



Reprendre le travail après une dépression

PAGE 5

ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



Aînés

Bien profiter de sa pension

On vit sa retraite comme on a vécu sa vie professionnelle. C'est l'un des enseignements d'une large enquête menée par Énéo auprès des retraités.

PAGE 6



Déficiences visuelles

Soif d'apprendre, comme les autres

Certains élèves ont besoin de petits aménagements et d'accompagnement pour poursuivre une scolarité ordinaire. C'est le cas des enfants aveugles et malvoyants. Reportage dans une classe à Bruxelles.

PAGE 7

Saint-Nicolas

Des livres pour enfants sages

Auteurs et illustrateurs jeunesse débordent de talent pour passionner les petits.

PAGE 9

Actualité

Black-out : garder raison

La psychose d'une panne électrique généralisée crée l'opportunité de revoir notre consommation. Éclairage.

PAGE 3

// Vietnam et dioxine

Durant le mois de novembre, est projeté au cinéma Flagey le film documentaire *Lien de MIE Linh* ou *guerres et crimes de guerre*, de Jean-Marc Turine. Il évoque les ravages encore actuels de l'agent orange (dioxine) épandu sur le pays par les troupes US au moment de la guerre du Vietnam. Prix : entre 5,50 et 7 EUR

Lieu : Place Flagey 18 à 1050 Bruxelles
Infos : 02/641.10.20 • www.flagey.be

// Naissance et mort

De novembre 2014 à mars 2015, le Centre culturel d'Ottignies-LLN, en partenariat avec l'ASBL CEFA et la Maison du développement durable, propose des activités autour de la naissance et de la mort. Théâtre, conférences, ateliers, ciné-débats et café-mortel sont au programme de "Se naître au monde".

Lieu : Ottignies, Louvain-la-Neuve et environs
Infos : 010/28.04.01 • www.poleculturel.be

// Couples, parentalités

Le jeudi 13 novembre de 19 à 21h, l'ASBL FRAJE reçoit le sociologue et écrivain Jean-Claude Kaufmann pour la conférence "Familles, couples et parentalités aujourd'hui : articulation entre l'individuel et le collectif".

Prix : 15 EUR
Lieu : BIP, place Royale 10-11 à 1000 Bruxelles
Infos : 02/800.86.10 • www.fraje.be

// Créations féminines

Du vendredi 14 novembre à 17h au dimanche 16 novembre à 17h, l'ASBL Artisanat-Rencontre, lieu de rencontre pour les femmes en situation d'isolement social, fête ses 30 ans. Exposition d'artisanat, bijoux, patchwork, créations textiles...

Lieu : rue Herkollers 35 à 1081 Bruxelles
Infos : 0476.33.20.64 • www.artisanatrecontre.be

// Épilepsie

Le mardi 18 novembre à 20h, la Ligue francophone belge contre l'Épilepsie organise une conférence sur le thème : "Épilepsie, handicaps et qualité de vie".

Gratuit
Lieu : place Émile Dupont à 4000 Liège
Infos : 02/344.32.63 • www.ligueepilepsie.be

// Café pluriconvictionnel

Le mardi 18 novembre à 19h30 aura lieu une rencontre sur le thème : "Y a-t-il une spiritualité sans Dieu ?"

Gratuit
Lieu : quai de la Haine 1 à 7140 Morlanwelz
Infos : 064/44.31.19 • www.cafetheo.canalblog.com

// Électricité

Le jeudi 20 novembre de 14 à 16h, le professeur émérite Jean-Marie Streydio (UCL) donnera une conférence sur "La production d'électricité en Belgique".

Prix : 5 EUR
Lieu : salle paroissiale, église St-Pie à 1340 Ottignies
Infos : 0470/07.34.75 • www.paroissesaintpiex.be

// Confiance en soi

Le jeudi 20 novembre de 19h30 à 22h, la Ligue des Familles de Braine-le-Comte organise un atelier parent sur le thème "La confiance en soi : un moteur de développement et d'épanouissement de l'enfant" (inscription nécessaire).

Prix : 5 EUR
Lieu : 41 Grand-Place à 7090 Braine-le-Comte
Infos : 0491/91.65.82 • www.laligue.be

// Mal-Bouffe ou Mal-Être ?

Le jeudi 20 novembre de 9h à 11h30, 13h à 15h30 ou 19h à 21h30, l'ASBL Centre EGO organise des rencontres-débat sur le thème : "Mal-Bouffe ou Mal-Être, quand le poids est lié à un trouble du comportement alimentaire" (réservation obligatoire).

Prix : 6 EUR
Lieu : rue Duquesnoy 53 à 7500 Tournai
Infos : 069/21.57.27

// Droits culturels

Le vendredi 21 novembre à partir de 9h, le Centre d'information et d'éducation populaire du MOC organise une journée d'étude sur les droits culturels : leurs définitions, leurs racines sociales ou encore leur mise en pratique sur le terrain. Sans oublier les revendications du MOC en la matière. Gratuit

Lieu : Institut Cardijn à 1348 Louvain-la-Neuve
Infos : 02/246.38.41 • <http://ciep.be>

// Livres belges

Du vendredi 21 au dimanche 23 novembre, le Centre culturel d'Uccle accueille la 12^e édition de la Foire du livre belge, sur le thème du pouvoir. Interviews, débats, dédicaces avec une soixantaine d'auteurs. Gratuit

Lieu : Centre culturel, rue Rouge 47 à 1180 Uccle

Infos : 02/374.04.95 • <http://ccu.be>

// Plantes sauvages

Le dimanche 23 novembre de 10 à 16h, Natagora organise une bourse aux plantes sauvages. Stands de vente et d'échanges, conseils pour l'aménagement d'un jardin naturel... Gratuit

Lieu : Mundo-b, rue d'Edimbourg 26 à 1050 Ixelles
Infos : 02/893.09.29 • www.natureaujardin.be

// Alzheimer

Le mardi 25 novembre de 18h30 à 20h, l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCL invite le professeur Van der Linden pour la conférence : "Penser autrement le vieillissement et la maladie d'Alzheimer".

Gratuit
Lieu : Socrate 11, pl. Cardinal Mercier 10 à 1348 LLN
Infos : 010/47.45.47 • www.uclouvain.be/ipsy

Le jeudi 4 décembre de 9h30 à 16h30, l'ASBL Le Bien Vieillir organise une formation grand public sur "Un autre regard sur la maladie d'Alzheimer".

Prix : 75 EUR
Lieu : rue Pépin 29 à 5000 Namur
Infos : 081/65.87.00 • www.lebienvieillir.be

// Alimentation

Le mercredi 26 novembre (Centre local de promotion de la santé à Wavre) et le jeudi 11 décembre (Cultures&Santé à Bruxelles), l'ASBL Cultures&Santé propose un atelier pour découvrir ses derniers outils d'animations autour de l'alimentation.

Infos : 02/558.88.10 • <http://cultures-sante.be>

// Autisme

Le mercredi 26 novembre de 15 à 17h, l'ASBL Participe ! qui œuvre à mieux faire comprendre l'autisme, invite à découvrir son site internet : présentation d'outils, expériences de parents, conseils, etc.

Gratuit
Lieu : rue du Melboom 14 à 1000 Bruxelles
Infos : info@participe-autisme.be
www.participe-autisme.be

// Trauma et paroles

Le mercredi 26 novembre de 12h à 14h, l'Observatoire de la Santé du Hainaut organise un midi santé littéraire. L'écrivain Caroline Lamarche lira plusieurs de ses textes, autour des thèmes tels que la mémoire traumatique et la libération par la parole (inscription nécessaire). Gratuit

Lieu : rue Paul Pastur 1 à 7100 La Louvière
Infos : 064/31.25.08 • <http://bibliotheques.hainaut.be>

// Culture et démocratie

Le vendredi 28 novembre de 10 à 18h30, l'ASBL Culture & Démocratie organise à l'occasion de ses 20 ans, une journée d'étude : "Culture et démocratie ? Questionner les évidences". Y sera interrogé le lien entre démocratie, arts et créations. Prix : 12 EUR

Lieu : Halles de Schaarbeek à 1030 Bruxelles
Infos : 02/502.12.15 • www.cultureetdemocratie.be

// Bégaiement et pleine conscience

Le samedi 6 décembre de 9h à 12h, l'Association Parole Bégaiement invite à une initiation "Apprivoiser le bégaiement par la pleine conscience". Prix : 25 EUR

Lieu : clos chapelle aux Champs 30 à 1200 Woluwé
Info : 0486/88.00.68 • www.begayer.be

Exposition

"J'avais 20 ans en 14"

Jamais une exposition d'une telle ampleur n'avait été consacrée, en Belgique, à la Première Guerre mondiale. Ouverte au public depuis le mois d'août, "J'avais 20 ans en 14" a déjà accueilli 80.000 personnes.

Le 11 novembre, fût-il, commémoré l'Armistice de la guerre 14-18. C'est le souvenir de ce jour de 1918 lors duquel généraux Alliés et Allemands signèrent un accord de cessez-le-feu. Ils ont mis ainsi un terme aux combats qui ont fait plus de huit millions de morts, d'invalides et de mutilés.

L'exposition "J'avais 20 ans en 14" invite à se souvenir de ces événements vécus de près de 100 ans. Elle retrace l'histoire à l'appui de documents grandeur-nature, de reconstitutions saisissantes, d'objets de collection rares, de projec-

tions Dans les parkings de la gare des Guillemins et au Musée de la Vie wallonne, ce sont pas moins de 5.000 mètres² qui sont consacrés à cette exposition exceptionnelle organisée par les mêmes concepteurs que "SOS Planet" et "Golden Sixties".

>> **Liège Expo 14-18** • jusqu'au 30 mai 2015 • Ouvert 7j/7 de 9h30 à 18h30 • 11 EUR – 10 EUR pour les seniors – 8 EUR pour les enfants, les étudiants et les groupes – gratuit jusqu'à 6 ans • Gare des Guillemins et Musée de la Vie wallonne • Infos : www.liegeexpo14-18.be