

## Oser des vacances conviviales et solidaires

PAGES 8 À 10



ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



### Neuro-sciences

#### Aux frontières de la conscience

Les expériences de mort imminente suscitent l'intérêt croissant des neuro-scientifiques. Ceux-ci recherchent des témoignages.

PAGE 6



### Radio

#### Papys et mamys reporters

Six membres d'énéoSport participent à l'émission Grandeur Nature de Vivacité (RTBF). Direction : la France. Ils feront découvrir aux auditeurs des lieux et des sports insolites.

PAGE 7

### Couple

#### Une aventure permanente

Tabous, performances, normes... cadrent la sexualité, au risque de grandes souffrances. Des voix invitent à réapprendre et cultiver le désir

PAGE 13

### Travail

#### Récits de vie

Mauvais temps pour les emplois industriels, comme à Arcelor Mittal. Un roman permet d'approcher le vécu des ouvriers en proie à la précarité.

PAGE 3

Conseils juridiques

## L'alimentation en eau peut-elle être coupée?

La société distributrice d'eau peut-elle couper unilatéralement l'alimentation en eau potable d'un foyer qui ne paie pas ses factures? Le propriétaire est-il tenu de payer les factures d'eau de son locataire défaillant? Le point en régions wallonne et bruxelloise.

### En Wallonie

Si une personne ou un ménage n'est pas en ordre de paiement de sa (ou ses) facture(s) d'eau, la société distributrice ne peut lui couper l'alimentation en eau potable que si elle a reçu l'autorisation d'un juge. Mais avant d'en arriver là, elle doit respecter une longue procédure.

Généralement, la société wallonne des eaux (SWDE) (1) laisse au minimum 15 jours au client pour payer sa facture. En cas de non-paiement dans le délai indiqué, un avis de rappel est envoyé, dans lequel le client est informé de la possibilité de bénéficier de l'intervention du Fonds social de l'eau (lire ci-après). Le rappel fixe un

75 euros par personne si le ménage comporte plus de quatre personnes). Une fois que le CPAS est informé de la situation, le Fonds prend contact avec le client et prend une décision dans les trente jours.

Qu'en est-il de la responsabilité du propriétaire, si le locataire ne paie pas ses factures d'eau? En principe, le propriétaire du logement est aussi le propriétaire du compteur d'eau. Il est responsable du paiement des factures que son locataire n'aurait toujours pas payé au moment de quitter les lieux. Il existe toutefois un tempérament. Le propriétaire ne sera pas tenu de payer les dettes de son locataire si l'immeuble est doté d'un compteur par logement, s'il a averti à temps la SWDE d'un changement de locataire, et si la consommation excessive n'est pas due à l'état des installations privées.

### En Région bruxelloise

La situation est à peu de choses près la même qu'en Wallonie. Hydrobru (anciennement IBDE), la société distributrice d'eau potable en Région de Bruxelles-Capitale, ne peut couper l'alimentation en eau sans autorisation du juge compétent. Avant de solliciter son intervention, Hydrobru a l'obligation d'informer le bourgmestre ou le président du CPAS de la situation du client, sauf si celui-ci s'y oppose.

La coupure de l'alimentation en eau doit impérativement être demandée en justice.

Le juge ne peut en aucun cas prononcer de coupure d'eau pendant les vacances annuelles (du 1<sup>er</sup> juillet au 30 août) ni la période hivernale (du 1<sup>er</sup> novembre au 31 mars). Lorsque le jugement est rendu, Hydrobru est tenu de communiquer une copie du jugement

au bourgmestre ou au président du CPAS avant de procéder à l'interruption de l'alimentation.

En cas de problème pour payer sa facture d'eau, deux solutions s'offrent au ménage :

- demander au distributeur un paiement étalé sur plusieurs mois ;
- faire appel au Fonds social de l'eau (4). Cette aide prend différentes formes : soit le règlement de la facture, soit la prise en charge d'un montant de 80 litres/jour/personne si la consommation d'eau est incluse dans le prix du loyer, soit la prise en charge du coût d'un ouvrier pour effectuer des réparations ou donner des conseils de consommation.

// HÉLÈNE MAROT, 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](http://www.droitsquotidiens.be)**

nouveau délai de paiement d'au moins 10 jours calendrier (2) à compter de la date d'envoi. Si le client ne paie toujours pas, la SWDE lui envoie une lettre de mise en demeure fixant un nouveau délai de paiement de minimum 5 jours calendrier.

Attention, les intérêts de retard et les frais de recouvrement sont à charge du client et la facture peut rapidement devenir salée. Pour récupérer les sommes dues, la société distributrice peut utiliser toutes les voies de droit : saisie sur salaire, saisie mobilière, etc. Un jugement est toutefois nécessaire avant de mettre en œuvre une procédure de saisie.

La coupure de l'alimentation en eau doit impérativement être demandée en justice. Seul un juge peut en décider. Il apprécie notamment la bonne foi et les réelles difficultés qui poussent le client à rester en défaut de paiement. Le juge compétent dépend du montant de la dette : c'est le juge de paix si le montant réclamé est inférieur à 1.860 euros, et le tribunal de première instance au-delà de ce montant.

En cas de problème pour payer sa facture d'eau, deux solutions s'offrent au client :

- demander à son distributeur un paiement étalé sur plusieurs mois ;
- faire appel au Fonds social de l'eau (3). Ce Fonds peut intervenir pour un montant maximum de 250 euros (éventuellement majoré de

(1) La SWDE distribue de l'eau à plus de 200 communes. Mais il existe d'autres distributeurs publics d'eau en Wallonie.

(2) Les jours calendrier sont tous les jours de la semaine, y compris les week-ends et jours fériés.

(3) SWDE : 087/87.87.87 - [www.swde.be](http://www.swde.be)

(4) Hydrobru: 02/7518.88.11. - [www.hydrobru.be](http://www.hydrobru.be)

## Contraception

### Combien ça coûte?

La pilule est le moyen de contraception le plus utilisé en Belgique (1). Mais d'autres méthodes existent également : stérilet, anneau contraceptif, patch, implant, préservatif... Gros plan sur les prix et les remboursements des différents moyens contraceptifs.



Certaines pilules sont gratuites pour les moins de 21 ans.

**La contraception est peu remboursée en Belgique :** l'assurance soins de santé obligatoire intervient dans le prix des pilules contraceptives à hauteur de 20% (catégorie Cx) sur la base d'une prescription médicale (2). Toutefois, un remboursement supplémentaire est accordé aux jeunes filles de moins de 21 ans, comme on le lira plus loin.

### Une large fourchette de prix

Le remboursement d'une pilule contraceptive n'est pas automatique. Il n'est appliqué que si la firme pharmaceutique qui commercialise la pilule en fait la demande auprès de l'Inami. Le fait de ne pas demander de remboursement pour certaines marques permet aux firmes d'en augmenter plus facilement le prix de vente, ce qui se confirme en pratique pour les pilules les plus récentes.

Dans les faits, les pilules de 4<sup>ème</sup> génération et la plupart des pilules de 3<sup>ème</sup> génération ne font l'objet d'aucune intervention financière de l'Inami pour les femmes de 21 ans (avant cet âge, lire ci-dessous). A noter que les pilules à base d'acétate de cyprotérone (*Diane* et ses génériques), souvent prescrites pour de possibles effets sur l'acné, ne font pas partie des contraceptifs hormonaux et ne sont pas remboursées par l'Inami, pas même aux jeunes de moins de 21 ans.

Concrètement, par mois, le prix payé pour la pilule varie fortement (de ± 1,25 EUR à ± 12 EUR, déduction faite de l'éventuelle intervention de l'Inami) en fonction du type de pilule prescrite et du conditionnement de vente (de 3 à 13 plaquettes par boîte). Quelle que soit la génération de la pilule, les génériques sont toujours moins chers que les spécialités et sont donc à privilégier.

Quant aux autres moyens contraceptifs que la pilule, ils ne sont pas remboursés par l'Inami. Voici quelques indications de prix :

- **anneau vaginal** : 39,18 EUR pour 3 anneaux (3 mois de contraception), 17,95 EUR pour 1 anneau.
- **patch contraceptif** : environ 34 EUR pour 9 patches (3 mois de contraception)
- **stérilet à la progestérone** : environ 147 EUR (5 ans de contraception)
- **stérilet au cuivre** : entre 18 et 43 EUR
- **implant hormonal** : environ 143 EUR (maximum 3 ans de contraception).

- **préservatif masculin** : entre 0,20 et 1 EUR (usage unique).
- **préservatif féminin** : environ 8,50 EUR pour trois préservatifs.

### Réduction ou gratuité pour les moins de 21 ans

Pour que le prix de la contraception ne soit pas un frein à son utilisation chez les jeunes, depuis 2004, en plus d'une éventuelle intervention de l'Inami telle que décrite ci-dessus, les jeunes filles de moins de 21 ans bénéficient d'une intervention supplémentaire d'environ trois euros par mois sur les moyens de contraception prescrits par le médecin : pilules, patchs, anneaux, implants et stérilets (avec une limitation de 12 mois pour les deux derniers moyens) (2). Les préservatifs ne sont pas inclus. Grâce à cette mesure, certaines pilules deviennent gratuites. C'est le cas de la majorité des pilules de la 2<sup>ème</sup> génération et des pilules génériques de la 3<sup>ème</sup> génération. Il en va de même pour le stérilet au cuivre.

Précisons enfin que, grâce à un budget spécifique octroyé par les pouvoirs publics régionaux, les centres de planning familial peuvent, dans le cadre des consultations médicales, fournir gratuitement à leurs patientes des pilules contraceptives ou la pilule du lendemain. Des préservatifs sont aussi disponibles gratuitement.

// JD

(1) Pour en savoir plus sur les pilules contraceptives, lire l'article "les pilules sous la loupe", paru dans En Marche du 24 janvier dernier. [www.enmarche.be](http://www.enmarche.be)

(2) La liste des moyens contraceptifs et les montants des interventions de l'Inami peuvent être consultés sur [www.inami.fgov.be](http://www.inami.fgov.be) (rubrique citoyens)

### Une intervention financière pour les membres MC

Dans le cadre de son assurance complémentaire, la Mutualité chrétienne intervient financièrement dans le coût de la contraception (pilule, patch, injection, stérilet, anneau vaginal...) pour toutes les femmes, sans limite d'âge. Plus d'infos auprès de sa mutualité, au n° gratuit 0800 10 9 8 7 ou sur [www.mc.be](http://www.mc.be)

## En marge...

## Un avenir après Mittal

Coup de tonnerre à Liège lorsque, le 24 janvier, la direction d'Arcelor Mittal annonce la fermeture de sept des douze installations de la phase à froid. Cela signifie la perte directe de 1.300 emplois et au moins autant de chômeurs chez les sous-traitants. Eclate immédiatement une violente colère des travailleurs. Elio Di Rupo se trouve alors à Davos pour faire valoir auprès de grands décideurs internationaux de bonnes raisons d'investir chez nous. Il rencontre Lakshmi Mittal en urgence. Celui-ci lui déclare sans ambages que sa position est irrévocable et il ferme la porte à toute négociation.

Le bras de fer est redoutable quand on sait qu'Arcelor Mittal est un géant de la sidérurgie qui occupe 260.000 personnes dans le monde dont un peu plus de la moitié en Europe. On comprendra à qui les travailleurs liégeois et nos gouvernants sont confrontés : depuis 2008, cette firme est condamnée une dizaine de fois pour des discriminations envers des syndicalistes.

Pour beaucoup, cependant, la surprise est grande. Hélas, ce n'est qu'une étape d'un redoutable processus. En 2006, le puissant Mittal était accueilli en Belgique comme un sauveur. Un groupe qui pèse 23,5 milliards de dollars avait la capacité d'assurer la viabilité des hauts-fourneaux et des laminaires. Il a fallu vite déchanter. Progressivement, des hauts-fourneaux ont été éteints jusqu'au dernier en octobre 2011. Pour faire face à cette situation, appel a été lancé à deux consultants. Le premier, Laplace, en janvier 2012, se montrait franchement pessimiste : aucune chance de relancer le chaud (les hauts-fourneaux) et le pronostic était réservé pour la phase à froid en raison de la surcapacité de Mittal dans cette filière. Le second, Syndex, estimait possible une relance du chaud et une consolidation du froid. Le rapport Laplace a été enterré mais la suite lui a pourtant donné raison.

Entretemps, la confiance en Mittal s'est rompue et les rapports se sont envenimés. En France aussi, le gouvernement s'est heurté aux désengagements de Mittal sur le site alsacien de Florange. Les syndi-

calistes français souhaiteraient que leur gouvernement s'embarque dans une procédure très aléatoire d'expropriation. Là où la France a évité une épreuve de force, on comprendra que les gouvernants belges se montrent prudents au moment où, par ailleurs, tout est mis en œuvre pour attirer des investisseurs étrangers.

La fermeture récente de l'usine Ford de Genk comme les restructurations en cours chez Renault révèlent la diminution actuelle des besoins européens en acier. Celle-ci explique mais ne justifie pas le cynisme d'un groupe qui a profité de subsides publics, de copieux cadeaux fiscaux et qui a encore engrangé 2,3 milliards de dollars de bénéfices en 2011.

Ce nouvel épisode s'ajoute à bien d'autres crises dans l'histoire de la sidérurgie liégeoise et, une fois de plus, des milliers de familles sont dans l'angoisse. Après la juste colère en ce glacial mois de janvier vient le temps des solutions à mettre en œuvre. Toute l'expérience professionnelle acquise de longue date par les métallos liégeois et l'innovation technique très active dans la région justifient une mobilisation pour se doter d'un projet industriel. Le gouvernement wallon a chargé un consultant de trouver un repreneur. On sait cependant que Mittal refuse de céder des outils à un concurrent de ses autres sites. C'est pourquoi l'hypothèse d'un portage est envisagée. Mittal serait ainsi forcé de céder les installations à l'Etat qui ne resterait propriétaire que le temps nécessaire à une reprise. Ce sera très difficile en raison des obstacles juridiques, des montants financiers en jeu et du contexte économique général.

Mgr Joustien, l'évêque de Liège, a eu raison de s'exprimer comme suit dans un message à ses compatriotes : "Dans quel modèle de société vivons-nous? Lequel voulons-nous? Voilà des questions fondamentales. Soyons solidaires dans le moment présent! Osons préparer l'avenir! Encourageons toutes les forces vives à imaginer et à oser des projets concrets et réalistes. C'est la première étape pour forcer l'avenir".

//DÉSIRÉ VÍHOUX

## A suivre...

## Les mains d'or

Mauvais temps pour les emplois industriels. Ford Genk, Duferco, NLMK, Arcelor-Mittal, HP, Alcatel, Balta, Dow Chemical... résonnent comme autant de catastrophes pour les travailleurs. Ils en sortent "laminés", comme l'acier que certains d'entre eux manipulent et rendent résistant. "Comment rendre incassable le cœur de l'homme?", interroge l'écrivaine Jeanne Benameur.

Cette fin janvier, Arcelor-Mittal annonce la fermeture de sept des douze lignes de production du bassin sidérurgique liégeois. Cette fois, c'est la phase à froid qui sera touchée de plein fouet par les licenciements. Colère des travailleurs. Déclaration d'empathie des responsables politiques. Haro sur le patron indien qualifié de voyou. On parle de jour noir pour l'industrie belge.

Événement d'un tout autre genre : cette fin janvier, Actes Sud (éditeur) diffuse en format poche le roman *Les insurrections singulières*, écrit par Jeanne Benameur deux ans plus tôt. Quel rapport entre le drame bien réel vécu par ces travailleurs liégeois et la publication d'un roman? Eh bien, cette impression que l'histoire inventée à propos d'un homme permet de s'approcher de vécus plus intimes et bien réels d'ouvriers face à la "précarisation" de leur travail.

La fiction de Jeanne Benameur entre en dialogue avec le réel, d'autant plus précisément qu'elle s'est nourrie de rencontres avec des ouvriers d'Arcelor-Mittal à Montataire (Oise) et de Godin à Guise (Aisne). Durant un an - entre 2005 et 2006 -, au cours de "café paroles" initiés par le collectif français La Forge, Jeanne Benameur a écouté et mis en mots leurs échanges.

"J'ai été touchée par ce qui se disait, par la lucidité terrible de ceux qui voyaient bien que le travail avait perdu toute valeur, que les hommes ne comptaient simplement plus, explique-t-elle. J'ai été touchée par la détresse et la dignité, par la colère et tout ce qui ne parvenait pas à se dire. (...) A la dernière rencontre, l'un des participants a dit : 'Et maintenant, où on va parler?' Cette question m'a émue profondément. Je ne sais pas où ces femmes et ces hommes peuvent parler aujourd'hui mais ce que je savais, c'est que j'écrirais quelque chose. Ma façon à moi de poursuivre."

Antoine est ouvrier à "Lusine", comme il l'appelle. Son père aussi y a passé sa vie de travail. Pour faire plaisir à ses parents, parce qu'il fallait avoir une "meilleure vie", il est allé à la fac. Mais il s'y est senti "décalé". Finalement, il "fait l'ouvrier", là où son père a "été ouvrier". Cette distinction pour exprimer son sentiment de ne pas appartenir à la "classe ouvrière", "la vraie", pour indiquer aussi combien le statut a changé entre les deux générations de travailleurs. Appartenance à un groupe et solidarité n'ont plus la même empreinte sur les hommes. Alors que l'entreprise stoppe la ligne de

>> Jeanne Benameur • *Les insurrections singulières* • éd. Actes Sud • coll. Babel • 2013 • 228 p. Voir aussi [www.laforge.org](http://www.laforge.org).

Vous recevrez, sur l'ensemble de l'année 2013, une allocation de maximum **210 euros pour 1.500 litres de combustibles** livrés chez vous en grande quantité (cette allocation est calculée au prorata de la quantité livrée). Pour les combustibles achetés en petite quantité à la pompe, l'allocation forfaitaire s'élève à **210 euros**. Un seul ticket à la pompe suffit pour y prétendre.

Vous devez introduire votre demande d'intervention au CPAS de votre commune dans les 60 jours calendrier qui suivent la livraison du combustible.

>> **N'hésitez pas à demander conseil auprès du service social de votre mutualité. Plus d'infos aussi au 0800/90.929 (numéro gratuit du Fonds chauffage), sur [www.fondschauffage.be](http://www.fondschauffage.be) ou auprès de votre CPAS.**

galvanisation où il travaille et que les licenciements menacent, Antoine voudrait partir au combat. Il enrage, participe aux réunions syndicales, et lui qui regrette de manquer trop souvent de mots, prend la parole. "Il faut dire que c'était facile, on nous servait, à chaud, la délocalisation (...) Et le terrible mot de 'crise' occupait les gorges derrière les mots. C'est avec ça qu'on fait un groupe. (...) Il en y avait quand ils parlaient à voix basse à la pause, c'était comme si on leur avait coupé les bras? J'en ai surpris plus d'un à jeter vite fait un coup d'œil sur ses mains. Bonnes à quoi, hein, les mains qui ne travaillent plus? C'était comme chez mes parents. La peur du 'rien faire'. Je m'y retrouvais d'un coup."

Utilisant sa prime pour départ volontaire, il part pour le Brésil. Direction : Monlevade, là où d'autres font le même job pour moins cher, là où son entreprise délocalise. Il y éprouvera la signification du mot fraternité, "ce sentiment d'être chez soi, sur terre, avec les autres", malgré la concurrence qui les sépare. Il y vivra un trajet intérieur, empli de remises en question. "Comme c'est étrange de penser que pour être une famille 'normale', il faut être séparés toute la journée, le père à l'usine, nous à l'école, la mère à la maison, pense-t-il en relisant le carnet de notes de son père. Une famille normale ne regarde jamais le soleil se lever, parents et enfants ensemble, en silence. Est-ce qu'on ne pourrait pas avoir un peu plus de temps ensemble chaque jour (...)" Quelles concessions - vitales parfois - ne fait-on pas pour rester dans "l'emploi"? interroge un des personnages.

Solidaire et solide ont la même racine, rappelle Jeanne Benameur dans une chronique sur le travail. Et il semblerait que cela soit plus facile d'être solidaire quand on est solide. Mais comment être solide quand on vous demande de travailler en équipe, tout en vous divisant, en vous isolant? Comment être solide quand on est endetté, quand on craint pour l'avenir de ses enfants? Où trouver la force d'être solidaire?

Avec *Les insurrections singulières*, les révolutions semblent d'abord intérieures, avant d'être collectives. Eteindre un téléviseur pour recevoir des amis, discuter en famille. Arrêter de se créer des besoins inutiles. Créer des caisses d'entraide. Ou, comme Antoine, chercher sa voie, sa liberté, oser saisir les perches que la vie tend de temps en temps... Et expérimenter - à petite échelle déjà - la solidarité.

//CATHERINE DALOZE

## Le service social vous informe

## L'allocation de chauffage en 2013

Depuis plusieurs années, les ménages en situation financière précaire peuvent bénéficier d'une allocation de chauffage. Petit rappel des principales conditions pour 2013.



Vous pouvez obtenir une allocation à deux conditions :

1. Vous vous chauffez au **gasoil de chauffage** (mazout), au **pétrole lampant** (acheté à la pompe) ou au **gaz propane** (en vrac).

Attention : Si vous vous chauffez au gaz naturel (gaz de ville), à l'électricité, au bois, au charbon ou aux pellets, vous n'êtes pas concerné par cette mesure mais vous pouvez peut-être bénéficier du tarif social pour le gaz naturel ou l'électricité (1).

2. Vous entrez dans **l'une des trois catégories suivantes** :

- Vous avez le statut Bim ou Omnio (il s'agit du droit à l'intervention majorée dans le cadre de l'assurance soins de santé).
- Le montant annuel des revenus imposables bruts de votre ménage est inférieur ou égal à 16.632,81 euros, majoré de 3.079,19 euros par personne à charge (2). Le revenu cadastral non indexé (x3) des biens immobiliers autres que votre habitation est pris en compte.
- Vous bénéficiez d'une médiation de dettes ou d'un règlement collectif de dettes et êtes incapable de payer votre facture de chauffage.

Le **Fonds social chauffage** intervient depuis plusieurs années déjà pour aider les ménages en situation précaire à faire face au prix élevé du mazout de chauffage.

A chaque 1<sup>er</sup> janvier, les compteurs sont remis à zéro pour tout le monde. Cela signifie que si vous avez déjà bénéficié d'une intervention du Fonds au début de l'hiver avant le 31 décembre 2012 (en octobre par exemple), vous pouvez introduire une ou plusieurs nouvelles demandes pour toute nouvelle livraison effectuée entre le 1<sup>er</sup> janvier et le 31 décembre 2013.

## Le service social de la MC

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

Appelez gratuitement le **0800 10 9 8 7** ou surfez sur [www.mc.be](http://www.mc.be) pour connaître les horaires de la permanence proche de chez vous.

(1) Un tarif social pour le gaz naturel et/ou l'électricité est accordé automatiquement à certaines catégories de personnes en situation financière précaire. Plus d'infos au SPF Economie : 0800 120 33. Une brochure explicative est consultable en ligne sur <http://economie.fgov.be> (rubrique protection des consommateurs/énergie)

(2) Pour être considérée comme personne à charge, les revenus nets doivent être inférieurs à 2.990 EUR par an (à l'exclusion des allocations familiales et pensions alimentaires pour enfants).

> Recherche de témoignages

La Ligue cardiologique belge lance un appel aux témoignages de personnes ayant survécu à un arrêt cardiaque ou ayant osé poser les gestes qui sauvent : que ce soit par un appel au 112, la réalisation d'un massage cardiaque ou l'utilisation d'un défibrillateur... La Ligue invite toutes les personnes sauvées et/ou leurs sauveurs à envoyer le récit de leur histoire via [www.osez-sauver.be](http://www.osez-sauver.be), ou par courrier (43, rue des Champs Elysées - 1050 Bxl) ou par téléphone. Témoignages récoltés en vue d'un événement prévu le 14 mars qui rendra hommage à ces personnes.

INFOS : 02/649.85.37 - [WWW.LIGUECARDIOLOGIQUE.BE](http://WWW.LIGUECARDIOLOGIQUE.BE)

> Relooking pour la revue Démocratie



La revue du Mouvement ouvrier chrétien (MOC-CIEP), Démocratie, vit un lifting. De bimensuel de huit pages, elle devient un mensuel de seize pages. Couleurs, graphismes... : le look a été complètement repensé pour une meilleure lisibilité. Ce coup de fraîcheur n'a cependant pas changé l'esprit du magazine : articles fouillés, sujets de société, points de vue d'experts sur des questions d'actualité. Un nouveau site internet est également en préparation.

L'abonnement annuel à la revue Démocratie (12 numéros) s'élève de 20 à 25 euros.

INFOS : 02/246.38.01 - [WWW.REVUE-DEMOCRATIE.BE](http://WWW.REVUE-DEMOCRATIE.BE)

> Energie

Laisser les portes des magasins ouvertes sur la rue, y compris en plein hiver. Voilà une curieuse habitude, souvent rencontrée dans les allées commerçantes de Wallonie sous le prétexte que des portes fermées décourageraient la clientèle d'entrer pour faire ses achats. Oui, mais à quel prix pour la planète, ce gaspillage d'énergie? Avec le soutien des autorités wallonnes et d'associations, l'Union des classes moyennes organise, dans les semaines qui viennent, des actions de sensibilisation ludique et interactive dans les principales villes de la Région. Nom de code : Opération Sésame.

INFOS : [WWW.ECONSO.BE/SESAME](http://WWW.ECONSO.BE/SESAME)

> Tourisme autrement

Bilan positif pour les Greeters, ce mouvement de tourisme participatif favorisant la rencontre entre le visiteur et l'habitant bénévole qui lui fait découvrir sa ville. Grâce à ce réseau d'une centaine de Bruxellois, 1.500 touristes d'une cinquantaine de pays différents ont visité des endroits insolites de la capitale en 2012. Le mouvement s'étend petit à petit dans tout le Royaume : Namur, Mons, Charleroi-Thudinie et très prochainement, Verviers. Les Greeters favorisent le développement local en mettant en évidence des produits du terroir et en pratiquant une mobilité douce. L'association est toujours à la recherche de personnes motivées à jouer le rôle de guide.

INFOS : [WWW.GREETERS.BE](http://WWW.GREETERS.BE)

Etre parent, quel métier!

Se donner entièrement et aveuglément à ses enfants peut mener à l'épuisement chronique. Une petite brochure de Question Santé donne quelques conseils pour garder le moral. Salulaire, elle invite surtout à décrypter les phénomènes qui poussent les parents à en faire toujours plus.



C'est l'histoire d'une femme qui, un jour, totalement épuisée, se dit qu'elle va abandonner ses enfants dans un parc, ne fût-ce que quelques heures, pour s'accorder un instant de répit et de solitude avec elle-même. Ainsi démarre la récente brochure de l'ASBL Question Santé, consacrée au "métier" de parent. Sans en arriver à ce point, beaucoup de pères et de mères sont aujourd'hui confrontés à une série impressionnante d'injonctions leur prescrivant comment être de "bons" parents. Les magazines s'y entendent à merveille pour marteler divers conseils en la matière, quand les professionnels de l'enfance ne s'y mettent pas à leur tour, au risque de devenir de nouveaux gourous. Avec un danger au bout du chemin pour les parents : celui de – forcément – ne pas y arriver, surtout lorsque ces injonctions sont contradictoires et lorsqu'il faut jongler avec d'autres contraintes (professionnelles, notamment) qui, elles aussi, se déclinent trop souvent en termes de perfection, de compétition, de performance, de surpassement.

Les auteurs de la brochure invitent d'abord à s'interroger sur les causes de ce modèle de perfection qui, petit à petit, s'impose à tous les esprits. Et pas qu'au boulot ! Par exemple en rappelant qu'il est le fruit d'une évolution historique bien précise : jusqu'il n'y a pas si longtemps, les en-

fants de moins de sept ans, dans certaines familles, étaient confiés aux bons soins d'un précepteur... "Les parents de l'époque aimaient-ils moins leurs enfants pour autant?", interroge l'auteure.

A mille lieues de vouloir en revenir à cette époque, Question Santé invite le lecteur à interroger les divers modèles psychosociaux et culturels qui, parfois pernicieusement, s'imposent aux parents d'aujourd'hui. A force d'inscrire les enfants à divers stages et activités, transformant ainsi leur temps libre en agendas de ministre, ne brime-t-on pas leur créativité, reproduisant notre stress sur notre propre progéniture? A force de les bombarder de connaissances pour les préparer à la société hyper-compétitive qui les attend demain, ne sommes-nous pas complices d'un système qui nous fait souffrir nous-mêmes, au point de les condamner à en subir le joug eux-mêmes leur vie entière?

La brochure est riche de témoignages tantôt décalés, tantôt quelque peu... glaçants ou merveilleux de bon sens. Au final, elle propose des pistes salutaires de réflexion (et d'action!). Surtout, elle invite le lecteur à réfléchir au sens du mot "solidarité". Face à la dictature des modèles, celle-ci s'avère en effet plus payante pour la collectivité que la surenchère aux performances, jouable pendant un moment mais rapidement source d'épuisement et de... culpabilisation. Seul petit reproche : le langage choisi ne la rendra pas accessible à toutes les familles, contrairement à l'objectif affiché.

// PHL

>> Infos : 02/512.41.74. - [www.questionsante.be](http://www.questionsante.be)

Pub et alcool : une convention... si modérée!

L'alcool fait des ravages : dépendances, maladies, accidents de la route... Les alcooliques le clament haut et fort : cette substance est une drogue (1). Néanmoins, en toute impunité, les boissons alcoolisées mènent une vie de stars publicitaires. Une convention en la matière existe pourtant!



"Convention Arnoldus", sa dénomination en dit long. Née en 2005 à l'initiative du groupe de brasseurs belges du même nom, elle dicte un code de conduite en matière de publicité pour des boissons contenant

de l'alcool. Récemment, en fin janvier de cette année, elle a été réactualisée. L'ont signée, sous l'égide de la ministre de la Santé publique, Laurette Onkelinx : la Fédération belge de vins et de spiritueux, les Bras-

Le mercure a eu chaud

Après trois ans de négociations, 140 pays viennent de se mettre d'accord pour tenter de limiter notre exposition au mercure, un métal lourd dont la toxicité est bien connue, particulièrement chez les enfants. Un point de départ et un signal, plus qu'une révolution à court terme.

Lorsqu'une lampe économique se brise, il est vivement conseillé d'aérer la pièce et de ne jeter strictement les débris que dans une déchetterie ou un parc à conteneurs. Ceux-ci, en effet, libèrent dans l'air d'infimes quantités de mercure qui, petit à petit, se diluent dans l'environnement sans qu'il soit possible



© Philippe Turpin / BELPRESS

de le "recycler". Ce genre de réflexe, à adopter par tout consommateur averti, risque bien de rester impératif pendant de longues années en dépit de la signature récente d'un traité international visant à réduire les effets du mercure sur la santé et l'environnement.

Premier du genre sur ce métal lourd et signé par 140 pays, ce traité a pour objectif de limiter les lésions sur le système nerveux qu'entraîne, depuis des décennies, l'accumulation de mercure industriel dans l'atmosphère et jusqu'au fond des lacs et océans. L'Organisation mondiale de la santé (OMS), qui a salué l'accord, rappelle que le mercure est capable de s'accumuler aux divers stades de la chaîne alimentaire (notamment chez les poissons) et, chez l'homme, de passer assez facilement de la mère à l'enfant par l'allaitement. Il "frappe" surtout pendant le développement de ce dernier, par ingestion ou inhalation.

Le traité prévoit la réduction programmée des émissions de mercure par les procédés industriels (surtout dans les centrales à charbon et l'orpaillage), de même que diverses contraintes en matière de stockage et de traitement. A court terme, il ne changera rien à notre quotidien puisqu'il faut d'abord que cinquante pays le ratifient – soit plusieurs années – avant qu'il entre en vigueur. Mais le signal est clair : divers produits (thermomètres, tensiomètres, batteries, certaines lampes, cosmétiques, etc.) sont appelés à voir leur teneur en mercure se réduire progressivement. Y compris pour les amalgames dentaires, sans que des échéances précises soient fixées à ce stade...

Diverses ONG ont regretté la faiblesse du traité. Notamment parce qu'il n'empêche pas des pays comme la Chine de continuer à ouvrir de nouvelles centrales au charbon. De ce fait, la pose de filtres sur les installations industrielles n'empêchera pas, estiment-elles, la diffusion d'une quantité toujours plus élevée de mercure (en chiffres absolus) dans l'environnement. Et comme celui-ci ne connaît pas les frontières... Certaines organisations ont déploré, par ailleurs, que le traité n'impose pas le remplacement du mercure dans les vaccins, où il intervient (sous la forme d'un produit appelé « Thiomersal ») à des fins de conservation. L'OMS rétorque qu'il n'existe pas de preuve que la quantité de Thiomersal aujourd'hui utilisée dans les vaccins représente un risque pour la santé.

// PHL

seurs belges, Comeos (ex-Fedis, secteur du commerce et des services), le Conseil de la publicité, l'Horeca et des associations de consommateurs (le Crioc et Test-Achats).

Lors de la présentation de cette convention revisitée, la ministre s'est réjouie de quelques avancées, comme l'engagement du secteur d'interdire la publicité pour les boissons alcoolisées dans les journaux et périodiques visant les mineurs d'âge, d'interdire la distribution gratuite ou à bas prix d'alcool sur la voie publique, ou encore de distinguer les boissons alcoolisées et non alcoolisées lors de la commercialisation.

Mais le nouveau texte n'est pas beaucoup plus contraignant que le précédent. De plus, l'organe chargé de contrôler son application reste le Jury d'éthique publicitaire qui est composé, pour moitié, de personnes issues du secteur de la publicité. Alors

que l'ancien texte était toujours en vigueur, beaucoup d'associations actives dans le domaine de la santé ou de la jeunesse dénonçaient cette collusion, tout en doutant de la réelle efficacité du système. En novembre 2011, le Centre de recherche et d'information des consommateurs (Crioc) s'était même retiré de la précédente convention, prétextant de "nombreuses dérives observées depuis plusieurs années sur le marché et l'absence de volonté manifeste de certaines parties de vouloir protéger efficacement les consommateurs dont les mineurs". Reste à voir si les faibles modifications dans la convention de 2013 apportent un vent réellement nouveau et davantage de conscientisation des acteurs publicitaires dans le domaine...

// VT

(1) Lire *A votre santé! Vraiment?* En Marche du 20 décembre 2012 : [www.enmarche.be](http://www.enmarche.be)

## Alzheimer : "C'est MA vie!"

Permettre à chaque personne atteinte par une maladie de type Alzheimer de rester actrice de sa vie et maître de son destin : tel est l'objectif du projet "C'est ma vie" que lance l'ASBL Le Bien Vieillir. Consultations individuelles ou en famille, guidances de groupe pour les proches et réunions avec les professionnels impliqués concrétisent ce projet.

Après un diagnostic de maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, les personnes et leurs proches sont souvent désemparés et ne savent à qui s'adresser ni que faire. Forte de son expertise sur le vieillissement et dans la lignée de ses valeurs d'autonomie et de respect de la personne, l'ASBL Le Bien Vieillir concrétise son projet de centre de ressources et d'accompagnement pour personnes atteintes d'une maladie de type Alzheimer. Au cœur de cette dynamique : la volonté de rendre la personne actrice de sa vie, de lui permettre de réfléchir en toute sérénité à son avenir, d'anticiper et de planifier les aides et soins dont elle aura besoin plus tard, comme l'explique Caroline Guffens, chargée de projets à l'ASBL. "Nous incitons les personnes à se préparer, ou à aider leurs proches à se préparer, à parler de leur futur, de ce qu'ils aimeraient ou au contraire re-



© Eric Lussot/BELPRES

fuseraient, afin d'éviter les situations (lieu de vie, activités, soins...) à l'opposé de leurs valeurs et choix lorsqu'elles n'auront plus la faculté d'exprimer leurs préférences et leurs souhaits".

L'association invite les personnes qui le souhaitent à venir la consulter pour recevoir des informations et réponses concrètes aux questions quotidiennes qu'elles se posent, pour définir leur projet de vie, bénéficier d'un soutien psychologique également. Une fois les balises exprimées et définies par la personne, il s'agit pour son entourage et pour les pro-

fessionnels de veiller à les respecter. Dès lors, l'association proposera des réunions de coordination avec les professionnels impliqués (aides familiales, infirmières, médecins...). "L'idée est d'assurer un accompagnement proactif à long terme pour permettre à la personne de rester actrice de sa vie malgré les difficultés", précise Caroline Guffens. L'exemple vient du Québec où la désignation d'une personne de référence, d'un "gestionnaire de projet" permet d'assurer une coordination transversale bien au-delà du seul secteur de soins.

A côté des consultations individuelles ou en famille (1), l'ASBL propose des guidances de groupe (2) pour les proches de personnes atteintes d'une maladie de type Alzheimer. Il ne s'agit pas de groupes d'en-

traide où l'on vient partager son quotidien ou alléger son fardeau, mais de lieux de formation et d'information par des psychologues et gérontologues. L'objectif : donner aux proches des clés de compréhension sur la maladie et de ce que vit la personne qui en souffre, donner du sens à ses comportements, apprendre à les anticiper, les gérer, prendre du temps pour soi, s'entourer, découvrir les ressources existantes... Ces clés de compréhension sont importantes pour permettre aux proches de rester en lien avec leur parent malade, dans le respect de ses choix et de sa dignité.

//JD

- (1) Les consultations se déroulent à l'ASBL ou selon les possibilités de déplacement. Prix : 40 EUR l'heure.  
(2) Guidances de groupe : 60 EUR pour 6 séances d'une heure trente (département du premier groupe en mars prochain).



>> Infos : Le Bien Vieillir asbl, rue L. Namèche 2bis, 5000 Namur 081/65.87.00. - [www.lebienvieillir.be](http://www.lebienvieillir.be)

## Sale temps pour les médicaments

Ces dernières semaines, les médicaments ont traversé une mauvaise passe. Après le procès contre les pilules contraceptives, le Motilium et ses dérivés à base de la molécule dompéridone sont à leur tour visés. Et d'autres médicaments ont rejoint une "liste noire" dressée par la revue française Prescrire.

Des dizaines de médicaments sont dans la ligne de mire de la revue Prescrire. Sous leur dénomination commune internationale (DCI), ils y sont mentionnés comme "plus dangereux qu'utiles". De quoi alarmer l'opinion publique. La liste de domaines thérapeutiques concernés est longue : cardiologie, oncologie-hématologie, dermatologie-allergologie, diabétologie-nutrition, gynécologie-endocrinologie, gastro-entérologie, infectiologie, neurologie, psychiatrie-dépendances, pneumologie-ORL et douleur-rhumatologie. "Parmi cette longue énumération, on retrouve, en-

tre autres, des médicaments qui ne sont pas ou plus en circulation en Belgique", explique la porte-parole de l'Agence fédérale des médicaments et des produits de santé (AFMPS). Cette autorité déplore la parution de cette liste dans la presse. Selon elle, "le médicament est le produit le plus contrôlé du marché. Un tel article remet en cause tout le système de pharmacovigilance qui encadre rigoureusement la commercialisation de ceux-ci." Et de rappeler que l'évaluation se fait en fonction du rapport "bénéfices-risques" qui doit être positif en faveur des bénéfices.

Parmi les DCI citées par la revue Prescrire : la dompéridone (présente dans le Motilium ou le Touristil), délivrable sans prescription médicale en Belgique. Cette molécule peut soulager les nausées et diminuer les vomissements. Depuis quelques mois, elle est surveillée de très près par l'AFMPS. En cause : quelques cas d'affections cardiaques sévères, pointés en Belgique. "Pour un médicament, le risque zéro n'existe pas, rappelle la porte-parole de l'AFMPS. Avec la dompéridone, le rapport bénéfices-risques n'est pas remis en cause. Mais nous sommes en train d'étudier la possibilité de la délivrer uniquement sur prescription médicale, comme c'est le cas dans la plupart des pays européens."

Les effets indésirables sont des risques à envisager lors de la prise de tout médicament. Un médecin qui suit son patient peut juger si la dompéridone, ou les autres médicaments taxés de potentiellement dangereux par la revue Prescrire, peuvent être pris ou non par le malade, en fonction de son état de santé global. Son rôle consiste par ailleurs à tenter de trouver une alternative à ces médicaments. "Le rôle du pharmacien et du médecin est très important, conclut l'AFMPS. Les médicaments ne sont pas des bonbons. Sans supervision médicale, la prise de ceux-ci peut engendrer de gros risques."

//VT

>> Infos : 02/524.80.00 - [www.fagg-afmps.be](http://www.fagg-afmps.be)

La "liste noire" établie par la revue Prescrire est consultable en ligne. Elle est actuellement en page d'accueil du site [www.prescrire.org](http://www.prescrire.org) > Pour mieux soigner : des médicaments à écarter > PDF téléchargeable (Revue Prescrire, tome 33, n°352).



© BELPRES

### > Flore en Belgique

Le Jardin botanique national de Belgique publie un ouvrage : Nouvelle flore de Belgique. Les amateurs de plantes accueilleront cette « bible » du botaniste avec joie. 1300 pages richement illustrées de dessins permettent l'identification de nombreux végétaux de nos régions (plantes à fleurs, conifères, fougères...). Il s'adresse à tous : tant aux étudiants qu'aux scientifiques, aux naturalistes et aux passionnés de botanique. En vente au Jardin botanique au prix de 45 euros (+ frais d'envoi).

INFOS : 02/260.09.42 - [WWW.BOTANICGARDEN.BE](http://WWW.BOTANICGARDEN.BE)

### > Le visage de l'économie sociale

A l'occasion de ses 30 ans, la SAW-B, ASBL active dans la défense d'un économie sociale en Wallonie et à Bruxelles, publie une brochure rassemblant 30 portraits d'entreprises sociales et d'économie sociale. Ces entreprises misent sur l'humain, entreprennent autrement, pensent collectivement, visent une plus-value sociale plutôt que le profit, s'inscrivent dans un mouvement économique alternatif au capitalisme. Brochure disponible en version papier ou en PDF en ligne (Rubrique Actualités).

INFOS : 071/53.28.30 - [WWW.SAW-B.BE](http://WWW.SAW-B.BE)

### > Handicap

39% des personnes handicapées bénéficiant en Belgique d'une allocation vivent sous le seuil de pauvreté européen. C'est l'une des conclusions de l'enquête Handilab, menée par la 'Katholieke Universiteit Leuven' (KUL) à la demande du Service public fédéral (SPF) Sécurité sociale et du Service public de programmation (SPP) Politique scientifique. L'enquête conclut que les allocations actuelles ne couvrent pas suffisamment les frais supplémentaires liés au handicap et que le risque de pauvreté chez les personnes handicapées est régulièrement sous-évalué.

INFOS : L'ÉTUDE EST CONSULTABLE SUR [WWW.BELSP0.BE](http://WWW.BELSP0.BE)

### > Seniors

L'ASBL Ages et Transmissions vient d'éditer un cahier d'une trentaine de pages consacrées aux relations entre les Bruxellois et les populations d'origine étrangère. Son titre : "mieux vivre ensemble à Bruxelles, des Seniors en parlent". Loin de vouloir apporter une réponse unique à toutes les questions, il a pour ambition d'être utilisé comme support d'animation, de discussion et de débat.

INFOS : 02/514 45 61 (LU, MA ET JE) - [WWW.AGETTRANSMISSIONS.BE](http://WWW.AGETTRANSMISSIONS.BE)

### > Argent

A quoi bon économiser quelques euros en optant pour un fournisseur d'électricité verte si l'argent ainsi épargné, et placé sur un compte d'épargne, sert à financer le nucléaire ou le pétrole? C'est ce genre de paradoxe que soulève le site Ecoconso dans son dernier numéro, intitulé La bourse ou l'éthique. Se basant sur le fait que beaucoup de gens ignorent ce qu'on fait avec leur argent, il propose les noms d'associations qui ont à cœur d'aider chacun à (re)devenir maître du destin de celle-ci.

INFOS : 081/73 07.30 - [WWW.ECOCONSO.BE](http://WWW.ECOCONSO.BE)

## Neuro-sciences

Les expériences de mort imminente ont longtemps fait l'objet de théories ésotériques en tous genres. Depuis plusieurs années cependant, des témoignages surprenants suscitent l'intérêt croissant de neuroscientifiques qui explorent la conscience humaine.

Un jour, ils ont frôlé la mort et, dans cette situation de danger réel ou émotionnel, ils ont vécu une expérience extraordinaire. Ceux qui témoignent de cette "expérience de mort imminente" (EMI) évoquent la vision d'une lumière brillante au bout d'un tunnel, un sentiment de bien-être intense, la sensation d'avoir existé en dehors de leur corps, la rencontre avec des proches décédés et une vision accélérée des épisodes de leur vie. Des récits étonnants, qui font l'objet de recherches neuroscientifiques de plus en plus nombreuses et extrêmement pointues.

## Une expérience qui laisse des traces

Les progrès techniques réalisés ces dernières années en neuro-imagerie pourraient permettre de visualiser d'éventuelles "cicatrices" laissées sur le cerveau des personnes ayant vécu cette expérience. Neuropsychologue et aspirante FNRS au sein du Coma Science Group de l'Université de Liège, Vanessa Charland-Verville explique: "Nous disposons d'un questionnaire - l'échelle de Greyson - qui nous permet d'identifier avec certitude les cas d'EMI parmi les témoignages que nous recevons. Leur recueil nous permet de constater que les EMI n'ont rien d'un rêve ni d'un événement imaginé. Un processus cérébral localisé et généralisé semble s'enclencher lorsque des individus se retrouvent proches de la mort ou dans une situation de danger psychologique ou émotionnel. Des études ont montré que l'activation d'une partie du cerveau - la jonction temporo-pariétale droite - serait liée aux perceptions extracorporelles rapportées par les 'expériences' d'une EMI. Une grande partie de notre travail consiste à recueillir et étudier les récits des témoins. Ensuite, nous tentons d'établir des liens entre les phénomènes décrits et les traces que nous pouvons déceler sur les images du cerveau."

L'expérience est hautement spirituelle et profondément transformatrice pour tous ceux qui l'ont vécue.

## Un vécu difficile à partager

Bien souvent, les "expériences" - comme les nomment les chercheurs - gardent le silence pendant des années avant d'oser se confier. "Les EMI ont longtemps été associées à bon nombre d'idées farfelues, explique Vanessa Charland-Verville. Ceux qui l'ont vécu ont parfois peur d'en parler, craignant de passer pour des illuminés. Les témoignages que j'entends me fascinent et me touchent beaucoup. Tous les 'expériences' semblent vivre plus ou moins la même chose et pourtant, cela reste encore tabou... En plus de cette crainte d'être jugé ou incompris, il y a aussi la difficulté de mettre des mots sur cette expérience hautement spirituelle

## Témoignage : faux départ

"Je me suis senti aspiré hors de mon corps. J'ai traversé un couloir tout noir, à toute vitesse. Une vitesse que je ne peux pas exprimer ici car je ne la connais pas. Tout au bout, je me souviens, il y avait une lumière. Une lumière inconnue du monde physique. Une lumière qui semblait même correspondre avec moi. Elle semblait dire: "viens vers moi". Au moment où l'accident s'est produit, j'ai d'abord essayé de lutter et puis je me suis rendu compte qu'il ne fallait pas lutter. Je me suis laissé aller et c'est à ce moment-là que l'expérience s'est produite..."

>> Témoignage vidéo réalisé par l'ULg et visible sur [www.comascience.org](http://www.comascience.org)

## Aux frontières de la mort et de la conscience

et profondément transformatrice pour tous ceux qui l'ont vécue."

## Des effets à long terme

Pim Van Lommel, cardiologue aux Pays-Bas, a interrogé des centaines de témoins, deux puis huit ans après leur EMI. Son étude montre que tous les sujets ayant vécu cette expérience ne craignent plus la mort. Depuis lors, la plupart croient fermement en une "vie après la vie", pour citer le premier ouvrage scientifique publié sur le sujet par le Dr Raymond Moody (1). A côté de ces changements significatifs sur le plan spirituel et/ou religieux, le Dr P. Van Lommel remarque également une révision de l'échelle de leurs valeurs: un intérêt plus marqué pour le sens de la vie et l'adoption de comportements davantage altruistes et bienveillants. Cette évolution de pensée se concrétise dans leur vie quotidienne, par exemple par la réorientation de leur carrière professionnelle.

## Preuve d'une vie après la mort ?

Ces expériences prouvent que des patients déclarés cliniquement morts continuent à vivre dans un état de conscience dit "altéré ou modifié" (2). Si le cœur et la respiration sont effectivement à l'arrêt de façon transitoire chez ces patients, ceux-ci ne sont pas en état de "mort cérébrale" pour autant, comme l'explique Vanessa Charland-Verville: "La question d'une vie éventuelle après la mort implique d'abord de bien s'entendre sur la définition du concept de 'mort'. Il faut distinguer l'état de 'mort clinique' (arrêt des fonctions cardiaques et respiratoires) et l'état de 'mort cérébrale' (arrêt des fonctions neurologiques). Selon les critères de l'Académie américaine de neurologie, les patients dont les fonctions neurologiques se sont arrêtées et qui reçoivent un diagnostic de mort cérébrale ne reviennent jamais à la vie. Chez les personnes ayant vécu une EMI, les fonctions neurologiques ont été altérées et réduites mais elles n'ont pas cessé de fonctionner. Par conséquent, ces expériences ne permettent aucune affirmation, positive ou négative, concernant l'éventualité d'une vie après la mort. Le phénomène d'EMI ne doit pas être considéré comme une preuve absolue et irréfutable de ce qu'il se passe 'après'. On ne saura jamais ce qu'il se passe après la mort tant que nous ne franchirons pas nous-mêmes cette ultime étape. Chaque témoin apporte une signification à son expérience qui lui est personnelle. La question d'une vie après la mort n'est pas celle qui nous inté-

Tous les sujets ayant vécu une expérience de mort imminente ne craignent plus la mort.

resse dans nos recherches. Nous étudions les EMI afin de mieux cerner les fonctions cognitives et neurologiques à l'approche de la mort, pour enrichir nos connaissances de la conscience humaine."

## Spiritualité, psychologie, neurologie

Dans un article intitulé "Expériences de mort imminente : phénomènes paranormaux ou neurologiques?" (3), Steven Laureys, professeur de neurologie et directeur de recherches FNRS au Coma Science Group, résume les trois grandes théories avancées aujourd'hui pour expliquer l'origine des EMI. D'abord, les théories spirituelles ou transcendantales.

D'après elles, l'esprit (ou l'âme) serait immatériel et pourrait dès lors être séparé du corps physique. Les EMI seraient dans ce cas une sorte d'avant-goût du monde spirituel qui nous attend dans l'au-delà.

Ensuite, l'approche psychologique. La théorie la plus courante attribue l'apparition de ces phénomènes à un mécanisme de défense inconscient. L'individu se sentant menacé de mort vivrait une forme de dépersonnalisation (sentiment de perte du sens de la réalité) engendrant une propension à focaliser son attention sur des expériences sensorielles sélectives ou imaginaires (sensation de quitter son propre corps). Cette explication psychologique est contestée par plusieurs auteurs qui ne voient aucune forme de dépersonnalisation dans le récit des témoins dans la mesure où ceux-ci ne perdent pas la notion de leur identité mais associent difficilement leurs sensations corporelles à leur identité.

Enfin, les théories neurologiques. Certains auteurs supposent un rôle important de l'anoxie (diminution importante de la quantité d'oxygène distribuée par le sang aux tissus). Les recherches les plus récentes mettent en avant un dysfonctionnement du cortex temporo-pariétal. Mais les hypothèses proposées n'expliquent pas l'entière des symptômes d'une EMI.

## Une expérience pilote en France

Parmi les phénomènes inexplicables à ce jour, il y a le fait que certains 'expériences' ont rapporté des détails très surprenants de leur réanimation puisqu'ils étaient inconscients. Des éléments qu'ils n'ont pas pu voir ni entendre, et dont ils font mention avec suffisamment de justesse pour susciter l'intérêt de plusieurs chercheurs. Pour la première fois en France, une

étude pilote est menée actuellement en Dordogne à l'Hôpital de Sarlat (4). Une enveloppe opaque contenant un objet choisi et mise sous scellé par huissier a été collée dans différents services accueillant des patients susceptibles de vivre une EMI (anesthésie-réanimation, soins intensifs). L'objectif est de vérifier si un patient vivant une EMI parvient à percevoir le contenu de l'enveloppe pendant cette expérience. En deux ans, cinq EMI ont été recensées dans cet hôpital sans qu'aucun 'expérimenteur' n'ait été capable de détailler le contenu de l'enveloppe. L'expérience se poursuit...

Depuis plus de 30 ans, les EMI font l'objet de recherches pluridisciplinaires dans le monde entier, qui soulèvent des questions essentielles. Nos connaissances actuelles du fonctionnement du cerveau sont-elles réductrices comparé à ses facultés réelles? Le corps et l'esprit fonctionnent-ils indépendamment l'un de l'autre? L'âme existe-t-elle, et si oui, survit-elle à la mort du corps physique? Nul ne le sait, actuellement, mais des chercheurs s'y attèlent avec rigueur et ouverture.

//LAURENCE LATOUR

- (1) Dr R. Moody, *La vie après la vie*, 2003  
 (2) Cet état mental diffère de l'éveil normal en termes de perception de soi et de l'environnement (hypnose, méditation, rêve...)  
 (3) "Expériences de mort imminente : phénomènes paranormaux ou neurologiques?", Thonnard M. et al., Revue médicale de Liège, [www.coma.ulg.ac.be/fr/publications.html](http://www.coma.ulg.ac.be/fr/publications.html)  
 (4) Plus d'infos sur [www.cneric.fr](http://www.cneric.fr) (recherche en cours).

## Appel à témoins

Vous avez vécu une expérience de mort imminente? En Belgique, les chercheurs du Coma Science Group lancent un appel à témoins pour étayer leurs études en cours. Les volontaires sont invités à compléter un questionnaire comprenant quatre parties: le récit de leur expérience, des questions visant à évaluer l'EMI selon les normes internationales, des questions dirigées permettant de se remémorer des détails éventuellement oubliés, ainsi que des questions complémentaires portant sur la mémorisation, les émotions et les perceptions vécues lors de l'expérience.

Une belle occasion pour les 'expériences' de partager leur vécu extraordinaire avec des chercheurs qui, s'ils ont les deux pieds sur terre, gardent l'esprit ouvert à ce qui demeure encore inconnu à l'heure actuelle...

>> Infos : [vanessa.charland-verville@ulg.ac.be](mailto:vanessa.charland-verville@ulg.ac.be) - [www.comascience.org](http://www.comascience.org)

# Papys et mamys, apprentis reporters

Tous vêtus d'orange (la couleur d'énéoSport mais aussi celle de la radio Vivacité), six aînés bouclent leur valise. Direction : le sud de la France! Avec eux, ils emportent leur passion pour le sport, leur énergie débordante et surtout... un micro. Pas question d'aller se reposer peinard dans un mas. Non ! Ces papys et mamys deviennent reporters pour la radio de la RTBF, Vivacité.



énéoSport et Vivacité emmènent les auditeurs sur les routes de France.

Les yeux pétillant d'excitation, six membres d'énéoSport (1), se sont préparés à participer dans le courant de février et de mars, à une aventure peu ordinaire, la Francodyssée. Qu'il soit médecin, instituteur retraité, "mamie gâteau" ..., tous se sont lancés, sans hésiter, dans l'aventure. Le temps d'une semaine, ils se glissent dans la peau d'un journaliste et partent sillonner les routes de France en vue de ramener des reportages pour l'émission *Grandeur nature*, animée par Adrien Joveneau et diffusée sur les ondes de Vivacité. Les reportages seront à leur image, annonce-t-on : dynamiques, sportifs, malicieux et attendrissants.

### En pleine forme

"Papy et mamy reporters? C'est Adrien qui a trouvé le titre de l'émission, lance en riant Elisabeth Sonnenberg, journaliste en herbe. Il avait peur que cela nous vexé. Mais ce n'est pas le cas ! Nous sommes des grands-parents, et fiers de l'être. Le terme ne veut rien dire, c'est l'état d'esprit qui compte. Et nous nous sentons toujours dans le coup!" Et Christian Saelmaeckers, autre papy reporter d'ajouter : "Ce projet est un défi personnel que je me lance. Il faut démontrer que les temps changent et que nos aînés aujourd'hui ne sont plus les mêmes qu'au siècle dernier, parfois avec d'autres priorités mais super actifs et loin d'être une charge pour la société." A les entendre, ces retraités (presque le cas pour tous) âgés de 60 à 72 ans restent très actifs. Investis dans de nombreux projets person-

nels ou associatifs – dont évidemment, énéoSport –, ces aînés ont un emploi du temps bien chargé et entendent garder la forme.

### Relever le défi

Le projet *Grandeur nature* a séduit, tout de suite, les aînés d'énéoSport. Chacun à leur tour, pendant une semaine, ils partent, accompagnés d'un journaliste, à la découverte d'une ville de l'Hexagone. Une fois sur place, ils ont pour mission de trouver des endroits intéressants à faire découvrir aux auditeurs, et liés à la thématique du sport. Ensemble, ils font un repérage minutieux des lieux et prennent des contacts avec des personnes à interviewer. En fin de semaine, l'animateur, Adrien Joveneau, rejoint l'apprenti reporter pour enregistrer l'émission de deux heures, diffusée ensuite sur les ondes.

### Le sport dans tous ses états

Pas question de faillir à sa mission ou de se reposer ! En quelques jours, les membres d'énéoSport se frotteront aux impératifs, parfois stressants, des médias. Pourtant, un vent de "zen attitude" souffle sur les novices en la matière. "Ceux qu'il a fallu convaincre de nous laisser partir, ce sont nos moitiés", lance un futur reporter. Habitué aux challenges et aux contre-lamonte, ils ne sont effrayés ni par l'ampleur de la tâche ni par le fait de se retrouver presque seuls à construire une émission. "Depuis toute petite, je vis ce genre d'aventures,

explique fièrement Elisabeth Sonnenberg. Plus jeune, je partais avec *Jeunesse & Santé*, sans connaître personne au préalable. J'ai le contact facile. Je n'ai pas peur de me retrouver dans le sud et de devoir me débrouiller. En plus, ce sera l'aventure : je n'ai jamais pris le TGV et je ne connais pas du tout Saint-Raphaël, la ville que je dois faire découvrir aux auditeurs." D'autres redoutent l'engouement d'Adrien Joveneau, le concepteur du projet : "Comme nous sommes au pied du Mont Ventoux, il veut faire une longue balade à vélo, s'inquiète Daniel Decorwée, papy d'Entrechaux. Je suis sportif, mais je m'entraîne beaucoup pour la marche, mon sport de prédilection. Les côtes de cette région m'effraient un peu sur deux roues." Adrien rassure : "seulement" trois heures et 25 km de coups de pédales attendent notre reporter. "Cette empathie de la part d'Adrien est vraiment positive, sourit Aurore Devos, coordinatrice chez énéoSport. Il a bien saisi la philosophie de notre mouvement : nous ne faisons pas du sport de compétition. Chacun trouve sa place dans nos activités, peu importe sa condition physique."

Cette belle aventure se clôturera, pour le meilleur reporter, par un voyage supplémentaire à Pâques. Mais ce seront de vraies vacances : une semaine de ski à Val d'Isère.

// VIRGINIE TIBERGHEN

(1) énéoSport est une association sportive qui s'adresse particulièrement aux personnes de plus de 50 ans. Infos : 02/246.46.74 – www.eneosport.be

## Echos de cette odyssee peu ordinaire

Première escale de la Francodyssée : Entrechaux. Daniel Decorwée est parti à la découverte de cette région au pied du Mont Ventoux. Enchanté par l'expérience, il a pu tester ses talents sportifs : tandem, vélo électrique, randonnée... et même escalade. Ce papy en a relevé des défis.

"C'était formidable. Les gens de la région nous ont accueillis à bras ouverts. L'expérience de journaliste m'a séduit : aller en repérage pour des reportages, travailler avec l'équipe de *Grandeur Nature*... Cette semaine m'a permis de décrocher du quotidien, même si c'était intense en termes de travail et de préparation. De plus, j'ai découvert de nouveaux sports. Je n'avais jamais roulé en tandem : en duo sur ce vélo, j'étais en symbiose avec mon coéquipier. J'ai vécu des moments magiques, comme la balade dans les Dentelles de Montmirail. Au soleil couchant, j'avais l'impression d'être seul au monde face à la montagne. Sans hésiter, je suis prêt à recommencer l'aventure. Une semaine, c'était d'ailleurs trop court!"

### >> Pour suivre leurs aventures...

Retrouvez les papys et mamys reporters dans l'émission *Grandeur nature*, diffusée tous les samedis du 2 février au 9 mars de 15h à 17h, en radio sur Vivacité.

Si vous avez raté un épisode, vous pouvez télécharger l'émission en podcast sur [www.rtbf.be/vivacite](http://www.rtbf.be/vivacite).

Suivez la page Facebook de l'émission : [www.facebook.com/grandeurnature](http://www.facebook.com/grandeurnature).

En Marche reviendra sur la Francodyssée dans le numéro du 21 mars, avec les échos de l'expérience.

## Portraits



### > Daniel Decorwée, 69 ans

Médecin toujours en activité, Daniel Decorwée aime bouger, que ce soit en jouant au tennis, en allant à la piscine ou encore en enfourchant son vélo. Mais surtout, il aime marcher. Pour lui, le sport, c'est la santé !

"La Francodyssée est, pour moi, une belle opportunité de vivre une expérience privilégiant la rencontre avec d'autres personnes. En plus, découvrir une région ne se refuse pas. Avec mes reportages, j'espère donner envie aux seniors de bouger et de voyager."

Ville de la Francodyssée : Entrechaux (84)

Date de diffusion dans l'émission *Grandeur nature* : 2 février



### > Pierre Picq, 72 ans

Énéo et Pierre Picq, c'est une longue histoire. Voilà près de 40 ans qu'il côtoie l'association : tantôt, accompagnateur de voyage, tantôt, initiateur d'un club de vélo dans le Tournaisis... Ce senior qui aime bouger a fondé la Marche des Jonquilles, balade printanière rassemblant 6.000 personnes venues de toute la Belgique et de France.

Région de la Francodyssée : Rhône-Alpes

Date de diffusion dans l'émission *Grandeur nature* : 9 février



### > Elisabeth Sonnenberg, 64 ans

D'abord maman au foyer, devenue « mamie gâteau » pour ces cinq petits-enfants, Elisabeth Sonnenberg ne s'ennuie jamais. Entre les balades et autres activités de plein air, le chant choral ou sa passion pour le scrapbooking (collage et montage de photos) et les cartes 3D, elle trouve encore du temps pour assumer la présidence d'énéoSport Verviers.

Ville de la Francodyssée : Saint-Raphaël (83)

Date de diffusion dans l'émission *Grandeur nature* : 16 février



### > Willy Gérard, 67 ans

Policier à la retraite et pompier volontaire, cet homme au grand cœur aime rendre service aux gens. Ancien footballeur, il s'occupe aujourd'hui d'un club de foot en salle. Il se passionne également pour le jogging. Tous les dimanches matins, il court une dizaine de kilomètres en groupe.

Il aime aussi voyager. "C'est l'occasion de rencontrer des gens. Je pense que le Cap d'Agde, la destination de la Francodyssée, me convient bien car la région présente une grande variété de paysages mais aussi de par sa situation géographique et son développement touristique."

Ville de la Francodyssée : Cap d'Agde (34)

Date de diffusion dans l'émission *Grandeur nature* : 23 février



### > Christian Saelmaeckers, 60 ans

Ancien directeur d'école, Christian Saelmaeckers profite de sa retraite en s'investissant dans de nombreux projets, notamment sportifs. Plus jeune, c'est sur les terrains de football que l'on croise cet aîné. Aujourd'hui, on le voit à vélo sur les chemins de halage ou le réseau du RAVEL (ndlr : réseau de voies réservées aux usagers lents). Ou encore arpentant à pied et en groupe les sentiers du Brabant wallon mais aussi de régions plus lointaines. "Avec mon groupe de marche, nous voulons permettre aux seniors de poursuivre une activité physique avec un encadrement sécurisé, de briser un isolement éventuel et d'entretenir un réseau de relations sociales dans une ambiance conviviale."

Ville de la Francodyssée : Aix-en-Provence (13)

Date de diffusion dans l'émission *Grandeur nature* : 2 mars



### > Christiane Ophals, 65 ans

Christiane Ophals arbore un grand sourire. Elle aime rencontrer d'autres gens. Retraîtée de sa longue carrière à la Mutualité chrétienne, elle a souhaité s'investir dans d'autres projets pour maintenir des liens sociaux, par exemple à Énéo et à énéoSport. Avec son envie de bouger, elle participe à un club de marche, de badminton...

"Je suis très enthousiaste quant à la Francodyssée. Je suis heureuse de m'y être engagée. C'est super de permettre aux aînés de connaître les bienfaits du sport pour la santé, le moral, etc. Puis, cette aventure permettra de faire de son mieux tout en apprenant, en se perfectionnant au niveau sportif et culturel."

Ville de la Francodyssée : d'Antibes à Nice (06)

Date de diffusion dans l'émission *Grandeur nature* : 9 mars

Partir avec la Mutualité chrétienne

Les séjours proposés par les associations partenaires de la MC sont toujours conçus pour favoriser les rencontres, la solidarité, la convivialité... Une attention particulière est portée aux attentes des familles et de leurs enfants, sans oublier les personnes précarisées sur le plan de la santé et du handicap. Ces vacances avec tous et pour tous ne pourraient exister sans l'engagement et la compétence de centaines de volontaires.

La Mutualité chrétienne vient vers vous avec diverses offres de vacances préparées par ses associations partenaires. Nous sommes en situation de crise économique et sociale; les familles sont inquiètes quant à l'avenir; beaucoup de gens sont touchés par le chômage, menacés par des licenciements; de jeunes ménages ne disposent que d'emplois précaires. Cela crée du stress bien compréhensible. Nous serions tentés de réduire notre budget loisirs et donc celui des vacances, alors que dans le contexte d'aujourd'hui, nous rêvons tous d'évasion. A chacun d'y réfléchir, en découvrant les propositions décrites dans ces pages, qui s'adressent à tous, et toujours dans un climat convivial et solidaire. Soyez aussi attentifs aux réductions proposées par votre mutualité.

Jeunesse & Santé propose de nombreux séjours ou plaines de vacances en Belgique et à l'étranger. Les enfants et adolescents y vivent une expérience de groupe inoubliable. Ils sont encadrés par d'autres jeunes volontaires qui ont suivi une formation à l'animation (brevet reconnu par la fédération Wallonie-Bruxelles) et découvrent ainsi le

sens des responsabilités. Plusieurs séjours accueillent des enfants handicapés soit dans des activités qui leur sont directement destinées soit dans des activités ouvertes à tous.

Si vous partez en vacances en famille, Intersoc est particulièrement attentif à proposer des activités adaptées à chacun des membres, avec de nouvelles amitiés en perspective.

Vous avez des difficultés de santé ou des problèmes de mobilité? Ne renoncez pas à partir en vacances. Altéo, mouvement social de personnes malades, valides et handicapées, vous offre l'occasion de partir vers des destinations proches ou lointaines, accompagné de volontaires formés qui assureront les aides nécessaires pour que le handicap ne soit plus un handicap. Vivre cette solidarité dans le cadre d'un séjour est une expérience humaine exceptionnelle. Si celle-ci vous tente, signalez-vous. Cela permettra à davantage de personnes handicapées ou malades de s'évader quelques jours.

Vous avez davantage de temps "libéré" après une vie familiale et professionnelle bien remplie? Pourquoi ne pas

## Des vacances conviviales et solidaires

© Veronique Theveniaux

découvrir de nouvelles destinations et créer des liens en voyageant avec Énéo, mouvement social des aînés? Son programme de vacances vous convaincra qu'il n'y a pas d'âge pour explorer des horizons inédits. Tout cela est rendu possible grâce à la collaboration d'ai-

nés volontaires devenus accompagnateurs expérimentés à l'écoute de ceux qui, chaque année, leur font confiance pour de nouvelles aventures.

Que ces nombreux volontaires qui donnent un esprit particulier, une âme, aux

séjours proposés par les mouvements de la Mutualité chrétienne soient ici chaleureusement remerciés.

// CHRISTIAN JAVAUX, DIRECTEUR SOCIO-ÉDUCATIF

Pour les familles

## Intersoc, l'amour de vos vacances

Partir en vacances avec les enfants, voyager tranquillement à deux, vivre le dépaysement en groupe: quelle que soit votre situation, Intersoc vous propose encore et toujours des vacances d'été inoubliables.

Les paysages montagneux de la Suisse et les plages du sud de la France font partie des valeurs sûres. Mais d'autres destinations vous attendent pour des séjours de découverte dont l'organisation est particulièrement soignée: l'Al-

banie, l'Andalousie, le sud de la Turquie, la Cappadoce, Istanbul, le Finistère...

Voyage en avion, en car ou en voiture. Séjour à l'hôtel ou en mobile home. Formule en demi-pension, pension complète, All-In ou en location. Farniente, activités sportives, animations pour petits et grands, excursions... avec Intersoc, concevez vos vacances à la carte, selon vos goûts

Pour les plus de 50 ans

## Des vacances actives, riches en découvertes...

Le service Énéo Vacances propose aux aînés un grand choix de séjours en groupe, proches ou lointains, de types culturel, sportif et de détente.

Le cadre proposé par Énéo Vacances privilégie la convivialité, l'accessibilité, la diversité, un environnement sécurisant et un encadrement de qualité par des volontaires expérimentés... Tous les ingrédients sont réunis pour des vacances vivifiantes, sources de bien-être et agrémentées de nouvelles rencontres. Des séjours alternatifs destinés à concrétiser des projets de solidarité Nord/Sud sont également organisés.

Décider de voyager avec Énéo Vacances, c'est partir à la découverte de nouveaux horizons, se confronter à d'autres cultures et modes de vie. C'est aussi explorer la richesse d'une expérience de vie conviviale au travers de rencontres et de nouvelles relations amicales. En bref, un moment de ressourcement et de bien-être...

Énéo Vacances participe à la dynamique générale du mouvement des aînés. Celle-ci s'exprime, d'une part, par la traduction de ses valeurs (respect, ouverture, solidarité responsable, citoyenneté active) dans les modalités d'organisation et d'animation de ses séjours, d'autre part, par la participation active de représentants des mem-

bres de l'association à la construction et l'accompagnement des séjours.

Énéo Vacances est particulièrement attentif à...

• **la proximité**: les séjours ouverts à tous les membres sont organisés par les régionales d'Énéo, attentives aux attentes de leur public respectif.

• **l'accessibilité**: en termes de mobilité (dans le choix des destinations, des modes de transport, des infrastructures) ou en termes financiers. Ainsi, les prix proposés intègrent une partie des coûts d'organisation et de gestion, la prise en charge de l'accompagnement, la solidarité entre publics, les exigences en matière de sécurité et de confort, une couverture adéquate en matière d'assurances et une participation au financement du mouvement. Les membres mutualistes chrétiens bénéficient d'une réduction et certaines régionales proposent également des prix allégés pour certaines catégories de personnes.

• **la qualité et la sécurité**, par un accueil convivial, le choix de fournisseurs fiables et d'infrastructures appropriées, une organisation sans cesse évaluée, des conditions commerciales "humanisées", une information complète non seulement respectant le prescrit légal mais facilement compréhensible, la formation préliminaire et continue des accompagnateurs, le



souci constant de proposer des programmes qui ne suivent pas nécessairement la mode mais apportent un supplément enrichissant dans le domaine de la culture et de la découverte de l'autre...

>> Pour en savoir plus Adressez-vous aux régionales Énéo. La brochure "Énéo Vacances" y est disponible gratuitement. Elle se trouve également en ligne sur [www.eneo.be/vacances](http://www.eneo.be/vacances).

- Brabant Wallon : 067/89.36.90
- Bruxelles : 02/501.58.10 (ou 13)
- Hainaut Oriental : 071/54.84.08
- Hainaut Picardie : 056/39.15.46
- Liège : 04/221.74.90
- Luxembourg : 063/21.17.23
- Province de Namur : 081/24.48.97
- Verviers : 087/30.51.28

Pour les enfants et les jeunes de 3 à 21 ans

## Le plaisir de bouger ensemble

Découvertes, émotions et animations: tous en vacances avec Jeunesse & Santé!

Souvent attendues avec impatience, les vacances scolaires sont des moments privilégiés pour votre enfant. Instants d'émotions et de plaisir, ces périodes sont des opportunités de sortir du quotidien ou encore de se retrouver davantage en famille. C'est aussi le moment de faire des expériences, des rencontres, de développer de nouveaux talents, de gagner en autonomie... de grandir tout simplement. Les vacances de Jeunesse & Santé, c'est tout cela et bien plus encore.

Des vacances pour tous les enfants

Dès 3 ans, certaines de nos plaines sont déjà accessibles. Dans cette formule de proximité, votre enfant rentre à la maison chaque soir.

Pour les enfants de 7 à 13 ans, en plus des plaines, nous proposons des séjours résidentiels en Belgique et aux Pays-Bas avec une variété de thèmes.

A 14 ans, une offre de séjours à l'étranger, spécifiques pour cette tranche d'âge, est proposée avec une intervention financière importante de la MC.

Quant aux jeunes de 15 à 18 ans ils ont la possibilité de partir à l'aventure au-delà de nos frontières, avec des programmes d'activités bien fournis et variés.

Les enfants et les jeunes handicapés de 7 à 21 ans ne sont pas en reste. En



plus des nombreuses possibilités d'intégration dans nos plaines et séjours traditionnels, nous avons développé une offre de séjours spécifiques adaptés. Chaque séjour possède son projet et ses caractéristiques propres, tant au niveau de l'âge que du type de handi-

cap que l'équipe d'animation peut prendre en charge.

Profitez de tarifs réduits avec la MC

La MC intervient largement dans le prix des séjours, grâce à votre cotisa-

Pour en savoir plus

Pour connaître les lieux et dates des séjours ou des plaines proposées, pour inscrire votre enfant ou recevoir des informations complémentaires, adressez-vous aux régionales Jeunesse & Santé.

Brabant Wallon : 067/89.36.45 • Bruxelles : 02/501.58.20 • Eupen : 087/59.61.27 • Hainaut Oriental : 071/54.84.02 • Mons (Hainaut Picardie) : 065/40.26.54 • Mouscron-Comines (Hainaut Picardie) : 056/39.15.23 • Tournai (Hainaut Picardie) : 069/25.62.67 • Liège : 04/221.74.90 • Province du Luxembourg : 063/21.17.21 • Province de Namur (Dinant, Namur, Walcourt) : 081/24.48.977 • Verviers : 087/30.51.28

Notre offre de séjours spécifiques destinés aux enfants et jeunes handicapés est présentée dans la brochure "Partir Ensemble - 2013" disponible gratuitement sur simple demande au 02/246.49.81, par mail ([j&s@mc.be](mailto:j&s@mc.be)) ou auprès de votre régionale.

Pour les personnes malades, handicapées et leurs familles

## Des vacances pour tous!

En Belgique ou à l'étranger, en famille ou pour un pèlerinage, pour un stage sportif ou un séjour formation: ce sont plus de 70 séjours et 40 destinations qu'Altéo vous propose cette année. Que l'on soit vacancier avec un handicap physique ou mental, membre de la famille ou volontaire accompagnant... chacun trouvera sa place. En toute sécurité.

Tous les séjours d'Altéo sont encadrés par des volontaires formés à l'accompagnement de personnes dont l'état de santé demande de l'assistance. Les soins et le suivi médical sont assurés durant tout le séjour et les vacanciers peuvent compter sur le savoir-faire des équipes de volontaires et sur la qualité de leur service.

Découverte et sécurité pour les vacanciers

Se balader en groupe dans les Ardennes luxembourgeoises? Séjourner dans la belle région de Spa ou faire du vélo (adapté) à Nieuport dans des complexes entièrement accessibles? Découvrir la Tunisie ou les Lieux Saints de la Palestine et d'Israël, à son rythme et sans se presser? Des 70 séjours proposés, pas de doute: à moins un s'adaptera à vos besoins et à vos envies.

Echanges et rencontres pour les volontaires

Etre volontaire pour les séjours Altéo est une belle façon de se rendre utile tout en ayant du plaisir. Il suffit d'avoir plus de 18 ans et aucune compétence particulière n'est requise. Une formation en manutention, en approche du handicap et en connaissance du Mouvement est toutefois proposée aux nouveaux volontaires.



>> Altéo, mouvement social de personnes malades, valides et handicapées, est une asbl fondée en 1961 à l'initiative de la Mutualité chrétienne afin d'offrir aux personnes malades et handicapées les moyens de prendre elles-mêmes leur destinée en main.



vacances est également reconnue et exige deux années supplémentaires. Des formations complémentaires viennent encore enrichir la palette des talents: formation à l'animation d'enfants handicapés, magie, jeux coopératifs, nature, psychomotricité,...

Plus d'infos dans la rubrique "Formations" sur [www.jeunesseetsante.be](http://www.jeunesseetsante.be)

Des animateurs formés

L'encadrement et l'animation sont assurés par de jeunes animateurs bénévoles qui suivent tous une formation d'animateurs qui s'étale sur deux années et qui délivre un brevet reconnu par la Communauté française. La formation de coordinateur de centre de

Plus d'infos dans la rubrique "Formations" sur [www.jeunesseetsante.be](http://www.jeunesseetsante.be)

Animer en santé

Comme son nom l'indique, Jeunesse & Santé accorde une attention particulière à la santé. Les équipes d'animation développent une approche soucieuse du bien-être global de l'enfant, basée sur le respect, l'écoute de ses besoins, le soutien à son autonomie, la valorisation de ses talents, le rapport aux autres et l'apprentissage de la vie en groupe, la construction de projets participatifs. Tous ces aspects se retrouvent dans des gestes quotidiens, des moments privilégiés ou des animations proprement dites.

Envie d'en savoir plus? [j&s@mc.be](mailto:j&s@mc.be) ou 02/246.49.81.



>> Jeunesse & Santé est une organisation de jeunesse reconnue par la Fédération Wallonie-Bruxelles. Elle organise des séjours de vacances et des plaines de jeux agréés par l'ONE. Près de 4.000 animateurs volontaires offrent des animations de qualité à plus de 12.500 enfants.



Concrètement, l'accompagnateur aide la personne dans les gestes de la vie quotidienne. En cela, il bénéficie de l'appui des accompagnateurs expérimentés et des personnes en situation de handicap elles-mêmes, les premiers concernés étant les meilleurs conseillers. Les séjours sont aussi l'occasion d'échanger et de participer aux activités avec les vacanciers.

Convivialité pour tous!

La rencontre entre vacanciers et volontaires marque l'originalité des séjours Altéo. Elle est le gage de vacances réussies. Car ensemble, rires, rencontres, chaleur, amusement, découvertes et bon air seront au rendez-vous.

Pour en savoir plus

Adressez-vous à Altéo au 02/246.42.26. La brochure "Vacances, séjours sportifs et pèlerinages" est disponible gratuitement en envoyant un mail à [alteo@mc.be](mailto:alteo@mc.be), par courrier à Altéo asbl - Chaussée de Haecht, 579 BP 40 - 1031 Bruxelles ou par fax au 02/243.20.59. La brochure est également téléchargeable sur [www.alteoasbl.be](http://www.alteoasbl.be)



>> Pour en savoir plus Le catalogue été 2013 d'Intersoc est disponible gratuitement au 070/23.38.98. Surfez aussi sur [www.intersoc.be](http://www.intersoc.be)



>> Énéo, mouvement social des aînés, est une asbl partenaire de la Mutualité chrétienne. Elle compte 40.000 affiliés en Wallonie et à Bruxelles. Reconnu comme mouvement d'éducation permanente, Énéo encourage la participation et l'engagement des plus de 50 ans dans la société.

Solival vous conseille

## Du tourisme accessible

L'offre en matière de tourisme adapté ou accessible, encore appelé "handitourisme" est en plein essor. L'asbl Solival a fait pour vous un repérage non exhaustif des initiatives et organisations intéressantes pour mieux planifier vos vacances.

"Les personnes âgées qui veulent toujours voyager et sont capables de le faire vont bientôt atteindre 25% de la population européenne. Il faut ajouter à ce chiffre les 50 millions de personnes handicapées en Europe qui souhaitent partir en vacances avec leurs familles et amis, fait remarquer Lillian Muller, Présidente du Réseau européen pour le tourisme accessible (Enat) et directrice de "Tourisme pour tous en Suède" (1). Le tourisme accessible n'est pas un marché de niche. Nous devons améliorer l'accessibilité aux voyages, aux services et installations touristiques car cela profite à tous", plaide-t-elle encore au nom d'Enat. Cette plateforme réunit tous les acteurs du secteur du tourisme et œuvre pour le développement et la diffusion de bonnes politiques et pratiques en matière d'accessibilité dans le tourisme européen.



Des guides touristiques  
Sur le terrain, les choses bougent même si c'est sans doute trop doucement. Des guides touristiques dédiés à l'handitourisme commencent à voir le jour. Ainsi, Le Petit Futé a édité le *Guide des handi-voyageurs* et *Handitourisme : guide de la France accessible* qui fournissent tous deux des informations précieuses pour organiser ses séjours, des assurances à la législation en passant par les formalités, l'argent, les bagages, etc. Ces guides recensent aussi les bonnes adresses en matière de logements, hôtels, restaurants... accessibles.

### Des guides touristiques

Le site internet de *Bruxelles Pour Tous*, guide touristique pour les voyageurs à mobilité réduite (2), répertorie, lui aussi, les hôtels, musées, cafés... bruxellois, selon leur degré d'accessibilité, signalé grâce à des pictogrammes de couleurs. Ce guide propose, en outre, une foule d'informations détaillées et des conseils utiles pour voyager en train, en avion... et ce, également pour les voyages à l'étranger. Un guide papier existe également ainsi qu'une version PDF téléchargeable gratuitement.

Dans ces guides, l'accessibilité a été envisagée au sens large du terme : aussi bien pour les personnes en fauteuil roulant que pour les piétons appareillés (cane de marche, béquilles, tribune...), les personnes malvoyantes, malentendantes, avec handicap mental, avec chien guide, etc.

Par ailleurs, *Le Routard* propose sur son site internet un dossier complet intitulé "handicap et voyage" qui présente des informations utiles sur la

**Bruxelles Pour Tous propose des conseils utiles pour voyager en train, en avion...**



préparation de son séjour, les déplacements en train et avion, les bonnes adresses sur le web... Sur le blog des *Routards sans frontières*, il est aussi possible de télécharger gratuitement (au format PDF) des handiguides sur Malte, Chypre, Stockholm, Helsinki et New-York. Ce blog comporte également un forum permettant d'échanger sur ses expériences personnelles de voyage.

### Des labels (3)

En France, un label "Tourisme et Handicaps" a été mis en place, qui vise à informer les personnes à mobilité réduite (PMR) sur l'accessibilité des lieux de vacances et de loisirs. Un portail national permet d'accéder aux divers sites internet touristiques régionaux dont la plupart ont adapté leurs

informations pour répondre aux besoins spécifiques des personnes en situation de handicap. Outre les logements, les cafés, les musées..., on y trouve aussi des sentiers de randonnées accessibles, des possibilités d'handisport, de locations de matériels spécifiques...

La Flandre, quant à elle, a développé le concept All In et le label Toegankelijk Vlaanderen. Les Pays-Bas, eux, ont lancé la base de données Toe-

risme voor iedereen. L'Allemagne, via son programme Barrierefreier Tourismus, offre aussi un nombre croissant de destinations pouvant convenir à des personnes en situation de handicap ou en difficultés de mobilité.

### Des hébergements et infrastructures accessibles

Certains centres de vacances ou sociétés privées comme par exemple Anykasur se sont spécialisés dans l'accueil et l'hébergement de PMR. Des infrastructures sur mesure répondent aux besoins de ce public : plages accessibles via des rampes d'accès, service de mise à l'eau, immeubles accessibles, organisation d'excursions et de loisirs adaptés, mise à disposition de matériel spécifique (lit, matelas, souleve-personne)... Tout ceci sans supplément, faisant partie de l'offre de services des ces centres. Pour les adeptes du camping, certaines sociétés louent des camping-cars adaptés à des utilisateurs en fauteuil roulant. Ils sont équipés d'une plateforme élévatrice, de mobilier adapté, d'une douche de plain-pied, de barres d'appui au niveau du WC... (4)

### Des séjours adaptés et encadrés

Il est aussi possible de partir en séjour organisé et encadré par des volontaires.

- (1) [www.accessibletourism.org](http://www.accessibletourism.org)
- (2) 02/705.03.48. - 0477.31.86.07 - [www.bruxellespourtous.be](http://www.bruxellespourtous.be)
- (3) [www.tourisme-handicaps.fr](http://www.tourisme-handicaps.fr) - [www.toevla.be](http://www.toevla.be) - [www.toerismevooriedereen.nl](http://www.toerismevooriedereen.nl) - [www.barrierefreier-tourismus.info](http://www.barrierefreier-tourismus.info)
- (4) Borinrent bvba : 015/31.35.19 - [www.borinrent.be](http://www.borinrent.be)
- (5) 02/772.19.52 - [www.decalage.be](http://www.decalage.be)
- (6) 02/387.07.84. - <http://lescheminsdetraver-se.skynetblogs.be/>



Solival est à votre service tous les jours ouvrables de 9h à 16h.

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

Infos : 070/22.12.20. [info@solival.be](mailto:info@solival.be) - [www.solival.be](http://www.solival.be)

Les asbl partenaires de la Mutualité chrétienne, Altéo et Enéo, proposent une offre de séjours adaptés aux personnes en situation de handicap ou aux seniors (plus d'informations en pages 8 et 9).

L'asbl Décalage (5) offre la possibilité aux personnes handicapées de voyager dans des endroits réputés inaccessibles grâce à un accompagnement humain et la mise à disposition de matériel tel que rampes ultra légères, chaise de toilette pliable, joëlette, hippocampe... L'asbl Les Chemins de Traver Se (6) met en relation des personnes handicapées et des personnes en réinsertion sociale pour leur permettre de randonner ensemble en joëlette.

>> Nous remercions les ASBL AMT Concept (créatrice de *Bruxelles pour Tous*) et Décalage pour leur aimable collaboration lors de la rédaction de cet article.

## Du sens à ses vacances

### Voyage solidaire au Sud-Kivu

Partir à la rencontre des habitants du Sud-Kivu pour découvrir cette région de l'intérieur et en toute authenticité : c'est ce que propose le Mouvement ouvrier chrétien de Wallonie picarde depuis trois ans.

"Ce voyage a dépassé toutes nos attentes. Nous avons l'habitude de voyager mais nous n'avons jamais pu 'vivre' un pays comme ça. 'Vivre', je veux dire immerger dans la nature, la culture, rencontrer des gens qui ont de vrais projets pour leur pays... Ca réchauffe le cœur", témoigne Katrien qui a participé à l'un des voyages organisés en 2012. "En trois ans, après onze éditions, les Voyages solidaires ont emmené quelque cent voyageurs à la rencontre de la population kivu-tienne", explique Laurent Velghe, chargé de projet au MOC de Wallonie picarde. L'idée d'organiser des voyages solidaires dans cette région de l'est du Congo a pris naissance grâce au partenariat qu'entretient la Mutualité Chrétienne Hainaut Picardie depuis près de vingt ans avec le Bureau diocésain des œuvres médi-

cales pour le développement de mutuelles de santé. Au fil des voyages, les rencontres se sont multipliées et élargies, les sites et projets à visiter se sont étendus, tous plus intéressants les uns que les autres. "A partir d'un itinéraire de base, le programme de chaque séjour est adapté au mieux des attentes et intérêts du groupe de voyageurs", précise Laurent Velghe. Nouveautés pour cette saison : afin de mieux cerner la situation du Kivu dans le contexte global de l'Afrique des Grands Lacs, le programme inclut quelques rencontres au Rwanda et au Burundi, et la durée du voyage passe de 12 à 16 jours".

Les Voyages solidaires au Sud-Kivu s'inscrivent dans une démarche de tourisme éthique et équitable. Cela



© Jennifer Vandriessche

se concrétise par une rémunération juste des collaborateurs locaux (accompagnateurs, transport, logement, intendance...), mais aussi par le soutien à des projets de développement comme le journal *Le Souverain*, le seul journal indépendant du Sud-Kivu, qui lutte pour la démocratie, les droits des femmes... et pour

sa survie. "Les retombées financières directes sur la population représen-

tent maintenant près de 70% du prix du voyage, assure le chargé de projets. Et les retombées indirectes prennent de plus en plus d'ampleur : parrainages pour la scolarité d'enfants, partenariats avec des associations, dons et apports de matériel divers (principalement médical)... Mais ce sont sans doute les relations entre personnes qui constituent les plus belles suites de ces voyages. Aux yeux des Kivu-tiens, ces échanges prennent une importance et une signification insoupçonnées. Et ces voyages leur envoient un message d'espoir en brisant leur sentiment d'être des oubliés de ce monde".

// JD

>> Dates des voyages en 2013 : du 30 mars au 14 avril, du 29 juin au 14 juillet et du 26 octobre au 10 novembre (sous réserve d'un nombre suffisant de participants). Possibilité de voyage sur mesure pour tout groupe de 8 à 12 personnes. Prix : 2.845 EUR en pension complète (sauf l'un ou l'autre repas). Infos : [laurent.velghe@moc-ho.be](mailto:laurent.velghe@moc-ho.be) - 0474/79.70.14 - [www.moc-ho.be](http://www.moc-ho.be)

## A Pâques sur la Côte d'Opale

Durant les vacances de Pâques, Intersoc vous propose de séjourner à Merlimont, charmante station balnéaire.



Inutile d'aller au bout du monde pour passer d'excellentes vacances. A 250 km de Bruxelles, dans un cadre verdoyant, savourez les plaisirs de la Côte d'Opale et du Pas-de-Calais.

Vous séjournerez (en formule location) dans le superbe parc de bungalows de notre partenaire Vacances, à deux pas des dunes. Au pays du vent et de l'écume, la région de Merlimont regorge de curiosités et d'aventures, dans un rayon de quelques kilomètres.

**Hébergement :** bungalow 6 personnes - salle de séjour avec coin cuisine équipée - 2 chambres dont l'une pour 2 pers. et l'autre pour 4 pers. Salle de bains avec wc. Chauffage, téléphone et mobilier de jardin.

**Animations :** pas de clubs enfants - animations de soirée.

**Dates :** deux périodes d'une semaine : **du 30 mars au 6 avril** ou **du 6 au 13 avril.**

**Prix de la location : 427 EUR**

>> Plus d'infos au service clientèle au 070/233.898 de 8h à 18h (le samedi jusqu'à 13h) ou sur [www.intersoc.be](http://www.intersoc.be)

LIC A5654

## Offres d'emploi

LE SECRÉTARIAT NATIONAL DE LA CSC À BRUXELLES ENGAGE (H/F):

> un conseiller social

pour son service d'étude - CDI - temps plein (période d'essai de 6 mois) - entrée immédiate.

Plus de détails sur [www.csc-en-ligne.be](http://www.csc-en-ligne.be)

Rens.: 02/246.34.25 ou [cserroyen@acv-csc.be](mailto:cserroyen@acv-csc.be)

Envoyez votre candidature pour le 25 février au plus tard à Jo Eelen, chef de personnel CSC, chée de Haecht 579 - 1030 Bruxelles.

LA CLINIQUE SAINT-LUC DE BOUGE RECHERCHE (H/F):

> un adjoint au responsable du magasin central

> un coordinateur du service de diététique

> un steward

> des infirmiers en techniques cardiologiques

> des infirmiers au bloc opératoire

> des infirmiers SIAMU

Plus de détails sur [www.slbo.be](http://www.slbo.be)

Envoyez votre candidature avec CV et une lettre de motivation pour le 15 février à [ressources.hu-maines@slbo.be](mailto:ressources.hu-maines@slbo.be) ou Clinique St-Luc, Département RH, rue Saint-Luc 8 - 5004 Bouge.

L'ASBL "LES TROIS PORTES", SECTEUR DES MAISONS D'ACCUEIL DANS LA RÉGION NAMUROISE, RECRUTE (H/F):

> un directeur financier, juridique et administratif

CDI - temps plein - barèmes CP 319.02

**Fonction :** responsable de l'aspect financier, juridique, administratif de l'immobilier et de la gestion des achats - gestionnaire administratif du personnel.

**Profil :** diplômé de l'enseignement supérieur universitaire ou non à orientation pédagogique, psychologique, sociale ou paramédicale - 3 ans d'expérience en gestion dans le secteur de l'aide aux personnes.

Envoyez votre candidature au plus tard pour le 15 février à Guy Roba, administrateur - [guyroba3@gmail.com](mailto:guyroba3@gmail.com)

LA CLINIQUE SAINT-PIERRE À OTTIGNIES ENGAGE POUR ENTRÉE IMMÉDIATE (H/F):

> un infirmier chef

pour le quartier opératoire - temps plein.

> un cadre intermédiaire - infirmier chef de service

pour le département infirmier - temps plein.

Plus de détails sur [www.clinique-saint-pierre.be](http://www.clinique-saint-pierre.be)

Envoyez votre candidature avec une lettre de motivation et CV détaillé pour le 28 février au plus tard à Mme Seront, Directrice du département infirmier, Clinique Saint-Pierre, av. Reine Fabiola 9 - 1340 Ottignies.

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

> des infirmiers de jour

pour ses sites de Soignies et de Neufvilles - temps plein/partiel - poste libre pour la MR-MRS.

Plus de détails sur [www.asbl-mmi.be](http://www.asbl-mmi.be)

Envoyez votre candidature à J.F. Maribro, Responsable RH, Grand Chemin 61 - 7063 Neufvilles ou [ressourceshumaines@asbl-mmi.be](mailto:ressourceshumaines@asbl-mmi.be)

## Offres de service

LE CENTRE SOCIAL DU BÉGUINAGE ASBL RECHERCHE (H/F):

> un volontaire

pour le cours d'alphabétisation en français "oral" pour adultes migrants, le mercredi matin.

Rens.: 02/219.12.51, Alice Carpentiers ou [alice.alpha.csb@gmail.com](mailto:alice.alpha.csb@gmail.com)

L'ASBL RELIANCE, ASSOCIATION RÉGIONALE DES SOINS PALLIATIFS DE MONS BORINAGE-LA LOUVIÈRE-SOIGNIES, RECHERCHE (H/F):

> des bénévoles

pour accompagner une équipe infirmière-psychologue au domicile de patients en fin de vie et/ou apporter une contribution dans le travail administratif - véhicule indispensable et frais de déplacement à charge de l'asbl.

Rens.: 065/36.57.37, Magali Urgeghe ou [reliance@belgacom.net](mailto:reliance@belgacom.net)

L'ASBL ESPACE SOCIAL TÉLÉ-SERVICE À BRUXELLES RECHERCHE (H/F):

> un juriste bénévole expérimenté

pour aider des personnes précarisées à résoudre des litiges relatifs au droit à la consommation. Autres spécialités bienvenues : droit pénal, sécurité sociale, droit du travail... - une à deux demi-journées/sem.

Rens.: 02/548.98.00, Etienne Monnier ou [volontariat@tele-service.be](mailto:volontariat@tele-service.be)

LA CONSULTATION POUR ENFANTS DE L'ONE À ST JOSSE RECHERCHE (H/F):

> des volontaires

pour assurer l'accueil le mercredi de 9h à 12h, deux fois/mois ou pour le mardi de 13h à 16h toutes les semaines.

Rens.: 0473/95.40.47 ou 02/757.04.31.

## CULTURE

### Cinéma

## Du bidonville au martyr

Dans un film percutant (*Les chevaux de Dieu*), le réalisateur Nabil Ayouch plonge aux racines de l'islamisme le plus radical. Livrés à eux-mêmes et parias d'une mégapole africaine, des enfants se laissent approcher par un noyau fanatique, prêt à toutes les manipulations.



Elle est dure, très dure, la vie des enfants du bidonville de Sidi Moumen, à Casablanca (Maroc). La vie en bande, autour des terrains de football improvisés, est à mille lieues de la Guerre des boutons. Le moindre incident dégénère en règlement de comptes sanglant. Mais que faire d'autre sinon flirter avec cette violence, héritée des adultes, lorsqu'on a dix ans et que le reste de la famille est plongé dans la dépression ou la débilité? Pour assurer le minimum vital à leur famille, Yachine et son frère aîné Hamid se livrent à mille petits boulots et trafics pour le compte d'adultes véreux ou... de policiers corrompus.

Un jour, la vie de Yachine bascule. Hamid revient au baraquement familial après avoir purgé une peine de prison. Il n'est plus le même. Le gamin délinquant qui, autrefois, protégeait son frère et lui enseignait tous les coups foireux, s'est transformé en un être calme et apaisé. Le jeune islamiste radical qu'il est devenu convainc alors Yachine et ses copains de le rejoindre dans un baraquement, transformé en mosquée, pour écouter les prêches d'un imam. Commence alors un minutieux travail de préparation physique et mentale pour transformer ce groupe d'adolescents désœuvrés - recrutés malgré elles des "fous de Dieu" - en chair à canon prête à commettre toutes sortes d'attentats...

La principale réussite du film de Nabil Ayouch est de faire ressentir au spectateur, presque physiquement, le contraste entre le quotidien impitoyable du bidonville et la douceur, voire la chaleur humaine - ô combien insidieuse - offerte par les barbus fanatiques. En osmose avec les jeunes, on souffle, on respire, on goûte l'apaisement de cette vie qui fait sens à leurs yeux et leur offre ce dont ils ont toujours manqué : éducation, attention, autorité. L'objectif est évidemment pernicieux, puisqu'il s'agit d'endormir toute conscience, d'annihiler tout esprit critique et de les emmener sur les chemins d'un "Paradis" aux mille délices.

La plupart des rôles principaux des *Chevaux de Dieu* sont tenus par des comédiens amateurs, issus directement de Sidi Moumen (le film a été tourné dans le bidonville); ce qui ne se sent absolument pas, grâce à la maîtrise de Nabil Ayouch. Ces jeunes acteurs ont été rapidement enthousiasmés à l'idée d'offrir un tableau réaliste de leur bidonville, après qu'un attentat très meurtrier (plus de quarante décès) eût frappé Casablanca en mai 2003. Présent à Namur avec quelques-uns de ces fantas-

tiques acteurs lors du Festival international du film francophone en septembre dernier, Nabil Ayouch s'est expliqué sur sa démarche. "J'ai voulu aider à comprendre comment de tels attentats sont possibles. Peu après l'explosion des bombes, Sidi Moumen, déjà malmené par sa grande pauvreté, a souffert une deuxième fois : dès que les auteurs ont été identifiés comme originaires de ce quartier, la stigmatisation s'est abattue sur tous ses habitants. Or, cet endroit se situe à dix kilomètres à peine du centre de Casablanca; ces deux mondes ne se côtoient pas, n'ont pas de visage l'un pour l'autre. Détruire le bidonville et entasser ses habitants ailleurs, dans des logements verticaux, ne suffira pas à résoudre le problème. Pour le désenclaver, il faudra nécessairement l'aide de la culture, des théâtres, des cinémas..."

Ce film sera projeté dans les salles européennes, mais aussi à Sidi Moumen-même, où l'onde de choc pourrait s'avérer constructive dans ce Maroc en pleine mutation. Et appelé, régulièrement, à s'interroger sur les grippages de son développement.

//PHL

>> *Les chevaux de Dieu* • de Nabil Ayouch • avec Abdelhakim Rachid, Abdelilah Rachid, Ahmed El Idrissi Amrani, Hamza Souidek • 1h52 • A partir du 13 février.

## //Je cours pour ma forme//

## Courir? Yes we can!

Depuis plus de quatre ans, la Mutualité chrétienne (MC) soutient le programme "Je cours pour ma forme" (JCPMF) qui a pour but d'aider à se remettre en forme via la course à pied. Pas besoin d'être hyper sportif pour y participer, il suffit juste d'avoir envie d'essayer. Et souvent, "l'essayer, c'est l'adopter".

"Je cours pour ma forme" est un programme de mise en condition physique par la course à pieds pour débutants, sans esprit de compétition. Pendant 12 semaines, les coureurs participent à 2 ou 3 séances d'entraînement par semaine, dont une dispensée par un animateur formé. Au terme de ce programme, on est capable de courir 5, 10, 15 ou 20 km. En plus de la convivialité du groupe et des bienfaits de la pratique sportive, on se sent mieux dans sa peau et dans son corps.

> Où et comment s'inscrire?

De plus en plus de villes et communes organisent des sessions JCPMF. Le prix ne dépasse jamais 40 euros par trimestre. Convaincue

des effets positifs de ce programme, la Mutualité chrétienne organise également ses propres sessions d'entraînement (une trentaine à Bruxelles et en Wallonie). En tant que membre de la MC, les avantages sont encore plus intéressants grâce d'une part, à un prix préférentiel aux sessions JCPMF organisées par la MC, et d'autre part, à l'intervention sport, comprise dans l'as-

surance complémentaire : jusqu'à 40 euros remboursés par an, quel que soit l'âge.

> Un beau jeu de cartes pour ne rien oublier

Cette année, la Mutualité chrétienne offrira à tous les participants des sessions JCPMF de 0 à 5 km et de 5 à 10 km, un beau jeu de cartes avec le programme complet d'entraînement. Ainsi, plus besoin de mémoriser combien de temps il faut courir, marcher, trotter pendant l'entraînement! Cerise sur le gâteau : un vélo d'intérieur d'une valeur de 299 euros est mis en jeu grâce à notre partenaire Qualias. N'oubliez pas de demander votre jeu de cartes à votre animateur JCPMF.

Nouveau!

>> Pour plus d'informations sur le programme, les lieux et horaires des sessions d'entraînement, rendez-vous sur [www.jecourspourmaforme.com](http://www.jecourspourmaforme.com)

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.

1. Rédigez votre annonce en lettres capitales sur papier simple.

2. 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.

3. 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 vendredi 08/02 pour l'édition du 21/02 ; le vendredi 22/02 pour l'édition du 07/03.

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.

# Camping

Var, Le Muy, mobilhome 6p., 40m2, 3ch., 2sdd. + 2wc, ds. camping 4\* "Les cigales", 5 pisc. 0495-59.58.55 - felix.rompen@gmail.com (D48463)

# Divers

Av: appareils auditifs, Siemens Cielo2 S Veraneman, gauche et droit, état neuf, 550 EUR les 2. 02-428.09.53 - 0425-53.33.80. (D48461)

Av: motoculteur, servi 5x, état neuf, 150 EUR, armoire à vin Liebherr +/- 150 bout., 160 EUR. 0496-02.75.97. (D48434)

Av: appareils auditifs Laperre, gauche et droit Eterna 311 DAZ, achetés: 2.681E, laissés: 500E/les 2. 0472-59.07.18. (D48432)

AV: matelas visco-élastique (anti-escarres) nf, prix ach ristourne comp.: 368,10E, prix h-rist: 410E, offert à 250E, matelas alternant avec mot. élect.: 107E, offert à 50E. 0496-39.93.82. (D48356)

A découvrir, atelier de peinture décorative selon les artistes américains, expl.: pas à pas sur www.art-aux-mains-magiques.be et F. B. 0032-475.80.74.89 - 0032-474.49.35.01. (D48359)

Trémois, particulier cherche tirages de Pierre-Yves Trémois sur papier Arches ou Rives H75, L56. 0491-91.22.22 laissez messages. (D48418)

Av: table à langer et meuble de bain en bois blanc avec baignoire bébé et 2 étagères de rangement (Baby 2000) bon état, 65 EUR. 0495-76.64.02. (D48423)

Coll. achète album, image, bte. emballage chocolat, Clovis et autre, disque 33T rock '70, monnaie. 087-78.73.26. (D48448)

AV: calendrier d'occasion 0,90m. 061-46.73.47 - cldoumousty@msn.com (D48412)

Garnisseur en fauteuils, travail à l'ancienne, tissu, cannage, rempaillage, Maison Didot à Mozet. 081-40.04.80. (D48487)

Machine à coudre et à broder "Brother 3000" 5 cadres + cadre et disquette boutonnières et bordures, 500 EUR. 064-33.51.85. (D48409)

Av: magnif. tapis escalier en smyrnalaine, fait mains et bordé soigneusement, jamais placé, larg.: 60cm, long.: 8m, prix à conv. 085-71.15.09. (D48464)

Av: ch.roul. B+B Toussaint, 300E, siège auto électr. pivotant Rocardo, achat: 3.765E, laissé: 1.000E, les 2 ét. impecc., manteau astrakan T42, 200E, impecc. 071-72.60.08 - 0496-50.21.79. (D48469)

Cse. décès, fauteuil roulant électr. Samba, bon état, peu serv., ach: 5.000E, laissé: 2.500E à discuter. 064-45.13.29 ou zoe0372@hotmail.com (D48402)

Av: manteau vison foncé véritable, ét. neuf, mod. droit, T44-46, 540 EUR à discuter. 0474-88.86.22. (D48483)

Av: 2 appareils auditifs Phonak Eleva (haut de gamme), non utilisés et tjs s/garantie, coûté: 3.600E, vends: 200E. 04-388.39.54. (D48484)

Musée recherche uniformes et objets divers des guerres 14-18 et 39-45, aidez-nous à transmettre la mémoire. 0475-97.31.14. (D48485)

AV: cse. décès, veste dame T42-44, fourrure long poils chèvre mont, 60E, 1 vison 75E et un 3/4 en dam, 30E + imper et un manteau. 0486-06.59.75. (D48411)

AV: Scooter médical élect., 3 roues, achat récent, 4.800 EUR, vendu: 1.800 EUR. 04-387.46.75. (D48410)

# Emploi

Cherche lecteurs bénévoles, recueil de nouvelles, pour correction orthographe, forme et/ou fonds, envoi soit par mail ou par la poste. 0497-36.78.75. (E48428)

Dame 60 ans, cherche emploi dame de compagnie/garde-malade, ttes régions. 0472-27.58.63. (E48475)

# Immobilier

Av: Stene-Ostende, fermette compl. rénovée, style maison de pêcheur, 3 corps de logis, endr. calme, 480.000E. 0479-59.65.66. (I48471)

Chalet rénov. + terrain 180m2, ds. parc priv à Oostduinkerke, 10' mer, cuis., sdb, sal, liv, 2ch, prix à disc., nouv. toit, dbl.vitr., tb ét. 0491-64.51.64 - phot/dem: bill.vera@skynet.be (I48417)

Provence, mais. 165m2 s/7a, pkg, gar., atel., jard, bergerie, cave, hall, sal., insert, liv., cuis.open, terr, 5-6ch, 2sdd, 1sdb/wc, chff.gaz, belle vue. 0033-75267348 - japaty@orange.fr (I48441)

# Location

Celles/Pottes, 15km Tournai, mais. camp., sal., sàm, cuis., sdb et douche, 3ch., caves, buand., remises, gar, citerne, jard.13a., 550E + 2 mois caution. 069-22.64.59 ap 17h. (L48472)

# Mobilier

Av: belle sàm en bois exotique, bahut, table, et chaises, prix modéré. 098-73.64.51. (M48435)

# Villégiature (Belgique)

La Panne, Esplanade, 150m mer, appt. 2ch., 2 bains, gar., libre carnaval + 18/2 au 28/3 + 29/4 au 24/5 + 7/6 au 12/7, sem. ou w-e. 0472-26.54.48. (V48476)

Ard., prox. La Roche, ch. d'hôtes et gîtes, 2-10-20p., endr. calme. www.gitesdavid.be - 084-34.44.31 (V48130)

Coxyde, appt., 2ch., 30m de digue, côté soleil, vue mer, w-e, sem. 02/374.43.27. (V48467)

Coxyde, St-Ides., part. loue villa au calme, t.c., 4ch., sdb., douche sép., carnaval, 2è sem. Pâques, mai-juin-juill.-août, w-e, sem., qz., mois. 010-24.34.28 - 0475-61.10.52. (V48486)

La Panne, 2 tr. bx. appt., s/digue, face mer, rez ou ét., 3ch., 6p.max., tr. prop., ps d'anim., situat. cent., poss. gar., sem. qz. mois. 056-48.80.14 0497-52.77.48 - fb340447@skynet.be (V48489)

Coxyde, appt., 2ch., digue de mer, tt. conf., mod. et soign., phot. et tarif 2013: 0473-92.13.56 - pierrardcoxyde.skyrock.com (V48227)

La Panne digue, face mer, appt. rénov., tt.conf., 6p., 3ch., 3e ét., asc., parloph., tv numeriq., sdb. wc sép., cuis. éq., liv. face mer, libre sf. Pâques. 0496-16.07.89 - fc731749@skynet.be (V48482)

Coxyde, appt. mod. et conf., 80m. de la mer, 5 min. du centre, 2ch., 1er ét., asc., côté soleil, local vélo, préf. pas animaux, libre hors juill./août, pk. gratuit 50m. 0475-78.92.54. (V48443)

Middelkerke, face mer, 100m casino, 4e ét., 2 ch., tt. conf., max 6p., sem. apd: 250E, w-e: 125E, sem. carnaval/Pâques: 350E, phot./dem. 0495-27.60.85. (V48478)

Coxyde, appt. 2 ch. 50m digue, près du centre, 2ch., sdb, wc, cuis. semi éq., liv, tv., 1è ét., asc., park. priv., sem.-qz.-mois, (condit. spéc. apd la 3ème sem.) 084/32.12.43. (V48291)

La Panne, appart. avec gar., face mer, cent. de la digue, 2ch., tt.conf., tr. lumineux, pr. commerces, tte. l'année du sam. au sam. apd: 350E. 010-88.04.24 - 0477-74.28.62 - vhw@belgacom.net (V48322)

Coxyde digue, appart. 2ch., conf. et soigné, imm. calme, vue panoramique. 0476-25.16.80. (V48460)

La Panne centre, appt. vue mer avec terr. et gar., 2ch., 2 salles d'eau, hyper équip., l-v, tr lum., vélos, à l. du vendr. au vendr. apd: 340E, pas d'animaux. 0494-81.21.47 ou 067-33.10.14. (V48387)

Coxyde, bel appt. vue mer, 2ch., tv., micro-ondes, prix interr., sem.-qz.-mois. 02-653.18.86 - 0477-17.36.72. (V48401)

Coxyde, pr. boulangerie, appt tt.cf., 4p+2 enfts., cuis.éq., tv dvd, chff.c. gaz nat. sdb av. douche et tabl. à langer, balc., terr.pls, spac., poss. à l. gar. 0472-70.32.17 - 085-31.89.64 (V48437)

La Panne, appt. rdch., à 30m de la digue, endroit calme, 2ch., 4 à 6 pers., tt. équip., tt. conf., 70m2, à proximité de la Zeelaan. 071-63.35.50 ou 0498-08.69.40. (V48395)

Chiny/Semois, gîte rural av cuis.s.éq., l-v, l-l, grd.jard., bbq, terr., Wi Fi, 5-7p + bb, cadre naturel except. 0472-11.28.42 - derulle\_v@hotmail.com - http://embarcadere56.derulle.be (V48375)

AV: Coxyde-Oostduink., chalet ds parc résid. vac., prox.pisc. subtropicale Sunpark, 2ch., wc., sdb, cuis., liv-sal., tv, 2terr. ensol., abri jard, pk priv., acc.és transp. com. 0494-35.17.98. (V48420)

Knokke Heist, Laguna Beach, studio 2p., 25E/n, studio 4p. et appart. 1ch. 35E/n, Pâques 40E/n, près lac Heist, 700m mer, 8' pied gar Duinbergen, pisc. inter. 0476-78.91.48 soir. (V48372)

Chimay, gîte à la ferme de 2 à 10p., sit. cadre exceptionnel, bois, étangs, jardins, très calme. 060-41.19.27 - 0498-36.92.26 - www.gitesdostenne.be (V48447)

St-Idesbald, appart. rez + gar., près digue, plein sud, endr. calme, 2ch., tt. conf., par sem., ttes périodes. 056-33.33.18 - 0474-46.82.66 - tibericat@gmail.com (V48438)

Coxyde, St-Ides., 50m mer et centre, penthouse contemp. 3p, 5è ét., asc., gde.terr.sud, cuis.sép.éq., tv, Internet, poss.gar., sem., pas animaux, esp. non fumeur, 400 à 500E. 0475-86.83.09. (V48355)

Lacs l'Eau-d'Heure, gîte rur. de rêve, 3 épis, jusq. 9p., 3ch., 2sdb., cuis.s.éq., f.o., idéal randv, vél., sp. naut., équit., pétanq/pl., Internet. 0477-79.67.71 - giteletilleul.mf@gmail.com (V48374)

Ostende, appart. 2ch., gar., tt. conf., tv, dvd., 20m de la plage. 083-21.51.78. (V48436)

Séjour en ardennes, Alle/s/Semois, louez mag., appart. avec jard., terr., 2 à 4p. 061-50.13.72 ou 061-41.40.17. (V48106)

Durbuy, Barvaux, chalet 4/5p. 087-88.10.16 - 0497-18.33.41. (V48433)

Westende, à l., tr. b. stud. mod., coin digue, v. mer, 2è ét., 4p., 1ch. sép., tv., tt. conf., asc., libre carnaval du 9 au 17/02, Pâques du 1 au 14/04. 071-34.26.67 - 0478-72.07.05. (V48346)

Adinkerke, 3km La Panne, mais. ds. village vac., tv, cuis.éq., ttc., jard. clos, pk. priv., pisc. plein air surveillée, terrains de sport, fum. et animaux non admis, 455E/sem. 0478-28.91.91 (V48368)

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. (V48367)

Séjour en ardennes, Preme-Tenneville, chalet 6p., en pleine nature. http://lesfougères-prelle.wifeo.com - 061-21.66.32 (V48430)

Coxide, digue appt, tr. soign., 2è ét., 2/4p., 2ch., tt. conf., wifi, liv., balcon. 063-57.23.71 - http://perso.infonie.be/locapart (V48348)

# Villégiature (France)

Gruissan Méd., 50m pl., appart. rez 4/5p., pisc., parking, solar, grde. terr., jard., park. sécur., proche commerces, port plaisance, piétonnier. 081-31.05.17 - 0473-56.25.01. (V48416)

SO, Tarn & Garonne, 8km Moissac, 2 ch. d'hôtes et 2 gîtes 80m2, 6-14p (+4p), gr.pisc.av.abri 11x4, calme, anim.ad., ttes.sais., oct 300 à 700E/sem. 0033-686.10.28.69 ou www.doucefrance.info (V48405)

Ardèche sud, Grospièrres, mais.éq., 3/5 ou 6/8p., agrém. 2\*, sem: 570/840E/juill/août, 350/400E/juin/sept., mois: 350/400 de oct à mars sf. vac. 0033-475.89.90.61 - 0033-674.67.73.37. (V48117)

Golfe du Morbihan, à l. villa 6p., 3ch., grd. conf., vue mer, 100m plage, pas d'animaux, Pâques, mai, juin, juill., août. 063-57.83.39. (V48399)

Provence, 7km Vaison La Romaine, Puymeras, face Mt Ventoux, ch. d'hôtes, nuit 47 EUR/2p., table d'hôte 20 EUR/pp. 0033-490.46.42.29 - http://perso.orange.fr/lejasdesgrandscedres/ (V48415)

Provence, mais. impecc. gd. terrain priv.+pisc., 10X5, 8p, 3ch., 2 sdb, 3 wc, sàm, cuis. ext. av. bar face pisc., tt. pl.-pied, lacs, Verdon à prox. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94. (V48414)

Hérault, rég. Perenas, villa gd. conf., 6p., 3ch., liv., tv, cuis.éq., sdb., gar., terr., bbq., jard., pisc., gar. pk., id. coupl. enfts., 22/6 au 6/7 - 20/7 au 3/8: 1100E/qz. 080-21.55.66. (V48421)

Côte d'Azur, Menton, appart. plein sud, impecc. à 1min. de la plage, vue imprenable, sans vis-à-vis, à prox. des commerces, 2-4p., 1ch., air cond. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94. (V48413)

Fréjus plage, appt rénov. 6è ét., ds.résid. sécur., coin face mer, 2-4p., 1ch., douche, wc, cuis. éq., 2 terr., pk. priv. résid., pas animaux, prox.comm., disp.: 03/04/11/12. 0474-64.16.77 (V48459)

Côte d'Azur, Plan-de-la-Tour, 9km mer, Ste Maxime, villa 8p. 4ch., 2sdb., séj., cuis.améric., pisc. pr. 1 ha clôturé, vue panor., avril-mai-juin-août-sept. de 650 à 1500E/sem. 02-771.85.31. (V48422)

Roquebrune, Menton, bord mer, appart. 3p., tv, pk., quinz. Pâques: 525E, mai: 525E, juin: 790E + mois d'été, confort. 071-31.58.52. (V48419)

A saisir, Lacanau-Océan, maison super cft., 5p., rés. avec pisc., spl. plage, forêt, lac, sport, vélo. 081-43.37.78 - www.locavaca.be clic Aquitaine n° 33-37 jard. pinède. (V48371)

Ski, Alpe d'Huez, appart. 4p., tt. conf., balcon pl. sud, vue dégagée, pied pistes, 4ème ét., dernier étage. 063-57.78.89. (V48244)

Bretagne sud, Carnac plage, 100m mer, à l. appart. 4p. 0033-619.78.67.27. (V48450)

Bandol, 3km mer, tb. villa, pisc. 12m, 5ch, 3sdb, boisé, 60a., calme, mai-juin-juill.-août-sept. 0478-62.67.59 après 20h. (V48426)

Auvergne, Cantal, Alleuze, pt. village, promenades, rivière, pêche, activ. nautique, mais. tt. conf., jard., bbq., park., prix modique. 085-51.26.74. (V48427)

Vendée, Brem, 10km Sables-d'Olonne, 900m mer, du 23/5 au 30/9, mais. 4p., ds résid. avec pisc. chauff., de 300 à 500E/s., anim. n-a., phot. et cond. 068-44.84.50 - http://rvr.skynetblogs.be (V48429)

Côte d'Azur, St Yguelf, villa 8 p., pisc., grde terr., vue mer, jard. clos, park. 085-84.24.59 - 0475-31.27.18. (V48440)

Var, prox. St-Tropez, studio-appart., tt. conf., pisc., park, 2' à pied mer, 4p. max. 063-42.25.48 - 0498-61.32.34 - ph.studiovari132@yahoo.fr (V48444)

Dordogne, moulin de charme à l., jusqu'au 15/11, 6/10p., ttc., 4ch., 2 sdb, jard., grde. terr., cuis., bbq, ping, lac, pisc., pêche proche, kayak, vtt., photos. 02-384.72.09 - 0498-42.98.41. (V48369)

Menton, Roquebrune, appt. 1ch., 2 terr., ds ptit imm., 2è ét., asc., prox. mer, maga., SNCF, bus, loc. quinz.-mois, vac. Pâques, 750E ttc. 0474-56.97.80 - roquebrune.wordpress.com (V48468)

Hérault, bord mer, mais. 6p., tt. conf., bbq, ds. domaine avec pisc., animation, prom. nature, excurs. vélo, libre du 10 au 31/08. 0494-36.28.73. (V48449)

Côte d'Azur, La Napoule, appart. 2ch., tt. conf., 2-4p., cuis.éq., liv., terr., park., pisc., ttes. pér., nf., pas animaux, 100m plage, port, comm. 0497-11.52.99. (V48466)

Bord Médit., Camargue, Grau du Roi, 150m plage, appt. 4p., 1ch., rdc., jard., pisc. 04-370.11.12 - +32496-66.55.45 - infos et photos: www.appart.be.cx (V48396)

Sud France, env. Béziers, part. loue villa 3ch., tt. conf., terr. clos. 061-21.54.57 - www.saintgenies.be (V48454)

Med., Barcarès, appt. 2ch., face mer, terr., l-v, tv, park. pr. vélos, Pâques, m. svts., qz., phot. disp. site. 061-26.61.20 - 0479-56.04.93. (V48455)

Ardèche sud, mas anc. isolé, tt. conf., 6/8p., pisc. priv., dernière sem. d'août 1000 EUR, libre sept. 083-21.31.61 - www.giteenardeche.be (V48458)

Barcarès, villa 3ch., 4-8p., 2sdb., tt. conf., pisc., du 15/06 au 15/09, 460 à 660 EUR/sem. selon sais. 061-21.23.65 - 0494-84.38.99. (V48381)

Petite mais. à Port Leucate 11370, tt. conf., 4-6 couch., sal., jard., bbq, frigo, congel., l'inge, proche mer, commerces, www.s-locations.com - 063-38.63.62 - 0033-602.38.16.08. (V48462)

Ile d'Oléron, maison 4p., 700m mer, cour clôt., libre mai à sept. (sauf août). 04-286.31.99 - www.moulin-oleron.com (V48425)

Cavalaire, villa tt. conf., 3ch., 2sdb., grde terr., vue impr. sur baie, bbq, pk. 2 voit., clôturé, 1000m plage et comm. 062-22.98.26 - 0476-31.74.25. (V48466)

Ski, Alpe d'Huez, appart. 4p., tt. conf., balcon pl. sud, vue dégagée, pied pistes, 4ème ét., dernier étage. 063-57.78.89. (V48445)

Dordogne, Quercy, maison de caract., 4p., env. calme et boisé, loc./sem: 260 à 360 EUR. 0476-42.11.45. (V48407)

Canet plage (Perpignan airport), studio 4p., couchages, tt. conf., front de mer, liv., cuis., coin douche, chff. c., terr., tv, asc., prix selon saison. 071-41.58.93 - 0498-38.32.75. (V48451)

Vosges, La Bresse, 13km de Gérardmer, appt. 2/4p., liv., coin cuis., 1ch. + coin mont., 2 lits sup., park. priv., tv, vue, loc. tte sais., sem., w-e. 063-67.78.11 - www.chalet23.izihost.com (V48360)

Côte d'Azur, Antibes, ttes pér., appart. impecc., 2/4p., terr., clim., tv, pisc., tennis, gge., proche mer et ttes. comm. 061-22.36.39 - 0494-03.06.07. (V48382)

Ile de Ré, mais.charme, 120m2 hab., 3ch., 6p., tt.conf., cuisine.s.éq., sal., sàm, 2 sde+1sdb., l-l, jardin clos, nature, plages. 0475-37.31.09 - http://sites.google.com/site/ilederebonheur (V48392)

Tourtour, Hte.Prov., 30km St-Raphaël, ds. dom. priv. villa 6p., tt.conf., tv, terr., bbq, pisc., tennis grds. ds. dom., calme, pittor., 07-08: 1.450E/qz, 06-09-10: 700E ttc. 02-468.19.49. (V48408)

Charente-Périgord, été, partie de fermette ds hameau Le Cuq, 4p., 2ch., 1 lit dbl. + 2 lits, du 15 mai au 15 sept., 400 EUR/sem. chges. compr. 0486-57.50.73. (V48403)

Côte d'Opale, Merlimont plage, appt. 2ch., sdb., liv., terr., sup. équip., gar., rdch., repos garanti, tv, vélos. 0478-27.49.77. (V48331)

Provence-Verdon, été 2013, villas privées et gîtes avec pisc. www.immodere.com/varcamdobb.php - 003

## Sexualité

## L'amour physique, une aventure permanente

Aujourd'hui, la sexualité a tendance à faire l'objet de slogans, comme autant d'évidences. On doit s'y éclater, être performant, et sur la durée. On doit s'y épanouir, sans complexes. La réalité et le vécu des couples n'y correspondent pas nécessairement. Loin de la "sexologie spectacle", des voix invitent à reconsidérer les choses avec curiosité, humilité et dans le dialogue.

**"On présente la sexualité comme un critère d'épanouissement** mais quand on est dans le registre de la consommation, s'agit-il vraiment de bien-être?", interroge Gabrielle Stefanski. L'animatrice de *Parlez-moi d'amour*, émission radio où se mêlent analyse des comportements amoureux et lecture de pages érotiques, y voit plutôt une injonction. *"Ce que l'on trouve dans les magazines féminins est de l'ordre de la propagande. (...) Il faut être mode, libéré, parler de sexualité, il faut jouir et multiplier les orgasmes"* (1). La sexualité ainsi résumée est même annoncée comme un ingrédient d'importance dans l'alchimie de l'amour.

Parallèlement, l'amour romantique domine notre modèle socio-affectif. Ainsi le partenaire idéal existerait quelque part. Il s'agirait juste de le trouver. Une fois découvert, il comblera tous nos besoins. Jusqu'à ce que la mort nous sépare. Mais minute papillon ! La réponse parfaite à toutes nos attentes – voire même à celles qu'on a du mal à discerner nous-mêmes, ça n'existe pas. Sur-tout, elle ne s'incarne pas dans un ou une autre. Ce n'est certainement pas gagné d'avance.

**Le désir et le plaisir en souffrance**

A regarder avec attention le vécu des couples, au travers notamment des témoignages de thérapeutes, les problèmes ne manquent pas d'apparaître. *"Le degré de satisfaction sexuelle dans nos sociétés n'est pas terrible"*, constate l'auteure et journaliste des sciences Elisa Brune qui s'est aventurée dans une large exploration du sujet (2). Tant pour les hommes que pour les femmes. Ils sont nombreux ceux qui souffrent de ne pouvoir faire coïncider leur vie sexuelle avec leurs aspirations, ceux qui ressentent de la culpabilité voire de la honte face à un manque de désir. Elles sont nombreuses celles qui estiment vivre trop une sexualité qui ne leur convient pas et pas assez une sexualité qui leur conviendrait ; celles qui nourrissent un sentiment d'insuffisance par rapport à ce qu'elles estiment devoir être sur le plan sexuel. Près d'une femme sur trois ne ressentirait jamais ou rarement de plaisir dans l'acte sexuel. Ces raisons et d'autres poussent Elisa Brune à promouvoir une évolution. Lors d'une récente conférence à Bruxelles, elle proposait plusieurs pistes.



Parmi les conseils :  
dédramatiser et arriver  
à en parler de manière  
simple et détendue.

**Etre prêt à apprendre** en constitue le préambule. Encore faut-il accepter l'idée que les comportements sexuels ne sont pas innés ou automatiques; et se défaire des présupposés que le corps règle tout lui-même, que le plaisir ne s'apprend pas. Souvent, *"on ne possède que quelques notes sur un piano et il serait bien de maîtriser un plus d'envergure sur le clavier"*, explique Elisa Brune de manière allégorique.

L'auteure invite également au **lâcher prise**. Hommes et femmes font état de complexes, de soucis avec leur image corporelle, de peur de se laisser voir "grimaçant" dans la jouissance, de laisser entendre des bruits "inconvenants"... Les appréhensions dominent. Tandis que de nouveaux sujets de honte apparaissent à propos des parties génitales. Le recours accru à la labioplastie (opération chirurgicale en vue de la réduction des

petites lèvres) témoigne de ces complexes.

La sexualité s'accompagne d'un sentiment de gêne. Une des clés résiderait pourtant dans le fait de **dédramatiser**, d'*"arriver à en parler, de manière simple et détendue"*, tout en sortant de l'idée *"qu'il y a un mode d'emploi, une norme, quelque chose à suivre et à réussir"*. *"Il y a parfois le danger (...) de se soumettre à une morale jousseuse, estime Elisa Brune. On voit des adolescentes adopter des comportements débridés sans que cela leur convienne, raconte-t-elle. Elles cherchent à être une image, un bon coup. (...) En agissant ainsi, elles s'oublient, se nient. Elles n'écourent pas leur corps, ce qui pourrait le faire chanter."* **Connaître et cultiver le**

**désir**, s'ouvrir à plus de liberté – dans les limites de l'accord de l'autre –, déverrouiller son imaginaire, voilà ce à quoi enjoint la défenseuse d'une sexualité créative.

Et la journaliste des sciences de proposer également d'**encourager les recherches** dans le domaine. Elles sont périlleuses. Et s'il existe quelques "aventuriers" de la recherche sur la sexualité (fonctionnement du plaisir sexuel, anatomie comparée du clitoris, etc), ils font état des difficultés à assumer l'intérêt qu'ils portent à ces questions, de leurs déboires et des oppositions farouches qu'ils rencontrent au sein de leurs institutions.

// CATHERINE DALOZE

(1) Lire l'entretien avec José Gérard, rédacteur en chef des *Feuilles familiales*, dans "Sexualité récréative", dossier n°102, 2012 - www.couplesfamiliales.be  
(2) Auteure de romans, d'enquêtes journalistiques et d'essai dont *La révolution du plaisir féminin. Sexualité et orgasme*, éd. Odile Jacob, 2012 - www.elisabrune.com

## Psychologie

## Accepter ses différences dans le couple

La vie à deux est rarement un long fleuve tranquille. Les différences qui, au début de la relation, accentuaient l'attraction l'un vers l'autre peuvent se muer en incompatibilités et déclencher de fréquents conflits. Et chacun alors d'accuser l'autre et de vouloir le changer. Un combat souvent stérile. Des thérapeutes de renom invitent le couple à accepter ses différences pour construire une relation harmonieuse.

**"Même si nous avons beaucoup de points communs avec celui ou celle que nous aimons, chacun d'entre nous reste unique. Et même si nous nous aimons, nos différences provoqueront de toute façon des conflits. Nous nous sentons parfois blessés ou ignorés, amers ou fâchés et nos disputes font souvent empirer le problème"**, évoque d'emblée Andrew Christensen, professeur de psychologie à l'Université de Californie à Los Angeles et l'un des auteurs de l'ouvrage *Couples en difficultés : accepter ses différences*. Crises ouvertes, scènes de ménage, critiques et tensions permanentes, agacements et reproches réciproques, conflits larvés, mutisme... : les formes et intensités des conflits sont variables. En cause ? Des différences vécues comme des incompatibilités d'humeur, de valeurs, de choix ou de rythmes de vie, de goûts...

*"On conclut souvent que tout irait mieux si l'autre faisait les quelques 'petits' changements comportementaux nécessaires, constate le psychologue américain. Cependant, obtenir un changement de la part de son conjoint sans montrer de compréhension envers sa position personnelle est souvent impossible, comme nous avons pu l'apprendre au cours de plus de deux décennies de pratique clinique"*.

*"La thérapie comportementale traditionnelle de couple telle qu'elle a été pratiquée dès les années 70 a effectivement montré des limites, n'améliorant pas la vie de couple dans un tiers des cas ou débouchant même sur un échec pour la moitié des couples, confirme François Allard, psychologue français, à qui l'on doit la traduction et l'adaptation française des écrits du psychologue et chercheur américain. L'incapacité à faire des compromis, la difficulté de collaborer pour dépasser les problèmes et la polarisation sur le changement de l'autre expliquent en grande partie les échecs et limites de ce modèle thérapeutique"*, dit-il.

C'est sur la base de ce constat qu'Andrew Christensen et son confrère Neil Jacobson, professeur à l'Université de Washington, ont exploré ensemble une nouvelle voie pour améliorer l'approche cognitivo-comportementale: celle de l'acceptation des différences comme clé de l'alliance et de la satisfaction dans le couple. Comme l'explique François Allard, cette approche s'éloigne de la vision selon laquelle tout peut être changé et modifié au sein du couple. Par contre, elle déclare la nécessité de la tolérance et de l'acceptation. Mais "acceptation" ne veut pas dire passivité, résignation ni soumission. Il n'est pas question ici d'accepter l'inacceptable comme la violence conjugale. Accepter l'autre, c'est d'abord prendre conscience de ses propres sentiments et griefs, en les dissociant des comportements réels et des intentions supposées de son partenaire. La distanciation de ses émotions est la base pour une attitude plus tolérante vis-à-vis de l'autre. Et la tolérance permet, à son tour, de désamorcer le conflit. Elle instaure

une meilleure communication et ouvre la voie vers le changement personnel volontaire, mu par le désir de ne plus faire souffrir l'autre, d'améliorer la relation.

**Un modèle largement pratiqué** "La thérapie comportementale intégrative de couple", développée par les professeurs Christensen et Jacobson après de longues années de recherches rigoureuses, propose un modèle de résolution ou d'apaisement, à long terme, des problématiques de couple. *"Le but premier est de permettre aux partenaires de trouver des ressources pour rester ensemble harmonieusement. Lorsqu'un couple est en détresse, il faut recréer l'intimité, la proximité, la collaboration, l'empathie, la compassion. Sans négli-*

*ger pour autant la communication, l'échange des comportements positifs ou la résolution de problèmes, précise François Allard. Cette psychothérapie verbale est en tout cas bien loin des postulats d'une cure par la parole. Ce qui compte est ce qui se passe dans la vie du couple entre les séances"*.

Outil pratique pour les professionnels de la relation d'aide, l'ouvrage s'adresse aussi aux couples qui souhaitent surmonter des moments de crise et de tension et améliorer leurs relations. Ainsi, la réflexion théorique est ponctuée d'une multiplicité d'exemples concrets et d'exercices à faire seul ou à deux. Certes, le style et la longueur des textes pourront décourager certains lecteurs davantage à la recherche de "recettes" de savoir-vivre à deux. Mais l'ouvrage a le mérite d'offrir des balises pour transformer le plomb du conflit en or : l'or de l'acceptation authentique de nos différences.

// JD



>> **Couples en difficultés : accepter ses différences** • Andrew Christensen et Neil Jacobson • Traduction et adaptation française sous la direction de François Allard • Ed. De Boeck • 2012 • 470 p • 25 EUR.

Editorial Alda Greoli//Secrétaire nationale

## Au cœur de l'action : l'intérêt du patient !

Il y a quelques jours, les acteurs de la médico-mut. – dont la Mutualité chrétienne – se réjouissaient d'avoir signé un nouvel accord pour deux ans. Pourquoi accordons-nous tant d'importance à cette négociation entre prestataires de soins et mutualités ?

Au lendemain de la remise des Magritte du cinéma, faisons le tour des acteurs, du scénario et surtout du "happy end" de la négociation médico-mutualiste.

### Qui sont les acteurs en scène ?

Les syndicats des médecins d'un côté viennent avec des revendications pour leurs membres, médecins généralistes et spécialistes, à propos du montant de leurs honoraires, de la valorisation de leurs heures de travail, des horaires, de la part de rémunération des hôpitaux pour ceux qui représentent les médecins salariés ou indépendants dans les structures hospitalières. Mais aussi avec des attentions particulières pour certaines spécialisations ou situations qui méritent un effort supplémentaire.

De l'autre côté, les organismes assureurs ou mutualités, qui représentent et incarnent l'intérêt des patients, qui défendent l'accès aux soins de santé pour un prix convenu, et qui tentent d'augmenter la couverture avec de nouvelles garanties pour le patient. Les mutualités, grâce aux chiffres qu'elles détiennent et à leur responsabilité dans la gestion du système, viennent avec des revendications particulières sur la régulation du système, en faveur notamment d'une meilleure répartition des moyens entre les spécialisations médicales.

Dans la peau du facilitateur, on retrouve l'Inami, ce parastatal qui gère le budget des soins de santé, organise avec les mutualités les remboursements en assurance soins de santé obligatoire, etc.

Il ne faudrait pas oublier le dernier acteur, celui qui entre en scène si les autres partenaires ne se mettent pas d'accord... c'est-à-dire le gouvernement fédéral. Cet arbitre final est représenté en particulier par la Ministre de la Santé qui prendra les décisions et les portera devant le Gouvernement.

### Quel est le scénario ?

Il est essentiel de se rendre compte qu'il ne s'agit pas d'une série B ou d'un film d'extraterrestres qui organiseraient dans leur coin le partage du butin de l'argent des soins de santé ou d'un mauvais remake de "La guerre des boutons".

C'est tout le contraire! Il s'agit d'un bon scénario belge, à la fois social, avec ses tensions et ses négociations de nuit et avec une nécessaire dernière interprétation pour être bien certains que tous ont dit, vu et signé le même texte. Une gageure. Mais nous y arrivons d'année en année, d'accord en accord.

Ce scénario, bien rôdé, peut paraître étrange. Pourquoi n'est-ce pas le gouvernement qui décide seul avec le parlement de l'affectation des marges de manœuvre financières? Pourquoi la liberté n'est-elle pas laissée aux médecins d'établir leurs honoraires librement? N'y a-t-il pas le risque de "petits arrangements entre amis" quand ce sont les acteurs du système qui se partagent le gâteau?

Un accord médico-mut, c'est comme un accord interprofessionnel ou comme la négociation d'une convention collective dans un secteur ou une entreprise. Cela assure une paix sociale. Cela permet de donner des ba-

lises dans la gestion et dans les rapports entre employeurs et travailleurs.

### Quels ingrédients pour un "happy end" ?

Dans le cas des soins de santé, le "happy end" permet de garantir aux patients une sécurité tarifaire essentielle pour l'accès aux soins de santé de tous. Il est important que cet accord soit équilibré, car de cette justice dépendront deux conséquences essentielles pour la cohérence du système. Premièrement – et c'est le plus important – le patient peut avoir confiance. Il peut se rendre chez son médecin en ayant la garantie du prix qui lui sera demandé. Deuxièmement, l'équilibre dans l'accord conditionnera le nombre de médecins prêts à signer la convention qui en résulte. En effet, cette négociation n'a de sens que si le plus grand nombre de médecins appliquent les accords. C'est pour atteindre cet objectif que, depuis plusieurs années et malgré le contexte d'économies, une partie de l'argent est affecté à l'encouragement de la signature. Dans le cas précis de l'accord de 2013-2014 (1), les médecins signataires recevront une prime de 434 euros par an. En plus, le statut social a été revalorisé. Cette somme accordée aux médecins entièrement conventionnés sert de complément à la pension.

En période de vaches grasses ou maigres, on constate, au gré des accords médico-mut, qu'une amélioration constante du système est possible. Les acteurs sont responsabilisés, ils sont représentés par des institutions (syndicats médicaux ou mutualités) qui détiennent des mandats et les assument; le gouvernement, lui, détermine l'enveloppe de départ et se positionne en arbitre final, en régulateur du système général. Ne pas trouver d'accord, ce serait donner à ceux qui le souhaitent les arguments pour passer d'un modèle de régulation de l'économie de la santé (qui quitterait la concertation et la négociation) à un système de lobbying, de rapports de force en direct avec le pouvoir politique.

C'est un des plus grands risques dans le transfert de compétences, où certains rêvent de voir les administrations – et donc les gouvernements – gérer les budgets transférés. Cette manière d'organiser la gestion conduirait très rapidement à la perte de responsabilité des acteurs. Elle empêcherait une régulation interne des intérêts des patients ou des acteurs professionnels. Surtout, elle risquerait de nous faire basculer rapidement de l'organisation de la sécurité sociale vers une couverture d'assistance sociale, qui affaiblirait les droits des patients.

**A ceux qui rêvent d'un film avec l'Etat pour seul acteur et, pour seule action la gestion par la puissance politique wallonne (ou bruxelloise ou eupénoise), la signature d'un accord médico-mut. a une nouvelle fois démontré que les patients peuvent compter sur les médecins et les mutualités pour défendre au mieux leur liberté et leur sécurité! Ils ne font pas office de simples figurants.**

(1) Pour en savoir plus sur l'accord, voir [www.mc.be](http://www.mc.be) (rubrique : actualités)



© A.M. Jodou

## ça se passe

### // Image des aînés dans la société

Le lundi 25 février de 9h30 à 16h15, Énéo, mouvement social des aînés organise une journée d'études: "Tas de belles rides, tu sais!" Comment les aînés se perçoivent-ils dans la société? Qu'en est-il de l'estime de soi et des images qu'ils aimeraient donner autour d'eux? Prix: 5 EUR pour les membres Énéo et 10 EUR pour les non-membres Énéo.  
Lieu: 510, chée de Louvain – 5004 Bouge  
Rens. > 02/246.46.73 • [www.ucp-asbl.be](http://www.ucp-asbl.be)

### // Apprendre l'arabe

Dès février, la Cité internationale Wallonie-Bruxelles et le Département de langue arabe et d'études islamiques (ULG) organisent des cours d'arabe. Pour approcher la culture arabe dans sa diversité culturelle, sociale et économique. 3h de cours/sem. et activités culturelles prévues. Formation gratuite.  
Lieu: 7, pl. du XX août – 4000 Liège  
Rens. > 04/242.77.11 • [www.ciwb.be](http://www.ciwb.be)

### // Journalisme citoyen

De février à juin, la Commission Justice et Paix et Magma organisent une formation (6 jours) au journalisme citoyen, destinée aux jeunes de 18 à 35 ans. Belges et migrants résidant en Belgique seront formés à la réalisation de portraits multimédias, publiés ensuite en ligne.  
Rens. > 02/738.08.01 • [www.justicepaix.be](http://www.justicepaix.be)

### // Echec de l'humanitaire

Le jeudi 14 février à 19h30, la Maison de l'Amérique latine reçoit Frédéric Thomas, l'auteur de l'essai: "L'échec de l'humanitaire. Le cas haïtien." Eclairages sur la dynamique de l'aide humanitaire, à l'heure de la mondialisation et pistes pour une autre lecture et pratique de la solidarité. Entrée libre.  
Lieu: 27, rue du Collège – 1050 Bxl  
Rens. > 02/535.93.80 • [www.america-latina.be](http://www.america-latina.be)

### // Conflits mondiaux et énergie

Le vendredi 15 février de 9h à 16h, le CNAPD organise une formation: "Prévention de conflits: l'accès aux énergies (pétrole, gaz et uranium)". Analyse de la situation des grandes puissances et de la géopolitique mondiale contemporaine.  
Lieu: 51, chée de Haecht – 1210 Bxl  
Rens. > 02/640.52.62 • [www.cnapd.be](http://www.cnapd.be)

### // Visa pour l'emploi

Du 28 février au 16 octobre, l'asbl Mode d'emploi et le Forem organisent une formation à destination des femmes pour une remise à niveau en français, mathématiques, en informatique, en législation sociale... Elle vise également à l'élaboration d'un projet personnel et professionnel. Formation conçue pour être suivie tout en ayant une vie familiale: 32h/semaine et stages. Séance d'informations le lundi 18 février à 10h.  
Lieu: 5, rue E. Vandervelde – 6220 Fleurus  
Rens. > 071/32.13.17

### // Santé mentale à la radio

Le lundi 18 février de 17h à 18h, l'émission Psylence Radio sera diffusée sur les ondes de Radio Panik 105.4 FM (à Bruxelles). Cette émission par et pour les usagers des services d'aide et de soins en santé mentale est diffusée tous les 3<sup>èmes</sup> lundis du mois. A écouter également en stream en ligne.  
Rens. > [www.radiopanik.org](http://www.radiopanik.org) • [www.psylenceradio.be](http://www.psylenceradio.be)

### // Gospel

Le lundi 18 février de 18h à 20h, Lumen Vitae organise un atelier artistique autour du Gospel, avec le compositeur Didier Likeng. Prix: 8 EUR.  
Lieu: 186, rue de Washington – 1050 Bxl  
Rens. > 02/349.03.77 • [secretariat.es@lumenvitae.be](mailto:secretariat.es@lumenvitae.be)

### // Master universitaire

La FOPES propose un master universitaire en politique économique et sociale pour adultes. Séance d'information le mercredi 20 février à 20h.  
Lieu: 19, rue Pletinckx – 1000 Bxl  
Rens. > 010/47.39.08 • [www.uclouvain.be/opes](http://www.uclouvain.be/opes)

### // Regards sur la folie

Les mardi 19 et mercredi 20 février, aura lieu la 5<sup>ème</sup> édition du festival Images mentales. Projections de films documentaires ou d'ateliers, rencontres avec des réalisateurs... Prix: 18 EUR pour le festival, 5 EUR pour une soirée (réductions possibles).  
Lieu: 3, rue Gratès – 1170 Bxl  
Rens. > 02/511.55.43 • [www.psymages.be](http://www.psymages.be)

### // Famille

A partir du 21 février à 20h, AGAP'o organise un cycle de 5 conférences: "Ere de famille" axées sur le couple, les enfants et le bien-être. Prix: 50 EUR.  
Lieu: 41, av. des Combattants – 1340 Ottignies  
Rens. > <http://agapo.jimdo.com>

### // Tourisme et mémoire

Le jeudi 21 février de 8h30 à 18h, l'asbl Tourisme autrement organise une journée scientifique: "Quand le tourisme interroge la mémoire". Quelles sont les attentes du public? L'enjeu économique est-il le seul moteur de ce tourisme?... Prix: 10 EUR.  
Lieu: Parlement bruxellois – 1000 Bxl  
Rens. > 02/646.66.51 • [www.tourisme-autrement.be](http://www.tourisme-autrement.be)

### // Estime de soi

Le jeudi 21 février à 20h15, les Grandes conférences liégeoises invitent Christophe André, psychiatre français, pour une conférence: "Imparfais, libres et heureux. Pratiques de l'estime de soi". L'invité décryptera la cause de nos complexes et proposera des pistes de solutions. Prix: 8 EUR.  
Lieu: Palais des Congrès – 4020 Liège  
Rens. > 04/221.92.21 • [www.gclg.be](http://www.gclg.be)

### // Familles recomposées

Le jeudi 21 février de 9h30 à 15h30, le pédo-psychiatre italien, Carmine Saccu, donnera une conférence: "Travail thérapeutique avec les familles recomposées". Ecoute, en psychothérapie, des familles recomposées dont les membres arrivent avec des histoires différentes. Prix: 20 EUR.  
Lieu: 21, av. de la Vecquée – 5000 Namur  
Rens. > 081/44.52.45

### // Visiteur de personnes âgées

Le jeudi 21 février de 14h à 16h30, les Equipes de visiteurs organisent une réunion d'informations sur le rôle de visiteur de personnes âgées, seules, malades, en maison de repos ou à domicile. Pour susciter des vocations.  
Lieu: 14, rue de la Linière – 1060 Bxl  
Rens. > 02/533.29.55 • [www.equipesdevisiteurs.be](http://www.equipesdevisiteurs.be)

### // Ecole interculturelle

Le jeudi 21 février de 9h à 13h30, le CBAI propose une matinée autour du thème: compétences interculturelles à l'école, de la communication interculturelle à la banalisation de la diversité. Entrée gratuite.  
Lieu: 7, rue Ropsy Chaudron – 1070 Bxl  
Rens. > 02/289.70.50 • [www.cbai.be](http://www.cbai.be)

### // Démence et traitement

Le vendredi 22 février de 9h30 à 16h30, l'asbl Le bien vieillir organise un séminaire sur la prise en charge non médicamenteuse de la démence. Prix: 100 EUR.  
Lieu: 29, rue Pépin – 5000 Namur  
Rens. > 081/65.87.00 • [www.lebienvieillir.be](http://www.lebienvieillir.be)

### // Musique classique

Le samedi 23 février à 19h30, se tiendra un concert réunissant une soprano, un ténor et l'ensemble Quartz (quintette à vent) au sein de la bibliothèque de l'Abbaye de Bonne-Espérance. Prix: 10 EUR.  
Lieu: 22, rue G. Jurion – 7120 Vellereille-les-Brayeux  
Rens. > 064/31.08.08 • [jeanmarydecroly@yahoo.fr](mailto:jeanmarydecroly@yahoo.fr)

### // Pèlerinage Israël-Palestine

Du 21 au 31 mai, un pèlerinage aura lieu en Terre sainte. Visite de sites bibliques et rencontres de Palestiniens, d'Israéliens œuvrant pour la paix, et de communautés chrétiennes. Réunion d'information le samedi 23 février à 14h30, à Nivelles.  
Rens. > 067/21.30.35 • 0479/20.73.83