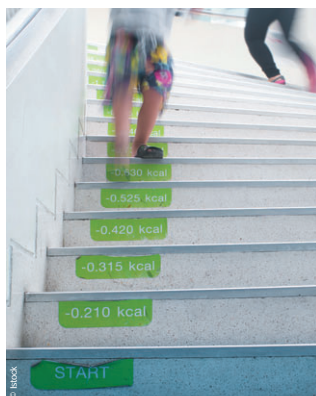


## Jeunes et tabac : peut mieux faire

PAGE 7



ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



### Société

#### Le nudging, un marketing qui vous veut du bien ?

Être influencé dans notre propre intérêt a de quoi surprendre. C'est pourtant la mission des nudges. Ces "coups de pouce" attirent l'intérêt et la critique.

PAGE 5



### Économie

#### La valeur ajoutée des biens communs

Ces communautés expérimentent de nouvelles façons d'envisager la propriété, considérant les ressources comme des biens à gérer et à préserver en bonne intelligence collective.

PAGE 6

### Conseils juridiques

#### Discrimination bancaire

Les banques doivent accorder un service de base à toute personne qui le demande. Mais pour certains clients précaires, ouvrir un compte s'apparente au parcours du combattant.

PAGE 2

### Littérature

#### Il était une fois, en 2024...

Dans son dernier roman, *L'école des soignantes*, Martin Winckler imagine un hôpital où la hiérarchie entre soignants est abolie et les soignés placés au cœur des décisions.

PAGE 9



















Près d'un million de Belges prennent soin quotidiennement d'un proche en perte d'autonomie. C'est indéniable, les aidants proches jouent un rôle essentiel. Pourtant, ils bénéficient de peu de reconnaissance et de droits spécifiques. La MC et ses partenaires demandent dès lors aux autorités publiques de prendre des mesures en ce sens. Plus de 30.000 personnes ont signé la pétition remise à la ministre fédérale de la Santé ce lundi 20 mai.

On ne s'en rend pas toujours compte mais, en Belgique, un nombre très élevé d'adultes mais aussi de jeunes sont des "aidants proches". Il s'agit de personnes un conjoint, un enfant, un parent, un ami, une connaissance, un voisin qui, par choix et/ou par la force des choses, consacrent quotidiennement plusieurs heures à un membre de la famille ou de l'entourage. Ces aidants proches apportent une aide informelle inestimable. Bien souvent, ce rôle, même s'il est gratifiant, les oblige à mettre entre parenthèses leur vie personnelle, professionnelle et sociale. Cette réalité est malheureusement trop souvent sous-estimée, voire inconnue. Mais sans tous ces aidants naturels, la société ne pourrait pas faire face aux besoins croissants de soins et d'accompagnement des personnes fragilisées par l'âge, le handicap ou la maladie chronique. Par ailleurs, l'énorme majorité des aidants proches a elle-même des besoins spécifiques. Ces besoins sont cependant peu pris en considération par les politiques développées en matière de soins de santé ou de santé au sens large.

#### Un besoin de reconnaissance

Il y a des années que les aidants proches attendent une reconnaissance à la mesure de leurs engagements et de leurs efforts. Certes, depuis 2014, ils "existent" officiellement dans une loi. Mais celle-ci est restée jusqu'ici une coquille vide, sans avancée sur le terrain. En avril dernier enfin une loi a été adoptée qui identifie de quelle manière chaque aidant peut se faire reconnaître comme tel. La référence antérieure à la "grande" dépendance a été supprimée, permettant ainsi à tous les aidants proches de faire l'objet d'une reconnaissance et ce, quel que soit le niveau de dépendance de la personne aidée. Cette reconnaissance se fera via les services sociaux des mutualités. L'entrée en vigueur de cette loi est prévue en octobre prochain.

La nouvelle loi permettra aussi aux aidants proches reconnus de prendre un congé pour assistance médicale plus long (d'un à six mois). Actuellement d'une durée d'un an à temps plein, ce congé est indemnisé par l'Onem et assimilé pour la pension. L'entrée en vigueur aura lieu progressivement. Un mois viendra s'ajouter chaque année.

Certes, on peut se réjouir des avancées apportées par cette loi. Mais elles sont loin d'être suffisantes en regard des besoins des aidants et des défis liés au vieillissement de la population et des besoins croissants qui y sont liés, en termes d'aide et de soins.

#### Écoute, accompagnement et répit

Il est démontré aujourd'hui que le soutien et l'accompagnement d'un proche peut avoir un impact sur la propre santé des aidants, surtout dans les situations où l'aide s'avère intensive ou du fait de l'avancée en âge de l'aidant proche lui-même. S'occuper d'un proche représente une charge physique et mentale importante. Il n'est pas possible de s'occuper d'un proche sans s'occuper ni de rester auprès de lui 24h sur 24h et 7 jours sur 7. Dès lors, nous plaçons pour développer et soutenir les initiatives visant un meilleur accompagnement psychologique et social des aidants. Il faut aussi renforcer et diversifier l'offre de répit comme par exemple les possibilités de court séjour dans des structures d'hébergement et de convalescence adaptées aux besoins de la personne aidée et de son aidant.

Nous plaçons également pour l'amélioration de l'accessibilité financière de tous les services d'aides et de soins à domicile pour répondre aux besoins des personnes en perte d'autonomie. Il nous semble indispensable, dans ce cadre, de financer et développer les gardes, en particulier celles de nuit.

#### Instaurer enfin une assurance autonomie

Aujourd'hui, 11,6% de la population wallonne est âgée de plus de 67 ans et ce pourcentage devrait atteindre 22,4% d'ici 2030, soit près du double. Ce vieillissement de la population entraînera une augmentation considérable du nombre de situations de dépendance et par conséquent des besoins en termes d'aide et de soins.

Nous devons opérer un virage radical pour assurer une prise en charge à domicile des futures personnes en perte d'autonomie. En d'autres mots, des soins sur mesure, une aide et des soins dans le bon lieu et au bon moment, tout en respectant autant que possible la liberté de choix de la personne dépendante et celle de ses aidants proches.

La Flandre a son assurance autonomie depuis 2001. Si le projet de décret avait pu être adopté, l'assurance autonomie aurait pu être opérationnelle dès 2021 en Wallonie. Combien d'années de retard allons-nous encore accumuler ? La prochaine législature sera cruciale.

**Pour soutenir les aidants proches, l'ensemble des acteurs de la santé et du social doit aussi travailler main dans la main : mutualités, médecins, personnel des services à domicile, travailleurs sociaux. Il importe d'accompagner les personnes en perte d'autonomie pour les orienter au plus tôt vers les dispositifs qui leur sont dédiés.**

## Ça se passe

### // Spa Niveze : le soleil, le parc et l'eau à deux pas de chez vous

Situé dans un vaste domaine boisé sur les hauteurs de Spa, Séjours & Santé Spa Niveze, maison de convalescence et de vacances de la Mutualité chrétienne, est entièrement équipé pour les personnes à mobilité réduite. Profitez de l'été pour y prendre des vacances.

- Son séjour santé & bien-être
  - Du 21 au 28 juin : 7 nuitées en pension complète + nombreuses animations pour seulement 495 EUR (prix membres MC)
  - Du 9 au 23 août : 14 nuitées en pension complète pour seulement 770 EUR (prix membres MC)
- Ses promotions d'été
  - Du 7 au 14 juin, du 14 au 21 juin ou du 28 juin au 5 juillet : 7 nuitées en pension complète pour seulement 360 EUR (prix membres MC)
  - Du 19 au 26 juillet ou du 26 juillet au 2 août : 7 nuitées en pension complète pour seulement 390 EUR (prix membres MC)

Infos et réservations : Route du Tonnelet 76 à 4900 Spa € 08779.03.13 ou 08779.00.00 € promo@niveze.be € www.niveze.be

### // Synagogue et musée

Le dimanche 26 mai, de 14h30 à 17h, accès exceptionnel à la synagogue de Liège. Le bâtiment illustre l'éclectisme du 19<sup>e</sup> siècle dans ses emprunts aux styles islamique et roman. Le musée présente divers objets de culte et l'histoire de la communauté juive à Liège. Prix : 8 EUR, réservation préférable. Lieu : rue Léon-Frédéricq à 4000 Liège. Infos : 04/221.92.21 € http://visitezliege.be

### // Acouphènes et alimentation

Belgique Acouphènes ASBL organise le samedi 25 mai, à 15h, une conférence sur le thème : "Acouphènes, alimentation : un lien possible ?". Par Bénédicte Janssens, médecin-nutritionniste. Prix : 8 EUR. Lieu : CHR, Av. Albert 1<sup>er</sup>, 185 à 5000 Namur. Infos : 04/367.45.65 € www.belgiqueacouphenes.be

### // Théâtre clownesque

La Ligue Belge de la sclérose en plaques propose le mercredi 29 mai à 20h30 "Parasismique". Trois clowns, une blouse blanche, des textes intimes, un comédien atteint de la sclérose en plaques, tel est le dispositif pour parler de cette maladie, avec poésie, audace, dérision et force d'aveu des émotions. Prix : 15 EUR. Lieu : Centre culturel, 37 rue Grande à 5500 Dinant. Infos : 082/31.39.39 € info@ccrd.be

### // Le porno 2.0 et l'ado

Le Brass organise le mercredi 29 mai, de 18h à 20h, une discussion concernant l'accès aux images crues, devenu très facile à l'ère d'Internet. Dès lors, quel rapport les ados ont-ils à la pornographie ? Quelle vision ont-ils de la sexualité ? Comment aborder cette question avec eux ? Prix : Gratuit - à partir de 18 ans. Lieu : Brass, avenue Van Volxem 364 à 1190 Forest. Infos : 02/332.40.24 € http://lebrass.be/event/declic-porno-ado/

### // Méditations heureuses

La Commission culturelle de Bertogne organise le mercredi 29 mai à 20h une conférence - rencontre avec Frank Andriat, romancier, sur le thème de son dernier livre "Méditations heureuses sous un cerisier du Japon". Gratuit. Lieu : 50, rue Grande à 6686 Bertogne. Infos et réservations : 0474/33.10.23.

### // Gérer son stress grâce aux chevaux

Le samedi 1<sup>er</sup> juin, de 10h à 17h, à Overijse, pas besoin de savoir monter à cheval pour découvrir les bienfaits des équidés sur le stress et l'énergie. Atelier en petit groupe. Prix : 90 EUR. Lieu : Écuries d'Overijse. Infos : 0486/50.54.52 € http://veroniquebebrard.be

### // Festival de l'environnement

À Tour et Taxis : le vendredi 1<sup>er</sup> juin à partir de 17h, marché gratuit d'objets à donner. Le samedi 2 juin, découverte de nouveaux modes de vie urbains. Visite d'une maison zéro déchet et ateliers. Au parc du Cin-

quanteaire : le dimanche 3 juin, de 11h à 19h : théâtre de rue, grimage, ateliers, animations... et fête du vélo. Lieu : Tour et Taxis et Parc du Cinquanteaire. Infos : http://festival.environnement.brussels/

### // Au cœur de la biodiversité

Le WE des 1 et 2 juin, Natagora organise le Bioblitz 2019. Des naturalistes guideront les visiteurs à travers les 17 hectares du site naturel du Wachnet à Grand-Axhe. Avec l'assistance d'experts, le public réalisera un inventaire de la faune et de la flore. Accès gratuit et libre le jour ou la nuit. Le musée insectarium Hexapoda sera exceptionnellement ouvert. Lieu : Rue de Grand-Axhe 45F. 4300 Waremme. Infos : www.bioblitz.be

### // Conflits et enfants

L'École des petits chemins organise les samedis 1<sup>er</sup> et 8 juin, de 9h30 à 17h, deux journées pour se familiariser à la gestion de conflits en communication non violente. Prix : 110 EUR. Réservation obligatoire. Lieu : rue de l'Île 26 à 5580 Lessive. Infos : 0473/75.79.35 € www.ecoledespetitschemins.com

### // Rallye arbres remarquables

L'Écomusée des Collines organise, le dimanche 2 juin, le "Rallye des Arbres Remarquables" du pays des Collines. Leurs légendes et mystères, leurs impacts sur la vie des hommes et la biodiversité seront le fil conducteur. 2 itinéraires sont adaptés aux véhicules motorisés et aux vélos. Prix : 8 EUR. Lieu : Départ à l'Écomusée, Plada 6 à 7890 La Hamaide, entre 10 et 11h. Infos : 068/64.51.55 € www.ecomusee.eu

### // Chronobiologie nutritionnelle

Que manger à quelle heure et pour quels bienfaits ? Voici la triple question qui pourrait résumer la chronobiologie nutritionnelle et à laquelle Marie-Claude Dubois, conseillère en nutrition raisonnée répondra le mardi 4 juin à 19h30. Prix : 15 EUR. Lieu : rue du Grand Arbre, 1A à 1470 Bousval. Infos : 0495/25.05.02 € info@legrandarbre.be

### // L'alcool sous toutes ses formes

Le centre de promotion de santé du Hainaut Occidental organise le vendredi 14 juin, de 9h à 12h, à une présentation d'un outil de sensibilisation à la prévention de la consommation abusive d'alcool. Pour les professionnels. Gratuit. Lieu : rue des Jésuites 28 à 7500 Tournai. Infos : 069/22.15.71 € contact@cpsho.be

### // Initiatives de transition

L'Institut Eco-Conseil organise le vendredi 14 juin, de 9h à 13h, une projection/débat du film "Aujourd'hui" qui présente les nombreuses initiatives de transition qui existent en Gaume et au pays d'Arion. Prix : 10 EUR. Lieu : Mundo-N, rue Nanon 98 à 5000 Namur. Infos : www.eco-conseil.be