



Il n'y a pas d'âge pour apprendre à être zen

PAGE 5

© Matthieu Cornélis

ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



© Photo Aïto / BELGA IMAGE

Alcool

Business d'abord!

Depuis une quinzaine d'années, la manière de boire a fortement changé en Belgique. Des associations de promotion de la santé s'en inquiètent. Rencontre.

PAGE 9



© Hôpital Notre-Dame à la Rose

Vacances

Explorer l'art de soigner

De Gand à Frameries, des lieux exceptionnels sont consacrés aux soins et à la médecine. Autant d'escapades qui allient apprentissage et détente sur le thème de la santé.

PAGES 6 ET 7

J'avais 20 ans en 14

Entrées à gagner

Une grande exposition sur la Première Guerre mondiale ouvre ses portes à Liège. Décors grandeur nature, reconstitutions saisissantes...

PAGE 12

Filiation

Nom de l'enfant

Depuis le 1^{er} juin, un nouveau-né peut porter le nom de son père, celui de sa mère ou les deux. Quelles sont les procédures à suivre?

PAGE 3

Conseils juridiques

Droits de succession et logement familial

En cas de décès de leur proche, le conjoint et le cohabitant légal survivants ne doivent plus payer de droits de succession sur le logement familial dont ils héritent. Mais attention, il existe des différences entre Bruxelles et la Wallonie.

Trop souvent, lors d'un décès, le logement familial doit être "sacrifié". Il est vendu par les héritiers pour payer les droits de succession. À présent, le conjoint et le cohabitant légal survivants peuvent préserver plus facilement le patrimoine familial. À Bruxelles depuis le 1^{er} janvier 2014 et en Région wallonne depuis le 1^{er} juin 2014, ils sont exonérés du paiement des droits de succession lorsque le décès est survenu après ces dates. En Flandre, ces mesures fiscales favorables sont déjà d'application depuis 2007.

Qui peut en bénéficier ?

Pour bénéficier de cette exonération, il faut être marié au défunt ou avoir signé avec lui une déclaration de cohabitation légale auprès de la commune. Cependant, à Bruxelles, l'exonération n'est pas applicable si le co-

habitant légal est un parent du défunt : enfant, père ou mère, grand-père ou grand-mère, frère ou sœur, neveu ou nièce, oncle ou tante. En Wallonie, cette restriction n'existe pas.

Le logement familial

Ce logement doit avoir été la résidence principale du couple. En Wallonie, il doit, en outre, l'avoir été au moins 5 ans avant la date du décès.

Le bénéfice de l'exonération est maintenu même lorsque le conjoint ou le cohabitant légal survivant n'a pas pu conserver sa résidence principale dans le logement pour force majeure ou pour raison impérieuse de nature familiale, médicale, professionnelle ou sociale. Il en va ainsi, par exemple, lorsque l'état de santé d'un conjoint ou d'un cohabitant lé-

gal l'empêche de rester dans l'habitation, même avec l'aide de sa famille ou d'une structure professionnelle d'aide à domicile. À Bruxelles, même la séparation de fait du couple n'exclut pas l'exonération.

Quelle exonération ?

L'exonération du paiement des droits de succession porte sur la valeur de

En français svp!

L'usufruit est le droit d'utiliser un bien en l'occupant personnellement ou en en percevant les fruits (loyers d'un immeuble, intérêts d'une somme d'argent, etc.), mais sans pouvoir le vendre. Ce droit est viager: il prend fin au décès de l'usufruitier. Usufruit + nue-propriété = pleine propriété. L'exemple le plus fréquent est celui du décès d'un époux: l'épouse survivante a l'usufruit du logement familial, et les enfants sont nu-propriétaires. L'épouse peut occuper le logement. Les enfants n'en seront plein-propriétaires qu'au décès de leur mère.



en Wallonie, l'exonération ne porte que sur la première tranche de 160.000 euros dans la part héritée de logement. Au-delà, des droits de succession réduits sont dus.

Un exemple ?

Pour y voir plus clair, prenons l'exemple d'Isabelle et de Pierre, mariés avec deux enfants et propriétaires d'une maison. Au décès de Pierre, leur maison est évaluée à 380.000 euros. Isabelle est propriétaire de la moitié. Elle va recueillir l'usufruit sur l'autre moitié du logement. La valeur de l'usufruit en fonction de l'âge d'Isabelle (42 ans) et des grilles appliquées par les notaires est de 56% de la pleine propriété. La part dont Isabelle hérite dans le logement familial, à côté de la part dont elle est propriétaire, est donc de 190.000 euros x 56% = 106.400 euros. Si le logement est situé à Bruxelles, Isabelle ne paiera aucun droit de succession. Si le logement est situé en Wallonie, elle ne devra pas non plus payer de droits de succession, car ce montant est inférieur à la limite de 160.000 euros.

// OLIVIER BEAUJEAN, ASBL DROITS QUOTIDIENS

la part recueillie par le conjoint ou cohabitant légal survivant dans le logement familial. À Bruxelles, il n'y a pas de limite. L'exonération est totale. Le conjoint et le cohabitant légal survivants ne paient rien. Par contre,

>> 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

Part héritée du logement familial	Taux des droits de succession pour conjoint et cohabitant légal survivants	
	Région wallonne	Région Bruxelles-Capitale
De 0 à 160.000 EUR	0%	0%
De 160.001 à 175.000 EUR	5%	0%
De 175.001 à 250.000 EUR	12%	0%
De 250.001 à 500.000 EUR	24%	0%
Au-delà de 500.000 EUR	30%	0%

Solival vous conseille

Aider ses proches à se mouvoir

Se relever du fauteuil, sortir de la voiture, se coucher, passer du lit au fauteuil roulant... Pour une personne en perte d'autonomie, ces "transferts" nécessitent le plus souvent l'aide d'autrui. Mais l'aidant peut se sentir démuni ou inquiet de mal faire. Voici quelques aides techniques pour lui faciliter la tâche.

La première solution à envisager consiste à faire glisser la personne au lieu de la porter ou de la soulever. C'est plus sécurisant et cela ménage les efforts et le dos de l'aidant. Plusieurs types d'accessoires peuvent être utilisés.

- Pour déplacer une personne en position assise (vers le lit, le WC, le siège de la voiture, le fauteuil roulant...), la **planche de transfert** est très pratique à utiliser (photo 1). Seules conditions : la distance entre les deux sièges doit être peu importante et la différence de hauteur faible. Ce système permet de créer un pont entre deux surfaces et de glisser le bas du corps au lieu de le soulever. Autre avantage : la planche s'empporte facilement.

- Pour les transferts vers le lit, l'utilisation d'un **drap de glisse** est



conseillée (photo 2). Il s'agit d'une toile en forme de tuyau, constituée d'un tissu très solide et glissant. Ce drap peut être utilisé pour rehausser la personne dans son lit, la mettre en position assise, l'aider à se tourner... Les techniques sont simples à appli-

quer mais nécessitent un petit apprentissage. Ce matériel est particulièrement conseillé pour les personnes présentant un risque d'escarre. Bon à savoir : il existe des tailles différentes. Pour faire le bon choix, il faut que les épaules et le bassin de la personne se trouvent sur le drap.

- Lorsqu'on aide une personne à se lever, il n'est pas rare qu'on agrippe ses vêtements ou qu'on la saisisse d'une façon inconfortable, bien malgré soi. Une **ceinture de transfert** offrant des prises supplémentaires et sécurisantes assure un meilleur confort (photo 3). Cette ceinture peut s'attacher à la taille de la personne aidée mais aussi à celle de l'aidant. C'est alors à lui que s'agrippe la personne.

- Pour tourner en station debout, un système constitué de **deux disques**

pivotants l'un sur l'autre permet à l'aidant d'effectuer plus facilement une rotation de la personne, avant de réaliser un transfert d'un siège à un autre, par exemple (photo 4).

- D'autres aides permettent d'associer plus activement encore la personne aidée lors des transferts : **barres d'appui, échelle de corde...**

// ASBL SOLIVAL



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

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

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

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

Quelques conseils aux aidants proches

- Évitez de porter la personne. Utilisez dès que possible des aides techniques (lire ci-contre).
- Sollicitez la participation de la personne à aider : tout ce qu'elle peut faire elle-même est d'une importance capitale.
- Organisez la pièce et le mobilier de façon à ne pas être gêné dans vos mouvements : dégagez l'espace, rationalisez la disposition des meubles pour que la manœuvre soit la plus courte possible.
- Ménagez votre dos : gardez le dos bien droit, gainez les abdominaux et les fesses au moment de l'effort, fléchissez les jambes plutôt que de vous pencher en avant, prenez de nombreux points d'appui avec les jambes, les coudes... Ecartez les jambes pour être bien stable et habillez-vous en conséquence. Surtout, évitez les torsions!
- Respectez vos limites : si vous êtes épuisé ou ne vous sentez pas capable de porter ou d'aider quelqu'un, mieux vaut demander à un deuxième aidant de vous assister ou avoir recours à d'autres aides (comme un souleve-personne). Faites aussi appel à des services d'aide à domicile.



Filiation

Au nom du père et/ou de la mère...

Depuis le 1^{er} juin dernier, les parents sont libres de choisir le nom de famille qu'ils donnent à leur enfant : soit celui du père, soit celui de la mère, soit les deux. Et ce, dans l'ordre qu'ils souhaitent. Que se passe-t-il en cas de désaccord entre les parents? Tous les enfants nés du couple doivent-ils porter le même nom? Quelles sont les procédures à suivre? Explications.

On s'en souviendra certainement : la loi qui modifie la législation sur le nom de l'enfant a fait couler beaucoup d'encre au printemps dernier. Les considérations ont été variées : réelle avancée en matière d'égalité entre hommes et femmes; fruit décevant d'un débat non mûr et non abouti; satisfaction d'avoir une loi qui met à l'abri des foudres de la Cour de Justice européenne (pour ne pas considérer le père et la mère sur un pied d'égalité dans la transmission du nom); craintes de voir renforcés les conflits au sein des familles; risques de statu quo, la transmission du patronyme (nom du père) à l'enfant se faisant par défaut... Chacun aura son avis sur la question. Quoi qu'il en soit, décidée le dernier jour de la législature précédente – le 23 avril dernier exactement, la nouvelle loi est dorénavant d'application (1).

Concrètement, pour tout enfant né ou adopté depuis le 1^{er} juin 2014, les parents ont la liberté de lui donner soit le nom du père, soit le nom de la mère, soit les deux. Dans ce dernier cas, ils peuvent aussi décider dans quel ordre. À défaut de choix ou en cas de désaccord entre les parents, l'enfant portera le nom de son père... comme c'était le cas jusqu'ici. Quel que soit le choix opéré, il s'imposera aux autres enfants communs du couple. Ce choix est irrévocable.

Qu'en est-il des enfants nés avant le 1^{er} juin 2014?

Ces enfants portent en principe le nom de leur père. Ceux qui naissent après cette date devront dès lors le porter également. Cependant, la loi prévoit des dérogations à ce principe dans certaines conditions strictes.

> 1^{er} cas de figure : les parents ont un ou plusieurs enfants communs, tous mineurs à la date du 30 juin 2014 (âgés de moins de 18 ans donc) : ils peuvent demander que tous portent dorénavant leur double nom (dans l'ordre qu'ils souhaitent) ou celui leur mère. La demande de changement de nom doit être faite

auprès de l'administration communale au plus tard jusqu'au 31 mai 2015.

> 2^e cas de figure : les parents ont un ou plusieurs enfants communs, tous mineurs et ils donnent naissance ou adoptent un enfant après le 1^{er} juin 2014. Ils peuvent demander que tous leurs enfants prennent leur double nom ou uniquement celui de leur mère. Ils ont trois mois après la naissance ou l'adoption de leur dernier-né pour introduire leur demande de changement de nom.

Quelles démarches?

Deux procédures distinctes existent. Dans le premier cas, il faut s'adresser à la commune de naissance de l'enfant. Dans le second, à la commune du domicile des enfants.

> Déclaration lors de la naissance

La déclaration de choix de nom doit être faite conjointement par le père et la mère au moment de la déclaration de naissance du premier enfant commun (au plus tard 15 jours après la naissance). Lorsque les filiations maternelle et paternelle ne sont pas établies simultanément au moment de la naissance, la déclaration doit se faire dans l'année qui suit l'établissement de la seconde filiation.

Le choix du nom est exprimé devant l'officier de l'état civil sous la forme d'un écrit signé par les deux parents. Si l'un des deux seulement se présente, une photocopie du document d'identité du conjoint, signée par lui de manière lisible, sera demandée. En cas d'erreur manifeste ou de choix non conforme aux dispositions légales (pseudonyme, nom choisi au hasard...), l'enfant portera le nom du père.

> Déclaration de changement de nom

La déclaration doit intervenir soit avant le 31 mai 2015, soit dans les trois mois qui suivent la naissance ou l'adoption de l'enfant. Cette demande conjointe doit être faite à l'officier de l'état civil de la commune où le(s) enfant(s) est (sont) inscrit(s). Les parents doivent être présents tous les deux et attester sur l'honneur que les enfants pour lesquels ils demandent le changement de nom sont leurs seuls enfants mineurs communs et qu'ils n'ont pas d'enfants majeurs communs.

// JD

(1) Loi du 8 mai 2014 modifiant le Code civil en vue d'instaurer l'égalité de l'homme et de la femme dans le mode de transmission du nom à l'enfant et à l'adopté.

Pour tout enfant né ou adopté depuis le 1^{er} juin 2014, les parents ont la liberté de lui donner soit le nom du père, soit le nom de la mère, soit les deux.



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

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

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

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

La solidarité, c'est bon pour la santé.

// Intersoc-Trip //



LA SOLIDARITÉ, C'EST BON POUR LA SANTÉ

Les plus belles villes impériales du Maroc

Du 19 au 26 octobre



Dès l'arrivée et le premier thé à la menthe, vous serez séduits par les soins dont vous serez entourés. Au Maroc, c'est en ami que l'on reçoit les voyageurs. Visites culturelles et activités de qualité, tout est fait et organisé pour que votre séjour se déroule sereinement.

Hébergement : chambres singles (avec supplément) et doubles équipées d'une salle de bains avec bain/douche et toilettes.

Transport : en avion à partir de Bruxelles à destination de Marrakech. Déplacements sur place en car.

Prix pension complète : 1.211 EUR • Supplément single : 210 EUR • Séjour de 8 jours/7 nuits sur place • Accès aux curiosités et guide inclus • Présence d'un accompagnateur Intersoc • Non compris dans le prix : pourboires usuels pour le chauffeur et le guide.

Durant votre séjour, vous logez dans des hôtels 4 *. Ce séjour est organisé avec Timefly, partenaire d'Intersoc.

Dates : du 19 au 26 octobre.

Formule : pension complète, boissons incluses pendant les repas.

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

LIC. 05654

en marche

LA SOLIDARITÉ, C'EST BON POUR LA SANTÉ

Chaussée de Haecht, 579 - BP 40 - 1031 Bruxelles © 02/246.46.27 - Fax : 02/246.46.30 - enmarche@mc.be - www.enmarche.be

EDITEUR RESPONSABLE : Jean Hermesse, Opberg, 23 - Bte 11, 1970 Wezembeek-Oppem.

Affilié à l'Union de la presse périodique UPP - Membre de l'Union des Editeurs de la Presse Périodique - Tirage moyen 460.000 exemplaires.

Une erreur dans votre adresse postale? Signalez-le via www.mc.be/journal ou au 0800 10 9 8 7.

> L'Oxfam Trailwalker cherche des bénévoles

Ces 30 et 31 août se tiendra la 7^e édition de l'Oxfam Trailwalker: 300 équipes de 4 marcheurs tenteront de parcourir 100km en 30 heures à travers les Hautes Fagnes, au profit d'Oxfam-Solidarité. L'organisation cherche 350 bénévoles pour mener à bien l'événement, notamment des kinés et médecins.

Infos : 0474/76.63.17 • volunteers@oxfamtrailwalker.be • www.oxfamtrailwalker.be.

> Urgent : Don de sang

Situation alarmante à la Croix rouge où une diminution significative des stocks de sang dans tous les groupes sanguins est constatée. L'organisation l'explique par les départs en vacances, les fortes chaleurs... Toute personne de plus de 18 ans et en bonne santé est encouragée à se rendre dans un centre de prélèvement de la Croix rouge ou dans leurs collectes mobiles.

Infos : 0800 92 245 • info@croix-rouge.be • www.transfusion.be

> Paix

Comment devenir un acteur de paix et de décripation? Comment aider à bâtir la justice sociale pour éviter les embrasements? À l'heure où les tensions et les violences ravagent les portes de l'Europe (Ukraine) et réenflamment le Proche-Orient (Gaza/Israël), ces questions se posent avec une acuité toute particulière. Justice et paix propose deux rendez-vous pour y réfléchir. Le premier se tient à Bruxelles, les 21 et 22 août, de 9 h à 16 h, consacré aux "conflits internationaux et au jeu des grandes puissances". Le second au salon bio Valériane, à Namur, consacré aux "minerais des conflits" (conférence-débat de 13 h à 15 h), en présence de Louis Michel, Karel de Gucht, Claude Rolin, Philippe Lamberts, etc. Fin septembre, la même association lance ses cafés littéraires citoyens pour la saison 2014/2015, lieux de rencontre et d'échange autour de livres choisis par les participants lecteurs.

Infos : 02/738.08.01 • www.justicepaix.be

Offres de service

LE CETRI, CENTRE TRICONTINENTAL À LOUVAIN-LA-NEUVE, RECHERCHE (H/F) :

> des traducteurs bénévoles expérimentés

(de l'anglais ou l'espagnol vers le français), pour la collection Alternatives Sud (maximum un article d'environ 40.000 signes à traduire par trimestre). Excellente capacité de rédaction et souci de la finition.

Envoyez vos coordonnées par courriel à duterm@cettri.be, détails suivront.

L'ASBL AFS PROGRAMMES CULTURELS RECHERCHE :

> des familles d'accueil bénévoles

pour accueillir (surtout dans les provinces de Liège, Namur et du Brabant-wallon), pendant une durée de 3, 6 ou 10 mois, des jeunes venus des quatre coins du monde pour découvrir notre culture et apprendre notre langue.

Plus de détails au 02/743.85.52 ou à l'adresse accueil@afs.org

Sondage : maladies chroniques et compléments alimentaires

Un appel est lancé aux personnes à qui le médecin prescrit des vitamines, minéraux et compléments alimentaires dans le cadre d'une maladie chronique. Une enquête en ligne est ouverte.



© Pierre Rousseau / BELPRESS

C'est l'Observatoire des maladies chroniques qui lance ce sondage. Créé en 2012, l'Observatoire a pour but de cerner les besoins et les problèmes auxquels les malades chroniques sont confrontés au quotidien. La Mutualité chrétienne et son partenaire Altéo (mouvement social de personnes malades, valides et handicapées), y prennent une part active.

Récemment, l'Observatoire a décidé d'approfondir quelques thèmes précis, par exemple la situation pour certains malades chroniques de se voir prescrire des suppléments en vitamines ou minéraux ou à des compléments alimentaires. Ces produits sont aujourd'hui à la charge du patient et ne bénéficient pas de l'intervention de l'Assurance soins de santé et indemnités (Assi).

Par le biais de ce sondage, l'Observatoire souhaite identifier au mieux les besoins des malades chroniques en matières de vitamines, minéraux ou suppléments alimentaires. Les personnes concernées sont invitées à y prendre part avant le 31 octobre. Les réponses seront traitées dans la plus stricte confidentialité et la participation restera anonyme

>> Sondage sur : http://fr.surveymonkey.com/s/enquete_observatoire

Les aînés : accompagnés ou "fliqués" ?

De plus en plus nombreuses et sophistiquées, les technologies spécialisées dans l'aide et l'assistance aux plus âgés font débat. Éneo, mouvement social des aînés, a voulu approfondir le sujet avec eux. Le résultat est contrasté.

logies qui ont l'avantage inestimable d'améliorer la sécurité des aînés et de repousser à plus tard le départ vers la maison de retraite ou un autre hébergement.

De là à être dupe, il y a un pas... Les personnes âgées et très âgées sont bien conscientes que ces appareils arrangent parfois plus les familles,

Oubliez les clichés sur les nouvelles technologies ! Loin d'être dépassés par celles-ci ou de les dédaigner, les aînés en raffolent. C'est en tout cas la principale conclusion d'Éneo, mouvement social des aînés, qui a mené une étude mixte (entretiens approfondis et revue de la littérature scientifique) sur ce qu'on appelle, plus précisément, les "gérontotechnologies". La plus connue est évidemment le téléphone à larges touches, bien lisibles et facilement manipulables. Mais on relève aussi des systèmes bien plus sophistiqués, comme les bracelets de géolocalisation pour les personnes démentes ou désorientées, les piluliers électroniques, les détecteurs de chute, les pendentifs de télésurveillance, etc. Bref, toutes sortes de techno-



© AGEFOTOSTOCK BELGAINAGE

Les coopérateurs du groupe Arco toujours dans l'attente

Fin 2011, lorsque les déboires de la banque Dexia ont eu raison du groupe financier Arco, les quelque 800.000 coopérateurs du groupe se sont retrouvés plongés dans une attente pénible. Qu'en sera-t-il de leurs dépôts? La question est toujours pendante, alors que la garantie d'État vient d'être recalée par la Commission européenne.

La liquidation du groupe Arco est décidée en décembre 2011. Elle s'inscrit dans le contexte de crise bancaire qui avait vu l'État intervenir afin de "sauver" Fortis et Dexia, notamment. Pour cette dernière, une augmentation de capital avait été demandée aux "actionnaires institutionnels belges", dont Arco. Afin de soutenir la démarche, le gouvernement avait notifié par arrêté royal son intention d'étendre le régime de la garantie d'État existant pour les dépôts d'épargne et les assurances-vie aux sociétés financières coopératives.

Tout en sachant que cela allait prendre plusieurs années, les coopérateurs du groupe Arco pouvaient être en partie rassurés sur le remboursement de leurs parts. On parle de quelque 800.000 particuliers – en grande majorité flamands – qui détiennent des parts en moyenne de 1.875 euros par personne. Des parts qui se rapprochent davantage d'une épargne que d'une action, estime le ministre sortant des Finances, Koen Geens (CD&V). Et le Mouvement ouvrier chrétien (MOC) de le redire récemment par la voix de son président Christian Kunsch, dans les colonnes de l'Echo le 12 juillet dernier, "en quoi est-ce qu'un coopérateur spéculait ou prenait un risque? (...) Les coopérateurs d'Arco, à l'origine la Bacob, s'inscrivaient dans un mouvement coopératif. Ils pouvaient souscrire, mais d'une manière limitée. Ce n'était pas la même chose qu'acheter et vendre des actions en Bourse (...)" (1).

Mais tout le monde ne l'entend pas de cette oreille. Un recours au Conseil d'État a été déposé notamment par la

fédération flamande des investisseurs VFB, avançant la thèse d'une inégalité de traitement, d'une discrimination. Cette démarche est toujours pendante. La Cour constitutionnelle a été saisie. Des procédures sont donc en cours.

Autre avis attendu dans ce dossier : celui de la Commission européenne. Ce début juillet, elle a livré ses conclusions sur la décision gouvernementale : à ses yeux, la mesure belge n'est pas compatible avec les règles de l'Union en matière d'aides d'État. Elle estime qu'Arco doit maintenant rembourser à l'État belge l'avantage dont il aurait bénéficié. Entendez que même si aucune garantie n'a été versée, la Commission reproche à l'État belge une forme d'aide indirecte dans la promesse d'une garantie d'État alors que les éventuels concurrents d'Arco n'auraient pas bénéficié des mêmes perspectives de garanties d'État.

Le ministre évoque la possible contestation par l'État belge de la décision de la Commission devant le Tribunal de première instance de Luxembourg. Les négociations pour la formation du gouvernement fédéral devraient aussi intégrer ce dossier. L'attente est donc au rendez-vous, une nouvelle fois. Tout en sachant que ce n'est pas évident pour "les profanes qui ont du mal à s'y retrouver dans cet imbroglio juridique" ..., foi de ministre des Finances.

//CD

(1) Dans cette interview, C. Kunsch rappelle que la garantie d'État a aussi été accordée aux détenteurs d'un compte First auprès de la Banque Ethias.

certaines de ces objets ou aménagements créent de nouvelles formes de dépendance.

Bref, si Éneo, mouvement d'éducation permanente associé à la Mutualité chrétienne, constate l'"enthousiasme réel des aînés" pour les gérontotechnologies, il prône également la vigilance en la matière. Et suggère, au terme d'un numéro de sa publication *Balises* entièrement consacré à ce thème, la création d'un organisme chargé de coter les nouveautés mises sur le marché selon des critères éthiques. Enfin, il pronostique la création, à moyen terme, d'une nouvelle profession : consultant en gérontotechnologie. Particularités de ces professionnels du futur proche : la compétence technique, mais aussi l'indépendance par rapport aux firmes privées et le respect de critères psychologiques, juridiques et éthiques. Un créneau professionnel pour les jeunes d'aujourd'hui?

//PhL

Stage

Initier des enfants de six à huit ans au yoga, à la relaxation, à la sophrologie... C'est le défi relevé par Infor santé et Jeunesse & santé cet été dans le Brabant wallon. Trop jeunes pour prendre soin d'eux et des autres? Pour écouter leur corps? Pour interpréter leur ressenti? Pas du tout! Il semble même que leur jeune âge soit un avantage.

Il n'y a pas d'âge pour être zen

"Je voudrais recevoir un quad."
"Moi, c'est faire du patin à glace."
"Travailler dans la pizzeria où on va avec mes parents." "Mon plus beau rêve?", se demande Antoine en questionnant du regard Françoise, l'animatrice, comme pour être bien sûr de pouvoir exprimer son vœu le plus fou, c'est de partir en croisière sur un bateau et puis de trouver des squelettes de dinosaures dans la mer".

Sur un des murs du lieu du stage, une affiche souhaite la "Bienvenue à bord" à la vingtaine d'enfants. Assis en cercle sur les chaises d'une classe de l'enseignement secondaire, leurs pieds ne touchent pas le sol. Leurs points communs? Ils ont tous entre six et huit ans et ont autour du cou un foulard noir et vert estampillé du logo Jeunesse & santé (J&S). Aujourd'hui c'est mercredi, troisième jour de stage. C'est une journée spéciale car Françoise, sophrologue, est présente. Elle ne vient que deux fois : en début et en milieu de semaine. Le reste du temps, ce sont quatre animateurs de J&S et Pierre Squifflet, responsable Infor santé du Brabant wallon, qui assurent l'animation.

Après la formulation de son vœu le plus cher, exercice suivant : le mandala humain. Avec celui-là, il est nécessaire de reculer les chaises au pied des murs pour créer plus d'es-

pace. "On se donne la main et on lève les bras tous ensemble en respirant très profondément, dit Françoise. Puis on redescend les bras en soufflant fort et en pliant les genoux. Ensuite on se relève et on se rassemble au milieu de notre cercle. Tout le monde a compris?" Pas de réponse

des enfants mais, déjà, des regards s'échangent et des mains s'empouissent, timidement pour certains, plus franchement pour d'autres. Les voilà qui s'essayent à la respiration profonde, certains d'entre eux exagérant le bruit de leur expiration pour faire rire les copains. Enfin, les enfants avancent les uns vers les autres pour former une grande masse humaine au centre de la classe. L'expérience tactile et sensitive semble leur plaire. Ils rient. Ils se frottent aux autres. Ils expérimentent la proximité. Ils se bousculent un peu. Puis beaucoup, ce qui amène Françoise à recadrer l'exercice : "N'oubliez pas, les séances de sophrologie c'est prendre soin de soi et des autres."

"ÇA SU-FFIT!"

Prendre soin de soi c'est aussi pouvoir exprimer ses limites. "La mini-crise" est le premier truc partagé avec le groupe. Il permet d'apprendre à dire "stop" quand on leur en demande trop. "Tout le monde se met en cercle". Les enfants s'exécutent. "Élise, tu vas faire un pas en avant.

Prendre soin de soi c'est aussi pouvoir exprimer ses limites. "La mini-crise" est le premier truc partagé avec le groupe.



Lors de l'exercice du carwash, l'enfant choisit s'il est un camion crasseux ou une voiture délicate. Les soins apportés par les autres sont alors adaptés : caresse délicate ou frottement revigorant.

Une fois prête, tu fais ta mini-crise à l'aide d'un geste puis tout le monde reprendra en cœur". Elle s'avance, réfléchit, puis pendant quelques secondes, tape des pieds au sol. Le groupe reprend ensemble. Un autre lance un "C'est pas juste!" dont s'inspireront les suivants à leur tour. Comme Adrien qui fait usage des mêmes mots en tapant timidement du pied. Situation cocasse car, lui, un peu gêné, le fait en souriant, sans faire coïncider verbal et non-verbal.

"Quand y'en a marre, on met un pied devant l'autre, annonce la sophrologue pour engager l'exercice suivant. Comme un Japonais avec des sabres, on croise les bras trois fois vigoureusement. 'ÇA' devant les genoux. 'SU' devant le plexus solaire. 'FFIT' devant le visage". "ÇA SU-FFIT", reprennent-ils en cœur et plusieurs fois.

Une fois tout le monde calmé, Françoise reprend la parole et demande aux enfants d'atterrir. "Être en colère, triste, stressé... c'est pas génial pour le corps et pour la tête. Grâce aux exercices que je vous ai montrés, vous pouvez vous débarrasser de ces mauvaises sensations." D'ailleurs, elle les encourage à les refaire quand ils l'estiment nécessaire. "Maintenant, dit-elle, on va se déplacer vers la salle de relaxation, tout en douceur..." Une phrase s'échappe de la bouche d'une petite : "On va enfin se coucher".

Relax

Le sol du local dans lequel pénètre le groupe est nappé d'un épais tapis vert. Quelques modules en mousse, des coussins... sont tantôt accaparés, tantôt partagés de sorte que plusieurs frimousses puissent y être accueillies. "Ne pas parler, répète Pierre qui encadre aussi le groupe. Chacun va se mettre dans sa bulle." Les corps s'étalent et, déjà, quelques pouces prennent la direction des bouches.

Françoise explique que dans le corps, l'énergie est parfois embouteillée, coincée. Particulièrement lorsqu'on est stressé, en colère, qu'on s'énerve... "Un peu comme lorsque

papa ou maman s'énerve dans les bouchons sur la route de Bruxelles." "Ah moi, je connais bien ça, les embouteillages à Bruxelles. Rooo laaaa...", lance spontanément une participante. "Tout cela crée des nœuds, reprend Françoise, et lorsque l'énergie ne circule pas bien, ça peut provoquer un mal de tête, des difficultés pour s'endormir... La sophrologie permet de démêler les nœuds pour se sentir bien", conclut-elle. Sur ces mots, elle ferme les rideaux pour noyer la pièce dans la pénombre.

"Vous allez faire comme si vous dormiez mais vous ne dormez pas, vous m'écoutez. On va faire l'exercice du bonhomme Pinocchio et du bonhomme caoutchouc." Pour faire simple, les enfants sont invités à contracter une partie de leur corps pendant quelques secondes pour ensuite faire l'expérience inverse, à savoir la lâcher complètement, sans tensions. Visage, épaules, bras... sont ainsi sollicités pour l'exercice. "On analyse sa réalité intérieure après avoir fait le bonhomme de caoutchouc. Essayez d'analyser comment vous vous sentez. Entrez dans votre monde idéal." Certains baillent. D'autres commencent à gigoter et la main bienveillante de la sophrologue, lorsqu'elle est posée sur leur épaule, semble suffire à les calmer.

Une fois la lumière revenue dans la pièce, crayons de couleur et feuilles de papier sont distribués. Les enfants réalisent une dernière activité avant de sortir prendre la collation de dix heures : dessiner son monde idéal et le présenter ensuite au groupe. L'une s'est dessinée sur des patins à glace, l'autre travaillant dans la pizzeria de ses rêves. Une troisième présente un dessin moins attendu : "C'est moi, sur le dessin. Je vis dans le calme et ça me fait du bien." Françoise sourit, satisfaite.

Voilà la pause bien méritée. Dans la cour de récréation, les enfants jouent. "Pourquoi tu t'es inscrite à ce

stage?" demande-t-on à Olivia. "Je suis tout le temps excitée. Ça m'aide à me calmer." "Pour vous, c'est quoi être zen?" Silence pendant un long moment. Les enfants qui nous entourent réfléchissent... Olivia répond la première : "C'est faire comme ça", tout en connectant les extrémités de ses pouces et index et en mimant la position du lotus. "Mais non, répond Élise, c'est apprendre à bien respirer." "Et toi, Élise, tu es souvent stressée?" "Pas du tout, rétorque-t-elle du tac-au-tac, je suis très bien dans ma vie. Le zen m'aide à aller encore mieux."

// MATTHIEU CORNÉLIS

Autres animations

La Mutualité chrétienne (MC) constate l'augmentation des plaintes liées à des maux de dos, des maux de tête, des dépressions, des burn-out... Dès lors, afin d'assurer la prévention et la promotion de la santé mentale, essentielles face au rythme effréné de la vie quotidienne, Infor santé, le service de promotion de la santé de la MC, a mis en place de nombreuses initiatives pour répondre aux demandes des membres de participer à des activités centrées sur la gestion de stress : ateliers bien-être (yoga, taï-chi, sophrologie...), conférence sur la gestion du stress, sur la pleine conscience, cycle gestion des émotions... Bref, en un mot comme en cent : prendre du temps pour soi. Au-delà des ateliers et rencontres, deux brochures concernant la santé mentale ont vu le jour : "Balancez votre stress" et "Et psy j'allais consulter".

>> Plus d'infos : Pour connaître les initiatives proches de chez vous et obtenir les brochures, contactez le service Infor santé de votre région, le 0800/10 9 8 7 ou www.mc.be ou adressez-vous à votre conseiller mutualiste.

Pour parcourir les offres de séjours J&S : www.jeunesseetsante.be

Paroles d'animateurs

Les enfants de six ou huit ans sont-ils capables de cerner toutes les subtilités de la sophrologie?

Les dix années d'expérience de Françoise Singer en la matière le prouvent. "C'est une connexion avec la joie profonde et la spontanéité qui sont propres à l'enfance." Qui plus est, dit-elle, la sophrologie est un outil pour exprimer ses désirs profonds et sortir des choses déplaisantes. En deux mots : se libérer. Du stress quotidien? "C'est dingue de voir combien tout le monde est sous pression. Aujourd'hui, les bébés naissent stressés. Ils pompent le stress de leur maman durant la grossesse." Et la sophrologue d'ajouter qu'il lui est nécessaire, lors de ses ateliers, de prendre de plus en plus de temps pour permettre aux enfants de se poser. Les ateliers et les mouvements deviennent plus longs pour se dégager d'idées parasites et de la tension accumulée.

Ceux qui ont porté ce stage, Tanguy Rolin, responsable des stages J&S et Pierre Squifflet, responsable du service Infor santé en Brabant wallon, semblent pleinement satisfaits. Le premier souligne que beaucoup de parents ont téléphoné pour savoir ce que leurs rejetons allaient exactement faire durant le stage "Zen, soyons zen". "L'argument qui les a séduits, dit Tanguy, c'est que les enfants pourraient ramener des exercices et des outils chez eux pour les pratiquer quand bon leur semble, dès que c'est nécessaire. C'était un de nos objectifs, tout comme celui de permettre à l'enfant de se poser, de réfléchir à ce qui le rend bien." Pierre Squifflet ajoute : "Gérer ses émotions permet de gérer sa santé physique. On constate aujourd'hui qu'une grande partie des incapacités de travail sont dus au burn-out et au stress. Lors du stage, les enfants découvrent leurs émotions et celles des autres. Ça va les aider toute leur vie. Les experts en la matière nous suggéraient de commencer dès le plus jeune âge."

Découvertes

L'été est propice aux escapades et aux découvertes à deux pas de chez soi. Voici quelques suggestions de visites : un panorama de lieux où les soins et la médecine sont mis à l'honneur. Autant d'activités qui marient harmonieusement nature et culture sur le thème de la santé. Autant de destinations en Belgique qui allient apprentissage et détente. Bonnes découvertes.

Explorer l'art de soigner

L'Hôtel-Dieu pour soigner les pauvres

À Lessines, l'Hôpital Notre-Dame à la Rose n'a rien à envier aux célèbres hospices de Beaune. Que du contraire ! Dans ce vaste site hospitalier, admirablement conservé, des collections remarquables témoignent des progrès accomplis au fil des siècles dans l'art de soigner (et de guérir). Elles permettent également de s'imaginer la vie des religieuses augustines qui ont prodigué les soins aux malades indigents durant plus de 700 ans.

Fondé en 1242 par Alix de Rosoit, veuve du seigneur de la région, l'Hôtel-Dieu lessinois est contemporain du mouvement hospitalier qui se développa au Moyen Âge dans la ligne des œuvres de charité. Ces hôpitaux, dont la gestion était confiée à des communautés religieuses, accueillant les malades qui ne pouvaient se payer une médecine privée à domicile, réservée aux nobles et aux bourgeois.

Durant des siècles, Notre-Dame à la Rose a fonctionné en relative autarcie grâce à sa ferme et ses cultures, sa glacière, son moulin, son jardin de plantes médicinales, sa pharmacie, ses cuisines... Le bénéfice de donations, privilèges et protections au plus haut niveau de l'aristocratie et de l'Église a aussi permis aux prieures d'agrandir les constructions du 16^e au 18^e siècles. Après 740 ans de soins, ce lieu em-



preint de souvenirs et chargé d'histoires, a définitivement fermé ses portes en 1980... pour les rouvrir sous forme de musée lorsqu'une équipe de bénévoles se mobilise pour sauver les lieux et les rendre visitables. Des travaux de grande envergure ont été entrepris durant la première décennie du 21^e siècle. Ils ont redonné du lustre à cet écrin.

De la chapelle au bureau de la Dame prieure en passant par le réfectoire, la pharmacie ou les salles des malades (en tout une vingtaine de pièces admirablement reconstituées), la visite des bâtiments encadrant l'harmonieux cloître est fascinante, vibrante même. Mobiliers, livres, archives, bibelots, tableaux, vêtements, vaisselles, instru-

ments médicaux et chirurgicaux, objets pharmaceutiques et de soins... : les collections qui ont traversé l'Histoire sont riches et variées. Fait remarquable : pratiquement toutes proviennent de l'Hôtel-Dieu lui-même !

La scénographie du musée est attractive. Et originale de par la mise en dialogue d'œuvres d'art contemporain avec les différentes salles, ce qui ne manque pas de surprendre. Tout au long du parcours, on découvre aussi quelque 200 curiosités scientifiques illustrant l'évolution de la médecine et de la pharmacie, d'Ambroise Paré, père de la chirurgie moderne, à Louis Pasteur, l'une des figures de proue de la microbiologie (1).

Patrimoine majeur en Wallonie et candidat à la reconnaissance par l'Unesco, le site de l'Hôpital Notre-Dame à la Rose est un tel joyau que l'on peut y rester des heures sans voir le temps passer.

//JD

(1) "D'Ambroise Paré à Louis Pasteur – Un grand cabinet de curiosités scientifiques" : une collection privée exposée jusqu'au 30 novembre 2016.

>> Infos : Hôpital Notre-Dame à la Rose, place Alix de Rosoit à 7860 Lessines • Du mardi au dimanche et jours fériés, de 14 à 18h (18h30 les week-ends) • Visite libre (audio-guide) ou guidée le WE à 15h (1h45) • Nocturne à la lumière de la bougie le vendredi 22 août dès 21h • 068/33.24.03 • www.notredamealarose.com

//Découvrir les vertus des plantes//

C'est au cœur du village de Flobecq, joliment implanté dans le Pays des Collines, qu'a pris racine la Maison des plantes médicinales, il y a sept ans déjà, dans les anciens bâtiments de l'école. Les activités didactiques, pédagogiques ou ludiques et les projets de partenariat y fleurissent aujourd'hui pour faire de cette initiative communale un lieu aussi instructif que délassant.

Témoin d'une région particulièrement réputée pour sa tradition en matière de plantes médicinales, ce petit musée permet, avant tout, de comprendre les liens entre les connaissances antiques, souvent empiriques, des herbes et plantes thérapeutiques et leurs usages actuels. Les plantes sont en effet le premier réservoir des remèdes et offrent



aussi des médicaments essentiels. On est pourtant encore loin d'en connaître toutes les vertus.

À l'entrée, une imposante ligne du temps permet de situer les connaissances et usages des plantes de par le Monde. En face, un herbier d'exception, provenant de l'Université de Liège, rassemble quelque 200 plantes méticuleusement confectionnées en tissu. Plus loin, photos à l'appui, on apprend qu'au début des années '30, dans les environs de Lessines, Flobecq et Deux-Acres, 500 hectares étaient consacrés aux cultures d'angéliques, de soucis, de bardane, de menthe... ou encore de têtes de pavot. Distilleries et herboristeries témoignaient aussi d'une activité florissante dans la phytothérapie et l'aromathérapie.

Camomille, valériane, aubépine, ail, verveine, ortie, guimauve... : chacune de ces herbes – et bien d'autres encore – dévoile sur panneau géant son histoire, ses caractéristiques, ses propriétés et ses senteurs. En déambulant, on découvre aussi des instruments d'apothicaires, des fioles, des appareils de distillation... Dans ce parcours didactique, les légendes, rites et anciennes théories autour des plantes ne sont pas oubliés.

La visite se poursuit idéalement dehors pour sentir, toucher ou même goûter quelques unes des 80 "Simples" qui s'épanouissent dans le jardin attendant, agrémenté d'une fontaine et parsemé de sculptures. Il est aussi possible de prolonger la balade par un circuit conté autour du village. Enfin, il serait dommage de quitter les lieux sans déguster quelques spécialités à base de plantes...

//JD

>> Infos : Maison des plantes médicinales, 9d rue G. Jouret à 7880 Flobecq • Entrée libre • visite guidée conseillée (sur rendez-vous) : 1,50 EUR par personne • accessible aux PMR • 068/57.28.47 • www.maisondesplantes.be

//L'art de soigner et son histoire s'expose//

Sur le campus Erasme, entre l'hôpital et la faculté de l'Université libre de Bruxelles (ULB) : un musée. Sans surprise, celui-ci est consacré à la médecine. Plus précisément, les objets d'art et d'archéologie qu'il rassemble racontent les pratiques médicales à travers les époques.

Le parcours est organisé selon les évolutions apportées à l'art de guérir. Première étape, la conception magico-religieuse des chamanes et autres sorciers qui attribuaient les maladies aux démons et aux forces du mal. Sculpture d'un sexe masculin censé stimuler l'appétit sexuel, bagues portées par les guérisseurs, enfant emmailloté... sont présentés et datent principalement de la civilisation étrusque. Ensuite vient l'approche populaire et empirique de soigner. Observation et logique règnent en maître à cette époque.

La visite devient plus concrète et stimulante dès lors qu'est abordée l'approche rationnelle dans l'art de guérir. Celle-ci s'appuie sur la réflexion de l'Homme, sur la formulation d'hypothèses, de théories... C'est l'ère d'Hippocrate et de Claude Galien, respectivement considérés comme les "pères" de la médecine et de la pharmacie. En vitrine : des cuillères pour les préparations pharmaceutiques, ou encore des pinces, des palettes et des crochets comme autant d'instruments de petite chirurgie utilisés dès l'antiquité romaine.

Plus loin, les objets exposés racontent la modernisation des pratiques médicales : scalpels, cathéters, forceps, ustensiles pour saigner... C'est l'approche scientifique qui est abordée pour clôturer l'histoire. C'est à partir du 19^e siècle que les médecins pèsent, mesurent la température (thermomètre), comptent les globules rouges (hématimètres) comme les battements du cœur (stéthoscope)... De jolies pièces à admirer.

Enfin, ceux que la vue d'une trépanation de la boîte crânienne n'effraie pas pourront aller jeter un œil dans la salle "histoire de la chirurgie" et, si l'estomac est bien accroché, admirer la collection de moulages anatomiques en cire.

//MaC

>> Infos : Musée de la médecine, 808 route de Lennik à 1070 Bruxelles • Du lundi au vendredi et le 1^{er} we du mois de 13 à 16h • Entrée : de 2 à 5 EUR (audioguide inclus) - dimanche gratuit • 02/555.34.31 • www.museemedecine.be

À l'intérieur du corps humain

Le Pass – "tout ce monde d'expériences" à Frameries – est magique pour les avides de comprendre : pourquoi on peut avoir les yeux rouges sur une photo ? À quoi servaient les canaris emportés par les mineurs de fonds ? Pourquoi un ballon de rugby a une forme ovale ?... Comprendre les sciences, les technologies et surtout expérimenter. Car, dans ce musée d'un genre particulier, le visiteur met la main à la pâte. Il clique, saute, pousse, enfle, scrute, tâtonne, etc. Le ludique est au rendez-vous, que l'on soit bambin, ado ou majeur de longue date.

Parmi les espaces à découvrir depuis peu, remarquons l'exposition dédiée au



corps humain ("Mon corps, ma santé"). Là comme ailleurs au Pass, le visiteur découvre une foule d'informations sans devoir lire des cartouches interminables plaquées sur les vitrines figées. Mini clips, capsules audio, jeux en tout genre sont intégrés à une scénographie extrêmement inventive. Au point de ne plus savoir parfois où donner de la tête, de devoir déployer quelque effort pour se concentrer sur une explication.

Peau, cerveau, cœur, poumon, rein... jalonnent un superbe labyrinthe de bois. Au gré des quelques alcôves, le visiteur parcourt le corps, (re)-découvre le fonctionnement des organes. Ça et là de petites niches invitent à s'asseoir pour écouter l'histoire de Martine dont la vie a basculé après une hémorragie cérébrale, celle de Camille qui a 11 ans et un quotidien rythmé par les séances de dialyse, celle de Albert qui a dû réapprendre à faire confiance à son cœur. Tandis que les plus anciens seront enclins à tendre l'oreille à ces témoignages, les plus jeunes préféreront tester leurs connaissances en jouant. À quel rythme bat notre cœur ? Suis-je davantage réactif au visuel, au sonore, au tactile ? Qui dans le corps médical soigne quoi ?

Le parcours se corse avec la génétique, thématique qui prolonge "Mon corps, ma santé". Le visiteur est invité à pénétrer d'abord à l'intérieur d'une cellule

Ces eaux qui nous font du bien

Prendre soin de soi, source de bien-être, prendre du temps pour soi, seul ou avec d'autres, voilà des expressions qui pourraient caractériser le sentiment qui naît avec la cure thermale.

Mettre ses pieds dans les traces de Saint Remacle, suivre les chemins empruntés par les Grands de l'Histoire, mais aussi retrouver les senteurs des blagues d'enfants et d'étudiants à l'approche des sources ferrugineuses, voilà ce qui nous rapproche déjà des sept Poughons de la ville thermale de Spa et de ses alentours.

Si les cures thermales sont revenues à la mode, dans notre pays, elles sont aujourd'hui utilisées davantage pour le bien-être que pour soigner (contrairement à de nombreuses autres régions du monde). "Suivre une cure", cela signifie du temps consacré, du temps re-



posé, des marches dans la nature et avec sa nature.

Si vos pas vous conduisent vers Spa et sa région, prenez le temps de retrouver le sens de la cure thermale, concoctez-vous une promenade de santé. Allez à la découverte de l'Histoire, de la nature et surtout de votre bien-être. Les sept

sources réparties sur l'ensemble du territoire vous feront découvrir non seulement tous les goûts de l'eau, gazeuse ou non, plus ou moins ferrugineuse. Mais surtout, elles vous permettront, grâce à des balades guidées ou de brèves explications, de comprendre pourquoi, depuis des siècles, les apports naturels de l'eau qui circule dans nos sous-sols et se gorge des substances riches de la nature permettent de rééquilibrer le corps et l'esprit.

Marcher, boire de l'eau, prendre les apports naturels en vitamines et minéraux de notre sol, et puis lever les yeux vers la lumière s'infiltrant entre les feuilles des nombreuses essences d'arbres qui peuplent ces forêts, voilà comment les cures thermales offrent de "prendre soin". Surtout, n'oubliez pas de emporter un gobelet ou une gourde dans votre sac à dos!

//AG

>> Infos : Office du Tourisme de Spa • 087/79.53.53 • www.spatourisme.be • Possibilité de promenades en groupe et commentées.

Des amulettes contre le mauvais sort

Étudiant en médecine dans les années soixante, Robert Steichen se glissait fréquemment dans d'autres auditoriums, curieux de dépasser la dimension purement physiologique de sa formation et soucieux d'assouvir sa curiosité envers un monde lointain et mystérieux. Cinquante ans plus tard, cette curiosité scientifique est palpable dès les premiers pas de l'exposition qui lui est consacrée à Louvain-la-Neuve.

Robert Steichen est anthropologue clinicien. Avec sa femme, psychanalyste, aujourd'hui décédée, il a sillonné le monde pendant près d'un demi-siècle à la rencontre des guérisseurs, chamans, sorciers et autres herboristes. De tous ces voyages réalisés sac au dos, le couple de thérapeutes a ramené des souvenirs aussi divers que des amulettes, des coiffes, des parures, des bijoux, des masques, etc.

Un quart des 800 objets légués au Musée est aujourd'hui présenté dans la ville universitaire. Dans les deux premières salles, servies par une lumière généreuse, l'expo met en scène, via divers croquis et carnets de notes personnels, le contexte des différentes époques concernées et les rencontres

personnelles de Steichen. L'anthropologue, qui est aussi psychiatre, a assisté à de nombreux rites de guérison et d'exorcisme, n'hésitant pas ici et là à endosser lui-même le rôle de patient. Ce qu'il apprend à l'occasion de ces expériences et des confidences de ses interlocuteurs, il le mettra à profit de retour en Belgique, notamment auprès de travailleurs marocains victimes d'accidents de chantier.



© Musée LU

Qu'il habite au Congo ou en Malaisie, au Laos ou au Tibet, en Equateur ou au Burkina Faso, l'homme a besoin d'intercéder avec les forces qui le rendent malade ou l'accablent. Les objets qui sont présentés ici témoignent à la fois de cette fonction d'intercession et de la rencontre entre l'anthropologue luxembourgeois et les guérisseurs. L'exposition est sobre, légère et lumineuse, loin de la surabondance assommante de certains musées. Chaque vitrine surprend par sa beauté renouvelée. Revers de la médaille : les explications anthropologiques, purement descriptives, sont trop chiches. Si l'on veut dépasser la dimension purement esthétique de la collection, il est suggéré d'assister, par exemple, à la visite guidée gratuite du premier dimanche du mois.

//PhL

>> Infos : "Rendez-vous ailleurs. Collection d'un anthropologue clinicien", jusqu'au 2 novembre au Musée de Louvain-la-Neuve, 1 place Blaise Pascal • Entrée : 3 EUR (nombreuses réductions) • Ouvert du mardi au vendredi de 10 à 18 h et le we de 14 h à 18 h • visite guidée sur demande • accessible aux PMR • 010/47.48. 41 ou 45 • www.musee.ucl.ac.be

//Apprendre les remèdes ancestraux//

Les plantes sont compagnes de l'Homme depuis la nuit des temps. Pour se nourrir mais aussi pour se soigner. Si la médecine moderne a fait du médicament une solution incontournable pour traiter certaines pathologies, quelques plantes sauvages et locales peuvent utilement aider dans le traitement de petites affections tel un refroidissement, une brûlure, une allergie...

Depuis quelques années, le Crie de Villers-la-Ville (Centre régional d'initiation à l'environnement) organise la formation "Plantes sauvages comestibles et médicinales". De la construction d'un herbier à la cueillette des plantes de printemps, des notions d'ethnobotanique à la constitution d'une pommade, les cinq journées du cursus sont un véritable voyage dans l'univers des plantes. Les participants apprennent à les reconnaître, à les cuisiner et à les utiliser dans la pharmacie familiale. Ces "druides en herbe" peuvent ainsi concocter leur propre antitussif à l'aide de thym, d'origan, de mauve et de plantain. Ou encore préparer un remède antiseptique, cicatrisant, anti-inflammatoire et antalgique fabuleux : le macérât huileux de millepertuis.



© Crie Villers

"Notre objectif est de permettre la rencontre avec le végétal de chez nous qu'on traite à tort de 'mauvaise herbe', explique Marie Fripiat, animatrice-herboriste. La nature n'est pas qu'un décor, elle a aussi un volet utilitaire, notamment d'un point de vue gustatif et médicinaux." Des plantes pour prévenir ou pour guérir? "On propose d'apprendre à soigner les bobos du quotidien avec des savoirs ancestraux plutôt que de faire usage de produits pharmaceutiques faits de composés chimiques qui, parfois, ont des effets secondaires."

Une démarche qu'apprécie Tamara, 22 ans, qui complète ainsi sa formation de pharmacienne sur le terrain. "À l'université, dit-elle, on nous apprend essentiellement à soigner le corps. L'herboristerie, c'est une approche globale où le corps et l'esprit sont pris en compte." Quant à John, enseignant, il utilise déjà les remèdes à la maison : "J'utilise mes baumes de calendula et de consoudes pour les petits bobos et les piqûres d'insectes. Actuellement, je travaille à trouver la bonne formule de crème pour les fesses du futur bébé de ma fille!"

//MaC

>> Infos : Crie de Villers-la-Ville, 24 avenue Speeckaert à 1495 Villers-la-Ville • Prochain cycle en avril 2015 • 175 EUR env. • 071/87.98.78 • info@crievillers.be • www.crievillers.be

"pour découvrir ce qui s'y trame". Ensuite, il plonge dans le futur et les grands défis qui se posent aux scientifiques autour du clonage, notamment. "Jusqu'où irons-nous?", s'interroge-t-on.

Chaque jour des animations supplémentaires – dont les horaires sont affichés à l'entrée – peuvent agrémenter la visite ; tandis qu'un espace acrobatique sur trois niveaux permet aux remuants

de se défouler. Petit conseil : au vu de la richesse des sujets abordés, de la diversité des sollicitations, de l'étendue du site..., il est utile de prendre le temps d'organiser son parcours une fois dans l'enceinte du Pass. Tracer son propre fil conducteur, établir quelques repères permettront d'apprendre et de se détendre totalement dans tous les recoins de l'ancien site industriel réaffecté.

//CD

>> Infos : Le Pass, 3 rue de Mons à 7080 Frameries • Ouvert tous les jours de 10 à 18h, jusqu'au 31 août inclus • Entrée: gratuite de 0 à 5 ans, 9,50 EUR de 6 à 14 ans, 11 EUR de 15 à 25 ans ou 60 ans et +, 12,50 EUR de 26 à 60 ans • 070/22.22.52 • www.pass.be

//Docteurs des esprits troublés//

Considérer les aliénés comme des malades auxquels on peut venir en aide, avoir régulièrement un contact avec eux pour mieux comprendre leurs comportements, ne pas rire à leur dépend, user du moins de violence possible à leur égard... Ces principes inscrits par le Docteur Guislain dans le règlement d'ordre intérieur des hospices qu'il dirige, sont une première du genre. Nous sommes en 1829, à Gand. Une plongée dans l'histoire de la psychiatrie laisse entrevoir l'énorme chemin parcouru entre magie, religion, contrôle et science, pour aboutir à l'accompagnement actuel des maladies mentales. L'Hospice Guislain créé en 1857 marque cette histoire. Le Docteur Guislain entend "libérer les fous de leurs chaînes". Il faut, estime-t-il, que l'institution respire une impression de repos, de liberté et de sécurité. Pari réussi, si on en croit le climat qui règne aujourd'hui sur le site de l'hospice.

Le lieu est propice à flâner. Certes l'hôpital psychiatrique a quitté les anciennes bâtisses pour se loger juste à côté et les bâtiments d'époque hébergent quant à eux une école de nursing psychiatrique, ainsi qu'un musée. Le visiteur y est donc bienvenu. Celui-ci accueillera



© Museum Dr Guislain

avec plaisir la traversée du jardin ou de la cour intérieure, comme une respiration entre les parties d'exposition chargée d'une densité rare. Car "la maladie psychique nous confronte à des questions qui sont loin d'être anodines", nous avertit-on à l'entrée des salles



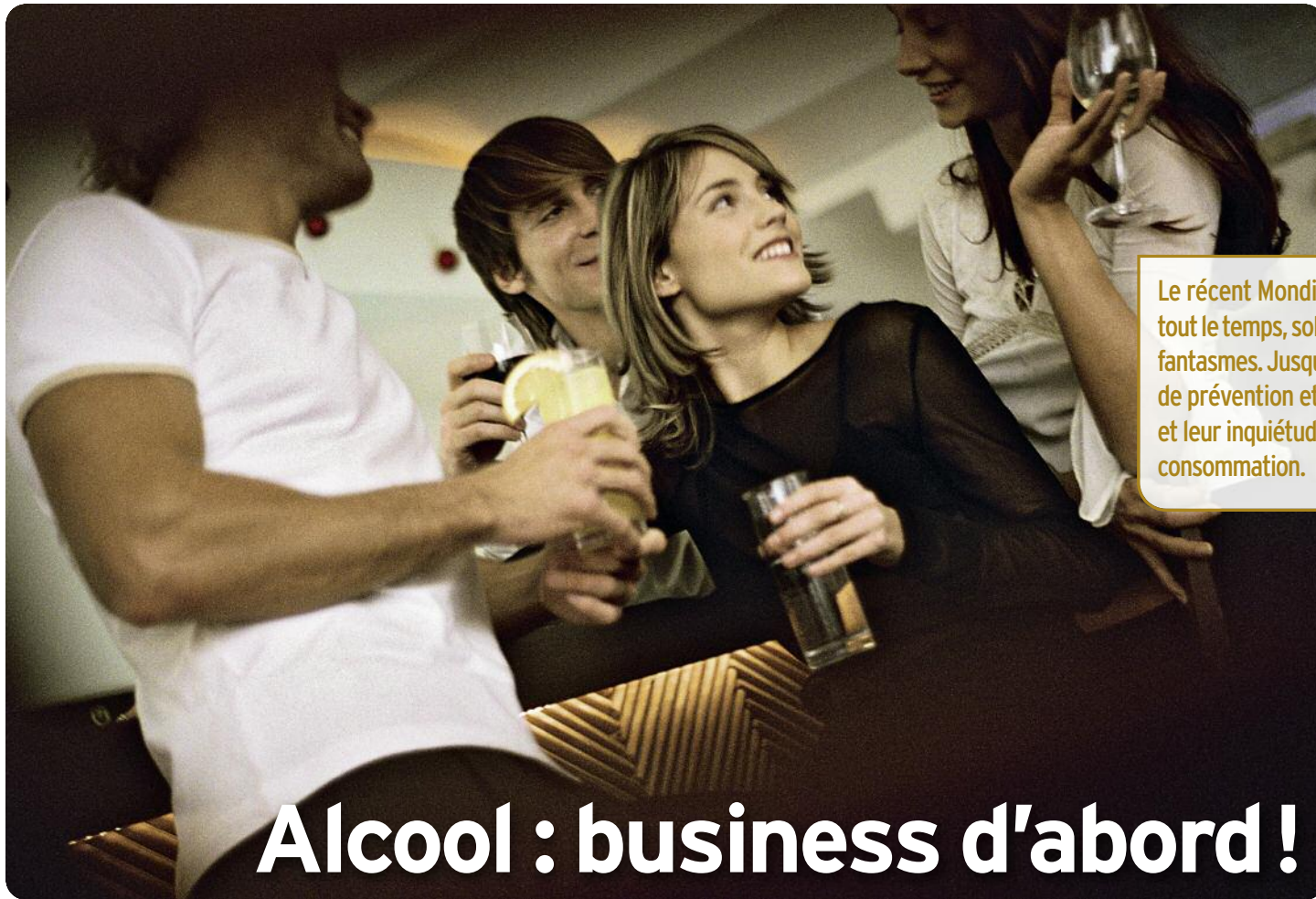
© Marziani

consacrées à l'histoire de la psychiatrie. "Quels rapports entretenons-nous avec les autres, mais aussi avec cet autre qui vit en nous? (...) En replaçant les notions de 'folie' et de 'maladie mentale' dans leur contexte historique et culturel, le Musée du Dr Guislain entend éprouver la frontière entre 'normalité' et 'anormalité'." Là aussi, le pari est réussi pour l'ancien lieu de soins de fous. Les expositions connexes consacrées à l'art brut (dit aussi l'art outsider) titillent elles-aussi cette séparation entre folie et normalité.

Ainsi, l'exposition temporaire intitulée "Je vois ce que tu ne vois pas. Art et autisme", met au défi de regarder les œuvres sans a priori, sans préjugés sur les maux dont souffrent leurs artistes (jusqu'au 21 septembre). D'autres espaces comme l'exposition du photographe Roger Ballen, "Voyageur dans la psyché" entraîne le visiteur dans des parts bien sombres de l'humain (jusqu'au 31 août). Entre quiétude du lieu et tourments du propos, le Musée du Docteur Guislain vaut assurément le détour.

//CD

>> Infos : Museum Dr.Guislain, 43 Jozef Guislainstraat à 9000 Gand • Ouvert du mardi au vendredi de 9 à 17h, le week-end de 13 à 17h • Entrée: gratuite pour -12 ans, 1 EUR pour - 26 ans, 6 EUR tarif plein • 09/216.35.95 • www.museumdrguislain.be



Alcool : business d'abord !

Peu avant la Coupe du monde de football, la ville de Bruxelles avait décidé d'interdire la vente d'alcool dans les magasins de nuit entre 22 h et 7 h du matin durant la compétition. La décision avait suscité l'irritation des associations actives dans la prévention en matière de santé. Elles avaient regretté qu'on mette "une fois de plus l'accent sur la répression, efficace seulement à court terme, alors qu'on ne fait rien, ou si peu, pour lutter contre la communication outrancière des alcooliers". Et de déplorer, dans la foulée, l'absence d'une véritable stratégie publique de prévention. On peut difficilement leur donner tort : deux mois plus tôt, le Plan alcool, qui devait notamment corseter la publicité pour l'alcool à l'égard des jeunes, avait fait un flop monumental, sabordé par l'aile libérale flamande du gouvernement fédéral malgré une préparation minutieuse.

En Marche revient sur cet "incident" avec Martin de Duve, directeur de l'ASBL Univers santé (UCL) et porte-parole d'un groupe de douze associations actives dans le secteur (1).



Martin de Duve : "En matière de publicité pour l'alcool, notre pays est l'un des plus permissifs en Europe".

En Marche : L'abandon du Plan alcool au printemps dernier : un coup dur, vraiment ?

Martin de Duve : Sans aucun doute, parce que la Belgique n'a jamais eu le moindre plan pour encadrer la consommation d'alcool. Et parce que, sur le plan commercial et publicitaire, notre pays est l'un des plus permissifs en Europe, soumis à un lobbying particulièrement efficace. Les alcooliers pratiquent un matraquage publicitaire agressif. Nos voisins français, avec la loi Evin, pratiquent globalement une régulation bien plus performante de la publicité pour l'alcool. Cela dit, je veux être clair : le groupe que je représente n'a strictement rien contre la consommation festive d'alcool, drogue culturelle par excellence en Occident. Il n'en réclame

aucune régulation forte ni contraignante. Mais le problème est celui des consommations en excès : au lieu de jouer ce rôle de détente et de facilitation du lien social, l'alcool devient parfois l'unique sens et la finalité même du regroupement d'individus, notamment entre jeunes. Ces situations, où le choix individuel (à respecter) n'est plus de taille face à la pression écrasante de l'environnement, ont un impact socio-sanitaire considérable : près de six milliards d'euros annuels. Malgré cela, les politiques en vigueur restent très frileuses. S'attaquer à la publicité pour l'alcool, c'est risquer l'accusation de censeur ou de moraliste à bon compte. Le politique craint l'impopularité.

EM : La publicité pour l'alcool est pourtant partiellement contrôlée, non ?

Mdd : Très peu ! C'est théoriquement le rôle du Jury d'éthique publicitaire (JEP) qui, malgré quelques améliorations timides récentes, reste largement juge et partie. Le résultat est là : le plus légalement du monde, les alcooliers proposent aujourd'hui aux camps scouts des promotions du type "votre troisième bac de bière gratuit". Des firmes de spiritueux passent librement contrat avec des cercles étudiants et offrent 200 bouteilles gratuites d'alcool fort. Conséquence : pour deux euros, un étudiant peut commander dix verres pour ses potes ! Ajoutez à cela que la quasi-totalité des publicités, en parfaite infraction aux conventions internes du secteur, associe alcool et prouesses sportives, sensuelles ou sexuelles. Comment s'étonner, dans ce contexte, qu'il y ait surconsommation et mésusage de l'alcool avec leur lot d'accidents, d'absentéisme au travail, de drames, de maladies cardiovasculaires, etc ?

EM : Ce lobbying agressif est-il une spécificité belge ?

Mdd : Les alcooliers sont partout, y compris dans les couloirs des parlements nationaux, régionaux, européen. Leur communication est subtile. Ils se donnent beaucoup de mal, par exemple, pour qu'on parle un maximum des effets présumés positifs du vin sur le cœur ou de la bière sur l'organisme. À coup d'études scientifiques, ils soutiennent ces thèses. Et cela passe à merveille dans le grand public. Qui, très humainement, préfère se voir conforté dans ses choix et ses comportements que d'entendre un discours médical sur les impacts de l'alcool sur la santé.

EM : La consommation festive d'alcool en groupe est pourtant veillée comme le monde...

Mdd : Bien sûr. Encore une fois : tant mieux ! Mais, vers la fin des années nonante, on a connu un basculement rapide et brutal des pratiques commerciales. Inquiets devant la diminution continue de la consommation, les alcooliers ont mis au point des produits (sucrés, light, fruités, etc.) destinés à séduire les femmes et les jeunes. En parallèle est né un discours plus complaisant envers l'ivresse et le "lâcher prise" : des attitudes qui, dorénavant, peuvent être mises en scène très aisément sur les réseaux sociaux. Si, de surcroît, l'alcool peut être trouvé facilement (et jusque chez son boulanger !) et si, enfin, la publicité se révèle omniprésente (que l'on songe au récent Mondial et à sa bière "associée" sur des milliers de drapeaux), toutes les conditions sont là pour un effet boule de neige autour de l'alcool. À cette puissance de feu commerciale, qui brasse des sommes gigantesques, nous ne pouvons opposer, nous, acteurs de prévention et de sensibilisation, que quelques milliards de neurones...

EM : Dans le contexte général que vous décrivez, comment faire de la prévention efficace auprès des jeunes, notamment ?

Mdd : En évitant les pièges du paternalisme, de l'hygiénisme, de l'humour qui tombe à plat, du simplisme... Privilégier tout ce qui augmente les compétences et l'esprit critique des jeunes. À Univers-santé, notamment, nous évitons tout jugement sur le comportement de surconsommation. Nous préférons travailler sur la réduction des risques, la responsabilisation, l'éducation, le développement de l'esprit critique, etc. Tout le monde peut comprendre que boire et conduire revient à prendre des risques inutiles. Évidemment, les campagnes dans ce sens doivent être subtiles, réfléchies et travaillées sur le long terme. Une expression, un mot de travers, un détail inopportun dans un support visuel, et c'est toute une campagne, jugée ringarde, qui peut s'écrouler. Nous croyons bien plus, en tout cas, en l'efficacité de l'éducation qu'en la répression. Diverses études ont montré que si l'on investit 5% des montants alloués aujourd'hui au curatif dans la préventif, on diminuerait la facture des soins de santé de 20% à terme.

// ENTRETIEN :
PHILIPPE LAMOTTE

>> L'interview intégrale est à disposition sur www.enmarche.be

(1) Groupe "Jeunes, alcool et société" (La Mutualité chrétienne en est membre) : www.jeunesetalcool.be • 010/47.28.28

Le récent Mondial l'a rappelé : l'alcool est présent partout et tout le temps, sollicitant sans relâche notre soif, nos sens et nos fantasmes. Jusqu'à la nausée ? Les acteurs de terrain, soucieux de prévention et de sensibilisation, clament leur impuissance et leur inquiétude face aux excès de plus en plus fréquents de consommation.

Une aide dans l'anonymat

Mieux comprendre, voire résoudre, une consommation excessive d'alcool : c'est désormais possible chez soi, devant son PC, au fil d'un dialogue anonyme et continu avec un psychologue.

Affronter de face une dépendance à l'alcool n'est pas une démarche aisée. Si l'image de soi en prend un fameux coup, il faut – aussi – affronter le regard de l'autre. Le Centre Alfa (Liège) et L'ASBL Le Pélican (Bruxelles), deux associations spécialisées dans la lutte contre les assuétudes, ont donc créé en 2012 un service d'accompagnement en ligne, basé sur l'échange de messages ("chats") totalement anonymes et sécurisés avec un professionnel.

On peut y prendre rendez-vous avec un psychologue entre 8 et 20 h en semaine ou le samedi matin. Via une adresse email anonyme et un pseudonyme, on dialogue en temps réel, via son écran d'ordinateur, avec un professionnel qui ne connaît ni le nom, ni le visage, ni la voix de son correspondant. "Pour des raisons de mobilité ou plus psychologiques, certaines personnes ont de grandes difficultés à pousser la porte des centres d'aide classique", explique Angélique Belmont, psychologue et coordinatrice du projet Aide-alcool.be en Wallonie. Autre avantage : une meilleure adaptation aux horaires du public.

Cet accompagnement thérapeutique gratuit permet de dialoguer avec le même psychologue tout au long du processus (douze semaines). Il ne s'agit pas ici d'entamer une longue thérapie. À force d'échanges de messages, le professionnel travaille les représentations que le patient se fait de la consommation d'alcool et lui suggère diverses pistes personnalisées pour maîtriser sa propre consommation ou l'arrêter.

"Pour nous, thérapeutes, ce dialogue sans visage ni voix est évidemment une nouveauté. Nous ne disposons pas de la communication non verbale ni d'informations sur l'état émotionnel de notre interlocuteur. Mais nous la compensons par l'obligation impérieuse – partagée d'ailleurs par l'autre 'partie' – de trouver le mot juste, l'expression la plus adéquate. Au final, le dialogue qui se noue est très riche".

Les patients d'Aide-alcool.be ont aussi la possibilité de dialoguer entre eux, tout aussi anonymement, via un forum privé. Le site fournit également diverses informations générales sur l'alcool, un test permettant d'évaluer sa consommation d'alcool et divers outils à utiliser seul ("self help"), permettant de modérer ou stopper sa consommation

// PhL

>> Infos : 02/502.08.61 • www.aide-alcool.be

Expo

J'avais 20 ans en 14

Dans le cadre des commémorations du centenaire de la Première Guerre mondiale, Liège accueille la plus grande exposition jamais consacrée à la guerre 14-18. Installée sur deux sites, la gare des Guillemins et le musée de la Vie wallonne, elle présente sur 5.000 m² deux approches différentes mais complémentaires.

À quelques jours de l'ouverture, nous avons déambulé dans les parkings de la gare des Guillemins qui abritent un parcours de 800 mètres imaginé par les concepteurs de l'exposition "SOS planet" ou, plus récemment, de "Golden Sixties". Sur une surface de 4.000 m², "J'avais 20 ans en 14" plonge le visiteur dans l'atmosphère de l'époque. Décors grandeur nature, reconstitutions saisissantes, objets de collection rares, projections... : les organisateurs n'ont pas lésiné sur les moyens. "Nous avons voulu mettre le paquet", déclare René Schyns, commissaire général. "Nous ne pouvons pas être en-dessous de ce que nous avons fait pour 'J'avais 20 ans en 45'."

Suivez le guide !

La visite démarre dans l'ambiance festive d'avant-guerre : une époque exubérante où les cabarets foisonnaient à Paris, une période insouciant qui sera interrompue par l'attentat de Sarajevo. L'exposition donne ensuite un large aperçu de la guerre 14-18 en abordant le conflit, en Belgique et dans le monde, en multipliant les points de vue. Chefs d'armées, soldats, médecins, civils, artistes, résistants ou vainqueurs : le visiteur pourra suivre le parcours en se mettant à la place de l'un ou de l'autre en fonction des espaces traversés.

L'enfer des tranchées

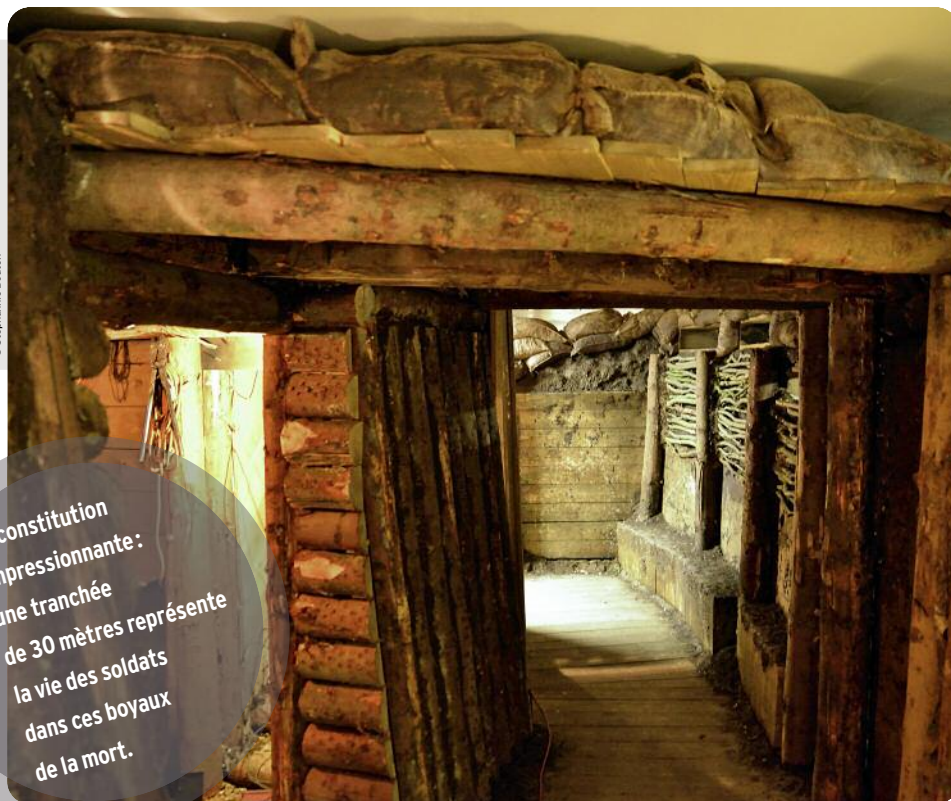
L'exposition interpelle les sens, éveille les émotions. Les décors sont impressionnants et font froid dans le dos, comme cette tranchée d'une trentaine de mètres entourant un champ de ba-

taille animé par un son et lumière impressionnant et des projections de films originaux. Dans cette tranchée grandeur nature, on croise le quotidien des soldats, leur chambre, les rats qui cohabitent.

Un peu plus loin, le visiteur découvrira une école transformée en hôpital de campagne et une toute belle collection d'objets chirurgicaux de l'époque. Et puis, depuis l'intérieur d'une chapelle reconstituée, il sera le témoin de l'exécution de cinq civils... Les décombres de maisons bombardées, la vaisselle cassée, les enfants qui pleurent, un cheval abattu, les gens qui fuient : les documents audiovisuels et les supports sonores achèvent de rendre réalistes les décors grandeur nature et les mannequins qui y figurent.

Des pièces exclusives

Une des fiertés des organisateurs est d'avoir rassemblé des objets rares et authentiques : "Un collectionneur français a accepté de nous prêter 1.000 de ses pièces parmi lesquelles un des deux seuls uniformes complets subsistants d'un lancier prussien avec cheval et lance ou un des canons allemands qui ont passé la frontière belge à Gemmenich. Nous disposons aussi du tout premier gilet pare-balles qu'une mère de famille avait confectionné pour son fils qui était dans les tranchées". Citons encore la reproduction authentique de l'avion du "rouge" von Richthofen ou une collection de moulages de "gueules cassées".



Reconstitution impressionnante : de 30 mètres représente la vie des soldats dans ces boyaux de la mort.

Une expo, deux sites, un seul tarif

Parallèlement à l'exposition "J'avais 20 ans en 14" qui se tient à la gare des Guillemins, le Musée de la Vie wallonne propose, sur une surface de 1000 m², les différentes facettes de la réalité liégeoise durant la Première Guerre mondiale. Largement documentée au travers de témoignages et d'archives personnelles inédites, "Liège dans la tourmente" met l'accent sur le vécu difficile des populations durant l'occupation et sur la bataille des forts qui se déroula du 4 au 16 août 1914.

Un ticket unique permet d'accéder aux deux sites. Les organisateurs espèrent attirer 400.000 personnes.

// STÉPHANIE BOUTON

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

200 ENTRÉES GRATUITES À GAGNER !

La MC est partenaire de Liège Expo 14-18. Elle vous offre 100 x 2 entrées valables jusqu'au 31 octobre. Pour tenter de remporter ces places, envoyez-nous un mail avec vos coordonnées complètes (nom, prénom, adresse) à concours14-18@mc.be avant le 25 août. Les gagnants seront prévenus par e-mail.

ça se passe

// Bruxelles en plein air

Jusqu'au mercredi 13 août, le cinéma Nova organise le festival "PleinOPENair" : cinéma à ciel ouvert, concerts, balades guidées, expos... Une invitation à déambuler en ville au gré des animations, avec l'urbanisme et le cinéma des années 1950-60 comme toile de fond. **Gratuit**

Lieu : des Marolles à Haren, en passant par la Cité Modèle (Laeken).

Infos : 02/511.24.77 • www.nova-cinema.org

// Cinéma en plein air

Du jeudi 21 au jeudi 28 août, le Ciné Le Parc de Charleroi propose "passeurs d'images" : 8 séances à ciel ouvert, à partir 21h30. Le dispositif mobile passe par 8 entités de la région dont Frasnes-lez-Gosselies, Thuin, Farcennes, Luttre... Au programme : un film différent par soir (de *Rien à déclarer* à *Grease*, en passant par *La même*). **Gratuit**

Lieu : région de Charleroi

Infos : 071/31.71.47 • www.cineleparc.be

// Jeux

Du vendredi 15 au dimanche 17 août se tiendra la 2^e édition du "Brussels games festival". Plusieurs lieux bruxellois accueillent une bourse aux jeux, des animations (jeux de plateaux, jeux de rôle, jeux adaptés, grandeur nature...) et des tournois.

Infos : 02/223.08.02 •

www.brusselsgamesfestival.be

// Musiques du monde

Du mercredi 20 au dimanche 24 août, le quartier du Vieux Huy accueille la 17^e édition du Festival d'art de Huy, consacré aux voix et musiques du monde.

Lieu : Vieux Huy à 4500 Huy

Infos et réservations : 085/21.12.06 •

www.huyartfestival.be

// Économie sociale

Le jeudi 21 août à 9h30, la fédération d'économie sociale Saw-b invite les volontaires à une réunion de préparation des "Chantiers de l'économie sociale" (5^e édition). Ceux-ci se dérouleront le vendredi 12 décembre.

Lieu : CSC, 510 ch. de Louvain à 5004 Bouge

Infos : 071/53.28.30 • www.saw-b.be

// Familles et écoles

Le vendredi 22 août de 8h30 à 16h30, aura lieu l'université d'été de l'enseignement catholique, consacrée aux relations entre les écoles et les familles. Deux conférences à épinglez : "L'éducation est-elle possible sans la famille?" par la philosophe Marie-Claude Blais et "Familles hétérogènes, école recomposée" par le professeur Aboudé Adhami. **Prix : 20 EUR**

Lieu : Aula Magna, 1 pl. R. Lemaire à 1348 LLN

Infos : 02/256.70.72 •

<http://enseignement.catholique.be>

// Militance et droit

Du vendredi 29 août à 18h au samedi 30 août à 18h, la Ligue des droits de l'homme organise un atelier : "Le droit : un outil de militance pour tous". Dans le cadre d'un cycle de formations à la militance. **Prix : 25 EUR**

Lieu : Ferme de Vévry-Wéron, 15b à 5100 Wépion

Infos : 02/209.62.84 • www.liguedh.be

// Formation "Event"

Les vendredi 29 août, mardi 2 et jeudi 4 septembre à 9h se tiendront plusieurs séances d'information sur la formation "Event". Organisée par l'ASBL Loisirs et vacances, elle prépare à l'organisation d'événements. La formation aura lieu du lundi 22 septembre au vendredi 19 décembre. **Gratuit**

Lieu : 1 rue de la Gare à 5660 Couvin

Infos : 060/37.84.48 • www.centrelion.be

// Formation à l'action collective

Les mardi 2, 16 septembre et le jeudi 2 octobre, le Ciep (Centre d'information et d'éducation populaire du MOC) organise des séances d'informations sur la formation Isco : animation en action collective, politique, culturelle et sociale. Elle vise la construction de l'action collective et permet d'acquérir des outils d'analyse et de critique des enjeux de la société.

Lieu : MOC-Ciep, 167 bd Tirou à 6000 Charleroi

Infos : 02/246.38.41 • www.ciep.be

// Ecobioconstruction

Du vendredi 5 au dimanche 7 septembre, l'ASBL Nature et progrès organise la 30^e édition du salon Valériane. Cette année, l'écobioconstruction est à l'honneur. Conférences, ateliers, marché de producteurs bios wallons et bien d'autres exposants. **Prix : 8 EUR**

Lieu : Namur expo à 5000 Namur

Infos : 081/30.36.90 • www.natpro.be

// La souffrance au travail

Le mercredi 10 septembre de 8h30 à 16h, le Centre de prévention du suicide organise le colloque : "Le travail m'a tué", sur la souffrance au travail. Interviennent les philosophes Pascal Chabot et Jean Blairon, ainsi que le sociologue Thomas Perilleux. **Prix : 15 EUR**

Lieu : 18-20 av. de Stalingrad à 1000 Bruxelles

Infos : 02/650.08.69 • www.preventionsuicide.be

// Journées du patrimoine

Les samedi 13 et dimanche 14 septembre (Wallonie) et les samedi 20 et dimanche 21 septembre (Bruxelles) auront lieu les 26^e journées du patrimoine. Ces journées ouvrent l'accès à des lieux d'ordinaire peu ou pas accessibles. Les lieux de mé-

moire des deux grandes guerres seront mise en avant cette année, en Wallonie ; le thème "Histoire et mémoire" à Bruxelles. **Gratuit**

Infos : 02/204.17.69 •

www.journeesdupatrimoine.be

// Vivre son deuil

Au mois de septembre, l'ASBL Vivre son deuil reprend l'organisation de groupes de paroles pour adultes et enfants endeuillés, à Braine l'Alleud et Céroux-Mousty. Les personnes intéressées peuvent d'ores et déjà contacter l'association, pour obtenir un entretien préliminaire.

Lieu : 15b rue du Culot à 1341 Céroux-Mousty

Infos : 010/45.69.92 • www.vivresondeuil.be

// Festiv'Africa

Le samedi 20 septembre dès 12h, la Mutualité Saint-Michel et l'ASBL Vitrine africaine convient à leur village associatif. Découverte de leurs partenaires avec l'Afrique, activités pour petits et grands et représentations artistiques. **Gratuit**

Lieu : Curo-Hall, 7 rue R. Chaudron à 1070 BXL

Infos : 02/501.51.97 • www.mc.be/festivafrica

// Photos documentaires

Jusqu'au 28 septembre, l'exposition de photographies "Vies en tranches" proposée par l'Atelier 340 Muzeum à Jette, donne à voir le travail de 22 photographes, tous publiés aux éditions Husson, maison bruxelloise, spécialisée dans le livre de photographies sociale et documentaire. La découverte de reportages des Iles Maurice à la côte belge, en passant par la Roumanie ou Cuba. Du mardi au dimanche de 14 à 19h. **Prix : 7 EUR**

Lieu : 340 drève de Rivieren 340 à 1090 BXL

Infos : 02/424.24.12 • www.atelier340muzeum.be