



L'animal à la rescousse

PAGE 7

© Reporters-Incredible Features

territoire

Où habiter demain?

La dispersion de l'habitat coûte très cher. La Wallonie veut la limiter. Citoyens, quartiers, commerces, communes : tout le monde est concerné

PAGE 6

maladies graves

Un fonds méconnu

Pour les enfants atteints d'une maladie menaçante pour leur vie, il existe des aides financières. Elles couvrent les frais de santé non pris en charge.

PAGE 2

sport

Touchés au cœur

Les accidents cardiaques sur le gazon interpellent. Les jeunes sportifs sont-ils victimes de la performance à outrance?

PAGE 3

agression

Survivre à un traumatisme

Honte, désillusion, culpabilité : comment se reconstruire? Le psychanalyste Jacques Roisin plaide pour l'accompagnement des victimes.

PAGE 5

Le service social vous informe

Des interventions pour les enfants atteints d'une maladie grave

Cancers, insuffisance rénale, maladies génétiques rares, graves allergies... Les traitements pour les enfants atteints de maladies chroniques menaçantes pour leur vie peuvent coûter cher. Au sein de l'Inami, le Fonds spécial de solidarité bis octroie des interventions financières pour couvrir les frais de santé qui ne sont pas remboursés par l'assurance soins de santé obligatoire.



© Claire Deprez/REPORTERS

Qui est concerné ?

Le Fonds spécial de solidarité bis s'adresse aux enfants de moins de 19 ans atteints de cancer, d'insuffisance rénale (dialysée) ou de toute autre maladie chronique menaçante pour leur vie et qui nécessitent un traitement continu de six mois au moins ou un traitement répétitif d'une durée identique. La liste des maladies n'est nullement exhaustive. C'est le Collège des médecins-directeurs de l'Inami qui analyse et apprécie toute demande d'intervention à la lumière des données médicales et de traitements qui lui sont fournis.

Pour quels coûts ?

Les coûts supplémentaires pour lesquels une intervention est demandée doivent :

- > s'élever au moins à 650 euros par année civile (1),
- > n'avoir fait l'objet d'aucun remboursement ni dans le cadre de l'assurance obligatoire soins de santé, ni dans celui d'autres législations ou assurances,
- > avoir trait à des prestations de soins de santé qui répondent aux conditions suivantes :
 - présenter une valeur scientifique et une efficacité largement reconnues par les instances médicales faisant autorité ;
 - correspondre à une indication présentant, pour le jeune patient, un ca-

ractère absolu sur le plan médical (cela signifie qu'il n'y a pas d'autre alternative acceptable du point de vue médico-social) ;

- être prescrites par un médecin spécialiste, spécialisé dans l'affection concernée, ou par le médecin traitant si les prestations sont reprises dans un plan de traitement.

Le Fonds spécial de solidarité bis peut intervenir tant pour les soins ambulatoires que les soins délivrés en milieu hospitalier. Dans les faits, il intervient, par exemple, dans des spécialités pharmaceutiques non remboursées (notamment dans le traitement du cancer), dans du matériel de soins spécifique (pour traiter par exemple certaines maladies de la peau ou apporter des soins dans les cas de trachéotomie) ou encore dans des suppléments alimentaires essentiels (comme dans les situations de maladies métaboliques). Ici non plus, la liste n'est pas exhaustive.

Quel remboursement ?

Il n'y a pas de règle fixe concernant le montant de l'intervention du Fonds. En pratique, tous les frais concernés sont remboursés, déduction faite des

montants qui pourraient être remboursés par ailleurs (y compris via le maximum à facturer).

Une fois l'accord donné par le Collège des médecins-directeurs, la mutualité de l'enfant effectue le remboursement des frais sur le compte du parent qui en est le titulaire. Lorsque un plan de traitement est approuvé, les paiements s'effectuent de manière régulière sans attendre que la somme de 650 euros soit atteinte.

La liste des frais de santé n'est pas exhaustive.

Quelles démarches ?

La demande d'intervention du Fonds spécial de solidarité bis doit être introduite auprès du médecin-conseil de la mutualité de l'enfant (2). Comme un certain nombre de documents doivent être joints à cette demande, le mieux est de s'adresser au service social de sa mutualité pour être accompagné dans cette démarche.

(1) La première demande d'intervention peut s'effectuer dès le moment où les coûts supplémentaires liés au traitement médical de l'enfant atteignent 650 euros.
(2) La demande doit être introduite au plus tard trois ans après la prestation de soins.

Créé il y a une dizaine d'années, le Fonds spécial de solidarité bis a pour mission de répondre à des demandes d'intervention dans le coût de prestations de santé très onéreuses pour des enfants et jeunes de moins de 19 ans, souffrant de maladies graves. Des prestations qui, parce que peu fréquentes, ne sont pas reprises dans la nomenclature des soins de santé et ne sont donc pas remboursées.

Dans la pratique, ce Fonds bis – tout comme d'ailleurs le Fonds spécial de solidarité qui intervient pour les adultes – assure un filet de protection supplémentaire lorsque toutes les possibilités de remboursement prévues par l'assurance soins de

santé obligatoire, par une éventuelle autre législation et par une assurance privée (assurance hospitalisation, complémentaire...) sont épuisées.

Témoin des "manquements" et failles dans les remboursements octroyés par l'assurance obligatoire, le Fonds joue aussi un rôle de signal auprès des décideurs. Dans les faits, ces dernières années, la prise en charge financière des maladies chroniques s'est grandement améliorée et des prestations jadis payées via le Fonds sont maintenant remboursées par l'Inami. C'est le cas pour les humidificateurs des voies respiratoires pour ne citer que ce tout récent exemple.

Le service social de la MC

Les Centres de Service social de la Mutualité chrétienne sont à votre disposition pour toute question sociale.

Appelez gratuitement le 0800 10 9 8 7 ou surfez sur www.mc.be pour connaître les horaires de la permanence proche de chez vous.

Solival vous conseille

A la maison, en chaise roulante avec bébé

L'arrivée d'un enfant dans n'importe quelle famille nécessite une ré-organisation de la maison. Lorsqu'un des parents se déplace en chaise roulante, il est d'autant plus important de préparer l'environnement du bébé pour simplifier les tâches du quotidien.

Comment me déplacer avec mon bébé ? Comment organiser sa chambre ? Comment accéder à la baignoire et à la table à langer depuis ma chaise roulante ? Telles sont les questions qu'un futur papa ou une future maman qui se déplace en chaise roulante se pose lorsqu'un heureux événement s'annonce dans le couple. Le mieux est certainement de contacter l'asbl Solival Wallonie-Bruxelles. Un(e) ergothérapeute se déplacera gratuitement à domicile et pourra ainsi conseiller les futurs parents en fonction des lieux et de leurs besoins. Quelques aides et conseils peuvent simplifier le quotidien.

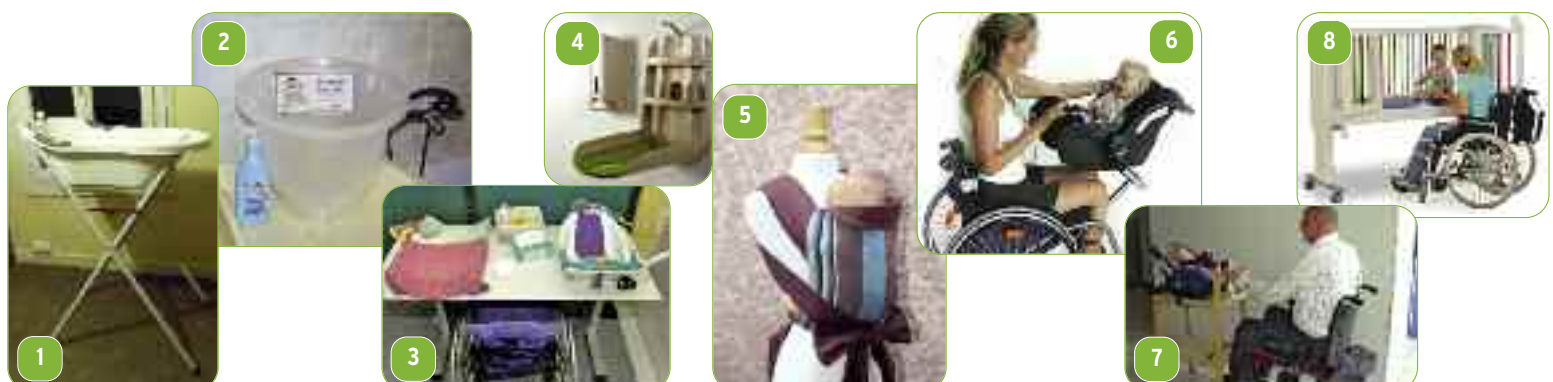
Faciliter le bain
Le plus simple est d'utiliser une petite baignoire en hauteur avec un espace dégagé en dessous pour le passage du fauteuil roulant. Il existe des baignoires sur pieds (photo 1) et des modèles de type "shantala" (photo 2) qui sont une simple cuve en plastique à placer sur un plan de travail évidé ou un bureau. Très légère, cette cuve est facile à transporter et peu onéreuse. Cependant, la hauteur de la cuve est un inconvénient : elle nécessite une bonne mobilité des épaules pour donner le bain facilement. Une baignoire gonflable peut être un bon compromis entre ces deux solutions.

Le change et la toilette
Placer un matelas sur une table ou un bureau est la solution la plus simple pour changer le bébé (photo 3). Il existe aussi des tables à langer à fixer au mur (photo 4). Certains modèles sont réglables en hauteur et, dès lors, accessibles à tous les membres de la famille. Pour plus de sécurité, le choix d'un matelas à langer avec sangles ou parois est conseillé. Quelle que soit la solution choisie, il faut prévoir des rangements à proximité, avec tiroirs faciles d'accès, afin de ne pas devoir laisser le bébé seul.

Faciliter les déplacements
Plusieurs systèmes permettent de porter son enfant tout en se déplaçant en fauteuil. Un pull ou une écharpe de portage permet de placer le bébé contre soi (photo 5). Il est aussi possible de fixer un support au

fauteuil pour y accrocher un maxicosy devant soi. Ce système facilite aussi le moment du repas mais il est plus onéreux et n'est actuellement disponible qu'aux Pays-Bas (ce qui implique l'envoi du fauteuil à la firme pour y fixer le support) (photo 6). En système D, le plus simple est d'utiliser une desserte sur laquelle sera fixé le maxicosy grâce à des sangles pour éviter toute chute. Mais cette solution ne convient que dans des intérieurs au sol lisse pour se déplacer de façon fluide (photo 7).

Organiser le couchage
Le mieux est de choisir un lit haut avec, si possible, une porte latérale qui offrira au parent un accès complet et facile pour coucher et relever l'enfant (photo 8).



Solival

SOLIVAL WALLONIE-BRUXELLES est à votre service tous les jours ouvrables de 9 à 16h.

Une salle d'apprentissage et d'essai est ouverte au CHU de Mont-Godinne - 5530 Yvoir
Une autre salle existe aussi rue des fauldeurs, 1 à 6530 Thuin.

Tél. : 070/22.12.20
e-mail : info@solivalwb.be
www.solivalwb.be

Handiparentalité

Plusieurs guides très utiles livrent des conseils et informations détaillées aux jeunes parents atteints d'un handicap. Ils sont téléchargeables sur un site dédié à l'handiparentalité : www.handiparentalite.com.

Par ailleurs, Céline Charlier, heureuse maman à roulettes, a publié un guide pratique à partir de son expérience personnelle. "Comme sur des roulettes" est téléchargeable sur www.ville-dunkerque.fr (rubrique "je vis à Dunkerque").

// LA SANTÉ,
C'EST AUSSI //

Regard d'Andrea Vaduvescu, 26 ans, étudiante en photographie à l'école des arts et de l'image, Le 75. Extrait de reportages menés pour En Marche et supervisés par Marc Detiffe.



SE RETROUVER AVEC SOI

Dans la frénésie du monde actuel, difficile parfois de se poser pour réfléchir à sa propre vie. La tendance du moment est de travailler toujours plus, en s'oubliant souvent. S'aménager des espaces-temps en solitaire permet aussi se retrouver et de s'épanouir.

>> A voir dans son entièreté sur www.enmarche.be

Avec le soutien de la Loterie nationale.

Campagne MC

Et si la solidarité, ça commençait
par se mettre à la place des autres ?

La Mutualité chrétienne lance sa nouvelle campagne de communication destinée à mieux faire connaître ses services d'aide et de soins à domicile.

Pour donner une dimension ludique et originale à la campagne, le jeudi 3 mai, Jean-Luc Fonck se fera plâtrer. Pourquoi ? Tout simplement pour se mettre, pendant une journée, à la place d'une personne dépendante et comprendre ses problèmes quotidiens. Parce que la solidarité, ça commence par se mettre à la place des autres.

L'action se déroulera en direct sur la toute nouvelle page Facebook de la MC : www.facebook.com/mutualitechretienne

Inscrivez-vous pour vivre, en direct, les péripéties de Jean-Luc et de son aidante et complice, Armelle. A chaque inscription, la MC versera 1 euro à des projets pour les personnes dépendantes, développés par Altéo, Jeunesse & Santé ou l'UCP.



Nous vous attendons, nombreux, le 3 mai, pour suivre les aventures de Jean-Luc et Armelle !

Incapacité de travail

Fiches fiscales pour les revenus 2011

Dès le 27 avril prochain, les membres de la MC qui, en 2011, ont perçu un revenu de remplacement suite à une reconnaissance en incapacité de travail ou en invalidité, recevront par courrier de leur mutualité leur fiche fiscale (n°281.12).

Les montants mentionnés sur cette attestation sont à insérer dans les rubriques respectives de l'avertissement-extrait de rôle.

Les personnes reconnues invalides à 66 % au moins par l'Inami au 1^{er} janvier 2012, doivent veiller à cocher les codes 1028-39 ou 1029-38 (handicap grave) afin de pouvoir bénéficier de réductions fiscales supplémentaires.

A suivre...

Les dieux du stade en question

Le foot italien est sous le choc, annonçaient les médias ce 14 avril. Sur le terrain de la division 2, un joueur meurt après un malaise cardiaque en plein match Livourne-Pescara. Et la presse de citer de récents précédents. Comme pour ce joueur d'Arquet (région namuroise), victime d'un accident cardiaque - auquel il surviva - durant un match provincial, un mois plus tôt. Drôle d'inventaire que celui de ces jeunes footballeurs touchés au cœur. Drôle d'impression que laissent ces morts et ces accidentés fêlés de sport, et a priori en pleine santé.

Dans les interviews données après ce type de drames, il sera question de l'équipement en défibrillateurs des bords des terrains. Pour une intervention rapide et le gain de minutes précieuses. Plus à la marge, il pourra aussi être question du syndrome de mort subite du sportif, cette défaillance cardiaque soudaine à l'effort. Une telle analyse est plus complexe à traiter car elle vient ébranler notre conviction que le sport, c'est d'office bon pour la santé ! Elle nécessite de remettre en contexte et d'éviter la panique : "Cela reste un événement tout à fait exceptionnel, observe Gilles Goetghebuer, journaliste spécialisé dans le sport, sur www.dopage.be (1). Pour se faire une idée, on cite souvent la fréquence d'un décès pour environ dix mille sportifs par an (...). Dans un pays comme la Belgique, cela suffit tout de même pour que l'on évalue le nombre de victimes à un chiffre qui oscille entre 50 et 500 personnes par an. Tous ne sont pas des sportifs de l'élite, loin s'en faut. La plupart du temps, cela concerne des pratiquants occasionnels qu'une fragilité cardiaque condamnerait tôt ou tard à subir ce genre de défaillance".

LA DEVISE OLYMPIQUE AFFIRME : "PLUS VITE, PLUS HAUT, PLUS FORT". MAIS JUSQU'OU ? A QUEL PRIX ?

scientifiques, historiens invitent à la réflexion. "Le sport, auréolé hier de toutes les vertus, est aujourd'hui mis en question au même titre que l'idée de progrès. Laboratoire expérimental de la transformation du corps, de sa santé, le sport nous interpelle sur les limites que la société entend fixer ou non à la modification de notre identité humaine. Tout ce qui est techniquement possible doit-il se réaliser ?" écrit d'entrée Benjamin Pichery, coordinateur de l'ouvrage. La devise olympique affirme : "plus vite, plus haut, plus fort". Mais jusqu'où ? A quel prix ?

Le sport se mue trop souvent en spectacle dont la seule intrigue est de savoir qui va gagner. "Si on est envahi par cette question, la société ira au bout de la limite (...), nous laisserons des gens faire toutes sortes d'interventions sur le corps sportif", avertit le philosophe Michel Serres. La voie est alors libre aux généticiens, aux chirurgiens pour implanter dans le corps les outils capables de battre les records. Et les appétits de vaincre sont voraces, pour être meilleur que l'adversaire, pour ne pas figurer parmi les anonymes du bas du classement.

Du spectre du dopage...

Parfois encore, ces drames ramèneront à l'avant-plan les terribles accusations qui collent à la peau du sport et de ses performances, celles de dopage. Dans les conseils aux sportifs pour éviter de venir grossir le rang des victimes, la dernière règle d'or - mentionnée sur le site évoqué plus haut - parle d'elle-même : "Enfin et surtout évitez toutes les substances qui risqueraient de vous entraîner au-delà de ce que votre organisme est capable de supporter. Rappelons que toute la lutte contre le dopage s'est organisée autour de ce risque bien réel de succomber soudainement, victime des effets conjugués de l'effort et de l'abus de médicaments."

... aux effets à long terme

D'autres morts précoces devraient, elles aussi, alerter les sportifs - de haut niveau surtout -, et les amateurs de leurs exploits. Celles des anciens, des retraités coureurs, joueurs... Les statistiques précises font défaut. Mais au regard des maigres chiffres existants pour le cyclisme par exemple, on perçoit une évolution à rebours du reste de la population. Si l'espérance de vie croît pour l'ensemble de la population, chez les cyclistes, elle diminue. Et si "rien ne permet d'accuser ouvertement le dopage (...), on est en droit de s'étonner de la prévalence étonnamment élevée d'une série de pathologies graves - cancers, AVC, infarctus - par rapport au reste de la population" (1). Effets de produits dopants, de la surconsommation de médicaments ? Fragilité particulière de l'organisme soumis à une sollicitation accrue ?

La performance a ses limites

Le problème majeur du sport ne résiderait-il pas dans la performance qu'il vise coûte que coûte ? Maintenir en forme comptant parmi les objectifs marginaux. Dans un magnifique ouvrage intitulé "Regards sur le sport" (2), des philosophes,

Le sport, reflet de notre mode de vie

Ne soyons pas naïfs, la performance dans le sport entre en résonance avec le modèle de société dominant. Certes, dans l'entreprise, ou l'école, certains ne manquent pas d'interroger le stress généré par cette recherche effrénée. Mais le modèle du champion a encore ses lettres de noblesse. Et le sport - où le culte de la performance n'est que très peu contesté - sert de modèle, observe la philosophe Isabelle Queval. "Certains veulent éradiquer la compétition de l'éducation : ça n'est pas ça l'idée, poursuit-elle, mais il s'agit de trouver et d'apprendre un sens de la mesure et du bienfait de l'exercice physique et de la pratique sportive (...)" Elle parlera plus volontiers de l'accomplissement de soi, par rapport au dépassement de soi, de la recherche du bien-être préférable à celle du mieux-être.

Un de ses collègues, impliqué dans la Fondation du football, André Comte-Sponville, va dans le même sens : "Le sport bien compris ne doit pas servir à battre des records, à battre les autres, ni à se dépasser soi-même, mais il peut servir éventuellement à s'épanouir". C'est l'acte lui-même, la pratique elle-même, sa qualité qui importe et rend heureux, pas le résultat. Il reprend les propos de Platini, fameux footballeur français et président de l'UEFA, à l'adresse de joueurs en herbe : "Ne rêve pas que tu seras footballeur professionnel ; ne rêve pas que tu participeras à la Coupe du monde de football... Prends plaisir à taper dans le ballon".

Un conseil qui tient de la leçon de sagesse. Une recommandation utile à tous les coureurs du dimanche, les amoureux de l'effort, jusqu'aux "bigorexiques" (ceux qui souffrent d'une dépendance excessive à l'activité sportive).

// CATHERINE DALOZE

(1) Site mis en place par la Fédération Wallonie-Bruxelles.

(2) Regards sur le sport, sous la dir. de B.Pichery et F. L'Yvonnnet, éd. Le Pommier, 2010, 255p. (ouvrage très judicieusement illustré), 15 EUR.

Bien manger pour réussir sa vie ?

Le but d'une campagne de communication est de faire parler d'elle. "Attitudes zaines", celle lancée début avril par le Ministère de la Santé de la Fédération Wallonie-Bruxelles, en tout cas, a atteint cet objectif. Dans sa première vague de diffusion, elle s'attaque à la malbouffe sur un ton humoristique. Un style qui n'a pas plu à tout le monde.



"Ah si Jean-Claude avait mangé plus sainement, il aurait réinventé l'informatique (...) et surtout il aurait trouvé une femme." Ce clip de quelques minutes, tourné sur le ton de l'humour promeut une alimentation équilibrée. Le décor est planté. Deux jeunes sont assis devant un ordinateur : l'un, grassouillet, s'empiffre d'aliments gras, l'autre, svelte, croque dans une pomme. S'ensuit un enchaînement d'idées faisant référence au géant informatique Apple et concluant que l'homme à l'embonpoint n'a pas trouvé un bon job pour gagner beaucoup d'argent et ne s'est pas trouvé de femme. Des idées qualifiées de simplistes, stigmatisantes et choquantes par certains, notamment l'Association belge des patients obèses, Bold ou encore Laurent Nys, administrateur de la Fédération Horca. Le Centre pour l'Égalité des chances et la lutte contre le racisme a enregistré plusieurs plaintes. Sur le

réseau social Twitter, les critiques vont bon train. Christos Doukeridis (Ecolo) interpelle la ministre Laanan (PS), commanditaire du spot, sur les objectifs de la campagne : vise-t-elle la malbouffe ou les personnes en surpoids ?

Du côté du service public, on se défend : "Nous n'avons pas voulu blesser, ni créer le buzz, précise Aurore Dierick, porte-parole de la Ministre. Mais une campagne qui incite à man-

ger sainement devait dénoter pour être accrocheuse. Nous avons décidé de traiter ce thème avec humour, sinon le clip aurait semblé insipide. Tout est poussé à l'extrême, c'est une caricature. Pour ces raisons, on pensait que les téléspectateurs allaient saisir le ton décalé."

Mais visiblement, tout le monde n'a pas le même sens de l'humour. Ce spot a été réalisé par Nabil Ben Yadir (qui a signé le film "Les Barons") et se présentait comme la première vague de la campagne "santé" de la Fédération Wallonie-Bruxelles à destination des jeunes. Fin mai, une deuxième phase devrait être lancée en télévision, sensibilisant cette fois sur les méfaits du tabac. "Nous analyserons les différentes critiques et plaintes formulées pour envisager la suite de la campagne, souligne la porte-parole. Cela pourrait aller jusqu'à la non-diffusion du deuxième volet".

//NT



Cinéma "De leur vivant"

Une mère et épouse meurt et laisse un grand vide derrière elle. Les enfants préfèrent rapidement tourner la page. Mais le mari, lui, continue de vivre dans le souvenir. Le film belge *De leur vivant* aborde la mort et le deuil avec une délicatesse inouïe.



Aller de l'avant et vivre avec les vivants, c'est ce que veulent Louis, Ludovic et Dominique, les trois enfants d'Henri qui viennent de perdre leur mère. Pour oublier ce tragique événement, ils veulent à tout prix vendre l'hôtel familial, sans trop prendre en compte l'avis de leur père qui reste plongé dans la douleur depuis la mort de sa femme. Les seules paroles que ce dernier formule sont celles qu'il dépose sur le répondeur du GSM de la défunte. La communication avec ses enfants ne semble plus pos-

sible. Alors que les enfants s'activent pour accélérer la vente de l'exploitation hôtelière, une inconnue, Alice, enceinte de 8 mois, débarque en quête d'une chambre pour la nuit. Contre toute attente, le père décide de reprendre son activité et de l'héberger. Une présence qui va bouleverser cette famille en deuil. Les langues vont se délier et les cœurs s'ouvrir.

D'un thème tragique, Géraldine Doignon, réalisatrice belge, emporte le spectateur dans une belle ode à la fa-

mille. Coupés du monde extérieur dans leur pension familiale, ces frères, sœur et père se déchirent pour, finalement, se retrouver. "Pourquoi est-ce si difficile, de notre vivant, de dire à nos proches qu'on les aime? Pourquoi n'arrivons-nous pas à nous dire plus tôt ces mots si importants?", s'interroge la réalisatrice.

Dans un cadre magnifiquement filmé, *De leur vivant* propose d'entrer, tout en finesse et en simplicité, dans l'intimité de cette famille. Pour son premier long métrage, Géraldine Doignon se démarque : la mort n'est pas un sujet simple à traiter. Elle y parvient, pourtant, d'une manière émouvante et vraie, sans basculer dans le larmoyant. Mais cette réussite, elle le doit aussi aux acteurs dont le jeu est juste.

De leur vivant a déjà séduit la scène cinématographique internationale. Il a été sélectionné, entre autres, au Festival des films du monde de Montréal, l'été dernier. Il a tous les atouts pour séduire le public belge...

//VT

>> *De leur vivant* - de Géraldine Doignon - avec Christian Crahay, Mathilde Demarez, Yoann Blanc - 1h28.

Cancer Surveiller sa peau

Le cancer de la peau est en progression fulgurante en Europe. Il peut toutefois se détecter assez facilement et, le plus souvent, à un stade précoce. Une campagne de dépistage gratuite est organisée début mai, axée prioritairement sur les "professionnels" de la peau. Pour sensibiliser à la diversité des taches à examiner, les dermatologues ont choisi le symbole de la banane.

Depuis la Deuxième guerre mondiale, le risque de développer un mélanome (une des formes de cancer de la peau) a été multiplié par vingt. C'est, en effet, à partir cette époque que date la mode du bronzage. Résultat : aujourd'hui, le cancer de la peau est, en Europe, celui dont la fréquence s'accroît le plus rapidement. Selon les responsables d'Euromelanoma, campagne de sensibilisation menée par des dermatologues bénévoles, une personne sur six développera une des formes de cancer de la peau au cours de sa vie... Inquiétant ? Oui, mais cette forme de cancer a aussi un "avantage" par rapport à d'autres : sa visibilité et la possibilité d'être diagnostiquée à un stade précoce. Quant à la prévention, elle tourne autour d'une règle assez simple : modérer son exposition au soleil.



Cette année, Euromelanoma, qui est la plus grande entreprise de prévention réalisée simultanément en Europe (29 pays sont concernés), s'adresse aux particuliers mais aussi, tout particulièrement aux professionnels en contact régulier avec la peau, qu'ils soient paramédicaux (infirmières, kinésithérapeutes, pédicures ou podologues) ou autres (coiffeurs, masseurs, esthéticiennes...). "Le problème est que de nombreux professionnels actifs dans la santé et le bien-être regardent leurs patients et clients chaque jour sans "voir" réellement, souligne le Dr Thierry Maselis, Président d'Euromelanoma Belgique. En cas de doute, le généraliste ou le dermatologue est la première personne à contacter. "Souvent, le cancer de la peau peut s'étendre à d'autres parties du corps et compromettre gravement la santé. Un traitement précoce est donc essentiel".

Pendant la semaine du 7 mai, des dépistages gratuits seront proposés au public, tant dans des hôpitaux que dans des cabinets privés. Les patients seront bien sûr examinés avec soin mais ils seront également invités, guidés par les conseils adéquats, à examiner leurs corps entier tous les mois à la recherche de taches suspectes, nouvelles ou anciennes mais dont l'aspect se modifie. Les personnes à risque accru sont celles qui ont une peau claire ou qui "brûlent" facilement, qui passent beaucoup de temps au soleil (travail ou loisirs), qui sont exposées à un soleil intense pendant de courtes périodes (vacances), qui utilisent des bancs solaires, qui ont des antécédents de cancers de la peau dans leur famille, qui ont plus de cinquante ans ou qui ont subi une greffe d'organe.

//PHL

>> **Inscriptions :** Région de Liège : 04/242.52.52. - Région de Namur : 081/22.44.14 - Région de Braine l'Alleud et Waterloo : 02/354.09.70. Ailleurs : www.euromelanoma.org/belgium/francais/inscription-euromelanoma-2012
Plus d'infos : www.euromelanoma.org.

//CONCOURS//

80 PLACES OFFERTES

En Marche a le plaisir de vous offrir des places pour l'avant-première du film "De leur vivant" :

- le lundi 7 mai à 20h au cinéma Vendôme, chaussée de Wavre 18 à 1050 Bruxelles (20 x 2 places à gagner).
- le dimanche 13 mai à 20h au cinéma Churchill, rue du Mouton blanc 20 à 4000 Liège (20 x 2 places à gagner).

Pour remporter ces entrées, envoyez vos coordonnées (nom, prénom, numéro d'affiliation à la MC, adresse et n° de téléphone) par mail à enmarche@mc.be avec en objet "Concours cinéma" et en précisant pour quels date et lieu vous souhaitez recevoir deux entrées.

Le tirage au sort aura lieu le lundi 30 avril. Les gagnants seront prévenus par téléphone.

Traumatismes

Vivre plutôt que survivre

Les personnes victimes de violences développent souvent des traumatismes "post-événement". Des mécanismes de défense se mettent alors en place. Ils aident à survivre. Mais comment passer de cette "survivance" à la vie? C'est tout le sens du travail du thérapeute Jacques Roisin, auteur d'un essai sur le traumatisme psychique et sa guérison (1).

Jacques Roisin, psychanalyste, est engagé depuis de nombreuses années dans le domaine de l'aide aux personnes traumatisées, notamment au Service d'aide aux victimes à Charleroi. Il s'agit de personnes qui ont subi des violences sexuelles (abus, viols) ou des agressions (tabassages, braquages, tentatives de meurtres) mais également de rescapés de génocides ou de guerres (par exemple des Rwandais ou des Kosovars).

Se sentir étranger à soi, mort-vivant, "déshabité" sont des plaintes récurrentes, même parfois longtemps après l'épreuve. C'est la manifestation de l'installation du sujet dans un "trauma". La référence au néant est alors centrale dans les témoignages ("Je ne suis plus rien" "Je suis tombé dans un trou noir", "J'ai disparu", "Je ne sens plus ce qu'exister veut dire"). Des ruminations, des souvenirs, des cauchemars viennent troubler le quotidien. Autres symptômes : des angoisses, des attitudes corporelles de prostration, des maladies somatiques. On trouve encore l'expression d'un traumatisme dans ce qui apparaît comme des mécanismes de survie : le sentiment de culpabilité, la honte, l'auto-agressivité, la dis-

ciation entre le corps et l'esprit, le déni de gravité...

Mécanismes de défense

Deux types de culpabilité se manifestent parfois après un traumatisme. On peut se sentir coupable d'avoir survécu là où d'autres sont morts. Pourquoi a-t-on survécu? En était-on digne? Ce genre de questions peut assaillir les survivants. Un autre type de culpabilité relève d'une recherche de sens. C'est parce qu'on a mis une jupe qu'on a attiré l'attention des violeurs. C'est parce qu'elle n'était pas gentille qu'une fillette a été violée (elle reprend à son compte les propos des agresseurs). Une jeune Tutsi, par exemple, se croit investie de la tâche d'expiation. Etre Tutsi lui semble une faute impardonnable. Les accusations dont elle s'accable sont celles que les génocidaires assénaient à la radio. "Une jeune femme m'a raconté qu'elle ingurgitait en grande quantité la nourriture la plus grasse qu'elle pouvait trouver, explique Jacques Roisin. Je l'ai interpellée sur la répétition active de sa propre destruction et sur la désappropriation de son corps. Il y a quelque chose que vous ne comprenez pas m'a-t-elle répondu, c'est que je "suicide" le corps qui a appartenu aux

autres contre mon gré, mais je me disais : ma tête, ils ne l'auront pas." La "sortie du corps" dans l'expérience d'un grand danger vital est courante. La personne s'extrait en quelque sorte de son corps en se réfugiant mentalement ailleurs, dans un endroit de la pièce par exemple, ou dans un souvenir. "C'est une manière d'être ailleurs que là où ça souffre, avec sa subjectivité, sa sensibilité, poursuit Jacques Roisin. Une petite fille emmenée dans les bois pour être violée fixait les feux des voitures pendant l'acte sexuel et plus rien n'existait que ces taches de lumière avec lesquelles elle partait. Adulte, elle n'a jamais connu la jouissance avec son partenaire. Elle cherchait un point lumineux dans la pièce. Il lui arrivait d'allumer une lampe de chevet ou de chercher un point de lumière à travers les rideaux. Comment pourrait-on entrer dans la jouissance quand on a quitté son corps?" Cette manière d'y être sans y être se manifeste aussi chez des enfants abusés qui, plus tard, ont des "blancs", des absences, des accès de somnambulisme ou des pertes de connaissance.

Oubli de soi

Le sentiment de honte figure aussi au nombre des mécanismes de défense. La honte peut naître du désarroi de s'être vu si fragile et de la crainte d'être désormais perçu ainsi par l'entourage. Ainsi on entend parfois des femmes violées confier qu'elles ont l'impression que l'agression est inscrite sur leur visage. "Ce type de réaction remplit une fonction de survie, précise Jacques Roisin, car se sentir diminué vaut mieux qu'être rien, ce à quoi l'agresseur voulait réduire la victime. Souvent les personnes qui ont été abusées dans l'enfance ou connu un viol ont éprouvé, au moment de l'acte, un temps de paralysie psychique qui les a laissées sans défense par rapport à leur agresseur. Cette attitude trouve à se répéter dans de nombreuses situations relationnelles. Il y a une incapacité à dire non aux demandes et aux attentes des autres. Nous avons affaire à une attitude de passivité radicale qui se rattache à la sensation d'impuissance inhérente au vécu de terreur. Il s'agit d'une passivité liée la néantisation de son propre vouloir, de son propre être. Il s'agit d'une passivité d'anéantissement."

On relèvera encore le déni parmi les mécanismes de défense. Celui qui pousse à oublier jusqu'à ce que le souvenir revienne comme un boomerang. Ou le déni qui mène à mini-

jectiver l'anéantissement, c'est-à-dire de l'intégrer au psychisme."

Parfois, l'ancrage du désir de vivre, le fil qui relie à la vie, ce qui va nourrir l'espérance peut se retrouver dans de toutes petites choses (en apparence). Et d'évoquer cet homme qui reprend pied à partir de sa passion pour... les timbres. La tâche peut être de taille pour les traumatisés : retrouver confiance dans l'humanité, après avoir connu la face la plus noire de l'être humain. Travailler sur sa propre violence peut être utile. "En effet, précise le thérapeute, en réaction aux agressions subies, l'agressé peut être poussé vers des scénarios de vengeance violente. Il songe à faire la même chose que ce qu'il a subi. Travailler sur les envies et les intentions de représailles et de vengeance, les mettre à l'analyse est important. C'est introduire une distance dans l'emprise émotionnelle qu'exerce l'événement traumatique sur la personne. Le sentiment d'angoisse s'en trouve ainsi atténué. C'est aussi réaliser qu'en ne passant pas à l'acte, en rejetant ses intentions violentes, on garde son humanité."

Une humanité confirmée

Jacques Roisin insiste sur l'importance de l'accueil réservé aux victimes. Si celles-ci ne sont pas confirmées rapidement dans leur humanité par une écoute bienveillante, elles sont perdantes à coup sûr. Restaurer la confiance dans la nature humaine sera rendu plus ardu. La souffrance de l'agressé naît en grande partie de la désespérance de l'Autre. Or, il n'est pas rare que les victimes soient confrontées à des membres de l'entourage, des professionnels de la santé ou de l'appareil judiciaire, eux aussi, pris dans des mécanismes de défense face aux traumatismes. Le déni de gravité les concerne également. Qui peut évaluer l'impact négatif d'un hâ-

tif "Vous vous en remettrez"? Une considération minimale pour la douleur des victimes est cruciale. Renouer des liens de confiance avec des personnes ou des groupes est bien l'enjeu majeur de la thérapie. C'est pourquoi les victimes sont le plus souvent incluses dans des groupes de paroles qui, outre le fait de favoriser la verbalisation, leur permettent de faire à nouveau l'expérience du respect, de croire à nouveau qu'un vivre ensemble est possible. Sans cette conviction, il est difficile de continuer à s'épanouir comme individu.

// VÉRONIQUE JANZYK

(1) "De la survivance à la vie" - Jacques Roisin - Editions PUF - 2010 - 26,50EUR

Une des pistes proposées en thérapie consiste à penser à son attachement à la vie.



Des services pour accompagner les victimes

Cambriolage, agression physique, car-jacking, abus sexuel, violence conjugale, harcèlement moral, acte de vandalisme... Lorsqu'une personne a subi un traumatisme, il est important qu'elle puisse être soutenue psychologiquement le plus vite possible afin d'éviter un vécu post-traumatique.

Dans les faits, lorsqu'ils sont appelés sur les lieux d'une agression, les policiers décident d'ailleurs de plus en plus souvent de faire appel au service d'assistance policière aux victimes, relevant de leur zone. Quand la situation semble difficile d'un point de vue psychique (des personnes prises de panique, effondrées...) ou quand le nombre de victimes est important (lors d'un hold-up par exemple), l'intervention d'un psychologue, criminologue ou travailleur social est très souvent bénéfique. Elle permet à la victime d'exprimer ses émotions, de s'extraire du lieu de l'agression et de revenir à la réalité en se voyant confier des tâches simples à effectuer (téléphoner par exemple). Cet accompagnement au moment des faits, en phase aigue, est complémentaire aux interventions policières et médicales éventuelles.

Très souvent, par ailleurs, les services de police demandent l'autorisation à la victime de pouvoir être recontactée dans les jours qui suivent par un service d'aide aux victimes. Organisés dans chaque arrondissement judiciaire du pays, les services d'aide aux victimes proposent aux victimes d'infractions et à leurs proches une aide sociale et psychologique, gratuite et confidentielle, au sein d'une équipe pluridisciplinaire professionnelle, même indépendamment d'une plainte déposée à la police.

Ces services procurent à court, moyen ou long terme, une aide psychologique centrée sur les conséquences directes ou indirectes de l'événement subi et de la victimisation. Ils accompagnent aussi les victimes qui sollicitent leur aide tout au long de leurs démarches vis-à-vis de la police, du pouvoir judiciaire, des sociétés d'assurance ou du tribunal. Indépendants de la police et de la justice, ils peuvent aussi assister les victimes dans le cadre de la procédure devant la Commission pour l'aide financière aux victimes d'actes intentionnels de violence ainsi qu'en cas d'audition par une Commission de libération conditionnelle. Si nécessaire, ils les orientent vers d'autres services d'aide spécialisés ou des structures de soins médico-psychiatriques.

// JD

(1) La liste des services d'aide aux victimes francophones est disponible sur www.aideetreclassement.be/grav/. Coordonnées aussi via les services de police et maisons de justice.

Dis-moi où tu habites, je te dirai comment tu vis

On n'habitera plus en Wallonie, demain, comme on y habite aujourd'hui. Un basculement est en passe de se produire. Les enjeux – cohésion sociale, mobilité, énergie... – sont énormes. Au cours de deux récentes journées d'études, le Mouvement ouvrier chrétien (MOC) a voulu marquer de son empreinte les défis qui attendent l'aménagement du territoire au sud du pays.



© Pierre Rousseau / BELPRESS

La Wallonie a pris l'habitude de favoriser l'éclatement des zones d'habitat. Cette dispersion n'est plus tenable.

D'ici à huit ans, la Wallonie devrait compter 247.000 habitants en plus (par rapport à 2010). La décennie suivante, il faudra compter avec une nouvelle fournée de 190.000 âmes supplémentaires. Cette évolution, qui n'est pas spécifique au sud du pays, est liée à la pression migratoire et, surtout, au vieillissement de la population. Où va-t-on loger tout ce beau monde, alors que 32.000 personnes vivent dans l'attente de décrocher un logement social (pour ne parler que de cette population-là) ? C'est que, parallèlement à cette évolution démographique, nos habitudes de vie évoluent également : la taille des ménages est de plus en plus réduite, les familles monoparentales et les individus vivant seuls sont de plus en plus nombreux. De là, le besoin accru de logements.

Le discours dominant, aujourd'hui, en appelle à la fin de la dispersion tous azimuts de l'habitat. Et ce n'est pas par hasard ! Depuis les années soixante, la Wallonie a pris l'habitude de favoriser l'éclatement des zones d'habitat (comme celui, d'ailleurs, des zones d'activités économiques). Mais cette dispersion coûte cher, très cher, à la collectivité. Ainsi, connecter une parcelle bâtie aux équipements et raccordements publics (éclairage, égouttage, voirie, eau, gaz, électricité...) reviendrait à près de 5.200 euros pour une parcelle de 7 mètres à front de voirie et à 15.800 euros pour une parcelle de 30 mètres (1). De plus, cette dispersion encourage la population à s'en remettre exclusivement à la voiture individuelle pour ses déplacements. A ce stade, cela reste jouable pour certains revenus. Mais pour combien de temps, alors que la très sérieuse Agence internationale de l'énergie estime plausible le scénario du doublement pur et simple du prix du pétrole à l'horizon 2035 ?

Une Wallonie "à la Flamande"

Avec ou sans les chiffres, on sent confusément que cette dispersion – certains parlent d' "étalement urbain", de "mitage territorial" ... – n'est plus tenable. Pour des raisons économiques, certes, mais aussi paysagères : les abords de certains villages ou villes wallons ressemblent de plus en plus, avec leurs ramifications bâties

Ne touchez surtout pas à mon jardin !

Quoi de plus normal que de s'émouvoir lorsqu'on touche à son paysage préféré, sa rue ou son jardin ? La difficulté réside dans le fait de parvenir à se mobiliser collectivement, à dépasser le point de vue individuel, à envisager ensemble l'espace.

Dans les questions d'aménagement du territoire, le qualificatif de "Nimby" est fréquemment utilisé. Littéralement : "Not in my backyard", soit en français : "Pas dans mon jardin". L'extension d'une voirie, l'implantation d'un parc à conteneurs, l'ouverture d'un centre d'hébergement pour demandeurs d'asile ou pour toxicomanes... ont la réputation de provoquer les foudres du voisinage, craignant de voir son confort de vie dégradé. "Matière vaste et complexe, l'aménagement du territoire est capable de passionner jusqu'au coup de sang les plus tièdes de nos concitoyens", constate Hélène Ancion d'Inter-Environnement Wallonie (1).

Egoïsme versus vitalité locale

Le phénomène Nimby est souvent connoté négativement, observe l'administration wallonne (SPW) qui gère l'environnement en Wallonie (2). "Il serait le signe de l'égoïsme des individus et des

en étoile le long des axes routiers, à cette Flandre ultra-urbanisée d'où la campagne semble avoir définitivement disparu. Le hic, c'est qu'il y a un gouffre entre les déclarations et les actes. "On continue bel et bien à disperser au mépris de la gestion parcimonieuse du sol, pourtant inscrite dans la législation dès 1999, s'insurgeait récemment Pierre Georis, Secrétaire général du mouvement ouvrier chrétien (MOC) lors d'un colloque organisé à Charleroi (2). C'est à se demander si la politique d'aménagement du territoire peut être autre que purement déclaratoire : on dit ceci et on fait cela". Les faits appuient ce constat : selon une étude de l'Iweps publiée en septembre dernier (3), l'essentiel de l'habitat, tel qu'il s'est érigé entre 2001 et 2007, a continué à s'éloigner des zones déjà bâties et des centres de communications préexistants (gares, zones desservies par les transports en commun...). Y compris dans les zones rurales qui – fait aggravant – disposent pourtant de réserves foncières en leur sein, à proximité de services comme les crèches, les écoles, les infrastructures de commerce et de loisir, etc.

Les temps changent, pourtant. Le gouvernement a récemment invité les 262 communes wallonnes à définir leurs "noyaux d'habitat". A l'avenir, les investisseurs privés et publics construisant dans ces zones devraient bénéficier de primes spécifiques et d'aides ciblées de la part des autorités régionales. Un régime de discrimination positive, en quelque sorte, comme il en existe déjà dans les écoles ou les quartiers "difficiles" : pour orienter, on aide davantage. Bouleversant la tendance de fond de ces cinquante dernières années, ces intentions gouvernementales ont semé l'inquiétude dans les campagnes, certains édiles ruraux craignant – ou faisant mine de craindre, à quelques mois des élections communales – que les campagnes allaient être oubliées au profit exclusif des villes. Par la voix de son ministre de l'Aménagement du territoire, Philippe Henry, le gouvernement wallon a tenté de rassurer : les plans de secteurs ne seront pas réécrits, les particuliers ne doivent pas craindre une dévaluation de leur terrain, les services et les transports ne seront pas touchés...

Mixité sociale

Au MOC, on se sent en phase avec ce projet de densification de l'habitat, surtout si celle-ci se

réalise, par exemple, via la rénovation de friches industrielles désaffectées dans les villes. Même si, comme l'explique André Boulvin, Secrétaire du mouvement pour la province de Namur et membre de Commission régionale d'aménagement du territoire (CRAT), il faudrait aussi insister, idéalement, sur une autre vertu de cette dynamique : elle freine l'empiètement sur les terres agricoles. Mais ce recentrage de l'habitat ne doit pas se réaliser à n'importe quelles conditions : il faut veiller à ce que l'accessibilité aux services collectifs et à l'emploi soit garantie pour tous les publics, particulièrement les plus fragiles : jeunes, chercheurs d'emploi, personnes âgées ou handicapées, femmes seules avec enfants, etc.

Aux yeux des militants du Mouvement ouvrier chrétien, (lire aussi l'éditorial page 12) les noyaux d'habitat lancent, en somme, deux types de défi à la société. D'abord, celui de la démocratie participative. "Malgré la transparence croissante dans les processus de décision liés à l'aménagement du territoire, les milieux populaires participent peu aux enquêtes publiques, déplore André Boulvin. La technicité des procédures et des législations pousse beaucoup de gens, qui n'ont pas le capital culturel nécessaire pour réagir, à se désintéresser des débats. Allons vers eux pour les aider à décoder les enjeux ! Au-delà de la consultation, c'est la concertation qu'il faut privilégier". Deuxième défi : celui de la cohésion sociale. "Il faut favoriser la coopération – et non la compétition – entre les sous-régions wallonnes. Surtout, il faut encourager la mixité des fonctions (habitats, commerces, bureaux...) et des populations. La seconde, tout le monde la prône, mais d'abord pour les autres ! Or, contrairement à ce qu'on pense souvent, la mixité des fonctions n'entraîne pas automatiquement la mixité sociale ni intergénérationnelle". Et de citer, pour illustrer a contrario son propos, les noms de lieux où se sont érigées les principales cités sociales du grand Namur : "Haute bise", "Tout vent" et "Peu d'eau". Tout est dit...

// PHILIPPE LAMOTTE

(1) Etat de l'environnement wallon 2006/2007
(2) 90^{ème} semaine sociale Wallonie-Bruxelles du MOC, "l'Odyssée de l'espace", Charleroi, 29 et 30 mars 2012.
(3) www.iweps.be - 081/46.84.11

jeux globaux du projet. Réduire la participation du citoyen-voisin à un sondage d'opinions ou à une enquête de satisfaction ne permet pas de construire de l'intelligence collective, de dépasser la critique basique ni de participer véritablement à la gestion du territoire. Il est aussi de la responsabilité citoyenne de s'engager dans des alliances où combat environnemental et combat social s'articulent.

Là, toutes les idées se côtoient et doivent entrer en dialogue : celles du chômeur comme celles du cadre, de la mère célibataire, de l'immigré retraité. Un exercice de démocratie à défendre. D'autant que dans ces matières, il est aisé de se réfugier derrière une réglementation complexe et le jargon des experts pour confisquer la voix des habitants. "Résister, c'est créer", conclut Claire Scohier.

// CATHERINE DALOZE

(1) Inter-Environnement Wallonie : 081/39.07.50 – www.ieww.be
(2) http://environnement.wallonie.be/
(3) Inter-Environnement Bruxelles : 02/893.09.09 – www.iebb.be

Thérapie

Animaux contre les maux

Les animaux sont parfois bien davantage que de fidèles amis de l'homme. Dans certaines cas, ils rendent de précieux services aux âmes qui vont mal ou aux personnes souffrant d'un handicap. Mais cette aide n'a rien d'inné chez eux et ne s'improvise pas.

Un berger australien nommé Ice et June, un beau lévrier whippet, attendent sagement sur le parking d'une école bruxelloise. Leur queue s'agite : même si l'excitation de rencontrer les enfants est palpable, les chiens restent calmes. Ici, les aboiements et les sauts ne sont pas les bienvenus et les deux chiens le savent. Les élèves de maternelle qu'ils s'apprêtent à rencontrer sont autistes et/ou malvoyants. Leur rôle, ils le connaissent : apporter quelques minutes de douceur et de tendresse dans cette classe.

Pour les personnes âgées, la venue des animaux dans la maison de repos est l'occasion de se socialiser et de sortir de leur chambre.

belle, leur maîtresse. Ces deux chiens et ce chat tiennent compagnie à huit personnes âgées pendant une heure. C'est l'ergothérapeute, Céline Vanderhaegen, qui a eu l'idée de mettre en place cette activité. "Les animaux sont interdits dans le home par le règlement. Mais certains résidents en avaient chez eux. Retrouver ce genre de contact leur permet de se rappeler de bons souvenirs et de les revivre. Par ailleurs, certains seniors, peu mobiles ou atteints de démence, ne participent pas aux activités telles que la peinture... organisées par la résidence. Pour eux, la venue de ces animaux est l'occasion de sortir de leur chambre et se socialiser (parce que l'activité se passe en groupe). Ils rencontrent les autres résidents, les maîtres des chiens. Et puis, avec les animaux, des petits jeux sont organisés : lancer la balle au chien, lui donner à manger, le brosser... Grâce à ça, les seniors bougent un peu. Au niveau psychomotricité, c'est positif."

L'animal n'est pas médecin

De nombreuses études scientifiques ont démontré les bienfaits sur l'homme du contact avec les animaux. "Regarder un poisson dans un aquarium a un effet apaisant ; caresser un chat ou un chien fait baisser la tension et le rythme cardiaque ; un chien que l'on doit régulièrement sortir entretient une activité favorable à l'organisme", souligne Sandrine Willems, philosophe et psychologue clinicienne de formation analytique (1).

Penser à l'intégrer dans des thérapies est survenu par hasard. Dans les années 50, le psychiatre américain Boris Levinson a constaté qu'un de ses jeunes patients autistes, avec lequel il n'arrivait pas à entrer en relation, s'est mis à communiquer avec le chien du thérapeute qui, de manière inattendue, s'était introduit dans le cabinet de consultation. L'idée de poursuivre des thérapies assistées par un animal est née. Brossage, caresses ou simple présence de

Dans une thérapie, l'animal parvient à s'introduire là où le thérapeute, seul, ne trouvait pas accès.

l'animal dans la pièce etc., les méthodes utilisées en thérapies sont diverses. "L'animal n'est pas un médicament, précise Bénédicte de Villers, chercheuse en anthropologie de la communication homme-animal (ULg). Les thérapies sont organisées et structurées avec le patient, l'animal et le thérapeute. Chaque patient est différent, chaque thérapeute aussi ; il n'existe donc pas UNE méthode, il faut donc toujours l'adapter." La thérapie assistée par l'animal ne convient pas à tout un chacun : que faire des personnes qui ont une peur bleue des bêtes ou celles qui y sont allergiques ? Il ne faut surtout pas forcer

Animal, vecteur social

A la Résidence pour seniors du CPAS de Watermael-Boitsfort, Lupita, Matteo et Agathe accompagnent Isa-



L'animal met à l'aise, ne "juge" pas.

quelqu'un à suivre à tout prix une telle thérapie.

Réponse à tous les maux ?

Même si tout le monde n'est pas réceptif à cette méthode thérapeutique, elle a déjà montré de bons résultats avec des personnes autistes, handicapées mentales ou moteurs, hyperactives ou souffrant de solitude ou de troubles psychologiques dus à un décès, une séparation, une adoption, etc. Chiens, chats, lapins, cochons d'Inde, chevaux mais aussi, dauphins ou même oiseaux : nombreux sont les animaux venant à

point pour aider les patients et accompagner le thérapeute. Généralement, l'animal met à l'aise, ne "juge" pas. Il joue un rôle catalyseur dans les relations. Découvrir qu'une personne en thérapie développe une communication avec l'animal alors qu'elle n'en a pas avec les humains : voilà qui donne l'espoir qu'un jour, elle étende cette nouvelle capacité à ses pairs.

Le psychiatre Levinson l'avait constaté : dans une thérapie, l'animal parvient à s'introduire là où lui-même ne trouvait pas d'accès (1).

Cette méthode douce, loin des acharnements médicamenteux, offre une alternative qui a du chien !

// VIRGINIE TIBERGHIE

A cheval et se sentir mieux !

Les thérapies assistées par les chevaux sont très tendance ces dernières années. Qu'offrent-elles aux patients ? Cet animal doux et robuste arrive-t-il à leur procurer du bien-être ? Rencontre avec Patrick Guilmot, hippothérapeute et directeur du centre d'hippothérapie de Louvain-la-Neuve.

En Marche : L'hippothérapie est-elle efficace pour tout le monde et en toutes situations ?

Patrick Guilmot : Quand on pense à l'hippothérapie, on l'associe volontiers au travail avec des personnes handicapées. Mais le champ de bénéficiaires d'une telle thérapie est bien plus large. Des personnes en détresse psychologique ou souffrant d'un mal-être viennent aussi au centre pour des ateliers avec les chevaux. Par ailleurs, chaque personne est unique et différente. Elle a donc sa manière propre d'entrer en relation avec le cheval. L'hippothérapie n'est donc pas une thérapie toute faite, clé sur porte.

EM : Comment fonctionne la relation homme-cheval ?

PG : Le cheval n'a pas d'a priori, il vous prend tel que vous êtes. Animal sensible, il ne se présente pas comme un prédateur : il est doux, a une forte présence et une très grande disponibilité pour l'homme. Mais le cheval a quand même sa personnalité et ses

propres émotions. S'il prend peur, il va fuir. Cette réceptivité fait prendre conscience à la personne en thérapie des actes, des gestes et des relations qu'elle entretient avec les autres.

EM : Quels sont les avantages offerts par le cheval en thérapie ?

PG : Je dis toujours qu'il est beau, grand et fort (rires). Il propose ainsi une expérience corporelle et émotionnelle étendue. On peut le caresser de la main mais également, le sentir avec tout son corps. Quand on monte sur le dos du cheval, on est porté, on dépend du mouvement de l'animal. C'est une manière aussi d'apprivoiser son propre corps. Par exemple, monter l'animal peut restimuler certaines capacités corporelles, aider à gérer l'équilibre, la fluidité de mouvements...

EM : Le cheval joue-t-il un rôle de thérapeute ?

PG : L'animal n'est pas le soignant. La relation s'envisage à trois : le pa-

(1) Sandrine Willems, *L'animal à l'âme, De l'animal-sujet aux psychothérapies accompagnées par des animaux*, Ed. Seuil, 2011.

tient, le cheval et le thérapeute. Les acteurs jouent chacun à leur tour un rôle, chacun est à un moment le moteur de la thérapie. C'est une aventure commune. Si un événement vient la perturber, on cherche des solutions à trois. Le thérapeute est toujours l'allié du bénéficiaire et va l'aider à dépasser les obstacles.

EM : Qui sont les hippothérapeutes ?

PG : Le choix du thérapeute est très important. Certains sont kinés, d'autres psychologues ou psychomotriciens. Il existe différentes formations en hippothérapie. Le titre n'étant pas 'protégé', lorsqu'on s'adresse à un hippothérapeute, il est important de savoir sur quelles bases s'appuie son travail.

// PROPOS RECUEILLIS PAR VIRGINIE TIBERGHIE

>> Infos : Ferme équestre d'Ottignies Louvain-la-neuve : 010/45.24.74 - www.ferme-equestre.be

La santé et les pierres!

L'aménagement du territoire était au cœur de la semaine sociale organisée par le Mouvement ouvrier chrétien, fin mars dernier. L'occasion, pour chaque individu mais aussi pour la collectivité, de réfléchir à la manière de construire un "vivre ensemble" qui dépasse de loin les simples questions économiques ou sociales.

Le Moc a choisi de s'attaquer à un sujet particulièrement sensible de part les tensions qui le traversent. Entre l'emploi et le développement durable, entre le poids des lobbies et la défense des plus fragiles, entre le phénomène du "pas dans le fond de mon jardin" et les enjeux du développement économique, l'aménagement du territoire est au cœur de nos projets de société (lire aussi en page 6).

Mon environnement, aussi celui des autres!

L'extension du modèle d'habitat "quatre façades et petit jardin" a mis les communes, les pouvoirs publics mais aussi les ménages face à des dépenses parfois inconsidérées, face à des aménagements non respectueux des paysages et de l'intérêt du développement durable. A contrario, vouloir grouper tous les habitats sur un espace réduit et construire en hauteur ne serait pas – et n'a d'ailleurs pas été – la solution alternative équilibrée non plus.

Quant aux espaces de développement économique et au déploiement des centres commerciaux, la traduction sur le terrain semble s'être concentrée sur la circulation routière des marchandises et non sur l'intégration sociale des projets. La stratégie économique était claire : tuer les centres-villes et les petits commerces de proximité pour attirer les consommateurs vers les grandes surfaces. Des grandes surfaces qui, depuis, réinventent les épiceries de quartier... On a mis à mal une économie locale et de petits indépendants sans réfléchir à leur rôle social inscrit dans un espace de vie commun.

Le résultat visible des choix pris par les politiques dans le cadre de l'aménagement du territoire est illustratif de ce qu'il n'est souvent que le compromis d'intérêts à court terme. Il reflète trop souvent également les égoïsmes individuels du moment en transcrivant dans l'espace les rapports de force entre les milieux financiers, agricoles et sociaux. Les illustrations pourraient être nombreuses et, plus on se rapproche des lieux de décisions décentralisés comme les communes, plus on voit à quel point les positions adoptées par un groupement de quartier, les pressions d'un propriétaire terrien ou la lubie d'un dirigeant peuvent avoir comme résultat une urbanisation, un dessin du paysage qui reflète davantage les changements de pouvoir et de rapports de force que la continuité d'une pensée sociale et du bien vivre en commun.

Pourtant aménager le territoire, c'est le structurer en vue de favoriser de manière durable et solidaire le développement des populations concernées sur le plan social, culturel et économique.

L'habitat déterminant pour la santé

Pour la Mutualité chrétienne et ses partenaires comme Alteo (mouvement social de personnes malades, valides et handicapées), ou l'UCP (mouvement social des aînés), les questions d'aménagement du territoire ne

sont pas sans rapport avec la santé, le bien-être.

La qualité du milieu de vie est un des facteurs déterminants de la santé. Un habitat qui ouvre à l'intergénérationnel ne devrait-il pas être pensé pour évoluer avec la vie de la personne et de sa famille ou de son groupe social? L'espace public ne devrait-il pas être réfléchi pour permettre à tous - et en particulier aux plus fragilisés - de se déplacer en toute sécurité? Le bien-être individuel dans son lieu d'habitation est certes légitime. Mais il y a lieu de réfléchir aussi au-delà : à la préservation des zones de paysages, au développement d'une économie localisée... Ces aspects doivent donner les balises et les éclairages aux projets développés.

La manière dont nous avons développé un habitat périurbain est très illustrative des politiques d'exclusion et prend encore plus de relief quand on le compare à la France. Ce pays voisin a développé des zones d'habitat périphériques autour des villes avec des moyens de communication et infrastructures orientées vers les centres urbains (c'est le cas de Paris). Ces couronnes ont permis de préserver et de réintégrer des zones agricoles, des paysages naturels... laissant de vrais espaces libérés.

Dans notre pays, nous avons bâti le long des axes, en reliant les villages entre eux par de longues rangées de maisons. Conséquences? Une augmentation importante des coûts et temps de déplacement, un accès très difficile aux transports en commun, une hausse des risques d'accidents routiers (qui coûtent très cher en qualité de vie et de santé) ... Mais beaucoup de gens ont un jardin où retrouver un contact heureux avec la nature...

Outre l'accès géographique et physique, se pose la question de la qualité de l'espace de vie. Beaucoup de citoyens se voient dans l'obligation de réduire cet espace pour pouvoir se l'offrir. Or la qualité d'un logement se juge autant à ce qu'il permette des espaces de relations qu'à des moments d'isolement. Et ce qui est vrai pour l'espace familial l'est aussi pour l'espace public.

L'esthétique et l'harmonie

En matière de bien-être et de santé, notre rapport à notre environnement, à sa beauté est une dimension sous estimée. Le rapport à l'esthétique est structurant dans notre rapport aux autres et à la vie. Si cette dimension est souvent passée sous silence quand on évoque l'aménagement du territoire, elle n'en semble pas moins importante : paysages naturels ou structurés par l'histoire, matériaux utilisés et permis, respect du relief par rapport à l'habitat, harmonie entre les espaces cultivés et naturels... L'aménagement du territoire est le reflet de ce que nous sommes, individus et communautés. Ce levier politique illustre la maturité de notre relation au temps et à notre histoire commune. Il reste des pierres pour construire une société qui ne soit pas faite de "briques" et de broc instantanés...!



© A.M. Jabouil

ça se passe

// Rumeur et Web

Les 15, 22, 29 mai de 18h à 21h, l'IHECS organise une formation sur le thème "Ragots, rumeurs et autres bruits : gérez le buzz". Prix : 230 EUR.
Lieu : 60, rue de l'étuve - 1000 Bruxelles.
Rens. > 02/549.55.37 • www.ihecs-fc.be

// Action Damien

Du samedi 30 juin au mercredi 4 juillet, l'Action Damien organise 4 jours de marche dans la région des Hautes Fagnes en province de Liège. Au programme : 20 km par jour. Prix : 120 EUR.
Rens. > 0497/28.42.22 • www.actiondamien.be

// Alzheimer

Le jeudi 10 mai, la Ligue Alzheimer organise un colloque : "La maladie d'Alzheimer : urgences ou résistances". L'objectif est de renforcer l'intérêt et la connaissance de la problématique "démence". Prix : 10 EUR.
Lieu : 4b, rue Montagne Ste-Walburge - 4000 Liège.
Rens. > 04/229.58.10 • www.alzheimer.be

// Coopération au développement

Du 25 avril au 15 mai, la Coopération au développement belge avec la participation du Musée royal de l'Afrique centrale organise dans tout le pays, les journées du développement. Les thèmes mis à l'honneur : la santé maternelle et la mortalité infantile.
Rens. > 02/501.81.11 • www.dg-d.be

// Austérité

Le jeudi 26 avril de 9h30 à 12h30, l'asbl SAW-B organise une conférence : "L'économie sociale à l'heure de l'austérité".
Lieu : 10, rue du Méridien - 1210 Bruxelles.
Rens. > 071/53.28.30 • www.saw-b.be

// Intergénérationnel

Le jeudi 26 avril de 9h à 16h, l'UCP, mouvement social des aînés organise une journée d'étude sur l'intergénérationnel. Comment se passent les relations entre les générations au quotidien? Participation gratuite.
Rens. > 02/246.46.73 • www.ucp-asbl.be

// Normalité

Le 28 avril à 18h30, l'Autre Lieu présente un spectacle de théâtre sur la normalité par la troupe Sapristi.
Lieu : 32, rue Chambéry - 1040 Bruxelles.
Rens. > 02/230.62.60 • www.autrelieu.be

// Oiseaux

Le samedi 28 avril de 9h à 12h, l'asbl L'Atelier de développement personnel organise une marche à la rencontre des oiseaux aux marais d'Harchies. Prix : 5 EUR.
Lieu : 5, Chemin des Préaux - 7321 Harchies.
Rens. > 0473/49.93.49 • www.le-mandala.blogspot.com

// Individualisme

Le w-e du 2 au 3 juin, le Cefoc organise une formation : "Individualisme : vers quelle société?" Prix : 55 EUR.
Lieu : La Marlagne - 5100 Wépion.
Rens. > 081/23.15.22 • www.cefoc.be

// Enjeux de l'eau

Le samedi 28 avril de 9h30 à 17h, Attac-Liège organise une journée : "L'eau : marchandise ou bien public?". Problèmes et solutions. Prix : 5 EUR.
Lieu : 14, rue Louvrex - 4000 Liège.
Rens. > 04/349.19.02 • http://local.attac.org/liege

// Liberté d'expression

Le lundi 30 avril à 20h, la plateforme Les Voix de la Liberté présente un concert pour la liberté de la presse et d'expression. Une quinzaine d'artistes chanteront la liberté. Prix : 25 EUR.
Lieu : Aula Magna - 1348 LLN.
Rens. > 0900/00.600 • www.lesvoiesdelaliberte.be

// Aube des oiseaux

Le mardi 1^{er} mai, Natagora-jeunes vous invite en Wallonie et à Bruxelles à la traditionnelle "Aube des oiseaux". Venez écouter et observer les oiseaux lors de balades matinales.
Rens. > 081/39.07.20 • www.natagora.be

// Vatican II

Le jeudi 3 mai de 9h30 à 16h, Agir en Chrétien Informé de Charleroi organise un séminaire : "Un concile pour rien? Vatican II et nous". Prix : 18 EUR.
Lieu : 150 avenue Gilbert - 6220 Fleurus.
Rens. > 071/43.44.86

// Récup'attitude

Le w-e du 3 au 5 mai, le réseau Ressources propose de découvrir dans 27 lieux en Wallonie et à Bruxelles, ce que deviennent les objets dont vous vous débarrassez, visite d'un centre de tri, d'un magasin de seconde main...
Rens. > 081/39.07.10 • www.res-sources

// Psoriasis

Le samedi 5 mai à 13h45, l'asbl Psoriasis-Contact organise une séance d'information sur le "Le bon usage des traitements du psoriasis". Avec Françoise Guiot, dermatologue qui abordera les différents traitements de la maladie.
Lieu : 85, chaussée de Tirlemont - 1370 Jodoigne.
Rens. > 02/372.37.67 • www.psoriasis-contact.be

// Psychiatrie

Le mardi 8 mai de 12h30 à 14h30, l'asbl Similes Bruxelles organise dans le cadre des midis de l'info, une conférence : "Les équipes mobiles et la réforme de la psychiatrie". Prix : 8 EUR.
Lieu : 30, rue de la Sablonnière - 1000 Bruxelles.
Rens. > 02/511.99.99 • www.similesbruxelles.be

// Rencontre de l'autre

Les 14 et 22 mai de 9h30 à 16h, l'asbl Volont'R organise une formation : "A la rencontre de l'autre". Comment développer des techniques pour trouver l'équilibre dans sa relation avec l'autre : le patient, la personne âgée...? Prix : 40 EUR.
Lieu : 43, rue de la Charité - 1210 Bruxelles.
Rens. > 02/219.15.62 • www.volont'r.be

// Neuropathologie

Le mardi 15 mai à 18h, l'Institut de Neurosciences de l'UCL organise une conférence : "Les nouveaux points de vue neuropathologiques sur les maladies dégénératives du système nerveux".
Lieu : 50, avenue Mounier - 1200 Bruxelles.
Rens. > 02/764.94.23 • http://www.uclouvain.be/409713.html

// Déficience intellectuelle et emploi

Du 31 mai au 2 juin, Inclusion Europe et l'ANAHM, en collaboration avec l'AFrAHM et Inclusie Vlaanderen, vous invitent à un congrès sur les nouvelles possibilités d'emploi pour les personnes avec une déficience intellectuelle.
Lieu : 17, avenue du Boulevard - 1000 Bruxelles.
Rens. > 02/247.28.29 • www.anahm.be

// Journée interreligieuse

Le dimanche 3 juin de 9h30 à 14h30, l'Abbaye de Maredsous organise une journée interreligieuse : "Qui craindre davantage, le Chrétien ou le Musulman?" Prix : 20 EUR.
Lieu : 12, rue de Maredsous - 5537 Denée.
Rens. > 082/69.82.60 • flm@maredsous.com

// Chrétiens et musulmans

Le 28 avril de 10h à 16h, Pax Christi Wallonie-Bruxelles organise, avec El Kalima, une journée de rencontres et d'échanges : "Chrétiens-Musulmans : Rencontre et dialogue, mieux se connaître pour mieux se comprendre".
Lieu : 31/1, rue Maurice Liéart - 1150 Bruxelles.
Rens. > 02/738.08.04 • www.paxchristiwb.be