



Un ballon qui ne tourne pas rond

PAGE 7

© PRESASSOCIATION BELGIANMAGE

ESPACE RÉSERVÉ À L'ADRESSAGE POSTAL



Psychologie

Faire face au sinistre

Accident de car, explosion de gaz ou attentat terroriste... Ces événements peuvent mener au traumatisme pour les victimes et leurs proches. Des intervenants spécialisés veillent.

PAGE 5

© MAXPPP/BELGIANMAGE



Pharmacies

De garde pour les urgences

Comment savoir quelle est l'officine de garde la plus proche en dehors des heures d'ouverture normales ? Le pharmacien peut-il demander un honoraire d'urgence ? Réponses et conseils.

PAGE 6

© C. Cortier/BELPRESS

Conseils juridiques

Qui doit tailler la haie mitoyenne ?

Trop souvent, la mitoyenneté est source d'interminables conflits entre voisins. Même pour une haie mal taillée...

PAGE 2

Éditorial

Vive l'engagement mutualiste !

La MC vient de renouveler ses instances de décision composées de représentants des membres. Une belle aventure humaine pour défendre un projet de société solidaire et convivial.

PAGE 12

Conseils juridiques

Qui doit tailler la haie mitoyenne ?

Un mur, une clôture ou une haie qui se trouvent "à cheval sur" deux propriétés sont mitoyens. Trop souvent, cette mitoyenneté devient une source d'interminables conflits entre voisins. Même pour une haie mal taillée...

La nature humaine est ainsi faite : délimiter son petit lopin de terre apparaît pour beaucoup d'entre nous une nécessité vitale. Ce "chacun chez soi" se manifeste par des propriétés bien séparées et préservées du regard d'autrui par un mur, une clôture ou une haie. Lorsque ces séparations matérielles se trouvent entièrement à l'extrême limite de la propriété du voisin, elles lui appartiennent exclusivement. Elles sont considérées comme privatives. Seul ce voisin doit les entretenir à ses frais.

Dans l'acte notarié

Lorsqu'un mur, une clôture ou une haie sont placés à la limite commune de deux propriétés, on parle alors de mitoyenneté. Cette mitoyenneté est généralement signalée dans l'acte notarié fixant le titre de propriété. Elle est enregistrée au bureau de la conservation des hypothèques. Bien connaître et comprendre les clauses de mitoyenneté évite de mauvaises surprises et des conflits entre voisins.

Mitoyenneté présumée

Si rien ne se trouve dans l'acte notarié, il faut alors se référer au bornage pour repérer les limites exactes des terrains. L'intervention d'un géomètre s'avère dans ce cas nécessaire lorsque les bornes n'existent pas.

Par ailleurs, le Code civil et les législations régionales fixent des situations qui font présumer une mitoyenneté. Ainsi, l'arbre planté dans une haie mitoyenne est considéré lui aussi comme mitoyen. Le mur qui sert de séparation entre deux bâtiments de hauteur inégale est présumé mitoyen jusqu'à l'endroit où ce mur commence à se séparer. Une haie qui sépare deux terrains est également réputée mitoyenne. Cependant, toutes ces présomptions légales de mitoyenneté peuvent être renversées par la preuve contraire produite par l'un des voisins.

Tous les droits de son côté

La mitoyenneté fait naître une situation de copropriété. Par conséquent, chaque voisin peut utiliser librement la moitié du mur, de la clôture ou de la haie comme s'il en était l'unique propriétaire. Du côté de sa propriété, il peut ainsi enfoncer des clous dans le mur mitoyen, y prendre appui pour construire ou sceller une poutre. Mais attention, il ne peut pas mettre le mur en danger en modifiant sa stabilité ou sa solidité. Aucun des voisins ne peut supprimer ou transformer le mur, la clôture ou la haie sans l'accord de l'autre voisin.



En principe, les frais d'entretien et de réparation de la mitoyenneté doivent être partagés entre les deux voisins.

Des frais à partager en deux

En principe, les frais d'entretien et de réparation de la mitoyenneté doivent être partagés entre les deux voisins. Chaque voisin doit ainsi prendre en charge la taille de la haie située de son côté. Si l'un souhaite faire des réparations, il doit consulter l'autre. Cette discussion préalable et l'accord entre voisins sont importants. À défaut, celui qui a exposé des frais ne peut pas exiger le remboursement de la moitié de ceux-ci. En général, les voisins se mettent d'accord sur l'utilité des travaux, leur nature et les matériaux qui seront utilisés. Il est important de signaler qu'un voisin a le droit de passer sur le terrain de l'autre pour effectuer l'entretien du mur ou de la clôture.

Devant le juge de paix

Si le dialogue est impossible, le voisin qui souhaite réaliser les travaux sur la mitoyenneté

peut, soit les réaliser à ses frais, soit interpellé le juge de paix. Ce dernier est compétent pour autoriser les réparations et déterminer les conditions dans lesquelles elles peuvent intervenir. Le voisin qui s'oppose radicalement à contribuer aux frais de la mitoyenneté peut la céder à l'autre. Il échappe ainsi aux frais mais il en perd la jouissance. Le mur, la clôture ou la haie ne lui appartient plus et il ne peut donc plus s'en servir.

// OLIVIER BEAUJEAN, 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

Point info maladies chroniques

Vivre avec la maladie de Crohn

Votre question :

Il y a peu, j'ai été diagnostiqué atteint de la maladie de Crohn. Je suis encore étudiant. Quels sont vos conseils ?

Notre réponse :

Les maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (MICI) se déclarent souvent au début de la vie active. La maladie se manifeste la plupart du temps par phases successives de crise/rémission. Elle peut, dans certains cas, se révéler assez invalidante au point de ne plus pouvoir sortir de chez soi. La "bonne" nouvelle est que plus on avance en âge, plus les phases de rémission sont longues.

D'un point de vue médical, nous vous conseillons bien entendu de suivre scrupuleu-

sement le traitement prescrit par le gastro-entérologue. L'observance du traitement reste un facteur important de maîtrise des symptômes de la maladie, même si à certains moments vous n'en ressentez plus. Ne négligez pas non plus de consulter votre médecin généraliste pour gérer votre traitement au quotidien ; les visites chez le spécialiste peuvent être parfois fort espacées.

Adopter une bonne hygiène de vie (sommeil réparateur, alimentation saine, activité physique, etc.) et éviter dans la mesure du possible toute source de stress se révèlent aussi importants pour atténuer les effets voire l'apparition de crises.

Sachez que le remboursement de certains médicaments doit faire l'objet de démarches préalables auprès du médecin-conseil de votre mutualité. C'est ce que l'on appelle les "médicaments du chapitre 4". Demandez conseil auprès du médecin-prescripteur et de votre conseiller mutualiste.

En cas d'hospitalisation et à l'occasion de toute poussée évolutive nécessitant un traitement de fond, la MC peut intervenir pour vous aider à faire face aux coûts des prestations non remboursées via son forfait pour maladie grave ou coûteuse. Votre conseiller mutualiste pourra vous renseigner plus en détails.

D'un point de vue social, même si la maladie peut parfois se révéler handicapante, veillez à ne pas vous isoler.

D'un point de vue social, même si la maladie peut parfois se révéler handicapante, veillez à ne pas vous isoler. Parler de votre maladie et de ses conséquences avec vos proches et avec des personnes souffrant d'une MICI peut se révéler soutenant. Ensemble, échangez vos trucs et astuces. Par exemple, sachez qu'il existe une carte "urgences toilette" qui vous permet d'accéder rapidement et sans obligation d'achat aux toilettes de nombreux cafés, hôtels, restaurants, etc.

Votre avis nous intéresse

Durant tout le mois de juin, participez à l'espace interactif dédié aux maladies inflammatoires chroniques de l'intestin :

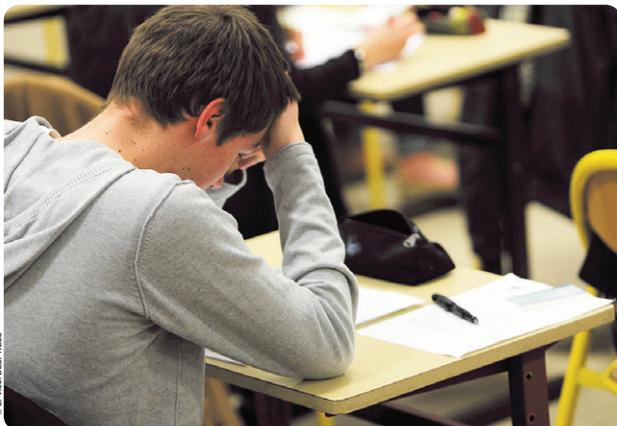
- participez à notre sondage,
- partagez votre expérience ;
- chattez avec nos invités le mardi 21 juin entre 13 et 14h.

Rendez-vous sur www.mc.be/votreavis
En collaboration avec l'association Crohn-RCUH

Enfin, comme **vos** *scolarité* peut être impactée, nous vous invitons à évoquer la situation avec la direction de votre établissement. Tentez de voir ensemble les possibilités d'aménagement au niveau du suivi des cours, des examens, etc.

// POINT INFO MALADES CHRONIQUES

>> Pour en savoir plus
ASBL Crohn-RCUH • Permanence secrétariat : les mardis 9-12h et les mercredis 20-21h au 02/354.12.85 • www.crohn-rcuh.be
Lire le dossier d'information relatif à cette maladie sur www.mongeneraliste.be



© L. VAN BELLEPERS

Point info maladies chroniques

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

Je pense aussi à moi

Astuce
de la quinzaineOser repenser
ses priorités !

Bien souvent, les contraintes de la vie font que les priorités auxquelles vous devez obéir au quotidien prennent le pas sur les "vraies" priorités, celles qui sont réellement importantes pour vous ! Prenez quelques minutes et notez dans deux colonnes, d'un côté, vos cinq priorités "idéales" et, de l'autre, vos cinq priorités "effectives", celles auxquelles vous consacrez la part importante de vos journées. Cet exercice vous permettra d'observer où chaque chose apparaît et à quelle place... Un premier pas pour prendre conscience des priorités qui VOUS tiennent réellement à cœur !

Surfez sur www.jepenseaussiàmoi.be et découvrez d'autres pistes, idées et conseils pratiques pour prendre soin de votre bien-être.

jepenseaussiàmoi.be

Télévigilance à domicile

Depuis 25 ans, Vitatel veille...

En 1991, Vitatel mettait l'interrupteur de sa centrale de télé-assistance pour la première fois sur "ON". Il n'a jamais été sur "OFF" depuis. Au total, près de 52.000 personnes bénéficient ou ont bénéficié de la veille et de l'écoute des opérateurs de sa centrale.



S'intégrant dans le réseau d'accompagnement à l'autonomie de la Mutualité chrétienne, Vitatel a débuté ses activités dans la télévigilance classique : un bouton d'appel (un médaillon) pour le bénéficiaire et des opérateurs à l'écoute à la centrale. En cas d'alerte, un opérateur rappelle immédiatement pour faire le point et, au besoin, contacte un proche ou les secours. Pas besoin d'être âgé ou seul pour songer à Vitatel. Une part non négligeable des abonnés le sont temporairement. Une grossesse difficile, une convalescence invalidante, un plâtre entravant la mobilité, le départ en vacances de proches habituellement présents... Les motifs ne manquent pas.

Le système est simple, efficace et, après 25 ans, ... plus qu'éprouvé. Depuis 1991, la centrale Vitatel a passé près de 5 millions d'appels en 220.000 heures de permanences. Des situations d'urgences sont maîtrisées, des personnes rassurées. Il y a aussi les petits bobos, les fausses manœuvres... Mais toujours, de l'écoute. Un coup de cafard, le besoin d'une voix chaleureuse et attentive à la place de murs qui ne répondent jamais. Vitatel c'est cela aussi. Un lien humain, quel qu'un à qui parler quand le quotidien est trop pesant.

Aujourd'hui, Vitatel se diversifie et élargit sa gamme de services. Le pilulier Vitatel (développé en collaboration avec Aide & Soins à domicile) va plus loin qu'un simple pilulier pro-

grammable. Il est, lui aussi, "connecté". Un patient ne prend pas ses médicaments au moment voulu ? La centrale Vitatel appelle et s'enquiert d'un éventuel souci.

La télévigilance se fait "passive". Vitatel propose un médaillon incorporant un détecteur de chute. En cas d'accident, la centrale est automatiquement prévenue. Des détecteurs de fumée et de CO connectés donnent l'alerte à domicile et à la centrale Vitatel s'il y a risque d'incendie ou d'intoxication. La télévigilance se fait également plus "smart". Le traditionnel médaillon peut désormais être remplacé par une montre avec bouton d'appel.

Pour l'avenir, les cartons à projets sont pleins. Amélioration de la détection passive des chutes, géolocalisation et appel vers la centrale via GSM... Les attentes du public sont croissantes, Vitatel sélectionne les services les plus adaptés en termes de rapport efficacité-coût pour y répondre.

En 25 ans, une centaine de collaborateurs ont assuré le bon fonctionnement de la télé-assistance Vitatel. Un travail de l'ombre qui demande de grandes qualités humaines. Leur professionnalisme et leur dévouement ont construit, au fil des jours, la fiabilité et le succès de Vitatel.

// JEAN-FRANÇOIS BODARWÉ

>> Plus d'infos : 078/15.12.12 • www.vitatel.be

À suivre

L'opportunité d'une crise

L'impact de la grève des agents pénitentiaires sur les conditions d'incarcération des détenus provoque l'indignation. Pourtant, d'autres problèmes, ceux-là structurels, contrarient depuis belle lurette une des principales missions de la prison : réinsérer.



Piquets à Lantin, Saint-Gilles, Andenne... Les négociations entre le Ministre de la Justice et les syndicats n'aboutissent pas, et la détermination des grévistes ne semble pas entamée. C'est peu dire que le plan de rationalisation de Koen Geens a du mal à passer. Parmi d'autres coupes budgétaires, les 10% de réduction de masse salariale qu'il prévoit se heurtent à la principale revendication des grévistes : un nombre d'effectifs suffisant. De 8.204 en 2014, leurs troupes sont actuellement réduites à environ 7.000 agents.

Derrière les barreaux, les détenus subissent de plein fouet les effets de ce débrayage. Le Comité européen en charge de surveiller la torture et les traitements dégradants (CPT) a plusieurs fois alerté sur les conséquences des arrêts de travail en prison : "accès limité des détenus à l'alimentation, à l'hygiène et aux soins de santé, activités compromises, de la même façon que les contacts avec leurs avocats et l'accès aux visiteurs, lequel est restreint." C'est précisément ce qui se passe aujourd'hui. Ils vivent l'enfer. Pour autant qu'une privation pure et simple de leurs droits fondamentaux puisse s'y apparenter.

Des problèmes structurels

Bien avant les grèves persistaient déjà des difficultés récurrentes dans les prisons du pays. "Les problèmes découlant de la surpopulation carcérale en Belgique, ainsi que les problèmes d'hygiène et de vétusté des établissements pénitentiaires revêtent un caractère structurel" écrivait en 2014 la Cour européenne des droits de l'homme. Le temps passant, les charges à l'encontre de l'État belge s'accumulent : "violence carcérale, suicides, conditions de détention dramatiques des internés, détournement des normes législatives au profit d'une application ultra sécuritaire...", listait déjà en 2008 la section belge de l'Observatoire international des prisons. Elle le répétait en 2013 : "la situation ne s'est pas améliorée, de nouveaux problèmes sont apparus".

La sécurité avant tout

Le projet carcéral poursuit principalement deux objectifs : protéger la société des individus jugés dangereux et aider ces derniers à la réintégrer une fois leur peine accomplie. Mais aujourd'hui, l'un empêche sur l'autre et l'on voit l'option sécuritaire privilégiée : plus de prisons, plus de cellules, plus de détentions préventives (près de 36% de la population carcérale). Aussi est-il questionnant de voir cette option renforcée lorsqu'elle génère et entretient la surpopulation, lorsqu'elle produit plus de récidive (+/- 50%) que de résultats concluants. Et à quel coût ! 40 millions annuels pour la location des 650 places à Tilburg (Pays-Bas). Plus de 53 millions pour les entreprises privées qui construisent et assurent la maintenance des établissements de Marche-en-Famenne, Beveren,

Leuze-en-Hainaut et Termonde. Et le méga-projet de prison de Haren, s'il est concrétisé en Région bruxelloise : 40 millions annuels durant 25 ans.

Dans ce contexte, peu de moyens sont mobilisables pour la réinsertion des détenus. Faire en sorte qu'ils quittent la prison meilleurs que le jour où ils y sont rentrés est pourtant un axe central de la politique carcérale. "La peine à purger doit être un temps de sanction et un temps utile durant lequel le condamné et ceux qui l'accompagnent s'activent à un plan de détention devant conduire à la réinsertion", précise la Loi de principes, toujours pas appliquée dans son intégralité dix ans après son adoption par le Parlement. La prison reste une "mise à l'écart" dans un lieu où l'on ne prépare pas l'avenir.

Une opportunité à saisir

Concentrer la présence des gardiens entre 8 et 16 heures est un des souhaits du ministre Koen Geens. Durant ce laps de temps devront être opérés "les mouvements" : visites, cours, sortie au préau, travail, culte, coups de fil... Cet horaire restreint risque de contrarier les familles des détenus. Nombre d'entre elles manifestent d'ailleurs une certaine solidarité avec les grévistes car elles savent que les conditions de travail de ces derniers impactent les conditions de détention de leurs proches.

À leurs côtés, des directeurs d'établissements ne sont pas totalement opposés aux revendications exprimées par leurs employés. Marc Dizier, responsable de l'établissement d'Andenne, annonçait "une situation intenable".

Enfin, représentants des avocats, Ligue des Droits de l'homme, acteurs et associations de terrain, citoyens... dénonçaient "le désastre carcéral" le 20 mai dernier face au palais de Justice. Selon eux, la détention représente l'ultime remède. Et si elle a lieu, le plan de détention prévu par la Loi de principes doit être mis en œuvre pour permettre la réinsertion du détenu dans la société libre. Cette "esquisse du parcours de détention", idéalement rédigée individuellement avec chaque détenu, contient des activités axées sur la réparation des torts causés, des propositions de formations, un accompagnement psychosocial... Mais ce plan n'est actuellement mis à l'essai que dans quelques prisons. "Il est urgent que la Belgique se donne de vrais moyens pour sa politique pénitentiaire, proclame l'Assemblée. Et qu'elle remette à zéro ses plans avant de déterminer quels sont les besoins".

Agents pénitentiaires, directeurs de prison, familles, avocats, associations... s'unissent pour réclamer un tournant de la politique pénitentiaire. L'union de ces acteurs justifie à lui seul l'ouverture du débat.

// MATHIEU CORNÉLIS

>> Les prestations sociales indexées au 1^{er} juin 2016

Les prestations sociales sont automatiquement augmentées de 2% à chaque fois que l'indice santé dépasse un certain niveau (l'indice pivot). Ce dépassement vient de se produire en mai 2016. Dès lors, les allocations sociales et les pensions seront indexées en juin prochain. Les salaires du secteur public seront indexés de 2% en juillet. La dernière indexation remontait à novembre 2012. Entretemps, une indexation aurait dû avoir lieu en juillet 2015 mais la décision du gouvernement Michel d'opérer un saut d'index n'a pas permis cette augmentation. Les tableaux des prestations sociales indexées seront publiés dans la prochaine édition d'En Marche (16 juin).

>> Formation : les jeunes et le numérique

Envie de s'impliquer dans une démarche collective, culturelle et valoriser sa ville, sa région ? Le Centre d'information et d'éducation (Ciep) du MOC de Verviers propose les Ateliers de création 2.0, pour découvrir les métiers de la culture au travers de créations numériques. Gratuite, la formation dure douze semaines, à raison de deux jours par semaine. Elle s'adresse aux jeunes de 18 à 24 ans sans emploi ni formation. La première session débute en juin. Infos : 087/33.77.07 • info.verzine@gmail.com • www.mocverviers.be/verzine

>> Festival Coupe Circuit

En novembre prochain, l'ASBL Gsara propose la deuxième édition du festival en ligne "Coupe Circuit". L'événement s'intéresse aux œuvres qui abordent les réalités sociales. Durant un mois, des productions multimédias (films, documentaires, reportages sonores...) seront diffusées sur le site Internet du festival. Trois jurys citoyens récompenseront cinq œuvres présentées. Condition de participation : se situer en dehors des circuits de diffusion classique. Inscription avant le 31 juillet. Infos : www.gsara.be/coupecircuit

>> Gaspillage alimentaire

L'ASBL Question santé tire la sonnette d'alarme. À l'heure actuelle, un tiers de la nourriture destinée à l'alimentation humaine n'atterrirait pas dans les assiettes. De la production à l'alimentation, quantité de produits sont jetés ou perdus. Dans la brochure "Gaspillage alimentaire... Sans moi!", l'ASBL donne des clés pour comprendre ce phénomène et offre plusieurs conseils pratiques pour changer ses habitudes de consommation. La publication s'adresse à tous. À télécharger ou commander gratuitement sur le site de Question santé. Infos : 02/512.41.74 • www.questionsante.org

>> Avantage fiscal invalidité et handicap : précision

Dans l'article consacré à l'avantage fiscal pour les personnes en invalidité ou handicapées paru dans le n°1562 d'En Marche (5 mai), nous avons omis de préciser l'avantage dont peuvent jouir les personnes pensionnées ou prépensionnées reconnues comme invalides avant l'âge de 65 ans. Si ces personnes bénéficient d'indemnités d'invalidité à la date à laquelle elles ont été admises à la pension de retraite ou à la prépension, elles peuvent bénéficier d'un avantage fiscal à vie. Pour ce faire, les personnes concernées doivent donc aussi cocher les codes 1028-39 ou 2028-09 dans leur déclaration. Infos : 02/572.57.57 • www.finances.belgium.be

Envisager aujourd'hui son chez-soi de demain

Se projeter dans l'avenir... Et se dire qu'il arrivera un moment où la maison telle qu'elle est aujourd'hui ne sera plus adaptée. Pas toujours évident ! Pour aider les seniors et leurs familles dans ce cheminement, l'ASBL Senoah publie un guide ponctué de témoignages, de conseils et d'informations utiles.

"Une étape de la vie non préparée constitue un passage beaucoup plus difficile à vivre. La préparation permet à la personne d'accepter plus facilement une situation qui pouvait lui paraître de prime abord inconcevable. De même, anticiper n'engage à rien. Ce n'est pas parce qu'on y réfléchit, qu'on se renseigne et qu'on prend les devants qu'on vieillira plus vite et qu'on devra obligatoirement ou plus rapidement quitter sa maison. Que du contraire d'ailleurs !", précise d'emblée l'ASBL Senoah (pour Seniors - Observatoire - Accompagnement - Habitations) (1), dans son "guide pour choisir son habitat". Pourquoi ? Parce qu'en aménageant son habitation, on peut prévenir les chutes et l'épuisement physique et dès lors préserver sa santé, répond l'association active dans l'information et le soutien des seniors en recherche d'un lieu de vie. Parce

qu'aussi en prenant le temps de se renseigner et de solliciter des conseils, on s'aperçoit qu'il existe d'autres formes d'habitats que la maison de repos (résidence-services, habitat groupé, maison d'accueil communautaire, court-séjour, centre d'accueil de jour...). Et surtout, parce qu'en se préparant suffisamment tôt psychologiquement, on peut en parler posément avec ses proches, ce qui est rassurant pour tout le monde.

Après avoir abordé l'avancée en âge dans son chez-soi (où, quand, comment ?), la brochure se penche, dans une seconde partie, sur la préparation à l'entrée dans un lieu de vie institutionnel : comment choisir une maison de repos, une maison de repos et de soins ou une résidence-services ? Quels lieux visiter ?

Le contenu de ce guide découle d'une démarche participative qui apporte indéniablement une plus-value. En effet, deux focus groupes rassemblant des seniors ont permis de récolter leurs besoins et leurs préoccupations relatives à l'habitat. Ensuite, ces données ont été croisées avec les informations de deux groupes rassemblant des travailleurs de divers secteurs liés au vieillissement. Enfin, l'expérience quotidienne des travailleurs sociaux de Senoah a également enrichi les informations.

// JD

(1) Senoah est financée par la Wallonie, la Mutualité chrétienne et Solidaris. Plus d'infos sur www.senoah.be



>> Plus d'infos : "Envisager aujourd'hui son chez-soi de demain", brochure téléchargeable gratuitement sur www.senoah.be ou disponible en version papier au 081/22.85.98

Des fumeurs enfumés par la pub

Ce 31 mai, la journée mondiale sans tabac mettait l'accent sur l'interdiction de la publicité en faveur des produits tabagiques. En Belgique, la Ministre fédérale de la Santé n'envisage pas l'application de cette mesure avant 2019. La Coalition contre le tabac (1) ne l'entend pas de cette oreille et veut accélérer la cadence.

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le tabac pourrait devenir d'ici 2030 la cause principale de mortalité dans le monde, faisant plus de 8 millions de victimes par an. En Belgique, les fumeurs quotidiens représentent 19% de la population. Maggie De Block, ministre de la Santé, annonçait en avril dernier la mise en application prochaine d'un plan anti-tabac. But : atteindre le seuil des 17% de fumeurs quotidiens d'ici 2018. La Coalition nationale contre le tabac salue cet objectif ambitieux, mais doute des moyens mis en œuvre pour y parvenir. Pour elle, le plan proposé, dont on ne connaît pas encore la date de mise en route, ne suffira pas. La Coalition enjoint la Ministre à adopter des propositions fortes pour réduire le nombre de fumeurs en Belgique. L'introduction des paquets neutres, couplée à la prohibition totale de la publicité dans les points de vente, en sont les mesures phares. Des décisions que la Coalition aimerait voir prises dès l'année prochaine.



une majorité de citoyens belges (y compris parmi les fumeurs actuels) se déclarent en faveur de l'interdiction de la publicité pour le tabac sur les lieux de vente. Une mesure qui toucherait en priorité les jeunes, particulièrement enclins à céder aux chants des sirènes de l'industrie du tabac.

// MS

Une méthode efficace ?

Les paquets neutres ont été introduits en Australie fin 2012. Selon les autorités locales, ils auraient provoqué une diminution d'un quart de la consommation de tabac. La France, l'Irlande et le Royaume-Uni viennent tout juste de lui emboîter le pas. D'après un rapport de la Fondation contre le cancer,

(1) La Fondation contre le cancer (FCC), le Fonds des affections respiratoires (Fares), l'Observatoire de la santé du Hainaut (OSH), le Service d'étude et de prévention du tabagisme (SEPT) et la Société scientifique de médecine générale (SSMG) en sont les membres francophones.

>> Plus d'infos : 0800/15.801 • www.cancer.be/actualites

Boire de l'eau pour baigner dans le bien-être

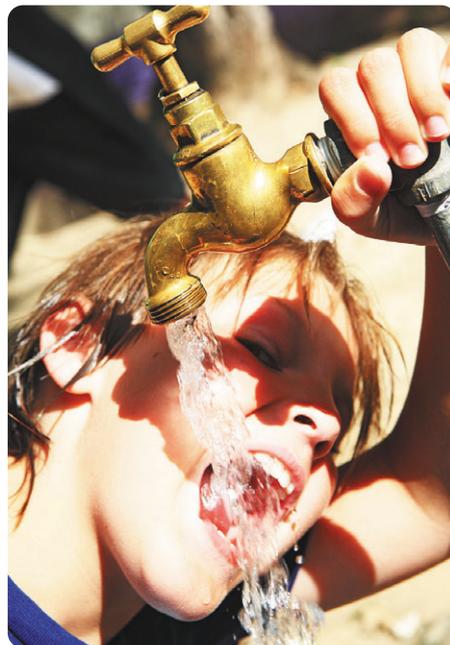
Que l'eau soit vitale à notre corps, on l'apprend rapidement dans les conseils santé de base. La fameuse pyramide alimentaire lui donne d'ailleurs la part belle. Mais les bienfaits du plus simple des liquides s'étouffent encore. Reste à accéder sans entraves à cet or bleu.

Une nouvelle étude apporte de l'eau au moulin des défenseurs d'une consommation quotidienne importante d'eau, relate le site www.mongeneraliste.be. Réalisée aux États-Unis, cette vaste étude de suivi de 18.311 adultes a établi une corrélation inverse entre la quantité d'eau bue et l'apport journalier total en calories. "Autrement dit, explique simplement le site conçu par des médecins de famille, d'après les chercheurs, plus on boit d'eau (y compris des boissons non sucrées comme le thé et le café), moins on ingère de calories, mais aussi de sucres, de graisses et de sel." Pour-

"Les petits buveurs qui souhaitent contrôler leur poids pourraient donc utilement augmenter leur consommation d'eau de 2 à 3 verres par jour..."

les aliments que nous mangeons inclus (1). Ainsi la recommandation généralement entendue est celle d'ingérer environ 1,5 litre de boissons non sucrées par jour.

Autre message distillé par ces professionnels de la santé : le recours à l'eau du robinet. "Cette eau en Belgique est de bonne qualité (...). D'origine souterraine, elle contient naturellement du calcaire et d'autres sels minéraux et oligoéléments. Ces éléments sont des apports utiles pour notre corps ; il n'y a aucun danger de surdose. La société de distribution d'eau injecte une dose minime de chlore dans l'eau pour la préserver des bactéries. C'est un dosage sans danger pour la santé." À ceux que le goût dérangerait, il est conseillé de verser l'eau du robinet dans un récipient ouvert et de le placer au réfrigérateur. "Après une vingtaine de minutes, le chlore (qui est à l'état gazeux dans l'eau) se sera évaporé naturellement". Quant à la couleur de l'eau : blanchâtre c'est sans danger, brunâtre, il s'agit



de s'en passer, et de faire appel à sa compagnie de distribution des eaux si la teinte persiste. Autre point d'attention : que le raccordement et les conduites à l'intérieur de votre habitation ne soient pas/plus en plomb. À

fortes doses, il provoque le saturnisme. En dehors de ces cas, voilà un ingrédient santé relativement accessible.

// CD

(1) 100 gr de légumes ou de fruits apportent entre 70 et 95 gr d'eau.

Traumatisme

Faire face au sinistre

Grave accident de car, explosion de gaz ou attentats terroristes... Avec ces drames, les médias annonceront souvent la mise en œuvre d'une prise en charge psychologique des victimes. De quoi s'agit-il ? Comment se relève-t-on de tels traumas ?

Au Centre de référence pour le traumatisme psychique des Cliniques universitaires Saint-Luc, on connaît la matière. En particulier depuis l'attentat dans un auditorio de l'UCL en 1990. Il avait révélé la nécessité, dans un plan catastrophe, de se préoccuper des blessures du corps mais aussi du psychisme. Depuis, l'unité intégrée au sein du service des urgences propose une véritable filière de soins aux personnes confrontées à des "événements potentiellement traumatisants" (agressions, accidents, attentats...). Une prise en charge très délicate, qui diffère un peu d'une psychothérapie au sens plus commun du terme, qui va à la rencontre des éventuels blessés psychiques.

Un diagnostic à poser sans tarder

Éventuels blessés ? En effet, le même incident n'entraîne pas chez toutes les victimes des conséquences identiques. On parlera de traumatisme, au sens clinique du terme, lorsqu'est constatée une incrustation ou une intensification des troubles qui suivent généralement l'événement comme les cauchemars, les flash-back, le repli sur soi, les difficultés de concentration, l'hyper-vigilance... Juste après les faits, le diagnostic est malaisé à poser. "On parle donc d'événement potentiellement traumatisant, parce qu'on ne sait pas, lorsqu'on rencontre la personne au sortir de l'événement, si elle est traumatisée ou non, explique Etienne Vermeiren, psychologue responsable du Centre. Au jour 0, c'est très difficile à définir." L'enjeu de la prise en charge sera donc d'accompagner les personnes sans savoir si elles vont développer des séquelles. Et d'agir sans tarder. Car les troubles post-traumatiques débutent ont un très bon pronostic de guérison. Au contraire, de "vieux" traumas réclameront des soins plus longs, avec des traitements médicamenteux surajoutés.

de mourir, la mort est, pour elles, omniprésente, observe Etienne Vermeiren. *Le danger est partout. Elles font face à une inquiétude constante et majeure pour leur propre vie et celle de leurs proches.* Leurs fondements sont atteints. Comme l'explique Erik De Soir, auteur de *Gérer le trauma* : "En plus du sentiment d'être touché (...) dans sa propre intégrité, s'ajoutent des sentiments (...) souvent destructeurs d'incertitude, de culpabilité, d'anxiété et de doute. (...) Les événements traumatisants incitent les sinistrés à remettre en question leur système de valeur et leurs hypothèses sur l'ordre du monde." Un effroi d'autant plus grand quand le sinistre leur a été infligé par un autre humain, volontairement...

Récupérer et guérir

Il n'empêche, Erik De Soir – fort de son expérience en première ligne comme psychologue, sapeur-pompier et ambulancier – trace aussi une voie d'éclaircies pour les victimes : "Même si on pense avoir touché le fond, on parvient toujours à se relever. Donner forme à son chagrin, exprimer sa souffrance, partager ses émotions et apprendre à donner du sens aux choses feront de vous une personne plus riche dans la confrontation avec la souffrance et la peine (...)" Sans fausses promesses, non plus, le processus peut être long et douloureux. Il faudra veiller à "refaire alliance avec la personne qui peut avoir perdu foi en l'humain", explique Etienne Vermeiren. Surtout au travers d'une présence soutenante et soutenue. En déployant bienveillance et empathie pour lui permettre de retrouver petit à petit un sentiment d'humanité et de sécurité. La personne confrontée à un événement traumatisant est comme écorchée vive, observe-t-il : la moindre petite agression peut la faire plonger (un commentaire déplacé d'un policier, à l'accueil des urgences...). Mais a contrario, le moindre geste apaisant peut donner l'effet d'un baume.

LES TROUBLES POST-TRAUMATIQUES DÉBUTANTS ONT UN TRÈS BON PRONOSTIC DE GUÉRISON.

Angoisse pour la vie

Toutes les victimes partagent par contre un fait : de manière soudaine, un événement émotionnellement choquant les a amenées à rencontrer la mort. Il a suscité un terrible sentiment d'impuissance, de désarroi et/ou de colère. "Même si nous savons tous que nous allons mourir un jour, les personnes traumatisées sont vraiment hantées par cette question. Elles ont rencontré la mort. Elles y ont rattrapé en quelque sorte. Et après cette rencontre réelle avec la menace

Avis aux téléspectateurs

La "gestion de la presse" constitue une réelle préoccupation sur le terrain d'un sinistre. Or, "Les sinistrés doivent être accueillis avec un luxe de précautions", martèle entre autres le spécialiste du trauma Erik De Soir. "Pour les secouristes de la première heure, il est important d'agir avec circonspection pour ouvrir par étapes la voie d'accès à des victimes sans laisser déferler à nouveau les impressions traumatiques". Comment alors ne pas remettre en question les pratiques de certains journalistes en quête d'images choc, d'émotions à l'état brut ? Comment ne pas interroger l'intérêt que lecteurs, téléspectateurs ou internautes montrent pour le "sensational", pour l'émotion par écrans interposés ?

Des larmes, du sang, des boyaux... rien de plus délétère d'abord pour les victimes elles-mêmes. Comme l'indique également Etienne Vermeiren : "Filmer ou photographier quelqu'un dénudé, ensanglanté, complètement hagard n'est pas sans conséquence pour la personne. Ces gens peuvent développer une sorte de fascination morbide pour leur propre image de destruction tout à fait négative. Alors que le travail thérapeutique s'attache à faire en sorte que cette image s'estompe, la personne se voit sans cesse dans ce moment où la mort était là...". Et d'évoquer de véritables "pressbook" que peuvent constituer certains patients. Certes un article de presse peut laisser penser à une forme de reconnaissance pour la victime. Souvent elle le vivra pourtant davantage comme une trahison. En tout cas comme une piqûre de rappel funeste. Entre l'utile information du grand public et le nécessaire respect des êtres touchés par l'événement, il semble qu'un juste équilibre soit loin d'être toujours de mise.



"MÊME SI NOUS SAVONS TOUS QUE NOUS ALLONS MOURIR UN JOUR, LES PERSONNES TRAUMATISÉES SONT VRAIMENT HANTÉES PAR CETTE QUESTION. LA MORT, EST POUR ELLES, OMNIPRÉSENTE".

© MAXPPP BELGAIMAGE

effet, "le trauma comporte cette faculté négative de briser les liens", indique Etienne Vermeiren. Souvent, pour la personne traumatisée, le temps s'est arrêté. Tandis que les proches bienveillants voudraient lui faire voir que la vie continue... Le décalage entre eux se creuse, l'incompréhension s'étend. Il est pourtant essentiel de choyer ces liens.

Sans médicaments

Quant aux prescriptions médicamenteuses, elles font l'objet de contre-indications dans les premières semaines. Sauf celles qui aident les personnes à dormir et sont les moins addictogènes possible. A contrario, antidépresseurs et anxiolytiques agissent comme une sorte de masque sur les émotions. Ils risquent de provoquer un retour de flammes, pire que celui que l'on a voulu étouffer. Ils participent aussi aux stratégies d'évitement que peuvent mettre en place les victimes d'un traumatisme. Stratégies

considérées comme délétères pour les patients comme celle d'éviter de sortir de chez soi, d'éviter tout ce qui peut de près ou de loin rappeler l'événement...

Le recours sans tarder à des intervenants spécialisés est indiqué. De plus en plus d'acteurs de premières lignes comme les services de police, de pompiers, les médecins généralistes... sont sensibilisés à la particularité de ce type de prise en charge. Mais il manque d'une liste de thérapeutes formés à cette matière et expérimentés. Pas simple aujourd'hui de s'orienter avec justesse, alors que les charlatans ne manquent pas, en particulier lors d'événements extrêmes et médiatisés.

// CATHERINE DALOZE

>> Plus d'infos : Centre de référence pour le traumatisme psychique • 02/764.20.38 • www.saintluc.be
Erik De Soir, *Gérer le trauma*. Un combat au quotidien, éd. De Boeck, 2014.

Quand le drame touche à l'école

Suicide ou accident d'un élève, incendie au sein d'une école, bagarre qui dégénère ou incident critique qui met en danger un écolier harcelé... il arrive que les établissements scolaires soient le théâtre de faits potentiellement traumatisants. Les écoles de la Fédération Wallonie-Bruxelles peuvent recourir dans ce cas aux équipes mobiles. Il en fut ainsi lors des attentats à Bruxelles, dans certaines enceintes scolaires très impactées : un enseignant était décédé dans le métro, une classe visitait Zaventem ou une autre avait dû être évacuée de Maelbeek...

Les équipes mobiles sont organisées de manière à intervenir rapidement à la demande d'un chef d'établissement, et uniquement à sa demande ou celle du pouvoir organisateur. Leur fonction ? Fournir aux élèves, aux adultes concernés un espace d'écoute et de soutien sans jugement, confidentiel – sous la forme d'un débriefing émotionnel collectif ou individuel qui aidera à mettre des mots sur des ressentis inhabituels. Et finalement, permettre à l'établissement scolaire de retrouver une situation apaisée. Entre autres formées par la Croix-Rouge, les équipes mobiles ne se voient pas comme des super héros qui vont

tout régler. Ils redonnent place aux adultes encadrants, en les accompagnant pour gérer la situation aujourd'hui... et demain, dans une logique de mobilisation de leurs ressources, dans le souci d'une communication soignée avec les parents notamment, d'une attention au travail de deuil éventuel.

"La mort fait partie de notre existence et le deuil est une étape à passer. Or on n'y est plus habitué, observe Bruno Sedran, coordinateur des équipes mobiles. Comment en parler ? Faut-il en parler ? À qui en parler ? Quelles sont les représentations de la mort quand un enfant a 5 ans, 18 ans... ? Les équipes mobiles sont à même de travailler ces questions." Aussi, elles attirent l'attention des adultes, sur une forme de prévention dans la durée : ne pas minimiser, dans les trois ou quatre semaines qui suivent l'événement, les ruminations éventuelles, les problèmes de sommeil, les angoisses... Si un travail thérapeutique s'avère nécessaire, l'équipe mobile ne s'en charge pas elle-même. Mais redirige vers les acteurs plus spécialisés comme les Centres PMS ou la Cellule de Saint-Luc (voir ci-dessus).

>> Plus d'infos : www.enseignement.be



Médicaments

De garde pour les urgences

Les pharmaciens de garde sont au service de la population pour répondre à tout besoin urgent de médicaments en dehors des heures d'ouverture normales. Comment savoir quelle est l'officine de garde la plus proche ? Le pharmacien peut-il demander un honoraire de garde ? Réponses et conseils.

Tout comme les médecins – tenus d'assurer la continuité des soins – les pharmaciens doivent garantir de manière permanente le suivi de traitement et la délivrance de médicaments. Pour assurer cette disponibilité 7 jours sur 7 et 24h sur 24, les pharmaciens d'une même ville ou zone s'organisent pour assurer, tour à tour, un service de garde tant en soirée et la nuit que le week-end et les jours fériés (1). En Belgique, le réseau des pharmacies est particulièrement dense, ce qui les rend très accessibles, y compris en période de garde.

Pour de réelles urgences...

"Les pharmaciens de garde sont prêts à répondre à tout besoin urgent de médicament ou autre produit de soins, y compris durant la nuit, explique Koen Straetmans, Secrétaire général francophone de l'Association pharmaceutique belge (APB). Ils peuvent aussi répondre dans l'urgence à des plaintes de santé justifiées. La prise en charge par le pharmacien peut, dans certains cas, éviter au patient de se rendre chez un médecin de garde ou aux urgences hospitalières", ajoute-t-il. Soulager provisoirement une rage de dents ou un urticaire, traiter une gastro-entérite, délivrer les dispositifs médicaux pour effectuer les premiers soins à une personne blessée (brûlure par exemple), apaiser un enfant piqué par un insecte... sont quelques exemples de soins que peuvent assumer les pharmaciens durant leur garde. Mais, comme le rappelle très justement l'APB, la pharmacie de garde n'est pas ouverte pour n'importe quel achat.

Pas un night shop

"Dans les faits, il n'est pas rare que les pharmaciens soient réveillés en pleine nuit par des personnes qui, par ignorance ou par facilité, abusent du service de garde pour faire du shopping", s'émeut Koen Straetmans. Dentifrice, test de grossesse, tétine, produits amaigrissants, shampoing anti-poux, coupe-ongle, crème solaire... ces produits parmi d'autres, épinglés par l'APB, qui ne relèvent pas d'une urgence médicale, mais sont en réalité le résultat d'oublis, de distractions ou encore de la méconnaissance du bon usage du produit demandé.

Par ailleurs, beaucoup de gens semblent penser que, de toute façon, le pharmacien de garde est en permanence dans son officine à attendre les patients. Ce n'est pas le cas. Et, contrairement à d'autres professions, le pharmacien ne bénéficie d'aucune période de repos après ses prestations de garde. "Pour assurer normalement la journée de travail qui suit sa nuit de garde, il a besoin, comme tout le monde, de ses heures de sommeil. S'il est toujours prêt à délivrer des médicaments prescrits le jour même par un médecin, rien ne peut justifier de le réveiller pour acheter une crème antirides ou un vermi-

La pharmacie de garde n'est pas ouverte pour y effectuer n'importe quel achat à toute heure du jour et de la nuit.

fuge pour le chien, ni d'ailleurs pour compléter sa pharmacie de voyage ou venir chercher un médicament non urgent prescrit plusieurs jours auparavant", précise l'association qui a mené une campagne de sensibilisation sur ce thème il y a quelques temps déjà (2).

Des conseils avisés

Pour éviter ce genre de situations, l'APB livre quelques conseils :

- Avec l'aide de son pharmacien – en journée ! – (re)constituer une pharmacie familiale pour pouvoir faire face aux petits soucis du quotidien. Vérifier à intervalles réguliers les dates de péremption des médicaments et autres produits qui y sont conservés.
- Aux jeunes parents : veiller à avoir en réserve à la maison une boîte de lait pour bébé ainsi qu'une tétine si l'enfant ne peut s'en passer pour dormir. On pourrait résumer par la recommandation générale d'anticiper autant que possible l'achat de produits et médicaments nécessaires. En particulier lors d'un traitement qui implique l'utilisation de plusieurs conditionnements successifs. Mais aussi avant le départ en vacances, en week-end...

Un honoraire de garde ?

À l'heure actuelle, l'accord signé entre les mutualités et les représentants des pharmaciens détermine les conditions dans lesquelles un honoraire supplémentaire peut être de-

mandé par le pharmacien de garde : durant les heures de garde officielles (de 19 à 8 heures ainsi que les dimanches et jours fériés), lorsque le patient présente une prescription médicale comportant au minimum un médicament remboursé et que l'urgence de ce médicament est attestée par le médecin ou le pharmacien. Cet honoraire de garde s'élève à 5,11 euros par visite. Il est intégralement pris en charge par l'assurance soins de santé obligatoire.

Dans tous les autres cas (prescriptions non urgentes, médicaments non remboursés ou non prescrits, autres produits...), aucun accord légal ne détermine la fixation d'un honoraire de garde et il y a donc un vide juridique. L'Association pharmaceutique belge indique que "le pharmacien peut fixer librement le montant de l'honoraire de garde à condition que celui-ci reste raisonnable et soit affiché de manière bien visible". Pour sa part, la Mutualité chrétienne est favorable à une solution qui permette de financer la disponibilité du pharmacien durant les heures de garde officielles, indépendamment de la délivrance des produits et médicaments. Elle défendra à l'avenir cette position dans les discussions avec les pharmaciens.

// JOËLLE DELVAUX

(1) Les heures d'ouverture normales se situent entre 8 et 19h, ce qui n'oblige en rien les pharmacies à couvrir l'entièreté de cette plage-horaire. De même, l'ouverture le samedi matin est laissée à l'appréciation du pharmacien.

(2) "Votre pharmacien disponible 7 jours sur 7 et 24h sur 24 !" et "La pharmacie de garde n'est pas un night shop !" - À lire sur www.pharmacie.be

Offres d'emploi

ENTREPRISE, TRAVAIL ET HANDICAP ASBL RECHERCHE (H/F) : > un responsable de projet CDI - temps plein.

Cette nouvelle ASBL, fondée par le CESI aux côtés de l'UCM et de la MC, a pour mission de promouvoir l'intégration/inclusion professionnelle des personnes handicapées au sein des entreprises.

Plus de détails sur www.mcjobs.be
Rens.: 02/700.88.36
Envoyez votre candidature avec lettre de motivation et CV à job@cesi.be

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

> un référent formation pour le home Saint-Joseph à Montignies-sur-Sambre 19h/sem. - CDI - engagement immédiat.

Plus de détails sur www.asbl-mmi.be
Envoyez votre candidature à J.F. Maribro, directeur des R.H. par mail jf.maribro@asbl-mmi.be (avec mention référent formation home St-Joseph).

LA MUTUALITÉ CHRÉTIENNE DU HAINAUT ORIENTAL, RÉGIONS DU CENTRE, DE CHARLEROI ET DE THUINIE RECRUTE (H/F) :

- > un directeur production (services de l'assurance)
- > un directeur support (services généraux)
- > un directeur pour sa SCRLFS Qualias (prêt et vente de matériel sanitaire)
- > un directeur pour son ASBL Le Rouveroy (maisons de repos et hébergement pour personnes handicapées).

Plus de détails sur www.mcjobs.be

Offres de service

L'ARCHE DE BIERGES, INSTITUTION D'ACCUEIL ET D'HÉBERGEMENT POUR ADULTES AVEC UN HANDICAP MENTAL LÉGER À MODÉRÉ, RECHERCHE (H/F) :

> des volontaires pour juillet, août, septembre ou durant quelques mois, désireux de partager, d'approfondir leur expérience de la vie en commun et des enjeux liés aux personnes avec une déficience intellectuelle, sans oublier les multiples rencontres interculturelles. Formations assurées.

Rens.: direction.bierges@larche.be
ou www.facebook.com/larche.bierges
Plus de détails sur www.larche.be

L'ASSOCIATION YFU, ACTIVE DANS LES ÉCHANGES ÉDUCATIFS INTERNATIONAUX, RECHERCHE :

> des familles d'accueil bénévoles dans toute la Wallonie et à Bruxelles, à partir du mois d'août, pour un semestre ou une année scolaire, afin d'accueillir des étudiants âgés de 15 à 18 ans pour partager avec eux notre culture, apprendre le français et élargir leurs horizons. L'association accompagne les familles et les jeunes tout au long de cette expérience d'accueil.

Rens.: 04/223.76.68.
Plus de détails sur www.yfu-belgique.be

// Intersoc Trip //

En marchant vers Compostelle

Le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle suit les traces des pèlerins qui, depuis des siècles, se rendent sur le tombeau de l'apôtre. Du 19 au 26 septembre, Intersoc propose de suivre les pas de Saint-Jacques.



De l'aéroport de Bilbao, vous rejoindrez la Navarre en car, point de départ du pèlerinage. Vous aurez l'occasion de visiter les lieux de passage les plus emblématiques du chemin, mais aussi de parcourir à pied l'un ou l'autre tronçon.

Quasi chaque jour, plusieurs marches de niveaux de difficulté différents seront proposées. Mais le car restera à disposition de ceux qui souhaitent faire le trajet autrement.

Transport en avion de Zaventem à Bilbao • en car et à pied sur place.

Hébergement dans des hôtels 3 et 4* : chambres doubles et single (avec supplément) équipées d'une salle de bains avec toilette.

Prix : demi-pension (boissons non comprises) : 1.428 EUR • suppl. sin-

gle : 287 EUR • accès aux curiosités et guide inclus.

Ce séjour est organisé avec Extra Tours • présence d'un accompagnateur Intersoc • excursions et marches : voir programme sur www.intersoc.be

>> Plus d'infos : 070/233.898 de 8h à 18h (le samedi jusqu'à 13h) • www.intersoc.be.

LIC 5654

Mondialisation



Un ballon qui ne tourne pas rond

Rio de Janeiro © PRESSASOCIATION/RELA IMAGE

Dans quelques jours, le match entre la France et la Roumanie marquera l'ouverture du Championnat d'Europe de football masculin, bien nommé l'Euro. Très attendue, cette grand-messe du sport génèrera des revenus considérables. D'autres événements sportifs d'envergure organisés ces dernières années ont mis en évidence leur soumission aux intérêts d'une frange déterminée de la population. Procédons à un voyage édifant aux quatre coins de la planète.

L'Euro jouit d'une large popularité.

Il s'installe à la troisième marche du podium des événements sportifs les plus médiatisés, après la Coupe du monde de football masculin et les Jeux Olympiques d'été. Selon un rapport de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) (1), environ 2,5 millions de visiteurs assisteront aux différentes rencontres programmées dans les principales villes françaises, pays hôte de la compétition. En outre, des centaines de millions de personnes suivront les rencontres sur leur téléviseur.

L'organisation d'un événement de telle ampleur implique des dépenses majeures. À titre d'exemple, les stades qui accueilleront les matchs ont bénéficié d'un investissement de près de deux milliards d'euros. Celui-ci a été financé conjointement par l'État français, l'Union européenne des associations de football (UEFA – organisatrice de l'Euro), les clubs et villes hôtes. Selon l'OCDE, la valeur ajoutée de l'événement se chiffre à 1,2 milliard d'euros et permettra de créer plus de 16.000 emplois. Par le passé, d'autres grands événements sportifs ont mobilisé des moyens considérables. Pour autant, les bénéfices engendrés ont-ils profité à toutes les tranches de la population ? Dans un ouvrage récent intitulé *Sport et mondialisation*, le Centre Tricontinental (Cetri) livre une analyse de l'évolution du sport à grande échelle. Comme le résume Laurent Delcourt, sociologue et historien, chargé d'étude au Cetri, le sport s'est progressivement transformé en "spectacle global, en culture et en objet de consommation de masse". Il est devenu un marché d'envergure générant de colossaux revenus pour certains acteurs privilégiés. Et ne peut être envisagé sans mettre en lumière son insertion au sein du système capitaliste, dont il serait à la fois objet et vecteur de production de

richesses.

Plusieurs analyses réalisées sur des "méga-événements" – Jeux olympiques de Rio 2016, Coupe du monde de football en Afrique du Sud et au Qatar, Jeux olympiques et asiatiques en Chine... – ont par contre dévoilé les impacts négatifs à long terme sur les populations locales.

Le sport est devenu un marché d'envergure générant de colossaux revenus

Des méga-événements, par qui et pour qui ?

L'opinion publique se montre résolument favorable à l'organisation d'événements sportifs de grande envergure. Comme l'analyse Jay Coakley, professeur de sociologie à l'Université de Colorado, et Doralice Lange de Souza, professeure au département d'Éducation physique de l'Université fédérale du Paraná (Brésil), cette adhésion est motivée par la croyance dans "le grand mythe du sport, selon laquelle l'activité sportive est par essence 'pure' et 'bonne'" ainsi que par la conviction selon laquelle la majorité de la population jouira des bénéfices engendrés. Dans leur configuration actuelle, les méga-événements profitent pourtant à certains acteurs bien déterminés : "entreprises de construction, grands groupes médiatiques, entreprises de communication, etc."

Selon les deux chercheurs, des pistes de solutions pour renverser cette tendance existent : définition d'objectifs à long terme pour la ville ou le pays hôte, adéquation avec les réalités socio-culturelles locales, implication des populations dans le processus de planification. Ainsi tourné vers la recherche du bien commun, le développement lié à ces méga-événements pro-

Plusieurs analyses réalisées sur des "méga-événements" ont dévoilé les impacts négatifs à long terme sur les populations locales.

ferait à l'ensemble des citoyens du pays.

À quelques jours du coup d'envoi de l'Euro, la vigilance est de mise. Michel Platini, désormais ex-président de l'UEFA, a été condamné à une sus-

pension de quatre ans pour son implication dans un système de corruption liant l'UEFA et la Fédération internationale de football association (Fifa). Une affaire qui fait couler beaucoup d'encre, et soulève de nombreuses questions quant au mode de fonctionnement des instances dirigeantes du ballon rond, y compris dans la mise en place de ses événements phares. Par-delà le spectacle proposé à l'Euro, peut-être assistera-t-on aux prémices d'un changement dans l'organisation de ces grandes rencontres sportives...

// MATHIEU STASSART

» Sport et mondialisation • Laurent Delcourt (coord.) • Centre Tricontinental • Alternatives Sud vol 23 • Éd. Syllepse • 2016 • 180 p. • 13 EUR

(1) "Les événements sportifs internationaux et le développement local : la France face à l'Euro 2016". À lire sur www.oecd.org/ft/cfe/leed/

Rio : dans l'intérêt des multinationales

Deux ans après l'organisation de la Coupe du monde de football, le Brésil accueille en 2016 les Jeux olympiques d'été. Le choix de la ville de Rio a été rendu possible grâce aux efforts et investissements fournis par différents acteurs brésiliens et internationaux : l'État du Brésil, des organisations sportives – le Comité international olympique (CIO) et le Comité olympique du Brésil (COB) – et de grandes entreprises brésiliennes et multinationales. Opportunément, ces entreprises, ainsi que d'autres en lien avec des membres du gouvernement et des organisations sportives, se partagent les contrats pour l'organisation des JO. Le stade mythique du Maracanã en offre un exemple éloquent. Rénové en grande partie sur base de fonds publics, ses revenus rempliront les bourses d'un consortium d'entre-

prises privées chargées de son administration.

D'après Wagner Barbosa Matias et Fernando Mascarenhas, tous deux professeurs à l'Université de Brasilia, les classes populaires pourraient s'avérer les grandes perdantes des Jeux : "violation des droits humains, privatisation des équipements et terrains publics, menaces et criminalisation de la pauvreté, gaspillage des ressources publiques"... Aux abords du Parc olympique, des centaines de terrains ont été expropriés. Pour certains mouvements sociaux brésiliens, la raison se trouve dans les intérêts spéculatifs : le déplacement forcé des populations permettra au secteur privé d'exploiter ces terrains, dont la valeur immobilière a considérablement augmenté.

Chine : fabrique de la Nation

La Chine s'était vue confier l'organisation de trois événements majeurs dans les années 2000 : les Jeux olympiques de Pékin (2008), Jeux asiatiques d'été de Guangzhou (2010) et, dans un autre genre, l'Exposition universelle de Shanghai (2010). Selon Hyun Bang Shin, maître de conférence à la London School of Economics and Political Sciences, l'objectif poursuivi par le Parti communiste chinois était double : "accumuler des capitaux et instaurer la stabilité sociopolitique nécessaire à cette accumulation". En ce sens, les méga-événements auraient une fonction de tremplin pour le développement économique futur des villes hôtes. En témoigneraient les investissements en infrastructures et en réaménagement urbain, bien plus importants que ceux consentis pour les événements-méga.

Hyun Bang Shin l'indique : l'Empire du Milieu connaît une aggravation des inégalités entre et à l'intérieur de ses différentes régions. Et ce, d'après lui, depuis sa transition vers une économie de marché. Par ailleurs, peuplé par cinquante-six ethnies différentes, le pays est en proie à des troubles liés à des mouvements séparatistes (Xinjiang et Tibet). Les méga-événements donneraient au pouvoir en place l'opportunité de restaurer une stabilité sociopolitique, de promulguer une identité commune autour de la Nation. En atteste le slogan des Jeux olympiques : "Un monde, un rêve". Néanmoins, des actes de résistance collective, opposés aux "États locaux et aux intérêts commerciaux", ont été observés. Résistances qui pourraient se prolonger, compte tenu de la fracture sociale que connaît la Chine.

Qatar : esclavage moderne

Petit émirat du Moyen-Orient, le Qatar compte environ 2,4 millions d'habitants, dont 1,8 millions de travailleurs migrants. Il accueillera la Coupe du monde de football en 2022. Un choix qui a suscité une vive polémique dans le milieu du sport. Des accusations de corruption pèsent sur la manière dont le Qatar a été élu. En outre, les températures caniculaires qui y règnent durant l'été obligeront les équipes à évoluer dans la fournaise. La Fifa a ainsi proposé de déplacer l'événement en hiver. Ce qui a suscité une levée de boucliers de la part des principaux championnats nationaux européens. Cette modification de calendrier leur étant préjudiciable, notamment en termes de contrats de retransmission.

Le Qatar ne dispose pas, à l'heure actuelle, des infrastructures nécessaires. L'État du Golfe a donc en-

gagé de vastes projets de construction : stades, hôtels, aéroport, routes... Des dépenses colossales pour la riche monarchie. Qui bénéficieront principalement à des sociétés de construction européennes et américaines ayant noué des partenariats avec des entreprises qatariennes. La Confédération syndicale internationale (CSI) s'alarme du lourd tribut payé par les ouvriers employés sur ces chantiers pharaoniques en cours. Attirés par des promesses mensongères, les travailleurs migrants (qui fournissent l'écrasante majorité des forces vives) se retrouvent soumis au système de la kafala qatarie : passeports confisqués, interdiction de quitter le pays, pas de liberté syndicale, ni même le droit de changer d'employeur. Obligés de travailler de longues heures sous un soleil de plomb, au mépris des conditions les plus élémentaires de sécurité, les ou-

vriers logent dans des campements vétustes et insalubres. Depuis 2010, deux mille d'entre eux auraient succombé à la tâche, rien que parmi les Indiens et les Népalais.

L'Organisation internationale du travail (OIT) et d'autres organisations, dont un syndicat de joueurs de football professionnels, enjoignent les entreprises multinationales présentes au Qatar à faire respecter les droits des ouvriers. Sous la pression internationale, le Qatar remplacera fin 2016 la kafala par un autre système de contrat de travail accordant plus de droits aux travailleurs. Les partenaires indiens et népalais de l'ONG Solidarité Mondiale jugent ces avancées insuffisantes, et doutent de leur application effective. Au Qatar, le travail forcé semble avoir de beaux jours devant lui.

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 BI.
au nom des Editions Mutualistes 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 mercredi 22 juin pour l'édition du 7 juillet.
le vendredi 15 juillet pour l'édition du 4 août.

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

Ar: tente Marchal Tunnel, ap, état quasi neuf + petit matériel. 087-31.65.13 ap 20h. (C52724)
Ar: caravane Eriba, 4p, poids max en chge. 1.000kg, 1982, chffge, pulsé Trumatic, cuis gaz, évier, frigo, auvent fermé, 1.200E, visible à 7060 Soignies. 0475-722383 ap.17h ou we. (C52765)
Ar: caravane, dans Vallée Molignée à Falain pour cse. maladie + un peu de vêtements. 0473-233.68.88. (C52764)
Côte d'Azur, àl caravane 4p, camping 3*, tv, resto, 2 pisc., calme, juillet à octobre. 0478-79.06.92 - 04-372.02.53. (C52555)
Ar: caravane Kip, 750kg, état neuf, pas auto sécurité. 0496-31.06.05 (Trois-Ponts). (C52725)

Divers

Lit médic. électr. complet "Multicomfort de Thusanne" en bois/fruct. métal télécom. 4 positions +perroquet+matelas, quasi neuf, 700E. 0475-48.21.32 Liège. (D52715)
Musée recherche uniformes et objets divers des guerres de 14-18 et 39-45. Aidez-nous à transmettre la mémoire, dons bienvenus, mais études tttes. propositions. 0475-97.31.14. (D52703)
Ar: surjetuse, 220E, lit enfant, 15E, barrière sécurité enfant, 10E. 085-91.23.15. (D52734)
Ar: table à dessins, prof en fer émailé blanc, 465E, climatiseur peu serv. 160E, commode en pin, 180E, cuisinière gaz, 180E, frig. 100E, I-vaiss., 120E, le tt à discuter. 061-222804. (D52760)
Ar: bar mappemonde diam. 0,80, 250E, porte bott. 6 trous africain, 50E, poêle charb. rustiq, fonte Cinea 13500kwh+charb., 150E, série pots en grès. 0497-81.43.70. (D52761)
Petit divan mexicain bois dur style colonial 2p+cousins: 350E, petite table roul. 2 plateaux circulaires: 40E, djembé congol.: 100E, livres d'art divers: prix à convenir. 0476-48.15.19. (D52718)
Cure de semi-jéune en ardennes belge, du 8 au 15/07, ambiance conviviale, 0485-12.63.01 - www.soursourceinfo (D52729)
Ar: 1 poêle à bois neuf, 1 poste radio pour voiture, 4 pneus Audi, 2 pneus Citroën, 1 VTT, une grande armoire et divers lots. 0472-96.04.45. (D52726)
Ar: moto Indépendance Day, 3 roues, sur batteries, 1 monte escaliers de marque "Miral" Portugal, servi 3 fois. 064-3312.64. (D52757)
Ar: grande armoire artisanale avec tiroirs, 6 peñons cuivre, assiettes Napoléon, 250E, peau de vache + daim, 100E. 0497-81.43.70. (D52762)

Emploi/service

Garnisseur en fauteuils, travail à l'ancienne, tissu, cannage, rempaillage, Maison Didot à Namur. 081-40.04.80. (E52763)
A Bruxelles, dame d'expérience peut aider une pers. âgée à marcher pdt. l'après midi apd. juin, garde aussi pers. âgées apd du mois d'août. 0466-13.59.03 à 18h. (E52758)
Fabrique et livre: terrasse en bois, portail bois, bacs de culture/mesure et à hauteur, point d'eau jardin, prix modérés. 0496-32.60.63. (E52691)
Dame habitant à Ovilat, sans problème financier, cherche personne sérieuse pour covoiturer. 0494-32.66.25. (E52727)
Monsieur expérimenté en maçonnerie / carrelage, cherche travail. 0472-39.69.18. (E52749)

Immobilier

Ar: Jambes (Namur), appart. de charme rénové, 2ch, 95m2, ascenseur e ordre, gde. terr, vue imprenable sur Citadelle, près Meuse, 239.000E. 0474-11.38.41. (D52728)
Viager: recherche viager BR, restez ds. votre maison en percevant une rente mensuelle confortable en plus de votre pension. 0473-27.84.86. (E52319)

Location

Tournai, appart. impeccable, 1er ét., gd. liv., cuis. et sdb équipé, lch., débarras, 504E, libre au ler juillet. 069-22.14.21 - 0477-30.45.23. (L52741)
Knokke, Beverijngsilaan 3, appart. 2e ét., non meublé, 2ch, domiciliation quart. résid., balcon ensoleillé, 750E et pas de chges. 0473-77.19.52 - 069-86.63.35. (L52706)

Mobilier

Ar: sam style Louis XV chêne clair, 400E, salon: divan convertible + 2 fauteuils tissu, 200E, table ordinaire, 50E. 0474-97.03.33. (M52730)

Villégiature (Belgique)

Westende digue, appart. rénov., 5p, 6e ét., asc., liv. (sup. divilit), sup. vue mer, écran plat, digicorder, wifi, lch (3L), sdb, cuis., wc, gar, pas d'animaux. 0447-5173.63. (D52738)
Idéal pr enfants, une plage de sable privée, une pisc. et une patagoie inter, appart. à Knokke, juillet, en bordure d'un lac et à 800m de la mer, 60E/j., 0495-27.01.0 - laguna-851.be (D52753)
Coxys, appart. grande famille, 8-1p., 4ch., 2sdb, park, conf., jard., prix inter. 058-51.83.09. (D52743)
Middelkerke, face mer, appart. 4p., lch., tt. conf., terr, facade pkg, 1er ét., animaux non admis, sem. ou quinz. 0496-5173.39. (D52752)
Nieuport, appart. 4p., lch., asc., 50m mer, m-o, tv, sdb, balcon, garage, tttes. périodes, sem./quinz. 081-61.10.72. (D52751)
Rég. Houffalize, rénov. 2015, 14p., 1bb., 4ch., 3sdb, wifi, gd. jard. clôt., local vélos, bike, wash, tt. équip. 0498-42.92.18 - marc.octave@skynet.be (D52767)
Middelkerke, mais. 3ch., calme, vélos, tv, H., télénet, près West Golf et port plaisance, rés. nature, prix inter., pas d'animaux. 02-354.36.32 - 0478-83.78.25. (D52755)
Neufchâteau ard., gîtes à la ferme biologique, 1 de 4p., 1 de 4 à 6p., et 1 de 14p., tt. conf., avec sauna. 0494-22.06.03 - www.gite-frambosiers-ardennes.com (D52720)
Baptême de l'air en avion Cessna 172 pr 1 à 3p., un moment inoubliable, seul ou en famille, un cadeau à offrir. 0475-66.07.00 - bernard.sorel@hotmail.com (D52717)
Nieuport-Bain, appart. 2p. soigneuses + 3 enfnts, accès direct digue-plage, état impeccable. 0476-66.45.46. (D52750)
Gîte àl pour 15p. en Ardennes, toutes les infos sur: www.ardenne-gite.be - 0467-15.19.60. (D52709)
Bray-Dunes, à 4km de La Panne, appart. mbli., conf., tv, terr. côté sud, lch., 4p. max., faut. plage+vélos, 100m mer, dunes, gar, sem., mois. 02-63315.89 - 0477-41.27.30. (D52745)
Blankenberge, appart. 2ch., sur digue, face au Pier, tt. conf., tv, lav.-vaiss., par sem., quinz., mois, we (hors-saison). 019-56.65.45 - 0477-97.39.63. (D52713)
Coxys, appart. 2ch., digue de mer, mod. et soign., wifi, photos et tarifs: pierrardcoxyde.skyrock.com ou 0473-92.13.56. (D52712)

St-Idebas, Coidy, digue de mer, appart. récent, le tt., vue superbe, 2ch., 4-6p., 2 salles d'eau, cuis. eq., 2 balcons (lavair), asc., cave vélo, sem., qz. ou mois. 0473-49.26.38. (D52739)
La Panne, appart. rdch., 30m de la digue, endroit calme, 2ch., 6p., tt. conf., tt. équipé, 70m2. 07-63.35.50 - 0498-08.69.40. (D52733)
St-Idebas, appart. mod., vue sur mer, lch., 4p. max., balcon, soleil, sem., quinz., pas d'animaux. 0476-49.17.20 - 02-384.11.00 - danmir@tvcabelnet.be (D52657)
La Panne, appart. sur digue, 2e ét., 2ch., 6/8p., tt.conf., spacieux, lumineux, wifi, sem., qz., mois, près du centre, poss. garage. 0479-32.75.55. (D52101)
Longfaye calme hameau Htes Fagnes, nb. prom., vélo, tt. ski, anc. ferme, gîtes uraux 3 épis, clairs spacieux, 1-2 et 3ch., 080-33.97.19 - Henri.fagnoulet@skynet.be - http://logers.skynetblogs.be (D52108)
La Panne, digue, face mer, appart. rénov., tt.cf., 6p., 3e ét., asc., parlo, liv. fr. mer, tv franco cuiséq., 3ch., sdb, wc sdp., du 17 au 23/6, du 1 au 15/7, du 12 au 19/8. 0496-160789. (D52705)
La Panne, face Esplanade, appart. 2ch., 2e ét., asc., 5p., gar fermé, balcon, bain, 2 wc, gr. cf., pas d'animaux, sem., 400-475E, qz., mois, du sam. au sam. 04-227.33.99 - 0497-41.43.14. (D52723)
Coxys digue, appart. 2ch., 3e ét., asc., cuis. eq., très lumineux, juillet-août. 081-46.02.71 - 0474-27.31.89. (D52697)
La Panne centre, appt vue mer avec terr. et gar, 2ch., 2 sall. d'eau, hyp. équip., tv, tr. lum., vélos, à louer ttte l'année, pas d'anin. 0494-78.67.34. (D52437)
Coxys, St-Idebas, 100m de la digue, appart. 2ch., tv conf., 6p, liv exp. S/O, sdb, wc sdp., cuiséq., tt.cf., ler ét., asc., pkg 1/50, vue-mer-qz ou mois, pas d'animaux. 0496-52.19.03. (D52692)
Le Coq (De Haan), chalet ds camping, 3ch. (2+1), 20' à pied de la mer, séj., cuis., sdb, mer et verdure, jues, mbles jard., 45E/j., 0495-19.81.29. (D52415)
Lacs de l'Eau-d'Herc, gîte de réve, 3 épis, 5p., proche des lacs, tt.cf., idéal fêtes de famille, Internet, jard., pkg., prom. balisées. 0477-79.67.71 - www.gitelelieulle.be (D52719)
Rochehaut, appart. 4 à 8p. et studio ds ferme tt. conf., jard., vue Semois, sem., we. 061-46.40.35 - www.lafontinelle.be (D52711)
Coxys digue, 5e ét., appart. 2ch., tv, cuis., liv. asc., vue mer, chff. c., sdb, julliet/août chges. c. 500 E/sem, 21julliet 530E/sem. 0479-41.54.43. (D52679)
Coxys, appart. 3ch., 6p., 50m digue, 2e ét., tt. conf., tv, lect. cd, tr. bon prix, cave priv. et pr. vélos, julliet, août, sept. 0471-49.77.80 ap. 16h. (D52620)
Coxys, appart. 5p., 2ch., sdb, wc, cuisine, living, hall, 30m digue, côté soleil, tt. confort, tv, dvd. 0470.15.63 - 0473-69.94.34. (D52617)
Westende, tr. beau stud. mod., coin digue, v. mer, 2e ét., 4p., lch. sép., tv, tt. cf., asc., sem., ch. 16-30/6, 1+15/7, 8+14/8, sept. et svts. 071-34.26.67 - 0478-72.07.05. (D52631)
Bray-Dunes, 5km La Panne, 40m plage, villa, gd. gar., pt.jard., gdt.terr., cuis.susp.éq., 3ch. avbalc., 2douc., 3wc, livr.p.sud, sem-qz-mois, sam. au sam. apd. 300E. 0484-436639 - 0496-510992. (D52338)
Coxys, villa rénovée, confort, 4 ch., 2sdb, 14p., jard., gar, 900m de la plage, étés 1050E/sem (chges. comprises), 0479-49.86.11. (D52588)
Westende, studio 2 à 4p., 6e ét., asc., agréable vue sur mer et tennis, tv, sdb, tram et commerces proches. 064-33.00.71. (D52710)

Villégiature (France)

Provence verte, Var, Carcès, lieu agréable villa plain-pied, 5p., 2ch., terr. avec bbq, jard., garage, tt. cf., sit. calme à prox. du village, julle à oct. 290 à 440E/sem. 0485-25.09.19. (D52740)
Côte d'Azur, Merlimont plage, appart. rdch., 2ch., sdb, liv., tv, terr., sup. équip., gar, repos garanti, vélos. domique.wagemans@gmail.com - 0478-27.49.77. (D52716)
Provence, mas 8-10p., 5ch.+ dche, wc priv., pisc. 10x5m, conf. calme, cuis. eq., tv, sem ou qz. du 15/6 au 15/9. 0498-52.16.94 - 081-58.16.12 - http://chemersverts.cabanofr.fr (D52731)
10 km Menton, appart. 4 pers., face à la mer, living avec terr. chambre, sdb, cuis. équip., tttes. périodes. 0495-21.21.29. (D52764)
Arèche sud, près célèbre grotte et entrée des Gorges, mais.b.ég., 3/4 ou 6/7p., bordure garrigue, pisc., guide balades etc... loc. sam. au sam. de julle à oct. 0496-353468 - 0033-67467733. (D52722)
Lac de Serre-Ponçon, Hte Provence, bergerie 3ch., liv. cuis., une semaine en juillet, sept., détails page Internet: http://bit.ly/bergerie - 0474-87.50.11 - jbj@serre-poncon.org (D52732)
Uzès-Gard, dispo julle, 1ère sem. julle, sept., mais. 4-6 p. avec étage clim., ds rés. + pisc - www.bastide56uzes.net - 0496-12.06.46 - location idéale pour une famille ou 2 couples. (D52744)
Provence-Verdon, promotions sur juillet, villas privées, gîtes et chalets toillés avec piscines. www.immodere.com/varcamdobb.php - 0033-682.40.88.78. (D52735)
Auvègne, à découvrir, Cantal, Alleuze, mais. tt. conf., jard., bbq, park, site scenic Michelin, pt. village calme, promenades, vtt, riv., pêche, activ. nauit., 400E/s. 085-51.26.74. (D52702)
Narbonne plage, appart. 2-4p., 3e.ét., en front de mer, tt. conf., park, privé, libre du 16/07 au 30/09, photos/Internet. 0486-31.56.33. (D52607)
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., lch., air cond. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94. (D52666)
Barcarès PO, mais. 4-6p., dans domaine avec piscine, libre du 16 au 31 août. 0493-76.84.60. (D52748)
Last minut, Barcarès, gde. plage, appt. 2ch., le tt., face mer, terr., tt.cf., park, pr. vélos, sem. libres J. A. 500E ttc., photos site/dem. 061-26.61.20 - 0479-56.04.93. (D52742)
Wissant Côte d'Opale, àl sympath. mais., 6p., 3ch., jard. clos, pkg, chff.c.gaz, poêle à bois, tv, équip., 600m plage, photos et disponibilités site: France-voyage.com/n°69569.0484-608880. (D52628)
St-Cyprien-plage (Roussillon), àl villas 4/6p., libre toute l'année 500m de mai, pisc., tennis, mer, commerces à 2/50m., diaporamas à voir. 02-305.7143 - 0478-45.51.91. (D51958)
Nyons, Drôme prov., appart. 2p. tt. conf., belle vue, tt. conf., tv, wifi, prox. commerces et centre ville. 0472-7173.87 - jabin@gmail.com (D52622)
Périgord-Quercy, proche Gourdon, ds. village de caract., mais. de vac. tt. cf., max. 12p., terr., gd. jard., pisc., réduction pour lecteurs En Marche. 0472-5077.63 - www.abritel.fr/667776 (D52610)
Aups, Var, magnifique propriété composée de 2 villas (chambre 2 chambres), pisc. privé, 1 hect. et demi de jardin et d'oliviers, proce. Verdon. 0470-93.25.71. (D52746)
États 2016, Provence, entre Verdon et C. d'Azur, villas privées, gîtes et chalets toillés éco avec pisc., descrip. tit. et prix sur: www.immodere.com/varcamdobb.php - 0033-682.40.88.78. (D52576)
Uzès (Flaux Gard), villa 4ch., 2sdb, terr., jard. clôt. 14a, pisc. sécur. 8x4m, nbx. marchés et excursions, libre jusqu'au 26/6 et du 14 au 28/8, loc. sem. ou qz. 0475-283.93.59 - 083-65.60.45. (D52668)
Côte d'Opale, Wissant, à 50m plage, appart. 4p., séj. 2 clic-clac, tv, cuis. équip., lch, sdb, wc sdp., terr. clôt., tt. conf. 0495/32.28.95 - zimwatapp@gmail.com (D52651)
Prov. ds. résid. calme avec pisc., mais. 2ch., tt.conf., 2/5p., clim., jardinet clôt., terr., pk.priv., prix int. degrés. h-s., loc. ttte l'année. 0478-62.33.36 - www.amivac.com/site13606. (D52569)
S.O. Puyimclan (Sud Bergerac), part. l. orde mais de campagne, l'ha, calme, 8-12p., 4ch., 3sdb, 3wc, tt.cf., pisc.priv. 10x5m, phot. et infos: http://checkthis.com/puyimclan - 0479-814832. (D52646)
Vendée, maison camp. tt. conf., 6p., pro. mer, lac et grands axes, gd. jard., terr., jeux enfnts, liv. loc. 019-679.85.81. (D52714)
Bretagne, Morbihan, maison de vacances, 6p., tt. conf., jard. clôt., libre apd 3 septembre. 02-375.13.17. (D52754)
Provence, mais. impecc. gd terrain priv. +pisc. 10x5E, en pl. nature, 8p. 3ch., 2sdb, 3wc, sàm, wifi, cuis. exte. bar face pisc., tt. pl. plied, lacs, Verdon à prox. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94. (D52672)
Dans la magnifique région du Cap de La Hague, àl maison-gîte, 14 lits, 6ch., 3 sdb, 2km de la mer. 0474-39.00.88 - 0475-60.94.69. (D52756)
Corrèze France, magnif. rég. ch. d'hôtes, appt. 01/07: 1 sem + p/déj: 350E p/2pers., en 1/2 pens. à 2: 550E/sem, 15j+10%. 0033-771.63.92.83. (D52388)
Bretagne Finistère Sud (Guilvinec), àl ds mains id., appart. 5/6 p., tr. ensoléil, plages et comm. à 500m, libre ttte. l'année. 04-336.24.98 - guth@str.fr - http://loaompabiqueden.blogspot.be (D52229)
Dans le Gard, 20' Médit., entre Nîmes et Montpellier, ds dom. de 15ha boisé et gardé, mais. 6p., 2ch., sdb., cuis.éa., 2 pisc., tennis. 0495-38.14.73 - http://lemasdesvignes30861.skyrock.com (D52199)
Bormes-les-Mimosas, Lavandou, Var, àl grand studio 11 prs de la plage, 2-3p., pkg, privé, 2e qz, julle. 0477-86.21.72. (D52766)
C d'Azur, Roquebrune-Menton, appart. lch., tt.conf., 4p., tv, pkg clos, Monaco 1km, Italie 4km, mer et montagne, par quinz.: 530 à 980E ou par mois apd: 880E. 0475-68.10.44. (D52707)
Arèche, vallée de l'Eyrieux, village Guirras, àl/qz ou sem., maison bien équipée, max. 6p. 0476-89.91.54. (D52349)
Cavalaira, Golfe de St-Tropez, C. Azur, appt. rez de villa, tt. conf., lav.-ing. et vaiss., sup. vmer, gde terr., 50m plage, jard. 7a, park. 0474-86.67.72. (D52704)
Bretagne, Plouguerneau, 50m mer, mais. indép., côte naturelle, non défigurée à l'embouch. d'un Fjord breton, plages sabl. fin, face au phare de l'Île Vierge. 0477-276514 - jpdj@hotnail.com (D52105)
C d'Azur, Ste. Maxime, ds résid. calme avec pisc., villa, 2ch., tt. conf., avec jard., pkg, terr. pl. sud, vue imprenable, clim., l-vaiss., tv, wifi etc... 0472-23.33.61. (D52654)

Port Leucate, Aude, près mer et comm., mais. piscine, libre du 16 au 31 août. 0493-76.84.60. (D52748)
Bord Médit. Camarque Grau du Roi, 150m plage, appart. 4p., lch., rdch., jard., piscine, infos et photos sur www.apartgarau.be - 04-370.11.12 - 0496-66.55.45. (D52054)
Provence, villa 6p., pisc. privé, tt.conf. 0494-40.19.91 - voir site: http://romainvillevacances.wordpress.com (D52707)
Provence, Verdon, Lac Ste Croix, villa 5p., studio 3p. 081-2161.85 - http://picasaweb.google.com/lesavresses (D52074)
Provence, rég. Nîmes, àl villa tt. conf., 6p., pisc. privé, libre julle et du 11/09 au 30/10, 600E/sem. 087-44.72.02 - brandtphilippe@hotmail.com (D52768)

Villégiature (Autres pays)

Italie, Frioul, villa 6p., tt.conf., jard. clos, gde. terr., pt. village au pieds des montagnes, proce. comm. à prox., mer, pts lacs à prox. 0473-32.35.31 - 061-23.90.30 le soir. (D52759)
Majorque, îles Balears (Santa Ponsa), 20km Palma, àl. appt. 100m2, rdch., 3ch., 2sdb, terr., jard., bbq, bord mer, zon. calme résident., tttes. facilities. 085-23.09.44 - ponsaen@icmail.com (D52737)
Escala, villa 3ch., 600 centre, mer, visible 2e quinz. julle, 600E + du 16 au 30/08, piscine, comm., photos. 0472-26.54.48. (D52708)
Esp. Cadaques, mais. 2ch., vue panor. mer/mont., parc naturel, 10' village, 10' Rosas et Puerto envouture, lin aéroport Gerone, pisc., vue mer, randos, calme. 0496-26.06.32 (D52619)
Esp. Calpe, appart. 2ch., tv, airco, lessiv., frigo, à 5 min. de la plage et tt. commerces, voir photos. 081-56.60.86. (D52747)
Corse/Calvi, studio 2-3p., tt.cf., belle terrég, vue/mer, ler ét., asc., près pinède et comm., pkg privé, julle, 1ère. qz. julle. et apd 10 sept., 400 à 650E/sem. 069-215209 - 0033-682325921. (D52736)
Almunecar +Benidorm, promo. appt. vue mer, lch., tv, terr. sud, micro-ond., 399E/mois + chges, julle-août: 899E/mois + chges, pisc., park., photos. 02-657.40.86 - 0477-59.47.33. (D52517)
Hongrie, lac Balaton, Kaptalanfüred, appt. tt. conf., 4p. + 2 évent., 200m plage, julle-août, 390E/sem. 0472-87.16.33. (D52357)
Appart. àl San Miguel De Salinas, 6km de Torrejuela, Costa Blanca, Esp, pour 4p. avec pisc. commune, solarium privé, tt. conf. 0476-62.22.42 - 0475-85.89.84. (D52662)
Espagne, Calpe, appt. 4p. ds villa, tt. conf., vue/mer et montagne, tv, lessiv., pisc. et gar. privé, libre/julle-août-sept. 0034-965.83.95.79 - 0472-27.10.91 - 0471-02.40.97. (D52572)
Grèce du Sud, vac. ds. une oliveraie belge, fac. mer + mont. grandeur., rando, plage, sabl. fin, gîte 3p. 56E/j., 6p. 79E+tabl. hôtes, navette aéroport. www.cancasesgrecce.com - 0475-73.90.50. (D52722)
Costa Blanca, l'Alfas del Pi, villa 4p., tt.cf., gar. 1 voif., jard. calme, proce. mag., mer 3km, entre Benidorm et Altea, lib. julle-août. 0497-5710.77 - 0475-37.97.45 ap. 18h. (D52769)
Les bienfaits de la Mer Noire, véritable cure de jouvence, remise en forme, cure thérapeutique, cure gérovalaise... bord de mer, cure sympa. 0475-80.63.45. (D52642)
Ombrie - Latium, appart. 2 ch., tt. conf., promo. chges. compris. 260E/sem., de julle à sept. www.torrichiano.over-blog.com. 0494-73.91.33. (D52721)
Esp., Moraira, villa 7p., 2sdb, tv, Interne, lav-vaiss., clim. pisc. privé, appt. sept. 0486-08.94.15 - 0497-27.88.80. (D52663)
Espagne, bord mer, août: 420E/sem., 690E/qz., appart. 4p., lch., sdb, tennis, pisc., tv, restos + commerces à prox. 0479-41.54.43. (D52680)
Almunecar (Sud Esp.) face mer 6 plages, superb appt ler ét., terr., 2ch., 2sdb, tv, franc, gde pisc., max 6p, vues s/dem., du 27/6 au 22/7 par nuit, julle: 26E et julle: 53E. 0495-20.60.85. (D52664)
Ténérife sud, appt. bord de mer, endr. calme, plage, 2 pisc., libre entre le 25/6 et le 18/7, loc. 25E/pers./jour, min. 2 sem. 0494-93.30.08. (D52626)
Suisse (Valais Ht. Nendaz), magnif. chalet 6p., 3ch., cuis.ég., vue impren., superbes randos pédest., anim. sportives, pas animaux, 063-57.83.39 - 0475-51.88.17. (D52670)

en marche

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

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

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

BIMENSUEL - Parution tous les 1^{er} et 3^{es} jeudis du mois (1^{er} jeudi du mois en juillet et en août).

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



Prévention

Dépendances, assuétudes... Où et comment en parler ?

Tout le monde est "dépendant" : l'air que l'on respire, l'eau que l'on boit, le réseau social que l'on se crée, même le café du matin, le carré de chocolat de 16h... Le terme "dépendance" signifie simplement que l'on a besoin de quelque chose pour continuer à vivre, ou à tout le moins pour continuer à vivre de la même façon. Mais pour autant, il ne s'agit pas de dépendances problématiques...

Les termes dépendances, addictions et même assuétudes se confondent souvent dans l'esprit du grand public. Dans le jargon des professionnels, le terme utilisé pour désigner la dépendance aux drogues est "assuétudes". L'addiction, ou l'assuétude, implique un état dans lequel une personne manifeste un besoin irrésistible (état de manque) qui entraîne la répétition d'un comportement à l'égard d'une substance ou d'une pratique. L'addiction est en général globale, tant physique que psychique. Elle est étroitement liée à une perte de liberté et elle est domageable pour la santé, dans le sens large du terme.

Les raisons qui poussent à consommer

Parmi les raisons qui poussent à consommer des drogues ou des produits divers, certaines périodes de la vie sont plus critiques, rendent la personne plus vulnérable (perte d'emploi, divorce, deuil...) et augmentent les risques de basculer dans une dépendance. La période de l'adolescence fait également partie de ces périodes critiques où l'influence du groupe renforce la vulnérabilité. Le jeune, consciem-

ment ou non, va expérimenter un nouveau comportement pour découvrir l'inconnu, se dépasser, s'intégrer à un groupe, dépasser ses peurs, améliorer ses performances (durant les examens, la résistance à la fatigue dans des fêtes)... Cette période se caractérise aussi souvent par la volonté de braver l'interdit et le plaisir de prendre des risques. L'image "sexy" qui peut être associée à certains produits via les séries-TV, les films, les clips musicaux... sont aussi des facteurs d'influence non-négligeables.

Si les produits ou les drogues et autres pratiques excessives (jeux vidéo, jeux en réseau, jeux d'argent, réseaux sociaux...) procurent un plaisir ou un soulagement immédiat, à court, moyen et long terme, ils ont un impact négatif pour la santé physique et psychique, et sont généralement perturbateurs de la vie sociale. Il est donc important d'amener à réfléchir sur les raisons qui peuvent pousser à entrer dans un comportement addictif.

et psychique, et sont généralement perturbateurs de la vie sociale. Il est donc important d'amener à réfléchir sur les raisons qui peuvent pousser à entrer dans un comportement addictif.

Les risques de l'addiction

Toutes ces consommations ou pratiques excessives vont en effet induire des risques, ceux-ci pouvant être ponctuels ou s'installer dans la durée. Ils vont dépendre de plusieurs facteurs : le type de consommation, la quantité consommée, la durée et la fréquence de la pratique, et le degré de dépendance de la personne.

Contrairement à certaines idées reçues, les conséquences négatives liées aux effets de certaines substances (alcool, cannabis...) peuvent apparaître dès la première consommation. Même une consommation festive entraîne des prises de risques (relations sexuelles non protégées ou non désirées, accidents de voiture, violences...). De plus, l'origine et les composants des drogues ne sont pas toujours connues, même si c'est une personne de confiance qui les fournit.

Comment en parler ?

"Et toi, t'en penses quoi ?" est un outil pédagogique conçu par la Mutualité chrétienne. Il permet de mener des débats dynamiques avec les jeunes de 14 à 18 ans sur des sujets d'actualité qui concernent la santé et le bien-être. Le thème des drogues et des addictions y a trouvé sa place. Le "frasbee", technique d'animation simple et efficace, donne aux animateurs les clés pour initier un débat riche d'échanges, sur base de phrases lancées comme des frisbees aux participants.
 >> Plus d'infos : www.et-toi.be

Les risques physiques

- **Pour les drogues et les substances** : perturbation des perceptions (sensorielles, visuelles, auditives), insomnie, nervosité, maux de tête, vertiges, nausées, pertes de mémoire, difficultés respiratoires, déshydratation, coma éthylique, overdose, mais aussi comportements sexuels à risques, infections diverses, problèmes dentaires, digestifs...
- **Pour les pratiques excessives** : surcharge pondérale, insomnie, rythme physique perturbé, problèmes digestifs...

Les risques psychologiques

- **Pour les drogues et les substances** : difficultés à se concentrer, angoisses, tristesse, crises de panique, modifications des émotions, conflits, stress...
- **Pour les pratiques excessives** : difficultés à se concentrer, angoisses, nervosité, stress...

Les risques sociaux

- **Pour les drogues et les substances** : problèmes financiers, marginalisation, délinquance, exclusion sociale, violences, relations sexuelles non protégées, problèmes judiciaires...
- **Pour les pratiques excessives** : problèmes financiers, difficultés scolaires ou professionnelles, conflits familiaux, isolement, perte d'intérêt pour sa propre vie, violences...

Ces consommations ou pratiques excessives perturbent l'équilibre de l'individu. Il se pourrait, par exemple, qu'il ne puisse plus se concentrer car trop fatigué après des nuits passées sur l'ordinateur, qu'il soit en conflit avec sa famille à cause d'une

dépendance à l'alcool, qu'une consommation de substances entraîne un comportement inapproprié (agressivité, négligence, violence...), que la pratique de jeux d'argent l'entraîne dans des problèmes financiers...

Comportement addictif et équilibre

Pour toute consommation ou activité qui procure du plaisir, on peut argumenter qu'il est possible de développer une dépendance. Mais il est important de distinguer un comportement qui remet en question l'équilibre de vie, d'un autre comportement sans conséquence sur ce même équilibre. Selon chaque individu, l'équilibre se structure autour de différentes valeurs : la famille, les amis, le couple ou les relations amoureuses, la santé, l'école, le travail, les loisirs, les projets de vie... Outre les risques physiques, psychiques et sociaux évoqués plus haut, le comportement addictif devient problématique lorsqu'il remet en question cet équilibre de vie.

Quelques questionnements sont utiles pour se rendre compte du problème que pourrait représenter le comportement : un produit est-il consommé de manière excessive ? La consommation ou la pratique a-t-elle des conséquences sur la vie quotidienne (études, sommeil, santé, famille...) ? Représente-t-elle un problème pour l'entourage ? ... Si un "oui" est répondu à l'une de ces questions, il peut être intéressant d'être aidé par un professionnel.

// INFOR SANTÉ
SERVICE DE PROMOTION
DE LA SANTÉ DE LA MC

Où en parler ?

En Belgique, de nombreux services, professionnels et associations fournissent des informations et/ou proposent de l'aide aux personnes dépendantes et à leur entourage.

• **Infor Drogues** : l'association fournit informations, aide et conseils à toute personne confrontée aux assuétudes. Elle propose aux professionnels en contact avec les jeunes des publications, des animations et un accompagnement de projets.
 Infos : 02/227.52.52 • www.infordrogues.be

• **Univers Santé** : cette association d'éducation, de prévention et de promotion de la santé est active en milieu étudiant et jeune.
 Infos : 010/47.28.28 (Louvain-la-Neuve)
 • 02/764.43.34 (Bruxelles) • www.univers-sante.be

• **Centre Alfa** : il est à la fois un service de prévention, de formation et d'accompagnement pour les adultes et un service de santé mentale spécialisé dans le traitement et la prévention de l'alcoolisme et des toxicomanies au sens large. Il aide aussi l'entourage à mieux faire face aux situations de dépendances de leur proche.
 Infos : 04/223.09.03 • www.centrefa.be

• **Aide aux joueurs** : cette initiative est proposée par l'ASBL Le Pélican, le CAD (Centra voor alcohol en andere drugproblemen) du Limbourg et la Commission des Jeux de hasard.
 Infos : www.aide-aux-joueurs.be

• **Le Pélican** : l'association est active dans le domaine de l'aide aux personnes qui consomment de l'alcool, des drogues, des médicaments, jouent aux jeux de hasard et d'argent..., en abusent ou en sont dépendantes.
 Infos : 02/502.08.61 • www.lepelican-asbl.be

• **Plateforme Jeunes & Alcool** : il s'agit d'une plateforme d'observation des consommations et des techniques publicitaires liées à l'alcool pilotée par l'ASBL Univers-santé. Elle propose des animations et des accompagnements de projets.
 Infos : 010/47.28.28 • www.jeunesetalcool.be

• **Modus Vivendi** : l'association promeut la réduction des risques liés à la prise de drogues, par des actions et réflexions.
 Infos : 02/644.22.00 • www.modusvivendi-be.org

éditorial

L'engagement mutualiste

Jean Hermesse // secrétaire général



La Mutualité chrétienne défend des soins de santé de qualité accessibles à tous. Elle prend position pour plus de cohésion sociale, moins d'inégalités, en faveur aussi d'un développement durable. Car viser une meilleure santé pour tous nécessite une approche globale qui ne se limite pas au médical. C'est l'engagement fondateur de l'action de notre mutualité.

Tous les six ans, les mutualités renouvellent leurs assemblées générales et leurs conseils d'administration. Ce sont des candidats bénévoles représentant les membres qui les composent. Ce vaste processus vient de se clôturer et nous remercions ces centaines d'hommes et de femmes pour leur engagement. Les défis sont nombreux, variés et passionnants ! Ils nécessiteront créativité, courage et audace au service d'une belle aventure humaine.

De la raison d'être de la mutualité

L'aventure ne date pas d'hier. Un bref retour vers les origines du mouvement en explique le sens. Basé sur la solidarité et la coopération, le tout premier service mutualiste – qui prend racine au 19^e siècle, surtout dans la seconde moitié – garantissait aux ouvriers victimes d'incapacité de travail une indemnité journalière. Ensuite vinrent le remboursement des médicaments, celui des soins auprès d'un généraliste, puis celui des soins plus spécialisés, de l'hospitalisation... Les mutualités ont aussi été à l'origine des caisses de retraite. En 1944, commença une nouvelle ère dans l'histoire des organisations mutualistes. Les interlocuteurs sociaux, employeurs et syndicats, ont conclu un pacte social jetant les fondations de la sécurité sociale belge. Progressivement, ce mixte d'assurance et de solidarité s'est étendu, couvrant d'avantage de personnes et de soins. Depuis toujours, l'action, les initiatives ou les prises de position de la mutualité poursuivent un objectif : garantir à tous l'accès à la santé et aux soins de qualité. Sans but lucratif, organisée sur le principe de la solidarité, responsabilisée financièrement et gérée par des assemblées démocratiques, la mutualité se bat pour que l'assurance obligatoire et les assurances complémentaires couvrent au mieux les soins appropriés pour toute la population. Il n'y a pas de recherche de profit ou d'actionnaires à rémunérer. Notre critère de succès est l'amélioration continue du bien-être physique, mental et social de tous les membres. Les soins de santé y contribuent mais pas seulement.

La santé, un choix de société

Bien sûr les soins, les médicaments, les traitements améliorent la santé, guérissent ou apportent des années de vie en plus. Cependant, alors qu'en Belgique nous avons la chance de bénéficier d'une offre d'excellents soins de proximité, sans liste d'attente, nous constatons de grands écarts en termes d'espérance de vie entre les habitants. Ainsi, entre deux com-

munes, entre l'espérance de vie la plus élevée et la plus basse, la différence est de huit ans ! Les écarts d'espérance de vie entre les personnes selon leur catégorie socio-économique ou leur niveau de formation sont également énormes. Et ils ont tendance à se creuser. Comment expliquer ces écarts ? Comment expliquer qu'aux États-Unis, malgré une dépense de santé par habitant 50 % supérieure à celle de la Belgique, on vit moins longtemps (en moyenne 3 ans) que chez nous ? Les recherches l'attestent depuis des années, ces écarts s'expliquent fondamentalement par les inégalités dans toute une série de domaines qui agissent sur la santé. Logement, alimentation, formation, environnement, emploi, pouvoir d'achat, mobilité, cohésion sociale..., tous ces facteurs ont plus d'impact sur la santé que les soins de santé eux-mêmes. Alors, les choix politiques qui aggravent les inégalités, qui allongent le temps de travail sans l'aménager, qui ne favorisent pas les transports publics, qui réduisent la cohésion sociale... vont toucher la santé, provoquer des maladies (il y a plus de 370.000 personnes en invalidité) et réduire notre qualité de vie. C'est pourquoi la mutualité se bat aussi pour une société plus juste. Elle est porteuse de santé.

La MC, assureur, mouvement et entrepreneur social

Forte de ces convictions et inspirée par des valeurs vécues authentiquement depuis plus de 100 ans – solidarité, responsabilité, démocratie, concertation – la Mutualité chrétienne est au service de ses membres. Pour ce faire, elle ne peut rester au balcon, elle doit être actrices de changement, faire des propositions et montrer l'exemple. En tant qu'assureur social, la MC met tout en œuvre pour assurer une couverture maximale des soins. En tant qu'entrepreneur social, la MC prend des initiatives responsables et novatrices en vue de rencontrer de nouveaux besoins en matière de soins et d'assistance.

Le mouvement mutualiste investit et développe le capital humain. Il participe à une société où chacun, qu'il soit malade, en bonne santé, handicapé, actif, pensionné... a sa place. Une société conviviale qui fait sens et donne envie à tous. Vive l'engagement mutualiste !

ça se passe

Concours : pleine conscience et parentalité

Le jeudi 16 juin à 20h, l'association Émergences invite Nancy Bardacke pour une conférence sur les défis de la parentalité en pleine conscience. Prix : 10 EUR
5x2 places sont offertes aux lecteurs d'En Marche. Pour participer, envoyer ses coordonnées à enmarche@mc.be. Tirage le lundi 12 juin. Les gagnants seront prévenus par courriel.
Lieu : av. F. Roosevelt 50 à 1050 Bruxelles
Infos : www.emergences.org

Exposition de caricatures

Jusqu'au 26 juin, du mardi au dimanche de 10h à 18h, le Mons Memorial Museum accueille l'exposition "Ceci n'est pas l'Europe. 120 caricatures d'actualité". Prix : 6 / 4 EUR
Lieu : boulevard Dolez 51 à 7000 Mons
Infos : 065/40.53.25 • www.monsmemorialmuseum.mons.be

Faire face à l'urgence

Jusqu'au dimanche 3 juillet, chaque samedi et dimanche entre 10h et 17h, la Croix-Rouge et les pompiers de Bruxelles organisent des sessions de formation (2h) aux situations d'urgence exceptionnelles. Accès libre. Gratuit
Lieu : Bruxelles
Infos : www.croix-rouge.be

Ciné-débat : Ceux qui sèment

Le jeudi 16 juin à 19h, le Festival AlimenTERRE propose une projection du documentaire "Ceux qui sèment" suivi du débat "Quelle agriculture pour demain ?" Prix : 4 EUR
Lieu : Cinéma Galeries à 1000 Bruxelles
Infos : 02/514.74.98 • <http://festivalalimenterre.be>

Écriture

Le jeudi 16 juin entre 10h et 21h, l'Atelier des M.O.T.S. (médiations orientées talents et solutions) convie à sa journée portes ouvertes. Programme : atelier d'écriture et initiation aux pratiques axées sur le développement créatif. Gratuit
Lieu : avenue Ulysse 32 à 1190 Forest
Infos : 0476/80.95.27 • www.latelierdesmots.be

Espaces publics

Le jeudi 16 juin de 16h30 à 18h30 se tiendra la conférence : "Espaces publics, lieux de socialisation". Gratuit
Lieu : Beaux-Arts, rue Ravenstein à 1000 Bruxelles
Infos : 02/507.82.00 • www.bozar.be

Économie circulaire

Le vendredi 17 juin de 12h à 14h se tiendra une conférence sur l'économie circulaire : "Quand les déchets des uns deviennent les matières premières des autres".
Prix : 30 EUR
Lieu : Ulg Arlon, av. de Longwy 185 à 6700 Arlon
Infos : 063/23.09.32 • www.luxembourgcreative.be

Éducation à l'environnement

Du mardi 21 au vendredi 24 juin de 9h30 à 17h, l'Institut d'Éco-Pédagogie propose un module de formation aux techniques d'animation à l'éducation relative à l'environnement. À partir de 16 ans.
Prix : 80 EUR
Lieu : rue Ruhlémont 20 à 5000 Namur
Infos : 04/366.38.18 • www.ecopedagogie.be

Formation et insertion

Le mardi 21 juin de 8h30 à 13h, les Actions intégrées de développement (AID) organisent le séminaire "Actions de formation et d'insertion : perspectives d'avenir" (inscription obligatoire). Gratuit
Lieu : chaussée de Louvain 510 à 5004 Namur
Infos : 02/246.38.62 • www.aid-com.be

Émotions

Le mardi 21 juin de 18h30 à 20h, l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCL convie à la conférence "La dépression chez l'adolescent : la famille comme ressource thérapeutique et lieu de partage social des émotions". Gratuit
Lieu : pl. Cardinal Mercier 10 à 1348 LLN
Infos : 010/47.45.47 • www.uclouvain.be

Alimentation

Le mercredi 22 juin de 9h30 à 12h30, l'ASBL Cultures & Santé invite à un atelier de découverte d'outils sur l'alimentation. Gratuit
Lieu : rue d'Anderlecht 148 à 1000 Bruxelles
Infos : 02/558.88.10 • www.cultures-sante.be

Dire pour agir

Le mercredi 22 juin de 10h à 12h se tiendra une séance d'information relative à la formation d'animateur "Dire pour agir" organisée par Présence et Action Culturelles du 19 septembre au 15 décembre.
Lieu : rue du Petit-Chêne 95 à 4000 Liège
Infos : 04/221.70.37 • www.pac-liege.be

Économie

Le vendredi 24 juin à 18h30, Attac Liège et l'Aquilone reçoivent le sociologue et anthropologue Paul Jorion pour un débat sur son dernier livre "Le dernier qui s'en va éteint la lumière". Gratuit
Lieu : l'Aquilone, bd Saucy 25 à 4000 Liège
Infos : 04/349.19.02 • www.aquilone.be

Les jardins ont des oreilles

Le dimanche 26 juin de 13h30 à 18h30, à l'occasion des fêtes de la musique, l'ASBL Passeurs des remparts et le centre culturel de Walcourt proposent une bal(l)ade musicale et dégustative au fil des remparts. Prix : 14 EUR (adulte) • 7 EUR (enfants de 6 à 12 ans)
Lieu : 5650 Walcourt
Infos : 071/61.46.86 • www.walcourt.be

TDASH

Le dimanche 26 juin de 9h à 16h30 se tiendra un colloque grand public consacré au TDAH (trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité). Prix : 25 EUR
Lieu : ULB, rue F. Roosevelt 50 à 1050 Bruxelles
Infos : 0471/21.92.66 • www.comprendreletdash.be

Communication non-violente

Les vendredi 1, samedi 2 et dimanche 3 juillet de 9h45 à 16h45, l'École des Parents et des Éducateurs organise un séminaire d'introduction à la communication non-violente. Prix : 216 EUR
Lieu : HEB de Fré, avenue de Fré 62 à 1180 Uccle
Infos : 02/371.36.36 • www.ecoledesparents.be

Festival pART'âges

Le samedi 2 juillet à 13h, la Mutualité chrétienne et l'asbl Circomédie s'associent pour le festival culturel et intergénérationnel pART'âges. Au programme : spectacles musicaux, théâtre, animations.
Prix : 5 EUR (membres MC)
Lieu : ancienne Abbaye de Soleilmont à 6220 Fleurus
Infos : 071/38.77.59 • <http://festival-partages.be>

Causerie

Le samedi 2 juillet de 19h à 20h, le Manège de Mons convie à une "causerie", discussion à bâtons rompus entre le comédien David Murgia et le comédien et réalisateur Bouli Lanners. Réservation obligatoire. Gratuit
Lieu : Cour du 106, rue de Nimy 106 à 7000 Mons
Infos : 065/33.55.80 • www.lemanege.com

Dalai Lama

Le dimanche 11 septembre à 13h se tiendra une conférence avec le Dalai Lama, autour de l'engagement individuel et la responsabilité collective.
Prix : à partir de 12,5 EUR
Lieu : Palais 12 - Bruxelles Expo, av. de Miramar à 1020 Bruxelles
Infos : 070/22.21.07 • www.dalailama2016.be