MC. Avec vous pour la vie.

en marche

Bimensuel
N° 1717
22 juin 2023

Bureau de dépôt Liège X - P701300

Peut-on exercer une autorité "positive" ?

PAGE 5

© Adobestock

Société

Éducation bienveillante : quels adultes pour demain ?

L'éducation positive, un trésor ou la porte ouverte à l'absence de repères ? Cette question pourrait en cacher une autre : celle de la liberté à accorder à nos enfants pour en faire des adultes épanouis...

PAGE 5

© Julien Marteleur

Actu

En Marche se réinvente !

Dès septembre, c'est un magazine de 32 pages que nos lecteurs et lectrices auront tous les mois entre les mains. Avec quelques petits changements...

PAGE 3

Énergie

Fin du tarif social pour les BIM

Le gouvernement fédéral a décidé de ne plus prolonger l'octroi du tarif social aux bénéficiaires de l'intervention majorée après le 30 juin. Explications et conseils.

PAGE 2

Culture

Savourer la musique avec les yeux

Le "chansigne" permet de partager le sens, le rythme et la poésie d'un morceau de musique en langue des signes. Les festivals de l'été sont de plus en plus nombreux à accueillir sur scène des chansigneurs et chansigneuses.

PAGE 9

Conseils énergie

Fin du tarif social pour les BIM

Le gouvernement fédéral a décidé de ne plus prolonger l'octroi du tarif social aux bénéficiaires de l'intervention majorée après le 30 juin. Explications et conseils.

Depuis le 1er février 2021, les bénéficiaires de l'intervention majorée (statut BIM) qui ont un contrat avec un fournisseur bénéficient du tarif social pour le gaz et l'électricité. Initialement mise en place à la suite de la crise sanitaire, cette mesure a été prolongée plusieurs fois pour permettre à ces ménages de faire face à la crise énergétique. Ils bénéficient ainsi d'un tarif régulé et bien moins élevé que les tarifs commerciaux. Malheureusement, cette mesure prendra fin le 30 juin prochain. Concrètement, les BIM qui bénéficient du tarif social ont dû recevoir de leur fournisseur un courrier leur annonçant le nouveau contrat et les prix qui leur seront appliqués à partir du 1er juillet. Ce contrat est la meilleure offre équivalente dans la gamme des produits du fournisseur. Cela veut dire que c'est le produit le moins cher qui correspond aux mêmes caractéristiques que le contrat au tarif social (facture envoyée par la poste, fourniture du service de base...). La Creg, l'organisme fédéral chargé de réguler le marché de l'électricité et du gaz, a vérifié que cela serait bien le cas chez tous les fournisseurs. Donc pas d'inquiétude à avoir. Certains fournisseurs proposent même une ristourne de quelques dizaines d'euros par an à ses clients qui perdent le tarif social.

Vérifier les factures mensuelles

Les fournisseurs ne vont pas adapter le montant des factures mensuelles (basées sur une estimation de la consommation). Ils ne peuvent pas l'imposer d'autorité. Le risque est donc que le montant fixé lorsque la personne bénéficiait du tarif social ne soit pas assez élevé pour couvrir la consommation. Au terme de l'année, le consommateur pourrait recevoir une facture de régularisation (basée sur la consommation réelle) très élevée.

Il est donc vivement conseillé de communiquer ses index (1) début juillet à son fournisseur et de lui demander d'adapter les acomptes en fonction de la consommation et du nouveau prix appliqué. La plupart des fournisseurs ont développé sur leur site internet des applications qui permettent d'adapter le montant de la facture mensuelle.

Comparer les offres

Les fournisseurs proposent généralement des contrats "full digital" (l'entièreté de la communication passe par les moyens numériques) qui sont généralement concurrentiels. Ils peuvent être moins chers que le nouveau contrat proposé. Donc, si le consommateur est à l'aise avec le numérique, il sera peut-être intéressant pour lui de prendre ce type de contrat. Attention : avant de faire son choix, le consommateur doit tenir compte des éventuelles ristournes accordées par son fournisseur – généralement pendant un an – parce qu'il perd le tarif social. Le changement de contrat se fait généralement sans délai. Il reste également intéressant de comparer les offres des différents fournisseurs pour voir s'il n'y a pas moins cher ailleurs. Là aussi, il faut tenir compte de la ristourne accordée par son propre fournisseur. Le changement de fournisseur se fait en 21 jours.

© AdobeStock

Recourir à des aides

Le consommateur qui éprouve des difficultés à payer ses factures peut toujours s'adresser au CPAS de sa commune.

En Wallonie, le consommateur qui a le statut BIM et se trouve en défaut de paiement peut demander le statut de client protégé conjoncturel (1) **jusqu'au 31 août prochain**. Ce statut permet de bénéficier du tarif social pendant un an, d'arrêter la procédure de défaut de paiement et de placement de compteur à budget et de négocier un plan de paiement avec le fournisseur d'énergie.

Le consommateur doit faire parvenir une demande écrite à son gestionnaire de réseau de distribution (GRD) (2), avec copie du courrier de défaut de paiement envoyé par le fournisseur ainsi que son attestation BIM.

À Bruxelles, le consommateur qui n'arrive pas à payer sa facture d'énergie et a reçu un rappel de son fournisseur, peut demander le statut de client protégé à Sibelga en envoyant l'attestation BIM. Le contrat avec le fournisseur sera alors suspendu. C'est Sibelga qui vendra l'énergie au prix du tarif social le temps qu'un plan d'apurement soit établi et que la dette soit remboursée.

// NICOLAS PONCIN, INFOR GAZELEC

>> Plus d'infos :
- **En Wallonie : Cwape, commission wallonne pour l'énergie • 081 33 08 10 • cwape.be**
- **À Bruxelles : Infor GazElec, centre d'information bruxellois pour les consommateurs d'électricité et de gaz • 02 209 21 90 • inforgazelec.be**

(1) Le statut de client protégé conjoncturel est accordé aussi au consommateur reconnu par le CPAS ou un service social (celui de la MC notamment) comme ayant des difficultés financières à payer ses factures d'énergie.
(2) Pour connaitre son gestionnaire du réseau de distribution, consulter la liste par code postal sur energie.wallonie.be

Droits sociaux

Les règles d'or du travail étudiant

De plus en plus d'étudiants travaillent comme jobistes pendant l'été ou durant l'année. Voici quelques règles importantes à suivre pour éviter les mauvaises surprises !

Un maximum de 600 heures par an

Pour rester sous contrat étudiant (avec des cotisations réduites à la sécurité sociale), le jobiste ne peut pas dépasser un quota de 600 heures de travail par an en 2023 et en 2024 chez un ou plusieurs employeurs. Il est possible de connaitre ses heures restantes sur **student@work.be**.

Par ailleurs, un contrat chez un même employeur ne peut pas excéder un an. Au-delà des 600 heures de travail étudiant, les cotisations sociales normales doivent être payées.

Maintenir son droit aux allocations familiales (1)

Le **jobiste domicilié à Bruxelles** ne peut pas travailler plus de 240 heures par trimestre (excepté pour le 3e trimestre en juillet, août et septembre où il n'y a pas de limite). L'étudiant apprenti en alternance peut continuer à percevoir des allocations familiales, peu importe le nombre d'heures de stage et la rémunération perçue dans ce cadre.

Le **jobiste domicilié en Wallonie** peut travailler plus de 240 heures par trimestre tout en conservant ses allocations familiales. Pour l'apprenti en alternance, il n'y a plus de limite de rémunération.

En **Flandre**, le "Goiepakket" (droit aux allocations familiales) est maintenu si l'étudiant ne dépasse pas 600 heures de travail par an également.

Rester à charge fiscale des parents

Pour les parents, le fait d'avoir un enfant à charge leur permet de bénéficier d'une quotité exemptée d'impôt majorée (c'est-à-dire une réduction d'impôts). Le jobiste reste à la charge fiscale de ses parents tant que ses rémunérations (hors contrat d'étudiant) ne dépassent pas un certain plafond, variable selon la situation (2). Pour les revenus de 2023, les plafonds de rémunérations sont les suivants :

- 7.965 euros brut, s'il est à charge des deux parents
- 10.090 euros brut, s'il est à charge d'un isolé
- 11.952 euros brut, si le jeune est atteint d'un handicap d'au moins 66 % à charge d'un isolé

© AdobeStock

Payer ou non des impôts

Le jobiste ne paie pas d'impôt aux personnes physiques tant qu'il gagne moins de 14.514 euros bruts par an (10.160 euros nets) (revenus 2023). Mais dès ses 18 ans, il est tenu de compléter sa propre déclaration d'impôts et de la faire parvenir au SPF Finances.

Respecter le contrat de travail

Le travail au noir est illégal et le jobiste n'aura aucun droit s'il lui arrive quoi que ce soit au boulot (accident de travail, salaire impayé, licenciement abusif...). Signer un contrat de travail étudiant est donc indispensable avant de commencer un job. Il convient ici d'écarter le mythe d'effectuer une période d'essai hors contrat. En effet, certains employeurs proposent à des étudiants de travailler de façon non rémunérée, prétextant "un essai" avant la signature du contrat. Ceci n'est pas légal ! Les trois premiers jours de travail sous contrat sont considérés comme période d'essai. Jusqu'à l'expiration de cette période, chacune des parties peut mettre fin au contrat, sans préavis ni indemnité. Par ailleurs, certaines plateformes collaboratives proposent un emploi aux étudiants. Attention, car de nombreuses offres ne garantissent pas l'obtention d'un contrat étudiant et le jeune peut se retrouver à travailler sous statut d'indépendant, ce qui est en leur défaveur en termes de droits.

// NEL VAN SLIJPE, RESPONSABLE NATIONAL DES JEUNES CSC

>> Pour en savoir plus, lire "Job sans prob", la brochure éditée par les Jeunes CSC. À consulter ou télécharger sur jeunes-csc.be

(1) Peu importe la région dans laquelle le job est effectué. C'est bien la domiciliation de l'étudiant qui importe pour le droit aux allocations familiales.
(2) La contribution alimentaire est considérée comme un revenu pour l'étudiant (3.820 euros ne sont pas à prendre en compte).

Un statut à améliorer

Le job étudiant se généralise en même temps que grandit la précarité étudiante. Les Jeunes CSC estiment qu'il est temps d'améliorer le statut des étudiants et des jobistes. C'est pourquoi ils avancent deux propositions :
- L'octroi d'une allocation d'autonomie étudiante. Cette allocation serait financée par la sécurité sociale et octroyée à chaque étudiant à partir de 18 ans tant qu'il est aux études afin de réduire les inégalités d'accès à l'enseignement et permettre aux étudiants de se concentrer en priorité sur leurs études.
- Pour les jobistes, une augmentation du salaire via des cotisations à la sécurité sociale plus élevées qu'actuellement. L'objectif est d'ouvrir aux étudiants l'accès au chômage temporaire et leur permettre de constituer leur droit au chômage avant la fin de leurs études.

Actu

En Marche se réinvente !

Dans la foulée de son 75e anniversaire, *En Marche* fait peau neuve : dès le mois de septembre, c'est un magazine de 32 pages que nos lecteurs et lectrices auront tous les mois entre les mains. Avec quelques petits changements…

75 ans ! Trois-quarts de siècle durant lesquels le journal *En Marche* aura fidèlement présenté à ses lecteurs, tous les 15 jours, une réglementation de plus en plus complexe en assurance soins de santé mais également d'autres sujets de préoccupation qui font l'actualité de la sécurité sociale et de la santé en général.

Si cet anniversaire n'a pas été fêté en grande pompe, c'est parce que la rédaction d'*En Marche* planchait en coulisses sur une nouvelle version de votre publication préférée. *Exit* le format "journal", bienvenue au magazine *En Marche !*

Désormais, une fois par mois, ce ne sont plus 12, mais 32 pages que nos membres pourront consulter.

Ce qui va changer

Les plus grands changements résident sans doute dans la périodicité et le nouveau look d'*En Marche* : désormais, une fois par mois (au lieu de tous les 15 jours), ce ne sont plus 12, mais 32 pages que nos membres pourront consulter. Une mise en page plus aérée, davantage d'illustrations et d'articles, une police plus lisible et un format plus compact et donc plus simple à ranger ou emporter avec soi… Tout a été pensé pour que le confort de lecture soit optimisé et que l'information proposée soit la plus complète possible.

© Julien Marteleur

Certaines rubriques disparaissent : c'est notamment le cas des "petites annonces" et du "À suivre", notre article d'opinion que nos lecteurs pouvaient consulter en page 3. Les "Ça se passe", quant à eux, déménagent : l'agenda sera désormais disponible dans les pages régionales, pour coller au mieux à la réalité géographique de notre public. Pour pallier ces "départs", d'autres rubriques font leur apparition. On ne vous en dit pas plus. Vous pourrez les découvrir dans le détail dans notre premier numéro de septembre… Patience !

Nous sommes heureux et impatients de vivre avec vous ce nouveau chapitre de l'histoire d'*En Marche*. Nous vous donnons rendez-vous le 31 août pour de nouvelles aventures et vous souhaitons, d'ores et déjà, un excellent été !

// LA RÉDACTION

À suivre

À la recherche de sens dans le travail

Les symptômes d'un profond malaise s'amoncellent dans le monde du travail. La quête de sens n'a sans doute jamais été aussi prégnante dans nos sociétés capitalistes.

© AdobeStock

Alors qu'il y a quelques décennies, l'essentiel pour les travailleurs était d'occuper un emploi rémunérateur, il semble qu'aujourd'hui, la priorité soit donnée à l'exercice d'un métier qui procure du sens. *"C'est une révolution"*, analysent les économistes français Thomas Coutrot et Coralie Perez, auteurs de "Redonner du sens au travail, une aspiration révolutionnaire" (1).

La crise sanitaire a clairement joué un rôle majeur dans cette "révolution". Les confinements et l'attention portée aux travailleurs "essentiels" ont conduit les salariés à *"prendre de la distance et à faire preuve d'esprit critique à l'égard de leur travail"*, expliquait Fanny Lederlin, auteure de l'ouvrage "Dépossédés de l'Open Space. Une critique écologique du travail" (PUF 2020), lors de rencontres RH organisées par *Le Monde* (2). Et la doctorante en philosophie politique de pointer notamment la division du boulot en micro-tâches le vidant de son sens global ou le sur-engagement pouvant mener à l'épuisement.

Nombreux sont ceux et celles qui sacrifient désormais un bon salaire pour un emploi plus épanouissant. À l'opposé, à l'heure où le management par les chiffres a envahi tous les secteurs d'activités y compris le non-marchand, d'aucuns font ce choix plus ou moins conscient d'une démission silencieuse (*quiet quitting*), se contentant de répondre à la description de leur fonction sans plus se surpasser.

Par ailleurs, les défis écologiques colossaux qui nous attendent imposent de questionner notre modèle de croissance. Les démissions en masse, les reconversions en chaîne, le refus de jeunes diplômés de grandes universités d'intégrer des entreprises polluantes sont des phénomènes aussi puissants qu'éloquents. Avec en filigrane cette question que pose Matthieu Giroux dans *Marianne* (3) : comment travailler en conscience dans un monde inégalitaire hanté par le changement climatique ?

FAIRE PARTICIPER LES TRAVAILLEURS AUX DÉCISIONS REPRÉSENTENT UNE EXIGENCE D'AUTANT PLUS GRANDE QUE LES CONSÉQUENCES DE LA PERTE DE SENS AU TRAVAIL SUR LA SANTÉ PSYCHIQUE SONT LOURDES.

Une perte de sens variable

Pour Thomas Coutrot et Coralie Perez, le travail doit remplir trois critères fondamentaux pour avoir du sens : être utile socialement, respecter l'éthique et permettre au travailleur de développer ses compétences.

La perte de sens au travail traverse toutes les strates de la société mais elle s'exprime différemment selon les métiers et les secteurs, précise Thomas Coutrot dans un entretien accordé à un média spécialisé (4). Dans les services publics et le non marchand, le conflit éthique concerne les conditions de travail : comment accomplir correctement sa mission malgré les réductions d'effectifs, le manque de moyens, la numérisation des services, etc. Dans les industries pétrolière, chimique et automobile, les conséquences du dérèglement climatique déclenchent des remous écologiques parfois très douloureux. Dans la logistique et la grande distribution, la perte de sens réside davantage dans l'aspect répétitif du travail.

À ce sombre tableau, Matthieu Giroux ajoute la défiance à l'égard de grandes entreprises dont l'engagement à rendre leurs activités plus humaines et éthiques a montré ses limites. Sans même parler de celles éclaboussées par des scandales divers, jusqu'y compris dans le secteur des maisons de repos.

Nourrir le sens au travail

"Les professions ayant les plus hauts scores du sens au travail sont les assistantes maternelles et, plus généralement, les professions du 'care' (aides à domicile, infirmières, médecins…). Ce n'est pas le travail en tant que tel qui est remis en question mais le 'travail insensé'", rassurent les deux économistes. Leur recommandation ? Partager le pouvoir de décisions avec les salariés, notamment celles très concrètes sur l'organisation du travail. *"Générer du sens dans les organisations de travail, c'est apporter des références collectives dont les salariés pourront s'emparer afin de construire eux-mêmes leur sens individuel*, ajoute Elodie Chevallier, spécialiste du sens au travail à l'Université de Sherbrooke au Canada (5). *Il s'agit par exemple d'exposer clairement les finalités et les valeurs de l'entreprise dans lesquelles les salariés pourraient se reconnaître."*

Relancer le collectif et faire participer les travailleurs aux décisions représentent une exigence d'autant plus grande que les conséquences de la perte de sens au travail sur la santé psychique sont lourdes. *"Si vous faites partie des 20 % de salariés dont le sens au travail a le plus régressé ces dernières années, la probabilité que vous fassiez une dépression est multipliée par deux*, assure Thomas Coutroux. *Être en bonne santé signifie être acteur de sa vie et en mesure d'avoir le contrôle sur ce qui nous arrive. Il devient alors évident que lorsque nous ne maîtrisons pas ce que nous vivons dans notre travail, alors notre santé en pâtit"*.

// JOËLLE DELVAUX

Redonner du sens au travail. Une aspiration révolutionnaire", Th. Coutrot et C. Perez, Ed Seuil, 2022
(2) À lire à ce propos : "Les DRH entre grande fatigue et devoir d'optimisme pour inventer de nouvelles normes", A. Rodier, 20 sept 2022, lemonde.fr.
(3) "Surmonter la crise", M. Giroux, 26 sept. 2022, Marianne.net
(4) "Redonner du sens au travail : et si le partage du pouvoir était la clé ? À lire sur lecomptoir.malakoffhumanis.com
(5) "Donner un sens à son travail, oui, mais lequel ?", E. Chevallier, 26 nov. 2019, theconversation.com

en bref

>> Des indemnités revalorisées

Dans le cadre de l'adaptation au bien-être des prestations sociales les plus basses, une revalorisation est appliquée au 1er juillet. Dans la branche des indemnités sont revalorisées :

- Les indemnités des travailleurs en incapacité de travail (IT) depuis 5 ans (IT débutée en 2017) (+2 %).
- Les indemnités des travailleurs invalides dont l'IT a débuté avant 2008 (+2 %).
  Ces 2 mesures ne concernent pas les minima et l'assurance maternité. Elles sont valables aussi pour les rentes d'accident du travail et de maladie professionnelle.
- Les indemnités minimales (à partir des 3e, 4e et 7e mois d'incapacité).
- L'aide de tierce personne (+0,5 %)
- Les forfaits des indépendants en IT ou en invalidité (+2,5 % avec charge de famille et +2 % sans charge de famille).
- Les forfaits des indépendants en assurance maternité (repos de maternité, congé d'adoption et congé parental d'accueil) (+1 %).

>> Plus d'infos et montants sur mc.be/incapacite

>> Chimiothérapies à domicile

À partir du 1er juillet, les patients pourront recevoir en partie à domicile une chimiothérapie ou un traitement antibiotique de longue durée par intraveineuse (après les 2 premières administrations). Cette initiative apporte un confort supplémentaire aux patients en leur permettant de poursuivre leur traitement dans leur cadre de vie. L'équipe soignante de l'hôpital joue un rôle de coordination avec l'infirmière à domicile. Le pharmacien de l'hôpital délivrera les médicaments.

>> Reprise du travail

Pour encourager l'embauche des travailleurs malades de longue durée, le gouvernement fédéral a décidé d'octroyer à l'employeur une prime de 1.000 euros lorsqu'un travailleur en incapacité de travail de plus d'un an reprend une activité à temps partiel autorisée par le médecin-conseil pendant au moins 3 mois d'ici octobre 2025. L'employeur reçoit cette prime de la mutualité du travailleur après avoir introduit une demande sur un portail du Collègue intermutualiste nationale (CIN). Les premières primes seront versées fin août.

>> Plus sportives

Les inégalités de genre dans le sport demeurent marquées : en moyenne la pratique sportive des femmes est moins intensive et fréquente que celle des hommes. Sous l'impulsion de la Ministre wallonne des sports, l'Adeps mène une campagne intitulée "Plus sportives". Afin d'identifier l'impact des transitions dans la vie d'une femme sur sa pratique sportive, il lance une enquête en ligne pour toutes, en fonction des étapes de la vie (de la puberté à la retraite).

>> Pour participer à l'enquête : plus-sportives.cfwb.be

À l'hôpital, les factures repartent à la hausse

Les patients paient toujours plus chers les soins, qu'ils soient hospitalisés ou effectuent des examens de radiologie. C'est le constat que fait l'Agence Intermutualiste (AIM) sur la base de plusieurs études. La plupart du temps, les patients ne savent pas à l'avance quels montants sont à leur charge.

© Adobestock

En 2021, le patient hospitalisé (avec une nuitée ou plus) a déboursé en moyenne 304 euros en chambre double ou commune. En chambre individuelle, il a payé 8 fois plus (2.348 euros en moyenne). Par rapport à 2019, l'augmentation est de 5 % (en chambre commune) et de 7 % (en chambre individuelle). La facture a aussi fortement grimpé en hospitalisation de jour (sans nuitée) sauf en oncologie.

En chambre double ou commune, le coût à charge du patient peut atteindre des montants élevés notamment en raison du coût des implants et des montants non remboursables, observe l'AIM. En chambre individuelle, ce sont surtout les suppléments d'honoraires des médecins qui font grimper la note. *"Certes, chaque hôpital fixe le pourcentage maximum de suppléments d'honoraires (entre 100 % et 300 %) qui peut être facturé en chambre individuelle mais cela ne permet pas au patient d'évaluer les conséquences financières du choix de la chambre ni de savoir clairement à quoi il peut s'attendre"*.

La MC milite pour plus de transparence envers les patients, pour le respect des conventions par le corps médical ...

L'analyse des frais facturés aux patients pour des examens d'imagerie médicale réalisés en ambulatoire (sans hospitalisation) est aussi interpellante : plus d'un CT Scan sur cinq et près d'une IRM sur deux donnent lieu à des suppléments d'honoraires. *"Plus d'un hôpital sur quatre ne compte aucun radiologue totalement conventionné*, s'inquiète l'AIM. *La majorité de ces hôpitaux sont situés à Bruxelles et en Flandre. Ils n'offrent aucune sécurité tarifaire au patient"*.

La radiothérapie n'échappe pas non plus aux suppléments d'honoraires élevés (parfois plus de 1.000 euros en 2021) dans un nombre limité d'hôpitaux, essentiellement bruxellois. *"Ce traitement constitue l'un des piliers de la lutte contre le cancer. Il doit être accessible à toutes et tous"*, plaide l'AIM.

L'augmentation des frais à charge des patients à l'hôpital inquiète fortement la MC depuis des années. L'accroissement du déconventionnement dans certaines spécialités médicales met en péril l'accès aux soins, en particulier pour les personnes en situation précaire. La MC milite pour plus de transparence envers les patients, pour le respect des conventions par le corps médical et pour la suppression progressive des suppléments d'honoraires en cas d'hospitalisation. // JD

>> "Les frais hospitaliers pour le patient augmentent à nouveau", AIM, 15 juin 2023, A lire sur aim-ima.be

Des oiseaux rares en Belgique

La canicule a amené de grands rapaces à visiter nos cieux : un phénomène extraordinaire, mais pas inexpliqué.

© Adobestock

L'organisation environnementale flamande Natuurpunt a signalé récemment la présence sur le territoire belge d'espèces d'oiseaux inhabituelles sous nos latitudes. Des vautours fauves en Flandre, des aigles et même, au sud de Bruxelles, un gypaète barbu ! En cause, les températures élevées de ce début de mois de juin qui entraînent ces rapaces, portés par les courants d'air chaud, loin au nord de leur habitat d'origine, les Pyrénées ou les Alpes du sud.

Si ces oiseaux sont rares en Belgique, il y ont toutefois déjà été observés. Ce sont souvent des jeunes qui s'écartent de leur territoire en quête de nourriture. Ainsi, ces dernières années, des vautours ont été aperçus, notamment du côté de Stavelot, vers la fin mai et début juin en période de fauche des prairies, un moment qui leur est propice pour trouver les charognes de jeunes faons ou de rongeurs dont ils se nourrissent. Mais ils sont seulement de passage. Vu leur poids et leur envergure, ils ne sont pas adaptés à un terrain sans montagnes ni falaises.

Quant au gypaète barbu observé dans la capitale, sa présence est plus étonnante car il n'était pas bagué. L'espèce, réintroduite dans les Alpes, a vu sa population augmenter ces dernières années et il peut arriver que l'un d'eux, désorienté, s'aventure dans le ciel belge. *"Leur protection explique leur plus grande présence*, commente Didier Vangeluwe, ornithologue. *Et comme leur période d'immaturité est longue, c'est-à-dire qu'il faut longtemps aux jeunes pour devenir adultes et s'installer quelque part, ils voyagent à travers toute l'Europe."* Mais les oiseaux issus de ces programmes de réinsertion sont tous bagués ou marqués. Le gypaète égaré à Forest était donc un spécimen sauvage.

Pour Vincent Legrand, photographe animalier, si ce grand vautour débarque aujourd'hui chez nous, c'est lié au changement climatique : *"On voit de plus en plus d'oiseaux du sud migrer vers le nord, on en a même repéré en Suède, c'est hallucinant. C'est comme les phoques qu'on retrouve sur nos plages ou les morses aux Pays-Bas."*

Les températures élevées de ce mois de juin sont vraisemblablement la cause de cette incursion. Les gypaètes barbus sont comme des voiliers ou des planeurs, explique Didier Vangeluwe : *"Ils ne peuvent voyager au long cours que s'il y a des vents chauds qui les portent sur de longues distances sans trop dépenser d'énergie."*

// AJL

Les fugues et disparitions en hausse

Dans son rapport annuel 2022, Child Focus s'alarme de l'augmentation du nombre de signalements pour fugue et de disparitions inquiétantes. La fondation pointe également la forte hausse du nombre de dossiers d'atteinte à l'intégrité sexuelle des jeunes en ligne.

Le constat est inquiétant : les dossiers de fugue traités par Child Focus sont en recrudescence. L'an dernier, 1.138 enfants ont fui leur domicile ou l'institution où ils résidaient et 188 à plusieurs reprises (+31 % par rapport à 2021). Dans 95 % des cas heureusement, l'enfant est retrouvé rapidement sain et sauf.

La fondation, qui œuvre depuis 25 ans en faveur des enfants disparus et sexuellement exploités, souligne que fuguer constitue un "signal ultime": *"Quelque chose ne va pas dans la vie de l'enfant, qui ne voit plus d'autre issue que de fuir la situation, sans savoir où aller"*.

En recrudescence. L'an dernier, 1.138 enfants ont fui leur domicile ou l'institution où ils résidaient et 188 à plusieurs reprises...

Les disparitions de mineurs étrangers non accompagnés ont aussi augmenté. Au total, 119 enfants et 136 disparitions ont été recensés (+39 % par rapport à 2021). *"La guerre en Ukraine, les violences en Afghanistan, en Syrie et en Érythrée, l'impact climatique ainsi que la crise de l'accueil des demandeurs d'asile ont marqué une page noire de l'histoire de l'asile en Belgique"*, déplore Child Focus dans son rapport.

© Adobestock

Autre élément alarmant pointé par la fondation : elle n'a encore jamais reçu autant d'appels concernant l'atteinte à l'intégrité sexuelle des mineurs qu'en 2022. Au total, 109 nouveaux dossiers de "sextorsion" ont été ouverts, dans lesquels les jeunes victimes sont incitées à envoyer des photos ou vidéos dénudées d'elles-mêmes puis, sous la pression de rendre ces images publiques, se font extorquer de l'argent ou des images supplémentaires. Avant la crise sanitaire et les périodes de confinement qui ont favorisé l'usage d'internet, ce type de violence représentait une cinquantaine de dossiers. Child Focus a également enregistré 151 nouveaux dossiers de "sexting" non consensuel, un terme qui renvoie à l'échange en ligne de messages, photos ou vidéos à caractère sexuel.

L'organisme a par ailleurs ouvert 36 dossiers de "grooming", un processus par lequel un adulte aborde intentionnellement des mineurs et les manipule à des fins sexuelles.

// JM

>> Le rapport annuel 2022 de Child Focus est consultable dans son intégralité sur childfocus.be (rubrique "Acutalité")

Parentalité

Éducation positive : une question de société

Depuis quelques mois, le débat entre les "pro" éducation positive et les "anti" n'a cessé d'enfler. Sujet explosif dans les dîners ! Ce qu'il faut en retenir ? Que l'éducation bienveillante est un trésor, mais qu'elle ne signifie pas l'absence de repères. Et aussi qu'il n'existe pas de recettes miracles pour l'atteindre ni de parents parfaits pour la prodiguer.

© Adobestcok

Tout a commencé en octobre 2022, lorsqu'un collectif de 350 spécialistes de l'enfance a publié une tribune dans *Le Figaro* pour alerter sur les dérives de la "parentalité exclusivement positive". La psychologue et psychanalyste française Caroline Goldman est ensuite intervenue à de multiples reprises dans de grands médias pour appuyer cette critique, alertant sur l'absence de limites entraînée par l'éducation positive. Celle-ci favoriserait la construction d'enfants *"asociaux, égoïstes, peu empathiques, tout entièrement dévoués à l'écoute d'eux-mêmes"*(1), voire entraînerait des diagnostics de TDAH (trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) ou de HPI (haut potentiel intellectuel) non justifiés.

Absence de limites ou de repères ?

Les penseurs de l'éducation positive sont à l'origine issus du monde anglo-saxon et du courant dit de "psychologie humaniste", autour de personnalités comme Carl Rogers, théoricien de l'écoute active dans les années 1950, ou de Marshall B. Rosenberg, à l'origine de la communication non violente. Elle prône des principes relativement fédérateurs : le respect de l'enfant, le dialogue, l'absence de règles arbitraires au profit de limites justifiées. Dans ce cadre, le parent se donne pour objectif de ne pas abuser de sa position d'autorité, de favoriser le développement global de son enfant et de l'estime de soi, de lui apprendre à faire seul, de tenir compte de ses besoins émotionnels. Selon Caroline Goldman, le problème ne serait donc pas là, mais dans la tournure prise par ce courant de pensée dans le monde francophone : elle s'oppose en particulier à Catherine Gueguen et Isabelle Filliozat, deux figures connues pour avoir diffusé les principes de la parentalité positive en France depuis les années 2000 et accusées de participer à créer une génération d'enfants "mal limités" et de parents en burn-out…

"Je pense qu'il est en effet dommage de créer des échanges limitants, réagit Marine Manard, neuropsychologue et fondatrice du webzine belge "Parentalité sans tabou" (2). *En revanche, les enfants ont besoin de repères et de sécurité. Ces repères et cette sécurité vont rendre les enfants collaborants, car n'importe quel individu qui comprend les règles et les conscientise aura plus de facilités à les respecter. Aujourd'hui, nous sommes dans des sociétés où les conducteurs vont freiner dangereusement à l'approche d'un radar pour ne pas être punis parce qu'apparemment, ils n'ont pas compris pourquoi il y avait un intérêt – celui de ne pas se tuer et de ne pas tuer les gens – à rouler à 120 plutôt qu'à 140…"* Pour Isabelle Roskam, professeure en psychologie du développement à l'UCLouvain, il convient surtout de s'adapter à l'enfant qu'on a face à soi. *"Certains enfants s'autorégulent plus facilement que d'autres, vont moins chercher à dépasser les limites. D'autres sont comme des balles magiques : quand on les lâche, ça rebondit partout. Plus le cadre est lâche, plus ils rebondissent comme des petites balles folles. Ceux-là auront besoin d'un cadre plus serré. La bienveillance c'est aussi être sensible aux besoins de chacun"* (3), a-t-elle expliqué à la RTBF, estimant que l'éducation positive elle-même *"a ses limites, comme tout."*

Il est inutile de croire que l'éducation "fait tout".

Le piège du perfectionnisme

L'écueil des "pro" comme des "anti" serait de vouloir trouver des règles absolues et des recettes miracles dans un domaine qui relève de l'humain, par définition imprévisible et complexe. Mais aussi de croire que l'éducation "fait tout". Certes, il est aujourd'hui admis que les "violences éducationnelles ordinaires" sous forme de gifles, de douches froides et d'isolement à la cave ont des effets délétères sur les enfants. De nombreux adultes souffrent encore des maltraitances qu'ils ont subies enfant de la part de parents… qui reproduisaient souvent eux-mêmes le comportement de leurs propres parents. Vouloir sortir de ce cycle de la violence est justifié et nécessaire. Mais en revanche, il est probablement naïf de penser qu'une éducation bienveillante entraînera automatiquement une vie heureuse. Cela peut grandement y participer, c'est un fait, mais les dispositions personnelles de l'enfant, les inégalités structurelles qui l'affecteront plus ou moins, les hasards de la vie enfin rendent cette issue incertaine pour chacun. À garder à l'esprit pour ne pas sombrer dans le burn-out…

Le débat sur l'éducation positive pourrait n'être que l'écran de fumée autour d'une question anthropologique bien plus large…

"Le burn-out parental n'est pas lié à l'éducation positive, mais au perfectionnisme", appuie Marine Manard. Or ce constat selon lequel "le mieux est l'ennemi du bien" est partagé par les deux clans : Caroline Goldman explique ainsi recevoir dans son cabinet des parents qui étaient déjà "suffisamment bons" (4) – concept emprunté au pédiatre et psychanalyste britannique Donald Winnicott – et à qui les théories de l'éducation positive auraient fini par emmêler les pinceaux… *"Le perfectionnisme n'épargne par le parent autoritaire qui aura parfois plus de mal à admettre que les choses ne vont pas comme il veut"*, répond Marine Manard. *"En tant que parent qui essaie de pratiquer l'éducation positive, je peux admettre que mon enfant ne soit pas d'accord avec moi. Je considère qu'il n'a pas à me répondre au doigt et à l'œil ! Je suis donc peut-être moins exposée au burn-out parental"*, défend-elle.

Du temps et de l'amour

De même, l'agitation, les difficultés de concentration ou l'anxiété que l'on observe aujourd'hui chez de nombreux enfants ne sont peut-être ni à mettre sur le compte de l'éducation positive… ni sur celui d'une éducation plus autoritaire, mais sur la réalité d'un climat social anxiogène – entre Covid et crise climatique – et d'un quotidien extrêmement stressant. C'est en tout cas l'hypothèse que formulait Pierre Vesperini, philosophe et chargé de recherche CNRS, dans une tribune parue dans *Le Monde* : *"Les enfants, pour être heureux (car on semble avoir oublié que leurs troubles sont toujours les symptômes d'un mal-être), ont besoin de cinq ressources dont leurs parents manquent de plus en plus cruellement, en raison des conditions de vie qui leur sont faites dans un système économique et social toujours plus maltraitant. Ces cinq ressources sont le temps, l'espace, le sommeil, l'attention et l'amour. Des parents constamment stressés et épuisés font des enfants malheureux, donc de plus en plus susceptibles de troubles du comportement."* Le débat sur l'éducation positive pourrait ainsi n'être que l'écran de fumée autour d'une question anthropologique bien plus large. *"Voulons-nous faire un homme libre et qui chérisse la liberté, capable de comprendre – parce qu'on lui en aura laissé le temps – ce que sont le bien et le mal, la complexité de ses émotions et de ses désirs, donc capable de bonheur, ou voulons-nous faire un animal bien dressé, toujours fonctionnel et obéissant, prêt à s'adapter à tout ce qu'on voudra, y compris au pire, pourvu que le groupe ne l'exclue pas ?"*, demandait Pierre Vespirini. L'éducation demeure donc d'abord et avant tout une question politique. C'est pourquoi il est vain de chercher une réponse définitive, validée par la science, mais nécessaire d'apprendre jour après jour… et de se faire confiance.

// JULIE LUONG

Le *time-out* au cœur du débat

Dans son ouvrage "File dans ta chambre ! Offrez des limites éducatives à vos enfants" (InterEditions, 2020), Caroline Goldman préconise de faire sortir de la pièce le jeune enfant, dès 12 mois, lors d'une "transgression" – "parler trop", "faire trop de bruit", "râler pour rien" – après lui en avoir expliqué la raison, quitte à le laisser pleurer derrière la porte.
Ce "temps d'exclusion" pourrait être augmenté au fur et à mesure de la croissance avec la possibilité de laisser l'enfant de plus de 4 ans une demi-heure ou plus isolé dans sa chambre. Mais cette méthode du *"time-out"* est vivement contestée par de nombreux professionnels : elle créerait de l'anxiété et ne permettrait pas d'adapter ses comportements sur le long terme. *"Si j'ai un stagiaire et qu'il fait une bêtise, je ne vais pas lui dire d'aller dans le cagibi pour réfléchir à ce qu'il a fait ! Je vais lui apprendre les choses. Mon enfant, c'est pareil…"*, estime Marine Manard. Si elle juge inutile et délétère ce "temps d'exclusion", la neuropsychologue estime en revanche qu'il faut pouvoir s'isoler quand la tension monte.
"Il faut distinguer le 'time-out' de la mise en sécurité. Un parent qui se sent débordé doit bien sûr laisser son enfant dans un endroit sécurisé, lui dire qu'il revient et s'en aller un moment. C'est comme pour la problématique des bébés secoués… Mais ce n'est pas la même chose que d'envoyer un enfant dans sa chambre parce qu'il a envoyé sa purée par terre !"

(1) et (4) "Caroline Goldman, psychologue : J'ai vu arriver dans mon cabinet des parents sains et structurés, victimes de désinformation sur la parentalité positive", *Le Monde*, 20 février 2023
(2) psst-magazine.be
(3) "Gare à l'enfant roi : OK, mais on fait quoi ?", *RTBF*, 22 juin 2022

Troubles alimentaires

Quand manger sain n'est plus si sain

Faire attention à ce que l'on mange, c'est bien. Mais quand cela tourne à l'obsession, qu'on ne se permet plus le moindre écart et que l'on se retrouve à supprimer des familles entières d'aliments de son assiette, prudence…

© Adobestock

Souvent, cela commence par une simple restriction alimentaire. Suivie d'une autre, jusqu'à limiter drastiquement la liste des ingrédients autorisés. D'abord, on supprime la viande rouge ou les laitages par exemple, puis le gluten, le sucre…

Renee McGregor est diététicienne au Royaume-Uni, spécialisée dans l'alimentation des sportifs. Dans sa pratique, elle s'est aperçue qu'elle rencontrait de plus en plus souvent des personnes pour qui le souci de manger sain était devenu une manie. Leur comportement, a priori dicté par la volonté de se maintenir en bonne santé, se révélait en fin de compte nocif. Les multiples restrictions qu'ils s'imposaient finissaient par induire un déséquilibre dans leur organisme et menaient à des carences graves. Terme forgé par le Dr Steven Bratman en 1996, l'orthorexie, du grec "orthos" (correct) et "orexis" (appétit), désigne l'obsession de s'alimenter sainement. *"À la source de l'orthorexie se trouve l'obsession de s'améliorer soi-même, bien plus souvent que l'effort désespéré d'atteindre le poids parfait, comme dans les troubles de l'alimentation plus connus que sont l'anorexie et la boulimie"*, détaille Renee McGregor dans son livre (1).

"Il n'existe actuellement pas de critères de diagnostic pour l'orthorexie et elle n'est pas encore rentrée dans la catégorie des troubles alimentaires", explique le Dr Yves Simon, psychiatre. Des discussions sont en cours pour déterminer si l'on pourrait rapporter l'orthorexie à l'anorexie ou aux TOC (troubles obsessionnels compulsifs, NDLR). *"On observe chez les personnes présentant de l'orthorexie des symptômes que l'on observe aussi dans les TOC, comme des ruminations, des pensées intrusives ou des manières d'organiser les repas et préparer les aliments de façon très ritualisée, parfois avec la peur d'être contaminé par de mauvaises substances. Mais il y a aussi des similitudes avec l'anorexie mentale, notamment une forme de perfectionnisme : ce n'est pas la silhouette parfaite, mais le régime parfait qui est recherché ici. C'est ce qu'on appelle la rigidité cognitive, c'est-à-dire une tendance à maintenir ses positions et à avoir des difficultés à changer de point de vue, même face à des arguments rationnels."*

Des bonnes habitudes… à l'obsession malsaine

Les personnes présentant de l'orthorexie se soucient avant tout de l'impact des aliments sur leur santé, plus que de leur poids ou de leur image corporelle. *"Elles nourrissent des croyances irréalistes à ce sujet et leur comportement est souvent un peu ostentatoire*, explique le Dr Yves Simon. *Elles ne cachent pas leur comportement, à la différence de la plupart des personnes atteintes de troubles anorexiques ou boulimiques. Au contraire, elles le valorisent et peuvent même avoir un côté un peu militant ou prosélyte. Elles vont reprendre à leur compte ce qu'elles ont pu entendre dans des émissions ou lire dans des magazines et sur les réseaux sociaux. Avec malheureusement des conséquences sur leur état nutritionnel qui peut être problématique."*

> **"Il y a des similitudes avec l'anorexie mentale, notamment une forme de perfectionnisme."**
> **Dr Simon**

Sur le fond, elles n'ont pas tort d'éviter certaines nourritures malsaines. Le problème, c'est quand cela tourne à l'obsession ou à la phobie et que les restrictions se multiplient. *"Ces personnes ont un discours qui peut paraître tout à fait adéquat sur les additifs alimentaires, sur les aliments préparés. On fait bien de se méfier du sucrose et des sirops de glucose et de fructose,* rappelle par exemple le Dr Simon, *car ce sont des suppléments alimentaires problématiques, essentiellement parce qu'ils conduisent à une dépendance au sucre, contrairement au sucre de canne ou de betterave."* Mais supprimer de son alimentation toute forme de sucre, sans distinction, est délétère pour l'organisme, qui en a besoin, essentiellement sous la forme de féculents.

L'orthorexie entraîne des problèmes à différents niveaux. *"L'état de dénutrition relatif que peuvent présenter ces personnes conduit souvent à des altérations, notamment de la mémoire de travail,* illustre le psychiatre. *Il s'agit de la mémoire que nous utilisons lorsque nous avons un problème à résoudre, qui garantit la capacité à rechercher les informations nous permettant de réfléchir et de donner notre point de vue."* Une alimentation trop restrictive a également des impacts sur le plan psychologique : *"Cela change le mode de pensée en rendant la personnalité plus rigide, avec une focalisation sur les détails."* L'orthorexie peut enfin générer de l'isolement ou des tensions relationnelles, car ces personnes auront tendance à éviter les circonstances lors desquelles elles ne peuvent pas contrôler ce qui se trouve dans leur assiette : sorties au restaurant, repas entre amis, etc.

> **"L'état de dénutrition relatif que peuvent présenter ces personnes conduit souvent à des altérations."**
> **Dr Simon**

Un mal inconscient

Persuadées de bien faire, les personnes orthorexiques ne réalisent généralement pas que leur comportement est problématique. Les soucis de santé dus aux carences que leur régime entraîne les poussent parfois à le restreindre encore davantage, blâmant tel ou tel aliment. *"Elles peuvent avoir envie de consulter si elles souffrent des conséquences de leur orthorexie, que ce soit des conséquences physiologiques ou un impact sur le plan social"*, constate le Dr Simon.

Mais le plus souvent, c'est l'entourage de la personne qui va chercher de l'aide. Le psychiatre encourage alors les proches à consulter avec la personne : *"Simplement pour faire le point avec elle et s'intéresser aux impacts négatifs que cela peut avoir dans sa vie."*

> **"Il faut que la personne soit motivée, qu'elle ait envie de changer son comportement."**
> **Dr Simon**

Comment aborder le sujet ? *"La première chose, c'est de ne pas s'énerver ni se fâcher, de rester très calme et non critique,* conseille le psychiatre. *On peut dire que l'on ne partage pas le même point de vue et exprimer le sien. Il peut y avoir chez ces personnes qui présentent de l'orthorexie un caractère un peu 'militant', voire sectaire, avec des croyances problématiques quant à certains régimes alimentaires. Le mieux est de maintenir sa position et de ne pas s'engager dans des discussions à l'infini."*

Changer les croyances pour guérir

Pour aider la personne à sortir de l'engrenage de l'orthorexie, on aura recours à des techniques similaires à celles utilisées dans les cas d'anorexie mentale. Le point primordial est d'obtenir que la personne parvienne à élargir son répertoire alimentaire, notamment pour éviter les carences. *"Mais cela prend du temps, comme pour soigner un TOC,* avertit le Dr Simon. *Cela demande un travail cognitif et comportemental. Il faut que la personne soit motivée, qu'elle ait envie de changer son comportement."*

"Nous les aidons à se montrer critiques par rapport à leurs croyances, poursuit le psychiatre. *Les sujets confrontés à l'anorexie mentale sont exigeants avec eux-mêmes. La différence dans le cas de l'orthorexie, c'est qu'il ne s'agit pas d'une préoccupation corporelle, mais plutôt de croyances concernant le caractère malfaisant ou bienfaisant d'un type d'aliment."*

Dans l'orthorexie, il y a une tendance à vouloir imposer ses idées aux autres, ce qui peut créer des tensions avec l'entourage. *"Cela pose des difficultés dans les relations avec les collègues de travail ou au sein de la famille. Finalement, ces personnes s'orientent quelquefois vers d'autres présentant la même problématique, car elles ne se sentent plus à l'aise qu'avec ceux qui pensent comme elles au niveau de l'alimentation."* L'entourage garde pourtant un rôle à jouer dans la guérison. *"Souvent, la personne avec un comportement orthorexique est désignée comme étant le problème, mais elle peut avoir besoin du soutien de ses proches pour en sortir. Il est important qu'elle ait la capacité d'expliciter ce qui l'aide et ce qui ne l'aide pas pour surmonter la difficulté"*, souligne le Dr Simon.

// AURELIA JANE LEE

Adressez-vous à un spécialiste !

Pour traiter un trouble du comportement alimentaire, il est préférable de consulter un psychologue disposant d'une expertise dans ce domaine. Il pourra distinguer s'il s'agit d'orthorexie, d'anorexie, d'un problème de dépression ou d'autre chose. Les troubles du spectre de l'autisme, par exemple, peuvent aussi conduire à des évitements alimentaires, mais ne relèvent pas de l'orthorexie ni de l'anorexie. Il importe donc, avant tout traitement, d'établir un diagnostic différentiel pour éventuellement orienter vers des thérapies plus adéquates.

>> En savoir plus :
- **Pour les proches :** miata.be
- **Pour les professionnels :** cepia-poids-alimentation.be

(1) "Orthorexie. Quand manger sain devient obsessionnel", Renee McGregor, Dunod, 2018 (pour la traduction française)

Logement

Difficile d'avoir un toit, malgré la loi

© Adobestock

Vouloir ou devoir changer de logement ne garantit pas d'en trouver un. Surtout si vous bénéficiez d'allocations sociales, si vous êtes racisé ou porteur d'un handicap. Ces discriminations, plus présentes dans le secteur du logement, ne sont pas sans impact sur la santé mentale.

Six mois. C'est le temps qu'a mis Valéry Mugenga pour trouver un logement. Après avoir obtenu un CDI en tant que cuisinier pour le CPAS de Forest, à Bruxelles, le jeune homme de 29 ans souhaite déménager pour prendre un appartement plus spacieux. Après plusieurs semaines sans réponses, il demande à une collègue avec un nom "flamand" de postuler aux mêmes annonces. *"Elle a tout de suite eu des propositions de rendez-vous. Je me suis rendu avec elle à l'un d'eux. Arrivée sur place, elle a précisé que la candidature était pour moi. Quand la propriétaire m'a vu, elle a fait une drôle de tête."* S'ensuit des échanges de messages ouvertement discriminants que Valéry Mugenga décide de signaler auprès d'Unia, le centre interfédéral belge pour l'égalité des chances qui contacte à son tour la propriétaire. Cette dernière campe sur ses positions. *"Elle ne veut pas d'un étranger au CPAS chez elle"*. L'organisme acte les faits de discrimination, preuves écrites à l'appui et entame une poursuite en justice.

Selon Unia, le secteur du logement est celui qui connaît le plus de discriminations.

Selon Unia, le secteur du logement est celui qui connaît le plus de discriminations. Le type de revenus, l'origine et le handicap sont les critères les plus souvent relevés comme motifs de plaintes. Pourtant, il existe en Belgique une loi anti-discrimination depuis 2003 qui punit pénalement les discriminations fondées sur base de critères comme l'âge, la couleur de peau, la nationalité, le sexe, l'orientation sexuelle, la conviction religieuse ou philosophique, le handicap, la fortune, l'état de santé, la composition de démange, etc.

Des profils "vulnérables"

En 2022, 717 signalements de discriminations relatifs au logement dont 257 dossiers suivis ont été référencés par Unia. Le critère le plus sujet aux discriminations porte sur l'état de fortune (45 % des dossiers suivis), viennent ensuite les critères raciaux (36 %) et enfin, ceux touchant au handicap (15 %). C'est à Bruxelles, l'une des villes les plus densément peuplées, que les signalements sont les plus nombreux. (1) *"Ces chiffres pourraient certainement être bien plus élevés. Unia n'est pas connu par tout le monde. Certaines personnes discriminées ne savent même pas qu'elles peuvent porter plainte et qu'il existe une loi"*, déplore Anaïs Lefrère, chargée de signalements dans le secteur du logement chez Unia.

À Molenbeek, cette situation est bien connue des travailleurs de la maison de quartier Bonne Vie dont l'objectif est de défendre l'accès au logement des habitants du quartier de la commune bruxelloise. *"Les personnes que nous accompagnons sont toutes précarisées et c'est en majeure partie pour cette raison qu'elles sont discriminées par les propriétaires ou les agences"*, confirme Joaquim Da Fonsca, chargé de mission chez Bonne Vie.

Les discriminations ne sont pas sans effets sur la santé mentale. *"Outre le fait de ne pas trouver de logement, les personnes qui en sont victimes développent du stress, de la fatigue, un manque d'estime et une dévalorisation de soi, un sentiment d'être rejeté par la société, etc."*, confirme Michaël Josz du service de protection chez Unia.

Sélectionner oui, discriminer non

En 2022, 717 signalements de discriminations relatifs au logement dont 257 dossiers suivis ont été référencés par Unia.

En tant que propriétaire, il semble légitime de pouvoir choisir un locataire "fiable" qui agira en bon gestionnaire de famille, paiera le loyer à temps et respectera le bien loué. Si le propriétaire a le droit de s'en assurer, selon la loi il ne peut en aucun cas demander la nature des revenus de la personne. *"Des propriétaires ou des agences mmobilières précisent sur leurs annonces 'CPAS s'abstenir', 'CDI exigé'. C'est totalement illégal"*, martèle Anaïs Lefrère. Sélectionner ne veut pas dire discriminer. *"En vertu de la liberté contractuelle, le propriétaire est libre de fixer les conditions objectives de la location ou de la vente de son bien. Une personne peut dès lors être écartée pour des raisons légitimes, si le propriétaire ou l'agence respecte la loi."* (2)

Des prix inabordables

Plusieurs phénomènes expliquent les discriminations persistantes malgré la loi : le marché locatif immobilier connaît non seulement une flambée des prix des loyers mais il est également inadapté à la situation socio-économique actuelle de la population. Une étude publiée par le Rassemblement bruxellois pour le droit à l'habitat (RBDH) explique la crise du logement en ville : *"Depuis le début des années 2000, l'évolution des revenus stagne comparée à l'augmentation continue du coût du logement."* En 10 ans (2009 – 2019), le prix des logements a augmenté de 30 % à Bruxelles. Entre 2017 et 2021, notamment suite à la crise sanitaire, l'augmentation des prix était de 22 % ! *"Il s'agit donc d'une crise de l'accès au logement (crise du logement abordable) : la quantité de logements produits est suffisante mais est inaccessible pour la majorité des familles."* (3)

Il faudrait qu'il y ait plus de logements sociaux, quand on sait que le délai d'attente est de 10 à 20 ans.

Pour Joaquim Da Fonsca, l'offre des logements ne répond pas à la demande. Il faudrait qu'il y ait plus de logements sociaux, quand on sait que le délai d'attente est de 10 à 20 ans. *"L'État belge doit aussi intervenir davantage dans l'encadrement du marché immobilier, en plafonnant les prix des loyers par exemple, car se loger est un besoin, un droit fondamental qui doit être protégé et accessible."*

Le travailleur social rappelle dans la foulée que les discriminations peuvent concerner n'importe qui... *"Le travailleur non issu de l'immigration, non racisé, ou à l'aise financièrement n'est pas à l'abri de se retrouver lui-même en incapacité de travail, travailleur à temps partiel ou bénéficiant d'allocations sociales. La solidarité entre citoyens, au sein de la société civile est de mise dans le contexte économique dans lequel nous sommes !"*

Une approche préventive

Des formations auprès des agences immobilières sont organisées par Unia. *"Pour l'instant, elles sont dispensées sur base volontaire mais, dans le cadre du plan régional de lutte contre le racisme à Bruxelles, nous plaidons pour qu'elles deviennent obligatoires dans toutes les formations au métier d'agent immobilier"*, précise Anaïs Lefrère.

La Wallonie s'est également attelée à un plan régional d'action de lutte contre le racisme (2023 – 2026) qui comprend des mesures anti-discriminations dans l'accès au logement : *"instauration de contrôles mystères, une formation spécifique pour les agents immobiliers (...); la création de points de signalement locaux et diffusion d'une meilleure information sur la législation anti-discrimination pour améliorer l'accompagnement des victimes."* (4)

Aujourd'hui Valéry Mugenga a retrouvé un logement grâce à une connaissance. *"Je ne sais pas où je serais si on ne m'avait pas aidé. C'est aussi pour cela que j'ai envie d'aller au bout de ma plainte, même si c'est fatiguant et loin d'être gai de devoir être confronté à cette personne. C'est important de rappeler aux gens que des lois existent et ne pas les laisser dans l'impunité !"*

// SORAYA SOUSSI

Prouver qu'il y a délit de discrimination

Si vous êtes victime de discrimination (dans le logement ou autre), vous pouvez contacter Unia. Mais attention, il faut tout de même amener sur la table des éléments qui démontrent le fait.

Lorsqu'une personne contacte Unia pour dénoncer un fait de discrimination, elle doit pouvoir prouver ce dernier afin de garantir un suivi de son dossier. *"Nous recevons de nombreux signalements de discriminations pour lesquels nous ne pouvons rien faire. Nous ne sommes pas habilités à enquêter. Nous pouvons simplement contacter la partie adverse pour avoir sa version des faits. Mais sans preuve, ce sera la parole de l'un contre celle de l'autre"*, précise Anaïs Lefrère.

Avec ses partenaires associatifs, le centre pour l'égalité des chances a récemment mis en place un service d'orientation psychologique pour les victimes qui font appel à Unia, mais qui n'ont pas de preuve suffisante pour ouvrir un dossier.

Unia a également développé des outils et conseils en ligne pour prouver un fait de discrimination. Par exemple, par téléphone, l'institut conseille d'appeler avec son nom, de poser sa candidature et d'enregistrer l'appel. Le même jour, de demander à un proche ou un collègue avec un nom à consonance "belge" de faire de même et d'enregistrer également la conversation. Si la réponse est différente, il suffit de conserver la preuve et de faire appel à Unia.(1)

(1) "Comment prouver une discrimination raciale au logement ?", *unia.be*

(1) "Rapport annuel 2022 – Des services accessibles à tous - Logement", Unia, 2022
(2) "La discrimination au logement - De quoi s'agit-il ? Comment y réagir ?", Bruxelles logement, Service public régional de Bruxelles, mars 2019
(3) "La crise du logement à Bruxelles : la comprendre et en sortir", A-S.Dupont, RBDH, décembre 2022
(4) "Adoption du 1er plan wallon contre le racisme : 38 mesures concrètes", wallonie.be, mars 2023

PETITES ANNONCES

**Chers membres,
À partir du mois de septembre, En Marche change de formule.
Après ce numéro du 22 juin, les petites annonces et offres d'emploi ne seront plus publiées dans nos pages. Merci de votre compréhension.**

Divers

Av: 400 blocs en béton 20/40 laissé pour 100€, à enlever à 1357 Hélécine dans le Brabant wallon. 0485-61.19.94 de 17h30 à 19h. (DI57461)

Achète ttes. antiquités, tableaux, mobilier, tapis, horlogerie, faïence, porcelaine, livres, Val St Lambert, fourrure, bd, argenterie, bronze, objets de vitrine, cartes post., photos vin. 0478-54.81.79 Pircard Vincent. (DI57239)

Achète ttes marques de sacs à main, Delvaux, Hermès, Chanel, Vuitton, Dior, Cartier, Guess, Longchamps, Gucci... plus ts. vêtements de marque, me déplace ds. tte. la Belgique. 02-520.29.39. (DI57240)

Achète montres ttes marques, Oméga, Longine, Rolex, Patel, Breitling, Tag Heur, Chanel, Tissot, Rodania, Hermès, Jaeger, LeCoultre, Gousset, tous chronomètres. 0478-54.81.79. (DI57241)

Achète pour exportation, art asiatique porcelaine, faïence, jade, bronze, argenterie..., bouddhas, vases, assiettes, plats, estampes, netsukes, meubles, paravents, tous objets anc. ayant rapport avec l'Asie. 02-520.29.39. (DI57243)

Achète machine à coudre, meuble de couture, dés à coudre, vêtements de haute couture, couvre-lit crochet, draps brodés et dentelles. 0460-96.10.83. (DI57265)

Achète vin français rouge et blanc, champagne, alcool, seau à champagne, verres à vin, carafe, porte bouteille, tir bouchon etc... 0478-54.81.79. (DI57266)

Achète Val Saint Lambert, vases, verres, carafes etc... et Limoges, services, petits objets etc... 0485-54.35.85. (DI57267)

Recherche instruments de musique, piano à queue, droit, violon, violoncelle, saxophone, trompette etc... 0478-54.81.79. (DI57269)

Achat tous anciens objets religieux, tableaux, images, missels, chapelets, icônes, etc ... 02-380.91.20 – 0485-54.35.85. (DI57408)

Achat bijoux: ambre, corail, perles, camée, marcassite, or, argent, plaqué or, anciens fantaisie ... , montres à gousset et bracelets ttes. marques. 02-380.91.20 – 0485-54.35.85. (DI57409)

Achat anciens appareils photos, anciennes photos, cartes postales, livres. 02-380.91.20 – 0485-54.35.85. (DI57410)

Achat tous objets en étain, métal argenté, argent. 02-380.91.20 – 0485-54.35.85. (DI57411)

Collectionneur achète timbres anciens, neufs ou oblitérés, URSS/pays Nordiques/pays Baltes – rcc@optinet.be – 010-68.03.00 – 0475-53.15.83. (DI57444)

Emploi/service

Réparation de machines à coudre et surjeteuses, Bernina, Pfaff, Elna, Singer, etc. me rend à domicile. 0471-08.58.33 après 19h - 071-66.78.65. (EM57106)

Pour seniors: activités psychomotrices et artistiques personnalisées, au domicile ou en résidence, par psychomotricienne relationnelle. 0495-35.00.40 – www.alixfeedesseniors.be (EM57392)

Immobilier

Cherche une maison ou appartement à acheter en rente viagère. 0478-54.81.79. (IM57242)

Cherche petit terrain ou fond de jardin pour création verger. 0495-89.20.04. (IM57412)

Location

Salles à louer dans un écrin de nature à Woluwé-St-Pierre, réunions, conférences, mise au vert, évènements privés etc... bergerie@fbp.be – 0474-32.43.64. (LO57413)

Dame seule, cherche appart. 1ch., 1 living, cuis. éq. séparée du living, sdb, balcon, asc., endr. calme, rég.: Jambes-Salzinnes-Bouge-Belgrade-Flawinne, loyer: 650€ chges. comp. 081-46.16.12. (LO57451)

Matériel

Av.: fauteuil relax électrique, coul. taupe, 1 moteur, marque Janssoone, basculement, repose jambes et dossier, fonction releveur pour s'asseoir et se lever, 300€. 0486-63.92.54. (MA57453)

Av.: 1 lit médical électrique complet, état impeccable, relax manuel en cuir noir (petit défaut). 0498-74.51.60. (MA57459)

Mobilier

Av.: 1 fauteuil relax électr., cuir brun, état neuf, pour 300€. 0476-60.98.36. (MO57420)

Villégiature (Belgique)

Coxyde, vue imprenable sur mer à 30m, 2 appts. spacieux, tt. conf., wifi, poss. communiquer, 3ch (6/8p) et 2ch (5/9p), gde. terr. sud, jard. cl., pkg. priv. 0475-42.98.22 – www.ladunette.be (VB57092)

Chalet de vacances à louer à Barvaux/Ourthe (Durbuy). 087-88.10.16 – 0497-18.33.41- andre.maurage@skynet.be (VB57332)

Westende Bad, lux. appart. 2ch., 4-5p., situé prox. centre et mer, endroit calme, 2e ét., asc., belle vue, gd. conf., wifi, we., sem. ou quinz. 0479-53.55.67. (VB57344)

Knokke-Heist, appart. 40m², 4p., rez avec piscine. www.vacancecote.be – 0475-85.47.69. (VB57399)

Westende, très beau studio moderne, coin digue, vue mer, 2e ét., asc., 4p., 1ch. séparée, tvc., tt. conf., àpd septembre et svts. 0478-72.07.05. (VB57423)

Bray-Dunes, camp. Perroquet, bung. 36m2, 2ch., 5p., super équip., gde. terr., jard. clôturé, calme, proche plaine de jeux et mer, idéal pour famille, de 50/65/80€/j. 0477-97.73.54 – j.radoux@gmail.com (dossier). (VB57447)

Bungalow-chalet de vacances à Rendeux sur un parc arboré et équipé pour les enfants, conf. (prox. La Roche-en-Ardennes, Hotton, Durbuy). 2ch., 4p. max., pas d'animaux. Envoi photo/mail: cottage142@yahoo.com - 0479-80.14.11. (VB57449)

St-Idesbald, 1 appart. 2ch., vue mer, 1e ét., asc., tt. conf., 1 appart. rénové 1ch., côté soleil, 2e ét., asc., 50m mer. www.lerimini.be – 064-22.78.40 – 0498-69.51.28. (VB57450)

La Panne, appart. 4p., très bien situé, au centre (ts. comm. à prox) et à 50m de la mer, 3e ét. d'un immeuble avec asc., terr. côté sud, àpd : 210€/sem. 0477-82.37.13 - ebarbieux@gmail.com (VB57452)

La Panne, face Esplanade, appart. 2ch., 5p., 2e ét., asc., balcon, bain, 2wc, grd. conf., pas d'animaux, gar. fermé, sem., quinz. et mois, du sam. au sam. 0475-63.09.70. (VB57454)

Rochehaut, appart. 4 à 8p. et studio ds. fermette, tt. conf., jard., vue Semois, we., sem. https://lafontinelle3.wixsite.com/rochehaut - 061-46.40.35. (VB57455)

Petit-Halleux, maison 12p., 6ch., 6 sdb., gde. terrasse Sud, jard., parkg., vue imprenable sur la vallée de La Roche, libre jusqu'au 30/06 et du 25-28/08. 0495-20.19.50. (VB57456)

Coxyde, appart. 5p., 2ch., sdb., wc, cuis., hall, living, 30m digue, côté soleil, tt. conf., tv., dvd, télénet. 0473-69.94.34 – 04-370.15.63. (VB57457)

Nieuport, studio meublé, digue, 5e ét., asc., vue mer, tv int., 1 divan convert. + 2 lits 1p. rabat., 100€/nuit, location/sem. pendant vac. scol. + 35€ nettoyage. 0476-39.39.61 – lucmarysemontulet@gmail.com (VB57460)

Côte d'Opale, Bray-Dunes, près La Panne, splend. appart. traversant sur digue, terr. pl. sud à l'arrière, sup cft, pkg sous-sol, photos et infos. 0498-66.75.62 ou michel.coipel@unamur.be (VB57462)

Villégiature (France)

Grau du Roi, bord Médit., Camargue, 200m plage, appart. 4p., 1ch., rez + jardin, piscine. www.appartgrau.be ou 0496-66.55.45. (VF57223)

Provence, prox. thermes Gréoux, maison impec, gd terrain + pisc.priv. 10x5, 8p, 3ch., 2sdb, 3wc, cuis. ext. avec bar, sàm, sal., bbq. face pisc., tt. pl.-pied, wifi, lacs à prox. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94 ap.18h. (VF57234)

Côte d'Azur, Menton, appt. plein sud, impeccable, à 1min. de la plage, vue imprenable, sans vis-à-vis, à prox. des commerces, 2-4p., 1ch., airco. 010-65.53.63 - 0476-49.00.94. (VF57235)

Cotignac (Provence verte), gîte 6 p dans prop. calme et boisée, vue village, 3 ch av douche et wc, clim, piscine priv. chauf., disponibilité et descriptif sur: lvpdirect.fr (5415217) - 0475/41.15.05. (VF57236)

Vosges, La Bresse, appart. 2 à 4p., liv., coin cuis., 1ch + coin mont. avec 2 lits sup., pkg. priv., tb. vue, loc. du samedi au samedi. 063-67.78.11 – https://chalethameaudeschaumes.blogspot.com (VF57268)

Calvisson-Gard, à 2 pas de la Provence, maisonnette, 5-6p., 2ch., sdb., ds. rés. gardée, 2 pisc., mini-golf, multisport, entre Nîmes et Montpellier, rég. superbe à découvrir. 0032-495.38.14.73 – blog : http://lemasdesvignes130861.skyrock.com (VF57336)

Provence, rég. Nîmes, villa tt. conf., 6p., pisc. priv., boulodrome, bar d'été, location de mai à septembre. 0470-95.27.89 – https://villacolombeyrolles.wixsite.com/villacolombeyrolles (VF57353)

Saint-Cyprien – Languedoc, villa plein Sud, impecc., à 200m de la plage, des commerces et restos, 2ch., 4 à 6p., airco, pkg., diapos. dispo., patio 40m2 + pisc. + tennis, loc. tte. l'année. 0478-45.51.91 – 02-305.71.43. (VF57372)

Roquebrune, Cap-Martin, studio 2p., jardin, pkg., à 70m mer, 2e qz juillet, 2e qz août, sept. 0478-25.86.19. (VF57430).

Hte. Provence, St. Maime, villa 4 faç., tt. conf., 3ch., jard. arb. clôt. 11a., pisc. priv., pkg., terr. belle vue Sud, 1.250€ à 1.600€ par quinz. stoffenlm@skynet.be - 010-43.94.68. (VF57436)

Désistement, Lacanau-Océan, mais. sup. cft., 5p., ds. résid. avec pisc., plage, forêt, lac, vélo, sports, photos et infos. 0498-66.75.62 ou michel.coipel@unamur.be (VF57463)

Villégiature (Autres pays)

"La Ligue des Familles" vous offre une solution de qualité. Trouvez vos futures familles locataire via notre site : www.liguedesfamilles.be (petites annonces). (VF57343)

Albir, Benidorm, appart. 2ch.+ 2sdb., gd.liv., terr. fermée, tv + chaîne, pisc., asc., gar. dominique-wagemans@gmail.com – +34-616.134.216. (VA57253)

Grèce du Sud, vacances ds. une oliveraie belge, face mer + montagne, grandiose, pisc., plage sable fin, gîte 3p.: 56€/j., 6p.: 79€/j., table d'hôtes, navette airport. www.vacancesgrece.com – 0475-73.90.50. (VA57349)

Espagne Sud, Torrox, appt. 4p., 5e ét., 1ch., cuis., terr. vue mer, liv., sdb., lessiv., accès plage par les jardins, commerces et restos proches, juin-sept. : 595€/quinz. 0479-41.54.43. (VA57438)

Crète du Sud, vacances dans villa belge, 2ch., 4p., sans voisin, calme, pisc. privée, jardin et oliveraie, vue mer, plages superbes à prox. www.bit.ly/vacancesencrete (VA57458)

en marche

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

ÉDITRICE RESPONSABLE : Elisabeth Degryse, chaussée de Haecht 579 BP 40, 1031 Bruxelles

Affilié à l'Union de la presse périodique UPP - Membre de l'Union des Editeurs de la Presse Périodique - Tirage moyen 375.000 exemplaires

BIMENSUEL - Parution 2 jeudis par mois.

IMPRIMERIE : Coldset Printing Partners, Beringen-Paal.
ROUTAGE : Atelier Cambier, Zoning industriel, Première Rue 14 - 6040 Jumet.

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

FSC www.fsc.org MIXTE Issu de sources responsables FSC® C022211

Offres d'emploi

LA LIGUE BELGE DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES RECHERCHE (H/F) :

> un candidat pour la coordination d'une équipe de case managers

dans le cadre de la mise en place du projet-pilote «Ligue de la Sclérose en Plaques – INAMI» - CDI - temps plein

Profil : titulaire d'un bachelier ou d'un master à orientation sociale ou paramédicale.

Envoyez votre candidature avec une lettre de motivation et CV par mail à : ssoyer@liguesep.be

L'ASBL « FOYERS POUR JEUNES ET ADULTES » INSTITUT DE SCHALTIN RECHERCHE (H/F/X):

> un responsable administratif, financier et RH

CDI – temps plein (38h/sem.)

Profil: être porteur d'un baccalauréat avec l'expérience probante d'une fonction en middle management ou d'un master en Sciences Économiques Appliquées ou Ingénieur de gestion.

Plus de détails sur www.institutdeschaltin.be
Envoyer votre candidature avec une lettre de motivation et CV pour le 6 août au plus tard à : j.adens@institutdeschaltin.be

L'ASBL KALÉO HÉBERGEMENTS, SÉJOURS, ACTIVITÉS RECHERCHE (H/F) :

> un chargé de projets séjours vacances

CDI – temps plein – passeport APE – permis B - travail principal est Namur/télétravail/déplacement dans les gîtes du réseau et au siège à Bruxelles - horaires flexibles (soirées et week-ends)

Plus de détails sur www.kaleo-asbl.be.
Envoyez votre candidature avec une lettre de motivation et CV pour le 30 juin au plus tard à Caroline Lomba, Responsable pédagogique, uniquement via mail job@kaleo-asbl.be (-merci de nommer vos fichiers PDF selon la formule suivante Nom_Prénom_CV et Nom_Prénom_Lettre et d'indiquer « Candidature chargé séjours vacances » en objet de votre mail.

MMI ASBL RECHERCHE (H/F) :

> un infirmier – chef de service

CDI – temps plein – poste libre - pour le Home Saint-Joseph à Montignies-sur-Sambre.

Plus de détails sur www.asbl-mmi.be/fr/emplois

Offres de service

L'ASBL ABRACADABUS RECHERCHE (H/F) :

> des séniors bénévoles

pour favoriser l'apprentissage du français ainsi que le goût de la lecture auprès d'enfants de classes maternelles – 1 fois/sem. les bénévoles se rendent dans une classe et prennent de petits groupes d'enfants, ce qui permet une relation privilégiée. Les bénévoles bénéficient de formations, de rencontres, d'activités et d'une bibliothèque.

Infos : info@abracadabus.be ou 02-513.75.35 mardi et jeudi de 9h à 14h.

L'ASBL «LE BABBELKOT» À BRUXELLES RECHERCHE (H/F) :

> des bénévoles

pour aider ceux et celles qui souffrent de solitude – l'asbl est situé à 2 pas de la Bourse et offre un cadre agréable, centré sur l'accueil et l'écoute - les bénévoles vous accueillent de 16 à 19h ou de 19 à 22h.

Infos et contacts: babbelkot.be@gmail.com

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

> des traducteurs bénévoles expérimentés

pour la collection Alternatives Sud (3 à 4 articles d'environ 35 000 signes à traduire par an) - anglais ou espagnol vers le français - excellente capacité de rédaction et souci de la finition.

Plus de détails www.cetri.be
Envoyer vos coordonnées à duterme@cetri.be et les détails suivront.

Musique

Le chansigne, pour savourer la musique avec les yeux

Contraction des mots "chant" et "signe", le "chansigne" permet de partager le sens, le rythme et la poésie d'un morceau de musique en langue des signes. Les festivals de l'été sont de plus en plus nombreux à accueillir sur scène des chansigneurs et chansigneuses.

Il y a vingt ans, des interprètes en langue des signes montaient pour la première fois sur la scène des Francofolies de Spa. Depuis, d'autres festivals, dont LaSemo, ont emboité le pas (voir encadré). Avec leurs mains, leurs corps et les expressions de leurs visages, les chansigneuses et chansigneurs ont à cœur de donner à la musique une dimension supplémentaire. De quoi contribuer à rendre ces rendez-vous culturels plus accessibles aux personnes sourdes et malentendantes, tout en ouvrant au public entendant les portes de leur univers.

"Une poésie du geste"

"Il y a une poésie du geste, raconte Christiane Broekman, de l'association Muzik'en Signes, qui interprète depuis dix-sept ans le rendez-vous musical spadois. *On va amplifier certains signes, les exécuter d'une certaine manière pour que le résultat soit fluide."* Cette interprète professionnelle, qui coordonne également l'interprétation en langue des signes du journal télévisé de la RTBF, insiste sur l'important travail de préparation que nécessite une telle performance. *"Cela se travaille très différemment d'un JT,* explique-t-elle. *Après avoir appris par cœur la chanson d'origine, il faut procéder à son analyse linguistique, la transposer en langue des signes et y mettre du rythme, de l'émotion... Cela devient chorégraphique."*

"C'est presque une danse", estime également Cindy Baraté, qui se produit chaque année sur les scènes de LaSemo et des Solidarités. Contrairement à l'équipe de Muzik'en Signes, elle n'est pas interprète professionnelle. Comédienne et musicienne de formation, elle est enseignante pour des enfants sourds et a trouvé dans le chansigne un moyen de concilier ses différents métiers. Sa démarche est donc un peu différente : *"Je me considère comme une chanteuse en langue des signes. Je n'ai aucune forme de neutralité. Quand je monte sur scène, c'est de l'art."* Une discipline artistique qui se prête à tous les styles de musique, puisque Cindy Baraté a déjà "chansigné" sur du rap, du slam, du métal, ou encore aux côtés d'un orchestre philharmonique, dans le cadre d'une performance sans paroles.

"La musique en 3 dimensions"

Pour Daniel Marenne, responsable des interprètes aux Francofolies de Spa, le chansigne a le don de faire vivre la musique "en 3D" et de créer du lien. Il se souvient non seulement d'avoir été témoin de belles interactions sur scène, mais aussi d'avoir été impressionné de voir des milliers de personnes applaudir en langue des signes, en agitant les mains. En plus de favoriser l'accès des personnes sourdes ou malentendantes à certains concerts, le chansigne a donc pour effet de sensibiliser le reste du public à l'importance et à la beauté de la langue des signes.

// VALENTINE DE MUYLDER

A découvrir sur YouTube

Les interprétations de la chanson "La grenade" de Clara Luciani par le groupe de chansigneuses françaises Les Mains Baladeuses, ou encore par la comédienne Clémence Colin, valent le détour. Cette dernière forme avec le chanteur Samuel Genin le groupe Albaricate, dont le morceau "Monsieur Firmin" est également un plaisir pour les yeux et les oreilles. Ces chansignes, et bien d'autres, sont à découvrir en vidéo sur YouTube. Qui sait, peut-être vous surprendrez-vous bientôt à fredonner certains refrains... avec les mains.

© Shon Jacobs

Quelques occasions d'en profiter en *live* cet été

L'**Unisound festival**, du 25 au 27 juin à Court-Saint-Etienne, est entièrement consacré aux personnes en situation de handicap. Pour se rendre accessibles aux personnes sourdes et malentendantes, il prévoit notamment l'interprétation des concerts en langue des signes par l'équipe de Muzik'en Signes, mais aussi une boucle à induction pour diffuser la musique dans les appareils auditifs, des ballons pour ressentir les vibrations, etc.
Infos : unisound.be

Le **festival LaSemo**, du 7 au 9 juillet à Enghien, proposera deux concerts chansignés par jour. Cindy Baraté s'y produira notamment aux côtés de Pierre De Maere, Tryo et Henri Dès. Le festival annonce également sur son site la présence de traducteurs bénévoles, des conférences en langue des signes, ainsi que des boucles à induction sur certaines scènes.
Infos : lasemo.be/fr/accessibilite

Aux **Francofolies de Spa**, du 20 au 23 juillet, les interprètes de Muzik'en Signes accompagneront entre autres les concerts de Mentissa, Loïc Nottet, ou encore "La fête à Cali", concert de clôture de Cali entouré d'amis.
Infos : m.francofolies.be

Les Solidarités, à Namur, prévoient également des concerts chansignés par Cindy Baraté le dimanche 27 juillet.
Infos : lessolidarites.be/infos-pratiques/accessibilite

Tourisme

Découvrir la frontière à vélo

Ancien chemin de fer reconverti, la Vennbahn relie le Luxembourg à l'Allemagne en traversant les Cantons de l'Est en Belgique. Cette piste cyclable de 125 km, accessible aux familles, fête cet été ses 10 ans.

Traversant les vallées de l'Eifel, les plateaux des Hautes Fagnes et les contreforts des Ardennes, la Vennbahn a tout d'une voie royale pour la Petite Reine. *"Grâce à son faible dénivelé et son parcours presque entièrement bitumé, la Vennbahn est très agréable pour les cyclistes. Pour les familles, c'est l'assurance de pouvoir circuler en toute sécurité et en toute sérénité"*, vante l'Office du tourisme des Cantons de l'Est sur son site. On a testé et, précisons-le, la Vennbahn n'est pas plate. Un minimum de condition physique sera requis pour se lancer dans l'aventure. Toutefois, grâce au tracé conçu pour les trains, les pentes ne dépassent jamais un dénivelé de 2 % dans cette région pourtant très vallonnée.

Difficile d'imaginer, quand on traverse ces parcs naturels, que des wagons de marchandises y ont encore circulé jusque dans les années 80. Aujourd'hui ce sont les vélos qui filent bon train sur la voie qui, pendant un siècle, a relié les bassins houillers allemands aux usines sidérurgiques du Luxembourg. En chemin, quelques gares désaffectées, viaducs et tunnels témoignent de ce passé industriel.

L'itinéraire

La Vennbahn représente aujourd'hui le plus grand sentier ferroviaire d'Europe ! En fonction de votre allure, comptez entre 3 et 6 jours pour réaliser le parcours, qui peut s'effectuer dans les deux directions. En partant d'Aix-la-Chapelle, la Vennbahn trace sa route jusqu'au très pittoresque village de Monjoie (48 km). Bretzels et ambiance médiévale garantis. Jusqu'à Waimes (27 km), la piste pénètre ensuite dans sa partie la plus sauvage. Ce sont ces hautes tourbières – "hohes venn" en allemand – qui ont donné son nom à la Vennbhan. Avec un peu d'imagination, la microaventure pourrait se transformer en traversée des grands espaces... Il n'est pas rare d'apercevoir une biche débouler sur la piste cyclable. Ce haut-lieu de la biodiversité protège aussi des espèces beaucoup plus rares, comme le tétras-lyre ou même le lynx. De par leur capacité de stocker le carbone, les tourbières revêtent une importance écologique pour la protection du climat. *"Tout comme les cyclistes"*, rajoute l'office du tourisme en clin d'œil.

De Waimes à Saint-Vith (17 km), le paysage s'adoucit. Après la traversée des forêts et bocages de la vallée de l'Our, on arrive aux ruines du château de Burg Reuland (14 km) où il reste 17 km pour rejoindre l'arrivée à Troisvierges au Luxembourg.

À l'occasion du dixième anniversaire de la Vennbahn, une grande fête sera organisée le 1er juillet à Leykaul. Plus d'infos : vennbahn.eu

// SANDRINE WARSZTACKI

© visitwallonia

En pratique :

Transport : La Vennbahn a l'avantage d'être facilement accessible en train dans les deux sens. Toutes les heures, des trains circulent entre Liège et Troisvierges (Luxembourg) et entre Eupen et Aix-la-Chapelle. Les vélos sont acceptés dans tous les trains (sauf Thalys et ICE), mais mieux vaut éviter les heures de pointe, car le nombre de places est limité (pas de réservation possible).
bikeontrain.belgiantrain.be

Le long du parcours des services de navettes dédiés au transport des vélos sont également proposés. vennbahn.eu/fr/info-service

Se loger : Le label "Bed and Bike" propose des hébergements situés à proximité de l'itinéraire et adaptés à l'accueil des cyclistes.
vennbahn.eu/fr/hebergements

En cas de pluie : Des abris ponctuent régulièrement l'itinéraire. Si le temps est incertain, gardez un œil sur les applis de météo comme celle de l'IRM et arrêtez-vous avant la douche.

Rouler avec des enfants : Si la question reste avant tout personnelle, on estime en général qu'un petit cyclotouriste de 6 ans peut parcourir une vingtaine de kilomètres par jour et une quarantaine à partir de 8 ans. Veillez à ce que les enfants s'hydratent régulièrement, prévoyez des friandises (le sucre est un bon carburant pour le sport d'endurance, pour une fois qu'il ne faut pas se priver) et ne négligez pas les petites attentions qui peuvent doper le moral : installer leur un compteur de vitesse, une sacoche pour emmener les doudous, customisez leurs t-shirts de sport, etc.

D'autres itinéraires en Wallonie :
Au total, le réseau Ravel propose 1.480 kilomètres de balades entièrement réservées aux piétons, cyclistes, cavaliers et personnes à mobilité réduite. Certaines rejoignent la Vennbahn.
ravel.wallonie.be

À l'instar de "knooppunten", qui rencontrent un grand succès en Flandre, les points nœuds permettent de composer des balades sur mesure via des applications comme Wallobike.

éditorial

Une nouvelle année sociale se termine...

Elisabeth Degryse // Vice-présidente de la MC

L'été pointe plus que le bout de son nez, avec une chaleur qui nous rappelle encore à quel point l'enjeu climatique est essentiel à notre survie. L'occasion de faire un retour sur les projets menés au cours des dix mois écoulés depuis septembre pour faire progresser les questions de santé.

Comme chaque année à cette période de l'année, une page se tourne. De nombreux dossiers politiques ont abouti et démarrent maintenant leur parcours législatif. Nous entamons aussi la dernière année sociale avant les élections. Nous le sentons tous, nous vivons déjà un tout petit peu en période électorale. Alors qu'il reste encore une année complète de travail avant d'élire nos représentants, les invectives des partis ne cessent de remplir les pages des journaux et d'occuper l'espace médiatique. Dans un monde qui a bien besoin de perspectives, de calme et de sérénité, c'est parfois inquiétant.

Changer de paradigme en matière de soins de santé

À la MC, nous avons investi beaucoup d'énergie au sein de l'Inami à promouvoir un changement de paradigme et de posture pour construire un système de soins de santé davantage orienté vers la prévention. Nous voulons vraiment arriver à faire en sorte que, dans les années à venir, les questions et les choix prioritaires pour les budgets des soins de santé ne se pensent plus au départ des revendications des secteurs et des arbitrages entre les spécialités , mais bien des réalités de vie et de soins des patients. C'est dans cette perspective et dans celle du budget 2024 que nous avons, mi-juin, eu l'occasion de rencontrer les prestataires de soins pour voir avec eux dans quelle mesure et comment nous pouvons renforcer la gestion paritaire (1). Dans une période de vaches maigres et partant possiblement sans marge de manœuvre financière, nous savons qu'il peut être plus difficile de créer des accords entre les organismes assureurs et les prestataires. Nous restons convaincus que la gestion paritaire est le modèle d'avenir et que c'est avec les prestataires que nous y arriverons. Cette soirée fut riche en informations et en enseignements pour chacun des deux bancs et nous nous retrouverons à la rentrée pour débattre ensemble des priorités pour le budget de 2024.

L'incapacité de travail : une priorité sociétale

Autre événement important durant cette année sociale : la mise en avant sur la place publique et au niveau politique des enjeux autours de l'incapacité de travail. Autre métier fondamental dans lequel la MC investit énormément, particulièrement depuis notre journée d'étude de 2022. Il est non seulement fondamental de traiter les constats – beaucoup de personnes sont en incapacité de travail : comment les accompagner au mieux ? – mais surtout de s'attaquer aux causes. Il faut renforcer le bien-être au travail, la santé mentale sur le lieu de travail et aménager les fins de carrière. Durant la précédente législature et cette législature-ci en partie, on a adapté régulièrement les crédits-temps en supprimant ou modifiant les régimes existants. Avec pour conséquence de voir toute une série de personnes en fin de carrière se retrouver vraiment en difficulté, que ce soit pour s'occuper d'un proche, pour gérer l'équilibre entre vie privée et professionnelle ou, tout simplement, pour survivre dans un métier invivable... Un enjeu qui ne s'arrête pas en cette fin d'année et que nous reprendrons à la rentrée.

Une vision : la santé au sens large

Enfin, comment ne pas évoquer, à un an des élections, l'enjeu des mémorandums ? Nous nous sommes investis de manière très participative au sein de la MC et du Groupe pour écrire et rédiger des mémorandums qui se complètent et se renforcent. Ils nous permettent d'avoir une position claire à partager à l'ensemble des partis politiques et ce pour chaque niveau de pouvoir.

Au départ de notre vision large de la santé, ces mémorandums détaillent nos constats et nos revendications thématiques.

Au sortir d'une législature compliquée avec, principalement, la crise du Covid qui a mis en exergue toute une série de constat que nous connaissions : enjeu de la prévention, modèle de financement obsolète, importance de la santé... Nous avons délibérément choisi quelques grandes thématiques qui nous semblent fondamentales.

Ainsi, tant le mémorandum MC que le mémorandum du Groupe abordent les enjeux très contemporains liés aux inégalités sociales de santé : à l'environnement ; la santé mentale ; le bien-être au travail ; la perte d'autonomie ; l'organisation de l'aide et de soins ; la démocratie du système de santé.

Une autre page se tourne

Enfin, un dernier mot pour vous dire qu'une autre page se tourne, puisque c'est avec un peu d'émotion que je rédige ce dernier édito du journal *En Marche* tel que vous le tenez dans vos mains aujourd'hui...

En effet, après une enquête auprès de nos membres et de nombreuses réflexions, *En Marche* vivra en septembre une nouvelle transformation (voir P.3 de ce journal). Vous aurez l'occasion de le découvrir à la rentrée, mais sachez d'ores et déjà que nous nous retrouverons dans un magazine mensuel au format revu. Le premier numéro de septembre sera absolument à découvrir avec beaucoup d'attention. Nous sommes fiers du travail que nous avons réalisé.

Au plaisir de vous revoir en septembre et d'ici-là, bon été !

(1) En Belgique, la sécurité sociale dans son ensemble est gérée de manière paritaire, c'est à dire qu'elle associe des représentants des salariés, des patrons, du gouvernement, des organismes mutualistes, des parastataux (Inami, Onem, office des pensions) etc.

Spa-Nivezé

>> Apprivoisez votre diabète de type 2 au quotidien

En solo ou en compagnie de votre conjoint(e). L'objectif ? Vous aider, par la pratique, à mieux connaitre et à gérer votre diabète au quotidien pour une meilleure qualité de vie.

Une équipe de professionnels de la santé est à vos côtés tout au long du séjour. Ces 5 jours sont ponctués d'une prise en charge individuelle, d'ateliers pratiques et ludiques en petits groupes, d'échanges d'expériences mais aussi de moments de détente et de convivialité tout en profitant de notre belle région. Les ateliers seront adaptés en fonction de vos connaissances, de vos questions et de vos souhaits.

Dates : du **dimanche 3 au vendredi 8 septembre**
Prix : à partir de 488,26 €* • **Lieu :** Domaine de Spa-Nivezé, route du Tonnelet 76 à 4900 Spa
Plus d'infos : 087 79 00 00 • info@niveze.be • niveze.be
*BIM avec intervention Solimut

Découvrez nos autres séjours :
Promos "Été 1, 2 et 3" : 549 € la semaine.
Du 4 au 11 août • du 11 au 18 août • du 25 août au 1 septembre
Promos "Rentrée 1 et 2" : 539 € la semaine.
Du 1er au 8 septembre • du 8 au 15 septembre

Ça se passe

// Retraite en silence

Du 12 au 19 juillet, le monastère d'Hurtebise propose une retraite animée par Paul Verbeeren, diacre et professeur à l'Institut diocésain de formation.
Lieu : monastère d'Hurtebise à 6870 Saint-Hubert
Infos et inscription : 061 61 11 27 • hurtebise.eu

// Marcher, prier et respirer

Du 11 au 16 août, 4 jours de randonnée à raison d'environ 15-17 kms/jour. Matinée en silence avec texte proposé à la méditation ; l'après-midi, place aux échanges. Logement dans le château (salésiens) et la maison "Notre-Dame-au bois" (salésiennes). Vous y apprécierez l'accueil joyeux et fraternel des sœurs et des frères salésiens. Animation : Paule Berghmans, scm et Béatrice Petit. Prix : 430 € (chambre individuelle), 410 € (chambre double)
Lieu : Centre Don Bosco, Farnières 4 à 6698 Grand-Halleux
Infos et réservations : 0486 49 61 92 • petitbeatrice@yahoo.fr

// Formations Natagora

Reconnue comme institution scientifique, Natagora propose des formations complètes en cours du soir. L'approche théorique et les sorties sur le terrain ont pour objectif de mieux faire connaître la nature afin de former les acteurs de sa protection. En septembre, Natagora ouvre de nouvelles classes : ornithologie à Bruxelles (lundi), Marche-en-Famenne (mardi) et Nivelles (jeudi) ; chiroptérologie à Namur (mardi) et en virtuel (mardi) ; botanique à Louvain-la-Neuve (lundi), Verviers (mardi) et Namur (mercredi) ; photo nature à Wavre (lundi) et Charleroi (jeudi).
Deux formations en ligne sont consacrées aussi à l'ornithologie et aux grands prédateurs.
Infos et inscription : 081 39 07 20 • natagora.be

// Anticiper en soins palliatifs, un coup d'avance ?

Les plates-formes de soins palliatifs wallonnes organisent le 8e colloque wallon des soins palliatifs les jeudi 5 et vendredi 6 octobre, de 8h30 à 16h30. Quelques sujets au programme : prédire la mort; l'anticipation, une évolution sociologique du rapport à la mort; structurer et valoriser l'anticipation; l'anticipation dans les soins : approche médicale et clinique du trajet de soins; outils juridiques d'anticipation de fin de vie,... Le public cible est majoritairement les infirmiers, médecins, aides-soignants, psychologues, kinés... issus d'équipes du domicile, de MRS ou des institutions hospitalières francophones. Prix : 70 €/1 jour • 130 €/2 jours
Lieu : Centre culturel Marcel Hicter, La Marlagne, chemin des Marronniers 26 à 5100 Wépion
Infos et réservation : colloque.soinspalliatifs.be

// Semaine des Aidants proches 2023

Active depuis près de 20 ans en Wallonie, l'asbl Aidants Proches a le plaisir de vous présenter, du lundi 2 au dimanche 8 octobre, la 10e édition de la Semaine des Aidants proches, co-organisée avec les asbl Aidants Proches Bruxelles et Jeunes & Aidants Proches. Elle met à l'honneur les aidants qui se dévouent corps et âme pour aider un proche — parent, ami ou collègue — en situation de dépendance. En 2022, 160 activités ont vu le jour en Wallonie et à Bruxelles, à l'initiative de 107 partenaires (associations, institutions, communes...). Via le site, les partenaires peuvent dès maintenant inscrire une activité. Le programme avec le détail de celles-ci sera disponible en ligne à destination du grand public à partir de la 2e quinzaine du mois d'août.
Vous trouverez tous les détails pratiques de l'évènement sur notre site : semaineaidants-proches.be

// Colloque Hygiène

Le CHU UCL Namur organise le jeudi 16 novembre, de 8h30 à 16h, un colloque à l'attention des équipes soignantes du domicile, des MRS et des hôpitaux. Le sujet : "Trajet du patient domicile, MRS et hôpital, quelle place pour la prévention du risque infectieux ?" Seront abordés entre autres : les précautions standards et règles d'hygiène à l'hôpital et à la maison, la place et l'utilisation des antiseptiques et désinfectants et l'hygiène en MRS.
Prix : 80 €
Lieu : CHU UCL Namur, site Godinne, Auditoires Herremans, avenue Dr G. Thérasse 1 à 5530 Yvoir
Infos et inscriptions : evenements.chuuclnamur.be

// Trinkhall Museum

Le Trinkhall Museum (anciennement Madmusée) conserve et expose plus de 3.000 œuvres réalisées par des artistes porteurs d'un handicap mental, de maladie mentale ou de fragilité psychique, en contexte d'atelier. S'inscrivant à l'avant-scène du paysage culturel liégeois, ce musée émane du Créahm qui, depuis 40 ans, défend l'expression artistique des personnes porteuses d'un handicap mental.
Prix d'entrée : 7 € • Réductions possibles • Museumpass chaque 1er dimanche du mois.
Lieu : Parc d'Avroy 1 à 4000 Liège
Infos : 04 222 32 95 • trinkhall.museum

// La formation au Bien Vieillir

Le Bien Vieillir est un pôle d'expertises en vieillissements qui développe entre-autre la formation continue à l'accompagnement psychosocial des personnes âgées, à domicile et en institutions. Comment accompagner au mieux les vieillesses aujourd'hui ? Les formations sont le fruit cumulé des observations des difficultés et des ressources de terrain, des pratiques, connaissances et expertises respectives et de l'état le plus actuel des recherches. Elles amènent les participants à prendre du recul et à se questionner sur le sens de leur travail. Elles dotent les participants d'outils individuels et collectifs qui leur permettent de mieux appréhender leur quotidien professionnel. Les formations proposées s'adressent aux professionnels des maisons de repos et aux professionnels de l'aide à domicile, ensemble ou séparé. Elles concernent des matières juridiques, psychologiques, sociales ou organisationnelles pour vous outiller dans l'accompagnement des ainés.
Infos : lebienvieillir.com • 081 65 87 00