



Les douleurs lancinantes mieux prises en compte

PAGE 7

© Marc Detiffe

ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



© BELPRESS

Voyage

Éviter les soucis

Mutas, l'assistance voyage de la MC, intervient en cas de maladie ou d'accident lors de vacances à l'étranger. Quelques balises avant le départ.

PAGE 13



© Philippe Turpin/BELPRESS

Allocations familiales

Un enfant = un enfant... pour combien de temps encore ?

A partir du 1^{er} juillet, le gouvernement fédéral ne sera plus compétent pour les allocations familiales. Pas de panique à ce stade pour les bénéficiaires. Mais attention : les enjeux à long terme demeurent.

PAGE 6

Seniors

Les aînés maltraités

Infantilisation, négligences, violences financières... Qu'elles soient institutionnelles ou familiales, les maltraitements sont souvent insidieuses.

PAGE 9

Lectures

Des conteurs dans vos bagages

Changer d'atmosphère, vivre un ailleurs, c'est aussi possible en lisant. Invitation à se laisser transporter par des écrivains familiers d'*En Marche*.

PAGE 8

Conseils juridiques

Maison de repos : quelle contribution financière pour les enfants ?

L'hébergement en maison de repos coûte souvent cher. Parfois, les enfants interviennent d'initiative dans les frais lorsque leur parent ne dispose pas de revenus suffisants. Mais que se passe-t-il en cas de mésentente dans la famille ? Les enfants peuvent-ils être contraints à intervenir financièrement pour subvenir aux besoins de leur parent âgé ?

Dans de nombreuses familles, lorsqu'un parent va vivre en maison de repos mais ne peut assumer seul les frais d'hébergement, les enfants décident d'intervenir dans le paiement de ces frais. Un arrangement amiable entre frères et sœurs et un paiement volontaire de leur part sont évidemment l'idéal. Paiement à parts égales, intervention à hauteur de ses moyens, participation financière de certains enfants mais pas de tous... : les arrangements sont tout à fait libres et peuvent prendre des formes très différentes. Tant que cette situation convient à tous, enfants et parents, l'intervention du juge n'est pas nécessaire et les parties peuvent s'arranger seules.

Et le CPAS dans tout ça ?

A défaut de participation financière de leurs enfants aux frais de maison de repos, nombreuses sont les personnes âgées à s'adresser au Centre public d'action sociale (CPAS). Avant d'accorder

une aide financière, le CPAS peut imposer à la personne de faire d'abord appel à ses enfants, conformément aux dispositions du Code civil relatives à l'obligation réciproque d'aliments (1). Le CPAS a un pouvoir d'appréciation et peut donc, en fonction du climat familial ou de la situation financière des enfants, obliger au non le demandeur à faire intervenir ses enfants. Dans des cas d'urgence, le CPAS peut également intervenir et dans un deuxième temps introduire une action contre les enfants afin de récupérer l'aide avancée.

Et si les enfants refusent de payer ?

Le parent ou le CPAS – s'il a déjà accordé l'aide – peut s'adresser au juge de paix afin de contraindre les enfants à intervenir dans les frais de maison de repos s'ils ont refusé de le faire. Dans un premier temps, le juge examine deux choses : l'état de besoin du parent et les ressources dont il dispose.



faut-il que ceux-ci aient les moyens de venir en aide à leur parent. A nouveau, le juge procède à une double évaluation : de quelles ressources les enfants disposent-ils et quelles sont leurs dépenses ? S'il y a une marge financière disponible, il peut obliger les enfants à payer une pension alimentaire à leur parent.

Ce calcul s'effectue de manière individuelle pour chaque enfant. Le juge peut décider que chacun

paie une somme différente ou obliger seulement certains à payer. Ici encore, le comportement du parent est pris en compte. Si le parent a été déchu de l'autorité parentale ou est resté des dizaines d'années sans donner de nouvelles, le juge peut décharger les enfants du paiement d'une obligation alimentaire.

// MARIE LIEFFRIG, ASBL DROITS QUOTIDIENS

>> Durant le mois qui suit la publication de cet article, consultez les questions complémentaires sur le thème abordé dans la rubrique *accès libre* sur le site : www.droitsquotidiens.be

(1) Articles 205, 207 et 208 du chapitre IV du code civil relatif aux obligations qui naissent du mariage et de la filiation.

Hospitalisation de jour

Une limitation aux suppléments d'honoraires

A partir du 1^{er} juillet prochain, lors d'une hospitalisation de jour en chambre commune ou à deux lits, des suppléments d'honoraires ne pourront plus être facturés aux patients qui bénéficient de l'intervention majorée ou du statut "affection chronique". L'interdiction s'applique aussi aux soins oncologiques effectués en hôpital de jour.

A l'heure actuelle, près de la moitié des traitements à l'hôpital se déroule en hospitalisation de jour. En effet, un nombre croissant d'améliorations techniques – par exemple des opérations chirurgicales peu invasives comme la laparoscopie – ou de nouvelles formes de traitements n'exigent plus de passer une nuit à l'hôpital. C'est sans doute une bonne nouvelle pour le patient qui peut ainsi rapidement rentrer chez lui.



puis le 1^{er} janvier 2013 pour les hospitalisations classiques. Rappelons aussi qu'un médecin conventionné ne peut jamais réclamer de suppléments d'honoraires tant en hospitalisation classique qu'en hospitalisation de jour, lorsque le patient séjourne en chambre commune ou à deux lits.

La Mutualité a été entendue par le gouvernement fédéral sortant et un grand pas a été franchi : à partir du 1^{er} juillet 2014, pour les prestations effectuées en

hospitalisation de jour (chirurgicales ou non) en chambre commune et à deux lits, la facturation de suppléments d'honoraires sera interdite à l'égard des bénéficiaires de l'intervention majorée (BIM) et des bénéficiaires du statut "affection chronique". L'interdiction s'appliquera également aux prestations effectuées dans le cadre de soins oncologiques et ceci, à l'égard de tous les patients admis en hospitalisation de jour.

Un nouveau modèle de déclaration d'admission adapté pour l'hospitalisation de jour est en préparation mais les hôpitaux et prestataires de soins sont tenus d'appliquer la nouvelle réglementation pour toute hospitalisation de jour débutant le 1^{er} juillet prochain.

// JD

>> Plus d'infos auprès de votre conseiller mutualiste ou sur www.mc.be (que faire en cas de > admission à l'hôpital).

(1) Voir à ce propos *La facture hospitalière sous la loupe*, En Marche du 7 novembre 2013. A lire sur www.enmarche.be

Quant au prix facturé, la situation peut fortement varier selon la pathologie, le type de chambre ou l'hôpital, comme l'a mis en évidence la Mutualité chrétienne dans son dernier baromètre hospitalier réalisé au départ des factures d'hospitalisation des membres en 2012 (1).

Ainsi, en chambre individuelle – option choisie par 6% des patients admis en hospitalisation chirurgicale de jour, un pourcentage qui monte à 20% dans certains hôpitaux –, la facture par admission était en moyenne de 627 euros, les suppléments d'honoraires représentant les 4/5^{es} de ce montant.

En chambre commune ou à deux lits, le prix moyen pour une intervention chirurgicale s'élevait à 119 euros. Le plus souvent, aucun supplément d'honoraires n'était facturé au patient. Toutefois, 14 hôpitaux du pays réclamaient de tels suppléments, parfois très élevés.

Au regard de ces constats, la Mutualité chrétienne a plaidé notamment pour interdire les suppléments d'honoraires pour des hospitalisations de jour en chambre commune et à deux lits. Cette interdiction est déjà d'application de-

Point Info Malades chroniques

Un Fonds spécial de solidarité pour les enfants

Question : Mon fils de 14 ans est atteint d'une forme rare de rachitisme. Tous les six mois, il doit passer de nombreux examens et analyses et cela nous coûte cher malgré les remboursements. D'autre part, il doit prendre du phosphate quatre fois par jour. L'hôpital fait venir ce médicament d'Angleterre car il n'est pas commercialisé en Belgique. On paie pour cela environ 670 euros par an. Est-il possible de recevoir une intervention spéciale pour ce médicament ?

Réponse :

Votre enfant souffre d'une affection chronique grave qui nécessite un traitement continu de six mois au moins. Dans ce cas, il est possible d'introduire une demande d'intervention auprès du Fonds spécial de solidarité (1) institué auprès de l'Inami (institution fédérale qui organise, gère et contrôle l'assurance soins de santé obligatoire). Ce Fonds est un filet de protection supplémentaire à la couverture ordinaire de l'assurance soins de santé obligatoire. L'enfant doit avoir moins de 19 ans et la menace de la maladie sur la vie doit être réelle.

Le Fonds peut intervenir pour des soins de santé à condition qu'ils s'élèvent au moins à 650 euros par année civile et qu'ils n'aient fait l'objet d'aucun remboursement ni par la mutualité ni par une assurance, toutes les possibilités de remboursement ayant été épuisées préalablement.

Par ailleurs, les soins de santé pour lesquels l'intervention du Fonds est demandée doivent :

- 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 caractère absolu sur le plan médical (cela signifie qu'il n'y a pas d'autre alternative acceptable du point de vue médico-social dans le cadre de l'assurance obligatoire) ;
- être prescrits par un médecin spécialisé dans l'affection concernée ou par le médecin traitant si les prestations sont reprises dans un plan de traitement.

Le Fonds peut intervenir pour des soins de santé qui s'élèvent au moins à 650 euros par an.

La demande d'intervention doit être introduite via le médecin-conseil de la mutualité régionale de votre enfant. Celui-ci est traité au sein du Collège des médecins-directeurs, une instance de l'Inami. Sur base de plusieurs critères dont ceux énoncés ci-

avant, le Collège se prononce sur chaque situation individuelle.

Vu la complexité du dossier à constituer pour introduire la demande, nous vous recommandons de vous adresser au service social de votre mutualité afin d'être accompagné dans cette démarche. Celui-ci pourra également vérifier si votre enfant a accès à d'autres droits tels que les allocations familiales majorées ou à des avantages complémentaires accordés par la MC comme le forfait pour une maladie grave ou coûteuse, suite à une hospitalisation.

// POINT INFO MALADES CHRONIQUES

(1) Le Fonds spécial de solidarité est également accessible aux adultes. D'autres conditions doivent être rencontrées.

>> Consultez de nombreuses informations spécifiques sur www.mc.be/info.maladeschroniques. Vous aussi, posez votre question par e-mail à info.maladeschroniques@mc.be. Précisez vos nom, adresse légale ou numéro de registre national. Un relais vers votre mutualité régionale pourra être organisé si nécessaire.

Soins à l'hôpital

Objectifs qualité et sécurité

Se faire hospitaliser, ce n'est franchement pas la même chose que prendre l'avion. Quoique. D'une compagnie aérienne, on attend qu'elle prenne toutes les dispositions pour assurer le vol en toute sécurité et un service de qualité à bord. Il en va de même pour l'établissement hospitalier. La démarche de qualité et de sécurité passe par l'échange et l'adoption de bonnes pratiques. A cet égard, une expérience suisse mérite qu'on s'y attarde...

Depuis plus de quinze ans déjà, la Mutualité chrétienne (MC) initie et accompagne des projets inter-hospitaliers visant à améliorer la qualité des soins dans les hôpitaux. La prise en charge de la douleur, la gestion des transfusions sanguines ou encore la pose d'une prothèse de hanche font partie des problématiques abordées. "On associe plusieurs établissements hospitaliers dans des initiatives de qualité communes. Les projets reposent d'abord sur l'expérience et les bonnes pratiques des hôpitaux. L'apport de la MC concerne des données statistiques ainsi que des relevés de la littérature scientifique dans l'optique de promouvoir une médecine davantage basée sur des preuves scientifiques", explique Xavier De Bethune, coordinateur des initiatives de qualité à la MC.

Depuis 2007, la promotion de la qualité et de la sécurité hospitalière fait aussi partie des priorités du Service public fédéral (SPF) Santé publique. Petit incitant financier à l'appui, les établissements hospitaliers sont invités à conclure avec le SPF un contrat pluriannuel par lequel ils s'engagent à notifier les erreurs et incidents, à analyser les indicateurs et à mettre en place des mesures et processus de nature à réduire les risques au minimum. Nous n'entrerons pas ici dans les détails. Toujours est-il que pratiquement tous les hôpitaux se sont inscrits dans un deuxième plan quinquennal. Parmi les thématiques abordées : la sécurité des médicaments.

Réduire les événements indésirables

"En Suisse, dans le canton de Vaud plus précisément, une expérience très intéressante a montré qu'il est possible d'améliorer de manière significative la gestion des médicaments dans les hôpitaux et de réduire fortement les événements indésirables tels que des surdosages ou des médicaments donnés par erreur à un patient, précise Xavier De Bethune. Des enseignements très

utiles pour nos hôpitaux peuvent être retirés de cette expérience", ajoute-t-il. L'initiateur et l'accompagnateur de ce projet, Anthony Staines, expert en qualité, est venu récemment à Bruxelles, à l'invitation de la MC. Objectif : témoigner de son expérience auprès de coordinateurs qualité et de pharmaciens d'institutions hospitalières de Wallonie et de Bruxelles.

"Dix hôpitaux appartenant à la fédération des hôpitaux vaudois ont décidé de s'inscrire ensemble dans une démarche structurée pour améliorer certains aspects de leurs pratiques professionnelles dans une optique de sécurité", explique Anthony Staines. Le thème des événements indésirables liés aux médicaments a été retenu par les professionnels de la santé. Trois domaines d'action ont été ciblés : l'identification du patient (pour être certain que le bon médicament soit donné à la bonne personne), la

Changer les pratiques demande du temps, de l'investissement, de la rigueur et une vision à long terme.

gestion des médicaments à hauts risques (pour éviter les accidents) et la préparation des médicaments (pour éviter les erreurs). Un objectif chiffré a été établi : réduire de 20% les événements indésirables liés à une utilisation erronée ou à un mauvais usage des médicaments délivrés aux patients hospitalisés.

Echanges d'expériences

"Chaque hôpital a trouvé au sein du collectif de travail les idées de pratiques ou d'organisation à changer en se basant à la fois sur l'évidence scientifique, les consensus d'experts et l'échange d'expériences au sein du groupe, analyse Anthony Staines. Chaque équipe déléguée a retenu un portefeuille unique de changements à mettre progressivement en œuvre au sein de son hôpital (unité de soins par unité) et a pu expérimenter les défis liés à ce type de projet. On est inflexible sur les objectifs à atteindre mais les modalités choisies peuvent être différentes". Ainsi par exemple, l'identification du patient par la pose d'un bracelet est recommandée dès son admission. Il est important, au sein de l'hôpital, d'uniformiser les modalités pratiques et procédures de contrôle de cette identité en cours d'hospitalisation. De la même manière, concernant les médicaments, toute la chaîne de responsabilités, qui part de la prescription par le médecin jusqu'à la délivrance du médicament au patient dans sa chambre, nécessite la prise de mesures concrètes pour réduire au minimum le risque d'erreurs.

"L'objectif chiffré que nous avons déterminé au départ a largement été atteint dans les cinq hôpitaux qui ont poursuivi le processus au-delà des 18 mois initiaux que nous avons fixés pour insuffler de nouvelles pratiques. En trente mois, on est en effet passé de 17 à 7% d'événements indésirables, commente l'expert en qualité. Il est clair que changer les pratiques demande du temps, de l'investissement, de la rigueur et une vision à long terme. Ce sont là les principales leçons que nous tirons de cette expérience".

// JD



À suivre...



À "toute la Belgique du foot" (1)

Mardi 17 juin - 16h30. Même le tram en direction du Heysel affiche les couleurs belges. Sur les quais, c'est carnaval. Drapeaux, chapeaux... l'attrail jusqu'ici fourmillant dans les supermarchés et autres étals sort en rue. Il faut dire que le négoce a mis le paquet, convaincu que le consommateur verrait dans le "noir, jaune, rouge" une valeur ajoutée à son achat. Et ce, malgré la crise. Quel paradoxe ces derniers jours où les caissiers du Carrefour ont visiblement reçu des consignes vestimentaires et apparaissent tels des supporters de l'équipe nationale, tandis que leurs collègues du Delhaize affichent des mines moins joyeuses, remerciant les clients de leurs marques de soutien, tous groggy par l'annonce de fermetures et de licenciements !

18h, direction Belo Horizonte où il est 13h. Par voie câblée, les regards d'une foule de Belges sont tournés vers le Brésil. Un quart d'entre eux seraient très intéressés par cette compétition, voire fans, avance Test achats. Précisant que la différence d'intérêt hommes-femmes pour cet événement du ballon rond n'a rien d'un mythe. On qualifie d'ailleurs ce sport de misogynne. Sur le terrain, et sur le banc comme alentours, la prééminence est clairement masculine. Alors que l'excitation est à son comble, elle se mue rapidement en concentration, Brabançonne à l'appui. Elle est fredonnée par les Diables rouges, mains sur le cœur. L'hymne national n'a pas encore trouvé son interprétation simultanée en trois langues. Chacun entonne la sienne. Depuis les tribunes, on se compte : deux fois plus d'Algériens que de Belges sur place, grâce à un subside de l'État algérien, dit-on.

À peine quatre minutes de match et "premier scandale de cette coupe du monde", selon le commentateur du jour, Rodrigo Beenkens. Le sélectionneur de l'équipe nationale, Marc Wilmots, doit enfile sa veste de costume et quitter le bras de chemise. C'est dire comme tout est contrôlé dans cette compétition. À deux kilomètres à la ronde des 12 stades construits pour l'occasion, la Fifa a d'ailleurs établi un périmètre réservé aux sponsors. Fifaland ironisent certains. La Fifa est vue comme le grand gagnant de la Coupe du monde. Les intérêts économiques dominent et sont dénoncés (lire page 4).

Après le cap du premier quart d'heure, pas encore de but. Le rythme n'est vraiment pas élevé. "Les équipes auraient-elles peur de se découvrir?", s'interroge le commentateur. Pourtant l'internationalisation du foot amène nombre de joueurs à se côtoyer sur les pelouses, comme co-équipiers parfois. Né ici, naturalisé là-bas, jouant ailleurs, les appartenances nationales semblent davantage modulables pour ces footballeurs pro, que pour le commun des mortels. Ils évoluent dans une logique de marché. Au niveau des clubs, "seuls les supporters demeurent fidèles, les passionnés continuent de cultiver le rapport au territoire" (2). Les joueurs eux progressent l'air de rien dans un cadre d'une violence inouïe quand on pense : ne sont-ils pas achetés, prêtés, revendus... ? Ils doivent soigner leur cote.

23^e minutes : l'arbitre siffle un penalty. 24^e minute : c'est goal pour l'Algérie, leur premier but en coupe du monde depuis 28 ans ! "Comment l'équipe belge va-t-elle réagir dans une situation à laquelle elle n'est pas habituée?", s'interroge le commentateur refroidi. Et d'ajouter : "Il va falloir nous trouver quelque chose, Eden, aujourd'hui", ne sachant plus à quel saint se vouer. Si les talents du n°10 belge sont à la hauteur de ses émoluments, on peut rêver. Car il touche bien davantage que nos chefs d'État. Certes il fournira une occasion un peu sérieuse à la 43^e minute... sans suite. Au micro en direct du Brésil, on s'interroge : "On ne trouve pas de solutions notamment dans les combinaisons". Comme elles résonnent ces considérations certes sportives, mais tellement parlantes sur d'autres terrains... politiques ! Et ce n'est pas fini, entendez plutôt pour clore la mi-temps : "La Belgique est sonnée et pas encore chaos".

À la mi-temps, les commentaires peuvent s'appuyer sur les ralentis, des retours sur images agrémentés d'éléments graphiques. La technologie se met au service d'une télévision toute en mode "foot". Que ne ferait-on pas pour tenir le téléspectateur face à son écran ? Pour l'inciter à consommer du foot, enfin surtout l'ensemble des produits dérivés dont son téléviseur ? La RTBF, détentrice des droits de diffusion télévisuelle des matchs (pour des montants précieusement gardés secrets) a même mené une réflexion stratégique à propos des écrans géants en extérieur. Histoire de parts de marché. Il y en aura finalement 200 répartis sur le territoire, avec des règles précises.

Après 5 minutes de reprise, le rythme s'accélère du côté du plat pays. Les occasions jusqu'ici bien pauvres, prennent un regain d'intérêt pour les Belges. Une heure de jeu et 3^e changement pour l'équipe alignée sur le terrain... Wilmots tente de trouver la bonne formule. Elle est lancée : "Le banc fera la différence". À la 70^e minute, le diable d'origine marocaine, Marouane Fellaini, égalise. A la 80^e minute, voilà un second but. Dries Mertens renverse la situation : c'est 2-1 pour la Belgique. Chaque but affiche pleinement le paradoxe de ce sport : l'importance du collectif et la place prépondérante de la performance individuelle. 83^e minute, les occasions se multiplient et augmentent la fébrilité. Quel contraste avec la première mi-temps. Sur les gradins aussi. Car l'important - même pour les amateurs de foot - reste le score. Ouf ! Les icônes de la réussite sociale se maintiennent en symboles et ne deviennent pas - encore - les coupables idéaux (3). La fête supplante les problèmes des gens pendant un court moment, comme l'annonçait le sociologue du sport Jean-Michel De Waele. Et "l'émotion fait oublier la raison" (4) dans une ferveur populaire impressionnante. Elle semble pourtant si fragile, si superficielle face à ce sport qui tient là davantage de la machine à pognon que du véritable sport populaire, comme l'appellent de leurs vœux de plus en plus d'acteurs du foot. À l'heure de lire ces lignes, une autre histoire aura déjà eu lieu : avec la Russie.

// CATHERINE DALOZE

(1) Selon Vincent Langendries, journaliste sportif à la RTBF.

(2) Ludovic Lestrelin, Les territoires réinventés du football mondialisé, dans *Mouvements*, n°78, été 2014.(3) Julien Bertrand, La fabrique des footballeurs : la fabrique des mauvais garçons ?, dans *Mouvements*, n°78, été 2014.(4) Propos du commentateur sportif Benjamin Deceuninck, dans *Samedi +*, La Première, 14 juin.

> Le plaisir de la marche

Le site Internet de l'ASBL "Les sentiers de grande randonnée" est entièrement dédié à la pratique de la marche. Au total, une trentaine de guides consultables recensent plus de 5.000 km de sentiers balisés à travers la Wallonie et Bruxelles. En sus, le site propose des rubriques actualités et agenda ainsi qu'un forum pour les amoureux des balades.
Infos : www.grsentiers.org

> Mal-traité émoi

La Haute-École libre mosane (HELMo) et l'équipe SOS famille ont réalisé ensemble l'outil "Mal-traité émoi - Que faire si je suis confronté à un risque de maltraitance d'enfants ?" Fruit d'une recherche menée par des médecins, psychologues et psychopédagogues, ce manuel veut combler le manque actuel de formation des (futurs) enseignants en matière de maltraitance d'enfants. Accompagné d'un cd reprenant des témoignages, l'ouvrage fournit des moyens pour détecter les cas de maltraitance infantile et offre des pistes de solution.
Infos : *Mal-traité émoi* • Édipro • 2014 • 120 p. • 23 EUR • www.maltraite-emoi.be

> Allocations de chômage : contrôle

L'ASBL l'atelier des droit sociaux vient d'éditer une brochure dédiée au contrôle de recherche active d'emploi pour les bénéficiaires d'allocations de chômage. Cette publication explique qui est concerné par cette procédure de contrôle. Elle détaille son déroulement, depuis la lettre d'avertissement jusqu'au dernier entretien. Elle explicite aussi les voies de recours suite à une exclusion. La réglementation sociale évoluant rapidement, des mises à jour sont régulièrement publiées sur le site de l'association.
Infos : *Le contrôle de recherche active d'emploi pour les bénéficiaires d'allocations de chômage* • 32p. • 4 EUR • 02/512.71.57 • www.atelierdroitssociaux.be

> L'avenir de l'Église

En octobre prochain se tiendra à Rome un synode (réunion d'ecclésiastiques) sur le thème de la famille. Le positionnement de l'Église catholique vis-à-vis de l'évolution de la structure familiale devrait y être abordé. Le magazine indépendant chrétien *l'Appel* propose de recueillir le positionnement des chrétiens belges concernant quelques thèmes phares, dont l'évolution de l'Église au 21^e siècle. Le questionnaire peut être rempli jusqu'à la fin du mois d'août, via le site Internet du magazine : www.magazine-appel.be.
Infos : 04/341.10.04

> Brochure Aidants proches

Les ASBL Question santé et Aidants proches se sont unies pour mener à bien la rédaction d'une brochure sur la réalité des aidants proches. Les associations ont opté pour une méthode participative, composée de trois groupes de 8 à 12 personnes. Objectif : recueillir les situations vécues par les aidants, les démarches effectuées et leur ressenti. Les volontaires désireux de collaborer à ce projet peuvent s'inscrire à l'un des groupes de travail. Ceux-ci se dérouleront le jeudi 14 et le lundi 18 août dans la région de Namur.
Infos : 081/74.68.79 • chantal.gonze@aidants.be • www.aidants-proches.be

Toutes les oranges ne sont pas sucrées

50 à 60 sacs de 40 kilos par jour. C'est ce que doivent ramasser, chaque jour, les travailleurs saisonniers dans certaines orange-ries du Brésil. Le prix à payer pour nos petits déjeuners européens? Solidarité mondiale refuse cette logique de l'inévitable. Et invite à faire pression, d'un petit clic, sur nos mandataires européens.



Ce qu'il y a de bien, avec les "Mondials", c'est qu'on peut voyager moins bête et gratis. Et, grâce à la couverture médiatique omniprésente sur la Coupe du monde, apprendre mille chose sur le pays hôte. On apprend ainsi, avec Solidarité mondiale (l'ONG du Mouvement ouvrier chrétien), que le jus d'orange qui aboutit dans nos petits déjeuners provient à 80% du Brésil, particulièrement du Sud-Est du pays. Là-bas, dans cette région pourtant riche selon les indicateurs économiques classiques, des dizaines de milliers de cueilleurs d'oranges saisonniers, venus en général du Nord du pays (à 3.000 kilomètres de là...), s'éreintent chaque jour la santé. Ces travailleurs saisonniers doivent en effet récolter

environ deux tonnes par jour pour espérer gagner le salaire minimum légal, soit neuf euros quotidiens. Or, pour vivre de ses revenus du travail au Brésil, il faut gagner au moins 14 euros par jour. Par ailleurs, si les employeurs fournissent un logement et de la nourriture aux ouvriers, ceux-ci doivent souvent s'endetter ou accepter de voir leur salaire sérieusement raboté pour en bénéficier.

Certains défenseurs des droits de l'homme s'en émeuvent, comme l'initiative chrétienne Oscar Romero et la Centrale des employés et des services publics allemande Verdi. Elles n'hésitent pas à parler de travail forcé, voire d'esclavage. Elles estiment, après enquête approfondie, que ces pressions sur les salaires concernent également les gens qui, ici, en Europe, travaillent dans les usines d'embouteillage (le jus d'orange est importé en Europe sous la forme de pulpe séchée, ensuite réhydratée). Que faire? Avoir recours au commerce équitable est une piste valable, mais d'une portée limitée. C'est pourquoi de tels acteurs syndicaux et associatifs préfèrent viser directement le cœur de la cible, moins "sexy" mais davantage porteur de changements à large échelle. Solidarité mondiale invite ainsi le grand public à signer rapidement, sur www.pressescommedesoranges.be, une pétition relative aux négociations commerciales que l'Union européenne va bientôt entamer avec le Brésil et avec le Mercosur (Brésil, Argentine, Uruguay et Venezuela). C'est là, en effet, que se définiront – ou pas – les critères relatifs à l'amélioration des conditions de travail de ces saisonniers oubliés.

//PhL

Un besoin d'énergie comme de pain

Depuis des siècles, le pain tient sa place d'aliment de base dans la culture alimentaire occidentale. Ces dernières décennies, dans l'assiette, il laisse sa place à des aliments moins utiles à l'équilibre nutritionnel. Une brochure (1) revient sur les bienfaits de la miché.

De nombreux régimes en vogue prônent la suppression du pain, louant les avantages d'une alimentation sans féculents (et donc sans glucides). Pourtant, à ce jour, aucun de ceux-ci n'a apporté la preuve de son efficacité sur la longueur. Reste aussi qu'au-delà du manque de fruits et de légumes, l'origine des déséquilibres nutritionnels observés de nos jours

s'explique par un manque de glucides complexes, dont le pain et d'autres féculents constituent les principales sources.

Avantageusement situé dans la pyramide alimentaire, le pain contient ces nombreux glucides complexes (source d'énergie sur la durée), des fibres alimentaires et très peu de



© Serge Manceau / BELPRESS

L'obésité et le surpoids frappent un humain sur trois

Au cours des trois dernières décennies, les problèmes de santé liés à une alimentation déséquilibrée, surtout trop riche en graisses, ont explosé. Les pays riches ne sont plus les seuls concernés, loin s'en faut.

Près de 671 millions de personnes souffrent aujourd'hui d'obésité dans le monde. Fait notable, celle-ci progresse à une vitesse foudroyante également dans les pays en développement ou dans les pays émergents : Inde, Russie, Brésil, Mexique, etc. Tels sont les principaux résultats d'une étude parue récemment dans la revue scientifique *The Lancet* qui, pour la première fois, a rassemblé les données harmonisées pour 188 pays.

La population frappée par la surcharge pondérale est passée de 857 millions en 1980 à 2,1 milliard en 2013. Les pays les plus concernés restent les États-Unis et l'Australie (un adulte sur trois y est obèse) mais l'évolution gagne l'Europe (un obèse sur quatre au Royaume-Uni, 22% de la population en Allemagne) et, par ailleurs, des pays importants sur le plan démographique (Égypte, Pakistan, Indonésie...) sont de plus en plus frappés par l'obésité. Dans les pays en développement, l'excès de masse corporelle frappe davantage les femmes que les hommes, soit le contraire de ce qui s'observe dans les pays développés.

Cette évolution est inquiétante. D'abord parce qu'elle annonce une augmentation des cancers, diabètes, crises cardiaques et autres accidents vasculaires cérébraux, qui risquent de faire exploser les budgets nationaux des politiques de soins de santé. Ensuite parce que, dans les pays développés, surcharge et obésité frappent davantage les populations plus fragiles sur les plans économique et social.

Le constat du *Lancet* fait cruellement écho, chez nous, au cri d'alarme lancé il y a un an par l'Académie royale de médecine, selon laquelle un enfant sur quatre est dorénavant en surpoids en Belgique. À l'époque, l'Académie s'était également inquiétée du fait que la médecine de première ligne reste très largement dépourvue en moyens de riposte, faute de pouvoir renvoyer les jeunes patients vers des structures spécialisées. De quoi, une nouvelle fois, s'interroger sur les moyens réduits consacrés à la prévention face au rouleau compresseur qu'est le marketing promotionnel de la nourriture *low cost*, source de graisse et de sel.

//PhL



© DPA REPORTERS

graisse (cela dépend bien évidemment de la garniture couchée sur la tartine). Selon le Conseil supérieur de la santé, plus de la moitié de l'énergie devrait être apportée par les glucides dans une alimentation équilibrée. "L'apport glucidique devrait être réalisé pour l'essentiel par la consommation de céréales complètes, de légumineuses, de fruits et de légumes", précise-t-il. Or, sur dix Belges, un seul d'entre eux ingère plus de 30% d'énergie sous forme de glucides complexes.

Carré blanc ou pain complet? Le choix du produit a son importance. "Complet" signifie que la farine de ce pain a été obtenue à partir de l'ensemble du grain de blé, c'est-à-dire de la couche de son qui entoure le grain, ainsi que du germe. Une farine obtenue à partir de l'ensemble du

grain est plus riche en nutriments et en composés protecteurs (fibres, minéraux, vitamines, acides gras essentiels, antioxydants...). La farine blanche du carré, du boulot, de la baguette ou encore de la ciabatta, au contraire, est raffinée et a donc perdu ces précieuses composantes. Même chose pour les pains multicéréales ou les pains bios qui, au-delà de leur nom engageant, ne sont pas systématiquement des produits céréaliers complets. Faut-il se fier à la couleur du pain pour déterminer celui qui sera le plus complet? Pas sûr, certaines pâtes étant colorées pour "faire croire que...".

Le meilleur réflexe du consommateur sera, dès lors, de demander au boulanger s'il s'agit bien d'un pain élaboré avec des farines complètes.

//MaC

>> *Le pain, c'est si bon pour l'équilibre aussi!*, édité par l'Observatoire de la santé du Hainaut. Brochure gratuite et disponible au 065/87.96.00 • <http://observatoiresante.hainaut.be>

Faux ongles et grandes précautions

Les faux ongles ont la cote. Que ce soit par attrait esthétique ou pour essayer de perdre certaines manies (se ronger les ongles par exemple), nombreuses sont celles qui adoptent cette nouvelle tendance. Mais, qu'en est-il des risques éventuels pour notre santé? Y a-t-il des précautions à prendre?

Les salons spécialisés en manucure et pose de faux ongles fleurissent çà et là. Ils s'ajoutent aux instituts de beauté qui prennent soin du corps – y compris des mains. La tendance est visible. Même en grande surface, les kits de faux ongles se trouvent aisément en rayon.

Avis aux néophytes, il existe plusieurs types de faux ongles :

- les faux ongles en résine acrylique. Dans ce cas-ci, la résine est appliquée sur l'ongle naturel et façonnée selon la longueur souhaitée;
- les faux ongles en gel. Il s'agit du procédé le plus utilisé. On recouvre l'ongle d'une sorte de colle puis on y ajoute une capsule de gel, séchée ensuite sous UV;
- les capsules de plastique. Ces capsules sont collées sur les ongles. On retrouve ce type de faux ongles en grande surface.

Y a-t-il des risques pour la santé à utiliser ce type de produits? Infor santé, service de promotion de la santé de la Mutualité chrétienne, en observe quelques-uns. *“Les faux ongles fragilisent et abîment les ongles naturels. Ceux-ci sont amincis, perdent de leur solidité et deviennent cassants. En cas d'utilisation prolongée et régulière des faux ongles, le risque de décollement des ongles naturels, le risque de voir se développer des mycoses n'est pas à exclure”*. En effet, si les faux ongles sont portés trop longtemps ou s'ils sont mal entretenus, des bulles d'air peuvent se former sous l'ongle. Celles-ci favorisent l'apparition de mycoses.

Par ailleurs, les risques viennent aussi des colles, gels et résines des faux ongles. *“Ils contiennent des produits chimiques agressifs qui pénètrent dans la peau à travers l'ongle”*.



Porter des faux ongles n'est pas sans risques : décollement, mycoses, eczéma...

Bien souvent, avant la pose des faux ongles, l'ongle naturel est limé, ce qui favorise d'autant plus la pénétration de ces substances dans la peau. Quant à l'acrylique utilisée pour la confection des faux ongles en résine, elle peut provoquer de l'eczéma de contact. L'allergie peut se développer sur le bout des doigts mais aussi sur d'autres parties du corps comme les paupières, le visage ou le cou qui sont en contact direct avec ce produit allergisant”.

Pour Infor santé, l'idéal serait d'éviter les faux ongles. Le service de promotion de la santé ajoute que *“si on souhaite tout de même en porter, il est préférable de les garder durant une très courte période, une semaine maximum”*. Et de recommander de toujours s'adresser à un professionnel de la manucure. Idem en cas de doute sur la “santé” des ongles (aspect, couleur...) : il s'agit de consulter un dermatologue.

La pension à l'horizon

“Pensez plus tôt à plus tard”, conseille-t-on déjà aux cinquantenaires. Car ils seraient peu nombreux à préparer la période de vie après le travail. Pas simple pourtant de changer de rythme, de revenus, d'activités... du jour au lendemain. Pour accompagner ce passage “en douceur”, vers une nouvelle étape de la vie, Énéo et la Mutualité chrétienne (MC) éditent un petit guide très complet et proposent des échanges d'expériences.

“La retraite est une aventure”, observe François Verhulst, volontaire auprès du mouvement social des aînés, Énéo. Lui-même retraité, il accompagne d'autres personnes qui s'y préparent. Les recommandations commencent en effet à percoler : anticiper permet de dédramatiser, d'installer des repères pour la vie à venir. C'est aussi ce que propose le “petit guide du temps retrouvé” disponible auprès d'Énéo, ainsi qu'un blog sur la Toile pour interagir sur le sujet.

Initié par la Mutualité chrétienne de Liège, le livret vient d'être étoffé et étendu à l'ensemble des régions. Il soutient les premières réflexions à propos de la pension, sur un mode clair, positif et rassurant. Premier volet : la réglementation pension, cette matière ardue ! Quels éléments permettent de calculer la pension ? Existe-t-il un minimum garanti ? ... Le guide y répond et donne les contacts utiles (notamment des services pension de la MC) pour en savoir plus. Le guide invite aussi à *“prendre un peu de hauteur”*, pour comprendre le système de protection sociale belge, qui permet de payer les pensions. Sans longueur, il aborde de manière didactique les différents types de pensions et produits financiers assimilés aux pensions (produits collectifs comme assurance de groupe et produits individuels comme épargne-pension).

Mais la pension n'est pas seulement une affaire de papiers à remplir, voire une question pour les organismes de



pensions, elle concerne aussi d'autres aspects de la vie à envisager sous un angle différent. Par exemple, au sein d'un couple. Du temps disponible se libère. Sera-t-il l'occasion de belles retrouvailles ou de conflits à surmonter ? Par exemple, pour les grands parents. Deviendront-ils baby-sitters à temps plein ? Plus généralement, qu'en sera-t-il après des années de rythme professionnel quotidien ? Souvent le travail a contribué à former l'identité du futur pensionné, il a fourni des repères. Et le passage à la retraite peut s'avérer délicat. *“Les premières semaines peuvent être comparables à des vacances où il se sent libéré de l'obligation de travailler, de performer... Ensuite, l'ennui et le fait de n'être plus entouré peuvent amener le sentiment d'être dés-*

œuvré”, lit-on dans *Pension à l'horizon*. Estime de soi, blues du pensionné, découverte de nouveaux loisirs, questions de santé, conditions du volontariat... sont autant de sujets abordés dans le guide. Il balise la réflexion, donne des adresses, des repères pour élaborer cette pension à venir.

Car la pension ne s'apparente pas juste à un cap, elle est toute une vie.

// CD

>> Plus d'infos : <http://blog.eneo.be/secondlife/> •

Possibilité de commander le guide *La pension à l'horizon* via un formulaire en ligne : www.eneo.be/guidepension ou par téléphone au secrétariat fédéral d'Énéo : 02/ 246.46.73. À partir de septembre 2014, organisation de nouveaux cycles de préparation à la retraite dans les régionales.



> Mamans indépendantes

En plus de 8 semaines de congé de maternité, les mamans indépendantes reçoivent, lors de la reprise de leur activité professionnelle, une aide à la maternité sous forme de 105 titres-services. Compte tenu de conditions d'octroi différentes, il pouvait arriver dans le passé qu'une maman obtienne un congé de maternité mais pas de titres-services. Désormais, chaque femme qui a droit au congé de maternité dans le régime des travailleurs indépendants peut demander à sa caisse d'assurances sociales des titres-services dans le cadre de l'aide à la maternité. De plus, l'activité reprise ne doit pas nécessairement être une activité d'indépendant. Ce nouveau régime vaut pour les accouchements depuis le 1^{er} janvier 2014.

> Formation Bagic

Tous les mardis d'octobre 2014 à juin 2016, le Centre d'information et d'éducation populaire du MOC propose, à Charleroi, une nouvelle session de la formation Bagic. Celle-ci prépare à la coordination de projets culturels et socioculturels. Elle aborde, entre autres, les enjeux de l'action (socio)culturelle, le pilotage des projets, la méthodologie de l'action collective, des outils de gestion et d'organisation... La formation s'adresse à toute personne évoluant dans le champ des activités (socio)culturelles et/ou de l'éducation permanente. Il est possible de s'inscrire à une séance d'information par téléphone au 02/246.38.41 ou par courriel à l'adresse bagic@ciep.be.

Infos : minerval de 200 EUR/an • <http://ciep.be>

> Europeana 1914-1918

À l'occasion du centenaire de la 1^{re} Guerre mondiale, plusieurs centaines de spécialistes issus de bibliothèques universitaires et nationales européennes se sont associés pour créer le projet Europeana collection 1914-1918. Cette plateforme rassemble la plus grande collection de documents sur la Grande Guerre. Le grand public, les étudiants, les enseignants et les chercheurs pourront y consulter un grand nombre de sources, éclairant plusieurs dimensions du conflit : militaire, culturelle, vie quotidienne...

Infos : www.europeana.eu

> Vivre ses alternatives



L'ASBL Couples et familles, active dans le domaine de l'éducation permanente, a consacré l'un de ses derniers dossiers à la thématique “Vivre ses alternatives”.

L'ouvrage interroge les modes de vies alternatifs éclo à la faveur des différentes crises que traverse notre société contemporaine. La publication se subdivise en quatre chapitres : situation actuelle, vie quotidienne, analyses, pistes pour vivre ses alternatives. Au fil des pages, la revue met en lumière la diversité des situations rencontrées, relève les obstacles et les leviers pour le changement.

Infos : *Vivre ses alternatives* • Éditions Feuilles familiales • 3^e trimestre 2013 • 96 p. • 10 EUR • 081/45.02.99 • www.couplesfamilles.be

Allocations familiales

Un enfant = un enfant...
pour combien de temps encore ?

© Philippe Turpin/BEI-PRESS

A partir du 1^{er} juillet 2014, le gouvernement fédéral ne sera plus compétent pour les allocations familiales. La sixième réforme de l'État transfère ce pan de la sécurité sociale aux Communautés. Une période transitoire est prévue pour assurer la gestion du système et la continuité des paiements. Pour les bénéficiaires, pas de panique : rien ne change vraiment... pour l'instant.

Le transfert du secteur des prestations familiales aux entités fédérées est l'une des mesures les plus importantes en matière de réformes de l'État. C'est en effet la première à toucher à la sécurité sociale, un des ciments du pays. C'est dire son poids symbolique. D'autre part, en termes financiers, c'est le plus lourd budget jamais transféré : près de 5,9 milliards d'euros, soit 6 % du budget total de la sécurité sociale. Par ailleurs, cette réforme aura un impact sur la population et sur les familles en particulier. Un impact dont on ne mesure sans doute pas encore toute l'ampleur ni l'étendue. Pourtant, dans un avenir plus ou moins proche, les entités fédérées décideront de leurs propres politiques en matières de prestations familiales, de la gestion du système aux modalités de paiement des allocations, en passant par la fixation des règles et des montants attribués aux enfants.

LES DIFFÉRENCES D'ALLOCATIONS FAMILIALES QUI SUBSISTAIENT ENTRE LES TRAVAILLEURS INDÉPENDANTS ET LES TRAVAILLEURS SALARIÉS DISPARAISSENT.

qui finance des projets relatifs à l'accueil des enfants est supprimé. Son budget (environ 78 millions d'euros) est réparti entre les Communautés selon une clé "utilisation". Concrètement, ce sont l'Office de la naissance et de l'enfance (ONE), Kind en gezin et le ministère de la Communauté germanophone qui reçoivent ces nouveaux moyens financiers. Aucun changement n'interviendra d'ici fin décembre 2015 pour les projets qui bénéficiaient des subsides du Fesc.

L'accord institutionnel du 11 octobre 2011 confie les compétences en matière de prestations sociales aux Communautés flamande, germanophone et française. En Région bruxelloise, c'est la Commission communautaire commune (Cocom) qui hérite de cette compétence pour garantir les mêmes droits à tous les résidents bruxellois (francophones et néerlandophones). En Wallonie, la Fédération Wallonie-Bruxelles (ex-Communauté française) a confié la compétence à la Wallonie (Région wallonne). Et ce, pour les toutes les communes wallonnes à l'exception des communes germanophones dont la compétence est gérée par la Communauté germanophone.

Ce qui est transféré et à qui

Les matières transférées comprennent les allocations familiales, les allocations de naissance et les primes d'adoption. Par ailleurs, le Fonds d'équipements et de services collectifs (Fesc),

Ce qui change (ou pas) au 1^{er} juillet prochain

- La gestion des allocations familiales des salariés, des indépendants et des agents des secteurs publics sera centralisée et assurée par l'Onafts qui devient Famifed, l'Agence fédérale pour les allocations familiales.
- Les 13 caisses d'allocations familiales actuelles qui effectuent déjà les paiements aux salariés seront aussi compétentes pour les indépendants.
- Les enfants de salariés, d'indépendants et de fonctionnaires recevront les mêmes allocations familiales. Dès le mois d'août prochain, la plupart des familles d'indépendants toucheront des allocations plus élevées qu'auparavant, le montant alloué au 1^{er} enfant étant aligné sur celui appliqué dans le régime des salariés.
- N'étant plus compétentes pour les allocations familiales, les caisses d'assurances sociales des indépendants ont transféré les dossiers de leurs affiliés à la caisse d'allocations familiales appartenant à leur groupe. Les indépendants n'ont aucune démarche à effectuer et seront informés de la nouvelle situation.
- Les allocations familiales sont en principe payées à la mère. Toutefois, dans le régime des indépendants, elles étaient versées au père. Pour assurer la continuité des paiements, ce système est maintenu sauf demande expresse de la mère.

Un sous-financement
en Wallonie et à Bruxelles

Le transfert des compétences s'accompagne d'un transfert d'enveloppes budgétaires. L'accord institutionnel a prévu de les calculer sur la base du nombre d'enfants de 0 à 18 ans domiciliés dans chacune des trois Communautés et de la Cocom. Ces enveloppes évolueront ensuite en fonction de l'indice des prix à la consommation et de la croissance de la population de 0 à 18 ans. Cette clé de répartition démographique étonne certains dans la mesure où elle ne tient nullement compte du versement d'allocations jusqu'à 25 ans pour les étudiants, ni des éventuels suppléments sociaux payés aux familles. Or, ces suppléments sont davantage versés en Wallonie et à Bruxelles qu'en Flandre. Par ailleurs, les frais d'installation des nouvelles administrations régionales à créer n'ont pas été évalués à leur juste mesure notamment en ce qui concerne l'informatique et les logiciels. Enfin, dans le futur, l'évolution des enveloppes ne suivra plus celle du PIB qu'à 85%.

Les pertes sèches pour le sud du pays se comptent d'ores et déjà en dizaines de millions d'euros. Pour simplement maintenir le système actuel, la Wallonie devra donc, soit puiser des moyens supplémentaires dans son budget global, soit lever de nouveaux impôts. Quant à la capitale, la situation est encore plus inquiétante : le budget initial de la Cocom (100 millions d'euros) va être multiplié par sept avec l'arrivée de cette nouvelle compétence. Cette institution ne dispose d'aucune marge de manœuvre car elle n'a ni latitude budgétaire ni pouvoir fiscal.

Préparatifs avant scission

Dans la perspective du transfert des compétences au 1^{er} juillet prochain, trois mesures importantes ont été prises.

1. Fin 2013, le droit aux prestations familiales a été intégré comme tel dans l'article 23 de la Constitution belge. Dès lors, aucune entité fédérée ne peut décider de supprimer les allocations familiales ou de les remplacer par des déductions fiscales, par exemple.
2. Les différences d'allocations familiales qui subsistaient entre les travailleurs indépendants et les travailleurs salariés disparaissent au 30 juin prochain. L'objectif est d'harmoniser les régimes existants avant transfert.
3. Une période de transition est instaurée pour garantir la continuité du paiement des allocations aux familles, le temps que les entités fédérées s'organisent. Concrètement, dès le 1^{er} juillet prochain, l'Office national d'allocations familiales pour travailleurs salariés (Onafts), rebaptisé "Famifed" centralisera la gestion des allocations familiales des salariés, des indépendants et des fonctionnaires, pour le compte des entités fédérées. Les allocations continueront donc à être versées par les caisses d'allocations familiales (pour les salariés et - c'est nouveau - pour les indépendants) ou par Famifed (pour certaines entreprises qui n'avaient pas choisi une caisse particulière, pour une grande partie des agents du secteur public et pour les bénéficiaires du régime résiduaire des prestations familiales garanties).

Quel avenir ?

Les entités fédérées pourront continuer à faire appel à l'expertise de Famifed, moyennant rémunération, jusqu'au 31 décembre 2019 au plus tard (1). Si d'ici là, elles décident de reprendre la gestion et le paiement des prestations familiales, elles devront donner un préavis de neuf mois à Famifed.

Unifier avant d'éclater

Ce n'est sans doute pas le moindre des paradoxes de la sixième réforme de l'État : avant de scinder les prestations familiales, le gouvernement fédéral sortant a pris soin d'harmoniser les régimes existants et de centraliser la gestion au niveau fédéral pour assurer la transition. Il aura donc fallu attendre la scission de cette branche de la sécurité sociale pour qu'enfin soient supprimées les différences d'allocations familiales qui subsistaient entre indépendants et salariés... Mais pour combien de temps encore un enfant égalera-t-il un enfant ? Avec la scission, le risque est grand de voir se créer des inégalités selon le lieu où les enfants habitent et de compliquer à l'extrême l'exercice du droit.

A l'heure actuelle, malgré un système particulièrement complexe (plus de 600 combinaisons de barèmes sont possibles), 98% des allocations familiales sont payées à heure et à temps grâce à l'expertise des milliers de personnes qui suivent rigoureusement les dossiers au sein des caisses. En sera-t-il de même une fois passée la période transitoire ? Il faut l'espérer. Mais il ne fait pas de doute que, tôt au tard, nous entrerons dans une période d'insécurité et de turbulences.

// JD

Pour de nombreux observateurs, la situation ne devrait pas changer avant le 1^{er} janvier 2016, le temps que les entités fédérées endossent leurs nouvelles compétences. 2015 ne sera pas pour autant une année facile car les entités fédérées percevront du Fédéral leur enveloppe déjà amputée en raison des efforts budgétaires à fournir. Les coalitions qui s'installent dans les différentes Régions du pays devront donc s'atteler, durant la prochaine législature, à résoudre les problèmes budgétaires et à concevoir le nouveau cadre relatif au régime des prestations familiales.

CDH, MR, PS et Ecolo, les quatre partis francophones signataires de l'accord de la sixième réforme de l'État exigée au nord du pays ont déjà balisé les grands principes de gestion qui prévaudront du côté francophone dans les matières sociales transférées, et donc dans le secteur des prestations familiales (c'est l'Accord dit de la Sainte Emilie). Ainsi, le modèle de gestion restera paritaire (représentants des employeurs et syndicats). Et l'expertise des caisses d'allocations familiales sera conservée. Pour Bruxelles, cet accord intra-francophone devra être avalisé par les Flamands de la Région. Quant à coordonner les différents systèmes dans le pays, c'est encore une autre histoire.

Mais les enjeux ne se résument pas aux modalités organisationnelles et aux problèmes de tuyauterie à résoudre, même si ceux-ci sont loin d'être négligeables. C'est rien moins qu'une politique familiale qu'il s'agit de concevoir. Les allocations familiales représentent un soutien indispensable à la parentalité et un levier important pour réduire la pauvreté infantile. Un dossier à suivre de près donc durant cette période capitale pour l'avenir des prestations familiales.

// JOËLLE DELVAUX

(1) Tant qu'elles font appel à Famifed, les entités fédérées ne peuvent rien changer aux montants des allocations familiales.

Douleurs chroniques

Maux de dos, douleurs articulaires, vieilles cicatrices qui font souffrir, fibromyalgie... Des centaines de milliers de patients, en Belgique, vivent au quotidien avec des douleurs lancinantes. Leur prise en charge, globale plutôt que strictement médicamenteuse, s'organise enfin.

"J'ai si mal, docteur.."

En Belgique, à peu près 940.000 personnes souffrent de douleurs chroniques. Soit 8,5% de la population. En termes scientifiques, cela signifie qu'elles éprouvent des douleurs généralement intenses à sévères depuis plus de six mois et que, malgré leur traitement, elles sont handicapées dans leur vie sociale en général, professionnelle comme familiale.

On peut éviter le parcours du combattant aux personnes atteintes de douleurs chroniques.

Ce genre de statistique a l'avantage de situer l'ampleur du problème : en gros, un adulte sur quatre est concerné dans notre pays ! Mais l'estimation ne dit rien du parcours de combattant qui caractérise les personnes atteintes : non seulement

elles sont régulièrement gênées dans leur mobilité et leurs activités quotidiennes du fait de la douleur mais, en plus, elles ne sont pas nécessairement reconnues dans leurs souffrances. Il arrive même qu'elles se voient reprocher par leur entourage, voire les soignants eux-mêmes, d' "exagérer" ou de "psychosomatiser". Lorsqu'elles finissent par aboutir dans un hôpital spécialisé dans le traitement de la douleur

chronique (après neuf ans en moyenne, a-t-on observé aux Cliniques Saint-Luc à Bruxelles), elles se trouvent souvent confrontées à une liste d'attente de plusieurs mois, voire de plus d'un an. Usant, décourageant...

Centres de traitement de la douleur chronique en Belgique

Bruxelles

Centre Hospitalier Universitaire Brugmann	4 pl. A. Van Gehuchten à 1020 Bruxelles
Hôpital Erasme	808 route de Lennik à 1070 Bruxelles
Universitair Ziekenhuis Brussel	101 Laarbeeklaan à 1090 Brussel
Cliniques Universitaires Saint-Luc	10 av. Hippocrate 10 à 1200 Bruxelles

Wallonie

Centre Hospitalier Universitaire de Liège	Bat. B35 Domaine Univ. à 4000 Liège
Centre Hospitalier Chrétien	75 rue de Hesbaye à 4000 Liège
Centre Hospitalier Régional de la Citadelle	121 rue des Alouettes à 4041 Milmort
Centre Hospitalier Peltzer - La Tourelle	29 rue du Parc à 4800 Verviers
Clinique et Maternité Sainte-Elisabeth	15 pl. Louise Godin à 5000 Namur
Cliniques Universitaires UCL de Mont-Godinne	1 av. Dr. G. Thèrassé à 5530 Mont-Godinne
Grand Hôpital de Charleroi	6 rue de la Duchère à 6060 Gilly
Vivalia-Centre Hospitalier de l'Ardenne	35 av. de Houffalize à 6800 Libramont
Centre Hospitalier Universitaire Tivoli	34 av. Max Buset à 7100 La Louvière
Centre Hospitalier de Mouscron	49 av. de Fecamp à 7700 Mouscron

Flandre

Ziekenhuisnetwer K Antwerpen VZW	267 Lange Beeldekensstraat à 2060 Antwerpen
Algemeen Ziekenhuis Monica	1 Florent Pauwelslei à 2100 Deurne
Algemeen Ziekenhuis Turnhout	44 Steenweg op Merksplas à 2300 Turnhout
H. Hartziekenhuis VZW	24 Mechelsestraat à 2500 Lier
GZA - Ziekenhuisen	24 Oosterveldlaan à 2600 Wilrijk
Universitair Ziekenhuis Antwerpen	10 Wilrijkstraat à 2650 Edegem
Sint-Jozefkliniek	23 Kasteelstraat à 2880 Bornem
Universitair Ziekenhuis KUL	49 Herestraat à 3000 Leuven
Jessaziekenhuis	20 Salvatorstraat à 3500 Hasselt
Ziekenhuis Oost-Limburg	6 Schiepse Bos à 3600 Genk
Algemeen Ziekenhuis Sint-Jan Brugge-Oostende	10 Ruddershove à 8000 Brugge
Algemeen Ziekenhuis Damiaan	100 Gouwelozestraat à 8400 Oostende
H. Hartziekenhuis Roeselare-Menen VZW	2 Wilgenstraat à 8800 Roeselare
Jan Yperman Ziekenhuis	12 Briekestraat à 8900 Ieper
Algemeen Ziekenhuis Sint-Lucas	1 Groenebriel à 9000 Gent
Universitair Ziekenhuis Gent	185 De Pintelaan à 9000 Gent
Algemeen Ziekenhuis Nikolaas	1 Moerlandstraat à 9100 Sint-Niklaas
Algemeen Ziekenhuis Sint Blasius	50 Kroonveldlaan à 9200 Dendermonde
Onze Lieve Vrouw Ziekenhuis	164 Moorsebaan à 9300 Aalst
Algemeen Ziekenhuis Sint-Elisabeth	69 Godveerdegemstraat à 9620 Zottegem
Algemeen Ziekenhuis Alma	18 Moeie à 9900 Eeklo



Les centres multidisciplinaires de la douleur chronique passent de neuf à 35.

Davantage de centres spécialisés

Cette galère pourrait ne plus être qu'un mauvais souvenir. En juillet 2013, le gouvernement fédéral a en effet décidé de multiplier par quatre le nombre de "Centres multidisciplinaires de la douleur chronique" dans le pays. De neuf centres existants jusqu'alors, l'offre de soins est passée à 35 centres (voir tableau ci-contre). Ainsi, la couverture géographique de la prise en charge hospitalière de la maladie est élargie considérablement (1). Il faut cependant bien reconnaître que toutes les équipes ne sont pas encore complètes ni rodées à la spécificité de l'approche préconisée par les experts et les pouvoirs publics.

Cette spécificité est qualifiée de "biopsychosociale". Le médecin y occupe évidemment une place centrale, confirmant le diagnostic et gérant les prescriptions de médicaments antidouleurs. Mais son travail se complète de l'intervention d'un psychologue et d'infirmiers spécialisés en algologie (la science de la douleur), de même que celles d'un kinésithérapeute et d'un ergothérapeute; voire, dans certains cas, d'un assistant social. Au sein d'un travail d'équipe, tous ces intervenants pratiquent l'écoute active du patient et tentent de susciter sa participation concrète au traitement. "Face à la douleur chronique, le corps médical agit encore trop souvent par une réponse curative, très centrée sur les médicaments, explique le Dr Anne Berquin, chef de clinique à Saint-Luc (UCL, Bruxelles). Or il importe d'aider le patient à donner du sens à sa douleur dans le contexte socio-professionnel du moment, dans sa trajectoire de vie personnelle, notamment par rapport à diverses formes de stress. Ses attitudes et ses croyances envers la douleur ont leur importance, mais sans négliger aucunement la dimension biologique et neurologique. La première chose qu'il doit accepter, c'est qu'il n'existe quasiment jamais de solution miracle à son mal. Il doit

d'abord réaliser qu'il doit 'vivre avec'. Mais comment ? Et avec quelles stratégies pour maximaliser son confort ? C'est précisément ce que nous tentons de définir avec lui dans cette approche transdisciplinaire au cas par cas".

L'algologie, trop méconnue

La réforme adoptée l'été dernier a par ailleurs abouti à l'installation, dans chaque hôpital du pays, d'une équipe algologique elle aussi multidisciplinaire. Son rôle : aider les équipes de soins de l'hôpital, notamment par la sensibilisation, à détecter les problèmes de douleur dès qu'ils se font jour, c'est-à-dire avant toute installation dans la durée. Ces équipes, plus légères mais dorénavant subventionnées en fonction du nombre de lits dans l'hôpital, devront nouer des collaborations avec les Centres multidisciplinaires.

"Soutenu de longue date par le monde mutualiste, l'ensemble de cette réforme est une avancée très significative pour les patients, souligne Jacques Boly, membre de la direction médicale à la Mutualité chrétienne, il reste à espérer que la constitution des équipes - notamment le recrutement de psychologues motivés par cette approche, plus difficiles à trouver - pourra se finaliser au plus vite. Surtout, il importe de donner suite à d'autres recommandations émises par le secteur il y a quelques années. Parmi celles-ci, la nécessité impérieuse d'une

L'approche biopsychosociale doit démarrer dès le stade de la consultation du médecin spécialiste et, surtout, du généraliste.

sensibilisation de la médecine de première ligne à la douleur chronique : l'approche biopsychosociale doit démarrer dès le stade de la consultation du médecin spécialiste et, surtout, du généraliste".

Jeunes médecins : une révolution ?

Autre nécessité : multiplier et harmoniser les offres de formation en algologie, tant pour les médecins que pour les autres intervenants. "L'algologie est encore cantonnée dans un

statut de sous-spécialité de la médecine et n'est pas reconnue officiellement, déplore Anne Berquin. On assiste pourtant, depuis peu de temps, à des frémissements intéressants. On voit, par exemple, de jeunes médecins en formation s'indigner devant l'attitude de leur maître de stage, empreinte de paternalisme ou d'un refus de dialoguer avec leur patient. Cette jeune génération est capable d'entendre comment le patient vit en profondeur ses symptômes. Ces étudiants refusent la vieille dichotomie entre symptômes physiques et psychologiques. Ils ne doutent plus que leurs malades ont réellement mal, même si aucune radio ni aucun scanner ne peut confirmer l'existence d'un problème." Avec d'autres, le Dr Berquin milite en faveur d'une formation spécifique à la douleur chronique dès la première année de master en médecine.

Reste, évidemment, la question clef du financement de la prise en charge générale de ce type de douleurs. Les consultations médicales ne sont rémunérées qu'au tarif d'une simple consultation, alors qu'elles durent entre 45 et 60 minutes. Lorsqu'elles se prolongent en dehors des centres, les séances de traitement psychothérapeutique ou d'hypnose (parmi d'autres techniques, plus légères, aidant à "s'extraire" de la douleur) restent à supporter en bonne partie par le patient. "Il est indispensable de mieux valoriser financièrement l'approche biopsychosociale, commente le Dr Berquin. Evidemment, cela peut être considéré comme ouvrir la boîte de Pandore. Car cette prise en charge globale de la personne va à contre-courant de la médecine classique, davantage centrée sur la 'pièce défectueuse à réparer ou à remplacer'. Plus difficile à mettre en place, cette médecine holistique n'en est pas moins infiniment plus riche. Pour le patient, mais aussi pour le praticien".

// PHILIPPE LAMOTTE

(1) La douleur chronique est considérée en algologie comme une maladie à part entière.

Lectures

Des conteurs dans vos bagages

Les histoires sont souvent comme des voyages. Une fois amorcées, elles entraînent un changement d'atmosphère. De nouvelles réalités s'ouvrent au lecteur. Il suffit parfois de quelques phrases pour entrer littéralement dans un univers particulier, pour être ailleurs, dans la peau d'un autre. L'écrivain fait office de guide. Il a balisé le terrain. Au lecteur de se laisser transporter.

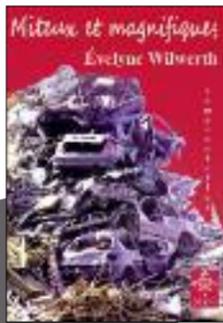
Chaque année, à la période de Noël, *En Marche* ouvre ses colonnes à la plume d'un conteur. Tous Belges, tous mus par la passion de l'écriture, parfois connus des arpenteurs de librairies, parfois moins, ces écrivains croisent la route du journal le temps des fêtes (1). Six d'entre eux, parmi les plus récemment publiés dans *En Marche*, viennent de faire paraître de nouvelles histoires. Autant d'invitations à les (re)lire durant l'été.

(1) Tous ces contes peuvent être lus sur www.enmarche.be - rubrique : culture/contes

Sur les rives du Canal

Ce sont vingt-quatre récits que livre Evelyne Wilwerth, avec *Miteux et magnifiques*. Ces histoires brèves – quatre ou cinq pages pas plus – partagent un même cadre : on ne s'éloigne pas beaucoup des rives du Canal bruxellois, lieu surprenant et intrigant, entre les abords bucoliques et les casses ou la déchetterie environnantes. Si leur domaine est pareil, chaque histoire a son héros, sa vedette, de "petites gens". Employé d'un parc à conteneurs, habitante sous un pont, couple en balade, ado à la recherche de sensations, jeune Rom qui tend la main aux automobilistes, pêcheur ou comédienne pour une pub... Tous connaissent les lieux. Qu'ils y vivent, qu'ils les traversent, qu'ils soient des habitués ou de passage.

Evelyne Wilwerth éveille le lecteur à ces vies, tantôt sinistres, tantôt fascinantes. On ne chemine pas longtemps en compagnie de chaque personnage. Au début, c'est à regret que l'on voit arriver le récit suivant. Mais ce serait la loi du genre, d'après l'auteure. Les nouvelles sont des "histoires à trous", explique d'ailleurs un de ses personnages, des histoires où l'"on ne précise pas tout, on suggère". À peine le temps de s'attacher à un destin, de ressentir empathie ou révolte... qu'un autre fragment de vie s'ouvre à la lecture. Puis le rythme s'installe et on passe d'une nouvelle à l'autre avec la sensation de toucher à l'essentiel de l'humain. Sans fard, quand sexualité et désir s'invitent là où on ne l'imaginerait pas. Un livre coloré, en tout cas, pour l'auteure qui se plaît à préciser le turquoise ou le pivoine d'un vêtement. Et pourquoi pas, une invitation à embarquer sur une de ces péniches qui sillonnent le Canal.



//CD

>> *Miteux et magnifiques* • Evelyne Wilwerth • éd. MEO • 2014 • 139 p. • 15 EUR.

S'arrêter face à un tableau



Tout part d'une peinture ancienne : *Le Ballon*, de Félix Vallotton (1899), visible au Quai d'Orsay à Paris. Colette Nys-Mazure tire son récit de l'œuvre. Son livre est une invitation à explorer le tableau, avec elle. Forte de l'attention de cette spectatrice curieuse, de l'érudition d'une femme cultivée. D'un coup d'œil rapide, on ne voit qu'une gamine courir derrière un ballon rouge.

Mais l'auteure entraîne le lecteur à la découverte d'un image bien plus complexe. Elle parle de l'intrépidité de l'enfance, de la prudence frileuse des adultes, du drame de son enfance – la disparition de ses parents –, de la mort. Elle salue la liberté mise en scène par le peintre Vallotton, "à l'heure où l'on vit en surprotégeant les êtres, en les retenant de vivre pour

les empêcher de mourir". Un court récit où chaque mot apparaît choisi avec soin, dans un style mêlant poésie et quête philosophique.

//CD

>> *Vallotton, le soleil ni la mort* • Colette Nys-Mazure • éd. Invenit • 2013 • 73 p. • 12 EUR.

Le vieil enfant

Après tant d'années de silence et de désespoir, Célestin veut comprendre. Comprendre pourquoi, à l'adolescence, son fils Sylvain a perdu le goût de vivre et est devenu si agressif. Comprendre aussi pourquoi la charmante belle-fille et le petit-fils de 17 ans qu'il vient de découvrir fortuitement ont été abandonnés par ce fils rebelle. Comprendre enfin ce qui a décidé Sylvain de fuir à l'autre bout du monde sans donner d'explications ni de nouvelles.

Suite de *Jolie libraire dans la lumière*, le dernier roman en date de Frank Andriat est un écrin de poésie et de sensibilité sur les relations familiales, l'amour, les non-dits... Avec une plume vive et délicate à la fois, l'auteur bruxellois invite à suivre le cheminement d'un père désireux de faire la paix avec son fils, de renouer des liens qui ont pourtant toujours été difficiles entre eux. "Si je n'avais pas été écrivain, aurais-je été un bon père ?", se demande Célestin, ce "vieil enfant", comme le nomme tendrement sa femme Ambre. De son côté, prisonnier de ses secrets et de ses rancœurs pendant tant d'années, le moment n'est-il pas venu pour Sylvain de s'en libérer et de se réconcilier avec ce père enfermé dans ses livres ? Ce sont bien des bouffées d'espérance qui se dégagent à la lecture de cette histoire.

Auteur d'un soixantaine de romans pour adultes et adolescents et de plusieurs essais, Frank Andriat vient aussi de publier *Clés pour la paix intérieure*, un petit guide de méditation pour cultiver la sérénité en toute simplicité (Ed. Marabout) et *Le stylo*, un roman jeunesse alerte qui ouvre les yeux sur la vie d'une classe à l'occasion du vol d'un stylo (Ed. Mijade).



//JD

>> *Le vieil enfant* de Frank Andriat • éd. Desclée de brouwer • 2014 • 168 p. • 12 EUR.

En défiant la grande faucheuse

Simon Faucher veut mourir. A cent et trois ans, l'écrivain a déjà défié la grande faucheuse sans succès. Devenu quasi intime avec elle, il l'appelle Jeanine, en souvenir d'une vieille voisine. Il sait que Jeanine n'apprécie pas ceux qui s'autorisent à lui faire la leçon, qu'elle n'aime pas les hôpitaux par exemple. Il la décrit au bord du burn out quand elle en ressort, etc. Il désire tant qu'elle s'occupe de son cas, qu'elle confirme enfin sa condition de mortel. Mais rien n'y fait, il est toujours vivant. Alors, l'ex-auteur de "romans à l'eau de rose" décide de tenter un nouveau genre plus sarcastique et de rire de la mort. Histoire d'agacer Jeanine, il se lance dans le récit de morts stupides : un plongeur retrouvé empalé au faite d'un sapin, des frères siamois fauchés par une voiture alors qu'ils effectuent un pèlerinage pour remercier la Vierge d'avoir survécu à un accident de la route, une riche entrepreneur argentin qui fait une confiance aveugle à son GPS et meurt noyé...



Simon Faucher entend réaliser "un chef d'œuvre de littérature qui, par le seul pouvoir des mots, parviendra à tuer son auteur". Quant à la véritable auteure, Justine Lalot, elle évoque son roman comme un exorcisme pour ceux qui – comme elle – ont (eu) peur de la mort. Elle alterne les récits écrits par Simon et ceux qui le décrivent lui, dans un cadencement alors propice à la lecture par bribes. Elle conseille d'écouter Mozart en tournant les pages, en plaçant chaque chapitre sous le thème d'un mouvement du *Requiem*.

Un roman "déroutant", riche en imagination, qui se parcourt sourire aux lèvres, de situation cocasse en ironie du sort.

//CD

>> *A rats qui rient, raies qui aiment* • Justine Lalot • éd. Luce Wilquin • 2014 • 256 p. • 20 EUR.

Des univers si particuliers

Pas de fioriture. À l'image de leurs titres résumés en un mot : Visiteuse, Hermétique, Epouse-moi, Musclée, Maitresse..., les quinze nouvelles de Véronique Janzyk sont de petits condensés. Ses phrases courtes ne s'attardent pas sur le paysage et passent par "la violence des mots, des gestes, la frénésie sexuelle, la démente psychiatrique"... *Les Fées penchées* sont écrites en "je". Cela amène le lecteur à écouter le temps de quelques pages différents personnages. Tous troublants, si ordinaires mais tellement curieux. Exemples ? Un fan de Mylène (Farmer) que chaque album de la star fait "rechuter en Mylène", entendez : tomber en dépression. Une guenon qui s'interroge sur l'épaisseur de la vitre entre elle et les humains qui l'observent. Une culturiste en proie à des questions d'identité sexuelle. Une vacancière solitaire, préférant les "all in" pour observer ses coreligionnaires. Une animatrice "Tupper" qui s'identifie aux produits hermétiques qu'elle vante. Les lecteurs d'*En Marche* reconnaîtront peut-être aussi dans la Mairaine, activiste de Sea Life, toute acquise à la cause des bébés phoques (*En Marche* - décembre 2012) ou dans la Visiteuse, cette bénévoles qui arpente l'hôpital (*En Marche* - juillet 2011). Chaque fois, Véronique Janzyk fait apparaître furtivement une plaie, une écorchure, un état d'âme, un truc qui disjoncte. Néanmoins, ajoute-t-elle dans la bouche de sa visiteuse, "aucune pathologie ne m'effraie. Aucun pronostic. Mais comme tout le monde, je préfère les histoires qui se terminent bien".

La publication de Véronique Janzyk prend place dans le catalogue de Onlit éditions (www.onlit.net), éditeur belge nativement numérique, qui se consacre depuis 2006 à explorer et diffuser la création littéraire contemporaine, en phase avec l'évolution des nouvelles technologies.

//CD

>> *Les fées penchées* • Véronique Janzyk • éd. Onlit Books • 2014 • 98 p. • 12 EUR.



Fantaisiste à la mode belge

Les ours n'ont pas de problème de parking : avec ce titre, le ton est donné pour les neuf contes qui vont suivre. Bienvenue dans l'univers fantastique de Nicolas Ancion. Mais attention : qui dit merveilleux avec cet auteur liégeois, dit aussi farfelu, inquiétant, voire cruel. Au premier degré, les histoires ont quelque chose d'enfantin. Entendez un album de foot, objet de toutes les convoitises ; des peluches qui vivent, se sentent abandonnées, jalourent l'affection portée à un chat, etc. Le lecteur comprend vite que derrière la façade gentille, ça bouillonne. Un exemple avec cet extrait : "Ici, c'est plutôt calme, le gosse n'est pas encore rentré de l'école, tout est bien rangé. Ça sent l'humidificateur d'air aux arômes de sapin. Ça pue surtout le petit garçon gâté qui préfère son magnétoscope à ses peluches. Le jour où les jouets du monde entier s'uniront pour la grande révolution, il aura intérêt à prendre le maquis dans la minute." En effet, les tueurs en série sont aussi de la partie. Tout le long, une forme de surréalisme domine. Du second degré ressortent la complexité et la perversité des rapports humains.

Parmi les neuf récits publiés une première fois en 2001, notons *Tête de Turc*. Il est paru dans *En Marche* en décembre 2007 et raconte comment un homme engagé pour jouer au Père Noël dans un grand magasin s'élève contre une mère fière de son fils qui souhaiterait recevoir les droits de l'homme en cadeau plutôt qu'un jouet pour lui. Autre récit à signaler, le plus dérangeant du recueil : *Le grand méchant Marc*. Ici l'homonyme de Marc Dutroux finit par souhaiter être emprisonné à sa place. On replonge alors dans l'actualité belge la plus noire.

//CD

>> *Les ours n'ont pas de problème de parking* • Nicolas Ancion • rééd. Espace Nord • 2014 • 207 p. • 8,50 EUR. • Téléchargeable sur <http://ancion.hautetfort.com/>

Aussi douloureux que des coups

Les signalements de faits de maltraitance sur des seniors vont croissant, selon les chiffres. Ces violences se manifestent sous des formes inattendues, émergent dans des contextes insoupçonnés, et les auteurs ne sont pas toujours ceux que l'on pense.

“La maltraitance, c'est tout ce qui est ressenti comme faisant mal”, précise Myriam Bodart dès l'entame de la discussion. Celle qui dirige le Service d'écoute pour personnes âgées maltraitées (Sepam), ligne téléphonique ouverte par Infor-homes Bruxelles, commente les chiffres de l'année 2013. Au total, 1.036 appels ont été réceptionnés par son service contre 436 en 2009, année de sa mise en place. “Ce chiffre augmente de 10 % pour la deuxième année consécutive.” Un appel égale-t-il une plainte ? Pas si simple... “Deux tiers des appels donnent lieu à l'ouverture d'un dossier. Mais, via ce numéro, nous proposons aussi une écoute, nous donnons des conseils, nous procurons des informations générales au grand public...”

En Wallonie, la situation des seniors préoccupe à un point tel que “la Région wallonne organise la lutte contre la maltraitance de la personne âgée à l'aide d'un décret”, dira le D^r Berg. Celui-ci préside le conseil d'administration de Respect seniors, la structure d'écoute, de sensibilisation, de formation et d'échange sur la maltraitance des personnes âgées, mise en place dans la foulée d'un texte de loi par le Parlement wallon en 2008. L'institutionnalisation de la lutte contre les violences faites aux seniors signifie, selon lui, que le gouvernement reconnaît l'ampleur du problème. “Une étude réalisée en Wallonie nous apprend que ± 20 % des plus de 70 ans se sentent victimes d'une violence.”

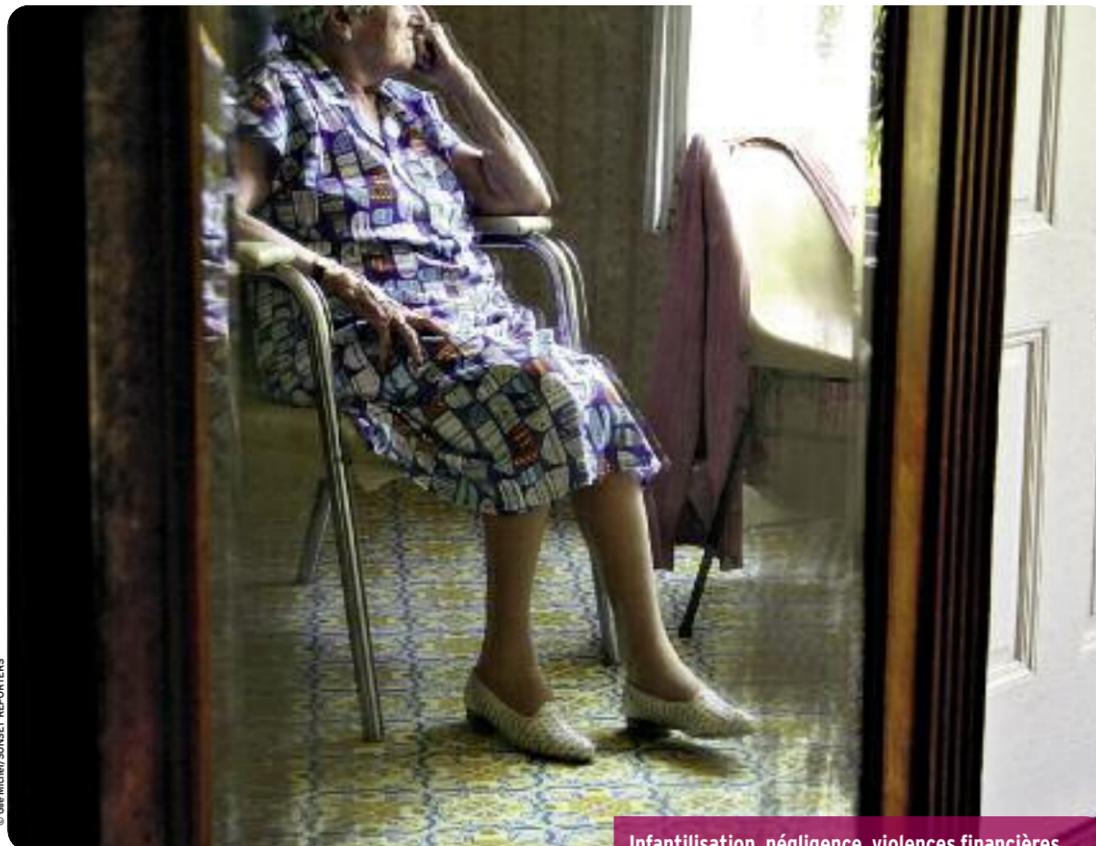
Des fausses idées

Les deux erreurs communément répétées, ajoute le D^r Berg, c'est de voir avant tout la violence physique et de penser qu'elle survient dans les homes. “La grande majorité des personnes âgées ne vit pas en institution. Le profil-type de la victime est plutôt celui de la personne âgée discrète, isolée, qui subit de la maltraitance venant de la famille.”

“Le profil-type de la victime est plutôt celui de la personne âgée discrète, isolée, qui subit de la maltraitance venant de la famille.”

Quant à la violence physique, elle ne doit pas être minimisée. Elle représente tout de même 8,5 % des situations problématiques pour lesquelles Respect seniors est sollicité. Mais le type de maltraitance la plus communément rencontrée lorsque la personne âgée vit à domicile est avant tout psychologique (32 % des situations) : les aînés sont infantilisés, tutoyés à tout va, ou encore, leur avis n'est pas pris en compte, les écartant du processus de décision qui les concernent. Ensuite viennent les violences financières. Dans 22 % des cas déclarés, raconte le D^r Berg, “les enfants ou les proches de la victime se servent, grossissent la somme qu'il leur est nécessaire pour faire les courses ou, c'est très fréquent, insistent sur l'avantage d'effectuer des dons d'argent de leur vivant pour éviter les frais de succession à leur décès”.

Par contre, en institution, la hiérarchisation des types de violences est quelque peu différente. Selon les chiffres livrés par le Sepam, 27 % des personnes se plaignent de violences



Infantilisation, négligence, violences financières... les maltraitances sont souvent insidieuses.

institutionnelles telles que le manque de personnel, le bruit, des portions de repas trop “chiches”... En seconde position (21 %) vient le défaut d'attention caractérisé par un manque d'aide lors des repas, un mauvais suivi des chutes ou carrément l'oubli d'un résident dans sa chambre.

“Il faut pouvoir sortir des chiffres, insiste lourdement Myriam Bodart du Sepam. Ce ne sont que des catégories”. Et de rappeler qu'il y a un nombre de cas qui ne sont pas signalés auprès du service d'écoute. “Il faut du courage pour pointer une situation problématique dans la sphère la plus intime qu'est la famille. La personne peut facilement se sentir déloyale et éprouver des difficultés pour avouer

que ce qu'elle a construit en famille puisse être compliqué.” Pas facile non plus de dénoncer une situation problématique vécue en institution, principalement par crainte de représailles.

Maintenir la confiance

Il arrive également que les cas de maltraitance soient constatés par des personnes extérieures. Laurence Gilon dirige le département “aide à la vie journalière” des Aides et soins à domicile (ASD) dans la région de Namur. Questionnée sur les violences encaissées par certains seniors, elle confirme l'existence du problème : “J'ai évoqué la question avec nos assistantes sociales en réunion. C'est un phénomène connu par chacune d'entre elles”.

Soins infirmiers, aide-ménagère et aide familiale sont les trois principaux services procurés par ASD. Ils sont amenés à agir au plus proche des individus. Observer, contacter, relayer... font d'ailleurs partie de leurs missions. “Les aides à la vie journalière ne sont pas des psychologues, complète Laurence Gilon, mais elles sont sensibilisées aux violences intrafamiliales dans le cadre de la formation continue. Elles sont formées à les détecter, pas à intervenir.”

Une situation problématique est identifiée ? Le dossier est mis sur la table de la réunion d'équipe mensuelle et différents intervenants échangent à ce sujet. Si tout porte à croire qu'il y a de la maltraitance avérée, un service spécifique en est informé, ainsi que le médecin traitant de la personne en question. “On ne peut pas ne rien dire, termine Laurence Gilon. On donne l'information et on essaie prioritairement de maintenir la confiance avec la personne dont on s'occupe.”

Une situation qui dérape

Il n'y a pas de terrain fertile à l'apparition de la maltraitance. “Avec l'expérience, confie Myriam Bodart, on constate qu'il s'agit généralement d'une situation dans laquelle quelque chose dérape”.

L'ASBL Aidants proches connaît bien ce phénomène. Caroline Ducenne, sa coordinatrice, précise que la maltraitance peut survenir de la difficulté d'être aidant proche à long terme. “C'est difficile pour un couple qui se connaît depuis belle lurette. Un jour, l'un doit prendre le rôle d'aidant de l'autre. Tout ce qui a été caché, le poids de l'histoire commune, peut émerger et la fragilité se faire sentir. Dès lors, entrer dans une relation intime d'aidant quand on n'a plus d'affection ou de sentiments pour cette personne peut déboucher sur une difficulté relationnelle et, peut-être, sur de la négligence.”

Au sein d'Énéo (le mouvement social des aînés, partenaire de la Mutualité chrétienne), Anne Jaumotte va un cran plus loin dans le raisonnement : “La personne aidée le fait parfois payer à son aidant. Pourquoi ? Parce que c'est difficile à assumer d'être assisté dans une société qui prône la compétitivité, l'autonomie...” Elle ajoute que le “faire pour l'autre” peut aussi gommer la relation et provoquer un effritement de celle-ci. “Il faudrait demander plus souvent l'aide de personnes extérieures comme les ASD, les centres de répit, les volontaires...” Autre conseil : “Quand la vieillesse survient, tout se précipite. Il faut anticiper quelques questions pour éviter que les autres décident pour soi, ce qui pourrait être vécu comme une forme de violence.”

Il n'y a pas de terrain fertile à l'apparition de la maltraitance. “Il s'agit généralement d'une situation dans laquelle quelque chose dérape.”

Ces maltraitances qu'on ne voit pas

Il existe un bataclan de moyens d'agir sur les maltraitances visibles, aussi insidieuses soient-elles. À l'occasion d'un colloque organisé par Infor-homes et Home-Info (l'équivalent bruxellois néerlandophone d'Infor-homes), Jean-Michel Longneaux était invité à évoquer la maltraitance qu'on ne voit pas mais qui fait pourtant partie du quotidien. Le philosophe et rédacteur en chef de la revue *Ethica clinica* en distingue plusieurs.

La première est sans conteste l'idéologie culturelle qui empreint notre société et qui dévalorise la personne âgée. “Beauté, jeunesse, santé. Quand on est vieux, dit-il, on sort du train. En France, on voit naître les métiers de l'autonomie”. Appelés de la sorte, ils insistent sur l'idée qu'il faut être autonome. En réalité, ça ne fait qu'isoler ceux qui ne le sont pas.” Et de se questionner : finalement, la décrépitude n'est-elle pas déjà instaurée rien qu'à la manière de regarder la personne âgée ? Un phénomène invisible qui alimente l'exclusion violente vécue par ces personnes.

L'organisation du monde de la santé peut également être source de maltraitance. En cause : trois discours tenus par le secteur. Le premier, scientifique, demande des soignants d'être de bons techniciens. “Du coup, le patient devient un problème à résoudre. On parle de lui à la troisième personne et il n'est plus que l'objet des soins”, indique Jean-Michel Longneaux, y voyant un début de maltraitance. Le second, le discours économique, fait des résidents d'un home ou d'un service hospitalier “un coût à gérer”. “Ils sont les premiers à souffrir d'une réduction de personnel, comme le patient qu'on met en pyjama à 17h avant l'arrivée du personnel de soirée car celui-ci n'aura pas le temps de l'habiller”. Les enjeux économiques font fi du bien-être des personnes à soigner. Enfin, le troisième discours, celui-là juridique, privilégie le respect des procédures et implique une certaine déshumanisation. “C'est une certaine forme de violence de laver le premier patient du couloir à 6h30 tous les matins. Mais c'est le règlement. On est payés pour ça...” diront certains.”

Pour Jean-Michel Longneaux, le déni institutionnel est une autre robe dans laquelle la maltraitance invisible peut se glisser. “Il m'a été rapporté que dans une institution, les couches des personnes âgées étaient changées à la chaîne, derrière un paravent, et dans la chambre d'une personne grabataire. Sous la phrase ‘Pas assez de temps, pas assez de personnel’ se cache une violence institutionnelle terrible !” Pas de mauvaises intentions, pas de méchanceté, juste une organisation institutionnelle qui cache l'horreur des actes posés.

Lutter contre la maltraitance des seniors au profit de la bientraitance suggère de respecter la personne qui se cache derrière les rides. C'est, par exemple, tout faire pour que l'homme ou la femme concernée puisse sortir elle-même de la situation maltraitante. Le “faire à sa place”, c'est une infantilisation violente, même si elle n'est pas toujours volontaire.

// MaC

// MATTHIEU CORNÉLIS

Festival

Les Francofolies de Spa fêtent leurs 20 ans !

Fières de leurs vingt années de programmation musicale, les Francofolies de Spa réuniront une belle brochette d'artistes du 16 au 21 juillet prochain. A cette occasion, la Mutualité chrétienne distribuera aux festivaliers 23.000 bouchons d'oreille réutilisables et mettra à disposition des enfants des casques antibruit.



Exceptionnellement, les festivités du célèbre événement spadois débiteront cette année le mercredi 16 juillet, la veille de son ouverture officielle, avec Stromae, l'artiste belge le plus sollicité de l'année !

Au total, plus d'une quarantaine d'artistes aux styles musicaux très variés enthousiasmeront le public durant six jours sur la Place de l'Hôtel de Ville et au Village Francou : Gavriel Rios, M, Hooverphonic, Girls In Hawaii, Renan Luce, Grand Corps Malade, Machiavel, Sttella, Suarez, Bernard Lavilliers... pour n'en citer que quelques-uns. Mais les Francofolies offrent aussi l'occasion aux festivaliers de découvrir d'autres artistes émergents en proposant dans plusieurs endroits du centre-ville une sé-

rie de concerts gratuits, des rendez-vous "Vitrines".

Les plus petits et leurs parents seront aussi de la fête grâce aux Francos Juniors, qui organisent quatre spectacles gratuits au Théâtre des découvertes de Spa.

Accessibilité assurée

Depuis plusieurs années, le festival s'engage à mettre en place des initiatives citoyennes. Il propose ainsi des concerts traduits en langage des signes et compense son empreinte écologique pour être le plus neutre possible en émissions de CO₂. Il vise aussi à rendre son site plus accessi-

ble aux personnes à mobilité réduite, en mettant à disposition des moyens de transport et des lieux de séjours adaptés, en partenariat notamment avec la Mutualité chrétienne (MC), Altéo (mouvement social de personnes malades, valides et handicapées) et le Domaine de Nivezé situé sur les hauteurs de Spa.

Gare aux oreilles !

Parce qu'une exposition répétée à des bruits intenses peut provoquer

chez un adulte des troubles auditifs irréversibles, parfois sévères, la MC sera présente aux Francofolies pour distribuer gratuitement des bouchons d'oreille réutilisables aux festivaliers qui le souhaitent. Des casques antibruit seront également mis à disposition par la MC pour les jeunes enfants accompagnant leurs parents à proximité des scènes.

Les festivaliers pourront aussi participer au concours organisé sur le

stand de la MC (situé Place du Monument, devant l'agence MC de Spa) pour s'équiper d'accessoires dignes d'un bon festivalier.

// SYLVIE KLINKEMALLIE

>> Francofolies de Spa - du 16 au 21 juillet - plus d'infos sur www.francofolies.be - facebook.com/francosdespa



CONCOURS

Pour ceux qui n'ont pas encore commandé leur ticket d'entrée, il est toujours temps d'en gagner ! La MC soutient les Francofolies de Spa et offre 5 x 2 tickets par jour (1) pour assister aux concerts du Village Francou.

Participez avant le 7 juillet au concours en ligne sur www.mc.be/festival

(1) A l'exception du 16 juillet.

// Intersoc Croisière //



Du Rhin romantique à la Moselle pittoresque

Du 11 au 18 septembre, Intersoc propose une croisière en bateau sur le Rhin et la Moselle avec son partenaire CroisiEurope. Venez naviguer au gré des flots et faire escale dans des villes chargées d'histoire.



Nouveau séjour

De Francfort jusqu'à Saint-Goar en passant par Mayence, cité romaine devenue la patrie de Gutenberg, vous pourrez admirer les châteaux et les vignes qui se succèdent le long du Rhin. Entre Oberwesel et Coblenze, vous naviguerez ensuite sur la Moselle et aurez l'occasion de visiter le château de Cochem et Idar, la ville des tailleurs de pierres précieuses. Vous terminerez ce magnifique périple par la visite de Wiesbaden puis par une dégustation chez un vigneron.

Formule : pension complète

Hébergement : cabines doubles ou single (avec supplément) climatisées, équipées de douche et WC • restaurant et bar sur le bateau.

Transport : en autocar à partir de Bruxelles et Liège jusque et au retour de Francfort, en bateau à partir de Francfort.

Prix par personne : pont intermédiaire : 1.440 EUR • pont supérieur : 1.565 EUR • supplément single : 299 EUR

Ce prix comprend le voyage en autocar, la croisière en pension complète, les boissons aux repas servis à bord et au bar (sauf carte des vins), la soirée de gala, les excursions reprises au programme, les taxes portuaires, l'animation, la présence d'un accompagnateur Intersoc.

>> Pour de plus amples informations, contactez notre service clientèle au 070/23.38.98 de 8h à 18h (le samedi jusqu'à 13h) ou surfez sur www.intersoc.be. Vous y trouverez le programme complet.

Eclate-toi, pas tes oreilles...

Près d'un jeune sur cinq souffre de lésions auditives suite à une exposition trop longue à de la musique trop forte. Est-il possible de concilier le plaisir de la musique avec la protection de ses oreilles ?

C'est ce qu'entend démontrer la Mutualité chrétienne (MC) en s'associant à différents festivals pour son action "Eclate-toi, pas tes oreilles!". Les festivaliers reçoivent gratuitement des bouchons d'oreilles réutilisables. Grâce à ces protections auditives de qualité, ils pourront réduire le volume sonore de 15 décibels et profiter ainsi des concerts en réduisant les risques pour leur ouïe. La MC n'a pas oublié les oreilles des petits bouts et prête gratuitement des casques d'enfants sur simple remise de sa carte d'identité. Ces casques sont également disponibles à la vente dans les magasins Qualias, partenaire de la MC, à un bon rapport qualité/prix (pour connaître les adresses des magasins, adressez-vous au numéro gratuit de la MC: 0800 10 9 8 7).



UNE DENT CASSÉE,
ÇA FAIT MAL.
À VOTRE
PORTEFEUILLE
AUSSI.

C'EST POURQUOI NOUS VOUS FAISONS BÉNÉFICIER DE MEILLEURS REMBOURSEMENTS DES SOINS DENTAIRES.

Les soins dentaires sont souvent mal remboursés. Pour remédier à cette anomalie, la Mutualité chrétienne lance **Dento solidaire**, la couverture comprise dans votre cotisation, et **Dento +**, une assurance facultative à petit prix. Ces couvertures soins dentaires de la MC interviennent encore plus dans les frais d'orthodontie, de prothèses et de soins curatifs et préventifs. Elles sont accessibles à tous sans questionnaire médical et sans exclusion. Bref, avec la Mutualité chrétienne, vous avez l'assurance de ne pas vous sentir démuni face aux coûts de vos soins dentaires.



Infos : 0800 10 9 8 7 - www.mc.be/dento

La solidarité, c'est bon pour la santé.

Enfants

Gare à la chute!

Les chutes sont les accidents les plus fréquents chez les enfants de moins de six ans. Elles coïncident avec des comportements plus aventureux. Elles s'expliquent par leur curiosité innée et une affirmation croissante de leur indépendance. Heureusement, les accidents sont souvent évitables par des mesures simples.



© Philippe Turpin/BEIPRESS

Enfin, cette éducation peut être complétée par des mesures de protection efficaces. Par exemple, on n'empêchera pas un tout-petit de tomber quand il fait ses premiers pas. Mais on peut éviter qu'il dégringole les escaliers en plaçant des barrières de protection. On peut aussi faire en sorte qu'il ne se blesse pas contre les angles des tables basses en les recouvrant de coins de table.

Un moment d'inattention...

Dès les premiers mois, un nourrisson placé sur une table à langer, un lit ou un canapé risque de rouler sur le côté et de tomber. Le laisser seul dans ces situations ou s'éloigner de lui ne serait-ce que quelques instants peut avoir de graves conséquences. On attachera systématiquement l'enfant installé sur une chaise haute ou un siège relax, en s'assurant de fermer les sangles d'entrejambes. Ainsi, il ne pourra ni glisser par-dessous ni se lever et risquer de basculer. Enfin, couffin et siège relax sont à poser au sol et non en hauteur.

Explorer en toute sécurité

Après l'âge d'un an, le risque majeur – souvent fatal – est celui de la chute d'une fenêtre ou d'un balcon. Pensons à fermer les (portes-) fenêtres de la pièce que nous venons de quitter. Ne laissons pas en dessous de celles-ci des meubles que l'enfant peut escala-

der facilement. Pour un maximum de sécurité, on peut installer l'un ou l'autre système bloquant l'ouverture des fenêtres ainsi que des protections pour balcons sous forme de filet de sécurité.

Par ailleurs, dès qu'il commence à se déplacer, l'enfant risque de chuter dans les escaliers. L'installation de barrières en haut et en bas de ceux-ci est recommandée tout comme l'équipement de rampes ou de rambardes aux barreaux suffisamment étroits pour que l'enfant ne puisse passer au travers. Par précaution, on peut fixer un tapis au bas des escaliers afin d'amortir d'éventuelles chutes. Et on veillera à ce que l'enfant ne puisse ouvrir les portes des caves et greniers dont les escaliers sont souvent dangereux.

Ajoutons encore quelques conseils de prudence et de bons sens : dès que l'enfant peut de se tenir debout, régler le lit à barreaux en position basse ou placer une barrière devant le lit ; ne pas laisser le sol humide ou encombré ; éclairer convenablement les pièces et couloirs ; éviter tapis et carpettes ou les fixer au sol ; éviter à l'enfant des pantalons trop longs, des lacets défaits, des galopades en chaussettes... La liste est loin d'être exhaustive. Toujours est-il qu'adopter les bons réflexes et prendre quelques mesures simples permettent de réduire considérablement les risques de chutes chez les petits.

//JD

Après un AVC

“La probabilité de chuter après avoir été victime d'un accident vasculaire cérébral (AVC) est de 30%”, précise le Centre hospitalier neurologique William Lennox dans une brochure consacrée à la prévention des chutes chez la personne ayant eu un AVC. “La moitié des personnes qui chutent le feront dans les semaines qui suivent l'AVC, avec un risque accru de rechuter par la suite. La majorité des chutes se produit lors des transferts du lit à la chaise ou de la chaise aux toilettes, que ceux-ci aient été effectués seul ou à l'aide d'un tiers”.

Quant aux causes des chutes, elles peuvent être liées aux conséquences physiques de l'AVC ou à des éléments extérieurs à la personne. Les facteurs intrinsèques sont notamment la difficulté de bouger une moitié du corps et la perte de sensibilité dans cette partie du corps, les problèmes d'équilibre, l'altération du jugement des capacités, la médication associée... Les facteurs externes, quant à eux, sont un environnement inadapté, mal éclairé, encombré, trop petit...

Au CHN William Lennox lui-même – qui accueille notamment des adultes souffrant de maladies neurologiques –, les chutes représentent 45% des événements indésirables déclarés.

À la suite de ce constat, une réflexion interdisciplinaire a été initiée. Et des mesures concrètes ont été prises dans l'optique d'assurer des soins sans risque.

La brochure conçue par le service de kinésithérapie du Centre W. Lennox est le fruit de cette réflexion. Images à l'appui, elle fournit de nombreux conseils. Les sujets sont variés, du choix des chaussures à l'aménagement des pièces de la maison en passant par la manière de se déplacer et d'effectuer des transferts en toute sécurité. Sans oublier, en cas de chute, les recommandations pour se relever seul.

//JD



>> La prévention des chutes chez la personne ayant eu un AVC - CHN William Lennox - La brochure est disponible gratuitement au 010/43.02.59 et téléchargeable sur www.cnwl.be/preventionchutes

Pour éviter les accidents domestiques, la première mesure est bien entendu la surveillance du jeune enfant : ne jamais le laisser seul, que ce soit sur une table à langer, dans la baignoire, au jardin, en voiture... Mais cela ne suffit pas. Il est nécessaire d'accompagner l'enfant dans

son envie de tout découvrir et dans sa prise d'autonomie. Expliquons-lui, avec des mots simples, ce qui est dangereux et pourquoi. Montrons-lui comment monter et descendre des marches en toute sécurité. Apprenons-lui, le plus tôt possible, l'équilibre et la maîtrise des gestes.

Seniors

Eviter de tomber, c'est possible

En avançant en âge, l'habitation, si rassurante au départ, peut devenir source de dangers si l'on ne prend pas garde à des détails tels un escalier sans rampe, un corridor mal éclairé, une pile de livres dans le passage, etc. Il est possible de réduire le risque de chutes en agissant à plusieurs niveaux.



© Etienne Mathias

> Améliorer l'équilibre

Bouger au moins 30 minutes chaque jour concourt à maintenir une bonne condition physique et un bon équilibre. Il existe des activités spécifiques qui ont une vraie action “prévention des chutes”. C'est le cas du tai chi, du programme d'activités physiques Viactive (1) ou encore des ateliers équilibre, proposés aux personnes de 65 ans et plus vivant à domicile, qui présentent un risque de chute dépisté par un professionnel de la santé (2).

> Adopter des comportements sûrs

- Éviter de se déplacer sous l'effet de tranquillisants ou de somnifères. Ils peuvent provoquer une démarche hésitante, des vertiges et des somnolences.
- Éviter les mouvements déséquilibrants. Par exemple, réorganiser les rangements pour avoir à portée de main les ustensiles et les objets les plus couramment utilisés.
- Diminuer les déplacements à risque. Par exemple, utiliser une desserte sur roulettes plutôt que se charger les bras d'objets.
- En cas de besoin, s'aider d'un appui stable (main-courante par exem-

ple), d'une canne ou d'un rollator (cadre de marche muni de roues).

Quoi qu'il en soit, chacun doit rester conscient de ses limites physiques et ne pas hésiter à demander de l'aide autour de lui.

> Aménager son environnement

Éliminer les obstacles, prévoir des points d'appui, éliminer les risques de glissades et éclairer les points sombres sont les quatre principes de base à appliquer dans chaque pièce de la maison pour réduire les risques de chutes. Voici quelques conseils parmi d'autres.

- Dégager les zones de passage de tout objet encombrant : tapis, meubles bas, poubelle, pour éviter de les heurter et de trébucher.
- Placer une chaise haute devant le lavabo, la planche à repasser ou le plan de travail de la cuisine pour diminuer le temps en station debout. Dans la même optique, poser un siège dans la douche.

- Diminuer les déplacements en rapprochant les différentes zones de travail. Par exemple, dans la cuisine, placer le four à micro-ondes sur la table à manger.
- Envisager le lieu de vie de plain-pied. Par exemple, aménager la chambre à coucher au rez-de-chaussée et prévoir un coin d'eau pour se laver si la salle de bain est à l'étage.
- Si nécessaire, placer des rampes le long des murs ou mettre un lift d'escalier pour accéder à l'étage.
- Sécuriser les différents transferts en plaçant des appuis au niveau du WC, du lit, du fauteuil...
- Dans la salle de bain, utiliser des aides (barres d'appui, sièges, lift de bain...) pour faciliter et sécuriser l'usage de la baignoire ou de la douche. Fixer les carpettes de bain à l'aide d'antidérapants.



Pour en savoir plus, l'ASBL Solival met gratuitement à votre disposition une brochure intitulée *Comment éviter les*

chutes. De plus, à la demande, des ergothérapeutes se déplacent gratuitement à domicile pour offrir des conseils personnalisés.

// ASBL SOLIVAL

- (1) Des groupes Viactive sont organisés par EnéoSports. Infos : 02/246.46.74 ou sur www.eneosport.be.
- (2) Plus d'infos auprès de l'ASBL Solival



L'ASBL Solival offre un accompagnement personnalisé dans la recherche de solutions vers plus d'autonomie ou de confort à domicile et ce, en toute indépendance commerciale.

Trois salles d'essais sont accessibles : Mont-Godinne, Thuin et Berchem-Sainte-Agathe.

>> Infos : 070/22.12.20 (tous les jours ouvrables de 9h à 16h) • info@solival.be • www.solival.be

Avec le soutien de la plateforme "Bien vivre chez soi".

COMMENT INSÉRER UNE PETITE ANNONCE ?

Les petites annonces sont réservées aux membres de la Mutualité chrétienne. Chaque famille bénéficie, par année civile, d'une première annonce au prix préférentiel de 5 euros. Toutes les autres parutions se font au tarif de 12,50 euros par annonce.

- Rédigez votre annonce en lettres capitales sur papier simple.
- Effectuez votre virement sur le compte Code IBAN : BE77 0000 0790 0042 Code BIC ou SWIFT : BPOT BE B1. au nom des Editions Mutuellistes en précisant le nombre de parutions souhaitées.
- Envoyez votre annonce en joignant votre vignette jaune ainsi qu'une copie de la preuve de votre paiement au "Service des petites annonces", En Marche, chée. de Haecht 579 BP40

- 1031 Bruxelles ou fax : 02/246.46.30 ou enmarche@mc.be - tél: 02/246.46.27.

Dates ultimes de rentrée des annonces : le mercredi 16/07 pour l'édition du 7/08 ; le vendredi 22/08 pour l'édition du 4/09.

Attention ! Vos petites annonces ne seront publiées que si nous recevons en même temps le texte de l'annonce, la vignette jaune et une copie de la preuve de paiement. Les petites annonces paraissent sous la seule responsabilité de leurs annonceurs.

Auto

Av: jeep Hotchkiss 1958, parf. état + remorque Caze-nave 1973 à rénover, prix à discuter (rég. Tournai). 0495-25.26.60. (A50411)

Camping

Côte d'Azur, à l. caravane 4p., camping 3*, tv, rest., 2 pisc., calme, Vence, de juin à octobre. 04-372.02.53. (C50316)

Le Coq, chalet vac. av., camping ***, tr. sécur. pr les enfants, impeccable, rénovation 2005, 2ch., sdb, wc, cuis.ég., liv., terr., pt.jard., pkg.pr., prox. plage et centre, 15.000€. 0477-586493. (C50414)

Av: camping-car (tente s. rem. freinée), King-Way, 4p., bloc cuis., auvent spac., pn. nfs., r. sec., parf. état, mont. aisé, 1.250€, vis./rdv. 085-41.07.76. (C50425)

Divers

Av: fauteuil releveur, 1 moteur, tissu coul. taupe, acheté: 1.290€, vend: 399€, tél. pour rdv. 0496-25.06.87. (D50444)

A donner, +/- 500 chansons française, classées par ordre alphab. avec musique pour chorale. 02-466.38.36. (D50397)

Brocante et vide dressing, dimanche 29 juin à Angleur, Square de la Paix avec petite restauration et plaine de jeux. 0497-35.13.32. (D50396)

Garnisseur en fauteuils, travail à l'ancienne, tissu, canage, rempaillage, Maison Didot à Mozet. 081-40.04.80. (D49726)

Av: un magnifique buffet tête de lion, une chaise percée neuve, un vélo d'appartement. 019-32.36.72. (D50466)

Lav-vaiss Zanussi : 95€, cuis. Fric Conf. (gazole) 95€, frigo Kelvinator 140m/55, 99€, m-onde Whirlpool 45€, tabl chène ovale 175€. Joplet, rue des Marronniers 16, 5032 Corroy Le Château. (D50461)

Recherche anc. vieilles plaques de réclame en émail, prod. alimentaire, boissons: bière, spa, aija etc..., anc. plâtre publicitaire de 10 à 1.000€ et +. 0475-690445-joki01@telenet.be (D49976)

Av: auvent Ventura Atlantic pour caravane (1100x250), rideaux, moustiq., cache-roues, neuf, jamais servi, neuf: 2.200€, vend: 1.200€, phot. sur Internet. 0476-89.35.45-082-66.68.28. (D50346)

Recherche: vêtements, uniformes et costumes anciens, surtout une tenue compl. de curé pr. faire de la figuration pr. un groupe de pers. valides, handic. 0472-96.04.45. (D50442)

Av: lot vêtements, robes, jupes, manteaux, blouses, chemisiers, de type classique T48, cse. décès, 75€. 081-41.34.42. (D50418)

Av: en un seul lot, collection de 37 pièces Val-St-Lambert, bassin, broc, carafe, verre etc... 010-45.84.72. (D50321)

Av: voiturette électr. pr. handicap, Invacare, Esprit Action4, livrée avec chargeur auvent, neuve, pose jamb. droitier régl. en hauteur et pose pied gauche, 1000€. 071-52.58.49. (D50422)

Vieux bois pour brûler, chevrons, planches, portes anciennes, à emporter gratuitement. 0478-62.99.91. (D50393)

Av: vêtements T42-44, 1 jupe, 5 vestes diverse toile, jean's, tissu polyester, lin, état neuf, 20 - 30€. 0498-70.38.18. (D50447)

Av: mbles. poissonnerie: vitr. patinoire, frigo à moules, comptoir plats, balances: Bizerba 3000, Avery 1770, Roberval + poids, à enlev. avec frigorisistes, faire offre. 02-522.31.15 ap 18h. (D50315)

Emploi

Cherche pr. élagage sapin, rég. Paliseul, Bouillon, Libin, Neufchâteau. 0472-93.11.56. (E50388)

Grand-mère dynam., cherche pl. nounou pour sept., prend vos enfants à l'école, aide devoirs, bain, souper, gde. exper., triling., réf., ds. rayon +/-10km de Nivelles. 0479-99.34.68. (E50416)

Dame francophone, form. para médic., motorisée, prop. ses services de dame de comp., +/- 3h/jour et dispo. du 30/6 au 15/7, du 18 au 29/8, uniq. Brab. wallon. 0474-42.58.51. (E50415)

Immersion en famille avec jeunes néerlandophones de 10 à 18a. durant ts. congés scolaires, réciprocité, organisation de la Ligue des Familles. 067-21.33.57 (Me. Ch. Bertrand). (E49713)

Garde malade, dame de compagnie, expérimentée, cherche emploi (jour ou nuit). 0494-73.83.11 (E50405)

Recherche pers. sérieuse capable de mettre sur CD des k7 super 8 vidéo, retraçant vie d'une famille des années 70 à 2000, travail rémunéré. 0478-81.42.50. prof. Lux. (E50449)

Jeune femme de confiance, disponible, cherche travail de baby-sitting ou pers. âgées, avec réf. et exper. 0494-99.42.98. (E50424)

Cherchons pers. très soign. pr. entret. ménag., pte et coquette villa à Mons, uniq.pers.grde. propriété, trav.soign., ordre, si pas s'abs. 0479-305942 de 8h45 à 9h15 et 18 à 19h30. (E50404)

Immobilier

Coxyde av., villa de caract., anc. tb. ét., 4ch., 230m2 habit., terr. 8,2a., jard. arb., end.calm pr. des dunes, 800m de la mer, ch.c.gaz, 495.000€. 0472-47.88.27 - jean-chri@skynet.be (I50300)

Av: rég. Walcourt, 4 parcelles boisées, +/- 25 acres, pour maison ou caravane, 25.000€/parcelle + commission agence. 071-46.24.02. (I50347)

Middelkerke-centre, appart. 50m mer, meuble, 3ch., liv., cuis. équip., sdb, wc, 2e ét., prix int. 071-81.30.22 le soir. (I50123)

Location

Dame 58a., correcte, cherche à l. maison avec jardin, loyer modéré, en échange de services éventuels comme gardiennage, jard., soins animaux... 0498-75.60.86. (L50386)

Forest, studio 65m2, très lumineux, quartier très vert, cuis.ég., sdb., sàm., mezz., terr., libre 1er sept., 640€/mois + chges. 0497-25.32.04 ap. 19h. (L50398)

Journal, bel appart., centre ville, 5e ét., vue impren., 120m2, nbrx. placards, 3ch., grd. liv., cuis. ég., gar., 2 caves. 0477-30.87.28 - lac.blanc@hotmail.com (L50412)

Mobilier

Av: cse. transf. murs, 3 magnif. et anciens placards en chêne, bas prix. 063-43.37.75 (sauf le jeudi). (M50399)

Av: faut. médic. rouf. nlf., inclin. et assise électr. à télécom+aide au transfert. "Dupont medical type Integra", ach: 01/2014, 1.240€, vend: 650€ cse. décès. 0475-26.58.00 - 0477-36.39.95 (M50329)

Villégiature (Belgique)

Nieuport-Bain, appart. 2p. soigneuses + 3 enfants, accès direct dique-plage, état impeccable. 0476-66.45.46. (V50420)

Westende, à l. tr. b. studio, 4e ét., asc., coin dique, tb. vue s/mer, 4p., ent. rén., lch. sèp., tt.cf., centre commerces, tv, asc., long we., sem., qz., mois. 071-76.02.47 - 0478-91.57.53. (V50445)

Coxyde, appart. mod. et conf., 80m dique, prox. centre, côté soleil, local vélo, pas anim., non-fum., été: 485€/s. chg.comp., sept/oct.: 1/2/3/4 s.: 285/500/655/755€ +chg. - 0472-50.33.72. (V50332)

Coxyde, appart. 2ch., tt. conf., mod. et soign., dique de mer, photos et tarif: pierrardcoxyde.skyrock.com - 0473-92.13.56. (V50272)

Coxyde dique, appart. 4p., face mer, 5e ét., 2ch., wc, sdb, cc /sem: 360€: 05-06, 500€: 07-08. 0479-41.54.43. (V50301)

Blankenberge, front de mer, appart. lch., cuis.ég., avec balcon vue/mer, 200m centre ville, juin: 400€/qz., juill.-août: 600€/qz. 010-81.46.82. (V50323)

Vierves-Viroin, très beau vill. de Wallonie au cœur du parc naturel de Viroin, splendide mais., tt.confort, sup. eq., 6 à 9p., prox. forêt (pêche, chasse). 060-21.19.27 - www.lethymsauvage.be (V50308)

Blankenberge, appart. dique de mer, tt. conf. 019-56.65.45 - 0475-79.30.24 - 0477-97.39.63. (V50353)

La Panne, dique, face mer, appart. rénov., tt.cf., 6p., 3ch., 3e ét., asc., parlo., liv. f. mer, tv num., cuis.ég., sdb, wc sèp., lib: 11 au 18/7, 8 au 15/8. 1c731749@skynet.be - 0496-16.07.89 (V50421)

Bel appart/dique, coin sud, "Brises Marines", gar., du 21 au 28/6: 570€+caut. 120€, du 5 au 20/7: 1200€+caut. 120€. 056-55.65.92 en cas d'absence: 0033-320.25.07.81. (V50426)

Coxyde, à l. sem., qz., mois, appart. rez. conf., b. équip., prox. dique, park. priv., 2 ch., 4p., cour, idéal pers. âgées, sans animaux, doc. pr. mail/dem. 071-36.86.25 - 0476-54.95.33. (V50428)

La Panne centre, appart. face mer avec terr. et gar., 2ch., 2 sdb, d'eau, hyp. équip., l-v, tr. lum., vélos, du vend. au vend., pas d'anim. 0494-81.21.47 ou 067-33.10.14. (V50430)

La Panne, près mer, studio 4p., tv, dvd, park., w-e, sem., qz., mois, aut. pér., tt. conf., calme, tcps. 081-74.48.45. (V50435)

Westende-dique, appart. rén., 5p., 6e ét., asc., liv. (divilit), tv, wifi, sup. vue mer, lch. (3L), sdb, cuis., wc., gar., pas d'animaux. 0477-57.13.63. (V50437)

Lacs de l'Eau d'Heure, gîte nf., 5-6p. ds env. agricole, prox. immédiate des plans d'eau en dehors de tte. concentr. touristique, promo 20%. www.closdeshaies.be - 0495-209563 ap 17h et mer (V50443)

Jusqu'à septembre, à l. middelkerke, magn. chalet tt. renouvelé, 2ch., cuis., liv., sdb, tt. parquet, gde pelouse, terr. sem., qz., mois, pas d'anim. 0475-29.97.05. (V50159)

Middelkerke dique, face mer, 100m casino, empl. centre, pr. maq., 4e ét., 2ch., sdb, tt.conf., pas tapis, pas animal, asc., 450€ sem., juill/août, max 6p. 0495-20.60.85 - pc082876@scarlet.be (V50391)

La Panne, vue impr. face mer, prox. Rés. Westhoek, appt. 6e. ét., 67m2, 2-6p., lch.(lit 2p), liv.(2 div-lits), cuis., sdb, gar., 2 terr. (lb face mer/dunes, 1 côté soleil). 0486-87.88.64. (V50380)

Middelkerke, studio mod., 4p., tt.conf., coin couchage, 50m dique et proche ts. comm., 250€/sem. ttc., n-fum. et pas d'animaux. http://passionraid.be/studio.pdf - 067-33.29.58 le soir (V50454)

Coxyde, bel appt. vue direct/mer, sans vis-à-vis, 2ch., cuis.ég., lumineux, spacieux, tv, micro-ondes, prix int. sem. qz.-mois. 02-653.18.86 - 0477-17.36.72. (V50387)

Oostduinkerke, petite mais. au calme, 2ch., lssd, 300m mer, sem., qz., mois. 0476-58.22.69. (V50451)

La Panne, appart. sur dique, 2e ét., 2ch., 6/8p., rénov., lumineux, très spacieux, déco sympa, tt.conf., près du centre, poss. garage. 0479-32.75.55. (V50038)

Ardennes/Semois, séjour à petit prix, ch. d'hôtes 80 EUR, 2p., 2 nuits, avec déj. ou loue gîte 2 à 8p. 061-41.40.17 - 0472-54.90.36 - attergalaura@gmail.com (V49566)

Westende dique, appart. 3ch., 7p., conf., spac., sup. vue, w-e, sem., mois, poss. garage. 069-54.77.89 - 0470-65.42.90. (V49792)

Longfaye calme hameau Htes Fagnes, nb. prom., vélo, vtt, ski, anc. ferme, gîtes ruraux 3 épis, clairs spac. l2 ou 3ch. 080-33.97.19 - henri.fagnoule@skynet.be - http://logerskynetblogs.be (V49839)

Ardennes Semois (Alle), gîte en pierres, au rez d. ch., jard., terr., tt. conf., 2 pers. + 2 enfnts. 061-50.13.72. (V49716)

Lacs de l'Eau-d'Heure, gîte de rêve, 3 épis, jusq. 9p., proche des lacs, jard., park., prom. balisées, équitation et pétanque/place, Internet. www.gitelelilleul.be - 0477-79.67.71. (V50385)

St-Idesbald, appart. mod., lch., vue sur mer, 4p. max., balcon, soleil, sem., quinz., pas d'animaux, photos. 0476-49.86.11 - 02-384.11.00. (V50115)

Westende-bad, luxueux appt. 2ch., 4-5p., situé à prox. centre et mer, end. calme, belle vue, 2 balcons sud, grd. conf., w-e, sem. ou quinz. 0479-53.55.67. (V49857)

Coxyde, grd.rez, 8p., 3ch., 50m dig., hyp.ég., prox.cent., we: 140€, été: 650€/s. chg. comp., juin/sept: 300€, Touss: 450€, aut.pér: 250€/s, aussi villa 14p. 0479-49.86.11. (V49717)

Malmédy, gîte 12p., 5ch., vue superb., calme, grd. jard., idéal pr. famille ou amis, balades, vtt, w-e ou sem., 720€/s. juill.-août), phot et descr./dem. 0498-10.78.35 - www.gite-marylou.be (V50356)

Bray-Dunes, 5km La Panne, mais. bel-ét., gar., pt.jard., grd.terr., cuis.supeq., 2ch av.balc., 2douc, 3wc, liv.pl.sud, tv, sem-qz-mois, sam au sam apd 250€. 071-214099 ap 18h - 0484-436639. (V49923)

Middelkerke, appt., face mer, 4p., lch., grd liv., cuis.ég., tt.c., terr., 4e ét., facil. pk., apd: 20/6 au 27/6, du 8 au 29/8, apd: 3/10, Toussaint, sem. ou qz. 060-212279 - 0473-424827. (V50313)

La Panne, appt. tt. conf., vue lat. sur mer, 20m plage, prox. commerces, lch., 1 div. lit, 4p., 4e ét., prix sem. quinz. 067-339028 - 0473-557114. (V49954)

Ard. prox. La Roche, chambres d'hôtes et gîtes 2-10-20p., endr. calme. 084-34.44.31 - www.gitesdavid.be (V50109)

Coxyde, appart. 4-6p., près de mer et vue sur dunes, jard., tt. conf., tv, park., sem., qz., mois, prix inter. 058-51.83.09. (V50389)

Ostende (Casino), appart. 2ch., gar., tv, dvd, à 20 mètres de la plage. 083-21.51.78 - 0479-43.69.37. (V50410)

Middelkerke, face mer, appart. max. 4p., lch., tt. conf., terr., animaux non-admis, sem. ou quinz. 0496-51.73.39. (V50407)

La Panne, appart. tt. conf., 4p., gde. terr. vue dique. 04-371.21.82 - 0474-82.72.46. (V50392)

St-Idesbald, appart. mod., gar., 2ch., vue/mer, 2 terr. (N.S.), du 26/07 au 16/08. 0474-28.94.72 - 067-21.91.79. (V50395)

Knokke, Duinbergen, appart. lch., mais poss. 6p., accès pmr pisc. gratuite, animal ok., infos: www.laguna-851-0495-27.01.01. (V50441)

La Panne, appart. tt.conf. 6-7p., vue lat. mer, 30m plage, prox. commerces, gar. et vélos à disposition. 0478-45.70.76. (V50465)

Westende-bains, à l. studio sup. conf., à pers. soigneuses, sup. vue mer, 7e ét., asc., grde. terr., spacieux, lumineux, mignon, prox. mag., prix attractif. 04-379.40.67 - 0498-78.66.15. (V50462)

Middelkerke, spac. lux. studio, 4p., dique, sup. vue mer/dunes, tt.conf., cuis. sup. eq., 6e ét., asc., tv, libre ttes. pér. 02-354.27.06 - 0477-32.77.09. (V50460)

La Roche/Ardenne, mais. ent. restaurée, 2/3ch., calme, ttes. commodités, bord et vue Ourthe, tt. cf. we., sem., qz., accès commerces, phot. 0497-94.72.18 - nathalie.fisson@skynet.be (V50457)

Westende dique, appart. rénov., 5p., asc., liv. (div.lit), sup. vue mer, tv - digicorder, lch (3L), sdb, cuis., wc, gar., pas d'animaux. 0477-57.13.63. (V50456)

Hte. ardennes, env. Spa-Theux, www.lechaumont.be, relais en bois ds. les bois, nature, calme, espace paradis des enfnts (jeux), prom., idéal famille et pr vacances saines. 0476-41.69.02. (V50463)

Coxyde, appt., 5p., 2ch., sdb., wc, cuis. liv., hall, 30m dique, côté soleil, tt. conf., tv, dvd. 04-370.15.63 - 0473-69.94.34. (V50433)

Rochehaut/Semois, jolie et confortable pet. maison, 2ch., terr., jard., centre du village, 300€/s. 010-41.04.53 - 0478-46.66.00. (V50438)

Villégiature (France)

Vosges-Alsace, 1130m, sud, appart. *** fam., 100m2, 8-10p, ttb.ég., 3ch., 2sdb., l-v., gar., jard., 400km Namur, GR bikers, pass. du tour le 13/7 - lac.blanc@hotmail.com - 0477-308728. (V50413)

Provence, entre Verdun et St-Tropez, villas privées et gîtes avec pisc., prix dernière minute, jusqu'à 50%/juill., sur périodes restantes. 0033-682.40.88.78 - www.limodere.com/varcamdobb.php (V50390)

Vendée, maison camp, tt. conf., 6p., prox. mer, lac et grands axes, gd. jard., terr., jeux enfnts, vélos. 019-69.75.81. (V50094)

C. d'Azur, Villefranche-sur-mer, appt. 2-3p., pl. sud, impeccable., ds. résid. calme, vue mer, prox. commerces, plages, trans. en commun, air cl., libre tte. l'année, phot. disp. 0477-62.74.43. (V50352)

Wissant, Côte d'Opale, Pas de Calais, appt. conf., 4/5p., calme, 30m. plage, park. priv., pelouse sud, prix int. 087-54.23.36. (V50429)

S-O. super. gîte fam. de caract., 14p., env. Bergerac, disp. 14/7 au 31/8, 4ch., 1.000€/s., f.o., cuis.ég., 2sdb, pisc. 6x4m, pl. nature, photos/http://garreau.skynetblogs.be - 0478-468500. (V50409)

Nîmes-Montpellier, entre mer et Cévennes, mais. vigneronne de caract., 6-8p, 4ch, 2sdb, jard, terr, gar, wvi, équipem, linge compr., nbse activ., prix attractif, phot. et cond. 0478-904989 (V50322)

Côte d'Opale, Wissant, à l. 50m plage, appart. 4p., séj. 2 clic-clac, tv, cuis. équip., lch., sdb., wc. sèp., terr. clôt., tt. conf. 0495-32.28.95 - mzimmer@portima.be (V50279)

Vendres plage, dom. Les Mûriers, 7-14/6: 273€, 28/6-5/7: 917€, 5-12/7: 945€, 2-9/8: 1.050€, splend. bungalow ultra eq. 48m2, 6p., 2ch et sdb, pkg priv, bord plage, gdes, pisc. 0495-61.86.68. (V50360)

Savoie-Montalbert, appt. 4p., tt.conf., tv, mezz., balcon, vue Mt. Blanc, ds. vérit. vill. Savoyard, animé, pisc. à 100m, prom. ds parc Vanoise, 250€/s. 04-250.23.71 - 0496-47.26.54. (V50423)

Cavalaire, Golfe de St-Tropez, C. d'Azur, appt. rez. de villa, ent. rénov., tt.conf., l-v. et l-l, sup. vue/mer, 50m plage, gde. terr., park., jard. 17a. 082-61.45.75 - 0474-86.67.72. (V50403)

Williers, ardennes, 2 studios: 2p. / 2p. et 2 enfnts. moins de 12a., prox. forêt, 8km de l'Abbaye d'Orval, 3km Semois, 250€/s., 130€/w-e., 50€/j. 0033-324.52.60.99. (V50249)

Var, Carqueiranne, bd mer, plaquettes, pétanq. à 50m appart. 60m2, 2ch, 6p, rdj, terr.pl.sud, ds résid. arb., calme, plages, port, comm., tte. l'année. kathy.fleta@gmail.com - 0498-93.23.54. (V50358)

Bretagne, Côtes d'Armor, belle mais. en pierre, 4p., 2ch., grd. conf., jard., calme, proche plages et sites, apd: 300€/sem. selon pér. 0475-60.67.81. (V50417)

A saisir, Lacanau-Océan, maison super cft., 5p., rés. avec pisc., spl. plage, forêt, lac, sport, vélo. 081-43.37.78 - www.lacvacaca.be clic Aquitaine puis n° 33, jard. pinède. (V50439)

Dordogne, promo du 1 au 26/07, du 16 au 31/08, moulin à l., 6/10p., tt.c., 4ch., 2 sdb, jard., terr., ruis., bbq, ping, pisc., proche lac... rens./dem. 02-384.72.09 - 0498-42.98.41. (V50333)

Ht. Vosges, La

Offres d'emploi

LA MUTUALITÉ CHRÉTIENNE DE HAINAUT PICARDIE CONSTITUE UNE RÉSERVE DE RECRUTEMENT POUR (H/F):

> des conseillers mutualistes région Mouscron-Comines - temps plein.

Fonction : assurer un suivi professionnel et précis des demandes d'intervention émanant des membres - informer, conseiller et proposer des solutions proactives afin de garantir un service performant et de qualité - assurer la promotion des produits/services de la MC et contribuer à la recherche de nouveaux membres.

Profil : bachelier - habiter la région et être impliqué dans la vie associative locale - disposer d'une voiture pour déplacements - la connaissance de la législation sociale et Inami est un atout.

Plus de détails sur www.mcjobs.be

Envoyez votre candidature dûment motivée avec CV détaillé pour le 30 juin au plus tard à Jean-Luc Vanneste, Directeur adjoint, 44 rue Saint Brice - 7500 Tournai ou à MCHPemploi@mc.be

L'ASBL "MAISON MARIE IMMACULÉE" ENGAGE (H/F):

> des aides-soignantes

pour ses sites de Neufvilles, Soignies et Saint-Ghislain (MR-MRS)

Envoyez votre candidature par Internet: www.asbl-mmil.be/emploi

LA CLINIQUE ET MATERNITÉ SAINTE-ELISABETH À NAMUR ENGAGE (H/F):

> un assistant social - service de gériatrie

CDD de 6 mois avec possibilité de reconduction - 19h/sem. - entrée en septembre.

> une sage-femme en chef pour le bloc accouchement - CDD d'un an renouvelable en CDI.

> un infirmier en consultations cardiologie

contrat de remplacement - 30h/sem.

> un infirmier en consultations de traumatologie "plâtrier"

contrat de remplacement dans un premier temps - 19h/sem.

Plus de détails sur www.cmsenamur.be

Envoyez votre candidature manuscrite avec CV à Mr B. Libert, Directeur général, Clinique et Maternité Sainte-Elisabeth, 15 pl. Louise Godin - 5000 Namur.

LE CENTRE SCOLAIRE SAINT-MICHEL ASBL À BRUXELLES ENGAGE (H/F):

> un directeur - école primaire

emploi vacant.

> un assistant de direction - secrétaire

pour la période du 18 août au 24 octobre - congé de maternité - prolongation probable de 2 mois.

Renseignements: 02/739.34.16.

Envoyer votre candidature avec CV à direction@colmi.be

Offres de service

L'ASBL WEP/WINDROSE À BRUXELLES RECHERCHE:

> des familles d'accueil

pour de jeunes élèves arrivant du monde entier, à partir de fin août, pour un semestre ou une année afin de découvrir notre pays, notre culture, notre système scolaire et apprendre notre langue.

Renseignements: 02/534.53.50 ou adrien@wep.org

TÉLÉ-ACCUEIL BRUXELLES RECHERCHE (H/F):

> des bénévoles

pour écouter par téléphone et par "Chat" des personnes en difficulté sur le plan moral, social ou psychologique et qui souhaitent en parler dans l'anonymat et la confidentialité.

Une formation à l'écoute et un encadrement professionnel sont assurés. Prochaine formation en septembre.

Renseignements: 02/538.49.21.

Mutas

Grâce à votre assurance complémentaire, si vous êtes malade ou victime d'un accident lors de vacances à l'étranger, vous pouvez compter sur Mutas, l'assistance voyage de la MC. Cette assistance mondiale vous assure l'encadrement nécessaire et couvre vos frais d'aide médicale urgente.

Des vacances sans souci à l'étranger

Quels documents emporter avec vous?

Emportez toujours votre World assistance card (WAC) comme aide-mémoire si vous devez contacter la centrale d'alarme Mutas depuis votre lieu de villégiature pour un problème de santé ou de rapatriement. Le numéro d'appel unique à former, 24h sur 24 et 7 jours sur 7, est le +32 2/272.09.00.

Dans certains pays, vous pouvez être remboursés sur place de vos frais médicaux ambulatoires. Emportez alors les documents suivants :

- Pour tous les pays de l'Union européenne (1), la Suisse, la Norvège, l'Islande, le Lichtenstein, la Macédoine et l'Australie : la Ceam (Carte européenne d'assurance maladie) et ce, même s'il s'agit d'un voyage scolaire ou de groupe. Au verso de cette carte, vous retrouverez le numéro de téléphone de Mutas. Attention : la Ceam a une durée de validité limitée.



- Pour les pays ayant signé une convention avec la Belgique (Algérie, Maroc, Tunisie, Turquie, Bosnie-Herzégovine, Monténégro, Kosovo et Serbie) : un autre formulaire spécifique à chaque pays. Pour obtenir le visa qui vous permettra de voyager en Russie ou à Cuba, vous devrez présenter une attestation confirmant le droit à la couverture Mutas.

Tous ces documents de voyage doivent être demandés, avant votre départ, auprès de votre conseiller mutualiste, au numéro gratuit 0800/10 9 8 7 ou sur le site www.mc.be (rubrique "Commander des documents").

Vous êtes travailleur frontalier ou pensionné étranger et vous habitez en Belgique?

Dans certaines situations très spécifiques (travailleurs frontaliers et leurs personnes à charge, pensionnés étrangers habitant en Belgique...), la Belgique n'est pas compétente pour délivrer la carte Ceam. Ces personnes doivent alors contacter leur pays compétent afin d'obtenir les documents nécessaires. Mutas ne pourra pas intervenir directement pour ces dossiers mais interviendra par après sur présentation d'une preuve d'intervention du pays compétent.

(1) Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, Chypre, Croatie, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Irlande, Italie, Lettonie, Lituanie, Luxembourg, Malte, Pays-Bas, Pologne, Portugal, République tchèque, Roumanie, Royaume-Uni, Slovaquie, Slovénie, Suède.

Quelles conditions d'interventions?

L'assistance voyage de la MC s'applique uniquement aux séjours récréatifs à l'étranger, pour une durée maximum de trois mois à partir du premier jour des soins. L'aide médicale urgente est exclusivement réservée aux dommages physiques urgents. Elle ne couvre pas la perte ou le vol de bagages, le dépannage de la voiture...

Une intervention dans les frais médicaux ambulatoires, d'hospitalisation et de rapatriement est valable pour les sinistres de 200 euros ou plus, peu importe le pays où vous séjournez. Ils sont pris en charge par la MC, déduction faite, par dossier, d'une franchise de maximum 60 euros (25 euros pour les personnes bénéficiaires de l'intervention majorée ou du statut Omnio). Pour certains pays (1), si le montant total des soins médicaux est inférieur à 200 euros, vous pouvez bénéficier éventuellement d'une intervention de l'assurance obligatoire, de 75%.

Vous souhaitez plus d'informations sur les conditions d'intervention de Mutas ? Vous pouvez télécharger les statuts sur www.mc.be ou demander à votre conseiller mutualiste de vous les imprimer.

(1) Pays de l'UE, Suisse, Norvège, Islande, Lichtenstein, Algérie, Bosnie-Herzégovine, Kosovo, Macédoine, Monténégro, Serbie, Turquie et Maroc.



Que faire en cas de maladie ou d'accident lors de votre séjour?

- Les frais médicaux ambulatoires (consultations, médicaments...) sont à payer sur place. Ramenez en Belgique les originaux des preuves de paiement et présentez-les à votre conseiller mutualiste (1). Si les montants que vous devez payer sur votre lieu de vacances sont trop élevés (notamment en polyclinique), contactez Mutas qui, comme pour l'hospitalisation, enverra les formulaires adéquats ou les garanties de prise en charge.

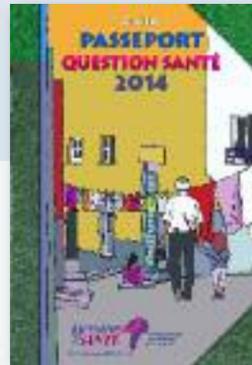
- En cas d'admission dans un hôpital, présentez toujours le document officiel au prestataire de soins (Ceam...) et contactez la centrale d'alarme impérativement dans les 48 heures.

- Un rapatriement en Belgique sera organisé si l'équipe médicale de Mutas l'estime nécessaire.

(1) Pour la Tunisie, nous vous conseillons de vous faire rembourser sur place.

Un passeport bien utile

Quelques semaines avant les congés d'été, la 23^e édition du *Passeport Question santé* sort de presse. Édité par l'ASBL Question santé, cette publication fournit les informations essentielles pour préserver la santé du voyageur lors de son séjour à l'étranger.



Le *Passeport Question santé* précise les gestes à poser avant le départ, comme la prévention de certaines maladies infectieuses par la vaccination, la préparation de la pharmacie de voyage... Aussi, il contient des informations pratiques pour prévenir ou faire face à des problèmes de santé durant le voyage.

Les informations que contiennent le *Passeport santé* sont données à titre indicatif. Il va de soi qu'une consultation médicale est généralement nécessaire car le conseil au voyageur doit être individualisé. En effet, dans un même pays, les précautions peuvent s'appliquer uniquement à certains voyageurs, à certaines régions, à une saison particulière...

Les conseils santé figurant dans les pages du *Passeport* sont établis selon les données de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et du Groupe belge d'étude scientifique de la médecine du voyage (qui collabore avec l'Institut de médecine tropicale et la Société scientifique de médecine générale). Toutefois, veillez à confirmer ces recommandations auprès de votre médecin généraliste au moins un mois avant le départ pour les adapter à votre cas particulier.

>> Plus d'infos sur le *Passeport Question santé 2014*: 02/512.41.74 • www.passeportsante.be



© AM Jambou

Promouvoir la santé, aussi un choix politique

Après les élections vient le temps des négociations, des coalitions et puis de l'élaboration d'un programme politique fait de choix et de décisions. Le contexte budgétaire laisse peu de marge. Rigueur et économies sont au centre des discussions des futurs gouvernements. Les choix politiques influenceront notre santé. Comment ?

Les chiffres et les perspectives donnent le tournis : réduire le déficit des finances publiques de 12, 15 voire 17 milliards d'euros (c'est l'inconnue) et, parallèlement, faire face aux coûts liés au vieillissement de la population. Pendant ce temps-là les chiffres du tabagisme, de l'alcoolisme, de l'obésité, et de la consommation d'antidépresseurs – mais aussi du chômage – s'aggravent. Pourvu que nos diables continuent de gagner ! On a l'impression qu'on va encore connaître quelques années de 'vaches maigres'. Qualité de vie et de santé risquent d'en pâtir. Pourtant, malgré la crise, malgré ce contexte budgétaire difficile, la régression n'est pas inéluctable. Restons positifs. Nous pouvons prendre des décisions politiques qui améliorent la santé.

Prévenir, changer nos habitudes

Tabagisme, alcoolisme, drogues, habitudes alimentaires entraînent des maladies. Avec la solitude et le manque d'emploi, elles aggravent le mal-être. Malheureusement, ces phénomènes particuliers à notre société "moderne" ont des conséquences nuisibles pour la santé. Ainsi le nombre de fumeurs a augmenté sensiblement en 2013. Bien sûr, il faut investir dans des services professionnels qui accompagnent les fumeurs qui veulent arrêter. Bien sûr, il faut sensibiliser les plus jeunes aux effets néfastes de la cigarette et aux mécanismes d'influence sous-jacents. Mais l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et la coalition nationale contre le tabac sont d'accord : il faut augmenter la taxation des produits du tabac. C'est une des manières de dissuader de commencer à fumer. D'autres pays ont pris cette décision. La réduction de la consommation y a été drastique. Pour rappel : des 2,7 millions de fumeurs en Belgique, près de la moitié mourra d'un cancer.

Le surpoids et l'obésité entraînent des maladies cardiovasculaires, le diabète, l'arthrose... Bref, c'est devenu un problème majeur de santé publique. Ici aussi, des décisions politiques peuvent améliorer la santé : réduire la teneur en sucre dans les aliments, encourager les petits déjeuners sains dans les écoles, réglementer la publicité, aménager le territoire pour favoriser la mobilité douce (marche, vélo) et l'exercice physique...

Les inégalités sociales sont la principale explication aux inégalités de santé. Certains choix politiques peuvent renforcer la cohésion sociale ou, au contraire, accroître les inégalités socio-économiques. Les choix en termes de réforme fiscale ne sont pas neutres pour la santé.

Quelle politique de prévention ?

A partir du 1^{er} juillet, les Communautés et Régions seront règlementairement compétentes pour 16% du budget de l'assurance soins de santé, soit près de 5 milliards d'euros. Elles seront responsables financièrement à partir du 1^{er} janvier 2015. Parmi les compétences transférées de l'Inami vers les Communautés et Régions se trouvent certaines politiques de prévention : vaccina-

tion, sevrage du tabac, Fonds de lutte contre les assuétudes, dépistage des cancers du sein, colorectal, du col de l'utérus... La 1^{re} ligne de soins compte parmi les acteurs essentiels des politiques de prévention de la santé, aux côtés des associations, des écoles... Le mode de gouvernance de ces compétences sera déterminant en termes de coordination et de participation active des médecins et paramédicaux. Le modèle de gestion paritaire, qui implique les prestataires et les mutualités tout en consultant les acteurs associatifs de la promotion de la santé, responsabilise et motive. Il a été à la base de notre système de soins fédéral, un des plus appréciés au monde. Le choix du mode de gouvernance dans les Communautés est un choix politique. Nous plaçons pour que dans le futur Organisme d'intérêt public (OIP) wallon et bruxellois en charge de la santé, il soit créé une direction spécifique pour la promotion et la prévention santé regroupant toutes les compétences.

Qui payera les économies ?

Les programmes électoraux de plusieurs partis, surtout du côté flamand, contenaient des propositions de réductions assez conséquentes du budget des soins de santé. Cependant, aucun programme ne précisait d'une manière chiffrée les mesures concrètes d'économies, sujet trop sensible avant les élections. Pourtant, seules des mesures linéaires permettraient d'atteindre rapidement les économies annoncées. Ce qui sous-entend, par exemple, de diminuer de 10% certains remboursements de soins ou médicaments et de faire payer la différence au patient.

Autre exemple : une diminution du budget des hôpitaux entraînerait soit une augmentation des suppléments à charge du patient, soit une réduction du personnel et donc de la qualité des soins. Ce sera là un des enjeux essentiels des mesures d'économie dans les soins de santé. Comme 80% du budget des soins sert à payer le personnel médical et soignant, toute diminution du budget pèsera presque inévitablement sur l'emploi. Si les économies sont reportées sur les patients, l'accès aux soins sera plus réduit, sauf pour ceux qui savent financer des assurances facultatives ou qui bénéficient d'une couverture d'entreprise. Bien sûr, il faudra contenir la croissance du budget des soins de santé. Mais nous plaçons pour des mesures structurelles portant sur l'offre et les consommations de soins, et pour un investissement conséquent dans des politiques de prévention et de promotion de la santé. Taxer ou d'interdire, oui. Mais aussi promouvoir et sensibiliser.

Quelle taxation du tabac ? Quelle publicité autorisée ? Quel aménagement du territoire ? Quelle réforme fiscale ? Quelle gouvernance des compétences transférées aux Communautés ? Nous plaçons pour des choix politiques qui améliorent la santé pour tous.

ça se passe

// Formations en informatique

En collaboration avec le CHU de Mont-Godinne, Solival organise le "Cyberterrasse" : des formations en informatique accessibles aux personnes présentant un handicap physique ou mental léger, ainsi qu'aux seniors. Ces formations proposent une aide personnalisée en informatique et aident à découvrir les possibilités qu'offre un ordinateur. Gratuit
Lieu : 1 av. docteur Gaston Thérèse à 5530 Yvoir
Infos : 070/22.12.20 • www.cyberterrasse.be

// Hirondelles et martinets

Du samedi 21 au dimanche 29 juin, Aves (le pôle ornithologique de Natagora) appelle tous les volontaires à participer au recensement des hirondelles et des martinets à Bruxelles et en Wallonie.
Infos : www.natagora.be/hirondelles

// La santé en vacances

Le jeudi 26 juin de 12h à 14h, l'Espace santé de Charleroi accueille une conférence sur le thème : "Futé au soleil : trucs et astuces pour partir en vacances". Gratuit
Lieu : 1 boulevard Drion à 6000 Charleroi
Infos : 071/86 70 03 • www.charleroi.be

// Egalité : réelle ou virtuelle ?

Le vendredi 27 juin de 10h à 12h30, l'ASBL Douche flux organise une projection débat du film "Le cousteau dans l'eau" de Roman Polanski. Gratuit
Lieu : Anker, 25 rue Marcq à 1000 Bruxelles
Infos : 02/539.30.24 • www.doucheflux.be

// La marche dans l'espace public

Le vendredi 27 juin de 9h à 16h45 se tiendra une journée sur le thème de "La marche dans l'espace public". Plusieurs intervenants belges et étrangers présenteront la marche d'un point de vue culturel (inscription obligatoire). Gratuit
Lieu : CIVA, 55 rue de l'Ermitage à 1050 Ixelles
Infos : 02/645.56.43 • www.pyblik.be

// Économie sociale : concours

Le Prix de l'économie sociale octroie une bourse à trois entreprises de l'économie sociale en Wallonie et à Bruxelles. Les vainqueurs reçoivent chacun 8.000 euros. Un don de 1.000 euros récompense également une publication dans le domaine de l'économie sociale. Les candidatures peuvent être rentrées jusqu'au samedi 28 juin.
Infos : 04/227.58.89 • www.prixdeleconomiesociale.be

// Marcher et prier

Le dimanche 29 juin de 9h30 à 17h30, le centre spirituel Notre dame de la justice convie à une journée de marche et de ressourcement en forêt de Soignes (inscription nécessaire). Prix : 8 EUR
Lieu : 9 av. Pré-au-bois à 1640 Rhode-Saint-Genève
Infos : 02/358.24.60 • www.ndjrhode.be

// Habitat groupé

Le dimanche 29 juin de 10h à 17h se tiendra la cinquième édition du salon de l'habitat groupé. Au programme : exposition sur l'habitat groupé et rencontre avec différents professionnels du secteur. Prix : 5 EUR
Lieu : ferme du Biéreau, av. du Jardin bot. à 1348 LLN
Infos : 010/45.06.04 • www.habitat-groupe.be

// S'affirmer sans agressivité

Les samedi 5 et dimanche 6 juillet de 9h30 à 16h30, l'ASBL École des parents et des éducateurs organise la formation : "Assertivité : s'affirmer sans agressivité". Prix : 134 EUR
Lieu : 62 av. de Fré à 1180 Uccle
Infos : 02/733.95.50 • www.ecoledesparents.be

// Rencontres Financité

Les samedi 5 et dimanche 6 juillet, Financité convie à deux jours de réflexion et d'activités ludiques autour de l'épargne. L'inscription complète comprend le logement et 4 repas. Prix : 35 EUR
Lieu : 50 rue du Moulin à 4261 Latinne
Infos : 02/340.08.60 • www.financite.be

// Équitation adaptée

Le dimanche 6 juillet à partir de 8h, l'ASBL Le centaure ouvre ses portes aux curieux. Au programme : démonstration des activités de l'association, dont l'équitation adaptée aux enfants et aux personnes handicapées, et l'hippothérapie. Gratuit
Lieu : 6B chemin de Wisbeck à 7940 Brugelette
Infos : 0496/18.54.78

// Théâtre

Du mercredi 23 juillet au samedi 9 août à 20h, le domaine provincial d'Hélicine accueille la compagnie La maison éphémère pour le repas-spectacle "Moi je rumine des pensées sauvages". La pièce évoque avec humour l'avenir périlleux de l'agriculture dans notre société.
Lieu : Domaine provincial à 1357 Hélicine
Infos : 010/61.60.15 • www.ccbw.be

// Stage : carnet de voyage

Du lundi 28 juillet au vendredi 1^{er} août, l'association Philocité propose aux 6-8 ans de réaliser leur propre carnet de voyage, relatant leurs balades et découvertes du quartier Pierreuse. Prix : 55 EUR
Lieu : Barricade, 21 rue Pierreuse à 4000 Liège
Infos : 0495/23.44.10 • www.philocite.eu

// Chantier participatif

Du lundi 28 juillet au vendredi 8 août, l'asbl C-paje organise un chantier participatif mêlant des professionnels de l'éco-construction et des jeunes d'horizons divers. Objectif : réaménager une remise avec des techniques d'éco-construction. Les inscriptions sont ouvertes à tous (priorité aux moins de 30 ans). Gratuit
Lieu : 29 rue Henri Maus à 4000 Liège
Infos : 04/223.58.71 • www.c-paje.net

// Université d'été

Le vendredi 22 août, le Secrétariat général de l'enseignement catholique en communautés française et germanophone de Belgique organise sa 10^e université d'été sur le thème : "Entre cercle familial et cadre scolaire - Voyage au cœur des relations familles-école". Prix : 20 EUR
Lieu : Aula Magna, 1 pl. Raymond Lemaire à 1348 LLN
Infos : 02/256.70.72 • http://enseignement.catholique.be

// Stage de découverte

Du lundi 25 au vendredi 29 août de 9h à 16h, l'Écomusée du pays des collines organise un stage pour les enfants de 7 à 10 ans. Des ateliers pour découvrir l'agriculture et la vie d'autrefois. Prix : 75 EUR
Lieu : Plada 6 à 7890 La Hamaide
Infos : 068/64.51.55 • www.ellezelles.com/ecomusee

// Mixité sociale à l'école

Le jeudi 21 août à 20h se tiendra, dans le cadre des 43^e Rencontres pédagogiques d'été, un débat sur le thème : "La mixité sociale à l'école, un projet impossible ?" Gratuit
Lieu : La Marlagne, 26 ch. des Marronniers 5100 à Wépion
Infos : 02/218.34.50 • www.changement-egalite.be

// Pèlerinage à Lourdes

Du lundi 25 au vendredi 29 août, Altéo (mouvement social de personnes malades, valides et handicapées) organise un pèlerinage vers Lourdes et la grotte de Massabielle. Les voyageurs logeront dans des hôtels*** à proximité des lieux sacrés, dans des chambres adaptées aux personnes à mobilité réduite. Chaque hôtel dispose d'une équipe médicale et d'un médecin disponible 24h/24.
Prix : 650 EUR (membres MC), supp. single 120 EUR
Infos : 02/246.47.87 • www.alteosabl.be

// Métiers du tourisme

Le mardi 26 août de 10h à 13h se tiendra la séance d'information obligatoire préparant la formation aux métiers d'accueil et d'animation de projets touristiques, organisée par l'ASBL Centre européen du travail. La formation d'un an est gratuite (contrat Forem).
Lieu : 17 place l'Illon à 5000 Namur
Infos : 081/83.05.1 • www.illon.be