

ÇA SE PASSE

Module de formation "Recherche de sens et vouloir vivre"

Le Centre de Formation Cardijn (Cefoc) organise un module de formation "Vouloir vivre" à Liège dès le mois d'avril prochain, une formation pour réfléchir avec d'autres sur ce qui vous fait vivre. A partir de vos expériences de vie, le Cefoc vous propose un temps de prise de recul et un temps pour élargir les perspectives.

La formation s'adresse aux femmes et aux hommes des milieux populaires, qui ont plus appris par la vie que par les études, ainsi qu'aux personnes qui en sont solidaires. Les réunions ont lieu une fois par mois (durée de 2h30) pendant un an (dates et horaires fixés en fonction des disponibilités des participants).

Premières réunions d'information, de 19h30 à 21h30 :
 > le 17 avril à la Tchicass, place Sainte-Barbe 16 à 4020 Liège
 > le 14 mai à Barricade, rue Pierreuse 21 à 4000 Liège
 > le 14 juin à la Maison des femmes d'ici et d'ailleurs, rue Magis 16 à 4020 Liège

PAF : 5 EUR - 3 séances d'info gratuite.
 Plus d'infos : 0486/98.98.80 ou benedicta.quinet@cefoc.be

Avant-première du film Elles

S'emparant d'un sujet pour le moins risqué, la prostitution étudiante, *Elles* prend soin de l'aborder sans œillères ni parti pris moral. Direct et parfois dérangeant, le film est servi par des actrices impressionnantes qui donnent beaucoup d'elles-mêmes pour rendre cette histoire tour à tour fascinante et révoltante : Anaïs Demoustier, Joanna Kulig et Juliette Binoche. La projection sera suivie d'un débat sur la prostitution.

Quand ? Le mardi 17 avril à 19h45.
 Où ? Au Cinéma Le Parc, rue Paul-Joseph Carpay 22 à 4020 Liège-Droixhe. Entrée gratuite.

Plus d'infos et inscription obligatoire : 04/237.93.26 ou olivier.puljiz@provincedeliege.be

Conférence : Soif d'autre chose, revenir à l'humain

Qu'est-ce qui nous donne l'énergie de nous lever chaque matin ? Psychologue, psychanalyste et directeur de l'Association Française Dolto, Philippe Béague donnera une conférence autour de son livre "Soif d'autre chose" : 23 auteurs d'horizons différents (philosophes, psychanalystes, juristes, artistes...) y expliquent pourquoi, de leur point de vue, la vie est encore synonyme d'espoir et ce qui lui donne un sens. Résolument optimistes, ils affirment leur refus de se déclarer vaincus, l'espoir qui les anime, le sens de leur combat. Une lecture pour réinventer un demain donnant la priorité à la dignité de l'être humain. La conférence sera traduite en langue des signes par deux interprètes du SISW (Service d'Interprétation des Sourds de Wallonie).

Quand ? Le mercredi 18 avril à 15h.
 Où ? Au Centre culturel d'Ans, place des Anciens Combattants à 4432 Ans-Aller. PAF : 7 EUR - 5 EUR en prévente - 1,25 EUR (Article 27).
 Plus d'infos : 04/247.73.36 ou www.ccans.be

Alzheimer Café

Parler de la maladie d'Alzheimer demeure un tabou. Or, disposer d'informations précises sur la maladie et être capables d'en discuter permet aux personnes concernées par cette maladie de mieux l'accepter et participe à leur mieux-être.

L'Alzheimer Café est un rendez-vous convivial d'échange d'informations où toutes les personnes impliquées dans cette pathologie peuvent se rencontrer et échanger leurs expériences dans une atmosphère créative. L'Alzheimer Café a pour objectifs :

- > d'informer sur l'aspect médical et psychosocial de la démence,
- > de créer un dialogue ouvert et sans tabou sur la maladie,
- > de rompre l'isolement social des malades et de leurs proches.

Quand ? Le vendredi 27 avril de 14h à 16h (et tous les 4èmes vendredis du mois, hors vacances scolaires).

Où ? Au club des pensionnés, chemin Chant des Oiseaux 2 (boulevard Kleyer) à 4000 Liège. Entrée gratuite.
 Plus d'infos : 04/229.58.10 ou www.alzheimercafe.be

Cuisiner avec les plantes sauvages printanières

Education-environnement vous propose d'aller à la rencontre de plantes sauvages, d'apprendre à les reconnaître dans leur environnement, de découvrir quelques-unes de leurs multiples propriétés. La journée se terminera par un repas préparé et cuisiné ensemble.

Quand ? Le samedi 28 avril de 9h à 18h30.
 Où ? A Education-Environnement, parc du Jardin Botanique, rue Fusch 3 à 4000 Liège.

PAF : 25 EUR.
 Plus d'infos et inscription obligatoire : 04/250.75.10 ou formation@education-environnement.be

Gros plan sur

Autonomies : le salon différent

Les personnes en perte d'autonomie représentent aujourd'hui plus de 30% de notre population ! Organisé tous les deux ans depuis 2002, le salon Autonomies s'annonce plus que jamais comme le rendez-vous de toutes les découvertes et des solutions pour une vie autonome à tout âge.

Un des atouts d'Autonomies est de conjuguer les meilleurs produits et services avec tout le dynamisme et la richesse du monde associatif. Pour cette 6^{ème} édition, les organisateurs annoncent 140 exposants, un colloque, une trentaine de conférences et pas moins de six expositions !

Tous les thèmes sont abordés : tourisme et loisirs adaptés, sport, emploi et formation, éducation et enseignement, jouets pour tous, culture, logement, transports, accompagnement, aides techniques, maintien à domicile...

Votre petit-déjeuner : dans le noir ou signé ?

Destiné à tous les publics (la personne handicapée, son entourage, les professionnels du secteur, les étudiants...), le salon associe l'information et l'animation. A côté des nombreuses démonstrations sportives ou musicales, Autonomies propose quelques rendez-vous à ne pas manquer :

> jeudi 26 avril à 13h et 16h : théâtre dans le noir

> jeudi 26 avril à 13h : projection en audiovison du film "Le dîner de cons"

> vendredi 27 et samedi 28 avril à 8h30 : vous aurez le choix entre un petit-déjeuner dans le noir pour découvrir une autre manière de goûter, de déguster... et de vous réveiller

(sur réservation au 04/222.35.35) ou un petit-déjeuner signé pour découvrir la langue des signes dans une ambiance chaleureuse et conviviale (sur réservation au 0496/24.05.30). Ces deux animations sont gratuites.

> vendredi 27 avril à 15h30 et samedi 28 avril à 14h30 : spectacle-atelier "éveil musical" animé par Les Zakouskis (découverte des sons, des instruments, des rythmes...).

Des rencontres passionnantes

Durant les trois jours, des confé-



Venez nous rencontrer !

rences aborderont des sujets pratiques ou techniques et permettront de faire le point sur les dernières innovations : internet, nouvelles technologies de l'information...

Partenaire du salon, la MC présentera également une conférence le vendredi 27 avril à 15h30 :

> "Audit de l'aménagement du domicile : des pistes pour conserver son autonomie et rester chez soi !", par Ludovic Grodent et Emilie Gritten, ergothérapeutes Solival Wallonie-Bruxelles.

Par le biais d'une analyse préventive de votre domicile, l'ergothérapeute vous propose un aménagement adapté à vos difficultés afin de favoriser un maintien confortable et sécurisé dans votre milieu de vie.

140 exposants, un colloque, une trentaine de conférences et pas moins de six expositions !

Le samedi 28 avril à 13h30, c'est Altéo (mouvement social de personnes malades, valides et handicapées) qui proposera une conférence-débat :

> "Une personne à mobilité réduite (PMR), un usager de la route comme les autres ?", par Christine Wathélet.

Qui sont les personnes à mobilité réduite ? Comment obtenir une carte de stationnement ? Où trouver les conseils nécessaires pour l'adaptation de son véhicule ? Quelles sont les démarches pour obtenir une intervention financière ? Quelles sont

les normes de stationnement ? Pour répondre à ces questions et ouvrir le débat, Altéo propose une conférence autour de cette thématique.

Une offre complète

Tous les collaborateurs de la MC présents seront à votre disposition :

> Les travailleurs sociaux répondront à toutes vos questions concernant les législations en matière de santé et de handicap

> Un(e) ergothérapeute vous donnera des trucs et astuces pour réaliser avec plus de facilité les gestes du quotidien

> Solival vous donnera des explications sur le prêt et la vente de matériel : lit, lève-personne électrique, voiturettes manuelles ou électriques, home-trainer... Du petit matériel sera en démonstration

> Aide & Soins à Domicile vous renseignera sur les divers services qu'ils proposent : soins infirmiers, aides familiales et ménagères, gardes à domicile...

> Altéo vous présentera ses activités et ses actions ainsi qu'une animation intitulée "Crayon et coopérons : réalisons ensemble un défi".

Une démonstration de cyclodanse est programmée le jeudi à 15h45 lors de l'inauguration officielle du salon et des initiations sportives (unihoc, kin-ball...) auront lieu à différents moments : le vendredi à 10h30 et 16h, le samedi à 11h et 15h30. Le vendredi et le samedi à 13h, Altéo projettera le film "Ligne(s) de vie", un documentaire réalisé dans le cadre d'un atelier collectif et qui met en avant les portraits de quatre personnes handicapées physiques, sensorielle et mentale.

Une navette accessible et gratuite

Afin de garantir à chacun une visite agréable et un accueil "adapté", le salon Autonomies a prévu une multitude de services : chaises roulantes, traduction des conférences en langue des signes, programmes en braille et en grands caractères, assistance personnelle, toilettes adaptées... Une navette sera mise à disposition gratuitement pour les visiteurs à mobilité réduite et leurs accompagnateurs entre la Gare des Guillemins et les Halles des Foires de Liège (plus d'infos et réservation obligatoire au 071/25.86.90).



Démonstration de cyclodanse par Altéo lors du salon en 2010.

Conférence/Débat

La santé, un droit pour tous ?

Solidarité Mondiale vous invite à sa prochaine conférence/débat "Midi du monde" qui aura lieu au siège de la Mutualité chrétienne de Liège.

Les **inégalités** plus que jamais présentes entre pays riches et pauvres s'illustrent particulièrement au niveau de la santé : en terme d'espérance de vie, d'accès aux médicaments et aux soins mais aussi du fait que ces populations pauvres sont davantage touchées par des maladies aiguës (infections, blessures, accidents...) et par des maladies chroniques causées par un environnement social de plus en plus difficile (diabète, hypertension, cancer...).

Tous ces problèmes trouvent leurs racines dans :
 > les échanges inégaux au niveau mondial
 > le manque d'investissement dans le secteur public et la protection sociale.

C'est pourquoi Solidarité Mondiale et la Mutualité chrétienne soutiennent le développement de mutuelles de santé, particulièrement dans de nombreux pays d'Afrique subsaharienne. C'est le cas notamment au Burkina Faso où l'ONG et la MC Liège soutiennent le RAMS (Réseau d'Appui aux Mutuelles de Santé).

Afin de mieux comprendre cette problématique, objet de l'actuelle



campagne de sensibilisation et de revendications politiques de Solidarité Mondiale "La santé, un droit pour tous", la prochaine conférence "Midi du monde" accueillera :
 > Aïsha Belem et Patrice Pamouso, responsables du RAMS, qui présenteront leur action et les difficultés d'accès à la santé au Bur-

kina Faso
 > Oumou Zé du CNCD (Centre National de Coopération au Développement), chargée de recherche & plaidoyer "Aide au développement".

Quand ? Le jeudi 19 avril à 12h.
Où ? A la MC Liège, place du XX Août 38 (4^{ème} étage) à 4000 Liège.
 Entrée gratuite – zakouskis africains!

Plus d'infos : 04/232.61.61
 ou laermans@mocliege.org

C'est pourquoi Solidarité Mondiale et la MC soutiennent le développement de mutuelles de santé.

Appel à projets

Fonds Marie Dans

Afin de soutenir des projets visant le public des personnes handicapées et/ou malades défavorisées financièrement, Altéo Liège-Huy-Waremme lance un appel à projets.

Vous êtes responsable d'une association, d'une institution, d'un organisme, d'un groupe qui œuvre dans le domaine du handicap et/ou de la maladie ? Le projet que vous souhaitez mettre en place est novateur et se heurte à des difficultés financières ? Dans ce cas, Altéo vous invite à lui soumettre votre dossier de demande d'intervention du "Fonds Marie Dans".

Les projets éligibles doivent viser un public de personnes handicapées et/ou malades défavorisées financièrement vivant au sein de la Communauté française de Belgique ou de la Communauté germanophone de Belgique.

Aucune demande d'intervention individuelle ou personnelle ne sera examinée.

Le montant maximal d'intervention s'élèvera à 2.000 euros après élection du dossier de candidature et présentation de factures acquittées.

Votre dossier doit être introduit au plus tard le 30 juin, uniquement en



Les membres du comité d'Altéo et les lauréats 2011 du Fonds Marie Dans.

utilisant le formulaire adéquat "Fonds Marie Dans" disponible sur demande au secrétariat d'Altéo et adressé ensuite par courrier à Karl Heuse (responsable régional), place du XX Août 38 à 4000 Liège.

Plus d'infos : 04/221.74.33
 ou alteo.liège@mc.be

Le montant maximal d'intervention s'élèvera à 2.000 euros.

POINTS DE CONTACT

Vous êtes pressé(e) ?

Afin de limiter votre temps d'attente, n'hésitez pas à déposer vos attestations de soins, dans la boîte aux lettres interne ou externe de votre secrétariat. Votre demande sera traitée dans les meilleurs délais et nos conseillers mutualistes seront encore plus disponibles pour vous informer, répondre à vos questions et gérer au mieux votre dossier.



MOUVEMENT

Les aînés face à l'Europe : conférence

L'UCP Secteur de Seraing, vous propose une conférence d'Anne Delvaux, députée européenne, intitulée "Les aînés face à l'Europe". Elle sera suivie d'un débat animé par Alain Braibant.

Quelques jours après cette conférence, le jeudi 3 mai, ceux qui le désirent pourront visiter, le Parliamentarium (Centre des visiteurs du Parlement européen) à Bruxelles, ainsi que Mini-Europe, afin de prolonger l'expérience européenne en toute convivialité (PAF : 44 EUR pour la journée).

Quand ? Le lundi 30 avril à 14h.
Où ? Foyer paroissial de Jemeppe, rue Arnold de Lexhy 57 à 4101 Jemeppe-sur-Meuse.
 Entrée gratuite et ouverte à tous.
 Plus d'infos et inscriptions : 04/336.56.18
 ou patricia-bastin@hotmail.com

OPTIQUE - LENTILLES DE CONTACT

Un œil différent pour votre vue

Après Huy, ouverture à Liège d'un magasin Optival !

Conditions d'ouverture valables dans nos deux magasins jusqu'au 30 avril :

- > A l'achat de verres progressifs ou simple foyer, Optival vous offre le même équipement en solaire parmi un choix sélectionné (voir conditions en magasin).
- > Pour les sportifs ou ceux qui veulent trouver une alternative aux lunettes, Optival vous offre 5 jours de lentilles journalières.

Contact :
 > Avenue des Ardennes 1/03 à 4500 Huy - 085/84.29.16.
 > Place du XX Août 42 à 4000 Liège - 04/221.33.20 -
 Ouvert du lundi au samedi de 10h à 18h.

www.optival.be



Mutualité chrétienne de Liège
 Place du XX Août 38 - 4000 Liège
 Editeur responsable : Rudolphe Bastin
 Coordinatrice Presse et Médias : Stéphanie Bouton
 Tél. : 04/230.16.57 - Service Communication-Marketing

courriel : enmarche.liège@mc.be