

La Clef

Belgique - Belgique		
Bureau de dépôt Namur		
P.P.	7	760

N° agrément: P705108

La Clef
2^{ème} trimestre 2009
n° 103



Périodique trimestriel
Editeur responsable: M. Watelet
N°64 Parc Industriel Sud
rue des Linottes 6 - 5100 NANINNE
Bureau de dépôt: Namur 1

La Clef

FOCUS ON MULTIPLE SCLEROSIS

biogen idec



Transforming **scientific discoveries**
into advances in **human healthcare**

For more information about Multiple Sclerosis :

www.diagnosticSEP.be

Biogen Idec Belgium SA | Culliganlaan 26, 1831 Diegem | +32 (0)2 219 12 18

■ Editorial	5	■ Législation	
■ Dossier: De l'autre côté du miroir		Bon à savoir	23
Côté pile, côté face	6	■ Témoignages / courrier des lecteurs	
Un regard qui en dit long	6	La marche nordique	24
La pudeur dans l'expression des sentiments	8	Une journée comme les autres...	24
La pudeur au masculin	9	■ Du nouveau au groupe de Documentation	25
La difficulté du soignant: trouver la bonne distance	9	■ Petites annonces	29
Se faire laver...	10	■ Agenda	34
Désabillez-moi	11	■ Les adresses de la Ligue	35
Juste un peu de pudeur...	12		
Une visite peu banale chez le gynécologue	12		
Est-il impudique de parler de pudeur?	13		
Pudeur financière et médiation de dettes	14		
Pas toujours facile!	15		
Tout à deux	15		
Le volontaire et l'approche corporelle des malades	16		
Pour en savoir plus...	17		
■ Le saviez-vous?			
Connaissez-vous Wheelit.be?	18		
Connaissez-vous le BAP?	19		
Echos de l'Assemblée Générale	20		
Qui n'a pas envie d'avoir une superbe mine avec ou sans soleil?	22		

La phrase du trimestre

«Avoir espoir ne veut pas dire que les choses vont se produire bien mais que les choses auront un sens!»

Vaclav HAVEL

Rédactrice en chef: V. Debry

Cellule de créativité: I. Datchet, V. Debry, J. Degreeef, C. Ghislain, H. Goethals, K. Lontie, N. Parfait, M. Peters, J. Rombaut

Mise en page et maquette: S. Dall'Ava - Imprimerie Nuance 4 sa

Impression: Imprimerie Nuance 4 sa - 081/40 85 55

De l'autre côté du miroir... il y a de la générosité

Il y a ceux qui passent inaperçus.

Ceux qui, jour après jour, luttent, se battent sans rien dire.

Ceux qui s'engagent, agissent mais gardent au fond d'eux-mêmes **une forme de pudeur : celle de l'humilité et de la discrétion.**

Robert est l'un d'eux. Il a 71 ans et sa santé est fragile.

Depuis 45 ans, son épouse est atteinte de sclérose en plaques. Tous deux savent bien ce que veut dire « Vivre avec la sclérose en plaques ».

Et pourtant...



« Chaque semaine, j'emprunte la voiturette de mon épouse.

Je descends la rue et rejoins la pizzeria un peu plus loin.

Je reprends les vidanges et les rapporte à la maison.

*Je les trie, les remets dans des caisses et les ramène
à un commerçant que je connais bien.*

Je reçois alors 4, 6 ou 10 euros.

*Je rentre heureux à la maison et donne à mon épouse l'entièreté de la somme qu'elle garde précieusement
dans une « tirelire-chat » qui gonfle à vue d'œil.*

A la fin de l'année, nous donnons tout ce que j'ai récolté à la Ligue de la sclérose en plaques.

***Puisse cet argent récolté soutenir au mieux, ceux qui, comme nous, vivent quotidiennement la réalité
de cette maladie ».***

Robert DHYNE

Certains l'appelleront discrétion quand elle pare d'un voile léger nos existences.

D'autres y verront une certaine réserve, voire une retenue parce que les corps, les sens et l'âme ne peuvent être approchés non sans délicatesse et prudence.

Mais qui est-elle donc ?

Elle flirte avec la volupté, elle s'effarouche comme une jeune femme timide, elle a la décence des silences retenus, l'honneur est sa vertu première.

La voilà bien nommée cette **pudeur** qui surgit à chaque détour de la vie: pudeur des sentiments, pudeur des attitudes, pudeur physique.

Que devient-elle quand la maladie s'en mêle ?

Nous sommes tous concernés car un jour ou l'autre, il faudra bien lâcher prise quand nos corps fatigués seront confiés à d'autres.

La pudeur des regards et des gestes mènera alors vers une dimension encore plus vaste: **le respect de l'autre et de son intimité.**

Véronique DEBRY



Côté pile, côté face

J'aime ces moments d'intimité avec ma fille: quand elle vient s'installer près de moi, une tasse de café fumant dans ses mains, et qu'elle me dit «*tu ne sais pas la dernière?* ». Je sens immédiatement une onde de bonheur me parcourir.

Non, bien sûr, je ne sais pas la dernière mais cela ne saurait tarder. L'histoire est longue, les détails nombreux et la finale lointaine. Peu importe! Je savoure ces moments précieux de proximité, de complicité, ces instants cœur-à-cœur.

Mais lorsqu'il faut que je lui demande presque dans un murmure: «*Tu veux bien m'aider à aller à la toilette ou être là quand je prends mon bain?* ». Je sens ma pudeur bousculée et un mal-être s'installer: peu de mots, des regards furtifs, des gestes doux mais discrets.

Que pense-t-elle vraiment? Suis-je encore sa maman ou une personne à soigner?

Chacune de nous deux sait bien que cette intimité presque imposée fait mal, blesse parfois. **C'est le regard de l'autre sur la nudité de la maladie** qui est difficile à accepter, mais cependant incontournable. Même si ces situations sont occasionnelles, elles ne sont jamais anodines. L'intimité des corps, la pudeur des sentiments se mélangent sans cesse.

La sclérose en plaques me pousse dans mes retranchements, m'oblige sans cesse à revoir ce qui me paraît normal ou au contraire ce qui me semble inacceptable.

Anne

(Propos recueillis par Véronique DEBRY)



«Ce qu'est leur cristal aux fontaines, un verre à nos pastels, leur vapeur aux paysages, la pudeur l'est à la beauté.»

Joseph JOUBERT



Un regard qui en dit long

Lors d'une rencontre notre regard évoque bien des choses, et souvent en dit long sur ce que nous pensons de la personne. Le premier contact passe essentiellement par le regard.

Un patient a besoin de se sentir rassuré et mis en confiance. En tant que soignant, accompagnant professionnel ou volontaire, il est de notre ressort de lui donner un total respect, de lui permettre de rester sujet des soins qu'il reçoit. Le patient est quelqu'un qui a un passé, des valeurs, une éducation, une sensibilité qui lui sont propres et ne sont pas nécessairement les nôtres. Il est primordial qu'il ne soit pas relégué à la place d'objet de soins. Toute considération de la personne s'exprime au travers de notre regard. C'est pourquoi le patient, ce sujet à qui nous prodiguons des soins, ressent immédiatement s'il est un objet ou un sujet.

Le respect de la pudeur commence donc dès le regard. Respecter la pudeur impliquera de ne pas nous immiscer dans sa vie privée. Seules sont pertinentes les questions qui portent sur les habitudes de vie, les besoins et les souhaits. La personne malade a toujours le droit de refuser de nous répondre, de nous faire comprendre que nous allons trop loin dans nos questions ou dans nos actes posés. Les organisations collectives de travail, les soins non individualisés, la routine, la charge de travail sont autant de facteurs qui ne favorisent pas toujours la réflexion sur la prise en charge du sujet de soins, reléguant parfois celui-ci au rang d'objet de soins.

Le patient a besoin de se sentir exister dans le regard du soignant. Le malade existe-t-il aux yeux du soignant en tant que personne singulière? Est-il



un individu avant d'être un malade à soigner? C'est important pour la bonne continuité de la relation. Mais n'importe quel regard n'est pas bon à donner ni à prendre: un regard peut mettre à mal la dignité du patient.

Il y a des situations bien entendu très délicates tant pour la personne soignée que pour le soignant. La toilette, par exemple, peut être vécue comme un acte extrêmement violent. Etre déshabillé par un étranger et se trouver dénudé sur un lit est parfois ressenti comme une véritable agression.

Un autre point primordial: lors des toilettes, le sexe du soignant par rapport à celui du soigné joue un rôle important.

Les contraintes en personnel ne permettent pas toujours de répondre à de telles demandes mais le

maximum doit être fait et au moins, il faut pouvoir en parler. Les patients vivent parfois des situations qui les affectent au-delà de ce que l'on peut imaginer.

Si de telles scènes étaient filmées puis montrées aux soignants, ils seraient sans doute choqués. La plupart du temps, il ne manque pas grand-chose: un peu de recul face à la situation, un peu de réflexion dans l'équipe.

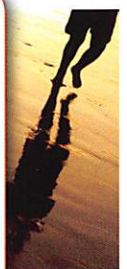
Alors quel type de comportement tenir en tant que soignant pour mettre à l'aise le malade, pour le rassurer, pour ne pas lui faire violence ?

Dans les bonnes pratiques de la prise en charge des malades, un élément de la pudeur est la **délicatesse**. Il ne faut pas que la charge de travail, le temps trop souvent compté fassent oublier ce devoir fondamental. C'est difficile car dans les domaines de la pudeur, il n'y a que des règles et pas de règles du tout: tout dépend du contexte social, de l'éducation et de l'évolution des mœurs.

Regarder le malade avec respect, lui donner le sentiment qu'il reste sujet des soins qu'il reçoit, éviter que des situations ou des soins ne fassent «violence» à sa pudeur, en un mot lui témoigner de la délicatesse, c'est tout ce que notre regard laisse deviner et qui en dit long sur la suite de notre comportement.

Jeoffroy ROMBAUT,
Référence: JALMALV n° 78, pp. 16 - 18,
septembre 2004

Qui n'a dans sa mémoire, cette image encore trop actuelle du soignant qui à 7h précises, se précipite sans frapper dans une chambre de maison de repos ou d'hôpital, ganté et «vêtu» d'une blouse, va vers le lit d'une patiente, lui arrache draps et couvertures et hurle: «allez, Mamie à la douche!»



La pudeur dans l'expression des sentiments

Le sujet est certes vaste et mérite sans aucun doute que l'on s'y attarde. Les sentiments sont quelque chose de naturel, de commun à tous les êtres humains. Lorsque nous entendons parler de joie, de peur, de tristesse, de colère, nous savons tous de quoi il s'agit pour les avoir vécus nous-mêmes. Les sentiments ne sont rien d'extraordinaire, ils sont omniprésents, à des degrés divers, dans notre vie de tous les jours. On serait donc porté à croire qu'il s'agit là d'une réalité très courante (on pourrait presque dire banale). Pourtant, exprimer ses sentiments n'est pas aussi simple. **Pourquoi donc cette pudeur qui nous retient ou nous empêche d'exprimer nos sentiments ?**

Pour commencer, définissons la pudeur: dans le dictionnaire, on parle de «*Disposition à éprouver de la gêne devant ce qui peut blesser la décence, devant l'évocation de choses très personnelles et, en particulier, l'évocation de choses sexuelles. Discrétion, retenue qui empêche de dire ou de faire quelque chose qui peut blesser la modestie, la délicatesse*».

Il y a donc d'une part, la gêne, la peur de se dévoiler mais il y a aussi le souci, la crainte de heurter la sensibilité d'autrui.

Pourquoi ces craintes puisque les sentiments sont une expérience commune à tous les êtres humains? C'est qu'en fait, les sentiments que nous éprouvons à un moment donné et dans une situation particulière nous sont propres, chacun de nous peut éprouver des sentiments différents face à une même situation. **A ce titre, les sentiments relèvent de la sphère personnelle, de l'intimité. Les exprimer c'est se mettre à nu, les exposer à autrui ou pire, au jugement des autres.**

Il en va de même pour le corps humain, nous sommes à la fois tous semblables et tous différents. Lorsque la sclérose en plaques accentue ces différences, le corps se trouve largement exposé au regard d'autrui au travers d'exams médicaux et son fonctionnement imparfait se trouve jaugé, analysé, détaillé.

Par ailleurs, la société dans laquelle nous vivons, notre culture, notre éducation ne nous poussent pas à exprimer nos sentiments: c'est de la «sensiblerie».

La priorité est donnée au rationnel, au raisonnable, à l'action ou la recherche de solutions concrètes.

Exprimer ses sentiments, ça ne sert à rien, ça ne fait pas avancer les choses, c'est bavasser dans le vide. Voilà autant d'éléments qui rendent la pudeur bien compréhensible.

Après tout, pourquoi devrions-nous exprimer nos sentiments? Nous pouvons cacher nos sentiments, rien ne nous oblige à exprimer ce que nous ressentons. S'il est une liberté dont nous disposons tous, c'est bien celle-là. Exprimer ses sentiments ou non est donc un choix personnel mais n'est pas sans conséquence. En effet, il est impossible de ne rien exprimer. Même sans dire un mot, nous transmettons divers messages. Nous courons alors le risque des malentendus et des interprétations erronées. Par exemple, en ne disant rien, nous risquons de paraître distant ou insensible. Jouer un rôle (exprimer des sentiments autres que ceux que l'on éprouve réellement) est un autre moyen de cacher ses sentiments. Nous connaissons tous (ou avons peut-être été?) des personnes qui craignent de déranger ou de gâcher l'ambiance en exprimant des sentiments pénibles. Elles jouent alors le rôle du «gai luron». Ce faisant, elles empêchent quiconque de tenir compte de leurs sentiments réels pour leur apporter un éventuel soutien. Elles peuvent, à la longue, finir par se sentir incomprises n'étant authentiques ni avec elles-mêmes, ni avec les autres.

Exprimer ses sentiments, c'est «*dire ce que l'on a sur le cœur*» (que cela soit positif ou non), cela permet de se décharger, de se soulager, d'assumer ce que nous sommes vraiment. C'est également en exprimant nos sentiments de manière authentique que nous donnons à l'autre l'occasion d'en tenir compte.

En guise de conclusion, nous pourrions dire que les sentiments relèvent incontestablement de la sphère intime. A la différence du corps, aucune maladie ne peut les affecter. Les exprimer, c'est être authentique avec soi-même, c'est se respecter et donner à autrui la possibilité d'en faire autant. Cela vaut peut-être la peine de surmonter sa pudeur.

Pour terminer par une boutade: *Les sentiments? Qu'ils soient dits ou qu'ils soient tus, gare aux malentendus!*

Michelle PIRARD,
Psychologue - Psychothérapeute.

La pudeur au masculin

À l'époque où j'en avais la possibilité - je veux dire au temps où j'étais mobile -, je crois que je n'étais pas fier d'exhiber mon corps plus ou moins dénudé en public. Si je creuse un peu, je crois que ce n'était pas une question de pudeur. À vrai dire, je crois que je ne me trouvais pas beau. Des membres trop maigres attachés sur un buste trop étroit ne me rendaient pas fier de m'exhiber nu devant les foules sur la plage par exemple. De plus, mes capacités limitées à nager, mon peu de goût pour l'immobilité au soleil eurent vite fait de me pousser vers la navigation sur un voilier où, dans la fraîcheur de la Mer du Nord, on n'éprouve guère l'envie de se déshabiller. La maladie et l'immobilité forcées venues, l'exposition de ma nudité dans l'intimité d'une salle de bains ne m'a pas posé grande difficulté. Petit problème lors des premières toilettes: éviter que les attouchements de jeunes et souvent jolies infirmières ne provoquent des érections intempestives. Solution: la conversation, parler de sujets neutres éloignés de tout ce qui pouvait tourner autour du sexe, tourner la tête ou fermer les yeux pour ne pas plonger dans des décolletés trop prononcés (nous n'étions pas alors au temps où la naissance des seins et les nombrils s'exposent en rue sans vergogne), maintenir une distance «neutre» par le vouvoiement...

Si l'on se réfère à cette définition de la pudeur tirée du dictionnaire: «*Retenue, réserve, en particulier en ce qui concerne la sexualité*», je suis donc pudique, même si je n'éprouve aucune difficulté à exposer mon corps nu devant les professionnels de la santé. Je suis même doublement pudique en ce sens que je parle «sexe» avec quelques ami(e)s choisi(e)s seulement. Je ressemble à beaucoup d'hommes, je pense, qui, sous des dehors libérés, ne laissent entrevoir que l'aspect superficiel de leurs pensées intimes. Comme nombre d'entre eux, je crois, je reste assez réservé à exprimer mes sentiments alors que je n'éprouve pas trop de gêne à me déshabiller en public et exposer ma nudité.

Henri

«Rien ne met mieux en évidence la pudeur masculine que de jolies jambes féminines: dès qu'un homme en aperçoit, il baisse les yeux.» Noctuel



La difficulté du soignant : trouver la bonne distance

J'ai, durant ma vie professionnelle, toujours travaillé en milieu hospitalier. Entre autres raisons, pour celle-ci: travailler à domicile, c'est s'introduire dans la vie du patient, donc un peu dans sa vie, dans ses meubles, ses habitudes... je n'ai jamais voulu cela. Je crois que j'avais besoin d'être dans un cadre précis: une institution ou un hôpital dans mon cas.

A l'hôpital, le patient est dans une structure. Il doit alors respecter en quelque sorte les règles que celle-ci lui impose. Il y a beaucoup d'exemples: l'heure des repas, les visites de la famille et amis mais aussi le passage du personnel soignant.

A domicile, le patient est libre de choisir d'ouvrir sa porte, de changer d'infirmière et de kiné ou autres.

A l'hôpital c'est l'infirmière et le kiné... qui décident d'entrer dans la chambre du patient.

S'il refuse de se faire soigner, c'est lui qui s'en ira...

Nous parlons ici de la pudeur. La pudeur de dire et la pudeur de se montrer... c'est à la fois très proche et très éloigné. Très proche parce que finalement, enlever sa chemise c'est comme se confier un peu: c'est se mettre à nu, non? La difficulté pour un soignant (je ne parle qu'en mon nom, mais je pense que ce sentiment est partagé par beaucoup) est de deux types: trouver la bonne distance pour soi-même, mais aussi trouver ce qu'est la bonne distance pour la personne que l'on a en face de soi.

Chaque patient a l'envie, le besoin ou les possibilités de se dévoiler (physiquement et psychologiquement)... jusqu'à un certain point. Jusqu'au point où cela lui fait du bien.

Mais le soignant a aussi ses limites...

Il est là pour écouter, dans certains cas pour regarder (soins physiques).

Mais peut-il (doit-il) être capable de toujours tout regarder, de tout entendre? En est-il capable? Est-ce toujours nécessaire?

Pour certains patients, le respect de la pudeur est primordial, la relation peut être très tendue si le soignant n'y prend pas assez garde. Pour d'autres, le «dévoilement» peut être au contraire, un préliminaire

à toute entrée en relation: «Regardez mes blessures, combien mon corps a vécu, combien je suis abîmé, maintenant, vous allez pouvoir me respecter».

Pour d'autres patients encore, pourtant décrits comme extrêmement pudiques par leur conjoint(e), ce sera presque de l'exhibitionnisme qui sera de mise devant un soignant: finalement, l'infirmière fait son boulot, elle en a déjà vu d'autres, «elle est là pour ça», il n'y a donc pas de raison de cacher quoi que ce soit; au point que l'infirmière peut en être dérangée, si pas choquée.

En tant qu'infirmière, j'ai évolué: jeune diplômée, le respect de la pudeur était pour moi une priorité. J'avoue que, ayant travaillé dans un service de réanimation durant 18 ans, très vite les priorités se sont placées ailleurs: il y allait de la vie des gens!

Néanmoins, le problème de la «distance» de même que le respect de la personne se sont toujours posés.

La personne qui, insuffisante respiratoire, branchée au respirateur artificiel, a besoin de soins délicats pour être maintenue en vie, a néanmoins le droit qu'on lui permette de rester couverte d'un drap lors du passage d'un (ou d'un groupe!) de médecin(s)!

Lorsqu'un patient ne sent pas sa pudeur respectée, n'est-ce pas aussi parce qu'il n'a pas osé en parler? Sans doute l'infirmière aurait-elle dû être plus attentive, mais une simple demande formulée gentiment règle en général très vite ce problème.

Je ne défends pas les infirmières coûte que coûte, elles ont leur part de responsabilité dans le «confort» du patient à l'hôpital, mais une relation se construit à deux. Chacun y contribue et si l'un des deux a des failles, rien n'empêche l'autre de le lui faire remarquer...

Karine

«A quoi sert la pudeur? Elle sert à paraître plus belle quand on est belle et paraître moins laide quand on l'est.»

Joseph JOUBERT



Se faire laver...

La toilette peut sembler un acte banal à effectuer dans le quotidien. Nous avons tous une conception bien précise de comment faire notre toilette et maintenir notre hygiène. Cependant les événements de la vie peuvent nous amener à dépendre des autres pour nous laver. Une pudeur s'installe alors dans cet acte qui tout à coup n'est plus si banal et devient même délicat car il touche à l'intimité propre du corps et de sa nudité.

Soignant et aidant peuvent se poser les questions suivantes: «De quoi a besoin ou pense avoir besoin le malade? (...) Est-ce, ce que nous supposons?» Il doit faire le deuil de ne plus disposer de son corps comme il l'entend. Gérer cette perte d'autonomie prend du temps et se confronte souvent aux exigences propres des acteurs de la toilette qui se moulent dans les conditions incontournables de l'hygiène, de la rapidité d'exécution et du moindre effort physique. La personne lavée doit sentir qu'on tient compte de son projet de vie.

Sans doute l'intervenant à domicile doit mener une action éducative (...) mais à la condition sine qua non de respecter le libre arbitre du patient. L'acteur de la toilette est là pour aider, conseiller, informer, non pour apprendre à vivre ou pour poser des actes arbitraires (...) comme (...) imposer une toilette complète tous les jours. **Il doit s'adapter au regard de la situation, des valeurs et des conduites de vie de la personne à approcher physiquement.** L'intervenant peut bien entendu la conseiller sur l'état de bonne hygiène ou sur l'importance de la toilette à opérer en regard des conditions sanitaires rencontrées avec le souci bienveillant de vouloir lui offrir plus d'attention que d'intentions.

Donner des soins ne se limite pas à un simple acte technique à poser mais s'inscrit officiellement dans un état relationnel, dans une conduite de respect de l'autre. Une attitude de tolérance et d'humanité peut-être adoptée, tout en appliquant les règles habituelles d'hygiène. En tant qu'acteur de terrain, nos conseils doivent éclairer le patient pour qu'il puisse voir lui-même la route à suivre. Toute la relation de confiance qui se construit au fil des passages à

domicile lui permettra de nous reconnaître comme la personne ressource, (...) apte à partager son histoire, compétente pour l'écouter et l'accompagner à son rythme, sans jugement (...). C'est ensuite que les négociations pourront commencer telles que les fréquences de la douche ou du shampoing, sans perdre de vue le respect de la personne en tant qu'individu autonome.

Jeffroy ROMBAUT

Références:

- JALMALV n°78, de Ch. MASCARO par B. GAUDRIOT, septembre 2004, pp. 22-24

Déshabillez-moi...



Je suis infirmière et issue d'une famille arabo-musulmane.

Depuis ma plus tendre enfance, on m'a appris à ne jamais exposer au regard d'autrui les parties intimes

de mon corps. Je pouvais mettre en valeur ma féminité mais en respectant mon corps et en évitant toute forme de vulgarité ou de malséance.

Lorsque j'ai entamé mes études d'infirmière, j'ai été fascinée par l'aisance avec laquelle certaines personnes arrivaient à se dénuder. Je me souviens avoir été troublée et m'être sentie mal à l'aise lors de mes premiers soins auprès d'un jeune homme...

Personnellement, lorsque je dois me dévêtir pour un examen médical, je ressens de la crainte et de la gêne. Cela peut paraître paradoxal alors que je suis infirmière...

Eh oui même les soignants peuvent être pudiques!

La formation en soins infirmiers nous apprend à ne pas dévoiler entièrement le patient, le but étant de respecter sa pudeur.

Pourtant, dans ma pratique quotidienne, je me surprends à ne plus respecter ce principe. Je crois qu'au fil des années, je ne vois plus les corps que je touche, mais je les perçois davantage comme des «objets» que je manipule. Cela peut sembler brutal... Pourtant, j'ai le sentiment que, dans le quotidien, j'essaie d'être très respectueuse et attentive aux demandes des personnes.

Je cherche à établir une relation de confiance avec les patients afin de leur permettre d'exprimer leur ressenti et leurs craintes. Il est important d'échanger des propos, de communiquer lors de «moments intimes» pour que ceux-ci ne soient pas vécus comme une intrusion dans l'intimité.

Aujourd'hui, je me rends compte qu'il existe différentes formes de pudeur.

Elle varie selon notre culture, notre vécu, nos croyances, nos valeurs, et surtout en fonction de la personnalité de chacun.

Fatima, infirmière

Juste un peu de pudeur...

Claudy a été infirmière en milieu hospitalier durant de longues années et l'approche humaine était pour elle tout aussi importante que l'acte infirmier en lui-même. Atteinte de SEP depuis plus de 20 ans, elle dépend aujourd'hui, et ce depuis plusieurs années, d'une infirmière qui passe à domicile matin et soir.

Au fil du temps, ce n'est finalement plus l'intrusion d'une tierce personne dans son «intimité physique» qui lui fait «mal» mais plutôt l'attitude de son infirmière en tant que personne. Les gestes répétitifs, les soupirs, les reproches parfois, les allusions pas toujours appropriées font de ces moments d'intimité des moments douloureux pour Claudy.

«Je me retrouve parfois avec une tenue vestimentaire qui n'est pas à mon goût. J'aimerais tant que l'on tienne compte de mon avis... A la toilette, nous sommes désormais deux; moi, en train de m'excuser de satisfaire mes besoins primaires, et à ma droite, installée dans ma voiturette, «mon» infirmière attendant que je termine. Vous trouverez peut-être étonnant que je «subisse» une telle situation sans vraiment réagir. En fait, ces mauvaises habitudes et attitudes se sont peu à peu installées au fil des années sans que je m'en aperçoive vraiment, et il est aujourd'hui très compliqué d'en sortir. J'ai déjà tenté d'en parler avec la personne concernée mais elle me répond alors que je suis difficile... En attendant, cette situation est lourde à «supporter» et je pense parfois changer d'infirmière afin de retrouver ma place mais...».

Le pas est difficile à franchir pour Claudy, et pourtant, elle sait qu'elle retrouverait un peu de cette «pudeur oubliée» qui lui manque tant, ce petit plus qui fait que malgré le handicap et les limites de la maladie, la personne atteinte de SEP se sente reconnue et respectée.

*Propos recueillis par Juliette DEGREEF
auprès de Claudy*

«La pudeur est le parfum de la volupté; la satiété est l'arôme du dégoût. Et la pudeur accroît la volupté, comme la satiété l'écœure.»

André SUARES



Une visite peu banale chez le gynécologue

Après avoir introduit ma voiturette dans son cabinet et avant même de savoir ce dont je souffre, le gynécologue qui me rencontre pour la première fois s'adresse à moi d'un air embarrassé: «Vous êtes seule madame? Je ne vais pas pouvoir vous examiner!».

Pantoise et déçue, je lui réponds qu'il a la possibilité de se faire aider par des bénévoles pour m'installer sur sa table d'examen. Il ne dit rien...

Le voyant désemparé, je lui propose «pour sortir de cette impasse» de faire appel au personnel de la maison de repos où je réside (elle se trouve de l'autre côté de la rue); ce qu'il s'empresse de faire. Personnellement, je trouve cela un peu fort de devoir faire déplacer le personnel infirmier d'une autre institution alors que nous sommes dans un hôpital mais je ne fais pas de commentaire.

Quelques minutes se passent avant de voir surgir une équipe de choc constituée de trois infirmières qui viennent à notre secours. En deux temps trois mouvements, me voilà projetée sur la table, pantalon sur les chevilles. Je ne «pète» pas un mot mais n'en pense pas moins, et ce que je ressens est plus important que la crainte de dévoiler mon intimité. Toute pudeur devient dérisoire.

Le gynécologue m'examine en silence en présence de ces dames et se permet même de blaguer sur la force physique du personnel féminin... Il est «muet comme une carpe» et me traite comme un objet. Peut-être pense-t-il que je suis une extra-terrestre débile! Une infirmière s'inquiète toutefois de savoir si l'examen n'est pas trop douloureux. Moi, je ne pense qu'à une seule chose: quand ce «supplice psychologique» prendra-t-il fin?

L'examen est terminé et me voici réinstallée dans ma voiturette (ouf!) entourée de mon «bourreau» et de ses trois assistantes. Ignorant ce que le médecin m'a fait et en attente de précisions verbales de sa part, qu'elle n'est pas ma surprise quand je le vois me tendre mon manteau, me faisant comprendre ainsi que la «séance» est terminée...

Quelques jours plus tard, j'ai cette fois rendez-vous chez l'urologue et j'appréhende (avec raison, je crois) la visite qui se déroule au même endroit. La maison de repos a pris les devants et je suis sur une civière; c'est fou ce que l'on se sent «bien» en position couchée dans une salle d'attente...

A l'inverse du gynécologue, l'urologue vient d'emblée près de moi pour me parler, il m'accueille et met sa main sur mon épaule. Ce contexte humain, respectueux et réconfortant me fait presque oublier que je suis allongée sur une civière et tout se passe très bien.

Me voilà rassurée, il existe bien des médecins humains qui, malgré notre différence, trouvent l'attitude et les mots appropriés.

*Propos recueillis par Juliette DEGREFE
auprès de Martine*

Est-il impudique de parler de pudeur ?

Que faisons-nous de nos pudeurs? Allons-nous prendre le risque de dévoiler nos pensées? Nous, ergothérapeutes, traversons parfois les frontières du privé, de l'intime, du personnel... au gré d'un travail d'accompagnement vers l'autonomie. Réflexions autour de la pudeur dans nos dimensions relationnelles.

Bien souvent, lorsque vous nous ouvrez vos portes, à nous ergothérapeutes de la Ligue de la Sclérose en Plaques, c'est un verrou de votre intimité que vous levez. Situation simple pour certains, mais oh combien difficile pour d'autres. Rencontre forcée, confiance obligée, ces échanges nous réunissent autour de votre situation quelque peu bousculée par cette maladie imprévisible qu'est la sclérose en plaques, et par cet habitat qui ne correspond plus vraiment à vos besoins.

Vous nous ouvrez la porte sur votre lieu de vie et celui de vos proches. Votre maison qui était jadis le rempart contre les intrusions perd de son «immunité»

et devient moins hermétique. Combien d'intervenants ne franchissent pas le seuil de votre habitat pour améliorer votre qualité de vie? Certains même ne franchissent plus rien, tant l'habitude des rencontres érode les protocoles d'usage. La maison «refuge» devient lieu de passage, où le visiteur crée un rituel va-et-vient.

Et combien d'étapes à franchir pour admettre que cet autre vous apporte soin et réconfort et s'empare de votre corps? Combien de fois ne faut-il pas s'abandonner aux gestes et manipulations de ces professionnels de la santé? Ce corps parfois malmené au fil de manutentions répétées, fait-il encore partie intégrante de vous-même ou devient-il «la chose» sur laquelle s'active le soignant?

Nous, intervenants, nous vivons ces accès au «chez soi et à l'autre» comme des étapes d'une construction de relations de travail. Un travail un peu particulier, car il s'apparente plus à un exercice de rencontre et de partage. Pourtant il s'agit bel et bien d'un travail. Mettre des compétences en œuvre pour accomplir des projets d'autonomie, et en finalité des projets de vie. Un art que nous cultivons du mieux que nous pouvons, en prenant bien conscience qu'il se construit avec ce que vous, affiliés et entourage, nous communiquez et nous transmettez. Nous empruntons une part de votre système, pour le travailler au fil de nos évaluations, de nos réflexions, de nos projections, de nos prescriptions, de nos indications... Nous nous «emparons» d'une part de votre histoire, mais nous vous la restituons, fortifiée de ce que nous avons construit ensemble: une vie dans un logement aménagé, une mobilité adaptée, des fonctions équipées, des accès plus aisés, des activités moins risquées, des contacts renoués...

La pudeur avec laquelle vous nous accueillez dans votre parcours nous touche autant que l'impudeur qui peut naître de nos contacts. Mais que reste-t-il en définitif de ces expériences, si ce n'est une grande intimité durable dans laquelle, vous affiliés et nous intervenants ergothérapeutes, progressons pudiquement. La pudeur ne serait en définitive qu'une vision de l'esprit, qui constitue notre personnalité, notre

identité, notre intégrité, mais qui peut s'offrir à tout qui proposera de faire naître et de partager des projets de vie. « N'oubliez-pas que la pudeur n'est qu'un bouclier contre l'œil de l'impur. Et quand l'impur disparaît, que devient la pudeur sinon une entrave et une souillure de l'esprit? »¹

Marc DUFOUR, ergothérapeute

¹ KHALIL GIBRAN « Le Prophète » - édition CASTERMAN

Pudeur financière et médiation de dettes

Entreprendre une médiation de dettes n'est pas facile. Pour que je puisse envisager les solutions ou les orientations à donner à une situation de surendettement, il me faut comprendre l'origine de celui-ci.

Lors du premier entretien, je laisse les personnes se raconter. Pour certaines, cette démarche est difficile. On touche à leur fierté, à leur conception de vie... Parfois des silences s'installent et l'on voit naître une certaine gêne.

Parler de leurs difficultés et des causes du surendettement, c'est entrer dans l'intimité de la vie des gens.

L'attitude que j'essaie d'adopter dans ces cas-là est la « positive attitude ». J'explique toujours pourquoi je pose telle ou telle question, tout comme mes intentions; je rassure. Je tente de créer un espace d'écoute où la confiance est le maître mot.

Avec l'expérience, j'ai appris à ne pas brusquer les choses, à prendre mon temps et à en laisser aux autres. Dans la majorité des cas, avant de venir me rencontrer, les intéressés ont tentés de s'en sortir par eux-mêmes. Ils traînent des angoisses et vivent pour certains une véritable souffrance qui les inhibe.

Je leur apporte ma vision des choses et souvent, celle-ci est en contradiction avec leur mode de vie, de gestion. Mon rôle n'est pas de dire que, par le passé, ils faisaient mal mais qu'aujourd'hui, au regard

de leur situation actuelle, il leur faut changer leurs habitudes de gestion. On ne met pas toujours les priorités au même endroit et cela engendre des discussions.

Toute une réflexion doit se mettre en place, car c'est aux personnes elles-mêmes à trouver un nouveau mode de vie. Il faut qu'elles se l'approprient.

Il est évident que ce n'est pas tous les jours chose facile, car une partie de notre public est précarisée, avec un faible niveau d'étude et un manque d'éducation.

Travailler sur les valeurs, comprendre les mécanismes et trouver ensemble une manière de voir leur vie à travers des choix réfléchis: en somme parfois, les médiateurs de dettes jouent le rôle d'éducateur.

La pudeur financière est une réalité et il faut la respecter. Rendre les gens acteurs de leur dossier, de leur vie, les libère je pense, et ce qui était autrefois tabou est utilisé comme levier, une expérience à partager, à transmettre.

Sabine MERSCHAERT
Médiatrice de dettes

Groupe Régional d'Action
contre le Surendettement (GREASUR)

« La pudeur des femmes n'est que leur politique; tout ce qu'elle cache ou déguise n'est caché ou déguisé que pour en augmenter le prix quand elles le révèlent. »

Nicolas RESTIF de LA BRETONNE



Pas toujours facile!

La pudeur, sujet délicat qui dépend de chacun, de l'éducation et/ou du caractère.

Cathy est pudique de nature et cette situation n'est évidemment pas exceptionnelle. Le problème se pose lors d'une demande d'aide extérieure, elle n'a pas le choix des gestes et des manipulations et doit accepter certaines situations pénibles pour elle. Le plus souvent, cette tâche m'incombe mais parfois, les jours où je travaille, elle doit recourir à une infirmière. Les premières fois ont été pénibles, elle se sentait très mal à l'aise.

Nous avons eu la chance de trouver deux infirmières sympas qui se limitent aux gestes demandés et laissent Cathy dans son intimité de la salle de bains pour le reste. Au début, nous avions un infirmier, très gentil, mais indépendamment de Cathy, cela me gênait beaucoup. Je considère que le corps, même malade, reste sexué et personnellement j'avais difficile. Ceci dit, je fais une différence entre une hospitalisation pouvant accepter un infirmier et les soins à domicile fort différents.

L'état de Cathy se détériore d'année en année et ce n'est pas évident d'apporter l'aide voulue au moment opportun. Toutefois, je dois avouer que ce qui m'a été le plus marquant et par là même, le plus difficile à accepter, ce sont les protections à mettre la nuit pour éviter la salissure des draps suite à des fuites urinaires. Cette évolution de la maladie a eu pour effet de supprimer toute spontanéité dans nos moments intimes pouvant aller jusqu'au blocage et notre rapprochement en a été quelque peu limité.

Grâce à toutes ces attentions, nous sommes maintenant arrivés à un juste équilibre entre impératifs de soins et respect de la personne malade.

Jo



Tout à deux

Un jour, sans crier gare, je n'ai plus pu me lever et mes jambes ne répondaient plus. «*Mais que m'arrive-t-il?*» Mon époux, à qui je téléphone pour dire mon angoisse, prend congé et m'emmène à l'hôpital où nous entendons ensemble le diagnostic... nous étions en 1980. Jean-Pierre a tout de suite dit que nous ferions front ensemble. La poussée passée, je retrouvais l'usage de mes jambes. Les années passent et ma vessie me joue de mauvais tours, ce qui m'amène en 1984 à devoir faire des sondages. Jean-Pierre m'aide dans cette tâche et aujourd'hui encore, il la pratique.

Les années continuent à s'écouler avec ses hauts et ses bas mais en 1990, je suis obligée de prendre une voiturette. Pas facile de sortir et d'affronter le regard des gens qui m'ont connue vaillante et en pleine forme mais là, mon époux me dit qu'il faut sortir et que c'est maintenant, sinon ça ne sera plus jamais! Le connaissant bien, je me suis dit que c'était le moment; nous voilà donc partis faire un tour duquel je suis revenue heureuse d'avoir pris l'air. A ce jour, ce sont mes mains qui me peinent. Ma main gauche m'a quittée, la droite a voulu faire pareil mais j'ai quand même pu un peu la récupérer. Si je ne peux plus écrire, je ne peux plus non plus tenir des couverts. Jean-Pierre m'a donné à manger, ce qui ne nous a pas empêché de continuer à sortir, voir notre famille nombreuse, aller au restaurant. Moi aussi, j'ai le droit de vivre et celui qui n'aime pas voir que l'on me donne la becquée regarde ailleurs.

Nous avons toujours affronté la maladie à deux. Jean-Pierre m'a toujours aidée et secondée, jusqu'à tout faire seul, mon état ne me permettant plus grand-chose. Bien sûr, au début, je n'ai pas toujours souri quand cette aide touchait mon intimité profonde, mais j'ai la chance d'avoir un époux tellement exceptionnel! Mon optimisme qui me montre le verre à moitié plein m'a bien aidée dans l'acceptation des travers dus à la maladie. Comme tout le monde, j'ai connu des instants compliqués desquels je suis remontée avec le sourire et l'envie de toujours vouloir avancer. Jean-Pierre ne travaille plus depuis 10 ans, si ce n'est s'occuper de moi, ce qui, bien sûr, est un travail à temps plein. Il est remarquable! Mari, père, grand-père, mais aussi infirmier. Que ferais-je sans lui? Je n'ose y penser!

Propos recueillis par Cathy
auprès de Paula et Jean-Pierre

«Un instant de tendre abandon ne diffère d'un attentat à la pudeur que par l'absence de gendarme.»

René CLAIR



Le volontaire et l'approche corporelle des malades

Le bénévole ne prend la place d'aucun professionnel. Il agit en partenariat avec les autres intervenants.

Il apporte :

- > Une présence pouvant aussi favoriser une vie de qualité pour le malade (...),
- > Une écoute,
- > Un soutien.

Ainsi, le bénévole d'accompagnement doit s'abstenir de tout geste relevant de la pratique de soins techniques dispensés par les médecins, les infirmières, les aides-soignants, les kinésithérapeutes, plus généralement tous les acteurs de santé.

Si elle le désire, la personne accompagnée autorise le bénévole à venir dans sa sphère d'intimité. Personne accompagnée et bénévole accompagnant acceptent mutuellement de se laisser «toucher» par la relation qui s'installe entre eux. Ce n'est pas toujours le cas. Parfois, une main proposée par le bénévole n'est pas saisie «*Vous savez, a dit un jour une personne âgée, je n'aime pas que l'on me touche*».

Outre le fait qu'elle exprime clairement une volonté à respecter, une réflexion de cet ordre suscite des interrogations :

- > Existerait-il des personnes à la sensibilité exacerbée à un point tel que serrer une main leur est difficile voire insupportable ?
- > Y aurait-il des situations où, en voulant communiquer de la chaleur humaine, les bénévoles risqueraient de déclencher de l'inconfort, voire de l'agitation inutile ?

- > Qu'imposent les bénévoles aux personnes en état de conscience abaissé, lorsqu'ils leur tiennent la main ou leur caressent le front ?
- > Dans leur vécu de personnes malades, certaines personnes accompagnées n'ont-elles pas besoin de temps pour se «rassembler», «se recentrer sur elles-mêmes»? Que penser alors des élans conduisant certains bénévoles à entourer de leurs bras les personnes qu'ils accompagnent ?
- > Et d'autres questions encore...

Ces questionnements induisent le doute chez les bénévoles dans leur fonction. C'est en cela que «les limites de l'approche corporelle dans l'accompagnement» manquent de «contours».

Dans certains cas, les limites sont posées par la personne accompagnée et doivent être respectées par le bénévole, d'autant que ce dernier, par sa position singulière, permet à la personne malade de repousser le contact physique, opposition qu'il lui est plus difficile de manifester aux soignants en raison de la dépendance liée à son état de santé.

Dans les autres cas, c'est au bénévole qu'il appartient, en son âme et conscience, de se fixer des limites. Tout est alors question de bonne distance à trouver, à évaluer, à réévaluer, à ajuster.

Les gestes du toucher relationnel sont porteurs du témoignage de solidarité réalisé par les bénévoles. Empreints d'humanité, ils sont accomplis intuitivement par le bénévole qui, en dépit de sa spontanéité, reste très attentif à leur acceptation potentielle par la personne malade. Ces gestes peuvent contribuer à la qualité de la rencontre qui s'opère entre le bénévole et la personne malade et/ou en fin de vie.

*Propos résumés par Mme DACHET,
revue de la fédération JALMALV,
«Jusqu'à la mort, accompagner la vie», n° 78,
septembre 2004*

«En Ecosse, un homme a été arrêté pour attentat à la pudeur... parce qu'il s'épongeait le front avec son kilt.»

Coluche



Pour en savoir plus...

Les documents présentés ici peuvent être obtenus sur simple demande adressée par téléphone, par fax, par courrier postal ou électronique au groupe Documentation (voir permanence en fin de revue) avec la mention du N° de référence indiqué. Ils vous seront envoyés, accompagnés d'un bulletin de versement (minimum 1 €) afin de couvrir les frais d'envoi et le prix de l'article (0,05 €/page) ou de la brochure.

Vie sociale

Le droit à l'intimité de la personne handicapée

Par Bernard MATRAY S.J. dans *Jusqu'à la mort Accompagner la Vie - Fédération JALMALV - France - 2004*

Extrait du dossier «L'intimité et la Pudeur» publié dans la revue «Jusqu'à la Mort Accompagner la Vie». La frontière entre privé et public - Le privé, un lieu d'expression de soi - Les franchissements de la frontière - Soutenir les recherches de communication et de participation - Les enjeux. Une réflexion humaniste sur la question de l'intimité souvent difficile à cerner, mouvante et très générale.

Brochure - 5 pages

N° 5159

Hygiène

Sexualité et handicap moteur. Comment gérer ses urines au moment du rapport sexuel ?

Par Dr Bernadette SOULIER, sexologue, psycho médicale dans *Bulletin de l'Assoc Handicapés Liégeois - 2003*

Comment gérer vessie et relation amoureuse d'un point de vue technique ? Que prévoir pour éviter d'avoir cette obsessionnelle peur des fuites qui supprime toute possibilité de vivre sereinement les échanges de tendresse et d'amour. Comment gérer vessie et relation amoureuse d'un point de vue psychologique ?

Article - 2 pages

N° 4054

Vie sociale

La sexualité : un sujet tabou ?

Par Drs R. Strittmatter, psycho - et Gerfin A. dans *Forte - Soc Suisse SEP - 2002*

De nombreuses personnes atteintes de SEP souffrent de troubles sexuels. Il est possible d'aboutir à un traitement satisfaisant de certains symptômes physiques à l'aide de médicaments ou d'autres moyens, mais la disparition du désir dépend généralement de toute une série de facteurs. Il faut parfois du courage pour en parler. L'article donne quelques bons conseils pratiques.

Article - 3 pages

N° 5091

Vie sociale

Une vie sexuelle possible même avec une SEP

Le Courrier de la SEP - Ligue française contre la SEP - 2008

Maintenir le rôle de chacun au sein du couple et de la famille - les troubles sexuels : en parler avec son partenaire - Un vie sexuelle différente pour conserver ou retrouver une intimité - le cas particulier des célibataires - Les troubles sexuels et la SEP - Témoignage.

Article - 6 pages

N° 5151

Vie sociale

Et si l'on parlait d'amour ?

Par Aurore Dhaeyer dans *Le Journal Phare SBFPH - COCOF - 2008*

Dossier dans le cadre de «Vie affective et sexuelle» examine comment accéder au plaisir, à une vie affective et sexuelle épanouissante lorsqu'on est porteur d'un handicap, et comment envisager la parentalité? Les sous-titre : La place du tiers - quand le désir se heurte aux limites du corps - «il faudrait des chèques-prostituées» - vie affective et handicap mental : savoir décoder la demande - l'accompagnement érotique - témoignages..

Brochure - 7 pages

N° 5155

Connaissez-vous Wheelit.be ?

www.wheelit.be est le premier site belge de recrutement de personnes avec un handicap consulté par des entreprises ouvertes à la diversité.

Ce site est né d'un double constat :

- Le taux d'emploi des personnes avec un handicap en Belgique figure parmi les plus bas d'Europe¹.
- Une étude commandée par l'Union européenne auprès des entreprises, interrogées sur la difficulté qu'elles rencontraient lors de la mise en œuvre de politiques en faveur de la diversité révèle que le manque d'information arrive au premier plan².

Aussi, l'ASBL Wheelit a créé ce site Internet pour mettre en lumière les compétences des personnes avec un handicap, trop peu visibles jusqu'alors, et pour lever tous les obstacles afin que le handicap ne constitue plus une gêne à l'embauche.

On dénombre trois obstacles :

- Le premier: **l'information**. Malgré la meilleure volonté, les entreprises ne savent pas où trouver des personnes compétentes présentant un handicap, ni comment s'y prendre pour les recruter. C'est la raison pour laquelle des partenaires fondateurs tels que L'Oréal, Levi's, Ethias, Start People, Lampiris, Axa, Sanofi Aventis, Sales Consult ou le Selor, ont voulu soutenir le projet. Avec www.wheelit.be, les entreprises ont un accès direct à un vivier de talents jusqu'ici ignorés. Une base de données de CV est mise à leur disposition avec des informations ciblées telles que des dossiers relatifs à l'emploi des salariés avec un handicap ou les aides octroyées pour leur engagement.
- Le second: **le recrutement**. Pour mieux réussir le recrutement et l'intégration d'un candidat handicapé au sein de l'entreprise, Wheelit a décidé de mettre en place une formation intitulée «Pour ne plus être handicapé face au handicap». A travers des films, des jeux de rôle, elle lève les tabous sur le handicap et permet aux recruteurs, chefs de services ou aux membres des Ressources Humaines de se focaliser sur l'identité de la personne et ses compétences et non plus sur le handicap.

- Le troisième: **l'accessibilité**. Wheelit s'entoure des meilleurs collaborateurs pour assurer l'aménagement des postes de travail et de leur environnement, l'adaptation des tests de sélection et l'accessibilité aux informations internes des entreprises via leur Intranet avec des partenaires tels que Plain Pied, le Toegankelijkheidsbureau, le Selor et Anysurfer.

Wheelit permet aussi de rapprocher et mieux faire connaître tous ceux qui participent à l'emploi des personnes handicapées, dont la Ligue Belge de la Sclérose en Plaques.

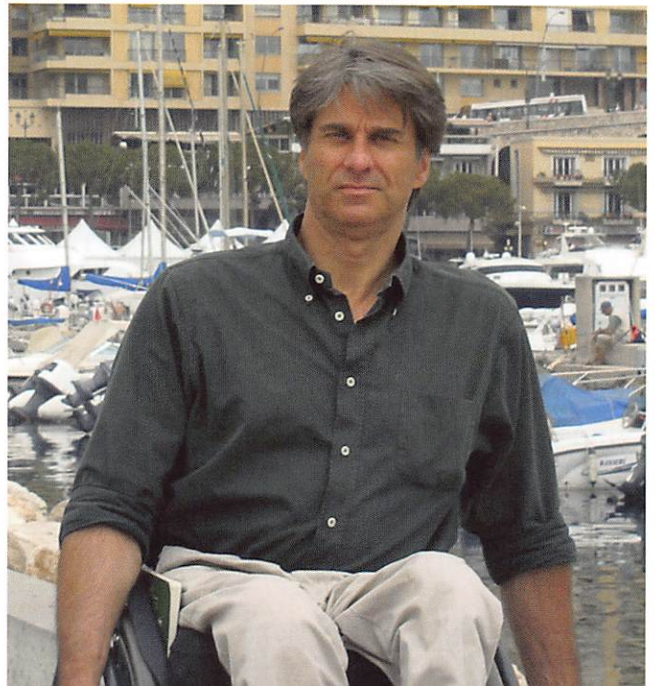
La philosophie de Wheelit? Un accident dans la vie ne doit pas faire de la vie un accident. C'est pourquoi, sur www.wheelit.be, le handicap, qu'il soit visible ou non, ne constitue pas une faiblesse mais bien un atout. Wheelit considère que le handicap permet de développer des aptitudes particulières et uniques qui, ajoutées aux compétences professionnelles, créent un talent que recherchent les entreprises, tant au niveau du savoir-faire que du savoir-être.

Alors, rendez-vous sur www.wheelit.be pour déposer votre CV, consulter les offres d'emploi, les vidéos témoignages ou tout autre dossier.

Et que la roue tourne !

Marguerite FERY

M. CONRADS, Administrateur fondateur



¹ Rubrique sociale du journal Le Soir du 2 septembre 2005.

² DG Emploi, affaires sociales et égalité des chances de la commission européenne

Connaissez-vous le BAP ? BAP ou Budget d'Assistance Personnelle

«Le Budget d'Assistance Personnelle ou «BAP» est un budget attribué à la personne en situation d'handicap (ou à son représentant), pour qu'elle puisse organiser l'aide et l'accompagnement en fonction de ses besoins et de ses attentes.

La personne en situation d'handicap peut ainsi décider elle-même de l'aide dont elle a besoin et comment elle désire l'organiser.

Le BAP permet de rémunérer un ou des assistants qui aident la personne handicapée à effectuer des activités de la vie quotidienne comme se lever, se laver, préparer les repas, nettoyer, et ceci chez soi, au travail ou encore dans les loisirs... mais aussi accompagner une personne handicapée dans son quotidien ou celui de son entourage ».

(Association VIA)

A la différence des services de soins à domicile (aides familiales, aides ménagères, garde de nuit...), cette aide peut se concevoir à des moments désignés par le bénéficiaire et à des endroits autres que le domicile. L'aide sollicitée n'est donc plus limitée aux règles et organisations d'un service.

Le BAP existe depuis plusieurs années en Flandre et est en phase expérimentale depuis peu à Bruxelles et en Wallonie, dans un cadre et un budget limités. Ce projet est géré par les services régionaux (AWIPH et PHARE). Le budget dont disposent ces services régionaux est limité à un nombre restreint de personnes. Un prochain arrêté devrait cependant permettre une extension du nombre de bénéficiaires.

Vous êtes intéressés? Consultez les liens repris ci-dessous et parlez-en aux travailleurs sociaux de la Ligue de la Sclérose en Plaques: ils pourront vous aider dans la préparation de votre éventuelle demande.

Site du collectif de six associations :
<http://www.vieautonome.be>

Un film de présentation du BAP :
http://www.abmm.be/bap/Le_film.html

Un article de presse de La Libre du 19/3/2009 :
<http://www.lalibre.be/debats/opinions/article/489739/le-bap-bon-a-prendre.html#>

Marc DUFOUR

Première journée mondiale de la SEP



Le 27 mai 2009 a été programmé comme première journée mondiale de la SEP.

A cette occasion, la presse belge et étrangère s'est penchée sur les divers aspects médicaux et sociaux de la SEP. La Ligue Communauté Française en collaboration avec les ligues francophones a organisé une journée de sensibilisation à la maladie le 31 mai.

Le thème: Roulez pour la SEP, à moto, vélo, joëlette, roller,...

Au vu du succès de cette journée, le rendez-vous est déjà fixé pour le 30 mai 2010.

Nous en reparlerons...



Echos de l'Assemblée générale

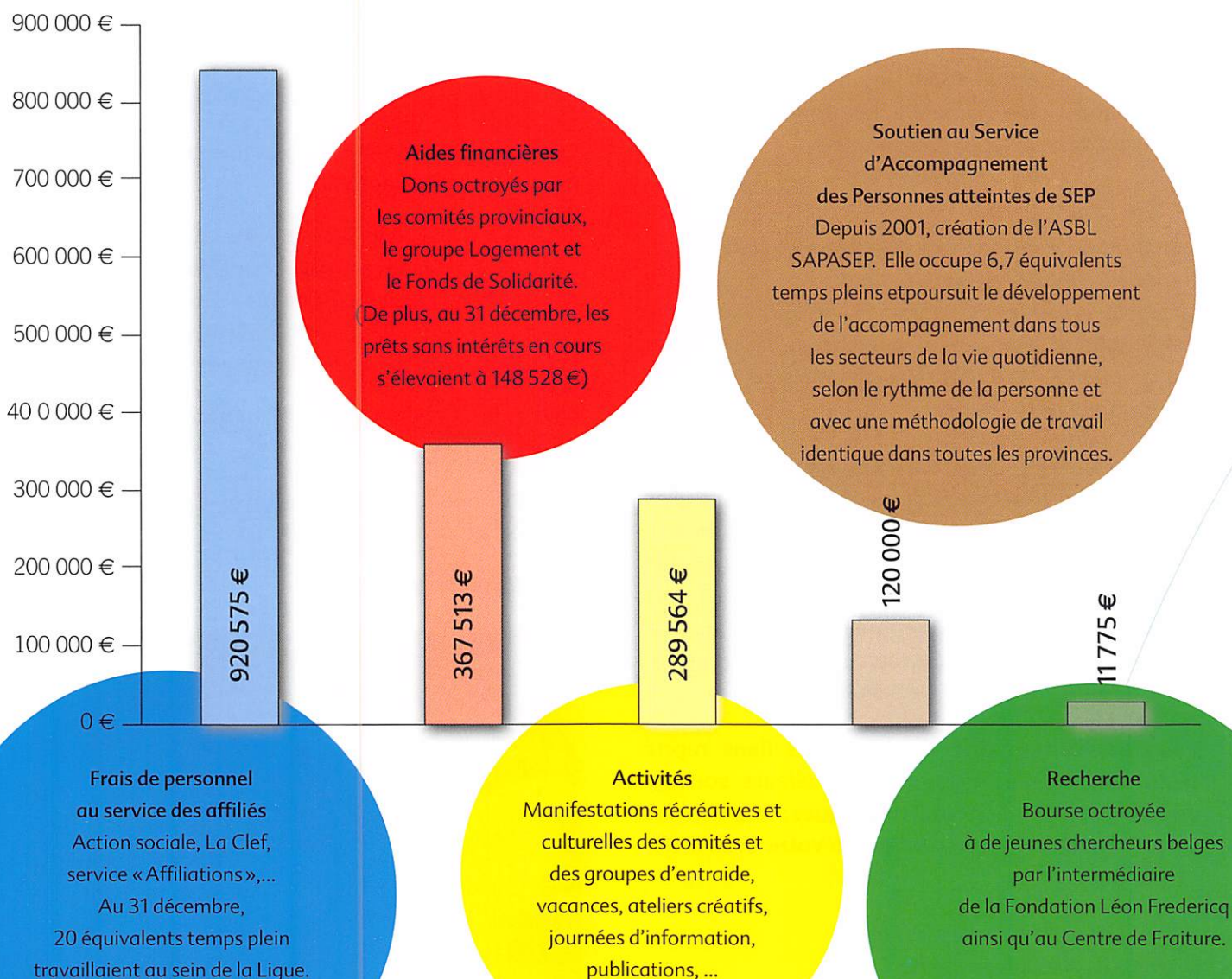
Le 29 avril 2009 a eu lieu au Centre de Rencontre de Naninne l'Assemblée générale statutaire de la Ligue - Communauté Française. Elle est l'occasion de faire le point sur l'année écoulée, de marquer un temps de réflexion, de s'informer au niveau des activités et de l'aspect financier, et de se projeter dans l'avenir, tant au niveau des activités que des finances.

Le rapport d'activité détaillé est disponible auprès du secrétariat. Nous vous proposons ici quelques chiffres marquants, représentatifs des activités de notre ASBL au cours de l'année écoulée.

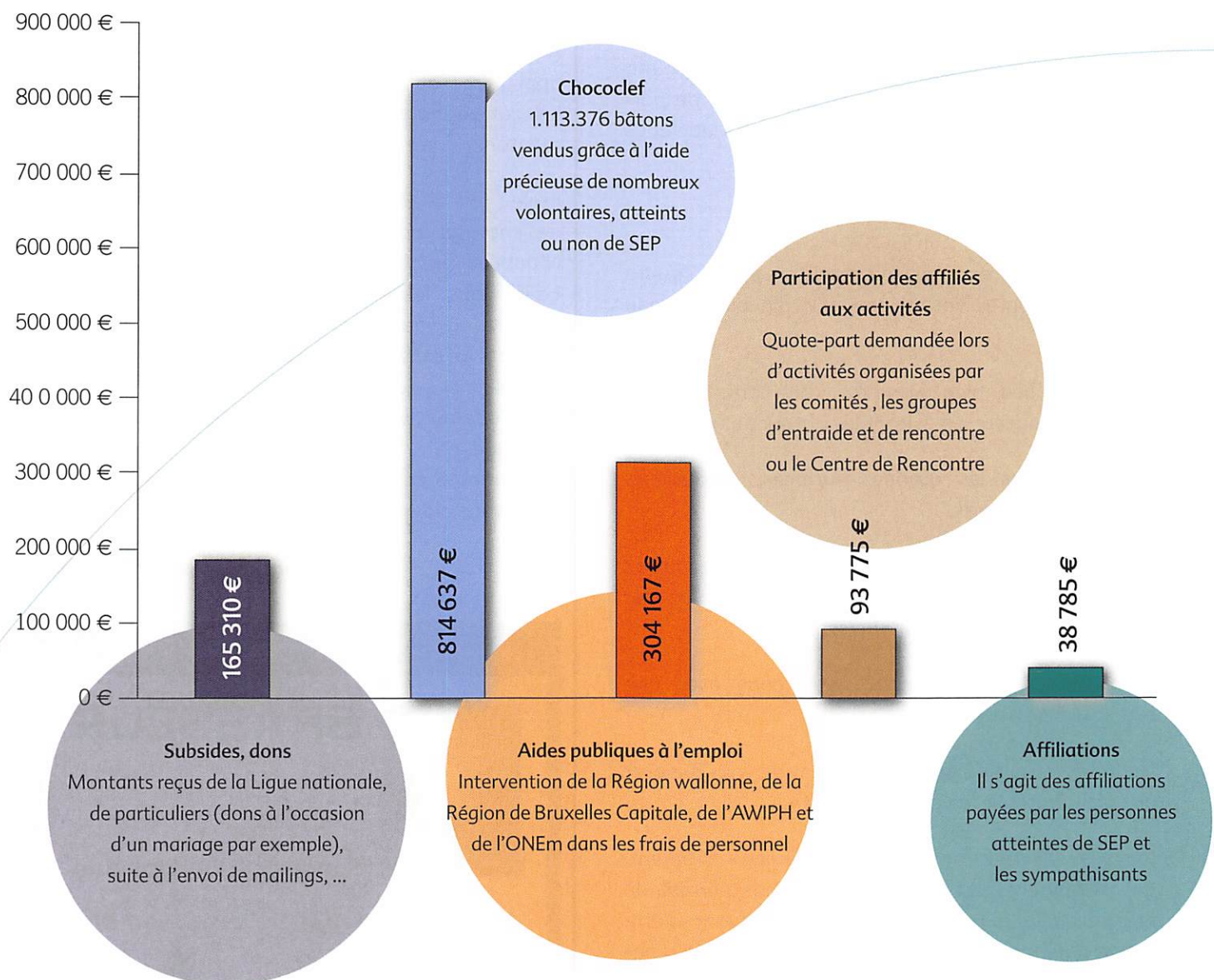
Nombre d'affiliés atteints de SEP

Provinces	2006	2007	2008
Brabant wallon	202	210	219
Bruxelles	341	333	353
Hainaut	653	685	700
Liège	513	530	528
Luxembourg	194	201	195
Namur	292	296	308
TOTAL C.F.	2.195	2.255	2.303

Principales charges en 2008 (extraits du compte de résultats 2008)



Principaux produits en 2008 (extraits du compte de résultats 2008)



Notons, que dans le bilan, figurent des legs en 2008 pour un montant exceptionnel de 524.957 euros.

Projets 2009

La Ligue maintiendra les services et activités proposés par les comités et le Centre de Rencontre: loisirs, groupes d'entraide et de rencontre, journées d'information, vacances adaptées, ...

Elle recherchera activement de nouveaux volontaires.

	2007	2008	Budget 2009
Charges	2 385 477	2 886 101	2 513 837
Produits	2 328 382	2 365 347	2 309 408
Résultat	-57 095	-520 754	-204 449

Qui n'a pas envie d'avoir une superbe mine avec ou sans soleil !

Je me présente: Chantal. Comme vous, je suis atteinte de la SEP depuis 2000. J'ai dû arrêter ma profession de bio-esthéticienne et j'ai envie de partager avec vous, mesdames, messieurs, quelques conseils de beauté.

Bientôt les vacances, ici ou à l'étranger.

Que vous vous exposiez au soleil ou pas, il faudra toujours préparer votre peau afin d'avoir un beau teint halé.

En premier lieu, bien gomez votre corps et votre visage, en douceur, en évitant le contour des yeux.

Il existe, dans les grandes surfaces, d'excellents produits à petits prix.

Lors du gommage du corps ou du visage, mouillez toujours votre peau et ensuite gomez avec des mouvements circulaires et rincez bien.

Et n'oubliez pas d'hydrater votre peau avec une simple crème hydratante.

Ne faites jamais de gommage avant de vous exposer au soleil. Faites-le la veille du jour «J».

Nous avons tous un capital «mélanine» différent. La mélanine est la substance qui nous permet de bronzer: elle a besoin de 72 heures avant d'être active pour vous protéger et vous permettre de bronzer avec plus de sécurité.

Mais n'oubliez jamais que le soleil est un ami qui n'est pas sans danger.

Jamais d'exposition sans protection solaire. Evitez l'heure de midi, vous ne bronzeriez pas plus vite. Les bonnes heures sont avant midi et après quinze heures.

Si vous ne supportez pas le soleil, vous avez également des produits auto-bronzants qui vous permettent d'avoir un teint progressivement halé.

Avant toute application de produit auto-bronzant, il faudra également faire un gommage.

Exemple: hydratez la peau avant application. Gardez la main légère sur les zones rêches ou anguleuses (creux des genoux, coudes, chevilles). Sur le visage, appliquez l'auto-bronzant par petites touches sur les zones-phares, haut du front, pommettes, nez, menton.

Étalez par de légers massages, en évitant la racine des cheveux et des sourcils.

N'oubliez pas d'estomper au-delà de la mâchoire. Lavez-vous les mains et repassez sur tous les endroits où vous avez appliqué le produit et je vous promets un excellent résultat.

N'oubliez pas de vous laver les mains après l'application. A défaut, vous aurez l'intérieur des mains teinté d'orange.

Voilà mes premiers conseils. J'espère de tout cœur qu'ils vous aideront.

chantalverbeure@hotmail.fr

Agréé par toutes les mutuelles et organismes assureurs



BRASSEUR

Bandagiste Orthopédiste

Au service de la santé et du bien-être



✦ Aides à domicile & à la mobilité ✦ Bandagisterie
✦ Orthopédie ✦ Santé ✦ Bien-être ✦ Matériel médical
✦ Beauté ✦ Fitness

02 513 44 82

Rue du Midi 76-82 Z • 1000 Bruxelles

Lundi au samedi:
9h30-18h

PARKING «PANORAMA»
3ème à droite
1ère à gauche
(du magasin vers midi)

GRATUIT

www.bandagiste-brasseur.be • info@bandagiste-brasseur.be

Bon à savoir

1. A partir du **1^{er} janvier 2010**, pour les citoyens ayant introduit une demande d'allocations pour personnes handicapées, des intérêts de retard seront payables après **6 mois (au lieu de 8)** à partir de l'introduction de la demande pour autant que celle-ci soit suivie d'un paiement.
(Loi du 13/03/2009 publiée au Moniteur Belge du 27/03/09)

2. Au **1^{er} juin 2009**, les bénéficiaires de l'allocation de remplacement de revenus (ARR) ont vu le montant de celle-ci augmenté de 2%.

Les bénéficiaires de l'allocation pour personnes âgées (APA) ont, quant à eux, vu la neutralisation de l'effet négatif de l'augmentation de leur pension minimale (2% en juillet 2008 et 3% en juin 2009). Les abattements pour le calcul des APA ont été relevés de 4,5% et donc les personnes âgées en situation de handicap bénéficient intégralement des augmentations de la pension minimale.

3. Depuis le **1^{er} juillet 2008**, la Direction générale des Personnes Handicapées a lancé un projet de gestion des plaintes.

Qu'est ce qu'une plainte? Une plainte est une expression manifeste de mécontentement de la part d'un usager/citoyen, relative à un service (attitude, délai, formulation...) livré par la Direction générale des Personnes Handicapées.

N'est pas considéré comme une plainte: le résultat de la décision. La seule manière de la faire revoir est d'aller en recours auprès du Tribunal du Travail.

Les plaintes peuvent être communiquées oralement (par téléphone ou via les assistants sociaux du Ministère), par voie écrite (lettre ou fax), par voie électronique (E-mail ou via le site www.handicap.fgov.be).

Ne faites pas une montagne de votre escalier...
grâce aux **monte-escaliers!**

PROMOTION!
Housse de protection
GRATUITE!



STAIRMATIC
monte-escalier et chaise
roulante combinés



STAIRMATE STANDARD
pour chaise manuelle



STAIRMATE MAJOR
pour tout type de chaise

- ✓ Très facile à utiliser
- ✓ Prêt à l'emploi
- ✓ Ne nécessite aucune transformation ni construction
- ✓ Transportable

Info et/ou démonstration gratuite:

☎ **09/227 71 74**



A la recherche d'autres moyens d'aides?
Découvrez notre offre sur... www.metra.be

Metra aide à aider!
Jan Samijnstraat 25 • 9050 Gent

**SOUMETTEZ-NOUS TOUS
VOS PROBLEMES DE MALADE
OU DE CONVALESCENT**

SODIMED

S.P.R.L.

Société Distribution Médicale
Rue de Vottem 4 - 4000 LIEGE
(à 800 mètres de l'Hôpital de la Citadelle)

04/226 60 78

FOURNITURE ET MATERIEL MEDICAL
VENTE - LOCATION
FAUTEUIL ROULANT
et AIDE AUX HANDICAPES
Agréé de l'INAMI

MATERIEL D'AIDE
(voiturettes - literie - mobilier - barres etc.)
SERVICE PERSONNALISE - DEVIS GRATUIT

La marche nordique

Samedi dernier, lors de l'intéressante journée médicale «**SEP, sport et coaching**», après les bienfaits du sport argumentés par le docteur BELACHEW, les témoignages de Franck DUBOISSE (coach BESEP) et les kinésithérapeutes, j'ai eu l'occasion de témoigner également des effets bénéfiques apportés par le programme BESEP. En effet, après une année d'entraînement d'endurance en salle de fitness, de cours de yoga et tai-chi, de promenades régulières, je suis passée d'une autonomie de 2 kms à une autonomie de 4 kms, voire 4,5 kms actuellement. Pour la marche, je me suis dirigée vers une discipline sportive relativement nouvelle chez nous, simple et agréable: la marche nordique. En effet, au lieu d'être soutenu par une canne, ce sont deux sticks en fibre de carbone maintenus aux poignets par une martingale, qui aident à maintenir l'équilibre, à allonger la foulée, à pratiquer une gymnastique de tout le corps: bras, jambes, colonne vertébrale, rotation du tronc... La dépense énergétique de la marche nordique est de 30 à 40% supérieure à celle de la marche traditionnelle.

Dans un même mouvement dynamique, la marche nordique permet :

- > de mieux respirer et ainsi, grâce à une meilleure irrigation, permet un accroissement des capacités cardiovasculaires;
- > de renforcer la tonicité générale des chaînes musculaires;
- > d'acquérir un confort de marche car les sticks permettent une réduction significative des pressions sur les chevilles, les genoux et les hanches;
- > d'améliorer l'équilibre général quelle que soit la nature du terrain;
- > d'être en contact avec la nature, de libérer le stress et les tensions musculaires en excès dans notre corps par la poussée des sticks vers le sol;

En outre, la marche nordique procure un réel plaisir.

Ayant remarqué l'enthousiasme de plusieurs participants pour cette technique sportive, si certains affiliés souhaitent être initiés avant la période des vacances, une séance «découverte» de cette discipline peut être organisée avec un coach. Par groupe de 10 personnes, coût 10 €/pers. la séance. Contact : Cécile COLON - 085/ 41 33 10

Une journée comme les autres...

Bonjour, je m'appelle Nathanaël. Ma maman a la SEP, diagnostiquée en 1992, l'année de ma naissance. A l'âge de mes trois ans, mon papa est parti parce que maman était malade. Alors, nous nous sommes débrouillés à nous deux. Je vais vous expliquer comment nous menons notre vie avec la maladie.

Dès 1995, j'aidais déjà ma maman. Chaque fois qu'une poussée se déclarait, elle me disait «les microbes font le carnaval dans mes jambes». Elle me trouvait des livres qui expliquaient la maladie d'une façon simple et distrayante. J'ai également été à un week-end de la Ligue où il y avait tous des jeunes avec un parent atteint de la SEP: nous y faisons des activités qui montraient que la vie n'est pas facile avec la SEP. Nous partageons nos propres histoires avec les autres. J'ai grandi, j'ai maintenant 17 ans et pendant toutes ces années, la maladie a malheureusement progressé. Nous nous y sommes adaptés (+/-) et j'aide maman du mieux que je peux. Je vais vous expliquer comment se passe une journée de semaine. Le matin, j'apporte le petit déjeuner à maman et nous déjeunons ensemble. Ensuite, je pars à l'école et chaque midi je reviens pour couper la journée et nous mangeons ensemble. Ensuite, je repars à l'école. Vers 16h, je reviens et je passe une petite heure avec maman avant d'aller étudier. Le soir est vite là... Si je suis parti toute une journée, je lui prépare quelque chose sur la table (ex: à boire, à manger, ...) pour qu'elle puisse se débrouiller. Elle a aussi son chien d'aide (Pam) qui peut l'aider pour ramasser des objets sur le sol, la table,... Parfois la vie n'est pas toujours aussi facile: je dois beaucoup étudier et maman a souvent besoin de moi ce qui ne m'arrange pas (toujours). Parfois, tellement j'en ai marre, j'ai un éclat de colère.

J'ai malgré tout quand même ma petite vie de jeune où j'ai une bulle d'échappement comme par exemple: mes sports, mes amis et le vélo.

Depuis mes 4 ans, je voulais devenir docteur. Cette idée n'a pas changé, à part que maintenant j'aimerais devenir neurologue.

Je crois que la maladie de maman m'a beaucoup motivé à faire ce choix.

Voici ma petite vie avec ma maman et la SEP qui ne la quitte pas.

Nathanaël

Du nouveau au groupe Documentation

Les documents présentés ici peuvent être obtenus sur simple demande adressée par téléphone, par fax, par courrier postal ou électronique au groupe Documentation (permanence en fin de revue) avec la mention du N° de référence indiqué. Ils vous seront envoyés, accompagnés d'un bulletin de versement (minimum 1€) pour couvrir les frais d'envoi et le prix de l'article (0,05€/page) ou de la brochure.

Médical recherche

Informations récentes

Par Dr J.P. Rihoux - Ligue Belge SEP - Communauté française - 2009. Conférence donnée le 23/3/09.

Informations récentes concernant la SEP, ses variantes, le profil cytokinique, les expressions multiples de la SEP, les études en cours, perspectives thérapeutiques à moyen terme. Résultat de l'enquête d'une firme pharmaceutique chez les patients SEP

Article - 6 pages

N° 1367

Médical traitement

Troubles respiratoires et SEP

Par Dr J-J Hoffmann dans Facteur Santé - NAFSEP - 2009

Toutes les SEP n'évoluent pas vers des difficultés respiratoires mais il est important de les dépister dès leur début car des solutions existent et des précautions sont nécessaires. Description des mécanismes des troubles respiratoires chez les personnes atteintes de SEP - Appréciation de la gêne respiratoire - Comment y faire face.

Article - 4 pages

N° 1368

Vie sociale Témoignage

Apéro maudit

Par Daniel SCHWAB- dans Forte - Soc Suisse SEP - 2009

L'auteur décrit pourquoi prendre un apéro lors d'une manifestation conviviale devient un déplaisir quand on est en chaise roulante. A lire par tous les volontaires et gentils organisateurs.

Article - 1 page

N° 5158

Médical recherche

Du neuf avec du vieux / Les cellules souches : les chéries des chercheurs

Le Vif / L'Express - 2009

2 études en Belgique : Un immunosuppresseur, médicament connu contre la leucémie a été testé par le Professeur Dive (CHU Liège) aurait donné des résultats. Une étude clinique en cours. D'autre part, des cellules souches ont été transformées en neurones du cortex cérébral et greffées avec succès dans le cerveau de souris.

Article - 1 page

N° 1369

Médical recherche

Les voies de la réparation du cerveau

Par Olivier Clot-Faybesse dans Faire Face SEP - APF SEP France - 2009

La publication de travaux scientifiques récents démontre une maîtrise croissante dans le traitement des lésions neuronales. Pour autant, le moment où l'on pourra guérir des maladies actuellement incurables n'est pas si proche mais les progrès sont réels. De nouveaux outils apparaissent : les cellules souches pluripotentes induites. Dans ce domaine, les travaux des scientifiques sont strictement encadrés par souci éthique.

Article 3 pages

N° 1370

Vie sociale

Une voiturette révolutionnaire pour tous fauteuils

Dans Le courrier de la SEP - Ligue française contre la SEP - 2009

Toute nouvelle, la «Kenguru» est une petite révolution pour l'indépendance des personnes à mobilité réduite. Et en plus, elle n'est pas chère... Née en Hongrie, elle a reçu le 1er prix de l'Innovation du Salon Autonomic 2008. En supplément à cet article, pour plus de détail technique, vous pouvez éventuellement consulter www.kenguru-car.com

Article - 1 page

N° 5157

**VOUS DESIREZ
AMELIORER VOTRE
CONFORT ?**



**FAITES APPEL
A NOS AIDES
MENAGERES !**

**IL&C, partenaire de la Ligue Belge de la Sclérose en Plaques
pour la 1ère journée mondiale de la sclérose en plaques**

Déchargez-vous des corvées ménagères telles que le ménage, le repassage, ... Nos aides ménagères peuvent également vous préparer des petits repas et faire vos petites courses journalières, en toute confiance.

Avec nos 36 agences en Wallonie et à Bruxelles, il y a sûrement une agence IL&C près de chez vous.



Appelez-nous !

02/231.11.65

www.titres-services.net

IL&C
Titres-Services

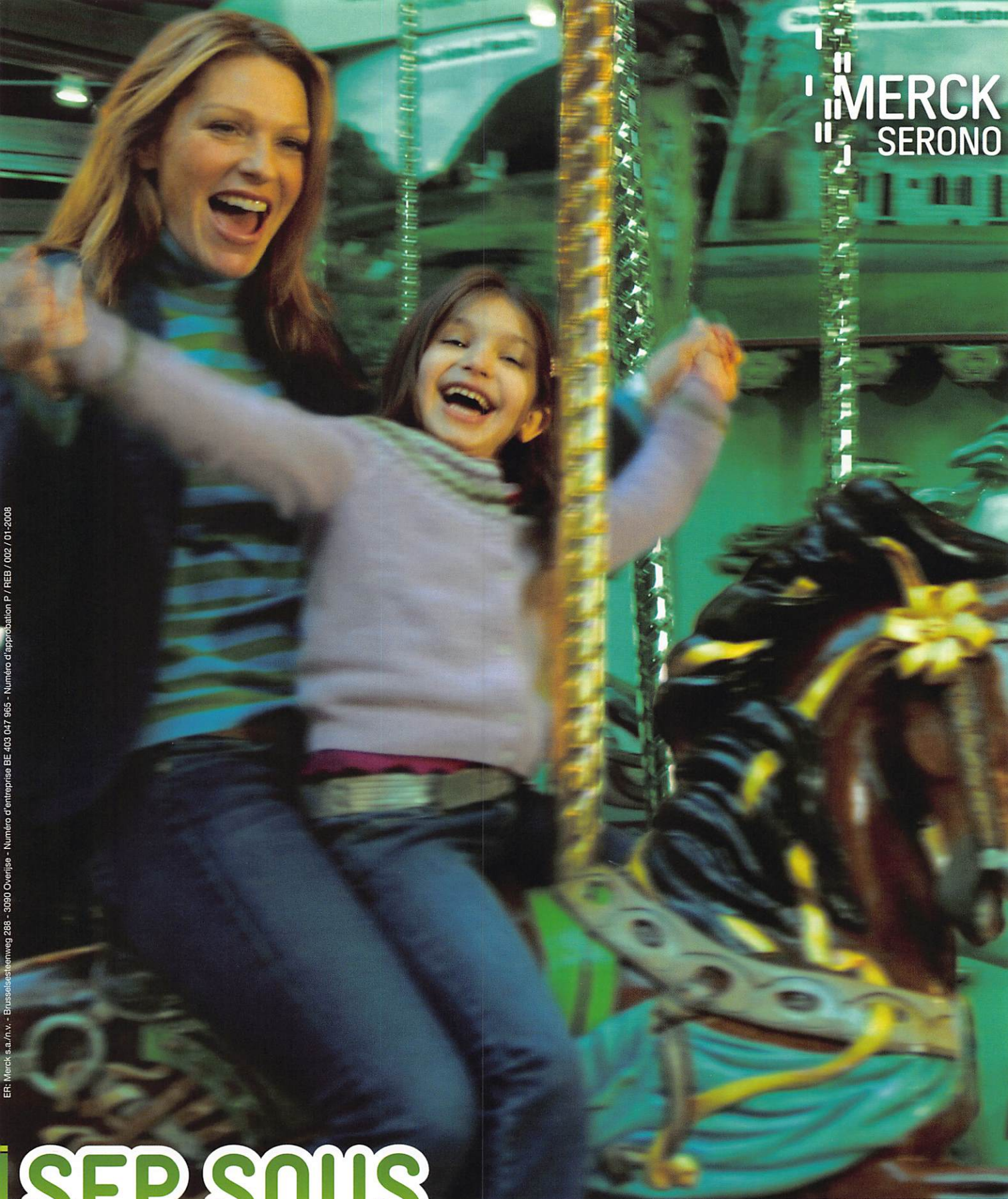
S.A. ORTHOPEDIE Toussaint

**AU SERVICE DE VOTRE MOBILITE
ET DE VOTRE CONFORT**

Venez découvrir notre gamme de voitures, scooters et aides pour la vie quotidienne dans notre show-room :

**Z.I. de Martinrou
8 rue du Rabiseau
6220 Fleurus
Tel : 071/82.39.10.
www.biosmose-toussaint.be**

Vous pouvez également nous contacter dans nos différentes succursales :
23 rue de Montigny, 6000 Charleroi, Tel : 071/31.41.12. - 11 rue Van Opré, 5100 Jambes, Tel : 081/31.18.18. -
118 rue de la Station, 7090 Braine-Le-Comte, Tel : 067/55.66.17.



MERCK
SERONO

ER: Merck a./n.v. - Brusselssteenweg 288 - 3090 Overijse - Numéro d'entreprise BE 403 047 965 - Numéro d'approbation P / FEB / 002 / 01-2008

SEP SOUS CONTROLE.be

Vivre avec une sclérose en plaques est très différent d'une personne à l'autre. Mais ceux qui sont confrontés à la maladie ont un but en commun : essayer de contrôler leur vie avec la SEP. Un traitement et un suivi sur mesure peuvent vraiment faire la différence.

Rendez-vous sur www.sepsouscontrole.be. Parce que l'information est un allié de poids dans le combat contre la SEP.

Aide au Transfert

Transférer avec un minimum d'efforts le patient que vous êtes appelé à soigner ou déplacer.

Tous nos produits sur www.handimove.com

Handi-Move INTERNATIONAL

LE SPÉCIALISTE DES SYSTÈMES DE TRANSFERT ET DE SOINS

PRODUIT BELGE • CONSEILS GRATUIT
REMBOURSABLE PAR LES FONDS



www.handimove.com

Nom.....

Rue.....

N°..... Boîte..... Code postal.....

Localité.....

Téléphone.....

Veillez m'envoyer gratuitement des informations complémentaires sur vos solutions de transfert et de soins.

Handi-Move nv
Ten Beukenboom 13, 9400 Ninove
Tel 054 31 97 26 • Fax 054 32 58 27
info@handimove.com



MEYRA

SUNRISE MEDICAL



VERMEIREN

ROHO

QUICKIE
The Real Chair People



ORTOPEDIA

JAY

küschall®



Site : www.lehner.be - E-mail : lehner@lehner.be

Rue Général Eenens, 96 - 1030 Bruxelles - Tél: 02/215 01 98 - Fax: 02/242 51 91

Agréé toutes mutuelles

ThyssenKrupp



Déménager... jamais !

Liberté de mouvement à chaque niveau

Intéressé ? Contactez-nous au **0800 94 366 - GRATUIT** Partout en Belgique - 24h /24h !
Esthétique et discret !
Fabrication Thyssen !

www.monolift.be

NOUVEAU - même pour escaliers étroits !

Ascenseurs d'escalier & résidentiels - Plates-formes Elévatrices

Oui, envoyez-moi GRATUITEMENT votre documentation

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

TEL. :



CLE

ThyssenKrupp Monolift sa - Kaleweg 20 - 9030 Gent - Fax 09 216 65 75 - info@monolift.be - Centres régionaux: 02 217 37 84 - 061 32 15 45 - 065 31 57 06 - 04 231 18 03

A VENDRE

Scoter shopridder: (5 ans)

Voiturette manuelle «eclips» (achetée décembre 2008). Pratiquement pas utilisé.

Poignées et barres d'appui.

Tél : 0475/79 43 85

A vendre matériel médical d'occasion :
Pratiquement pas utilisé.

Lève personne standard AKS FOLDY 450€

Lit médical électrique B5

+ **sommier** AKS B5 (90 x 200 cm) 550€

Matelas à air anti-escarres 934 OT +

+ **compresseur** 1.000€

Siège douche sur roulettes REBOTEC ERFURT 150€

Remonte escaliers électrique C-MAX TYPE C121/41
2.200€

Mme KOHLER - gsm : 0485/477 803

thérapie MOTOmed

Entraînement sûr et indépendant



MOTOmed ...

- réduit les spasmes
- assouplit les muscles
- rend plus mobile
- améliore la circulation sanguine et prévient les problèmes de transit
- rend les patients plus autonomes
- est déjà utilisé dans plus de 300 centres belges !

Demandez une **documentation** complète ou un **essai gratuit** !

ESSAI GRATUIT A VOTRE DOMICILE !



Partner for Life

MOTOmed, numéro 1 en Belgique !

Enraf-Nonius sa • Ingberthoeveweg 3d • 2630 Aartselaar
T. 03 451 00 70 • F. 03 451 00 75 • www.enraf-nonius.be

aks
— BENELUX —

aks ... améliorer la mobilité des personnes !

Nous proposons une gamme étendue d'articles de rééducation et mobilisation spécialement conçus pour améliorer la vie de tous les jours.

lits électriques - lève personne - fauteuils roulants -
matelas standard et anti-escarres - incontinence -
chaises de toilettes et de douche



Personne de contact: Mr. Didier Schmetz 0476/711.011





Le Rollfiets

Le vélo pousse

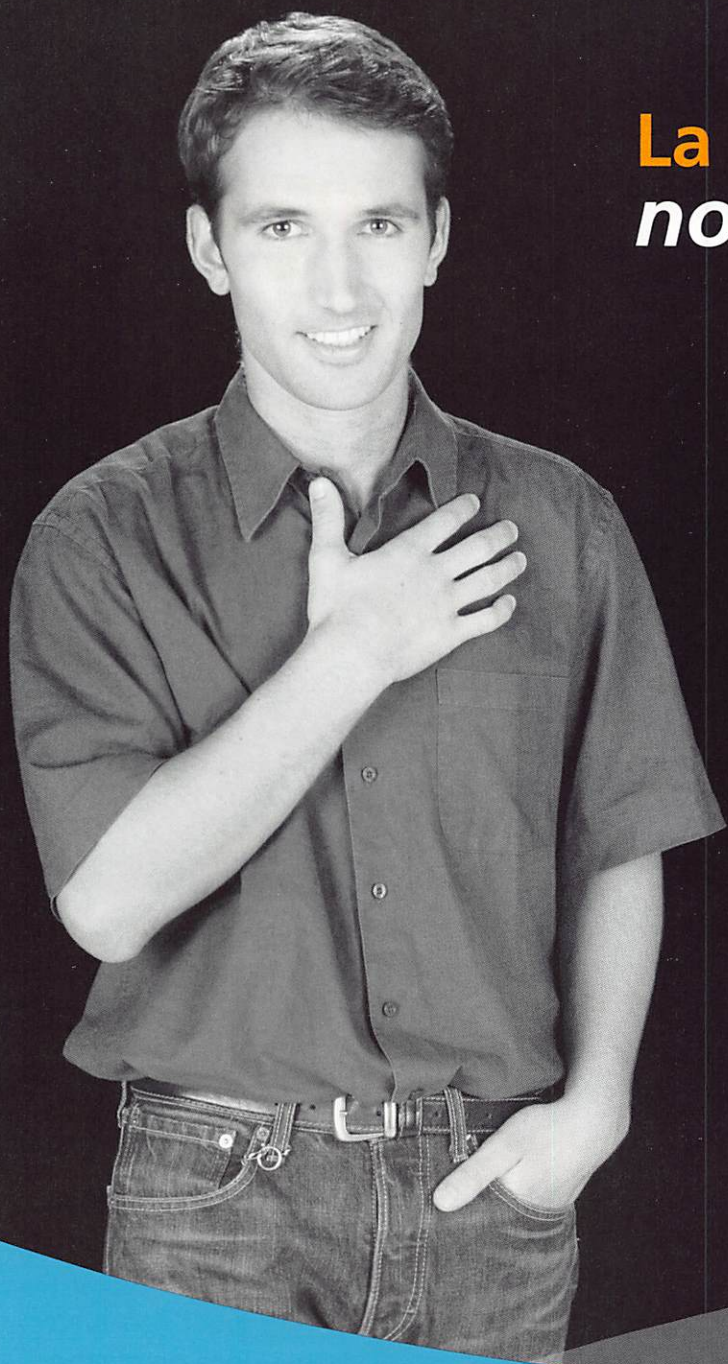
Le fauteuil :

- Avec dossier pliable et inclinable
- Se désaccouple du cycle
- Freins à tambour

Le cycle :

- VTT 3 ou 7 vitesses ou électrique
- Freins torpédo





La SEP n'attend pas, nous non plus.

« La SEP n'est pas une maladie
comme une autre mais il est
quand-même possible de
continuer à vivre sa vie. »

Matthias:

- Age: 27
- Ville natale: Toulouse, France
- Premiers symptômes: paralysie du pied droit
- Diagnostiqué en 2003

Prenez une longueur d'avance.



Bayer HealthCare
Bayer Schering Pharma

REMARCHEZ LIBREMENT

NESS L300 SYSTÈME POUR PIED TOMBANT

Lorsqu'on souffre d'un pied tombant, les tâches les plus simples peuvent paraître insurmontables. Grâce à une technologie sans fil de pointe, le système pour pied tombant NESS L300 est conçu pour soulever le pied pendant la phase oscillante de la démarche. Des études cliniques démontrent que le système L300 peut améliorer la vitesse, la stabilité et la vie sociale de certains patients atteints de pied tombant. Ce système peut représenter la technologie la plus efficace à ce jour pour vous aider à aller de l'avant.



Distributeur exclusif:

gymna
www.gymna.be

Siège principal • Pasweg 6 C • 3740 Bilzen © 089/510 550 • Fax 089/510 551 • gymna@gymna.be
Filiale • Jan Samijnstraat 23 • 9050 Gent • © 09/210 56 00 • Fax 09/210 56 01 • gymna.gent@gymna.be

 **Bioness**
LiveOn

NESS, NESS L300, Intelli-Gait, Intelli-Sense Gait Sensor, Bioness, le logo Bioness et LiveOn sont des marques commerciales de Bioness Inc. | Fabriqué par Bioness Neuromodulation Ltd., une société de Bioness Inc. (USA), 25103 Rye Canyon Loop, Valencia, California 91355 USA

Les résultats peuvent varier d'une personne à l'autre. Consultez un médecin pour savoir si ce produit est approprié à votre situation. Pour connaître les contre-indications, les effets indésirables et les précautions, consultez le manuel du clinicien/de l'utilisateur du système NESS L300 disponible en ligne à l'adresse www.bioness.com.

CE
0473

929-00021



Pour votre adaptation individuelle.

Accélérateur, frein et commandes au volant



Rampes



Transport personne en chaise roulante



Elévateurs



Adaptations des pédales



www.acmobility.com

Gewerbezone Kaiserbaracke 1A
B-4780 RECHT (St. Vith)
Tél.080 310 130 Fax 080 310 136
info@acmobility.com

Les Ascenseurs de Coopman, confortables et sûrs.

plus d'info:
056 35 85 85



Monte-escalier FLEXIRAIL®



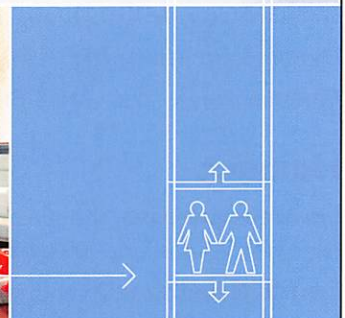
AVANSIS®, ascenseur à plateau pour des escaliers droits ou avec des courbes



EASYLIFT®, ascenseur sans gaine



MOVIS®, ascenseur avec gaine



Trouvez chez Ascenseurs Coopman l'ascenseur adapté à vos besoins:

- Monte-escaliers
- Ascenseurs à plateau: Avansis®
- Plateaus-élévateurs
- Ascenseurs pour des maisons particulières: Easylift® et Movis®

Ascenseurs Coopman vous garantit:

- Plus de 45 ans d'expérience et de savoir-faire à votre service
- Une offre gratuite et sans engagement de votre part
- Des conditions de garantie et d'entretien excellentes
- Une installation selon vos besoins, conforme à la directive des machines 98/37/CE (CE-label)



Heirweg 123 | B-8520 Kuurne | T 056 35 85 85 | F 056 35 58 65
comfortlift@coopman.be | www.coopman.be

envoyez ce bon et recevez plus d'information

NOM

ADRESSE

CODE POSTAL - LOCALITE

TEL.



ref:W06.0106

Activités périodiques

Brabant wallon

Actif-Neurones, 3 jeudi/mois de 13h30 à 16h30, Rixensart - 010/24 16 86 **NOUVEAU**

Café-rencontre, ouvert aux personnes valides. Repas de Noël prévu au mois de janvier. Une nouvelle formule sera proposée en 2009. Pour plus d'informations prendre contact avec le service social.

Café-rencontre, discussion amicale sur un thème choisi ensemble, ouvert aux personnes moins valides, Wavre, 1 fois/mois - **Comité du Brabant wallon**

Harmonisation aquatique, détente et relaxation en piscine à 30°, 2 fois/mois le vendredi, Dion-le-Mont - 0476/39 26 66

Atelier Broderie, 1^{er} et 3^e lundi, Chastre ou Walhain - **Comité du Brabant wallon**

Sophrologie, 1 groupe débutant / 1 groupe adepte, 2 fois/mois le mercredi, Limal - **Comité du Brabant wallon**

Espoir, 1 fois/mois, Rixensart - 02/384 04 02

Bruxelles

Atelier de créations, tous les jeudis, de 10h à 12h, Bruxelles - 0473/69 56 93

Atelier du mardi, chaque mardi, jeux de société - cartes - Scrabble, Uccle - 02/345 31 31

Atelier Yoga, relaxation & bien-être, chaque mardi, de 10 à 11h30, Laeken - 0497/20 05 70

Dynamo, Bruxelles - 02/740 02 90

Cinéma, tous les deux mois, Bruxelles - 02/740 02 90

Hainaut

Les Mousquetaires, chaque mercredi, chant d'ensemble, Marchienne-au-Pont - 071/47 11 32

Les Mousquetaires, 2 vendredis / mois, informatique, Marcinelle - 071/41 30 35

Les Mousquetaires, rendez-vous cinéma, 1^{er} jeudi, Charleroi - 071/41 30 35

Malgré Tout, 1^{er} mardi, Mons - groupe de parole de 14h à 16h - 065/87 42 99

Alpha, groupe de parole, 2^e mardi de 14h à 16h, St-Vaast - 064/28 12 44

Groupe de Bury, 2^e mercredi, 13h30 - 17h, Maison du Village, Braffe - 069/34 43 59

Atelier 2^e jeudi, Tertre - 065/87 42 99

Les Mousquetaires, 2^e jeudi, scrabble, Marcinelle - 071/41 30 35

Les Mousquetaires, 3^e jeudi, bricolage, Marcinelle - 071/41 30 35

Les Roseaux, groupe de parole, 3^e jeudi, 13h-16h, Manage - 071/20 21 75

Les Papillons, 4^e mardi, Chimay - 0472/26 01 19 ou 0496/92 24 45

Tenir Bon, 4^e mardi, 16h30, Ath - 068/28 47 27

Carpe Diem, 4^e mercredi, Mouscron - de 14h à 16h30 - 056/34 32 47

Delta, 4^e jeudi, Tertre - groupe de parole de 14h à 16h - 065/87 42 99

Les Mousquetaires, groupe de parole, salle communale de Loverval, 1^e mardi, 4^e jeudi/mois - 071/20 21 75

Liège

Atelier créatif, 1^{er} vendredi du mois de 14h à 17h - 04/344 22 62

Luxembourg

Minibus, du Ma 9/06 au Ma 23/06 - 084/21 45 89

Namur

Promenade en joëlette, 1 x/mois - **Comité de Namur**

Goûter du 3^e mardi, jeux de cartes ou de société, de 14h à 17h, Naninne - 081/51 19 63

Groupe des XII, 1 fois/mois, Namur - 081/73 43 41

Juin

Repas annuel à Houffalize « Ol Fosse D'outh », Ma 23/06, **Comité de Liège**.

Juillet

Visite guidée de Leuven, Me 22, **Comité du Brabant wallon**.

Août

Visite de Versailles et Chantilly, Me 12 & Je 13, **Comité du Brabant wallon**

Septembre

Visite du domaine de Berinzenne, musée de la forêt à Spa, Ma 22/09, **Comité de Liège**

Voyage à Paris, du Lu 14/09 au Ve 18/09, établissement totalement accessible et adapté, horaire chargé car visites soutenues - Renseignements et inscriptions auprès de M^{me} SCHROEDER - 02/740 02 93

Adresses de la Ligue



Ligue Belge de la
Sclérose en Plaques
Communauté Française ASBL

Comment devenir partenaires actifs...

Affiliez-vous:

- Si vous êtes atteint de SEP, l'affiliation vous donne accès à tous les services de la Ligue.
- En tant que sympathisant, vous recevez chaque trimestre la revue « La Clef ».

15€/an à verser au compte
n° 250-0138300-63

Devenez volontaire:

Visites à domicile, transport
d'affiliés, secrétariat, organisation
de loisirs, traductions, ...

Participez à l'opération Chococlef, en septembre:

Soit comme vendeur volontaire,
soit comme acheteur.

Faites un don ou un legs à la Ligue:

- Vous obtiendrez une exonération fiscale pour tout don d'au moins 30€ au compte d'une permanence sociale ou au compte n° 250-0138500-69 (affiliation annuelle non comprise).
- Votre legs bénéficiera d'un taux d'imposition réduit à 8,8%.



Centre de Rencontre

N°64 - Parc industriel Sud
Rue des Linottes 6
5100 Naninne

Tél.: 081/40 15 55
Fax: 081/40 06 02

Courriel: ligue.sep@ms-sep.be
Site Internet: www.ms-sep.be

Direction

Mme Tychon: lundi 9h-12h,

Secrétariat

Tous les jours 9h-16h

Affiliations

Mme Dall'Ava: jeudi 13h-16h

Législation

Mme Rocour - Mme Mahieu:
2^e et 4^e jeudi de 9h30 - 11h30
081/58 53 49
legislation@ligue.ms-sep.be

Logement

Mme Titti: mardi 10h-12h
M. Dufour: mercredi 13h-17h
Mme Pizzuto: jeudi 10h-12h
Mme Dall'Ava (dossiers financiers):
1^{er} et 3^e mardi 10h-14h

Documentation

M. Gérard: vendredi 9h-12h
documentation@ligue.ms-sep.be

Revue « La Clef »

Mme Debry Véronique:
mercredi 9h-12h
laclef@ligue.ms-sep.be

Vacances

Mme Schroeder: vendredi 9h-12h
02/740 02 90

Permanences sociales

Brabant wallon

010/24 16 86
Rue de Bruxelles 15 - R.D.C. - 1300 Wavre
CB: 271-0212770-81
M. Gilles: mardi 9h-12h
M. Rombaut: mercredi 9h-12h

Bruxelles

02/740 02 90
Rue A. Lambiotte 144 - 1030 Bruxelles
Fax: 02/740 02 99
CB: 210-0034161-69
Mme De Schepper: mardi 14h-16h30
Mme Mahieu: mercredi 9h-12h
Mme Schroeder: vendredi 9h-12h

Hainaut

Est: 071/20 21 75
Rue Brigade Piron 330
6061 Montignies-sur-Sambre
CB: 360-0510736-37
Mlle Detimmerman: mardi 9h-12h
Mme Grisay: jeudi 9h-12h
Ouest: 065/87 42 99
Rue Olivier Lhoir 8 - 7333 Tertre
Mme Lecharlier: mardi 9h-12h
Mme Degreeef: jeudi 9h-12h

Liège

04/344 22 62
Rue E. Marneffe 37 - 4020 Liège
Fax: 04/344 08 63
CB: 000-0041473-54
Mme Jacques: mardi 9h-12h
Mme Tortolani: mercredi 9h-12h
Mme Hodiament: jeudi 9h-12h
Mme Turkmen: vendredi 9h-12h

Luxembourg

084/21 45 89
Mme Rouyr: mardi 13h-16h
Mme Piron: mercredi 9h-11h30
Route de la Barrière 17A - 6970 Tenneville
CB: 732-0055474-41

Namur

081/40 04 06
Rue des Linottes 6 - 5100 Naninne
Fax: 081/40 06 02
CB: 250-0098441-71
Mme Debry: mardi 9h-12h
M. Rombaut:
mercredi 13h30-16h30
Mme Rocour: jeudi 13h30-16h30



La Cief