aussi trop brefs, on en voudrait toujours plus !

**Les vacanciers ne sont pas prêts d'oublier les visites de Baalbek et d'Anjar sous le soleil qui donne à ces sites historiques une couleur toute particulière.**

Mais n'oublions pas de remercier à leur juste valeur nos hôtes qui nous ont offert un accueil si chaleureux. Sans leur présence et leur aide, l'organisation de ce séjour n'aurait pas été possible. Les volontaires

accompagnants méritent eux aussi nos plus vifs remerciements. Ils ont beaucoup donné durant ces quelques jours pour aplanir les difficultés rencontrées par le manque d'accessibilité de certains lieux et ainsi permettre à chacun de jouir au maximum de toutes les beautés offertes par ce pays. Nous y retournerons, c'est certain, peut-être au printemps pour profiter autrement de la nature et des paysages. Peut-être ferez-vous partie du voyage ?

// JOSEPH TOMME  
Responsable séjour

// ISABELLE DEWAEGHENEIRE  
Animatrice Altéo

## CA SE PASSE

### Vous êtes en incapacité de travail prolongée ? Appel à témoins

**Vous recevez une indemnité d'invalidité de votre mutuelle depuis près d'un an ? Vous pouvez nous aider ! Dans le but d'améliorer l'accompagnement des personnes en invalidité/incapacité de travail prolongée, la Mutualité chrétienne mène une étude.**

Alors que la vie doit se réorganiser suite à cette incapacité forcée, nous savons que l'accompagnement et le soutien en cette période difficile sont essentiels. C'est pourquoi nous faisons appel à vous ! Vous qui vivez cette situation, venez témoigner ! Nous cherchons à mieux cerner vos besoins et attentes en matière d'accompagnement, d'information et de conseil de la part de votre mutualité. Votre témoignage est des plus précieux en vue d'améliorer la qualité de nos services d'accompagnement et de soutien à apporter à toute personne en incapacité de travail prolongée.

#### >> Dès lors,

- > Si vous recevez une indemnité d'invalidité de votre mutuelle depuis près d'un an,
  - > Si vous avez récemment reçu le 4<sup>ème</sup> numéro de notre brochure "La vie devant nous",
  - > Si vous êtes prêt à partager votre expérience avec nous,
- Faites-vous connaître !



#### >> Concrètement :

- > Une rencontre collective sera prévue pour cette étude à Tournai, le mercredi 30 mars, de 9h30 à 11h30, au 44 rue saint-Brice (Salle 1).
- > Vos témoignages seront traités en tout anonymat par le service d'étude de la Mutualité chrétienne.
- > Les personnes qui y participeront seront remboursées des frais de déplacement engagés. Un service "voiturage" est à disposition des personnes rencontrant des difficultés à se déplacer.
- > **Attention** : il ne s'agit pas d'aborder le sujet sous forme de thérapie de groupe mais plutôt de laisser place au vécu de chacun afin d'expliquer les difficultés, besoins et attentes rencontrés.

**Vous souhaitez poser des questions, en savoir davantage sur cette étude ? Vous souhaitez apporter votre témoignage ?**

Renseignements et inscription avant le 22 mars auprès d'Altéo (065 40 26 39) ou du service Infor Santé de la Mutualité chrétienne (069 25 62 64) ou par e-mail à francoise.sevrin@mc.be ou guy.delobel@mc.be



## Vacances pour personnes malades, valides et handicapées

Grâce au soutien de la Mutualité chrétienne, Altéo propose des séjours très démocratiques, chaleureux et construits sur mesure pour permettre à chacun de trouver un encadrement de qualité et sécurisant.

N'hésitez pas à commander la brochure qui présente ces séjours. Elle est disponible gratuitement auprès de votre conseiller mutualiste ou en téléphonant au 069 25 62 68.



Centre Hospitalier de Wallonie Picarde

# Bénévole : un plus pour les patients

"Chaque fois que j'entre dans une chambre, j'essaie que la personne soit mieux, qu'elle oublie un peu sa maladie", raconte Monique, bénévole au CHwapi (Centre Hospitalier de Wallonie Picarde) depuis 10 ans. Comme elle, chaque jour, des dizaines de volontaires consacrent un peu de leur temps aux patients ambulants ou hospitalisés et contribuent ainsi à leur bien-être. Parce qu'ils constituent des partenaires appréciés tant par l'équipe soignante que par les patients, le CHwapi lance une campagne d'appel aux bénévoles.

"Je suis sans emploi et dès que mon fils est entré en humanité, j'ai souhaité me rendre utile", confie Yolande, bénévole au CHwapi depuis plus de 6 ans. Yolande accompagne les patients lorsqu'ils doivent se rendre à une consultation ou passer un examen. "Ma présence les rassure et les distrait pendant le temps d'attente". Parce qu'être bénévole, c'est surtout écouter avec discrétion, être présent et réconforter, Yolande a suivi, comme beaucoup d'autres, une formation à l'écoute.

Le bénévolat, c'est encore tant de choses minimes et pourtant si essentielles... Ce n'est pas Claudy, bénévole aux urgences depuis 8 ans qui le contredira : "Je suis très polyvalent : rassurer un enfant, redresser un oreiller, porter une tasse de café ou encore parler et informer... De petites attentions qui apportent beaucoup aux patients." Chez Claudy, le bénévolat est devenu une tradition familiale, puisque Monique, son épouse, accompagne aussi les patients adultes et les enfants : "Nous essayons d'apporter un plus. Être bénévole, c'est un véritable engagement". Tous deux retraités, Monique et Claudy s'investissent et s'épanouissent pleinement dans cette mission.

### Une main sur l'épaule, un sourire...

Outre donner de son temps et se rendre disponible, le bénévolat, c'est aussi offrir un peu de réconfort aux patients et à leurs proches. "La bénévole de notre unité prend bien le temps pour discuter avec les patients. Elle transmet sa bonne humeur dans tout le service", souligne Sophie Demanet, infirmière chef de l'unité de Réadaptation neurologique du site Union.

Jeune maman au foyer, Myriam a 3 enfants et est bénévole dans l'unité de pédiatrie depuis un an. "Je lis des histoires aux enfants, leur chante des chansons...", confie-t-elle. "Une main sur l'épaule, un mot réconfortant... suffisent parfois à les apaiser. C'est réjouissant de voir des enfants sourire et des parents reconnaissants". Pour l'équipe de l'unité de Pédiatrie aussi, les bénévoles constituent un soutien énorme. Partenaires appréciés et intégrés dans l'équipe soignante, les bénévoles ne remplacent aucunement les professionnels de la santé dans les soins et les traitements. "Ils constituent un soutien supplémentaire et essentiel auprès des familles, des proches et des patients", affirme Marie-Hélène Maghe, infirmière chef d'unité des Soins continus & palliatifs du site IMC.

Damien est bénévole dans l'unité des Soins continus & palliatifs du site Union depuis 5 ans. "J'écoute les patients et leur famille, les rassure, accompagne les familles en deuil..."



Cela peut vraiment les apaiser", assure ce retraité. Devenir bénévole dans une unité de soins palliatifs ne s'improvise pas. En effet, après un entretien d'évaluation positif, chaque candidat doit suivre, une formation organisée par la plateforme des soins palliatifs de Tournai. Cette formation a permis à Damien de bien comprendre les limites de son rôle et le contexte dans lequel il accomplit sa mission. Mais pour lui, au-delà de la formation, "pour être bénévole, il faut avant tout avoir envie d'apporter quelque chose aux autres".

Au CHwapi, une cinquantaine de volontaires comme Monique, Claudy, Yolande, Myriam et Damien accompagnent chaque jour les patients. Le CHwapi comprend de nombreux services où la présence de volontaires est importante : médecine, chirurgie, gériatrie, réadaptation, pôle mère-enfant, urgences, consultations, accueil, soins palliatifs... L'équipe des bénévoles est répartie sur les 4 sites hospitaliers de l'institution : Dorcas, IMC, Notre-Dame et Union.

### Rôle et missions du bénévole

Le bénévole a pour mission de contribuer au bien-être du patient (hospitalisé ou ambulant) et de ses proches, lors de son accueil ou durant le séjour.

### Volontaires, en voiture !

De son côté, la Mutualité chrétienne propose un bénévolat dans une sphère relativement proche. A travers son asbl Altéo, elle propose à ceux qui le souhaitent de se rendre utile en s'engageant dans l'accompagnement et le transport des malades.

Il s'agit en effet de conduire des personnes plus âgées ou isolées, sans solution de transport, vers leur consultation ou leur traitement, que ce soit en milieu hospitalier ou même chez un prestataire de soins privé. La dimension d'accompagnement est importante. Prendre le malade à domicile, l'aider à s'installer ou à sortir de la voiture, l'accompagner dans l'hôpital pour trouver son rendez-vous, l'aider pour les formalités, l'attendre, l'écouter et le rassurer... C'est là un véritable service porte à porte apprécié de bien des membres, que nos bénévoles proposent avec cœur. Une bien belle traduction concrète d'une valeur mutualiste majeure : la solidarité.

Intéressé ? Contactez Altéo au 069 25 62 68.

### ÇA SE PASSE

#### Changeons notre regard sur le handicap

Le jeudi 10 mars de 14h à 17h, Altéo Mouvement Mouscron-Comines propose une animation "Changeons notre regard sur le handicap" animée par l'équipe d'Aumônerie de Tournai. Trop souvent encore, la société véhicule une image négative de la personne handicapée. Au programme : démystification de la personne handicapée et ouverture vers un autre regard.

Prix : 2 EUR membre Altéo - 3 EUR non-membre.

Lieu : Mutualité chrétienne, salle 3, rue Saint Joseph 8 à 7700 Mouscron.

Renseignements et inscription au 056 39 15 21 ou alteo.mouscron@mc.be.

### ÇA SE PASSE

#### Défilé de lingerie pour dames opérées du sein à Mouscron

Pour la 5<sup>ème</sup> année consécutive, les magasins Espace Santé organisent un défilé de lingerie et balnéaires adaptés pour les dames ayant subi une ablation du sein. Cette année, il se déroulera courant du mois de mars dans les locaux du magasin Espace Santé, rue du Bas-Voisinage 77 à Mouscron. Cet événement aura lieu en collaboration avec l'asbl "Vivre comme avant" ainsi que les firmes de lingerie Anita et Amoena. Les mannequins elles-mêmes mammectomisées n'hésitent pas à partager leur vécu avec les participantes et à leur prodiguer des conseils par rapport aux modèles proposés.

Si vous souhaitez des renseignements complémentaires, n'hésitez pas à téléphoner au 056 56 12 60 ou à vous rendre dans un de nos magasins.

#### >> Nos magasins :

**ATH** - Rue Haute, 25 - 068 55 33 55.

**COMINES** - Rue de Wervicq, 13 - 056 85 32 30.

**MONS** - Rue des Canoniers, 1 - 065 34 24 40.

**MOUSCRON** - Rue du Bas Voisinage, 77 - 056 56 12 60.

**TOURNAI** - Rue Saint-Brice, 56 - 069 84 44 84.

### ESPACE SANTÉ

www.qualias.be

#### Respirez ! Aérosol C28 de Omron

- > Dernière technologie : s'adapte à votre respiration.
- > Diffusion plus efficace du médicament dans les poumons par un débit réglable.
- > Appareil compact et léger, facile à transporter.
- > Simple d'utilisation.
- > Garantie 3 ans.
- > Kit complet.

75€

À l'achat d'un aérosol Omron C28, un coussin Sissel Balu gratuit.

#### Liste des magasins

<b>Mons</b>	065 34 24 40	Rue des Canoniers, 1
<b>Ath</b>	068 55 33 55	Rue Haute, 25
<b>Mouscron</b>	056 56 12 60	Rue du Bas-Voisinage, 77
<b>Tournai</b>	069 84 44 84	Rue Saint Brice, 56
<b>Comines</b>	056 85 32 30	rue de Wervik 13



Promotion valable du 01 au 31 mars 2011. Les prix s'entendent TVA et recoupel inclus. Offre valable uniquement pour les membres de la Mutualité chrétienne en ordre de cotisation.

#### Mutualité chrétienne Hainaut Picarde

Rue Saint-Brice 44, 7500 Tournai

Éditeur responsable : Virginie De Clercq

Fax : 069 21 25 65

E-mail : haipi@mc.be

**Tél. 069 25 62 11**